

Punkte	Klimm-Ziehen Schräg Anz.	Liegestb. Turnb./ Normal Anz.	Aufr.aus Rücken-Lage Anz./30 s	Rumpf-heben in Beinl. Anz./30 s	Stand-Sprung/ Reichh. cm	Drei-er-hopp m	Klettern Stange 4 m s
1	5	4/-	8	8	15	3,10	-
2	6	5/-	9	9	16	3,17	-
3	7	-	10	-	-	3,23	-
4	8	6/-	11	10	17	3,29	-
5	9	7/-	-	11	18	3,35	3 m
6	10	-	12	12	-	3,41	-
7	11	8/-	13	13	19	3,47	-
8	12	9/-	14	14	20	3,53	-
9	-	-	-	15	-	3,59	-
10	13	10/-	15	16	21	3,65	-
11	14	11/1	16	17	22	3,71	25,0
12	15	-	-	18	-	3,77	24,1
13	-	12/2	17	19	23	3,83	23,3
14	16	13/-	18	-	-	3,89	22,6
15	17	-/3	-	20	24	3,95	21,9
16	18	-	19	-	-	4,01	21,2
17	-	-/4	-	21	25	4,06	20,5
18	19	-	20	-	-	4,11	19,8
19	20	-/5	-	22	26	4,16	19,1
20	21	-	-	-	-	4,20	18,5
21	-	-/6	-	23	-	4,24	17,9
22	22	-	21	-	27	4,28	17,3
23	23	-/7	-	24	-	4,32	16,7
24	24	-	-	-	-	4,36	16,2
25	-	-/8	-	25	28	4,40	15,7
26	25	-	22	-	-	4,44	15,2
27	26	-/9	-	-	-	4,48	14,7
28	-	-	-	26	29	4,52	14,2
29	27	-/10	-	-	-	4,55	13,7
30	28	-	23	-	-	4,58	13,2
31	29	-/11	-	27	30	4,61	12,7
32	-	-	-	-	-	4,64	12,2
33	30	-/12	-	-	-	4,67	11,7
34	31	-	24	-	31	4,70	11,2
35	-	-/13	-	28	-	4,72	10,9
36	32	-	-	-	-	4,75	10,6
37	-	-/14	-	-	-	4,77	10,3
38	33	-	-	-	32	4,80	10,1
39	-	-	-	-	-	4,82	9,9
40	34	-/15	25	29	-	4,84	9,7
41	-	-	-	-	-	4,87	9,5
42	35	-	-	-	33	4,89	9,3
43	-	/16	-	-	-	4,92	9,1
44	36	-	-	-	-	4,94	9,0
45	-	-	-	-	-	4,96	8,8
46	37	-/17	26	30	-	4,99	8,6
47	-	-	-	-	34	5,01	8,4
48	38	-	-	-	-	5,04	8,2
49	-	-/18	-	-	-	5,06	8,0
50	39	-	-	-	-	5,08	7,9

Berechnung der Punkte über 100 hinaus: Aufricht.a.d.Rückenlage: 1 mal = 9 Pkt.  
Rumpfheb.a.d.Beinlage: 1 mal = 11 Pkt.

Punkte	Klimm-ziehen schräg Anz.	Liege-stütz b. normal Anz.	Aufr.aus Rücken-lage Anz./30 s	Rumpf-heben in Beinl. Anz./30 s	Stand-sprung/ Reichh. cm	Drei-er-hopp m	Klettern Stange 4 m s
51	40	-	-	-	-	5,11	7,8
52	-	19	27	31	35	5,13	7,7
53	41	-	-	-	-	5,16	7,6
54	-	-	-	-	-	5,18	7,5
55	42	20	-	-	-	5,20	7,4
56	-	-	-	-	-	5,23	7,3
57	43	-	-	-	-	5,25	7,2
58	-	21	-	-	36	5,27	7,1
59	44	-	28	32	-	5,30	7,0
60	45	-	-	-	-	5,32	-
61	46	22	-	-	-	5,34	6,9
62	-	-	-	-	-	5,36	-
63	47	-	-	-	-	5,38	6,8
64	48	23	-	-	37	5,40	-
65	49	-	-	-	-	5,42	6,7
66	-	-	-	-	-	5,44	-
67	50	24	29	-	-	5,46	6,6
68	51	-	-	33	-	5,48	-
69	52	-	-	-	-	5,50	6,5
70	-	25	-	-	38	5,52	-
71	53	-	-	-	-	5,53	6,4
72	54	-	-	-	-	5,54	-
73	55	26	-	-	-	5,56	6,3
74	-	-	-	-	-	5,58	-
75	56	-	30	-	-	5,60	6,2
76	57	27	-	-	39	5,62	-
77	58	-	-	-	-	5,64	6,1
78	-	-	-	34	-	5,66	-
79	59	28	-	-	-	5,68	6,0
80	60	-	-	-	-	5,69	-
81	61	-	-	-	-	5,70	5,9
82	-	29	-	-	40	5,72	-
83	62	-	31	-	-	5,74	5,8
84	63	-	-	-	-	5,76	-
85	64	30	-	-	-	5,78	5,7
86	-	-	-	-	-	5,80	-
87	65	-	-	-	-	5,82	5,6
88	66	31	-	-	41	5,84	-
89	67	-	-	35	-	5,86	5,5
90	-	-	-	-	-	5,87	-
91	68	32	32	-	-	5,89	5,4
92	69	-	-	-	-	5,90	-
93	70	-	-	-	-	5,92	-
94	-	33	-	-	42	5,93	5,3
95	71	-	-	-	-	5,94	-
96	72	-	-	-	-	5,96	-
97	73	34	-	-	-	5,97	5,2
98	-	-	-	-	-	5,98	-
99	74	-	-	-	-	5,99	-
100	75	35	33	36	43	6,00	5,1

Klimmzug: 1 mal = 1 Pkt. Klettern: 0,1 s = 3 Pkt. Standsprung-Reichh.: 1 cm = 6 Pkt.  
Dreierhopp: 1 cm = 1 Pkt. Liegestützbeugen: 1 mal = 3 Pkt.

Punkte	60 m Hochst. s	100 m s	1000 m min:s	2000 m min:s	Weit- sprung m	Hoch- sprung cm	Ballw. 150 g m	Kugel 3 kg m
1	13,7	20,9	7:35	15:30	2,05	60	9,0	2,60
2	13,4	20,7	7:25	15:15	2,10	62	9,5	2,70
3	13,1	20,5	7:15	15:00	2,15	64	10,0	2,80
4	12,9	20,3	7:05	14:46	2,20	66	10,5	2,88
5	12,7	20,1	6:55	14:32	2,25	68	11,0	2,96
6	12,5	19,9	6:45	14:18	2,29	70	11,5	3,04
7	12,3	19,8	6:35	14:04	2,33	72	12,0	3,12
8	12,1	19,7	6:25	13:50	2,37	73	12,4	3,20
9	12,0	19,6	6:15	13:36	2,41	74	12,8	3,28
10	11,9	19,5	6:05	13:22	2,45	75	13,2	3,34
11	11,8	19,4	5:55	13:10	2,49	76	13,6	3,40
12	11,7	19,3	5:50	13:00	2,53	77	14,0	3,46
13	11,6	19,2	5:45	12:52	2,57	78	14,4	3,51
14	11,5	19,1	5:40	12:46	2,61	79	14,8	3,56
15	11,4	19,0	5:35	12:40	2,65	80	15,2	3,60
16	-	18,9	5:32	12:34	2,67	81	15,6	3,64
17	11,3	18,8	5:29	12:28	2,69	82	16,0	3,68
18	-	18,7	5:26	12:22	2,71	83	16,4	3,72
19	11,2	18,6	5:23	12:16	2,73	84	16,7	3,76
20	-	18,5	5:20	12:10	2,75	-	17,0	3,80
21	11,1	18,4	5:17	12:04	2,78	85	17,3	3,84
22	-	18,3	5:14	11:58	2,80	86	17,6	3,88
23	11,0	18,2	5:11	11:52	2,82	87	17,9	3,92
24	-	18,1	5:08	11:46	2,84	-	18,2	3,96
25	10,9	18,0	5:05	11:40	2,86	88	18,5	4,00
26	-	17,9	5:02	11:34	2,89	89	18,8	4,04
27	10,8	-	4:59	11:28	2,90	90	19,1	4,08
28	-	17,8	4:56	11:22	2,92	-	19,4	4,12
29	10,7	-	4:54	11:16	2,94	91	19,7	4,16
30	-	17,7	4:52	11:10	2,97	92	20,0	4,20
31	10,6	-	4:50	11:05	2,99	-	20,3	4,24
32	-	17,6	4:48	11:00	3,01	93	20,6	4,28
33	10,5	-	4:46	10:55	3,03	94	20,9	4,32
34	-	17,5	4:44	10:50	3,05	-	21,2	4,36
35	-	-	4:42	10:46	3,07	95	21,5	4,41
36	10,4	17,4	4:40	10:42	3,08	96	21,8	4,45
37	-	-	4:38	10:38	3,10	-	22,1	4,51
38	-	17,3	4:36	10:34	3,11	97	22,4	4,55
39	10,3	-	4:35	10:30	3,13	-	22,7	4,60
40	-	17,2	4:34	10:26	3,15	98	23,0	4,64
41	-	-	4:33	10:22	3,16	-	23,3	4,69
42	-	17,1	4:32	10:18	3,18	99	23,6	4,74
43	10,2	-	4:31	10:14	3,19	-	23,9	4,79
44	-	17,0	4:30	10:10	3,21	100	24,2	4,83
45	-	-	4:29	10:06	3,23	-	24,5	4,88
46	-	16,9	4:28	10:02	3,24	101	24,8	4,91
47	10,1	-	4:27	9:58	3,26	-	25,1	4,95
48	-	16,8	4:26	9:54	3,27	102	25,4	5,00
49	-	-	4:25	9:50	3,29	-	25,7	5,05
50	-	16,7	4:24	9:47	3,31	103	26,0	5,10

Berechnung der Punkte über 100 hinaus: 60 m: 0,1 s = 5 Pkt. 1000 m: 1 s = 2 Pkt.  
 100 m: 0,1 s = 4 Pkt. 2000 m: 1 s = 1 Pkt.

Punkte	60 m Hochst. s	100 m s	1000 m min:s	2000 m min:s	Weit- sprung m	Hoch- sprung cm	Ballw. 150 g m	Kugel 3 kg m
51	10,0	-	4:23	9:44	3,32	-	26,3	5,15
52	-	16,6	4:22	9:41	3,34	104	26,6	5,19
53	-	-	4:21	9:38	3,35	-	26,9	5,24
54	-	16,5	4:20	9:35	3,37	-	27,2	5,28
55	9,9	-	4:19	9:32	3,39	105	27,5	5,32
56	-	16,4	4:18	9:29	3,40	-	27,8	5,36
57	-	-	4:17	9:26	3,42	-	28,1	5,40
58	-	16,3	4:16	9:23	3,43	106	28,4	5,45
59	-	-	4:15	9:20	3,45	-	28,7	5,50
60	9,8	-	4:14	9:18	3,46	-	29,0	5,53
61	-	16,2	4:13	9:16	3,47	107	29,3	5,56
62	-	-	4:12	9:14	3,48	-	29,6	5,59
63	-	-	4:11	9:12	3,49	-	29,9	5,62
64	-	16,1	-	9:11	3,50	108	30,2	5,65
65	9,7	-	4:10	9:10	3,51	-	30,5	5,68
66	-	-	4:09	9:09	3,52	-	30,8	5,70
67	-	16,0	-	9:08	3,53	109	31,1	5,73
68	-	-	4:08	9:07	3,54	-	31,4	5,77
69	-	-	4:07	9:06	3,55	-	31,7	5,79
70	9,6	15,9	-	9:05	3,56	110	32,0	5,82
71	-	-	4:06	9:04	3,57	-	32,2	5,85
72	-	-	4:05	9:03	3,58	-	32,4	5,88
73	-	15,8	-	9:02	3,59	111	32,6	5,91
74	-	-	4:04	9:01	3,60	-	32,8	5,94
75	9,5	-	4:03	9:00	3,61	-	33,0	5,97
76	-	15,7	-	8:59	3,62	112	33,2	6,00
77	-	-	4:02	8:58	3,63	-	33,4	6,03
78	-	-	4:01	8:57	3,64	-	33,6	6,06
79	-	15,6	-	8:56	3,65	113	33,8	6,08
80	9,4	-	4:00	8:55	3,66	-	34,0	6,11
81	-	-	-	8:54	3,67	-	34,2	6,14
82	-	15,5	3:59	8:53	3,68	114	34,4	6,17
83	-	-	-	8:52	3,69	-	34,6	6,20
84	-	-	3:58	8:51	3,70	-	34,8	6,23
85	9,3	15,4	-	8:50	3,71	115	35,0	6,26
86	-	-	3:57	8:49	3,72	-	35,2	6,29
87	-	-	-	8:48	3,73	-	35,4	6,32
88	-	15,3	3:56	8:47	3,74	116	35,6	6,35
89	-	-	-	8:46	3,75	-	35,8	6,38
90	9,2	-	3:55	8:45	3,76	-	36,0	6,41
91	-	-	-	8:44	3,77	117	36,2	6,43
92	-	15,2	3:54	8:43	3,78	-	36,4	6,46
93	-	-	-	8:42	3,79	-	36,6	6,49
94	-	-	3:53	8:41	3,80	118	36,8	6,52
95	9,1	-	-	8:40	3,81	-	37,0	6,55
96	-	15,1	3:52	8:39	3,82	-	37,2	6,58
97	-	-	-	8:38	3,83	119	37,4	6,61
98	-	-	3:51	8:37	3,84	-	37,6	6,64
99	-	-	-	8:36	-	-	37,8	6,67
100	9,0	15,0	3:50	8:35	3,85	120	38,0	6,70

Weitsprung: 1 cm = 1 Pkt. Ballwurf: 20 cm = 1 Pkt.  
 Hochsprung: 1 cm = 3 Pkt. Kugelstoß: 3 cm = 1 Pkt.

Punkte	Klimmz. schräg/ Hang Anz.	Liegestb. Turnb./ normal Anz.	Aufr.aus Rückenlage Anz./30 s	Rumpf-heben in Beinkl. Anz./30 s	Stand-Sprung/ Reichh. cm	Drei-er-hopp m	Klettern Stange 4 m s
1	7/-	4/-	9	9	16	3,30	-
2	8/-	5/-	10	10	17	3,40	-
3	9/-	6/-	11	11	18	3,50	-
4	10/-	7/-	12	12	19	3,60	-
5	11/-	8/-	13	13	-	3,70	3 m
6	12/-	9/-	14	14	20	3,76	-
7	131-	101-	15	15	-	3,82	-
8	141-	11/1	-	16	21	3,88	-
9	151-	-/2	16	-	-	3,94	-
10	161-	-	-	17	22	4,00	4 m
11	17/-	-/3	17	18	-	4,05	-
12	181-	-/4	-	-	23	4,10	-
13	19/-	-	18	19	-	4,15	-
14	20/-	-/5	-	-	24	4,20	22,0
15	21/-	-/6	19	20	-	4,25	20,9
16	22/-	-	-	-	25	4,28	19,8
17	231-	-/7	-	21	-	4,31	18,8
18	-	-/8	20	-	26	4,34	17,8
19	24/-	-	-	22	-	4,37	16,8
20	2511	-/9	-	-	27	4,40	15,8
21	26/-	-/10	21	23	-	4,44	15,1
22	-	-	-	-	28	4,48	14,4
23	27/-	-/11	-	24	-	4,52	13,8
24	28/-	-	-	-	-	4,55	13,2
25	29/-	-/12	22	-	29	4,58	12,6
26	30/2	-	-	25	-	4,62	12,1
27	-	43	-	-	-	4,66	11,6
28	-	-	-	-	30	4,69	11,2
29	-	-/14	23	-	-	4,72	10,8
30	-	-	-	26	-	4,75	10,4
31	-	-/15	-	-	31	4,79	10,0
32	-/3	-	-	-	-	4,83	9,7
33	-	-/16	-	-	-	4,87	9,4
34	-	-	24	27	32	4,90	9,1
35	-	-/17	-	-	-	4,93	8,9
36	-	-	-	-	-	4,96	8,7
37	-	-/18	-	-	-	4,99	8,6
38	-/4	-	-	-	33	5,01	8,5
39	-	-/19	-	28	-	5,03	8,4
40	-	-	25	-	-	5,05	8,3
41	-	-/20	-	-	-	5,08	8,1
42	-	-	-	-	34	5,10	7,9
43	-	-/21	-	-	-	5,12	7,8
44	-	-	-	29	-	5,14	7,7
45	-/5	-/22	-	-	-	5,16	7,6
46	-	-	26	-	35	5,19	7,4
47	-	-/23	-	-	-	5,22	7,3
48	-	-	-	-	-	5,25	7,2
49	-	-/24	-	30	-	5,28	7,1
50	-	-	-	-	36	5,30	7,0

Berechnung der Punkte über 100 hinaus: Aufricht.a.d.Rückenlage: 1 mal = 10 Pkt.  
Rumpfheb.a.d.Beinlage: 1 mal = 11 Pkt.

Punkte	Klimm-ziehen Hang Anz.	Liege-stützbe. normal Anz.	Aufr.aus Rückenlage Anz./30 s	Rumpf-heben in Beinkl. Anz./30 s	Stand-sprung/ Reichh. cm	Drei-er-hopp m	Klettern Stange 4 m s
51	-	25	-	-	-	5,33	6,8
52	6	-	-	-	-	5,36	6,7
53	-	26	27	-	-	5,38	6,6
54	-	-	-	31	37	5,40	6,5
55	-	27	-	-	-	5,42	6,4
56	-	-	-	-	-	5,45	6,3
57	-	28	-	-	-	5,47	6,2
58	-	-	-	-	-	5,49	6,1
59	7	-	28	32	38	5,51	6,0
60	-	29	-	-	-	5,54	5,9
61	-	-	-	-	-	5,56	5,8
62	-	-	-	-	-	5,58	5,7
63	-	-	-	-	-	5,60	5,6
64	-	30	-	-	39	5,62	-
65	-	-	-	33	-	5,64	5,5
66	-	-	-	-	-	5,67	5,4
67	8	-	29	-	-	5,69	-
68	-	-	-	-	-	5,71	5,3
69	-	31	-	-	40	5,73	-
70	-	-	-	-	-	5,75	5,2
71	-	-	-	34	-	5,77	-
72	-	-	-	-	-	5,79	5,1
73	-	-	-	-	-	5,81	-
74	-	32	30	-	41	5,83	5,0
75	9	-	-	-	-	5,85	-
76	-	12,1	-	-	-	5,87	-
77	-	-	-	-	-	5,89	4,9
78	-	-	-	-	-	5,91	-
79	-	33	-	35	42	5,93	-
80	-	-	-	-	-	5,95	4,8
81	-	-	31	-	-	5,97	-
82	-	-	-	-	-	5,99	-
83	10	-	-	-	-	6,01	4,7
84	-	34	-	-	43	6,03	-
85	-	-	-	-	-	6,05	-
86	-	-	-	-	-	6,07	4,6
87	-	-	-	-	-	6,09	-
88	-	-	-	-	-	6,11	-
89	-	35	-	36	44	6,13	-
90	-	-	32	-	-	6,15	4,5
91	11	-	-	-	-	6,17	-
92	-	-	-	-	-	6,19	-
93	-	-	-	-	-	6,21	-
94	-	36	-	-	45	6,23	-
95	-	-	-	-	-	6,25	4,4
96	-	-	-	-	-	6,27	-
97	-	-	-	-	-	6,29	-
98	-	-	-	-	-	6,31	-
99	-	-	-	-	-	6,33	-
100	12	37	33	37	46	6,35	4,3

Klimmzug: 1mal = 9 Pkt. Klettern 0,1 s = 5 Pkt. Standsprung-Reichh.: 1 cm = 6 Pkt.  
Dreierhopp: 2 cm=1Pkt. Liegestützbeugen: 1 mal = 6 Pkt.

Punkte	60 m Hochst. s	100 m s	1000 m min:s	2000m min:s	Weit- sprung m	Hoch- Sprung cm	Ballwurf 150 g m	Kugel 3 kg m
1	13,1	24,6	7:05	17:00	2,20	67	16,0	3,10
2	12,8	24,2	6:57	16:30	2,29	69	16,6	3,23
3	12,6	23,8	6:49	16:00	2,38	71	17,2	3,36
4	12,4	23,4	6:41	15:30	2,47	73	17,8	3,48
5	12,2	23,0	6:33	15:02	2,55	75	18,4	3,60
6	12,0	22,6	6:25	14:34	2,59	76	19,0	3,70
7	11,9	22,2	6:17	14:08	2,63	77	19,6	3,80
8	11,7	21,8	6:09	13:43	2,67	78	20,2	3,90
9	11,6	21,4	6:01	13:19	2,71	79	20,7	4,00
10	11,5	21,0	5:53	12:57	2,75	80	21,2	4,10
11	11,4	20,6	5:45	12:38	2,78	81	21,8	4,18
12	11,3	20,2	5:37	12:21	2,81	82	22,3	4,26
13	11,2	19,8	5:29	12:06	2,84	83	22,8	4,34
14	-	19,5	5:22	11:53	2,87	84	23,3	4,42
15	11,1	19,2	5:15	11:42	2,90	85	23,8	4,50
16	-	19,1	5:12	11:33	2,93	86	24,3	4,56
17	11,0	19,0	5:09	11:26	2,96	87	24,8	4,62
18	-	18,9	5:07	11:19	2,99	88	25,3	4,68
19	10,9	18,8	5:04	11:12	3,01	89	25,8	4,73
20	-	18,7	5:02	11:05	3,03	90	26,2	4,78
21	10,8	18,6	4:59	10:58	3,05	91	26,7	4,84
22	-	18,5	4:56	10:51	3,07	92	27,2	4,89
23	10,7	18,4	4:54	10:45	3,09	93	27,6	4,94
24	-	18,3	4:51	10:39	3,11	94	28,0	4,99
25	10,6	18,2	4:48	10:33	3,13	95	28,4	5,04
26	-	18,1	4:46	10:27	3,15	96	28,9	5,09
27	-	18,0	4:43	10:21	3,17	-	29,3	5,14
28	10,5	17,9	4:40	10:15	3,19	97	29,7	5,19
29	-	17,8	4:38	10:10	3,21	-	30,1	5,24
30	-	17,7	4:35	10:05	3,22	98	30,5	5,28
31	10,4	17,6	4:33	10:00	3,24	-	30,9	5,33
32	-	17,5	4:30	9:55	3,26	99	31,3	5,38
33	-	-	4:27	9:50	3,28	-	31,7	5,43
34	10,3	17,4	4:25	9:45	3,30	100	32,0	5,48
35	-	17,3	4:24	9:41	3,32	-	32,4	5,52
36	-	17,2	4:22	9:37	3,34	101	32,8	5,57
37	10,2	17,1	4:21	9:33	3,36	-	33,2	5,62
38	-	17,0	4:20	9:30	3,38	102	33,6	5,67
39	-	16,9	4:19	9:27	3,39	-	33,9	5,71
40	10,1	-	4:18	9:24	3,40	103	34,2	5,75
41	-	16,8	4:16	9:22	3,42	-	34,6	5,80
42	-	-	4:15	9:20	3,44	104	35,0	5,84
43	-	16,7	4:14	9:18	3,46	-	35,3	5,88
44	10,0	-	4:13	9:16	3,48	105	35,6	5,92
45	-	16,6	4:12	9:14	3,49	-	35,9	5,96
46	-	-	4:10	9:12	3,51	106	36,3	6,01
47	-	16,5	4:09	9:10	3,53	-	36,6	6,05
48	9,9	-	4:08	9:08	3,55	-	36,9	6,09
49	-	16,4	4:07	9:06	3,56	107	37,2	6,13
50	-	-	4:06	9:04	3,57	-	37,5	6,17

Berechnung der Punkte über 100 hinaus: 60 m : 0,1 s = 7 Pkt. 1000m : 1s = 2 Pkt.  
 100 m: 0,1 s = 5 Pkt. 2000m : 1s = 1 Pkt.

