

KINDER UND JUGEND - MÄNNLICH

Übung	6-7			8-9			10-11			12-13			14-15			16-17		
	Bronze	Silber	Gold	Bronze	Silber	Gold	Bronze	Silber	Gold	Bronze	Silber	Gold	Bronze	Silber	Gold	Bronze	Silber	Gold
800 m Lauf (in Min.)	5:40	5:00	4:15	5:25	4:40	3:55	5:05	4:20	3:35	4:45	4:00	3:15	4:20	3:40	3:00	4:05	3:25	2:45
Dauer-/Geländelauf (in Min.)	10:00	15:00	20:00	12:00	17:00	23:00	17:00	25:00	35:00	25:00	35:00	45:00	35:00	45:00	60:00	55:00	70:00	90:00
Schwimmen (in Min.)	200 m			200 m			200 m			400 m			400 m			400 m		
Radfahren (in Min.)	09:00	07:20	06:10	08:00	06:45	05:40	07:00	06:20	05:10	13:30	11:30	09:45	12:00	10:15	08:50	11:00	09:40	08:20
Werfen (in m)	Schlagball (80 g)			5 km			10 km			10 km			Wurfball (200 g)			Wurfball (200 g)		
Medizinball/Kugelstoßen (in m)	12,00	15,00	17,00	17,00	20,00	23,00	21,00	25,00	28,00	26,00	30,00	33,00	30,00	34,00	37,00	34,00	38,00	42,00
Standweitsprung (in m)	2,50	3,50	4,50	3,00	4,00	5,00	5,50	6,50	7,50	6,25	6,75	7,25	7,00	7,50	8,00	7,50	8,00	8,50
Gerätturnen (in Sek.)	1,15	1,35	1,50	1,30	1,50	1,65	1,50	1,70	1,85	1,70	1,90	2,05	1,90	2,05	2,25	2,05	2,20	2,40
Laufen (in Sek.)	30 m			50 m			100 m			100 m			100 m			100 m		
25 m Schwimmen (in Sek.)	7,7	6,8	6,0	7,2	6,4	5,7	10,3	9,3	8,4	9,7	8,9	8,1	17,0	15,4	14,1	16,3	14,8	13,5
200 m Radfahren (fl. Start, in Sek.)	46,0	38,0	30,0	41,0	33,0	26,0	36,0	29,0	22,5	33,0	27,0	21,0	31,0	25,5	20,0	29,5	24,5	19,0
Gerätturnen (in m)	Sprung			Boden			Sprung			Boden			Sprung			Boden		
Hochsprung (in m)	Zonenweitsprung			Zonenweitsprung			Weitsprung			Weitsprung			Weitsprung			Weitsprung		
Drehwurf (in Punkten)	18	21	24	27	30	33	2,60	2,90	3,20	3,20	3,50	3,80	3,80	4,10	4,40	4,30	4,60	4,90
Schleuderball (1 kg, in m)	15	18	24	21	27	33	33	39	45	19,50	24,00	27,50	23,50	28,00	32,00	27,50	32,00	36,50
Seilspringen (in Punkten)	Grundsprung vorwärts mit oder ohne Zwischensprung ODER Galopp sprung			Grundsprung vorwärts ohne Zwischensprung			Grundsprung rückwärts ohne Zwischensprung			Kreuzdurchschlag ohne Zwischensprung			Kreuzdurchschlag ohne Zwischensprung			Kreuzdurchschlag ohne Zwischensprung		
Gerätturnen (in Punkten)	10	15	25	10	15	25	20	30	40	10	20	30	10	15	20	10	15	20
Gerätturnen (in Punkten)	Schwebebalken			Reck			Ringe			Boden			Boden			Boden		