

Sportabzeichen **Männer 80-84 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	26:30	23:30	20:30	min <input type="text"/> min	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/>
	10 km Lauf	113:10	101:10	89:10	min <input type="text"/> min	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/>
	200 m Schwimmen	9:30	7:50	6:10	min <input type="text"/> min	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/>
	7,5 km Nordic Walking	84:30	76:30	68:30	min <input type="text"/> min	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/>
	20 km Radfahren	76:00	64:30	53:00	min <input type="text"/> min	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/>
2	Kraft						
	Medizinball 2,0 kg	4,25	6,25	8,25	m <input type="text"/> m	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/>
	Kugel 3,0 kg	5,50	6,25	7,25	m <input type="text"/> m	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/>
	Standweitsprung	1,15	1,45	1,75	m <input type="text"/> m	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/>
	Gerätturnen Boden	grob	fein	var.	ok <input type="text"/> ok	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/>
3	Schnelligkeit						
	30 m Lauf	7,60	6,90	6,00	sec <input type="text"/> sec	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/>
	25 m Schwimmen	59,00	48,00	36,00	sec <input type="text"/> sec	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/>
	200 m Radfahren (fl. Start)	39,00	31,50	23,00	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	0,75	0,85	0,95	m <input type="text"/> m	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/>
	Weitsprung	2,10	2,60	3,10	m <input type="text"/> m	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/>
	Schleuderball 1,0 kg	14,50	18,50	22,50	m <input type="text"/> m	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/>
	Seilspringen (vorw. m.o.Z.)	6	10	12	Pkt <input type="text"/> Pkt	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/>
	Gerätturnen Schwebebalken	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