Punkte	60 m Hochst. s	100 m s	1000 m min:s	2000m min:s	Weit- sprung m	Hoch- sprung cm	Ballwurf 150 g m	Kugel 3 kg m
51	-	16,3	4:04	9:02	3,59	-	37,8	6,21
52	9,8	-	4:03	9:00	3,61	108	38,1	6,25
53	-	16,2	4:02	8:58	3,62	-	38,4	6,29
54	-	-	4:01	8:56	3,63	-	38,7	6,33
55	-	16,1	4:00	8:54	3,64	109	38,9	6,36
56	-	-	3:58	8:52	3,66	-	39,2	6,40
57	9,7	16,0	3:57	8:50	3,68	-	39,5	6,44
58	-	-	3:56	8:48	3,70	110	39,8	6,47
59	-	-	3:55	8:46	3,71	-	40,0	6,50
60	-	15,9	3:54	8:44	3,72	-	40,3	6,54
61	-	-	-	8:42	3,74	111	40,6	6,58
62	9,6	-	3:53	8:40	3,76	-	40,8	6,62
63	-	15,8	3:52	8:38	3,78	-	41,0	6,65
64	-	-	-	8:36	3,79	112	41,2	6,68
65	-	-	3:51	8:34	3,80	-	41,4	6,71
66	-	-	3:50	8:32	3,82	-	41,7	6,74
67	-	15,7	-	8:30	3,84	113	41,9	6,77
68	9,5	-	3:49	8:28	3,85	-	42,1	6,80
69	-	-	3:48	8:26	3,86	-	42,3	6,83
70	-	-	-	8:24	3,87	114	42,5	6,86
71	-	15,6	3:47	8:22	3,89	-	42,7	6,89
72	-	-	3:46	8:20	3,90	-	42,9	6,92
73	-	-	-	8:18	3,91	115	43,1	6,95
74	9,4	-	3:45	8:16	3,92	-	43,3	6,98
75	-	15,5	3:44	8:14	3,93	-	43,5	7,00
76	-	-	-	8:12	3,95	116	43,7	7,03
77	-	-	3:43	8:10	3,97	-	43,9	7,06
78	-	-	3:42	8:08	3,98	-	44,1	7,09
79	-	-	-	8:06	3,99	117	44,3	7,11
80	9,3	15,4	3:41	8:04	4,00	-	44,5	7,13
81	-	-	3:40	8:02	4,02	-	44,7	7,16
82	-	-	-	8:00	4,03	118	44,9	7,18
83	-	-	3:39	7:59	4,04	-	45,1	7,20
84	-	-	3:38	7:58	4,05	-	45,3	7,22
85	-	15,3	-	7:57	4,06	119	45,5	7,24
86	9,2	-	3:37	7:56	4,07	-	45,6	7,26
87	-	-	-	7:55	4,08	-	45,7	7,28
88	-	-	3:36	7:54	4,09	120	45,8	7,30
89	-	-	-	7:53	4,10	-	45,9	7,32
90	-	15,2	3:35	7:52	4,11	-	46,0	7,34
91	-	-	-	7:51	4,12	121	46,1	7,36
92	-	-	3:34	7:50	4,13	-	46,2	7,37
93	9,1	-	-	7:49	4,14	-	46,3	7,38
94	-	-	3:33	7:48	4,15	122	46,4	7,40
95	-	15,1	-	7:47	4,16	-	46,5	7,41
96	-	-	3:32	7:46	4,17	-	46,6	7,42
97	-	-	-	7:45	4,18	123	46,7	7,44
98	-	-	3:31	7:44	4,19	-	46,8	7,46
99	-	-	-	7:43	-	-	46,9	7,48
100	9,0	15,0	3:30	7:42	4,20	124	47,0	7,50

Weitsprung: 1 cm = 1 Pkt. Ballwurf: 10 cm = 1 Pkt.  
 Hochsprung: 1 cm = 3 Pkt. Kugelstoß : 2 cm = 1 Pkt.

Punkte	Klimm- ziehen schräg Anz.	Liegestb. Turnb./ normal Anz.	Aufr.aus Rücken- lage Anz./30 s	Rumpf- heben in Beinkl. Anz./30 s	Stand- sprung/ Reichh. cm	Drei- er- hopp m	Klettern Stange 4 m s
1	5	8/-	10	10	16	3,35	-
2	6	9/-	11	11	17	3,42	-
3	7	10/-	-	12	18	3,49	3m
4	8	-	12	13	-	3,56	-
5	-	11/1	13	-	19	3,63	-
6	9	-	-	14	20	3,70	-
7	10	-	14	15	-	3,77	-
8	11	-2	15	16	21	3,84	-
9	12	-	-	-	22	3,91	-
10	13	-	16	17	-	3,98	25,0
11	-	-3	17	18	23	4,05	24,0
12	14	-	-	19	-	4,12	23,0
13	15	-4	18	-	24	4,18	22,5
14	16	-	-	20	-	4,24	22,0
15	17	-5	19	21	25	4,30	21,0
16	-	-	-	-	-	4,34	20,4
17	18	-6	-	-	26	4,37	19,8
18	19	-	20	22	-	4,41	19,2
19	20	-7	-	-	27	4,45	18,6
20	-	-	-	-	-	4,48	18,0
21	-	-8	21	-	-	4,52	17,4
22	22	-	-	-	28	4,56	16,8
23	23	-9	-	-	-	4,59	16,2
24	-	-	-	-	-	4,63	15,6
25	24	-10	22	24	29	4,67	15,0
26	25	-	-	-	-	4,71	14,4
27	-	-11	-	-	-	4,74	13,8
28	26	-	-	-	30	4,78	13,2
29	27	-12	23	25	-	4,82	12,7
30	-	-	-	-	-	4,85	12,2
31	28	-13	-	-	31	4,89	11,7
32	29	-	-	-	-	4,93	11,2
33	-	-14	-	-	-	4,96	10,7
34	30	-	24	26	32	5,00	10,2
35	31	-15	-	-	-	5,02	10,0
36	-	-	-	-	-	5,05	9,8
37	32	-	-	-	-	5,07	9,6
38	33	-16	-	-	33	5,10	9,4
39	-	-	-	27	-	5,12	9,2
40	34	-	25	-	-	5,14	9,0
41	35	-17	-	-	-	5,17	8,9
42	-	-	-	-	34	5,19	8,8
43	36	-	-	-	-	5,22	8,7
44	-	-18	-	28	-	5,24	8,6
45	37	-	-	-	-	5,26	8,5
46	-	-	26	-	35	5,29	8,4
47	38	-19	-	-	-	5,31	8,3
48	-	-	-	-	-	5,34	8,2
49	39	-	-	29	-	5,36	8,1
50	-	-20	-	-	36	5,38	8,0

Berechnung der Punkte über 100 Punkte hinaus: Aufricht a.d.Rückenlage: 1 mal = 9 Pkt.  
Rumpfhieb.a.d.Beinlage: 1 mal = 10 Pkt.

Punkte	Klimm- ziehen schräg Anz.	Liege- Stütz- Normal Anz.	Aufr. aus Rücken- lage Anz./30 s	Rumpf- Heben in Beinkl. Anz./30	Stand- sprung/ Reichh. cm	Drei- er- hopp m	Klettern Stange 4 m s
51	40	-	-	-	-	5,41	7,9
52	-	-	27	-	-	5,43	7,8
53	41	21	-	-	-	5,46	7,7
54	-	-	-	30	37	5,48	7,6
55	42	-	-	-	-	5,50	7,5
56	-	22	-	-	-	5,53	7,4
57	43	-	-	-	-	5,55	7,3
58	-	-	-	-	-	5,58	7,2
59	44	23	28	31	38	5,60	7,1
60	45	-	-	-	-	5,61	7,0
61	-	-	-	-	-	5,63	-
62	46	24	-	-	-	5,64	6,9
63	47	-	-	-	-	5,65	-
64	48	-	-	-	39	5,67	6,8
65	-	25	-	32	-	5,68	-
66	49	-	-	-	-	5,69	6,7
67	50	-	29	-	-	5,71	-
68	51	26	-	-	-	5,72	6,6
69	-	-	-	-	40	5,73	-
70	52	-	-	-	-	5,75	6,5
71	53	27	-	-	-	5,76	-
72	54	-	-	33	-	5,77	6,4
73	-	-	-	-	-	5,79	-
74	55	28	-	-	41	5,80	6,3
75	56	-	30	-	-	5,81	-
76	57	-	-	-	-	5,83	6,2
77	-	29	-	-	-	5,84	-
78	58	-	-	-	-	5,85	6,1
79	59	-	-	-	42	5,87	-
80	60	30	-	34	-	5,88	6,0
81	61	-	-	-	-	5,90	-
82	62	-	-	-	-	5,91	5,9
83	-	-	31	-	-	5,92	-
84	63	31	-	-	43	5,94	5,8
85	64	-	-	-	-	5,95	-
86	65	-	-	-	-	5,96	5,7
87	-	-	-	-	-	5,98	-
88	66	32	-	-	-	5,99	5,6
B9	67	-	-	-	44	6,00	-
90	68	-	-	35	-	6,02	5,5
91	-	-	32	-	-	6,03	-
92	69	33	-	-	-	6,04	5,4
93	70	-	-	-	-	6,06	-
94	71	-	-	-	45	6,07	5,3
95	-	-	-	-	-	6,08	-
96	72	34	-	-	-	6,10	5,2
97	73	-	-	-	-	6,11	-
98	74	-	-	-	-	6,12	5,1
99	-	-	-	-	-	6,14	-
100	75	35	33	36	46	6,15	5,0

Klimmzug: 1 mal = 1 Pkt. Klettern 0,1 s = 2 Pkt. Standspr.-Reichh.: 1 cm = 6 Pkt.  
Dreierhopp: 1 cm = 1 Pkt. Liegestützbeugen: 1 mal = 4 Pkt.

Punkte	60 m Hochst. s	100 m S	1000m min:s	2000 m min:s	weit- sprung m	Hoch- sprung cm	Ballw. 150 g m	Kugel 3 kg m
1	13,6	20,8	7:30	15:15	2,15	65	11,0	3,00
2	13,4	20,6	7:20	15:00	2,20	67	11,5	3,20
3	13,2	20,4	7:10	14:45	2,25	69	12,0	3,40
4	13,0	20,2	7:00	14:30	2,30	71	12,5	3,60
5	12,8	20,0	6:50	14:15	2,35	73	13,0	3,80
6	12,4	19,8	6:40	14:00	2,40	75	13,5	3,90
7	12,2	19,6	6:30	13:45	2,45	77	14,0	4,00
8	12,0	19,4	6:20	13:30	2,50	78	14,5	4,10
9	11,8	19,2	6:10	13:15	2,55	79	15,0	4,20
10	11,7	19,1	6:00	13:00	2,60	80	15,5	4,30
11	11,6	19,0	5:50	12:40	2,64	81	15,9	4,40
12	11,5	18,9	5:40	12:30	2,68	82	16,3	4,50
13	11,4	18,8	5:30	12:20	2,72	83	16,7	4,60
14	11,3	18,7	5:25	12:10	2,76	84	17,1	4,70
15	11,2	18,6	5:20	12:02	2,80	85	17,5	4,80
16	11,1	18,5	5:16	11:54	2,83	86	17,8	4,90
17	11,0	18,4	5:12	11:46	2,85	87	18,1	5,00
18	10,9	18,3	5:09	11:40	2,88	-	18,4	5,10
19	-	18,2	5:06	11:36	2,91	88	18,7	5,15
20	10,8	18,1	5:03	11:34	2,93	89	18,9	5,20
21	-	18,0	5:01	11:28	2,96	90	19,2	5,25
22	10,7	17,9	4:59	11:22	2,98	-	19,5	5,30
23	-	-	4:57	11:16	3,01	91	19,8	5,35
24	10,6	17,8	4:55	11:10	3,04	92	20,1	5,40
25	-	17,7	4:53	11:04	3,06	93	20,4	5,45
26	10,5	17,6	4:51	10:58	3,09	-	20,7	5,50
27	-	17,5	4:49	10:53	3,12	94	21,0	5,55
28	10,4	-	4:47	10:48	3,14	95	21,3	5,60
29	-	17,4	4:45	10:44	3,17	96	21,6	5,65
30	10,3	17,3	4:43	10:40	3,19	-	21,8	5,70
31	-	17,2	4:41	10:36	3,22	97	22,1	5,75
32	10,2	-	4:39	10:32	3,25	98	22,4	5,80
33	-	17,1	4:37	10:28	3,27	-	22,7	5,85
34	10,1	17,0	4:35	10:24	3,30	99	23,0	5,90
35	-	16,9	4:32	10:21	3,32	-	23,3	5,93
36	-	-	4:30	10:18	3,34	100	23,6	5,96
37	10,0	16,8	4:29	10:16	3,35	-	23,8	5,99
38	-	16,7	4:28	10:13	3,37	101	24,1	6,01
39	-	-	4:27	10:10	3,39	-	24,4	6,03
40	-	16,6	4:26	10:07	3,41	102	24,7	6,05
41	9,9	16,5	4:25	10:04	3,43	-	25,0	6,07
42	-	-	4:24	10:01	3,44	103	25,2	6,09
43	-	16,4	4:23	9:58	3,46	-	25,5	6,11
44	-	16,3	4:22	9:55	3,48	104	25,8	6,13
45	9,8	-	4:21	9:52	3,50	-	26,1	6,15
46	-	16,2	4:20	9:49	3,52	-	26,4	6,17
47	-	16,1	4:19	9:46	3,53	105	26,6	6,18
48	-	-	4:18	9:43	3,55	-	26,9	6,19
49	9,7	16,0	4:17	9:40	3,57	-	27,1	6,20
50	-	-	4:16	9:37	3,59	106	27,5	6,21

Berechnung der Punkte über 100 hinaus: 60 m: 0,1 s = 3 Pkt. 1000m: 1 s = 2 Pkt.  
100 m: 0,1 s = 4 Pkt. 2000m: 1 s = 1 Pkt.

Punkte	60 m Hochst. s	100 m s	1000 m min:s	2000 m min:s	Weit- sprung m	Hoch- sprung cm	Ballw. 150 g m	Kugel 3 kg m
51	-	15,9	-	9:34	3,61	-	27,8	6,22
52	-	-	4:15	9:31	3,62	-	28,0	6,23
53	9,6	15,8	4:14	9:28	3,64	107	28,3	6,24
54	-	-	4:13	9:25	3,66	-	28,6	6,25
55	-	15,7	-	9:22	3,68	-	28,9	6,26
56	-	-	4:12	9:19	3,70	108	29,2	6,27
57	9,5	15,6	4:11	9:16	3,71	-	29,4	6,28
58	-	-	-	9:13	3,73	-	29,7	6,29
59	-	15,5	4:10	9:10	3,75	109	30,0	6,30
60	-	-	4:09	9:08	3,76	-	30,2	6,33
61	9,4	-	-	9:06	3,77	-	30,5	6,36
62	-	15,4	4:08	9:04	3,78	110	30,7	6,39
63	-	-	4:07	9:02	3,79	-	31,0	6,42
64	-	-	-	9:00	3,80	-	31,2	6,45
65	9,3	15,3	4:06	8:58	3,82	111	31,5	6,48
66	-	-	4:05	8:56	3,83	-	31,7	6,51
67	-	-	-	8:54	3,84	-	32,0	6,54
68	-	15,2	4:04	8:52	3,85	112	32,2	6,57
69	9,2	-	4:03	8:50	3,86	-	32,4	6,60
70	-	-	-	8:48	3,87	-	32,7	6,63
71	-	-	4:02	8:46	3,88	113	32,9	6,66
72	-	15,1	4:01	8:44	3,89	-	33,2	6,69
73	9,1	-	-	8:42	3,90	-	33,4	6,72
74	-	-	4:00	8:41	3,91	114	33,7	6,75
75	-	-	3:59	8:40	3,93	-	33,9	6,78
76	-	15,0	-	8:39	3,94	-	34,1	6,81
77	9,0	-	3:58	8:38	3,95	115	34,4	6,84
78	-	-	3:57	8:37	3,96	-	34,6	6,87
79	-	-	-	8:36	3,97	-	34,9	6,90
80	-	14,9	3:56	8:35	3,98	116	35,1	6,93
81	8,9	-	3:55	8:34	3,99	-	35,4	6,96
82	-	-	-	8:33	4,00	-	35,6	6,99
83	-	-	3:54	8:32	4,01	117	35,9	7,02
84	-	14,8	3:53	8:31	4,02	-	36,1	7,05
85	8,8	-	-	8:30	4,04	-	36,3	7,08
86	-	-	3:52	8:29	4,05	118	36,6	7,11
87	-	-	-	8:28	4,06	-	36,8	7,14
88	-	14,7	3:51	8:27	4,07	-	37,1	7,17
89	8,7	-	-	8:26	4,08	119	37,3	7,20
90	-	-	3:50	8:25	4,09	-	37,6	7,23
91	-	-	-	8:24	4,10	-	37,8	7,26
92	-	14,6	3:49	8:23	4,11	120	38,0	7,29
93	8,6	-	-	8:22	4,12	-	38,3	7,32
94	-	-	3:48	8:21	4,13	-	38,5	7,35
95	-	-	-	8:20	4,15	-	38,8	7,38
96	-	14,5	3:47	8:19	4,16	121	39,0	7,41
97	8,5	-	-	8:18	4,17	-	39,3	7,44
98	-	-	3:46	8:17	4,18	-	39,5	7,47
99	-	-	-	8:16	4,19	-	39,8	7,50
100	8,4	14,4	3:45	8:15	4,20	122	40,0	7,53

Weitsprung: 1 cm = 1 Pkt. Ballwurf : 20 cm = 1 Pkt.  
Hochsprung: 1 cm = 4 Pkt. Kugelstoß: 3 cm = 1 Pkt.

6.Schuljahr männl. Punkttabellen für körperlich-sportliche Leistungen Alle Schularten

Punkte	Klimmz. schräg/ Hang Anz.	Liegest. Turnb./ normal Anz.	Aufr. aus Rückenlage Anz./30 s	Rumpfheben in Beinl. Anz./30 s	Stand-sprung/ Reichh. cm	Drei-er-hopp m	Klettern Stange 4 m s
1	9/-	6/-	10	10	17	3,45	-
2	10/-	7/-	11	11	18	3,55	-
3	11/-	8/-	12	12	19	3,65	-
4	12/-	9/-	13	13	20	3,74	-
5	13/-	10/1	14	14	21	3,83	4 m
6	14/-	-	15	15	22	3,91	-
7	15/-	-/2	16	-	-	3,98	-
8	16/-	-	17	16	23	4,06	23,1
9	17/-	-/3	17	17	-	4,14	21,9
10	18/-	-/4	18	-	24	4,21	20,7
11	-	-/5	-	18	-	4,26	19,7
12	19/-	-/6	19	-	25	4,31	18,7
13	20/-	-/7	-	19	-	4,36	17,9
14	21/-	-/8	-	-	26	4,41	17,1
15	22/-	-/9	20	20	-	4,46	16,3
16	23/-	-	-	-	27	4,51	15,7
17	24/-	-/10	-	21	-	4,56	15,1
18	25/1	-/11	-	-	28	4,61	14,5
19	26/-	-	21	22	-	4,66	13,9
20	27/-	-/12	-	-	29	4,70	13,3
21	-	-/13	-	-	-	4,74	12,8
22	28/-	-	-	23	30	4,78	12,4
23	29/-	-/14	-	-	-	4,82	12,0
24	30/2	-/15	22	-	31	4,86	11,6
25	-	-	-	24	-	4,90	11,2
26	-	-/16	-	-	-	4,94	10,8
27	-	-/17	-	-	32	4,98	10,4
28	-	-	-	25	-	5,02	10,0
29	-/3	-/18	23	-	-	5,06	9,6
30	-	-	-	-	33	5,09	9,2
31	-	-/19	-	26	-	5,12	9,0
32	-	-	-	-	-	5,15	8,8
33	-	-/20	-	-	34	5,18	8,6
34	-/4	-	-	27	-	5,21	8,4
35	-	-/21	24	-	-	5,24	8,2
36	-	-	-	-	35	5,27	8,0
37	-	-/22	-	28	-	5,30	7,8
38	-	-	-	-	-	5,33	7,6
39	-/5	-/23	-	-	36	5,36	7,4
40	-	-	-	-	-	5,39	7,3
41	-	-/24	25	29	-	5,42	7,1
42	-	-	-	-	-	5,45	7,0
43	-	-/25	-	-	37	5,48	6,9
44	-/6	-	-	-	-	5,51	6,8
45	-	-/26	-	-	-	5,54	6,7
46	-	-	-	30	-	5,57	6,6
47	-	-/27	26	-	38	5,60	6,5
48	-	-	-	-	-	5,63	6,4
49	-/7	-	-	-	-	5,66	6,3
50	-	-/28	-	-	-	5,69	6,2

Berechnung der Punkte über 100 hinaus: Aufricht.a.d.Rückenlage: 1 mal = 7 Pkt.  
Rumpfheb.a.d.Beinlage: 1 mal = 9 Pkt.

Alle Schularten Punkttabellen für körperlich-sportliche Leistungen 5.Schuljahr männl.

Punkte	Klimm-ziehen Hang Anz.	Liege-stütz b. normal Anz.	Aufr. aus Rückenlage Anz./30 s	Rumpf-heben in Beinl. Anz./30 s	Stand-Sprung/ Reichh. cm	Drei-er-hopp m	Klettern Stange 4 m s
51	-	-	-	-	39	5,72	6,1
52	-	-	-	31	-	5,75	6,0
53	-	29	27	-	-	5,78	5,9
54	-	-	-	-	-	5,81	5,8
55	8	-	-	-	40	5,83	-
56	-	30	-	-	-	5,85	5,7
57	-	-	-	-	-	5,87	5,6
58	-	-	-	32	-	5,89	5,5
59	-	31	28	-	41	5,91	-
60	-	-	-	-	-	5,93	5,4
61	9	-	-	-	-	5,95	-
62	-	-	-	-	-	5,98	5,3
63	-	32	-	-	-	6,00	-
64	-	-	-	-	42	6,03	5,2
65	-	-	29	33	-	6,05	-
66	-	-	-	-	-	6,07	5,1
67	10	33	-	-	-	6,09	-
68	-	-	-	-	-	6,11	5,0
69	-	-	-	-	43	6,13	-
70	-	-	-	-	-	6,15	-
71	-	34	-	-	-	6,17	4,9
72	-	-	30	-	-	6,19	-
73	11	-	-	34	-	6,21	-
74	-	-	-	-	44	6,23	4,8
75	-	35	-	-	-	6,25	-
76	-	-	-	-	-	6,27	-
77	-	-	-	-	-	6,29	4,7
78	-	-	-	-	-	6,31	-
79	12	-	31	-	45	6,33	-
80	-	36	-	-	-	6,35	4,6
81	-	-	-	-	-	6,37	-
82	-	-	-	35	-	6,39	-
83	-	-	-	-	-	6,41	-
84	-	-	-	-	46	6,43	4,5
85	-	37	-	-	-	6,45	-
86	13	-	32	-	-	6,46	-
87	-	-	-	-	-	6,48	-
88	-	-	-	-	-	6,50	4,4
89	-	-	-	-	47	6,51	-
90~_	-	38	-	-	-	6,52	-
91	1	-	-	36	-	6,53	-
92	-	-	-	-	-	6,55	4,3
93	14	-	33	-	-	6,57	-
94	-	-	-	-	48	6,59	-
95	-	39	-	-	-	6,61	-
96	-	-	-	-	-	6,63	4,2
97	-	-	-	-	-	6,65	-
98	-	-	-	-	-	6,66	-
99	-	-	-	-	-	6,67	-
100	15	40	34	37	49	6,68	4,1

Klimmzug: 1 mal = 7 Pkt. Klettern: 0,1 s = 4 Pkt. Standsprung-Reichh.: 1 cm = 6 Pkt.  
Dreierhopp: 1 cm = 1 Pkt. Liegestützbeugen: 1 mal = 5 Pkt.

