

Gruppe	Übung	Schülerinnen		
		Alter im Kalenderjahr	8	9/10
1	50-m-Schwimmen	in beliebiger Zeit		
	100-m-Schwimmen	3:10	2:55	2:40
	200-m-Schwimmen	-	-	-
2	Hochsprung	0,70	0,80	1,00
	Weitsprung	2,20	2,40	3,10
	Sprung:	belieb. Sprunggerät seit		
	Hocke oder Grätsche	0,90	1,00	1,00
3	50-m-Lauf	10,4	10,0	9,5
	75-m-Lauf	-	-	13,1
	100-m-Lauf	-	-	-
	400-m-Lauf	-	-	-
	1000-m-Lauf	-	-	-
	300-m-Inline-Skating	1:05	1:00	0:54
	500-m-Inline-Skating	-	-	-
4	Kugel	-	-	-
	Steinstoß (15 kg, li. u. re.)	-	-	-
	Schlagball (80g)	10,00	12,50	17,50
	Wurfball (200g)	-	11,00	14,00
	Schleuderball (1 kg)	-	-	-
	Schleuderball (1,5 Kg)	-	-	-
	Medizinball (2kg)	-	-	-
	100-m-Schwimmen	-	-	-
	Geräturnen: Kombination	Reck: Aufschwung,, Unterschwing		
	Reck-Boden bzw. Boden-Barren	Boden: Rad		
	weitere Angebote ab 14 Jahre	-	-	-
	5	800-m-Lauf	5:20	5:00
1000-m-Lauf		-	-	-
2000-m-Lauf		-	-	-
3000-m-Lauf		-	-	-
5000-m-Lauf		-	-	-
5000-m-Inline-Skating		-	27:00	22:00
10000-m-Inline-Skating		-	-	-
10-km-Wandern		-	-	-
20-km-Wandern		-	-	-
600-m-Schwimmen		-	-	-
1000-m-Schwimmen		-	-	-
Skilanglauf		4 km in beliebiger Zeit		
weitere Angebote ab 14 Jahre	-	-	-	