

Sportabzeichen **Männer 25-29 Jahre**

<i>Name</i>	<i>Vorname</i>	<i>Geburtsdatum</i>	<i>Plz</i>	<i>Wohnort</i>	<i>Strasse</i>	<i>Hnr</i>	<i>Telefon</i>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<i>Verein</i>			<i>E-Mail</i>				
<input type="text"/>			<input type="text"/>				

<i>Nr.</i>	<i>Kategorie</i>	<i>Sollwerte und Punkte</i>			<i>Ergebnis</i>	<i>Punkte</i>	<i>erledigt</i>
		<i>Bronze</i>	<i>Silber</i>	<i>Gold</i>			
	<i>Disziplin</i>	<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>			
1	Ausdauer						
	3000 m Lauf	17:10	15:10	13:10	min <input type="text"/> min	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/>
	10 km Lauf	66:00	59:20	52:00	min <input type="text"/> min	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/>
	800 m Schwimmen	22:55	19:20	15:45	min <input type="text"/> min	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/>
	7,5 km Nordic Walking	58:30	54:30	50:30	min <input type="text"/> min	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/>
	20 km Radfahren	50:00	44:30	39:00	min <input type="text"/> min	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/>
2	Kraft						
	Medizinball 2,0 kg	9,75	10,75	11,75	m <input type="text"/> m	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/>
	Kugel 7,26 kg	7,50	8,25	8,75	m <input type="text"/> m	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/>
	Standweitsprung	2,05	2,25	2,45	m <input type="text"/> m	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/>
	Gerätturnen Reck	grob	fein	var.	ok <input type="text"/> ok	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/>
3	Schnelligkeit						
	100 m Lauf	14,80	13,50	12,30	sec <input type="text"/> sec	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/>
	25 m Schwimmen	29,00	23,00	16,50	sec <input type="text"/> sec	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/>
	200 m Radfahren (fl. Start)	21,00	18,00	15,00	sec <input type="text"/> sec	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/>
	Gerätturnen Sprung	grob	fein	var.	ok <input type="text"/> ok	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/>
4	Koordination						
	Hochsprung	1,30	1,40	1,50	m <input type="text"/> m	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/>
	Weitsprung	4,30	4,60	4,90	m <input type="text"/> m	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/>
	Schleuderball 1,0 kg	32,50	35,50	38,50	m <input type="text"/> m	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/>
	Seilspringen (Doppel m.o.Z.)	10	15	20	Pkt <input type="text"/> Pkt	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/>
	Gerätturnen Boden	grob	fein	var.	ok <input type="text"/> ok	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/>

Urkunde mit Abz.: ohne Abz.:

Gebühren: bezahlt:

Schwimmnachweis vorhanden:

Punkte gesamt

Urkunde