6.Schuljahr männl. Punkttabellen für körperlich-sportliche Leistungen Alle Schularten

Punkte	60 m Hochst. s	100 m s	1000 m min:s	2000m min:s	Weit- Sprung m	Hoch- sprung cm	Ballwurf 150 g m	Kugel 3 kg m'
1	12,8	22,7	6:45	16:45	2,35	74	18,0	3,70
2	12,6	22,3	6:35	16:15	2,40	76	18,8	3,80
3	12,4	22,0	6:25	15:45	2,45	78	19,6	3,90
4	12,2	21,7	6:17	15:15	2,50	79	20,3	4,00
5	12,0	21,4	6:09	14:47	2,55	80	21,0	4,10
6	11,8	21,1	6:01	14:19	2,60	81	21,7	4,19
7	11,6	20,8	5:53	13:53	2,65	82	22,4	4,28
8	11,5	20,5	5:47	13:28	2,70	83	23,1	4,37
9	11,4	20,2	5:41	13:04	2,75	84	23,8	4,46
10	11,3	19,9	5:35	12:42	2,80	85	24,5	4,55
11	11,2	19,6	5:29	12:23	2,85	86	25,2	4,64
12	11,1	19,4	5:23	12:06	2,90	87	25,9	4,73
13	11,0	19,2	5:17	11:51	2,95	88	26,6	4,82
14	-	19,0	5:11	11:35	3,00	89	27,3	4,91
15	10,9	18,8	5:05	11:24	3,05	90	28,0	5,00
16	-	18,6	5:02	11:13	3,07	91	28,5	5,05
17	10,8	18,4	4:59	11:06	3,10	92	28,9	5,11
18	-	18,2	4:56	11:00	3,12	93	29,3	5,16
19	10,7	18,1	4:53	10:53	3,14	94	29,8	5,21
20	-	18,0	4:50	10:46	3,17	95	30,2	5,26
21	10,6	17,9	4:47	10:40	3,19	96	30,7	5,32
22	-	17,8	4:44	10:33	3,22	97	31,1	5,37
23	10,5	17,7	4:42	10:28	3,24	98	31,6	5,42
24	-	17,6	4:39	10:22	3,26	99	32,0	5,47
25	10,4	17,5	4:36	10:16	3,29	100	32,5	5,53
26	-	17,4	4:33	10:10	3,31	101	32,9	5,58
27	10,3	17,3	4:30	10:04	3,33	-	33,4	5,63
28	-	17,2	4:27	9:58	3,36	102	33,8	5,68
29	10,2	17,1	4:24	9:53	3,38	-	34,3	5,74
30	-	17,0	4:21	9:48	3,40	103	34,7	5,79
31	10,1	16,9	4:18	9:43	3,43	-	35,2	5,84
32	-	16,8	4:15	9:38	3,45	104	35,6	5,89
33	10,0	16,7	4:13	9:33	3,48	-	36,1	5,95
34	-	16,6	4:10	9:28	3,50	105	36,5	6,00
35	9,9	16,5	4:09	9:25	3,52	-	36,9	6,05
36	-	16,4	4:08	9:22	3,54	106	37,2	6,10
37	-	16,3	4:07	9:19	3,55	-	37,6	6,15
38	9,8	-	4:06	9:16	3,57	107	37,9	6,20
39	-	16,2	4:05	9:13	3,59	-	38,3	6,25
40	-	16,1	4:04	9:10	3,61	108	38,7	6,30
41	9,7	-	4:03	9:07	3,63	-	39,0	6,35
42	-	16,0	4:02	9:04	3,64	109	39,4	6,40
43	-	15,9	4:01	9:01	3,66	-	39,7	6,45
44	9,6	-	4:00	8:58	3,68	110	40,1	6,50
45	-	15,8	3:59	8:56	3,70	-	40,5	6,55
46	-	-	3:58	8:54	3,72	111	40,8	6,60
47	-	15,7	3:57	8:52	3,73	-	41,2	6,65
48	9,5	-	3:56	8:50	3,75	112	41,5	6,70
49	-	15,6	3:55	8:48	3,77	-	41,9	6,75
50	-	-	3:54	8:46	3,79	113	42,3	6,80

Berechnung der Punkte über 100 hinaus: 60 m: 0,1 s = 7 Pkt. 1000m: 1 s = 2 Pkt.  
100 m: 0,1 s = 5 Pkt. 2000m: 1 s = 1 Pkt.

Alle Schularten Punkttabellen für körperlich-sportliche Leistungen 6.Schuljahr männl.

Punkte	60m Hochst. s	1000 s	1000 m min:s	2000m min:s	Weit- sprung m	Hoch- sprung cm	Ballwurf 150 g m	Kugel 3 kg m
51	-	15,5	3:53	8:44	3,81	-	42,6	6,85
52	9,4	-	3:52	8:42	3,82	114	43,0	6,90
53	-	15,4	3:51	8:40	3,84	-	43,3	6,95
54	-	-	3:50	8:38	3,86	-	43,7	7,00
55	-	15,3	3:49	8:36	3,88	115	44,1	7,05
56	-	-	3:48	8:34	3,90	-	44,4	7,10
57	9,3	15,2	3:47	8:32	3,91	-	44,8	7,15
58	-	-	3:46	8:30	3,93	116	45,1	7,20
59	-	15,1	3:45	8:28	3,95	-	45,5	7,25
60	-	-	3:44	8:26	3,96	-	45,7	7,29
61	-	-	-	8:24	3,97	117	45,9	7,32
62	-	15,0	3:43	8:23	3,99	-	46,1	7,36
63	9,2	-	-	8:21	4,00	-	46,4	7,40
64	-	-	3:42	8:20	4,01	118	46,6	7,43
65	-	14,9	3:41	8:18	4,02	-	46,8	7,47
66	-	-	-	8:17	4,04	-	47,0	7,51
67	-	-	3:40	8:15	4,05	119	47,3	7,54
68	-	14,8	-	8:14	4,06	-	47,5	7,58
69	9,1	-	3:39	8:12	4,07	-	47,7	7,62
70	-	-	3:38	8:11	4,08	120	47,9	7,66
71	-	14,7	-	8:09	4,10	-	48,1	7,69
72	-	-	3:37	8:08	4,11	-	48,4	7,73
73	-	-	-	8:06	4,12	121	48,6	7,77
74	-	14,6	3:36	8:05	4,13	-	48,8	7,80
75	9,0	-	3:35	8:03	4,14	-	49,0	7,83
76	-	-	-	8:02	4,16	122	49,2	7,88
77	-	-	3:34	8:00	4,17	-	49,5	7,91
78	-	14,5	-	7:59	4,18	-	49,7	7,94
79	-	-	3:33	7:57	4,19	123	49,9	7,98
80	-	-	3:32	7:56	4,20	-	50,1	8,02
81	8,9	-	-	7:54	4,22	-	50,3	8,05
82	-	14,4	3:31	7:53	4,23	124	50,5	8,09
83	-	-	3:30	7:52	4,24	-	50,8	8,13
84	-	-	-	7:51	4,25	-	51,0	8,16
85	-	-	3:29	7:50	4,27	125	51,2	8,20
86	-	14,3	-	7:49	4,28	-	51,4	8,24
87	8,8	-	3:28	7:48	4,29	-	51,7	8,27
88	-	-	3:27	7:47	4,30	126	51,9	8,31
89	-	-	-	7:46	4,31	-	52,1	8,35
90	-	14,2	3:26	7:45	4,33	-	52,3	8,38
91	-	-	-	7:44	4,34	127	52,5	8,41
92	-	-	3:25	7:43	4,35	-	52,7	8,45
93	8,7	-	3:24	7:42	4,36	-	53,0	8,49
94	-	-	-	7:41	4,37	128	53,2	8,53
95	-	14,1	3:23	7:40	4,39	-	53,4	8,56
96	-	-	-	7:39	4,40	-	53,6	8,60
97	-	-	3:22	7:38	4,41	129	53,8	8,64
98	-	-	3:21	7:37	4,43	-	54,1	8,67
99	-	-	-	7:36	4,44	-	54,3	8,71
100	8,6	14,0	3:20	7:35	4,45	130	54,5	8,75

Weitsprung: 1 cm = 1 Pkt. Ballwurf: 20 cm = 1 Pkt.  
Hochsprung: 1 cm = 3 Pkt. Kugelstoß: 4 cm = 1 Pkt.

Punkte	Klimm- ziehen schräg Anz.	Liegestb. Turnb./ normal Anz.	Aufr.aus Rücken- lage Anz./30 s	Rumpf- heben in Beinl. Anz./30 s	Stand- sprung/ Reichh. cm	Drei- er- Hopp m	Klettern Stange 4 m s
1	5	8/-	10	10	16	3,60	3 m
2	6	9/-	11	11	17	3,70	-
3	7	10/-	12	12	18	3,80	-
4	8	-	13	13	19	3,90	-
5	9	11/1	14	14	20	4,00	-
6	-	-/2	15	15	21	4,10	-
7	10	-	16	16	22	4,20	-
8	11	-/3	-	-	-	4,25	25,6
9	12	-	17	17	23	4,30	24,8
10	13	-/4	-	-	-	4,35	24,0
11	-	-	18	18	24	4,40	23,2
12	14	-/5	-	-	-	4,45	22,4
13	15	-	19	19	25	4,50	21,6
14	16	-/6	-	-	-	4,55	20,8
15	17	-	-	20	26	4,60	20,0
16	-	-/7	20	-	-	4,64	19,4
17	18	-	-	21	27	4,68	18,8
18	19	-/8	-	-	-	4,72	18,2
19	20	-	-	22	28	4,76	17,6
20	-	-/9	21	-	-	4,80	17,0
21	21	-	-	-	29	4,84	16,4
22	22	-/10	-	23	-	4,88	15,8
23	23	-	-	-	30	4,92	15,2
24	-	-/11	22	-	-	4,96	14,6
25	24	-	-	24	31	5,00	14,0
26	25	-/12	-	-	-	5,04	13,4
27	-	-	-	-	-	5,08	12,8
28	26	-/13	-	25	32	5,12	12,2
29	27	-	23	-	-	5,15	11,6
30	-	-/14	-	-	-	5,18	11,0
31	28	-	-	26	33	5,21	10,4
32	29	-/15	-	-	-	5,24	10,0
33	-	-	-	-	-	5,27	9,6
34	30	-/16	24	-	-	5,30	9,2
35	31	-	-	27	34	5,33	9,0
36	-	-	-	-	-	5,36	8,8
37	32	-/17	-	-	-	5,39	8,6
38	33	-	-	-	-	5,42	8,5
39	-	-	-	-	35	5,45	8,4
40	34	-/18	25	28	-	5,48	8,3
41	35	-	-	-	-	5,50	8,2
42	-	-	-	-	-	5,52	8,1
43	36	-/19	-	-	-	5,54	8,0
44	-	-	-	-	36	5,56	7,9
45	37	-	-	-	-	5,58	7,8
46	-	-/20	26	29	-	5,60	7,7
47	38	-	-	-	-	5,62	7,6
48	-	-	-	-	-	5,64	7,5
49	39	-/21	-	-	37	5,66	7,4
50	-	-	-	-	-	5,68	-

Berechnung der Punkte über 100 hinaus: Aufricht.a.d.Rückenlage: 1 mal = 7 Pkt.  
Rumpfbeheb.a.d.Beinlage: 1 mal = 9 Pkt.

Punkte	Klimm- ziehen- schräg Anz.	Liege- stützb. normal Anz.	Aufr.aus Rücken- lage Anz./30 s	Rumpf- heben in Beinl. Anz./30 s	Stand- sprung/ Reichh. cm	Drei- er- hopp m	Klettern Stange 4 m s
51	40	-	-	-	-	5,70	7,3
52	-	22	27	30	-	5,72	-
53	41	-	-	-	-	5,74	7,2
54	-	-	-	-	38	5,76	-
55	42	23	-	-	-	5,78	7,1
56	-	-	-	-	-	5,80	-
57	43	-	-	-	-	5,82	7,0
58	-	24	28	-	-	5,84	-
59	44	-	-	31	39	5,86	6,9
60	-	-	-	-	-	5,88	-
61	-	25	-	-	-	5,90	6,8
62	45	-	-	-	-	5,92	-
63	-	-	-	-	-	5,94	6,7
64	-	26	-	-	40	5,96	-
65	46	-	29	-	-	5,98	6,6
66	-	-	-	-	-	6,00	-
67	-	-	-	32	-	6,02	6,5
68	47	27	-	-	-	6,04	-
69	-	-	-	-	-	6,06	6,4
70	-	-	-	-	41	6,08	-
71	-	-	-	-	-	6,10	6,3
72	48	28	30	-	-	6,12	-
73	-	-	-	-	-	6,14	6,2
74	-	-	-	-	-	6,16	-
75	-	-	-	33	-	6,18	6,1
76	49	29	-	-	42	6,20	-
77	-	-	-	-	-	6,22	6,0
78	-	-	-	-	-	6,24	-
79	-	-	31	-	-	6,26	5,9
80	50	30	-	-	-	6,28	-
81	-	-	-	-	-	6,30	5,8
82	-	-	-	-	43	6,32	-
83	-	-	-	34	-	6,34	5,7
84	51	31	-	-	-	6,36	-
85	-	-	-	-	-	6,38	5,6
86	-	-	32	-	-	6,40	-
87	-	-	-	-	-	6,42	5,5
88	52	32	-	-	44	6,44	-
89	-	-	-	-	-	6,46	5,4
90	-	-	-	-	-	6,48	-
91	-	-	-	35	-	6,50	5,3
92	53	33	-	-	-	6,52	-
93	-	-	33	-	-	6,53	-
94	-	-	-	-	45	6,54	5,2
95	-	-	-	-	-	6,55	-
96	54	34	-	-	-	6,56	-
97	-	-	-	-	-	6,57	5,1
98	-	-	-	-	-	6,58	-
99	-	-	-	-	-	6,59	-
100	55	35	34	36	46	6,60	5,0

Klimmzug: 1 mal = 4 Pkt. Klettern 0,1 s = 3 Pkt. Standspr.-Reichh.: 1 cm = 6 Pkt.  
Dreierhopp: 1 cm = 1 Pkt. Liegestützbeugen: 1 mal = 4 Pkt.

Punkte	60 m Hochst. s	100 m s	1000 m min:s	2000 m min:s	Weit- sprung m	Hoch- sprung cm	Kugel 3 kg m
1	12,7	20,5	7:20	15:10	2,30	70	3,50
2	12,5	20,3	7:10	14:50	2,35	72	3,60
3	12,3	20,1	7:01	14:30	2,40	74	3,70
4	12,1	19,9	6:52	14:15	2,45	76	3,80
5	11,9	19,7	6:43	14:02	2,50	78	3,90
6	11,7	19,5	6:34	13:49	2,55	80	4,00
7	11,6	19,3	6:25	13:36	2,60	82	4,10
8	11,5	19,1	6:16	13:24	2,65	83	4,20
9	11,4	18,9	6:07	13:12	2,70	84	4,30
10	11,3	18,7	5:58	13:00	2,75	85	4,40
11	11,2	18,5	5:49	12:48	2,80	86	4,50
12	11,1	18,3	5:41	12:36	2,84	87	4,60
13	11,0	18,1	5:33	12:24	2,88	88	4,70
14	10,9	17,9	5:25	12:12	2,92	89	4,80
15	10,8	17,7	5:17	12:00	2,96	90	4,90
16	10,7	17,6	5:11	11:50	3,00	91	4,96
17	-	17,5	5:07	11:40	3,03	92	5,02
18	10,6	-	5:03	11:32	3,06	-	5,08
19	-	17,4	5:00	11:24	3,09	93	5,14
20	10,5	17,3	4:58	11:18	3,12	94	5,20
21	-	17,2	4:56	11:12	3,15	95	5,26
22	10,4	17,1	4:54	11:06	3,18	-	5,32
23	-	-	4:52	11:00	3,21	96	5,38
24	10,3	17,0	4:50	10:54	3,24	97	5,44
25	-	16,9	4:48	10:48	3,27	98	5,50
26	10,2	16,8	4:46	10:42	3,29	-	5,56
27	-	16,7	4:44	10:36	3,31	99	5,62
28	10,1	-	4:42	10:31	3,33	100	5,68
29	-	16,6	4:40	10:26	3,35	-	5,74
30	10,0	16,5	4:38	10:21	3,37	101	5,80
31	-	16,4	4:36	10:16	3,39	102	5,85
32	9,0	-	4:34	10:11	3,41	-	5,90
33	-	16,3	4:32	10:06	3,43	103	5,95
34	-	16,2	4:30	10:02	3,45	104	6,00
35	9,8	-	4:29	9:59	3,47	-	6,04
36	-	16,1	4:28	9:56	3,48	105	6,08
37	-	-	4:27	9:53	3,50	-	6,12
38	9,7	16,0	4:26	9:50	3,51	106	6,16
39	-	-	4:25	9:47	3,53	-	6,20
40	-	15,9	4:24	9:44	3,55	107	6,24
41	-	-	4:23	9:41	3,56	-	6,28
42	9,6	15,8	4:22	9:37	3,58	108	6,32
43	-	-	4:21	9:34	3,59	-	6,36
44	-	15,7	4:20	9:31	3,61	109	6,40
45	-	-	4:19	9:28	3,63	-	6,44
46	9,5	15,6	4:18	9:26	3,64	-	6,48
47	-	-	4:17	9:24	3,66	110	6,52
48	-	15,5	4:16	9:22	3,67	-	6,56
49	-	-	4:15	9:20	3,69	-	6,60
50	9,4	15,4	-	9:18	3,71	111	6,63

Berechnung der Punkte über 100 hinaus: 60 m : 0,1 s = 5 Pkt. 1000m: 1 s = 2 Pkt.  
100m: 0,1 s = 5 Pkt. 2000m: 1 s = 1 Pkt.

Punkte	60m Hochst. s	100 m s	1000 m min:s	2000 m min:s	Weit- spruna m	Hoch- spruna cm	Kugel 3 ka m
51	-	-	4:14	9:16	3,72	-	6,66
52	-	15,3	-	9:14	3,74	-	6,69
53	-	-	4:13	9:12	3,75	112	6,72
54	-	15,2	-	9:10	3,77	-	6,75
55	9,3	-	4:12	9:08	3,79	-	6,78
56	-	15,1	-	9:06	3,80	113	6,81
57	-	-	4:11	9:04	3,82	-	6,84
58	-	-	-	9:02	3,83	-	6,87
59	-	15,0	4:10	9:00	3,85	114	6,90
60	9,2	-	-	8:58	3,86	-	6,93
61	-	-	4:09	8:56	3,87	-	6,96
62	-	14,9	-	8:54	3,89	115	6,99
63	-	-	4:08	8:52	3,90	-	7,02
64	-	-	-	8:50	3,91	-	7,05
65	9,1	-	4:07	8:48	3,92	116	7,08
66	-	14,8	-	8:46	3,94	-	7,10
67	-	-	4:06	8:44	3,95	-	7,13
68	-	-	-	8:42	3,96	117	7,16
69	-	-	4:05	8:40	3,97	-	7,19
70	9,0	14,7	-	8:38	3,98	-	7,22
71	-	-	4:04	8:36	4,00	-	7,25
72	-	-	-	8:34	4,01	118	7,28
73	-	-	4:03	8:32	4,02	-	7,31
74	-	14,6	-	8:30	4,03	-	7,34
75	8,9	-	4:02	8:28	4,05	-	7,37
76	-	-	-	8:26	4,06	119	7,40
77	-	-	4:01	8:24	4,07	-	7,43
78	-	14,5	-	8:22	4,08	-	7,46
79	-	-	4:00	8:21	4,09	-	7,49
80	8,8	-	-	8:20	4,11	120	7,51
81	-	-	3:58	8:19	4,12	-	7,54
82	-	14,4	-	8:18	4,13	-	7,57
83	-	-	3:56	8:17	4,14	-	7,60
84	-	-	-	8:16	4,15	121	7,63
85	8,7	-	3:54	8:15	4,17	-	7,66
86	-	14,3	-	8:14	4,18	-	7,69
87	-	-	3:52	8:13	4,19	-	7,72
88	-	-	-	8:12	4,20	122	7,75
89	-	-	3:50	8:11	4,22	-	7,78
90	8,6	14,2	-	8:10	4,23	-	7,81
91	-	-	3:48	8:09	4,24	-	7,84
92	-	-	-	8:08	4,25	123	7,87
93	-	-	3:46	8:07	4,26	-	7,90
94	-	-	-	8:06	4,28	-	7,92
95	8,5	14,1	3:44	8:05	4,29	-	7,95
96	-	-	-	8:04	4,30	124	7,98
97	-	-	3:42	8:03	4,31	-	8,01
98	-	-	-	8:02	4,33	-	8,04
99	-	-	3:41	8:01	4,34	-	8,07
100	8,4	14,0	3:40	8:00	4,35	125	8,10

Weitsprung: 1 cm = 1 Pkt.  
Hochsprung: 1 cm = 4 Pkt. Kugelstoß: 3 cm = 1 Pkt.

Punkte	Klimm- schräg/ Hang Anz.	Liege- stützb. normal Anz.	Aufr.aus Rücken- lage Anz./30 s	Rumpf- heben in Beinkl. Anz/30s	Stand- sprung/ Reichh. cm	Drei- er- hopp m	Klettern Stange 4 m s
1	11/-	-	10	10	18	3,20	26,8
2	12/-	1	11	11	19	3,40	25,4
3	13/-	2	12	12	20	3,58	24,0
4	141-	3	13	13	21	3,74	22,8
5	15/-	4	14	14	22	3,88	21,6
6	16/-	-	15	15	-	4,00	20,4
7	-	5	16	16	23	4,12	19,2
8	17/-	6	17	17	-	4,23	18,0
9	18/-	7	-	-	24	4,33	17,0
10	19/-	8	18	18	-	4,42	16,0
11	20/-	-	-	19	25	4,50	15,2
12	21/-	9	19	-	-	4,57	14,4
13	22/-	10	-	20	26	4,63	13,6
14	23/-	11	-	-	-	4,69	12,8
15	24/-	12	20	21	27	4,74	12,4
16	25/1	-	-	-	-	4,79	12,0
17	26/-	13	-	-	28	4,84	11,6
18	27/-	14	21	22	-	4,89	11,2
19	28/-	15	-	-	29	4,94	10,8
20	29/2	-	-	-	-	4,99	10,5
21	30/-	16	22	23	30	5,03	10,2
22	-	17	-	-	-	5,07	9,9
23	-	-	-	-	31	5,11	9,6
24	-/3	18	-	24	-	5,15	9,3
25	-	19	23	-	32	5,19	9,0
26	-	-	-	-	-	5,23	8,7
27	-	20	-	25	33	5,27	8,5
28	-	21	-	-	-	5,31	8,3
29	-/4	-	24	-	34	5,35	8,1
30	-	22	-	26	-	5,39	7,9
31	-	23	-	-	35	5,43	7,7
32	-	-	-	-	-	5,47	7,5
33	-	24	-	27	-	5,51	7,3
34	-/5	-	25	-	36	5,55	7,1
35	-	25	-	-	-	5,58	6,9
36	-	-	-	-	-	5,61	6,7
37	-	26	-	28	37	5,64	6,6
38	-	-	-	-	-	5,67	6,5
39	-/6	-	-	-	-	5,70	6,4
40	-	27	26	-	38	5,73	6,3
41	-	-	-	-	-	5,76	6,2
42	-	-	-	29	-	5,79	6,1
43	-	28	-	-	39	5,82	6,0
44	-/7	-	-	-	-	5,85	5,9
45	-	-	-	-	-	5,88	5,8
46	-	29	27	-	-	5,91	5,7
47	-	-	-	30	40	5,94	5,6
48	-	-	-	-	-	5,97	5,5
49	-B	30	-	-	-	6,00	5,4
50	-	-	-	-	-	6,03	-

Berechnung der Punkte über 100 hinaus:

Aufricht.a.d.Rückenlage: 1 mal = 7 Pkt.  
Rumpfheb.a.d. Beinlage: 1 mal = 9 Pkt.

