

| Gruppe | Übung | weibliche Jugend | | |
|--------|------------------------------|---------------------------------|--------|--------|
| | | 13/14 | 15/16 | 17 |
| | Alter im Kalenderjahr | 13/14 | 15/16 | 17 |
| 1 | 50-m-Schwimmen | - | - | - |
| | 200-m-Schwimmen | 9:30 | 8:30 | 7:30 |
| 2 | Hochsprung | 1,00 | 1,05 | 1,10 |
| | Weitsprung | 3,20 | 3,40 | 3,50 |
| | Sprung: | belieb. Sprunggerät seit | | |
| | Hocke oder Grätsche | 1,10 | 1,10 | 1,20 |
| 3 | 50-m-Lauf | - | - | - |
| | 75-m-Lauf | 12,8 | 12,6 | 12,4 |
| | 100-m-Lauf | 16,4 | 16,2 | 16,0 |
| | 400-m-Lauf | - | - | - |
| | 1000-m-Lauf | - | - | - |
| | 300-m-Inline-Skating | 0:52 | 0:49 | 0:47 |
| | 500-m-Inline-Skating | - | - | - |
| 4 | Kugel | 4,50 | 5,50 | 6,00 |
| | | (3 kg) | (4 kg) | (4kg) |
| | Steinstoß (15 kg,li. u. re.) | - | - | - |
| | Schlagball (80g) | 25,00 | 30,00 | 35,00 |
| | Wurfball (200g) | 20,00 | 23,00 | 25,00 |
| | Schleuderball (1 kg) | 20,00 | 23,00 | 25,00 |
| | Schleuderball (1,5 Kg) | - | - | - |
| | Medizinball (2kg) | - | - | - |
| | 100-m-Schwimmen | 2:35 | 2:25 | 2:15 |
| | Gerätturnen: Kombination | Reck: Aufschwung,, Unterschwing | | |
| | Reck-Boden bzw. Boden-Barren | Boden: Radwende | | |
| | weitere Angebote ab 14 Jahre | * | * | * |
| 5 | 800-m-Lauf | 4:40 | 4:35 | 4:30 |
| | 1000-m-Lauf | - | - | - |
| | 2000-m-Lauf | 13:00 | 12:30 | 12:00 |
| | 3000-m-Lauf | - | 19:00 | 18:30 |
| | 5000-m-Lauf | - | - | - |
| | 5000-m-Inline-Skating | 19:30 | 17:30 | 16:30 |
| | 10000-m-Inline-Skating | - | - | - |
| | 10-km-Wandern | - | - | - |
| | 20-km-Wandern | 70:00 | 65:00 | 60:00 |
| | 600-m-Schwimmen | 20:00 | 19:30 | 19:00 |
| | 1000-m-Schwimmen | - | - | - |
| | Skilanglauf | 35:00 | 32:00 | 30:00: |
| | | (5 km) | (5 km) | (5 km) |
| | weitere Angebote ab 14 Jahre | * | * | * |