

Sportabzeichen männl. Jgd. 12-13 J.

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

Nr.	Kategorie Disziplin	Sollwerte und Punkte			Ergebnis	Punkte	erledigt
		Bronze 1	Silber 2	Gold 3			
1 Ausdauer							
	800 m Lauf	4:45	4:00	3:15	min <input type="text"/> min	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/>
	Dauer-/Geländelauf	25:00	35:00	45:00	min <input type="text"/> min	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/>
	400 m Schwimmen	14:25	12:25	10:20	min <input type="text"/> min	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/>
	10 km Radfahren	47:30	41:00	35:00	min <input type="text"/> min	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/>
2 Kraft							
	Wurfball 200 g	26,00	30,00	33,00	m <input type="text"/> m	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/>
	Kugel 3,0 kg	6,25	6,75	7,25	m <input type="text"/> m	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/>
	Standweitsprung	1,75	1,95	2,10	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							
	50 m Lauf	10,40	9,60	8,80	sec <input type="text"/> sec	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/>
	25 m Schwimmen	33,00	27,00	22,50	sec <input type="text"/> sec	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/>
	200 m Radfahren (fl. Start)	29,50	26,00	22,50	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	0,95	1,05	1,15	m <input type="text"/> m	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/>
	Weitsprung	3,20	3,50	3,80	m <input type="text"/> m	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/>
	Schleuderball 1,0 kg	19,50	22,50	25,50	m <input type="text"/> m	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/>
	Seilspringen (rückw. o.Z.)	10	15	25	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"/>

Schwimmnachweis vorhanden:

Punkte gesamt

Urkunde