Punkte	Klimm- ziehen Hang Anz.	Liege- stützb. normal Anz.	Aufr.aus Rücken- lage Anz./30 s	Rumpf- heben in Beinkl. Anz./30s	Stand- sprung/ Reichh. cm	Drei- er- hopp m	Klettern Stange 4 m s
51	-	-	-	-	41	6,06	5,3
52	-	31	28	-	-	6,09	-
53	-	-	-	31	-	6,12	5,2
54	9	-	-	-	-	6,15	-
55	-	32	-	-	42	6,18	5,1
56	-	-	-	-	-	6,21	-
57	-	-	-	-	-	6,24	5,0
58	-	33	29	-	-	6,27	-
59	10	-	-	32	43	6,30	4,9
60	-	-	-	-	-	6,33	-
61	-	34	-	-	-	6,35	-
62	-	-	-	-	-	6,37	4,8
63	-	-	-	-	44	6,39	-
64	11	-	-	-	-	6,41	-
65	-	35	30	-	-	6,43	4,7
66	-	-	-	33	-	6,46	-
67	-	-	-	-	45	6,49	-
68	-	-	-	-	-	6,51	4,6
69	-	36	-	-	-	6,53	-
70	12	-	-	-	-	6,55	-
71	-	-	-	-	46	6,57	4,5
72	-	-	31	-	-	6,59	-
73	-	37	-	34	-	6,61	-
74	-	-	-	-	-	6,63	4,4
75	-	-	-	-	47	6,65	-
76	13	-	-	-	-	6,67	-
77	-	38	-	-	-	6,69	4,3
78	-	-	-	-	-	6,71	-
79	-	-	32	-	48	6,73	-
80	-	-	-	-	-	6,75	-
81	-	39	-	-	-	6,77	4,2
82	14	-	-	35	-	6,79	-
83	-	-	-	-	49	6,81	-
84	-	-	-	-	-	6,82	-
85	-	40	-	-	-	6,83	4,1
86	-	-	33	-	-	6,84	-
87	-	-	-	-	50	6,85	-
88	15	-	-	-	-	6,86	-
89	-	-	-	-	-	6,87	-
90	-	41	-	-	-	6,88	4,0
91	-	-	-	36	51	6,90	-
92	-	-	-	-	-	6,91	-
93	-	-	34	-	-	6,92	-
94	16	-	-	-	-	6,93	-
95	-	42	-	-	52	6,94	3,9
96	-	-	-	-	-	6,96	-
97	-	-	-	-	-	6,7	-
98	-	-	-	-	-	6,98	-
99	-	-	-	-	-	6,98	-
100	17	43	35	37	53	7,00	3,8

Klimmzug: 1 mal = 6 Pkt.  
Dreierhopp: 1 cm = 1 Pkt.

Klettern 0,1 s = 5 Pkt.

Standsprung-Reichh.: 1 cm = 5 Pkt.  
Liegestützbeugen: 1 mal = 5 Pkt.

Punkte	60 m Hochst. s	100 m s	1000 m min:s	2000m min:s	Weit- sprung m	Hoch- Sprung cm	Kugel 4 kg m
1	12,6	20,7	6:30	16:30	2,45	80	3,50
2	12,4	20,4	6:23	16:00	2,50	81	3,62
3	12,2	20,1	6:16	15:30	2,55	82	3,74
4	12,0	19,9	6:09	15:00	2,60	83	3,86
5	11,8	19,7	6:02	14:32	2,65	84	3,98
6	11,6	19,5	5:55	14:04	2,70	85	4,10
7	11,5	19,3	5:48	13:38	2,75	86	4,22
8	11,4	19,1	5:41	13:13	2,80	87	4,33
9	11,3	18,9	5:34	12:49	2,85	88	4,44
10	11,2	18,7	5:27	12:27	2,90	89	4,55
11	11,1	18,5	5:20	12:08	2,95	90	4,66
12	11,0	18,3	5:13	11:51	3,00	91	4,77
13	10,9	18,1	5:07	11:36	3,05	92	4,88
14	10,8	17,9	5:01	11:20	3,10	93	4,99
15	10,7	17,7	4:55	11:09	3,15	94	5,10
16	10,6	17,6	4:52	10:58	3,18	95	5,18
17	10,5	17,5	4:49	10:51	3,20	96	5,26
18	10,4	17,4	4:46	10:44	3,23	97	5,33
19	-	17,3	4:43	10:37	3,26	98	5,40
20	10,3	17,2	4:40	10:30	3,28	99	5,47
21	-	17,1	4:37	10:23	3,31	100	5,53
22	10,2	17,0	4:34	10:16	3,33	101	5,59
23	-	16,9	4:31	10:10	3,36	102	5,65
24	10,1	16,8	4:28	10:04	3,39	103	5,71
25	-	16,7	4:25	9:58	3,41	104	5,77
26	10,0	16,6	4:22	9:52	3,44	105	5,83
27	-	16,5	4:19	9:46	3,47	-	5,89
28	9,9	16,4	4:17	9:40	3,49	106	5,95
29	-	16,3	4:15	9:35	3,52	-	6,01
30	9,8	16,2	4:13	9:30	3,54	107	6,07
31	-	16,1	4:11	9:25	3,57	-	6,13
32	9,7	16,0	4:09	9:20	3,60	108	6,19
33	-	15,9	4:07	9:15	3,62	-	6,25
34	9,6	15,8	4:05	9:10	3,65	109	6,30
35	-	-	4:04	9:07	3,67	-	6,35
36	-	15,7	4:03	9:04	3,69	110	6,40
37	9,5	15,6	4:02	9:01	3,71	-	6,45
38	-	-	4:01	8:58	3,73	111	6,50
39	-	15,5	4:00	8:55	3,75	-	6,55
40	9,4	15,4	3:59	8:52	3,77	112	6,60
41	-	-	3:58	8:49	3,79	-	6,65
42	-	15,3	3:57	8:46	3,81	113	6,70
43	9,3	15,2	3:56	8:43	3,83	-	6,75
44	-	-	3:55	8:40	3,85	114	6,80
45	-	15,1	3:54	8:38	3,87	-	6,85
46	9,2	15,0	3:53	8:36	3,89	115	6,90
47	-	-	3:52	8:34	3,91	-	6,95
48	-	14,9	3:51	8:32	3,93	116	7,00
49	-	14,8	3:50	8:30	3,95	-	7,05
50	9,1	-	3:49	8:28	3,97	117	7,10

Berechnung der Punkte über 100 hinaus: 60 m: 0,1 s = 8 Pkt. 1000 m: 1s = 2 Pkt.  
 100 m: 0,1 s = 4 Pkt. 2000 m: 1 s = 1 Pkt.

Punkte	60 Hochst. s	100 m s	1000m min:s	2000m min:s	Weit- sprung m	Hoch- sprung cm	Kugel 4 kg m
51	-	14,7	3:48	8:26	3,99	-	7,15
52	-	-	3:47	8:24	4,01	118	7,20
53	-	14,6	3:46	8:22	4,03	-	7,25
54	9,0	-	3:45	8:20	4,05	-	7,30
55	-	14,5	3:44	8:18	4,07	119	7,35
56	-	-	3:43	8:16	4,09	-	7,40
57	-	14,4	3:42	8:14	4,11	-	7,45
58	8,9	-	3:41	8:12	4,13	120	7,50
59	-	14,3	3:40	8:10	4,15	-	7,55
60	-	-	3:39	8:08	4,16	-	7,60
61	-	-	-	8:06	4,18	121	7,65
62	-	14,2	3:38	8:05	4,19	-	7,70
63	8,8	-	3:37	8:04	4,21	-	7,75
64	-	-	-	8:03	4,22	122	7,80
65	-	14,1	3:36	8:02	4,24	-	7,85
66	-	-	-	8:01	4,25	-	7,90
67	-	-	3:35	8:00	4,27	123	7,95
68	-	14,0	3:34	7:59	4,28	-	8,00
69	8,7	-	-	7:58	4,30	-	8,05
70	-	-	3:33	7:57	4,31	124	8,10
71	-	13,9	-	7:56	4,33	-	8,15
72	-	-	3:32	7:55	4,34	-	8,20
73	-	-	3:31	7:54	4,35	125	8,25
74	-	13,8	-	7:53	4,37	-	8,30
75	-	-	3:30	7:52	4,38	-	8,35
76	8,6	-	-	7:51	4,40	126	8,40
77	-	13,7	3:29	7:50	4,41	-	8,45
78	-	-	3:28	7:49	4,43	-	8,50
79	-	-	-	7:48	4,44	127	8,55
80	-	13,6	3:27	7:47	4,46	-	8,60
81	-	-	-	7:46	4,47	-	8,65
82	-	-	3:26	7:45	4,49	128	8,70
83	-	-	3:25	7:44	4,50	-	8,75
84	8,5	13,5	-	7:43	4,52	-	8,80
85	-	-	3:24	7:42	4,53	129	8,85
86	-	-	-	7:41	4,54	-	8,90
87	-	-	3:23	7:40	4,56	-	8,95
88	-	13,4	3:22	7:39	4,57	130	9,00
89	-	-	-	7:38	4,59	-	9,05
90	-	-	3:21	7:37	4,60	-	9,10
91	-	-	-	7:36	4,62	131	9,14
92	8,4	13,3	3:20	7:35	4,63	-	9,18
93	-	-	3:19	7:34	4,65	-	9,22
94	-	-	-	7:33	4,66	132	9,26
95	-	-	318	7:32	4,68	-	9,30
96	-	13,2	-	7:31	4,69	-	9,34
97	-	-	3:17	7:30	4,71	133	9,38
98	-	-	3:16	7:29	4,72	-	9,42
99	-	-	-	7:28	4,74	-	9,46
100	8,3	13,1	3:15	7:27	4,75	134	9,50

Weitsprung: 1 cm = 1 Pkt. Kugelstoß : 4 cm = 1 Pkt.  
 Hochsprung: 1 cm = 3 Pkt.

Punkte	Klimm- ziehen schräg Anz.	Liege- stützb. normal Anz.	Aufr.aus Rücken- lage Anz./30 s	Rumpf- heben in Beinkl. Anz./30 s	Stand- sprung/ Reichh. cm	Drei- er- hopp m	Klettern Stange 4 m s
1	5	-	10	10	16	3,70	3 m
2	6	-	11	11	17	3,78	-
3	7	1	12	12	18	3,86	-
4	8	-	13	13	19	3,93	-
5	9	2	-	14	20	4,00	-
6	10	-	14	15	-	4,07	-
7	11	3	15	16	21	4,14	-
8	12	-	-	17	22	4,21	25,0
9	13	4	16	-	-	4,28	24,0
10	14	-	17	18	23	4,35	23,0
11	-	5	-	19	24	4,42	22,0
12	15	-	18	-	-	4,49	21,0
13	16	6	19	20	25	4,56	20,0
14	-	-	-	-	-	4,63	19,5
15	17	7	20	21	26	4,70	19,0
16	18	-	-	-	-	4,74	18,5
17	-	8	-	-	27	4,78	18,0
18	19	-	21	22	-	4,82	17,5
19	20	9	-	-	28	4,86	17,0
20	-	10	-	-	-	4,90	16,5
21	21	-	-	23	29	4,94	16,0
22	22	11	22	-	-	4,98	15,5
23	-	-	-	-	30	5,02	15,0
24	23	12	-	24	-	5,06	14,5
25	24	-	-	-	31	5,10	14,0
26	-	13	-	-	-	5,14	13,5
27	25	-	-	25	-	5,18	13,0
28	26	14	23	-	32	5,22	12,5
29	-	-	-	-	-	5,25	12,0
30	27	-	-	26	-	5,28	11,5
31	28	15	-	-	33	5,31	11,0
32	-	-	-	-	-	5,34	10,5
33	29	-	-	-	-	5,37	10,0
34	30	16	24	27	34	5,40	9,5
35	-	-	-	-	-	5,42	9,2
36	31	-	-	-	-	5,44	9,1
37	32	17	-	-	-	5,46	9,0
38	-	-	-	-	35	5,48	8,9
39	33	-	-	28	-	5,50	8,8
40	-	18	25	-	-	5,52	8,7
41	34	-	-	-	-	5,54	8,6
42	-	-	-	-	36	3,56	8,5
43	35	19	-	-	-	5,58	8,4
44	-	-	-	-	-	5,60	8,3
45	36	-	-	29	-	5,62	8,2
46	-	-	26	-	37	5,64	8,1
47	37	20	-	-	-	5,66	8,0
48	-	-	-	-	-	5,68	7,9
49	38	-	-	-	-	5,70	7,8
50	-	-	-	-	38	5,72	7,7

Berechnung der Punkte über 100 hinaus: Aufricht.a.d.Rückenlage: 1 mal = 1 Pkt.  
Rumpfbeugen: 1 mal = 1 Pkt.

Punkte	Klimm- ziehen schräg Anz.	Liege- stützb. normal Anz.	Aufr.aus Rücken- lage Anz./30 s	Rumpf- heben in Beinkl. Anz./30 s	Stand- sprung/ Reichh. cm	Drei- er- hopp m	Klettern Stange 4 m s
51	39	21	-	-	-	5,74	7,6
52	-	-	27	30	-	5,76	7,5
53	40	-	-	-	-	5,78	7,4
54	-	-	-	-	39	5,80	7,3
55	41	22	-	--	-	5,82	7,2
56	-	-	-	-	-	5,84	7,1
57	42	-	-	-	-	5,86	7,0
58	-	-	28	-	-	5,88	6,9
59	43	23	-	31	40	5,90	6,8
60	-	-	-	-	-	5,92	6,7
61	-	-	-	-	-	5,94	-
62	44	24	-	-	-	5,96	6,6
63	-	-	-	-	-	5,98	-
64	-	-	-	-	41	6,00	6,5
65	45	25	29	-	-	6,02	-
66	-	-	-	-	-	6,04	6,4
67	-	-	-	32	-	6,06	-
68	46	-	-	-	-	6,08	6,3
69	-	26	-	-	-	6,10	-
70	-	-	-	-	42	6,12	6,2
71	47	-	-	-	-	6,14	-
72	-	27	30	-	-	6,16	6,1
73	-	-	-	-	-	6,18	-
74	48	-	-	-	-	6,20	6,0
75	-	28	-	33	-	6,22	-
76	-	-	-	-	43	6,24	5,9
77	49	-	-	-	-	6,26	-
78	-	-	-	-	-	6,28	5,8
79	-	29	31	-	-	6,30	-
80	50	-	-	-	-	6,32	5,7
81	-	-	-	-	-	6,34	-
82	-	30	-	-	44	6,36	5,6
83	-	-	-	34	-	6,38	-
84	51	-	-	-	-	6,40	5,5
85	-	-	-	-	-	6,42	-
86	-	31	32	-	-	6,44	5,4
87	-	-	-	-	-	6,46	-
88	52	-	-	-	45	6,48	5,3
89	-	32	-	-	-	6,49	-
90	-	-	-	-	-	6,50	5,2
91	-	-	-	35	-	6,51	-
92	53	-	-	-	-	6,52	5,1
93	-	33	33	-	-	6,53	-
94	-	-	-	-	46	6,54	5,0
95	-	-	-	-	-	6,55	-
96	54	34	-	-	-	6,56	-
97	-	-	-	-	-	6,57	4,9
98	-	-	-	-	-	6,58	-
99	-	-	-	-	-	6,59	-
100	55	35	34	36	47	6,60	4,8

Klimmzug: 1 mal = 4 Pkt. Klettern: 0,1 s = 3 Pkt. Standspr.-Reichh.: 1 cm = 6 Pkt.  
Dreierhopp: 1 cm = 1 Pkt. Liegestützbeugen: 1 mal = 4 Pkt.

8.Schuljahr weibl. Punkttabellen für körperlich-sportliche Leistungen Alle Schularten

Punkte	60 m Hochst. s	100 m s	1000 m min:s	2000 m min:s	Weit- sprung m	Hoch- sprung cm	Kugel 3 kg m
1	12,7	20,5	7:10	15:10	2,25	75	3,50
2	12,5	20,3	7:00	14:55	2,31	78	3,65
3	12,3	20,1	6:50	14:40	2,37	80	3,80
4	12,1	19,9	6:40	14:25	2,43	82	3,95
5	11,9	19,7	6:31	14:10	2,49	84	4,10
6	11,7	19,5	6:22	13:55	2,55	85	4,20
7	11,6	19,3	6:13	13:40	2,61	86	4,30
8	11,5	19,1	6:04	13:25	2,67	87	4,40
9	11,4	18,9	5:56	13:10	2,73	88	4,50
10	11,3	18,7	5:48	12:55	2,79	89	4,60
11	11,2	18,5	5:40	12:42	2,85	90	4,70
12	11,1	18,3	5:32	12:30	2,90	91	4,80
13	11,0	18,1	5:24	12:18	2,95	92	4,90
14	10,9	17,9	5:18	12:08	3,00	93	5,00
15	10,8	17,7	5:15	12:00	3,05	94	5,10
16	10,7	17,6	5:12	11:52	3,07	95	5,15
17	-	17,5	5:09	11:44	3,10	96	5,20
18	10,6	17,4	5:06	11:36	3,12	97	5,25
19	-	17,3	5:03	11:28	3,14	98	5,30
20	10,5	17,2	5:00	11:20	3,17	99	5,35
21	-	17,1	4:57	11:12	3,19	100	5,40
22	10,4	17,0	4:54	11:04	3,22	101	5,45
23	-	16,9	4:52	10:56	3,24	-	5,50
24	10,3	16,8	4:50	10:48	3,26	102	5,55
25	-	16,7	4:48	10:40	3,29	-	5,60
26	10,2	16,6	4:46	10:34	3,31	103	5,65
27	-	16,5	4:44	10:28	3,33	-	5,70
28	10,1	-	4:42	10:24	3,36	104	5,75
29	-	16,4	4:40	10:20	3,38	-	5,80
30	10,0	16,3	4:38	10:16	3,41	105	5,84
31	-	-	4:36	10:12	3,43	-	5,88
32	9,9	16,2	4:34	10:08	3,45	106	5,92
33	-	-	4:32	10:04	3,48	-	5,96
34	9,8	16,1	4:30	10:00	3,50	107	6,00
35	-	-	4:29	9:57	3,52	-	6,04
36	-	-	4:28	9:54	3,53	108	6,08
37	9,7	16,0	4:27	9:51	3,55	-	6,12
38	-	-	4:26	9:48	3,56	109	6,16
39	-	-	4:25	9:45	3,58	-	6,20
40	9,6	15,9	4:24	9:42	3,60	110	6,24
41	-	-	4:23	9:39	3,61	-	6,28
42	-	-	-	9:36	3,63	111	6,32
43	-	15,8	4:22	9:33	3,64	-	6,36
44	9,5	-	4:21	9:30	3,66	112	6,40
45	-	-	4:20	9:28	3,68	-	6,44
46	-	15,7	-	9:26	3,69	113	6,48
47	-	-	4:19	9:24	3,71	-	6,52
48	-	-	4:18	9:22	2,72	114	6,56
49	9,4	15,6	4:17	9:20	3,74	-	6,60
50	-	-	-	9:18	3,76	115	6,63

Berechnung der Punkte über 100 hinaus: 60 m: 0,1 s = 6 Pkt. 1000m: 1 s = 1 Pkt.  
100m: 0,1 s = 4 Pkt. 2000m: 1 s = 1 Pkt.

Alle Schularten Punkttabellen für körperlich-sportliche Leistungen 8.Schuljahr weiblich

Punkte	60m Hochst. s	100 m s	1000 m min:s	2000 m min:s	Weit- sprung m	Hoch- sprung cm	Kugel 3 kg m
51	-	-	4:16	9:16	3,77	-	6,66
52	-	15,5	4:15	9:14	3,79	-	6,69
53	-	-	4:14	9:12	3,80	116	6,72
54	9,3	-	-	9:10	3,82	-	6,75
55	-	15,4	4:13	9:08	3,84	-	6,78
56	-	-	4:12	9:06	3,85	117	6,81
57	-	-	4:11	9:04	3,87	-	6,84
58	-	15,3	-	9:02	3,88	-	6,87
59	9,2	-	4:10	9:00	3,90	118	6,90
60	-	-	4:09	8:58	3,91	-	6,94
61	-	15,2	4:08	8:56	3,93	-	6,97
62	-	-	-	8:54	3,94	119	7,00
63	-	-	4:07	8:52	3,95	-	7,03
64	9,1	15,1	4:06	8:50	3,97	-	7,06
65	-	-	4:05	8:48	3,99	120	7,10
66	-	-	-	8:46	4,01	-	7,13
67	-	15,0	4:04	8:44	4,02	-	7,16
68	-	-	4:03	8:42	4,03	121	7,19
69	9,0	-	4:02	8:40	4,05	-	7,22
70	-	14,9	-	8:38	4,06	-	7,25
71	-	-	4:01	8:36	4,07	122	7,29
72	-	-	4:00	8:34	4,09	-	7,32
73	-	14,8	3:59	8:32	4,10	-	7,35
74	8,9	-	-	8:30	4,11	123	7,38
75	-	-	3:58	8:28	4,13	-	7,41
76	-	14,7	3:57	8:26	4,14	-	7,44
77	-	-	3:56	8:24	4,15	124	7,48
78	-	-	-	8:22	4,17	-	7,51
79	8,8	14,6	3:55	8:21	4,18	-	7,54
80	-	-	3:54	8:20	4,20	125	7,57
81	-	-	3:53	8:19	4,21	-	7,60
82	-	14,5	-	8:18	4,22	-	7,63
83	-	-	3:52	8:17	4,24	-	7,67
84	8,7	-	3:51	8:16	4,25	126	7,70
85	-	14,4	-	8:15	4,26	-	7,73
86	-	-	3:50	8:14	4,27	-	7,76
87	-	-	3:49	8:13	4,28	-	7,79
88	-	14,3	-	8:12	4,29	127	7,82
89	8,6	-	3:48	8:11	4,30	-	7,85
90	-	-	3:47	8:10	4,32	-	7,88
91	-	-	-	8:09	4,33	-	7,91
92	-	14,2	3:46	8:08	4,34	128	7,94
93	-	-	3:45	8:07	4,36	-	7,97
94	8,5	-	-	8:06	4,37	-	8,00
95	-	-	3:44	8:05	4,38	-	8,04
96	-	14,1	3:43	8:04	4,40	129	8,07
97	-	-	-	8:03	4,41	-	8,10
98	-	-	3:42	8:02	4,43	-	8,13
99	-	-	3:41	8:01	4,44	-	8,16
100	8,4	14,0	3:40	8:00	4,45	130	8,20

Weitsprung: 1 cm = 1 Pkt.  
Hochsprung: 1 cm = 4 Pkt. Kugelstoß: 3 cm = 1 Pkt.

