

Name:		Geb.Datum:			Prüfer
AUSDAUER	800m Lauf	Dauerlauf	200m Schwimmen		
Punkte/Anzahl/ Ergebnis					
KRAFT	Schlagball (80g)	Medizinballwurf (1kg)	Standweitsprung	Boden - Kopfstand	
Punkte/Anzahl/ Ergebnis					
SCHNELLIGKEIT	30m Laufen	25m Schwimmen		Sprungaufhocken als Stützsprung	
Punkte/Anzahl/ Ergebnis					
KOORDINATION	Zonen-Weitsprung	Drehwurf (Tennisring)	Seilspringen (Grundsprung vw) 10/15/25	Schwebebalken	
Punkte/Anzahl/ Ergebnis					

Ohne Schwimmen gibt es kein Sportabzeichen! Bitte Leistungszettel in der Geschäftsstelle abgeben!

Name:		Geb.Datum:			Prüfer
AUSDAUER	800m Lauf	Dauerlauf	200m Schwimmen	5 km Radfahren	
Punkte/Anzahl/ Ergebnis					
KRAFT	Schlagball (80g)	Medizinballwurf (1kg)	Standweitsprung	Boden - Kerze/ Nackenstand	
Punkte/Anzahl/ Ergebnis					
SCHNELLIGKEIT	30m Laufen	25m Schwimmen	200m Radfahren	Boden-Schritt-sprung	
Punkte/Anzahl/ Ergebnis					
KOORDINATION	Zonen-Weitsprung	Drehwurf (Tennisring)	Seilspringen (Grundsprung vw) 10/15/25	Reck-Hüftumschwung	
Punkte/Anzahl/ Ergebnis					

Ohne Schwimmen gibt es kein Sportabzeichen! Bitte Leistungszettel in der Geschäftsstelle abgeben!

	Name:		Geb.Datum:			Prüfer
AUSDAUER	800m Lauf	Dauerlauf	200m Schwimmen		10 km Radfahren	
Punkte/Anzahl/Ergebnis						
KRAFT	Schlagball (80g)	Medizinballwurf (1kg)	Standweitsprung		Barren-Stützwippen	
Punkte/Anzahl/Ergebnis						
SCHNELLIGKEIT	50m Laufen	25m Schwimmen	200m Radfahren		Boden-Sprungrolle	
Punkte/Anzahl/Ergebnis						
KOORDINATION	Hochsprung	Weitsprung	Drehwurf (Schleuderball 1kg)	Seilspringen (Grundspr. vw) 20/30/40	Schwingen an den Ringen	
Punkte/Anzahl/Ergebnis						

Ohne Schwimmen gibt es kein Sportabzeichen! Bitte Leistungszettel in der Geschäftsstelle abgeben!

	Name:		Geb.Datum:			Prüfer
AUSDAUER		800m Lauf	Dauerlauf	400 m Schwimmen	10 km Radfahren	
Punkte/Anzahl/Ergebnis						
KRAFT		Schlagball (80g)	Kugelstoßen (3kg) Mädchen und Jungen	Standweitsprung	Reck - Klimmzüge	
Punkte/Anzahl/Ergebnis						
SCHNELLIGKEIT		50 m Laufen	25 m Schwimmen	200 m Radfahren	Boden Handstandüberschlag	
Punkte/Anzahl/Ergebnis						
KOORDINATION	Hochsprung	Weitsprung	Schleuderball 1kg	Seilspringen Grundspr. rw 10/20/30	Boden - Rad	
Punkte/Anzahl/Ergebnis						

Ohne Schwimmen gibt es kein Sportabzeichen! Bitte Leistungszettel in der Geschäftsstelle abgeben!

	Name:		Geb.Datum:			Prüfer
AUSDAUER		800 m Lauf	Dauerlauf	400 m Schwimmen	10 km Radfahren	
Punkte/Anzahl/ Ergebnis						
KRAFT		Wurfball (200g)	Kugelstoßen (3kg) Mädchen (4kg) Jungen	Standweitsprung	Boden Handstand	
Punkte/Anzahl/ Ergebnis						
SCHNELLIGKEIT		100m Laufen	25 m Schwimmen	200m Radfahren	Boden Grätsch(winkel)sprung	
Punkte/Anzahl/ Ergebnis						
KOORDINATION	Hochsprung	Weitsprung	Schleuderball (1kg)	Seilspringen (Kreuzen) 10/15/20	Boden Rolle	
Punkte/Anzahl/ Ergebnis						

Ohne Schwimmen gibt es kein Sportabzeichen! Bitte Leistungszettel in der Geschäftsstelle abgeben!

	Name:		Geb.Datum:			Prüfer
AUSDAUER		800m Lauf	Dauerlauf	400 m Schwimmen	10 km Radfahren	
Punkte/Anzahl/ Ergebnis						
KRAFT		Wurfball (200g)	Kugelstoßen (3kg) Mädchen (5kg) Jungen	Standweitsprung	Reck - Hüftaufschwung	
Punkte/Anzahl/ Ergebnis						
SCHNELLIGKEIT		100 m Laufen	25 m Schwimmen	200 m Radfahren	Boden - Handstandüberschlag	
Punkte/Anzahl/ Ergebnis						
KOORDINATION	Hochsprung	Weitsprung	Schleuderball (1kg)	Seilspringen (Kreuzen) 10/15/20	Boden - Sprung 1/1Dr.	
Punkte/Anzahl/ Ergebnis						

Ohne Schwimmen gibt es kein Sportabzeichen! Bitte Leistungszettel in der Geschäftsstelle abgeben!