Punkte	Klimmz. schräg/ Hang Anz.	Liege- stützt. normal Anz.	Aufr.aus Rücken- lage Anz./30 s	Rumpf- heben in Beinl. Anz./30 s	Stand- sprung/ Reichh. cm	Drei- er- hopp m	Klettern Stange 4 m s
1	14/-	2	13	13	19	3,70	22,4
2	15/-	3	14	14	20	3,83	20,9
3	16/-	4	-	15	21	3,95	19,4
4	17/-	5	15	-	22	4,07	17,9
5	18/-	6	16	16	23	4,19	16,7
6	19/-	7	-	17	24	4,30	15,5
7	20/-	8	17	-	25	4,41	14,6
8	21/-	9	18	18	26	4,51	13,6
9	22/-	10	-	19	27	4,61	12,9
10	23/-	11	19	-	28	4,70	12,3
11	24/-	12	-	20	29	4,79	11,7
12	25/1	13	20	-	30	4,87	11,1
13	26/-	14	-	21	31	4,95	10,7
14	27/-	15	-	-	32	5,02	10,3
15	28/-	16	21	22	33	5,09	10,0
16	29/2	-	-	-	-	5,14	9,7
17	30/-	17	-	23	34	5,19	9,4
18	-	18	22	-	-	5,24	9,1
19	-	19	-	24	35	5,29	8,9
20	-/3	-	-	-	-	5,34	8,7
21	-	20	23	-	36	5,38	8,5
22	-	21	-	25	-	5,42	8,3
23	-	-	-	-	37	5,45	8,1
24	-14	22	-	-	-	5,50	7,9
25	-	23	24	-	38	5,54	7,7
26	-	-	-	26	-	5,58	7,5
27	-	24	-	-	-	5,62	7,3
28	-	25	-	-	39	5,66	7,1
29	-/5	-	25	-	-	5,70	6,9
30	-	26	-	27	-	5,74	6,7
31	-	27	-	-	40	5,78	6,5
32	-	-	-	-	-	5,82	6,3
33	-	28	-	-	-	5,86	6,1
34	-/6	29	26	28	41	5,90	5,9
35	-	-	-	-	-	5,93	5,8
36	-	30	-	-	-	5,96	5,7
37	-	-	-	-	42	5,99	5,6
38	-	31	-	-	-	6,02	5,4
39	-/7	-	-	29	-	6,05	5,3
40	-	-	27	-	43	6,08	-
41	-	32	-	-	-	6,11	5,2
42	-	-	-	-	-	6,14	-
43	-	-	-	-	44	6,17	5,1
44	-/8	33	-	-	-	6,20	-
45	-	-	-	30	-	6,23	5,0
46	-	-	28	-	-	6,26	-
47	-	34	-	-	45	6,29	4,9
48	-	-	-	-	-	6,32	-
49	-/9	-	-	-	-	6,35	4,8
50	-	35	-	-	-	6,38	-

Berechnung der Punkte über 100 hinaus: Aufricht.a.d.Rückenlage: 1 mal = 7 Pkt.  
Rumpfhieb.a.d.Beinlage: 1 mal = 7 Pkt.

Punkte	Klimm- ziehen Hang Anz.	Liege- stützb. normal Anz.	Aufr.aus Rücken- lage Anz./30 s	Rumpf- heben aus Beinl. Anz./30 s	Stand- sprung/ Reichh. cm	Drei- er- hopp m	Klettern Stange 4 m s
51	-	-	-	31	46	6,41	4,7
52	-	-	29	-	-	6,44	-
53	-	36	-	-	-	6,47	4,6
54	10	-	-	-	-	6,50	-
55	-	-	-	-	47	6,53	4,5
56	-	37	-	-	-	6,56	-
57	-	-	-	-	-	6,59	-
58	-	-	30	32	-	6,62	4,4
59	11	38	-	-	48	6,65	-
60	-	-	-	-	-	6,67	-
61	-	-	-	-	-	6,69	-
62	-	39	-	-	-	6,71	4,3
63	-	-	-	-	49	6,73	-
64	12	-	-	-	-	6,75	-
65	-	40	31	33	-	6,77	-
66	-	-	-	-	-	6,79	4,2
67	-	-	-	-	50	6,81	-
68	-	41	-	-	-	6,83	-
69	-	-	-	-	-	6,85	-
70	13	-	-	-	-	6,87	4,1
71	-	2	-	-	51	6,89	-
72	-	-	32	34	-	6,91	-
73	-	-	-	-	-	6,93	-
74	-	43	-	-	-	6,95	4,0
75	-	-	-	-	52	6,97	-
76	14	-	-	-	-	6,99	-
77	-	44	-	-	-	7,01	-
78	-	-	-	-	-	7,03	3,9
79	-	-	33	35	53	7,05	-
80	-	45	-	-	-	7,07	-
81	-	-	-	-	-	7,09	-
82	15	-	-	-	-	7,11	3,8
83	-	-	-	-	54	7,13	-
84	-	46	-	-	-	7,15	-
85	-	-	-	-	-	7,17	-
86	-	-	34	36	-	7,19	3,7
87	-	-	-	-	55	7,21	-
88	16	47	-	-	-	7,23	-
89	-	-	-	-	-	7,24	-
90	-	-	-	-	-	7,25	3,6
91	-	-	-	-	56	7,26	-
92	-	48	-	-	-	7,27	-
93	-	-	35	37	-	7,28	-
94	17	-	-	-	-	7,29	-
95	-	-	-	-	57	7,30	3,5
96	-	49	-	-	-	7,31	-
97	-	-	-	-	-	7,32	-
98	-	-	-	-	-	7,33	-
99	-	-	-	-	-	7,34	-
100	18	50	36	38	58	7,35	3,4

Klimmzug: 1 mal = 6 Pkt. Klettern: 0,1 s = 5 Pkt. Standsprung-Reichh.: 1 cm = 5 Pkt.  
Dreierhopp: 1cm = 1Pkt. Liegestützbeugen: 1 mal = 4 Pkt.

Punkte	60 m Hochst. s	100 m s	1000 m min:s	2000m min:s	Weit- sprung m	Hoch- sprung cm	Kugel 4 kg m
1	12,0	19,8	6:00	16:00	2,65	85	4,00
2	11,8	19,5	5:48	15:22	2,70	87	4,15
3	11,6	19,2	5:36	14:52	2,75	89	4,30
4	11,4	19,0	5:24	14:22	2,80	91	4,45
5	11,2	18,8	5:14	13:52	2,85	93	4,60
6	11,0	18,6	5:06	13:27	2,90	94	4,75
7	10,8	18,4	5:00	13:02	2,95	95	4,90
8	10,7	18,2	4:54	12:42	3,00	96	5,00
9	10,6	18,0	4:50	12:22	3,05	97	5,10
10	10,5	17,8	4:46	12:02	3,10	98	5,20
11	10,4	17,6	4:42	11:46	3,15	99	5,30
12	10,3	17,4	4:39	11:33	3,20	100	5,40
13	10,2	17,2	4:36	11:20	3,25	101	5,50
14	10,1	17,0	4:33	11:10	3,30	102	5,60
15	10,0	16,8	4:30	11:00	3,35	103	5,70
16	-	16,7	4:28	10:52	3,38	104	5,79
17	9,9	16,6	4:26	10:44	3,41	105	5,87
18	-	16,5	4:24	10:36	3,44	106	5,95
19	9,8	16,4	4:22	10:29	3,48	107	6,04
20	-	16,3	4:20	10:23	3,51	108	6,12
21	9,7	16,2	4:19	10:17	3,54	109	6,21
22	-	16,1	4:17	10:11	3,57	110	6,29
23	9,6	16,0	4:15	10:05	3,60	111	6,37
24	-	15,9	4:13	9:59	3,63	112	6,46
25	9,5	15,8	4:11	9:53	3,67	-	6,54
26	-	15,7	4:09	9:47	3,70	113	6,63
27	9,4	15,6	4:08	9:41	3,73	114	6,71
28	-	15,5	4:06	9:35	3,76	-	6,79
29	9,3	15,4	4:04	9:29	3,79	115	6,88
30	-	15,3	4:02	9:23	3,82	116	6,96
31	9,2	15,2	4:00	9:17	3,86	-	7,05
32	-	15,1	3:58	9:11	3,89	117	7,13
33	-	-	3:57	9:05	3,92	118	7,22
34	9,1	15,0	3:55	9:00	3,95	-	7,30
35	-	-	3:54	8:55	3,97	119	7,36
36	-	14,9	3:53	8:51	3,99	120	7,41
37	9,0	-	3:52	8:47	4,01	-	7,47
38	-	14,8	3:51	8:43	4,03	121	7,52
39	-	-	3:50	8:39	4,05	122	7,58
40	-	14,7	3:49	8:36	4,07	-	7,64
41	8,9	-	3:48	8:33	4,09	123	7,69
42	-	14,6	3:47	8:30	4,11	124	7,75
43	-	-	3:46	8:28	4,13	-	7,80
44	-	14,5	3:45	8:26	4,15	125	7,86
45	8,8	-	3:44	8:24	4,17	126	7,92
46	-	14,4	3:43	8:22	4,19	-	7,97
47	-	-	3:42	8:20	4,21	127	8,03
48	-	14,3	3:41	8:18	4,23	-	8,08
49	8,7	-	3:40	8:16	4,25	128	8,14
50	-	14,2	3:39	8:14	4,27	-	8,20

Berechnung der Punkte über 100 hinaus: 60 m: 0,1 s = 7 Pkt. 1000m: 1 s = 2 Pkt.  
 100 m: 0,1 s = 4 Pkt. 2000m: 1 s = 1 Pkt.

Punkte	60 m Hochst. s	100 m s	1000 m min:s	2000m min:s	Weit- sprung m	Hoch- sprung cm	Kugel 4 kg m
51	-	-	3:38	8:12	4,29	129	8,25
52	-	14,1	3:37	8:10	4,31	-	8,31
53	-	-	3:36	8:08	4,33	130	8,36
54	8,6	14,0	3:35	8:06	4,35	-	8,42
55	-	-	3:34	8:04	4,37	131	8,48
56	-	13,9	3:33	8:03	4,39	-	8,53
57	-	-	3:32	8:02	4,41	132	8,59
58	-	-	3:31	8:01	4,43	-	8,64
59	8,5	13,8	3:30	8:00	4,45	133	8,70
60	-	-	3:29	7:59	4,47	-	8,75
61	-	-	-	7:57	4,48	-	8,80
62	-	13,7	3:28	7:56	4,50	134	8,85
63	-	-	3:27	7:55	4,52	-	8,90
64	-	-	-	7:54	4,54	-	8,94
65	8,4	13,6	3:26	7:53	4,55	135	8,99
66	-	-	3:25	7:52	4,57	-	9,04
67	-	-	-	7:51	4,59	-	9,09
68	-	13,5	3:24	7:50	4,60	136	9,14
69	-	-	3:23	7:49	4,62	-	9,19
70	-	-	-	7:48	4,64	-	9,24
71	-	-	3:22	7:46	4,65	137	9,29
72	8,3	13,4	3:21	7:45	4,67	-	9,33
73	-	-	-	7:44	4,69	-	9,38
74	-	-	3:20	7:43	4,71	138	9,43
75	-	-	3:19	7:42	4,72	-	9,48
76	-	13,3	-	7:41	4,74	-	9,53
77	-	-	3:18	7:40	4,76	139	9,58
78	-	-	3:17	7:39	4,77	-	9,63
79	8,2	-	-	7:38	4,79	-	9,68
80	-	13,2	3:16	7:37	4,81	140	9,72
81	-	-	-	7:35	4,83	-	9,77
82	-	-	3:15	7:34	4,84	-	9,82
83	-	-	-	7:33	4,86	141	9,87
84	-	13,1	3:14	7:32	4,88	-	9,92
85	-	-	-	7:31	4,89	-	9,97
86	8,1	-	3:13	7:30	4,91	142	10,02
87	-	-	-	7:29	4,93	-	10,07
88	-	13,0	3:12	7:28	4,95	-	10,11
89	-	-	-	7:27	4,96	143	10,16
90	-	-	3:11	7:26	4,98	-	10,21
91	-	-	-	7:24	5,00	-	10,26
92	-	12,9	3:10	7:23	5,01	144	10,31
93	8,0	-	-	7:22	5,03	-	10,36
94	-	-	3:09	7:21	5,05	-	10,41
95	-	-	-	7:20	5,06	-	10,46
96	-	12,8	3:08	7:19	5,08	145	10,50
97	-	-	-	7:18	5,10	-	10,55
98	-	-	3:07	7:17	5,12	-	10,60
99	-	-	-	7:16	5,14	-	10,65
100	7,9	12,7	3:06	7:15	5,15	146	10,70

Weitsprung: 1 cm = 1 Pkt. Kugelstoß: 5 cm = 1 Pkt.  
 Hochsprung : 1 cm = 4 Pkt.

Punkte	Klimm- ziehen schräg Anz.	Liege- stützb. normal Anz.	Aufr.aus Rücken- Lage Anz./30 s	Rumpf- heben in Beinl. Anz./30 s	Stand- sprung/ Reichh. cm	Drei- er- Hopp m	Klettern Stange 4 m s
1	5	-	10	10	16	3,80	3 m
2	6	-	11	12	17	3,90	-
3	7	1	12	13	18	4,00	-
4	-	-	13	14	-	4,07	-
5	8	2	-	15	19	4,14	-
6	9	-	14	16	20	4,21	-
7	10	3	15	17	-	4,28	-
8	11	-	-	18	21	4,35	-
9	12	-	16	19	22	4,42	-
10	-	4	17	20	-	4,49	25,0
11	13	-	-	21	23	4,56	24,0
12	14	5	18	22	24	4,62	23,0
13	15	-	19	23	-	4,68	22,0
14	16	6	-	24	25	4,74	21,0
15	17	-	20	25	26	4,80	20,0
16	-	7	-	-	-	4,85	19,4
17	18	-	-	-	27	4,90	18,8
18	19	8	21	26	-	4,95	18,2
19	-	-	-	-	28	5,00	17,6
20	20	9	-	-	-	5,04	17,0
21	21	-	-	-	29	5,08	16,4
22	-	10	22	-	-	5,12	15,8
23	22	-	-	27	30	5,16	15,2
24	23	11	-	-	-	5,20	14,6
25	-	-	-	-	31	5,23	14,0
26	24	12	-	-	-	5,26	13,4
27	25	-	23	-	32	5,29	12,8
28	-	13	-	28	-	5,32	12,2
29	26	-	-	-	33	5,35	11,7
30	27	14	-	-	-	5,38	11,2
31	-	-	-	-	34	5,41	10,7
32	28	15	-	-	-	5,44	10,2
33	29	-	24	-	-	5,47	9,7
34	-	16	-	29	35	5,50	9,2
35	30	-	-	-	-	5,52	9,1
36	-	-	-	-	-	5,54	9,0
37	31	17	-	-	-	5,56	8,9
38	-	-	-	-	36	5,58	8,8
39	32	-	25	-	-	5,60	8,7
40	-	18	-	30	-	5,62	8,6
41	33	-	-	-	-	5,64	8,5
42	-	-	-	-	37	5,66	8,4
43	34	19	-	-	-	5,68	8,3
44	-	-	-	-	-	5,70	8,2
45	35	-	26	-	-	5,72	8,1
46	-	20	-	31	38	5,73	8,0
47	36	-	-	-	-	5,74	7,9
48	-	-	-	-	-	5,75	7,8
49	37	21	-	-	-	5,76	7,7
50	-	-	-	-	39	5,77	7,6

Berechnung der Punkte über 100 hinaus: Aufricht.a.d.Rückenlage : 1 mal = 7 Pkt.  
Rumpfhieb.a.d.Beinlage : 1 mal =11 Pkt.

Punkte	Klimm- ziehen schräg Anz.	Liege- stützb. normal Anz.	Aufr.aus Rücken- lage Anz./30 s	Rumpf- heben in Beinl. Anz./30 s	Stand- sprung/ Reichh. cm	Drei- er- hopp m	Klettern Stange 4 m s
51	38	-	27	-	-	5,78	7,5
52	-	-	-	32	-	5,79	7,4
53	39	22	-	-	-	5,80	7,3
54	-	-	-	-	40	5,81	7,2
55	40	-	-	-	-	5,82	7,1
56	-	23	-	-	-	5,83	7,0
57	-	-	-	-	-	5,84	6,9
58	41	-	28	-	-	5,85	-
59	-	24	-	33	41	5,86	6,8
60	-	-	-	-	-	5,88	-
61	42	-	-	-	-	5,89	6,7
62	-	-	-	-	-	5,91	-
63	-	25	-	-	-	5,92	6,6
64	43	-	-	-	42	5,94	-
65	-	-	29	-	-	5,95	6,5
66	-	26	-	-	-	5,97	-
67	44	-	-	-	-	5,98	6,4
68	-	-	-	34	-	6,00	-
69	-	-	-	-	-	6,01	6,3
70	45	27	-	-	43	6,03	-
71	-	-	-	-	-	6,04	6,2
72	-	-	30	-	-	6,06	-
73	46	28	-	-	-	6,07	6,1
74	-	-	-	-	-	6,09	-
75	-	-	-	-	-	6,10	6,0
76	47	-	-	-	44	6,12	-
77	-	29	-	-	-	6,14	5,9
78	-	-	-	35	-	6,16	-
79	48	-	31	-	-	6,18	5,8
80	-	30	-	-	-	6,20	-
81	-	-	-	-	-	6,22	5,7
82	49	-	-	-	45	6,24	-
83	-	-	-	-	-	6,26	5,6
84	-	31	-	-	-	6,28	-
85	50	-	-	-	-	6,30	5,5
86	-	-	32	-	-	6,32	-
87	-	-	-	-	-	6,34	5,4
88	51	32	-	-	46	6,36	-
89	-	-	-	36	-	6,38	5,3
90	-	-	-	-	-	6,40	-
91	52	-	-	-	-	6,42	5,2
92	-	33	-	-	-	6,44	-
93	-	-	33	-	-	6,46	5,1
94	53	-	-	-	47	6,48	-
95	-	-	-	-	-	6,50	5,0
96	-	34	-	-	-	6,52	-
97	54	-	-	-	-	6,54	4,9
98	-	-	-	-	-	6,56	-
99	-	-	-	-	-	6,58	-
100	55	35	34	37	48	6,60	4,8

Klimmzug: 1 mal = 3 Pkt. Klettern: 0,1 s = 3 Pkt. Standspr.- Reichh.: 1 cm = 6 Pkt.  
Dreierhopp: 2 cm = 1 Pkt. Liegestützbeugen: 1 mal = 4 Pkt.

9.Schuljahr weibl. Punkttabellen für körperlich-sportliche Leistungen Alle Schularten

Punkte	60 m Hochst. s	100 m s	1000 m min:s	2000 m min:s	Weit- sprung m	Hoch- sprung cm	Kugel 4 kg m
1	12,7	20,5	7:05	15:10	2,30	80	3,60
2	12,5	20,3	6:57	14:56	2,36	82	3,75
3	12,3	20,1	6:49	14:42	2,42	84	3,90
4	12,1	19,9	6:41	14:28	2,48	85	4,00
5	11,9	19,7	6:33	14:14	2,54	86	4,10
6	11,7	19,5	6:25	14:00	2,60	87	4,20
7	11,6	19,3	6:17	13:47	2,65	88	4,30
8	11,5	19,1	6:09	13:34	2,70	89	4,40
9	11,4	18,9	6:01	13:21	2,75	90	4,50
10	11,3	18,7	5:53	13:08	2,80	91	4,60
11	11,2	18,5	5:45	12:55	2,85	92	4,70
12	11,1	18,3	5:37	12:42	2,90	93	4,80
13	11,0	18,1	5:29	12:29	2,95	94	4,90
14	10,9	17,9	5:22	12:16	3,00	95	5,00
15	10,8	17,7	5:15	12:03	3,05	96	5,10
16	-	17,6	5:12	11:57	3,08	97	5,18
17	10,7	17,5	5:09	11:51	3,10	98	5,26
18	-	17,4	5:06	11:45	3,13	99	5,32
19	10,6	17,3	5:03	11:39	3,16	100	5,38
20	-	17,2	5:00	11:33	3,18	101	5,43
21	10,5	17,1	4:57	11:27	3,21	-	5,48
22	-	17,0	4:54	11:21	3,23	102	5,52
23	10,4	16,9	4:52	11:15	3,26	-	5,56
24	-	16,8	4:50	11:09	3,29	103	5,60
25	10,3	16,7	4:48	11:03	3,31	-	5,64
26	-	16,6	4:46	10:57	3,34	104	5,68
27	10,2	16,5	4:44	10:51	3,37	-	5,72
28	-	16,4	4:42	10:45	3,39	105	5,76
29	10,1	-	4:40	10:39	3,42	-	5,80
30	-	16,3	4:38	10:33	3,44	106	5,84
31	10,0	-	4:36	10:27	3,47	-	5,88
32	-	16,2	4:34	10:21	3,50	107	5,92
33	-	-	4:32	10:15	3,52	-	5,96
34	9,9	16,1	4:30	10:09	3,55	108	6,00
35	-	-	4:29	10:05	3,57	-	6,04
36	-	16,0	4:28	10:01	3,58	109	6,08
37	9,8	-	4:27	9:57	3,60	-	6,12
38	-	15,9	4:26	9:53	3,61	110	6,16
39	-	-	4:25	9:49	3,63	-	6,20
40	9,7	15,8	4:24	9:45	3,65	111	6,24
41	-	-	4:23	9:42	3,66	-	6,28
42	-	15,7	4:22	9:39	3,68	112	6,32
43	9,6	-	4:21	9:36	3,69	-	6,36
44	-	15,6	-	9:33	3,71	113	6,40
45	-	-	4:20	9:30	3,73	-	6,44
46	9,5	15,5	4:19	9:27	3,74	114	6,48
47	-	-	4:18	9:24	3,76	-	6,52
48	-	15,4	-	9:22	3,77	115	6,56
49	9,4	-	4:17	9:20	3,79	-	6,60
50	-	15,3	4:16	9:18	3,81	116	6,63

Berechnung der Punkte über 100 hinaus: 60 m: 0,1 s = 7 Pkt. 1000 m: 1 s = 2 Pkt.  
 100 m: 0,1 s = 4 Pkt. 3000m: 1 s = 1 Pkt.

Alle Schularten Punkttabellen für körperlich-sportliche Leistungen 9.Schuljahr weibl.

Punkte	60m Hochst. s	100 m s	1000 m min:s	2000 m min:s	Weit- sprung m	Hoch- sprung cm	Kugel 4 kg m
51	-	-	4:15	9:16	3,82	-	6,66
52	9,3	-	-	9:14	3,84	117	6,69
53	-	15,2	4:14	9:12	3,85	-	6,72
54	-	-	4:13	9:10	3,87	-	6,75
55	9,2	-	-	9:08	3,89	118	6,78
56	-	15,1	4:12	9:06	3,90	-	6,81
57	-	-	4:11	9:04	3,92	-	6,84
58	-	-	-	9:02	3,93	119	6,87
59	9,1	-	4:10	9:00	3,95	-	6,90
60	-	15,0	4:09	8:58	3,96	-	6,94
61	-	-	-	8:56	3,97	120	6,98
62	-	-	4:08	8:54	3,99	-	7,02
63	9,0	-	4:07	8:52	4,00	-	7,06
64	-	14,9	4:06	8:50	4,01	121	7,10
65	-	-	-	8:48	4,02	-	7,14
66	-	-	4:05	8:46	4,04	-	7,18
67	-	-	4:04	8:44	4,06	122	7,22
68	8,9	14,8	4:03	8:42	4,07	-	7,26
69	-	-	-	8:40	4,08	-	7,30
70	-	-	4:02	8:38	4,10	123	7,34
71	-	-	4:01	8:36	4,11	-	7,38
72	-	14,7	4:00	8:34	4,12	-	7,42
73	8,8	-	-	8:32	4,13	124	7,46
74	-	-	3:59	8:30	4,15	-	7,50
75	-	-	3:58	8:28	4,16	-	7,54
76	-	14,6	3:57	8:26	4,17	125	7,58
77	-	-	-	8:24	4,18	-	7,62
78	-	-	3:56	8:22	4,19	-	7,66
79	8,7	-	3:55	8:21	4,21	126	7,70
80	-	14,5	3:54	8:20	4,22	-	7,74
81	-	-	-	8:19	4,23	-	7,78
82	-	-	3:53	8:18	4,24	127	7,82
83	-	-	3:52	8:17	4,25	-	7,86
84	-	14,4	3:51	8:16	4,27	-	7,90
85	-	-	-	8:15	4,28	128	7,94
86	8,6	-	3:50	8:14	4,29	-	7,98
87	-	-	3:49	8:13	4,30	-	8,01
88	-	14,3	3:48	8:12	4,32	129	8,04
89	-	-	-	8:11	4,33	-	8,07
90	-	-	3:47	8:10	4,34	-	8,10
91	-	-	3:46	8:09	4,35	130	8,13
92	-	14,2	3:45	8:08	4,36	-	8,16
93	8,5	-	-	8:07	4,38	-	8,19
94	-	-	3:44	8:06	4,39	131	8,22
95	-	-	3:43	8:05	4,40	-	8,25
96	-	14,1	-	8:04	4,41	-	8,28
97	-	-	3:42	8:03	4,42	132	8,31
98	-	-	3:41	8:02	4,43	-	8,34
99	-	-	-	8:01	4,44	-	8,37
100	8,4	14,0	3:40	8:00	4,45	133	8,40

Weitsprung: 1 cm = 1 Pkt  
 Hochsprung: 1 cm = 3 Pkt. Kugelstoßen: 3 cm = 1 Pkt.

Punkte	Klimm- schräg/ Hang Anz.	Liege- stützb. normal Anz.	Aufr.aus Rücken- lage Anz/30 s	Rumpf- heben in Beinkl. Anz/30 s	Stand- Sprung/ Reichh. cm	Drei- er- hopp m	Klettern Stange 4 m s	Klettern Tau 4 m s
1	16	4	15	15	20	4,30	20,4	-
2	17	6	16	16	22	4,39	18,9	-
3	18	8	17	-	24	4,48	17,4	-
4	19	9	-	17	26	4,57	15,9	30,0
5	20	10	18	18	27	4,65	14,7	27,0
6	21	11	-	-	28	4,73	13,5	25,0
7	22	12	19	19	29	4,81	12,5	23,5
8	23	13	-	20	30	4,89	11,5	22,0
9	24	14	20	-	31	4,97	10,7	20,7
10	25/1	15	-	21	32	5,05	10,0	19,5
11	26/-	16	21	-	33	5,13	9,3	18,3
12	27/-	17	-	22	34	5,21	8,7	17,3
13	28/-	18	22	-	35	5,29	8,2	16,5
14	29/2	19	-	23	36	5,37	7,8	15,8
15	-	20	23	-	37	5,45	7,5	15,2
16	-	21	-	-	-	5,49	7,3	14,8
17	-	22	-	24	38	5,53	7,1	14,4
18	-/3	23	-	-	-	5,58	6,9	14,0
19	-	24	24	-	39	5,62	6,7	13,6
20	-	25	-	25	-	5,66	6,5	13,2
21	-	26	-	-	40	5,70	6,3	12,8
22	-/4	27	-	-	-	5,74	6,1	12,4
23	-	-	-	26	41	5,79	5,9	12,0
24	-	28	25	-	-	5,83	5,7	11,6
25	-	-	-	-	42	5,87	5,6	11,2
26	-/5	29	-	27	-	5,91	5,5	10,8
27	-	-	-	-	43	5,96	5,4	10,4
28	-	30	-	-	-	6,00	5,3	10,0
29	-	-	26	-	44	6,04	5,2	9,6
30	-/6	31	-	28	-	6,08	5,1	9,2
31	-	-	-	-	45	6,12	5,0	8,8
32	-	32	-	-	-	6,17	4,9	8,4
33	-	-	-	-	-	6,21	4,8	8,0
34	-/7	33	27	29	46	6,25	4,7	7,7
35	-	-	-	-	-	6,28	-	7,6
36	-	34	-	-	-	6,31	4,6	7,5
37	-	-	-	-	47	6,34	-	7,4
38	-	35	-	-	-	6,37	4,5	7,3
39	-/8	-	-	-	-	6,40	-	7,2
40	-	36	28	30	48	6,43	4,4	7,1
41	-	-	-	-	-	6,46	-	7,0
42	-	37	-	-	-	6,49	4,3	6,9
43	-	-	-	-	49	6,52	-	6,8
44	-/9	38	-	-	-	6,55	4,2	6,7
45	-	-	-	-	-	6,58	-	6,6
46	-	39	29	31	-	6,61	4,1	6,5
47	-	-	-	-	50	6,64	-	6,4
48	-	-	-	-	-	6,67	4,0	6,3
49	-/10	40	-	-	-	6,70	-	6,2
50	-	-	-	-	-	6,73	3,9	6,1

Berechnung der Punkte über 100 hinaus: Aufricht.a.d.Rückenlage: 1 mal = 8 Pkt.  
Rumpfhieb.a.d.Beinlage: 1 mal = 9 Pkt.

Punkte	Klimm- ziehen Hang Anz.	Liege- stützb. normal Anz.	Aufr. aus Rücken- lage Anz/30 s	Rumpf- heben a. Beinkl. Anz/30 s	Stand- Sprung/ Reichh. cm	Drei- er- hopp m	Klettern Stange 4 m s	Klettern Tau 4 m s
51	-	-	-	-	51	6,76	-	6,0
52	-	41	-	32	-	6,79	-	5,9
53	-	-	30	-	-	6,82	3,8	5,8
54	11	-	-	-	-	6,85	-	-
55	-	42	-	-	52	6,88	-	5,7
56	-	-	-	-	-	6,91	-	-
57	-	-	-	-	-	6,94	3,7	5,6
58	-	43	-	33	-	6,97	-	-
59	12	-	-	-	53	7,00	-	5,5
60	-	-	31	-	-	7,02	-	-
61	-	44	-	-	-	7,03	-	5,4
62	-	-	-	-	-	7,05	3,6	-
63	-	-	-	-	54	7,07	-	5,3
64	-	45	-	-	-	7,09	-	-
65	13	-	-	-	-	7,10	-	5,2
66	-	-	-	34	-	7,12	-	-
67	-	46	-	-	55	7,14	-	5,1
68	-	-	32	-	-	7,15	3,5	-
69	-	-	-	-	-	7,17	-	5,0
70	-	47	-	-	-	7,19	-	-
71	-	-	-	-	56	7,21	-	4,9
72	14	-	-	-	-	7,22	-	-
73	-	48	-	-	-	7,24	-	4,8
74	-	-	-	35	-	7,26	3,4	-
75	-	-	-	-	57	7,28	-	4,7
76	-	49	33	-	-	7,29	-	-
77	-	-	-	-	-	7,31	-	4,6
78	-	-	-	-	-	7,33	-	-
79	15	50	-	-	-	7,34	-	4,5
80	-	-	-	-	58	7,36	3,3	-
81	-	-	-	-	-	7,38	-	4,4
82	-	51	-	36	-	7,40	-	-
83	-	-	-	-	-	7,41	-	4,3
84	-	-	34	-	-	7,43	-	-
85	-	52	-	-	59	7,45	-	-
86	16	-	-	-	-	7,46	3,2	4,1
87	-	-	-	-	-	7,48	-	-
88	-	53	-	-	-	7,50	-	-
89	-	-	-	-	-	7,52	-	4,0
90	-	-	-	-	60	7,53	-	-
91	-	54	-	37	-	7,55	-	3,9
92	-	-	35	-	-	7,57	-	-
93	17	-	-	-	-	7,58	3,1	3,8
94	-	55	-	-	-	7,60	-	-
95	-	-	-	-	61	7,62	-	3,7
96	-	-	-	-	-	7,64	-	-
97	-	56	-	-	-	7,66	-	3,6
98	-	-	-	-	-	7,68	-	-
99	-	-	-	-	-	7,69	-	-
100	18	57	36	38	62	7,70	3,0	3,5

Klimmzug: 1 mal = 7 Pkt. Klettern/ St.: 0,1 s = 7 Pkt. Standspr.-Reichh.: 1 cm = 5 Pkt.  
Dreierhopp: 1 cm = 1 Pkt. Klettern/Tau: 0,1 s = 3 Pkt. Liegestützbeugen: 1 mal = 3 Pkt.

Punkte	60m Hochst. s	100 m s	1000 m min:s	3000m min:s	Weit- sprung m	Hoch- sprung cm	Kugel 5 kg m
1	11,5	18,9	5:25	18:00	2,90	90	4,70
2	11,3	18,6	5:20	17:30	2,97	92	4,82
3	11,1	18,3	5:15	17:15	3,03	94	4,94
4	10,9	18,1	5:10	17:00	3,09	96	5,06
5	10,7	17,9	5:05	16:45	3,15	98	5,18
6	10,6	17,7	5:00	16:30	3,21	100	5,30
7	10,5	17,5	4:55	16:15	3,27	102	5,42
8	10,4	17,3	4:50	16:00	3,33	104	5,53
9	10,3	17,1	4:45	15:45	3,39	106	5,64
10	10,2	16,9	4:40	15:30	3,45	107	5,75
11	10,1	16,7	4:35	15:15	3,51	108	5,86
12	10,0	16,5	4:30	15:00	3,57	109	5,97
13	9,9	16,3	4:25	14:50	3,63	110	6,08
14	9,8	16,1	4:20	14:40	3,69	111	6,19
15	9,7	15,9	4:15	14:30	3,75	112	6,30
16	9,6	15,8	4:13	14:20	3,78	113	6,37
17	-	15,7	4:12	14:10	3,80	114	6,45
18	9,5	15,6	4:10	14:00	3,83	115	6,52
19	-	15,5	4:08	13:50	3,86	116	6,59
20	9,4	15,4	4:07	13:40	3,88	117	6,67
21	-	15,3	4:05	13:34	3,91	118	6,74
22	9,3	15,2	4:04	13:28	3,93	119	6,82
23	-	15,1	4:02	13:22	3,96	120	6,89
24	9,2	15,0	4:00	13:16	3,99	121	6,96
25	-	14,9	3:59	13:10	4,01	122	7,04
26	9,1	14,8	3:57	13:04	4,04	123	7,11
27	-	14,7	3:56	12:58	4,07	124	7,18
28	9,0	14,6	3:54	12:52	4,09	125	7,26
29	-	14,5	3:53	12:48	4,12	126	7,33
30	8,9	14,4	3:51	12:44	4,14	-	7,41
31	-	-	3:49	12:40	4,17	127	7,48
32	8,8	14,3	3:48	12:36	4,20	-	7,55
33	-	-	3:46	12:33	4,22	128	7,63
34	8,7	14,2	3:45	12:30	4,25	-	7,70
35	-	-	3:44	12:27	4,27	129	7,76
36	-	14,1	3:43	12:24	4,29	-	7,81
37	-	-	3:42	12:21	4,31	130	7,87
38	-	14,0	3:41	12:18	4,33	-	7,92
39	-	-	3:40	12:15	4,35	131	7,98
40	8,5	13,9	3:39	12:12	4,37	-	8,04
41	-	-	3:38	12:09	4,39	132	8,09
42	-	13,8	3:37	12:06	4,41	-	8,15
43	-	-	3:36	12:03	4,43	133	8,20
44	8,4	13,7	-	12:00	4,45	-	8,26
45	-	-	3:35	11:58	4,47	134	8,32
46	-	-	3:34	11:56	4,49	-	8,37
47	-	13,6	3:33	11:54	4,51	135	8,43
48	8,3	-	3:32	11:52	4,53	-	8,48
49	-	-	3:31	11:50	4,55	136	8,54
50	-	13,5	3:30	11:48	4,57	-	8,60

Berechnung der Punkte über 100 hinaus: 60 m: 0,1 s = 8 Pkt. 1000m: 1 s = 2 Pkt.  
 100 m: 0,1s = 5 Pkt. 2000m: 1 s = 1 Pkt.

Punkte	60m Hochst. s	100 m s	1000 m min:s	3000m min:s	Weit- sprung m	Hoch- sprung cm	Kugel 5 kg m
51	-	-	3:29	11:46	4,59	137	8,65
52	-	-	3:28	11:44	4,61	-	8,71
53	8,2	13,4	3:27	11:42	4,63	138	8,76
54	-	-	3:26	11:40	4,65	-	8,82
55	-	-	-	11:38	4,67	139	8,88
56	-	13,3	3:25	11:36	4,69	-	8,93
57	-	-	3:24	11:34	4,71	140	8,99
58	8,1	-	3:23	11:32	4,73	-	9,04
59	-	13,2	3:22	11:30	4,75	141	9,10
60	-	-	3:21	11:28	4,77	-	9,14
61	-	-	-	11:26	4,79	142	9,19
62	-	-	3:20	11:24	4,81	-	9,23
63	-	13,1	3:19	11:22	4,83	143	9,28
64	8,0	-	-	11:20	4,85	-	9,32
65	-	-	3:18	11:18	4,87	144	9,36
66	-	-	3:17	11:16	4,89	-	9,41
67	-	13,0	-	11:14	4,91	145	9,45
68	-	-	3:16	11:12	4,93	-	9,50
69	-	-	3:15	11:10	4,95	146	9,54
70	-	-	-	11:08	4,97	-	9,58
71	7,9	12,9	3:14	11:06	4,99	147	9,63
72	-	-	3:13	11:04	5,01	-	9,67
73	-	-	-	11:02	5,03	148	9,71
74	-	-	3:12	11:00	5,05	-	9,76
75	-	12,8	3:11	10:58	5,07	149	9,80
76	-	-	-	10:56	5,09	-	9,85
77	-	-	3:10	10:54	5,11	150	9,89
78	7,8	-	3:09	10:52	5,13	-	9,93
79	-	-	-	10:51	5,15	151	9,98
80	-	12,7	3:08	10:50	5,17	-	10,02
81	-	-	3:07	10:49	5,19	152	10,07
82	-	-	-	10:48	5,21	-	10,11
83	-	-	3:06	10:47	5,23	153	10,15
84	-	-	3:05	10:46	5,25	-	10,20
85	7,7	12,6	-	10:45	5,27	154	10,24
86	-	-	3:04	10:44	5,29	-	10,29
87	-	-	3:03	10:43	5,31	155	10,33
88	-	-	-	10:42	5,33	-	10,37
89	-	-	3:02	10:41	5,35	156	10,42
90	-	12,5	3:01	10:40	5,37	-	10,46
91	-	-	-	10:39	5,39	157	10,50
92	7,6	-	3:00	10:38	5,41	-	10,55
93	-	-	2:59	10:37	5,43	-	10,59
94	-	-	-	10:36	5,44	158	10,64
95	-	12,4	2:58	10:35	5,45	-	10,68
96	-	-	2:57	10:34	5,46	-	10,72
97	-	-	-	10:33	5,47	159	10,77
98	-	-	2:56	10:32	5,48	-	10,82
99	-	-	-	10:31	5,49	-	10,86
100	7,5	12,3	2:55	10:30	5,50	160	10,90

Weitsprung: 1 cm = 1 Pkt.  
 Hochsprung: 1 cm = 3 Pkt.

Kugelstoß: 4 cm = 1 Pkt.

Punkte	Klimm- ziehen schräg Anz.	Liege- stützb. normal Anz.	Aufr.aus Rücken- lage Anz./30 s	Rumpf- heben in Beinl. Anz./30 s	Stand- sprung/ Reichh. cm	Drei- er- hopp m	Klettern Stange 4 m s
1	6	-	10	10	22	3,80	3 m
2	7	-	11	12	23	3,90	-
3	8	1	12	13	24	4,00	-
4	9	-	-	14	-	4,09	-
5	10	2	13	15	25	4,15	-
6	11	-	-	16	-	4,21	-
7	12	3	14	17	26	4,27	-
8	-	-	-	18	-	4,33	-
9	13	4	15	19	27	4,39	-
10	14	-	-	20	-	4,45	25,0
11	-	5	16	21	28	4,51	24,0
12	15	-	-	22	-	4,57	23,0
13	16	6	17	23	29	4,63	22,0
14	-	-	-	24	-	4,68	21,0
15	17	7	18	25	30	4,73	20,2
16	18	-	-	-	-	4,78	19,4
17	-	8	19	-	31	4,83	18,6
18	19	-	-	26	-	4,85	17,8
19	20	9	20	-	32	4,93	17,2
20	-	-	-	-	-	4,98	16,6
21	21	10	-	-	-	5,03	16,0
22	22	11	21	-	33	5,07	15,4
23	-	-	-	27	-	5,11	14,8
24	23	12	-	-	-	5,15	14,2
25	24	-	22	-	-	5,19	13,6
26	-	13	-	-	34	5,23	13,0
27	25	-	-	-	-	5,27	12,4
28	26	14	-	28	-	5,31	11,8
29	-	-	23	-	-	5,35	11,3
30	27	15	-	-	35	5,39	10,8
31	28	-	-	-	-	5,43	10,3
32	-	16	-	-	-	5,47	9,8
33	29	-	-	-	-	5,51	9,4
34	30	17	24	29	36	5,55	9,0
35	-	-	-	-	-	5,58	8,8
36	31	18	-	-	-	5,61	8,6
37	-	-	-	-	-	5,64	8,4
38	32	19	-	-	-	5,67	8,2
39	-	-	25	-	37	5,70	8,1
40	33	-	-	30	-	5,73	8,0
41	-	20	-	-	-	5,75	7,9
42	34	-	-	-	-	5,77	7,8
43	-	-	-	-	-	5,79	7,7
44	35	-	26	-	38	5,81	7,6
45	-	21	-	-	-	5,83	7,5
46	36	-	-	31	-	5,85	7,4
47	-	-	-	-	-	5,87	-
48	37	-	-	-	-	5,89	7,3
49	-	22	27	-	39	5,91	-
50	38	-	-	-	-	5,93	7,2

Berechnung der Punkte über 100 hinaus: Aufricht.a.d.Rückenlage: 1 mal = 7 Pkt.

Punkte	Klimm- ziehen schräg Anz.	Liege- stützb. normal Anz.	Aufr.aus Rücken- lage Anz./30s	Rumpf- heben in Beinl.	Stand- sprung/ Reichh. cm	Drei- er- hopp m	Klettern Stange 4 m s
51	-	-	-	-	-	5,95	-
52	39	-	-	32	-	5,97	7,1
53	-	23	-	-	-	5,99	-
54	40	-	28	-	40	6,01	7,0
55	-	-	-	-	-	6,03	-
56	41	-	-	-	-	6,05	6,9
57	-	24	-	-	-	6,07	-
58	42	-	-	-	-	6,09	6,8
59	-	-	29	33	41	6,11	-
60	43	25	-	-	-	6,13	6,7
61	-	-	-	-	-	6,15	-
62	44	-	-	-	-	6,17	6,6
63	-	-	-	-	-	6,19	-
64	45	26	-	-	42	6,21	6,5
65	-	-	30	-	-	6,23	-
66	46	-	-	-	-	6,25	6,4
67	-	-	-	-	-	6,27	-
68	47	27	-	34	-	6,29	6,3
69	-	-	-	-	43	6,30	-
70	48	-	-	-	-	6,31	6,2
71	-	-	-	-	-	6,32	-
72	49	28	31	-	-	6,34	6,1
73	-	-	-	-	-	6,36	-
74	50	-	-	-	44	6,38	6,0
75	-	-	-	-	-	6,40	-
76	51	29	-	-	-	6,42	5,9
77	-	-	-	-	-	6,44	-
78	52	-	-	35	-	6,46	5,8
79	-	-	32	-	45	6,48	-
80	53	30	-	-	-	6,50	5,7
81	-	-	-	-	-	6,52	-
82	54	-	-	-	-	6,54	5,6
83	-	-	-	-	-	6,56	-
84	-	31	-	-	46	6,58	5,5
85	55	-	-	-	-	6,60	-
86	-	-	33	-	-	6,62	5,4
87	-	-	-	-	-	6,64	-
88	56	32	-	-	-	6,66	5,3
89	-	-	-	36	47	6,68	-
90	-	-	-	-	-	6,70	5,2
91	57	-	-	-	-	6,72	-
92	-	33	-	-	-	6,74	5,1
93	-	-	34	-	-	6,76	-
94	58	-	-	-	48	6,78	5,0
95	-	-	-	-	-	6,80	-
96	-	34	-	-	-	6,82	-
97	59	-	-	-	-	6,84	4,9
98	-	-	-	-	-	6,86	-
99	-	-	-	-	-	6,88	-
100	60	35	35	37	49	6,90	4,8

Klimmzug: 1 mal = 3 Pkt. Klettern: 0,1 s = 3 Pkt. Standspr.-Reichh.: 1 cm = 6 Pkt.  
Dreierhopp: 2 cm = 1 Pkt. Liegestützbeugen.: 1 mal = 4 Pkt.

10. Schuljahr weibl. Punkttabellen für Sportlich-körperliche Leistungen Alle Schularten

Punkte	60 m Hochst. s	100 m s	1000 m min:s	2000 m min:s	Weit- sprung m	Hoch- sprung cm	Kugel 4 kg m
1	12,4	20,0	7:05	15:00	2,35	85	4,10
2	12,2	19,8	6:55	14:45	2,40	87	4,19
3	12,0	19,6	6:45	14:30	2,45	88	4,28
4	11,8	19,4	6:35	14:15	2,50	89	4,37
5	11,7	19,2	6:25	14:00	2,55	90	4,46
6	11,6	19,0	6:15	13:45	2,60	91	4,55
7	11,5	18,8	6:07	13:30	2,65	92	4,64
8	11,4	18,6	5:59	13:15	2,70	93	4,73
9	11,3	18,4	5:52	13:00	2,75	94	4,82
10	11,2	18,2	5:45	12:50	2,80	95	4,90
11	11,1	18,0	5:38	12:40	2,85	96	4,98
12	11,0	17,8	5:31	12:30	2,90	97	5,06
13	10,9	17,6	5:24	12:20	2,95	98	5,14
14	10,8	17,5	5:17	12:10	3,00	99	5,22
15	10,7	17,4	5:10	12:00	3,05	100	5,30
16	-	17,3	5:05	11:53	3,08	101	5,35
17	10,6	17,2	5:00	11:46	3,10	102	5,41
18	-	17,1	4:57	11:39	3,13	103	5,46
19	10,5	17,0	4:54	11:32	3,16	-	5,51
20	-	16,9	4:51	11:25	3,18	104	5,56
21	10,4	16,8	4:48	11:18	3,21	-	5,62
22	-	16,7	4:47	11:11	3,23	105	5,67
23	10,3	-	4:46	11:04	3,26	-	5,72
24	-	16,6	4:45	10:57	3,29	106	5,77
25	10,2	-	4:44	10:50	3,31	-	5,83
26	-	16,5	4:43	10:44	3,34	107	5,88
27	10,1	-	4:42	10:38	3,37	-	5,93
28	-	16,4	4:41	10:32	3,39	108	5,98
29	10,0	-	4:40	10:26	3,42	-	6,04
30	-	16,3	4:39	10:20	3,44	109	6,09
31	9,9	-	4:38	10:15	3,47	-	6,14
32	-	16,2	4:37	10:10	3,50	110	6,19
33	-	-	4:36	10:05	3,52	-	6,25
34	9,8	16,1	4:35	10:00	3,55	111	6,30
35	-	-	4:34	9:57	3,57	-	6,34
36	-	16,0	4:33	9:54	3,58	112	6,38
37	9,7	-	4:32	9:51	3,60	-	6,42
38	-	15,9	4:31	9:48	3,61	113	6,46
39	-	-	4:30	9:45	3,63	-	6,50
40	9,6	15,8	4:29	9:42	3,65	114	6,54
41	-	-	4:28	9:39	3,66	-	6,58
42	-	15,7	4:27	9:36	3,68	115	6,62
43	9,5	-	4:26	9:33	3,69	-	6,66
44	-	15,6	4:25	9:30	3,71	116	6,70
45	-	-	4:24	9:28	3,73	-	6,74
46	-	15,5	4:23	9:26	3,74	117	6,78
47	9,4	-	4:22	9:24	3,76	-	6,82
48	-	15,4	4:21	9:22	3,77	118	6,86
49	-	-	4:20	9:20	3,79	-	6,90
50	-	15,3	4:19	9:18	3,81	119	6,93

Berechnung der Punkte über 100 hinaus: 60 m : 0,1 s = 7 Pkt. 1000 m: 1 s = 2 Pkt.  
 100 m: 0,1 s = 5 Pkt. 2000m: 1 s = 1 Pkt.

Alle Schularten Punkttabellen für körperlich-sportliche Leistungen 10.Schuljahr weibl.

Punkte	60m Hochst. s	100 m s	1000m min:s	2000 m min:s	Weit- sprung m	Hoch- sprung cm	Kugel 4 kg m
51	9,3	-	4:18	9:16	3,82	-	6,96
52	-	15,2	4:17	9:14	3,84	-	6,90
53	-	-	4:16	9:12	3,85	120	7,02
54	-	15,1	4:15	9:10	3,87	-	7,05
55	9,2	-	4:14	9:08	3,89	-	7,08
56	-	15,0	4:13	9:06	3,90	121	7,11
57	-	-	4:12	9:04	3,92	-	7,14
58	-	-	4:11	9:02	3,93	-	7,17
59	9,1	14,9	4:10	9:00	3,95	122	7,20
60	-	-	-	8:58	3,96	-	7,23
61	-	-	4:09	8:56	3,97	-	7,26
62	-	14,8	4:08	8:54	3,99	123	7,29
63	-	-	4:07	8:52	4,00	-	7,32
64	9,0	-	-	8:50	4,01	-	7,35
65	-	-	4:06	8:48	4,02	124	7,38
66	-	14,7	4:05	8:46	4,04	-	7,41
67	-	-	4:04	8:44	4,06	-	7,44
68	-	-	-	8:42	4,07	125	7,47
69	8,9	-	4:03	8:40	4,08	-	7,50
70	-	14,6	4:02	8:38	4,10	-	7,53
71	-	-	4:01	8:36	4,11	126	7,56
72	-	-	-	8:34	4,12	-	7,59
73	-	-	4:00	8:32	4,13	-	7,62
74	8,8	-	3:59	8:30	4,15	127	7,65
75	-	14,5	3:58	8:28	4,16	-	7,68
76	-	-	-	8:26	4,17	-	7,71
77	-	-	3:57	8:24	4,18	128	7,74
78	-	-	3:56	8:22	4,19	-	7,77
79	-	-	3:55	8:21	4,21	-	7,80
80	8,7	14,4	-	8:20	4,22	129	7,83
81	-	-	3:54	8:19	4,23	-	7,86
82	-	-	3:53	8:18	4,24	-	7,89
83	-	-	3:52	8:17	4,25	130	7,92
84	-	-	-	8:16	4,27	-	7,95
85	-	14,3	3:51	8:15	4,28	-	7,98
86	8,6	-	3:50	8:14	4,29	131	8,01
87	-	-	3:49	8:13	4,30	-	8,04
88	-	-	-	8:12	4,32	-	8,07
89	-	-	3:48	8:11	4,33	132	8,10
90	-	14,2	3:47	8:10	4,34	-	8,13
91	-	-	3:46	8:09	4,35	-	8,16
92	-	-	-	8:08	4,36	133	8,19
93	8,5	-	3:45	8:07	4,38	-	8,22
94	-	-	3:44	8:06	4,39	-	8,25
95	-	14,1	3:43	8:05	4,40	-	8,28
96	-	-	-	8:04	4,41	134	8,31
97	-	-	3:42	8:03	4,42	-	8,34
98	-	-	3:41	8:02	4,43	-	8,36
99	-	-	-	8:01	4,44	-	8,38
100	8,4	14,0	3:40	8:00	4,45	135	8,40

Weitsprung: 1 cm = 1 Pkt. Kugelstoß: 2 cm = 1 Pkt.  
 Hochsprung: 1 cm = 4 Pkt.

Punkte	Klimm- ziehen Hang Anz.	Liege- stützb. normal Anz.	Aufr. aus Rücken- lage Anz/30 s	Rumpf- heben in Beinl. Anz/30 s	Stand- sprung/ Reichh. cm	Drei- er- hopp m	Klettern Stange 4 m s	Klettern Tau 4 m s
1	-	6	11	15	28	4,65	19,7	23,5
2	-	8	12	16	29	4,74	17,8	21,5
3	-	10	13	17	30	4,83	16,0	20,0
4	-	11	14	18	31	4,92	14,4	18,0
5	-	12	15	19	32	5,01	13,2	16,5
6	-	13	16	20	33	5,10	12,0	15,3
7	1	14	17	21	34	5,19	11,0	14,3
8	-	15	18	-	35	5,28	10,0	13,4
9	-	16	19	22	36	5,37	9,2	12,5
10	2	17	20	-	-	5,45	8,5	11,7
11	-	18	21	23	37	5,53	7,8	10,9
12	-	19	22	-	-	5,61	7,2	10,3
13	-	20	23	24	38	5,69	6,7	9,7
14	3	21	-	-	-	5,77	6,2	9,3
15	-	22	24	25	39	5,85	6,0	9,0
16	-	23	-	-	-	5,89	5,9	8,8
17	-	24	-	-	40	5,93	5,8	8,6
18	4	25	-	26	-	5,98	5,7	8,4
19	-	26	25	-	41	6,02	5,6	8,2
20	-	27	-	-	-	6,06	5,5	8,0
21	-	28	-	-	-	6,10	5,4	7,8
22	5	29	-	27	42	6,14	5,3	7,6
23	-	-	-	-	-	6,19	5,2	7,5
24	-	30	26	-	-	6,23	5,1	7,4
25	-	-	-	-	43	6,27	5,0	7,3
26	6	31	-	-	-	6,31	4,9	7,2
27	-	-	-	28	-	6,36	-	7,1
28	-	32	-	-	44	6,40	4,8	7,0
29	-	-	27	-	-	6,44	-	6,9
30	-	33	-	-	-	6,48	4,7	6,8
31	-	-	-	-	45	6,52	-	6,7
32	-	34	-	29	-	6,57	4,6	6,6
33	-	-	-	-	-	6,61	-	6,5
34	8	35	28	-	46	6,65	4,5	6,4
35	-	-	-	-	-	6,67	-	-
36	-	36	-	-	-	6,69	4,4	6,3
37	-	-	-	-	47	6,72	-	-
38	-	37	-	30	-	6,74	4,3	6,2
39	9	-	-	-	-	6,76	-	-
40	-	38	-	-	48	6,78	4,2	6,1
41	-	-	-	-	-	6,80	-	-
42	-	39	29	-	-	6,83	-	6,0
43	-	-	-	-	49	6,85	4,1	-
44	10	40	-	-	-	6,87	-	5,9
45	-	-	-	31	-	6,89	-	-
46	-	41	-	-	50	6,91	4,0	5,8
47	-	-	-	-	-	6,94	-	-
48	-	42	-	-	-	6,96	-	5,7
49	11	-	-	-	-	6,98	3,9	-
50	-	43	30	-	-	7,00	-	5,6

Berechnung der Punkte über 100 hinaus:

Aufricht a.d. Rückenlage: 1 mal = 9 Pkt.  
Rumpfheb.a.d.Beinlage : 1 mal = 9 Pkt.

Punkte	Klimm- ziehen Hang Anz.	Liege- stützb. normal Anz.	Aufr. aus Rücken- lage Anz/30 s	Rumpf- Heben a. Beinl. Anz/30 s	Stand- sprung/ Reichh. cm	Drei- er- hopp m	Klettern Stange 4 m s	Klettern Tau 4 m s
51	-	-	-	-	-	7,02	-	-
52	-	44	-	32	52	7,05	-	-
53	-	-	-	-	-	7,07	3,8	5,5
54	12	45	-	-	-	7,09	-	-
55	-	-	-	-	53	7,11	-	-
56	-	46	-	-	-	7,13	-	5,4
57	-	-	-	-	-	7,16	3,7	-
58	-	47	31	33	-	7,18	-	-
59	13	-	-	-	54	7,20	-	5,3
60	-	-	-	-	-	7,22	-	-
61	-	48	-	-	-	7,23	-	-
62	-	-	-	-	-	7,25	3,6	5,2
63	-	-	-	-	-	7,26	-	-
64	-	49	-	-	55	7,28	-	5,1
65	14	-	-	-	-	7,30	-	-
66	-	-	32	34	-	7,31	-	5,0
67	-	50	-	-	-	7,33	-	-
68	-	-	-	-	-	7,34	3,5	4,9
69	-	-	-	-	56	7,36	-	-
70	-	51	-	-	-	7,37	-	4,8
71	-	-	-	-	-	7,39	-	-
72	15	-	-	-	-	7,41	-	4,7
73	-	52	-	-	-	7,42	-	-
74	-	-	33	35	57	7,44	3,4	4,6
75	-	-	-	-	-	7,45	-	-
76	-	53	-	-	-	7,47	-	4,5
77	-	-	-	-	-	7,49	-	-
78	-	-	-	-	-	7,50	-	4,4
79	16	54	-	-	58	7,52	-	-
80	-	-	-	-	-	7,53	3,3	4,3
81	-	-	-	-	-	7,55	-	-
82	-	55	34	36	-	7,57	-	4,2
83	-	-	-	-	-	7,58	-	-
84	-	-	-	-	59	7,60	-	4,1
85	-	56	-	-	-	7,61	-	-
86	17	-	-	-	-	7,63	3,2	4,0
87	-	-	-	-	-	7,65	-	-
88	-	57	-	-	-	7,66	-	3,9
89	-	-	-	-	60	7,67	-	-
90	-	-	-	-	-	7,69	-	-
91	-	58	35	37	-	7,71	-	3,8
92	-	-	-	-	-	7,72	-	-
93	18	-	-	-	-	7,74	3,1	-
94	-	59	-	-	61	7,76	-	3,7
95	-	-	-	-	-	7,77	-	-
96	-	-	-	-	-	7,79	-	-
97	-	60	-	-	-	7,80	-	3,6
98	-	-	-	-	-	7,82	-	-
99	-	-	-	-	-	7,84	-	-
100	19	61	36	38	62	7,85	3,0	3,5

Klimmzug: 1 mal = 7 Pkt.

Klettern/St.: 0,1 s = 7 Pkt.

Standspr.-Reichh.: 1 cm = 6 Pkt.

Dreierhopp: 1cm = 1 Pkt.

Klettern/ Tau: 0,1 s = 3 Pkt.

Liegestützbeugen: 1 mal = 3 Pkt.

Punkte	60 m Hochst. s	100 m s	1000 m mims	3000m min:s	Weit- sprung m	Hoch- sprung cm	Kugel 5 kg m
1	11,0	17,2	5:20	17:42	3,00	90	5,10
2	10,8	17,0	5:14	17:16	3,07	93	5,23
3	10,6	16,8	5:08	16:52	3,14	96	5,36
4	10,4	16,6	5:03	16:30	3,21	98	5,49
5	10,3	16,4	4:58	16:08	3,28	100	5,62
6	10,2	16,2	4:53	15:48	3,35	102	5,75
7	10,1	16,0	4:48	15:30	3,42	104	5,88
8	10,0	15,8	4:43	15:14	3,48	106	6,01
9	9,9	15,6	4:38	15:00	3,54	108	6,14
10	9,8	15,5	4:33	14:48	3,60	110	6,27
11	9,7	15,4	4:28	14:36	3,66	112	6,40
12	9,6	15,3	4:23	14:26	3,72	114	6,53
13	9,5	15,2	4:18	14:16	3,78	116	6,66
14	9,4	15,1	4:14	14:08	3,84	118	6,78
15	9,3	15,0	4:10	14:00	3,90	120	6,90
16	-	14,9	4:08	13:52	3,95	121	6,97
17	9,2	14,8	4:06	13:44	4,00	122	7,04
18	-	14,7	4:04	13:38	4,03	-	7,11
19	9,1	14,6	4:02	13:32	4,06	123	7,17
20	-	14,5	4:00	13:26	4,08	124	7,24
21	9,0	-	3:58	13:20	4,10	125	7,31
22	-	14,4	3:56	13:15	4,13	126	7,38
23	8,9	-	3:54	13:10	4,16	-	7,45
24	-	14,3	3:52	13:05	4,19	127	7,52
25	8,8	-	3:50	13:00	4,21	128	7,58
26	-	14,2	3:48	12:55	4,24	129	7,65
27	-	-	3:47	12:50	4,27	-	7,72
28	8,7	14,1	3:46	12:45	4,29	130	7,79
29	-	-	3:45	12:40	4,32	131	7,86
30	-	14,0	3:44	12:36	4,34	132	7,93
31	8,6	-	3:43	12:32	4,37	-	7,99
32	-	13,9	3:42	12:28	4,40	133	8,06
33	-	-	3:41	12:24	4,42	134	8,13
34	8,5	13,8	3:40	12:20	4,45	-	8,20
35	-	-	3:39	12:17	4,47	135	8,26
36	-	-	-	12:14	4,49	136	8,32
37	-	13,7	3:37	12:11	4,51	-	8,38
38	8,4	-	3:36	12:08	4,53	137	8,44
39	-	-	3:35	12:05	4,55	-	8,50
40	-	13,6	-	12:02	4,57	138	8,56
41	-	-	3:34	11:59	4,59	-	8,62
42	-	-	3:33	11:56	4,61	139	8,68
43	8,3	13,5	3:32	11:53	4,63	-	8,74
44	-	-	3:31	11:50	4,65	140	8,80
45	-	-	3:30	11:48	4,67	-	8,86
46	-	13,4	3:29	11:46	4,69	141	8,92
47	-	-	3:28	11:44	4,71	-	8,98
48	8,2	-	-	11:42	4,73	142	9,04
49	-	13,3	3:27	11:40	4,75	-	9,10
50	-	-	3:26	11:38	4,77	143	9,15

Berechnung der Punkte über 100 hinaus: 60 m: 0,1 s = 6 Pkt. 1000 m: 1 s = 1Pkt.  
100 m: 0,1 s = 5 Pkt. 2000m: 1 s = 1 Pkt.

Punkte	60 m Hochst. s	100 m s	1000 m min:s	3000m min:s	Weit- sprung m	Hoch- sprung cm	Kugel 5 kg m
51	-	-	3:25	11:36	4,79	-	9,20
52	-	13,2	3:24	11:34	4,81	144	9,25
53	8,1	-	3:23	11:32	4,83	-	9,30
54	-	-	3:22	11:30	4,85	-	9,35
55	-	13,1	3:21	11:28	4,87	145	9,40
56	-	-	3:20	11:26	4,89	-	9,45
57	-	-	-	11:24	4,91	-	9,50
58	8,0	13,0	3:19	11:22	4,93	146	9,55
59	-	-	3:18	11:20	4,95	-	9,60
60	-	-	3:17	11:18	4,97	-	9,63
61	-	-	-	11:16	4,99	147	9,66
62	-	12,9	3:16	11:14	5,01	-	9,69
63	7,9	-	3:15	11:12	5,03	-	9,72
64	-	--	-	11:10	5,05	148	9,75
65	-	-	3:14	11:08	5,07	-	9,78
66	-	12,8	3:13	11:06	5,09	-	9,81
67	-	-	-	11:04	5,11	149	9,84
68	7,8	-	3:12	11:02	5,13	-	9,87
69	-	-	3:11	11:00	5,15	-	9,90
70	-	12,7	-	10:58	5,17	150	9,93
71	-	-	3:10	10:56	5,19	-	9,96
72	-	-	3:09	10:54	5,21	-	9,99
73	7,7	-	-	10:52	5,23	151	10,02
74	-	12,6	3:08	10:50	5,25	-	10,05
75	-	-	3:07	10:48	5,27	-	10,08
76	-	-	-	10:46	5,29	152	10,11
77	-	-	3:06	10:44	5,31	-	10,14
78	7,6	12,5	3:05	10:42	5,33	-	10,17
79	-	-	-	10:41	5,34	153	10,20
80	-	-	3:04	10:40	5,35	-	10,23
81	-	-	3:03	10:39	5,36	-	10,26
82	-	12,4	-	10:38	5,37	154	10,29
83	7,5	-	3:02	10:37	5,38	-	10,32
84	-	-	3:01	10:36	5,39	-	10,35
85	-	-	-	10:35	5,40	155	10,38
86	-	12,3	3:00	10:34	5,41	-	10,41
87	-	-	2:59	10:33	5,42	-	10,44
88	7,4	-	-	10:32	5,43	156	10,47
89	-	-	2:58	10:31	5,44	-	10,50
90	-	12,2	2:57	10:30	5,45	-	10,53
91	-	-	-	10:29	5,46	157	10,56
92	-	-	2:56	10:28	5,47	-	10,59
93	-	-	2:55	10:27	5,48	-	10,62
94	7,3	-	-	10:26	5,49	158	10,65
95	-	12,1	2:54	10:25	5,50	-	10,68
96	-	-	2:53	10:24	5,51	-	10,71
97	-	-	-	10:23	5,52	159	10,74
98	-	-	2:52	10:22	5,53	-	10,76
99	-	-	2:51	10:21	5,54	-	10,78
100	7,2	12,0	2:50	10:20	5,55	160	10,80

Weitsprung: 1 cm = 1 Pkt.  
Hochsprung: 1cm = 3 Pkt. Kugelstoß: 2 cm = 1 Pkt.

11. Schuljahr weibl. Punkttabellen für körperlich-sportliche Leistungen Alle Schularten

Punkte		Klimm- ziehen schräg Anz.	Liege- stützb. normal Anz.	Aufr.aus Rücken- lage Anz./30 s	Rumpf- heben In Beinkl. Anz.130 s	Stand- sprung/ Reichh. cm	Drei- er- hopp m	Klettern Stange 4 m s
1	1	5	-	15	18	24	4,10	-
	2	6	-	-	-	25	4,20	-
2	3	7	1	16	19	26	4,30	3 m
	4	8	-	-	-	27	4,40	-
	5	9	2	17	20	28	4,50	-
3	6	10	-	-	-	-	4,60	-
	7	11	3	18	21	29	4,70	-
	8	12	-	-	-	-	4,80	-
4	9	13	4	19	22	30	4,90	-
	10	14	-	-	-	-	4,95	25,0
	11	14	5	-	-	31	5,00	24,3
5	12	15	-	20	23	-	5,10	23,6
	13	-	6	-	-	32	5,15	22,9
	14	16	-	-	-	-	5,20	22,2
	15	17	7	21	24	33	5,24	21,5
6	16	18	8	-	-	-	5,28	20,8
	17	19	-	-	-	-	5,32	20,1
	18	19	-	-	-	34	5,35	19,4
	19	20	9	22	25	-	5,38	18,7
	20	20	-	-	-	-	5,41	18,0
7	21	21	10	-	-	35	5,44	17,3
	22	-	-	-	-	-	5,47	16,6
	23	22	11	-	-	-	5,50	15,9
	24	23	-	23	26	36	5,53	15,2
	25	-	12	-	-	-	5,56	14,5
	26	24	-	-	-	-	5,59	13,8
8	27	25	13	-	-	37	5,62	13,2
	28	-	-	-	-	-	5,65	12,6
	29	26	14	24	27	-	5,68	12,0
	30	27	-	-	-	38	5,71	11,4
	31	-	15	-	-	-	5,74	10,8
	32	28	-	-	-	-	5,76	10,2
9	33	29	16	-	-	-	5,78	9,6
	34	-	-	25	28	39	5,80	9,0
	35	30	17	-	-	-	5,82	8,7
	36	31	-	-	-	-	5,84	8,4
	37	-	-	-	-	-	5,86	8,1
	38	32	18	-	-	40	5,88	8,0
	39	-	-	26	29	-	5,90	7,9
10	40	33	-	-	-	-	5,92	7,8
	41	-	19	-	-	-	5,94	7,7
	42	34	-	-	-	41	5,96	7,6
	43	-	-	-	-	-	5,98	7,5
	44	35	20	27	30	-	6,00	7,4
	45	-	-	-	-	-	6,02	7,3
	46	36	-	-	-	42	6,04	7,2
11	47	-	21	-	-	-	6,06	7,1
	48	37	-	-	-	-	6,08	7,0
	49	-	-	28	31	-	6,10	-
	50	38	22	-	-	43	6,12	6,9

Berechnung der Punkte über 100 hinaus: Aufricht.a.d. Rückenlage: 1 mal = 11 Pkt.  
Rumpfheb.a.d. Beinlage: 1 mal = 11 Pkt.

Alle Schularten Punkttabellen für körperlich-sportliche Leistungen 11. Schuljahr weibl.

Punkte		Klimm- ziehen schräg Anz.	Liege- stützb. normal Anz.	Aufr.aus Rücken- lage Anz./30 s	Rumpf- heben in Beinkl. Anz./30 s	Stand- sprung/ Reichh. cm	Drei- er- hopp m	Klettern Stange 4 m s
11	51	-	-	-	-	44	6,14	-
	52	39	-	-	-	-	6,16	6,8
	53	-	23	-	-	-	6,18	-
	54	40	-	29	32	-	6,20	6,7
12	55	-	-	-	-	45	6,22	-
	56	41	24	-	-	-	6,24	6,6
	57	-	-	-	-	-	6,26	-
	58	42	-	-	-	-	6,28	6,5
	59	-	25	30	33	46	6,30	-
	60	43	-	-	-	-	6,31	6,4
	61	-	-	-	-	-	6,32	-
	62	44	26	-	-	-	6,33	6,3
	63	-	-	-	-	-	6,34	-
13	64	45	-	-	-	47	6,35	6,2
	65	-	27	31	34	-	6,36	-
	66	46	-	-	-	-	6,37	6,1
	67	-	-	-	-	-	6,38	-
	68	47	28	-	-	-	6,39	6,0
	69	-	-	-	-	-	6,40	-
	70	48	-	-	-	48	6,41	5,9
	71	-	29	-	-	-	6,42	-
	72	49	-	32	35	-	6,43	5,8
	73	-	-	-	-	-	6,44	-
	74	50	30	-	-	-	6,45	5,7
14	75	-	-	-	-	-	6,46	-
	76	51	-	-	-	-	6,47	5,5
	77	-	31	-	-	49	6,48	-
	78	52	-	-	-	-	6,49	5,4
	79	-	-	-	-	-	6,50	-
	80	53	32	33	36	-	6,51	5,3
	81	-	-	-	-	-	6,52	-
	82	54	-	-	-	-	6,53	5,2
	83	-	33	-	-	-	6,54	-
	84	55	-	-	-	50	6,55	-
	85	-	-	-	-	-	6,56	5,1
	86	56	34	-	-	-	6,57	-
15	87	-	-	-	-	-	6,58	-
	88	57	-	-	-	-	6,59	5,0
	89	-	35	34	37	-	6,60	-
	90	58	-	-	-	-	6,61	-
	91	-	-	-	-	-	6,62	4,9
	92	59	36	-	-	51	6,63	-
	93	-	-	-	-	-	6,64	-
	94	60	-	-	-	-	6,65	4,8
	95	-	-	-	-	-	6,66	-
	96	61	37	-	-	-	6,67	-
	97	-	-	-	-	-	6,68	4,7
	98	62	-	-	-	-	6,69	-
	99	-	-	-	-	-	-	-
	100	63	38	35	38	52	6,70	4,6

Klimmzug: 1 mal = 2 Pkt. Klettern: 0,1 s = 3 Pkt. Standspr.-Reihh.: 1 cm = 8 Pkt.  
Dreierhopp: 1 cm = 1 Pkt. Liegestützbeugen: 1 mal = 4 Pkt.

11.Schuljahr weibl. Punkttabellen für körperlich-sportliche Leistungen Alle Schularten

Punkte		100 m	1000 m	2000 m	Weit-sprung	Hoch-sprung	Kugel
		s	min:s	min:s	m	cm	4 kg m
1	1	19,2	7:00	14:00	2,40	90	4,20
	2	19,0	6:50	13:40	2,46	92	4,30
2	3	18,8	6:40	13:20	2,52	93	4,40
	4	18,6	6:30	13:00	2,58	94	4,50
	5	18,4	6:20	12:40	2,64	95	4,60
3	6	18,3	6:10	12:30	2,70	96	4,69
	7	18,2	6:00	12:20	2,76	97	4,78
	8	18,1	5:50	12:10	2,82	98	4,87
4	9	18,0	5:42	12:00	2,88	99	4,96
	10	17,9	5:34	11:50	2,94	100	5,05
	11	17,8	5:26	11:40	3,00	101	5,14
5	12	17,7	5:18	11:30	3,05	102	5,23
	13	17,6	5:10	11:20	3,10	103	5,32
	14	17,5	5:04	11:10	3,15	104	5,41
	15	17,4	5:00	11:02	3,20	105	5,50
6	17	17,3	4:56	10:55	3,23	106	5,55
	18	17,2	4:54	10:50	3,26	-	5,61
	19	17,1	4:52	10:46	3,29	107	5,66
	20	17,0	4:50	10:42	3,32	-	5,71
	21	16,8	4:46	10:38	3,35	108	5,76
7	22	16,7	4:44	10:34	3,38	-	5,82
	23	16,6	4:42	10:30	3,41	109	5,88
	24	16,6	4:42	10:26	3,44	-	5,94
	25	16,5	4:40	10:22	3,47	110	6,00
	26	-	4:49	10:18	3,50	-	6,06
	27	16,4	4:38	10:14	3,53	111	6,12
8	28	-	4:37	10:11	3,56	-	6,18
	29	16,3	4:36	10:08	3,58	112	6,24
	30	-	4:35	10:05	3,60	-	6,30
	31	16,2	4:34	10:02	3,62	113	6,36
	32	-	4:33	9:59	3,64	-	6,42
	33	16,1	4:32	9:56	3,66	114	6,48
9	34	-	4:31	9:53	3,68	-	6,54
	35	16,0	4:30	9:50	3,70	115	6,60
	36	-	4:29	0:47	3,72	-	6,64
	37	15,9	4:28	9:44	3,74	116	6,68
	38	-	4:27	9:41	3,76	-	6,72
	39	15,8	4:26	9:38	3,78	-	6,76
	40	-	4:25	9:35	3,80	117	6,80
10	41	15,7	4:24	9:32	3,82	-	6,84
	42	-	4:23	9:29	3,84	118	6,88
	43	15,6	4:22	9:26	3,86	-	6,92
	44	-	4:21	9:23	3,88	119	6,96
	45	15,5	4:20	9:20	3,90	-	7,00
	46	-	4:19	9:17	3,92	-	7,04
	47	15,4	4:18	9:14	3,94	120	7,08
11	48	-	4:17	9:11	3,96	-	7,12
	49	15,3	4:16	9:08	3,98	121	7,16
	50	-	4:15	9:05	4,00	-	7,20
	51	15,2	4:14	9:02	4,02	122	7,23

Berechnung der Punkte über 100 hinaus: 100 m: 0,1 s = 6 Pkt. 1000m: 1 s = 2 Pkt. 2000m: 1 s = 1 Pkt.

Alle Schularten Punkttabellen für körperlich-sportliche Leistungen 11.Schuljahr weibl.

Punkte		100 m	1000 m	2000 m	Weit-sprung	Hoch-sprung	Kugel
		s	min:s	min:s	m	cm	4 kg m
11	51	-	4:13	8:59	4,04	-	7,26
	52	15,1	4:12	8:56	4,06	-	7,29
	53	-	-	8:53	4,08	123	7,32
	54	15,0	4:11	8:50	4,10	-	7,35
12	55	-	4:10	8:48	4,12	-	7,38
	56	14,9	-	8:46	4,14	124	7,41
	57	-	4:09	8:44	4,16	-	7,44
	58	14,8	4:08	8:42	4,18	-	7,47
	59	-	-	8:40	4,20	125	7,50
	60	-	4:07	8:38	4,22	-	7,54
	61	14,7	4:06	8:36	4,24	-	7,57
	62	-	-	8:34	4,26	-	7,60
	63	-	4:05	8:32	4,28	126	7,63
13	64	-	4:04	8:30	4,30	-	7,66
	65	14,6	-	8:28	4,32	-	7,70
	66	-	4:03	8:26	4,34	-	7,73
	67	-	4:02	8:24	4,36	127	7,76
	68	-	-	8:22	4,38	-	7,79
	69	-	4:01	8:21	4,39	-	7,82
	70	14,5	4:00	8:20	4,40	-	7,85
	71	-	-	8:19	4,41	128	7,89
	72	-	3:59	8:18	4,42	-	7,92
	73	-	3:58	8:17	4,43	-	7,95
	74	-	-	8:16	4,44	-	7,98
14	75	-	3:57	8:15	4,45	129	8,01
	76	14,4	3:56	8:14	4,46	-	8,04
	77	-	-	8:13	4,47	-	8,08
	78	-	3:55	8:12	4,48	-	8,11
	79	-	3:54	8:11	4,49	130	8,14
	80	-	-	8:10	4,50	-	8,17
	81	-	3:53	8:09	4,51	-	8,20
	82	14,3	3:52	8:08	4,52	-	8,23
	83	-	-	8:07	4,53	131	8,26
	84	-	3:51	8:06	4,54	-	8,29
	85	-	3:50	8:05	4,55	-	8,32
	86	-	-	8:04	4,56	-	8,35
15	87	-	3:49	8:03	4,57	132	8,38
	88	14,2	3:48	8:02	4,58	-	8,41
	89	-	-	8:01	4,59	-	8,44
	90	-	3:47	8:00	4,60	-	8,47
	91	-	3:46	7:59	4,61	133	8,51
	92	-	-	7:58	4,62	-	8,54
	93	-	3:45	7:57	4,63	-	8,57
	94	14,1	3:44	7:56	4,64	-	8,60
	95	-	-	7:55	4,65	134	8,63
	96	-	3:43	7:54	4,66	-	8,67
	97	-	3:42	7:53	4,67	-	8,70
	98	-	-	7:52	4,68	-	8,73
	99	-	3:41	7:51	4,69	-	8,76
	100	14,0	3:40	7:50	4,70	135	8,80

Weitsprung: 1 cm = 1 Pkt. Kugelstoß: 3 cm = 1 Pkt.  
Hochsprung: 1 cm = 5 Pkt.

Punkte		Klimm- ziehen Hang Anz.	Liege- stütz- beugen Anz.	Aufr. a. Rücken lage Anz/30s	Rumpf- heben in Beinkl. Anz/30s	Stand- sprung/ Reichh. cm	Drei- er- hopp m	Klettern Stange 4 m s	Klettern Tau 4 m s
1	1	-	9	15	16	30	4,90	19,0	22,0
	2	-	10	16	17	31	5,00	18,0	20,0
2	3	-	12	17	18	32	5,10	17,0	18,5
	4	-	13	-	19	33	5,20	16,0	17,5
	5	-	14	18	-	34	5,30	15,0	16,5
3	6	1	15	19	20	35	5,40	14,0	15,5
	7	-	16	-	21	36	5,50	13,0	14,7
	8	-	17	20	-	37	5,60	12,0	13,9
4	9	2	18	21	22	38	5,70	11,0	13,1
	10	-	19	-	-	39	5,80	10,0	12,3
	11	-	20	22	23	40	5,90	9,1	11,5
5	12	3	21	-	-	41	6,00	8,4	10,7
	13	-	22	23	24	42	6,10	7,6	10,1
	14	-	23	-	-	-	6,20	6,9	9,5
	15	4	24	24	-	43	6,30	6,2	9,0
6	16	-	-	-	25	-	6,35	6,0	8,5
	17	-	25	-	-	-	6,40	5,9	8,2
	18	5	-	25	-	44	6,45	5,8	7,9
	19	-	26	-	26	-	6,50	5,7	7,7
	20	-	27	-	-	-	8,55	5,6	7,5
7	21	-	-	-	-	45	6,60	5,5	7,3
	22	6	28	26	-	-	6,65	5,4	7,1
	23	-	-	-	-	-	6,70	5,3	7,0
	24	-	29	-	-	46	6,75	5,2	6,9
	25	-	-	-	27	-	6,80	5,1	6,8
	26	7	30	-	-	-	6,85	5,0	6,7
8	27	-	31	27	-	47	6,90	4,9	6,6
	28	-	-	-	-	-	6,95	4,8	6,5
	29	-	32	-	-	-	7,00	4,7	-
	30	8	-	-	28	48	7,05	4,6	6,4
	31	-	33	-	-	-	7,10	4,5	-
	32	-	-	-	-	-	7,14	4,4	6,3
9	33	-	34	28	-	49	7,17	4,3	-
	34	9	35	-	-	-	7,20	4,2	6,2
	35	-	-	-	29	-	7,23	-	-
	36	-	36	-	-	50	7,26	4,1	6,1
	37	-	-	-	-	-	7,29	-	-
	38	-	37	-	-	-	7,32	4,0	6,0
	39	10	-	29	-	51	7,35	-	-
10	40	-	38	-	-	-	7,38	-	5,9
	41	-	39	-	-	-	7,41	3,9	-
	42	-	-	-	-	52	7,44	-	5,8
	43	-	40	-	-	-	7,47	-	-
	44	11	-	-	-	-	7,50	3,8	5,7
	45	-	41	30	-	53	7,52	-	-
	46	-	-	-	31	-	7,54	-	5,6
11	47	-	42	-	-	-	7,56	3,7	-
	48	-	-	-	-	54	7,58	-	5,5
	49	12	43	-	-	-	7,60	-	-
	50	-	-	-	-	-	7,62	3,6	5,4

Berechnung der Punkte über 100 hinaus: Aufricht. a.d.Rückenlage: 1 mal = 9 Pkt.  
Rumpfh. a.d. Beinlage : 1 mal = 9 Pkt.

Punkte		Klimm- ziehen Hang Anz.	Liege- stütz- beugen Anz.	Aufr.aus Rücken lage Anz/30s	Rumpf- heben in Beinkl. Anz/30s	Stand- sprung/ Reichh. cm	Drei- er- hopp m	Klettern Stange 4 m s	Klettern Tau 4 m s
11	51	-	44	-	-	55	7,64	-	-
	52	-	-	-	32	-	7,66	-	5,3
	53	-	45	-	-	-	7,68	3,5	-
	54	13	-	-	-	-	7,70	-	5,2
12	55	-	46	-	-	56	7,72	-	-
	56	-	-	-	-	-	7,74	3,4	5,1
	57	-	47	-	-	-	7,76	-	-
	58	-	-	31	33	-	7,78	-	5,0
	59	14	48	-	-	57	7,80	3,3	-
	60	-	-	-	-	-	7,82	-	4,9
	61	-	49	-	-	-	7,84	-	-
	62	-	-	-	-	-	7,86	-	4,8
	63	-	50	-	-	-	7,88	-	-
13	64	-	-	-	-	58	7,90	3,2	4,7
	65	15	51	-	-	-	7,92	-	-
	66	-	-	32	34	-	7,94	-	-
	67	-	52	-	-	-	7,96	-	4,6
	68	-	-	-	-	-	7,98	-	-
	69	-	53	-	-	59	8,00	-	-
	70	-	-	-	-	-	8,02	-	4,5
	71	-	54	-	-	-	8,04	3,1	-
	72	16	-	-	-	-	8,06	-	-
	73	-	55	-	-	-	8,08	-	4,4
	74	-	-	33	35	60	8,10	-	-
14	75	-	-	-	-	-	8,12	-	-
	76	-	-	-	-	-	8,14	-	4,3
	77	-	57	-	-	-	8,16	-	-
	78	-	-	-	-	-	8,18	3,0	-
	79	17	58	-	-	61	8,20	-	4,2
	80	-	-	-	-	-	8,22	-	-
	81	-	-	-	-	-	8,24	-	-
	82	-	59	34	36	-	8,26	-	4,1
	83	-	-	-	-	-	8,28	-	-
	84	-	-	-	-	62	8,30	-	-
	85	-	60	-	-	-	8,32	2,9	4,0
	86	18	-	-	-	-	8,34	-	-
15	87	-	-	-	-	-	8,36	-	-
	88	-	61	-	-	-	8,38	-	3,9
	89	-	-	-	-	63	8,39	-	-
	90	-	-	-	-	-	8,40	-	-
	91	-	62	35	37	-	8,41	-	3,8
	92	-	-	-	-	-	8,42	2,8	-
	93	19	-	-	-	-	8,43	-	-
	94	-	63	-	-	64	8,44	-	3,7
	95	-	-	-	-	-	8,45	-	-
	96	-	-	-	-	-	8,46	-	-
	97	-	64	-	-	-	8,47	-	3,6
	98	-	-	-	-	-	8,48	-	-
	99	-	-	-	-	-	8,49	-	-
	100	20	65	36	38	65	8,50	2,7	3,5

Standspr.-Reichh.: 1 cm = 6 Pkt. Klimmzug: 1 mal = 7 Pkt. Klettern/ Stange: 0,1s = 8 Pkt.  
Liegestützbeugen: 1 mal = 3 Pkt. Dreierhopp: 1 cm = 1 Pkt. Klettern/ Tau : 0,1 s = 3 Pkt.

Punkte		100 m	1000 m	3000 m	Weit-sprung m	Hoch-sprung cm	Kugel 6,25 kg m
		s	min:s	min:s			
1	1	16,2	5:00	16:20	3,40	100	5,50
	2	16,0	4:54	16:00	3,47	103	5,60
2	3	15,8	:48	15:40	3,53	106	5,70
	4	15,6	4:42	15:20	3,59	108	5,80
	5	15,4	4:38	15:05	3,65	110	5,90
3	6	15,2	4:34	14:57	3,71	112	5,98
	7	15,1	4:30	14:49	3,77	114	6,06
	8	15,0	4:26	14:41	3,83	116	6,14
4	9	14,9	4:22	14:33	3,89	118	6,22
	10	14,8	4:18	14:25	3,95	120	6,30
	11	14,7	4:14	14:17	3,99	121	6,38
5	12	14,6	4:10	14:09	4,03	122	6,46
	13	14,5	4:06	14:01	4,07	123	6,54
	14	14,4	4:03	13:53	4,11	124	6,62
	15	14,3	4:00	13:45	4,15	125	6,70
6	16	-	3:58	13:40	4,18	126	6,77
	17	14,2	3:56	13:35	4,21	127	6,84
	18	14,1	3:54	13:30	4,24	128	6,91
	19	14,0	3:52	13:25	4,27	129	6,98
	20	13,9	3:50	13:20	4,30	-	7,05
7	21	-	3:48	13:15	4,33	130	7,12
	22	13,8	3:46	13:10	4,36	131	7,19
	23	-	3:44	13:05	4,39	132	7,26
	24	13,7	3:42	13:00	4,42	133	7,33
	25	-	3:40	12:55	4,45	-	7,40
	26	13,6	3:38	12:50	4,48	134	7,47
8	27	-	3:37	12:45	4,51	135	7,54
	28	13,5	3:36	12:40	4,54	136	7,61
	29	-	3:35	12:35	4,57	-	7,68
	30	13,4	3:34	12:30	4,60	137	7,75
	31	-	3:33	12:25	4,63	138	7,82
	32	13,3	3:32	12:20	4,66	-	7,88
9	33	-	3:31	12:17	4,68	139	7,94
	34	13,2	3:30	12:15	4,70	140	8,00
	35	-	3:29	12:12	4,72	-	8,06
	36	13,1	3:28	12:09	4,74	141	8,12
	37	-	3:27	12:07	4,76	-	8,18
	38	13,0	3:26	12:04	4,78	142	8,25
	39	-	-	12:01	4,80	-	8,30
10	40	-	3:25	11:59	4,82	143	8,35
	41	12,9	3:24	11:56	4,84	-	8,40
	42	-	-	11:53	4,86	144	8,45
	43	-	3:23	11:51	4,88	-	8,50
	44	12,8	-	11:48	4,90	145	8,55
	45	-	3:22	11:45	4,92	-	8,60
	46	-	-	11:43	4,94	-	8,65
11	47	12,7	3:21	11:40	4,96	146	8,70
	48	-	-	11:37	4,98	-	8,75
	49	-	3:20	11:35	5,00	-	8,80
	50	12,6	-	11:32	5,02	147	8,85

Berechnung der Punkte über 100 hinaus: 100 m: 0,1 s = 10 Pkt. 1000 m: 1 s = 1 Pkt. 3000 m: 1 s = 1 Pkt.

Punkte		100 m	1000 m	3000 m	Weit-sprung m	Hoch-sprung cm	Kugel 6,25 kg m
		s	min:s	min:s			
11	51	-	3:19	11:29	5,04	-	8,90
	52	-	-	11:27	5,06	-	8,95
	53	12,5	3:18	11:25	5,08	148	9,00
	54	-	-	11:22	5,10	-	9,05
12	55	-	3:17	11:20	5,12	-	9,10
	56	12,4	-	11:17	5,14	149	9,15
	57	-	3:16	11:14	5,16	-	9,20
	58	-	-	11:12	5,18	-	9,25
	59	12,3	3:15	11:10	5,20	150	9,30
	60	-	3:14	11:08	5,21	-	9,35
	61	-	-	11:06	5,23	151	9,40
	62	-	3:13	11:04	5,24	-	9,45
	63	-	-	11:02	5,26	-	9,50
13	64	12,2	3:12	11:00	5,27	152	9,55
	65	-	3:11	10:58	5,29	-	9,60
	66	-	-	10:56	5,30	-	9,64
	67	-	3:10	10:54	5,32	153	9,68
	68	-	-	10:52	5,33	-	9,72
	69	-	3:09	10:50	5,35	-	9,76
	70	-	3:08	10:48	5,36	154	9,80
	71	12,1	-	10:46	5,37	-	9,84
	72	-	3:07	10:44	5,38	155	9,88
	73	-	-	10:42	5,39	-	9,92
	74	-	3:06	10:40	5,40	-	9,96
14	75	-	3:05	10:38	5,41	156	10,00
	76	-	-	1'0:36	5,42	-	10,04
	77	-	3:04	10:34	5,43	157	10,08
	78	-	-	10:32	5,44	-	10,12
	79	-	3:03	10:31	5,46	-	10,16
	80	12,0	3:02	10:30	5,47	158	10,20
	81	-	-	10:29	5,48	-	10,24
	82	-	3:01	10:28	5,49	-	10,28
	83	-	-	10:27	5,50	159	10,32
	84	-	3:00	10:26	5,52	-	10,36
	85	-	2:59	10:25	5,53	160	10,40
86	-	-	10:24	5,54	-	10,44	
15	87	-	2:58	10:23	5,55	-	10,48
	88	-	-	10:22	5,56	161	10,52
	89	-	2:57	10:21	5,58	-	10,56
	90	11,9	2:56	10:20	5,59	-	10,60
	91	-	-	10:19	5,60	162	10,64
	92	-	2:55	10:18	5,61	-	10,68
	93	-	-	10:17	5,62	-	10,72
	94	-	2:54	10:16	5,63	163	10,76
	95	-	2:53	10:15	5,65	-	10,80
	96	-	-	10:14	5,66	-	10,84
	97	-	2:52	10:13	5,67	164	10,88
	98	-	-	10:12	5,68	-	10,92
	99	-	2:51	10:11	5,69	-	10,96
	100	11,8	2:50	10:10	5,70	165	11,00

Weitsprung: 1 cm = 1 Pkt. Kugelstoß: 4 cm = 1 Pkt.  
Hochsprung: 1 cm = 3 Pkt.

12.Schuljahr weibl. Punkttabellen für körperlich-sportliche Leistungen Alle Schularten

Punkte		Klimm- ziehen schräg Anz.	Liege- stützb. normal Anz.	Aufr. a. Rücken- lage Anz./30 s	Rumpf- heben in Beinl. Anz./30 s	Stand- sprang/ Reichh. cm	Drei- er- hopp m	Klettern Stange 4 m s	
1	1	10	-	15	21	24	4,20	3 m	
	2	11	-	-	-	25	4,30	-	
2	3	-	1	16	22	26	4,40	-	
	4	12	-	-	-	27	4,50	-	
	5	13	2	17	23	28	4,58	-	
3	6	-	-	-	-	-	4,66	-	
	7	14	3	18	24	29	4,74	-	
	8	15	4	-	-	-	4,82	-	
4	9	-	-	19	25	30	4,90	25,0	
	10	16	-	-	-	-	4,98	24,0	
	11	17	5	20	26	31	5,06	23,0	
5	12	18	-	-	-	-	5,12	22,0	
	13	-	6	-	27	32	5,18	21,0	
	14	19	-	-	-	-	5,24	20,0	
6	15	20	7	21	28	33	5,30	19,0	
	16	21	-	-	-	-	5,34	18,0	
	17	-	8	-	-	34	5,38	17,0	
7	18	22	-	-	29	-	5,42	16,0	
	19	23	9	22	-	-	5,45	15,0	
	20	24	-	-	-	35	,48	14,2	
7	21	-	10	-	-	-	5,51	13,4	
	22	25	-	-	-	-	5,54	12,8	
	23	26	11	-	30	36	5,57	12,2	
	24	27	-	23	-	-	5,60	11,7	
	25	-	12	-	-	-	5,63	11,2	
	26	28	-	-	-	-	37	5,66	10,9
8	27	29	13	-	-	-	5,68	10,6	
	28	30	-	-	31	-	5,72	10,3	
	29	-	14	24	-	-	-	5,75	10,0
	30	31	-	-	-	38	5,78	9,7"	
	31	32	15	-	-	-	5,81	9,4	
	32'	33	-	-	-	-	5,84	9,1	
9	33	-	16	-	-	-	5,87	8,8	
	34	34	-	25	32	39	5,90	8,5	
	35	-	17	-	-	-	5,92	8,3	
	36	35	-	-	-	-	5,94	8,2	
	37	-	-	-	-	-	5,96	8,1	
	38	36	18	-	-	40	5,98	8,0	
	39	-	-	-	-	-	6,00	7,9	
10	40	37	-	26	-	-	6,02	7,8	
	41	-	19	-	-	-	6,04	7,7	
	42	38	-	-	33	41	5,06	7,6	
		-	-	-	-	-	6,08	7,5	
	44	39	20	-	-	-	6,10	7,4	
	45	-	-	-	-	-	6,12	7,3	
	46	40	-	27	-	42	6,14	7,2	
11	47	-	21	-	-	-	6,16	7,1	
	48	41	-	-	-	-	6,18	7,0	
	49	-	-	-	-	-	6,20	6,9	
	50	42	22	-	34	43	6,21	6,8	

Berechnung der Punkte über 100 hinaus: Aufricht.a.d.Rückenlage: 1 mal = 11 Pkt.  
Rumpfheb. a. d. Beinlage: 1 mal = 11 Pkt.

Alle Schularten Punkttabellen für körperlich-sportliche Leistungen 12.Schuljahr weibl.

Punkte		Klimm- ziehen schräg Anz.	Liege- stützb. normal Anz.	Aufr.aus Rücken- lage Anz/30 s	Rumpf- heben in Beinl. Anz./30 s	Stand- sprung/ Reichh. cm	Drei- er- hopp m	Klettern Stange 4 m s
11	51	-	-	-	-	-	6,22	6,7
	52	43	-	28	-	-	6,23	6,6
	53	-	23	-	-	-	6,24	6,5
	54	44	-	-	-	44	6,25	6,4
12	55	-	-	-	-	-	6,26	6,3
	56	45	24	-	-	-	6,27	6,2
	57	-	-	-	-	-	6,28	6,1
	58	46	-	-	-	-	6,29	6,0
	59	47	25	29	35	45	6,30	-
	60	-	-	-	-	-	6,31	5,9
	61	48	-	-	-	-	6,32	-
	62	-	26	-	-	-	6,33	5,8
13	63	49	-	-	-	-	6,34	-
	64	-	-	-	-	46	6,35	5,7
	65	50	27	-	-	-	6,36	-
	66	51	-	-	-	-	6,37	5,6
	67	-	-	-	-	-	6,38	-
	68	52	28	30	36	-	6,39	5,5
	69	-	-	-	-	-	6,40	-
	70	53	-	-	-	-	6,41	5,4
	71	54	29	-	-	47	6,42	-
	72	-	-	-	-	-	6,43	-
14	73	55	-	-	-	-	6,44	5,3
	74	-	30	-	-	-	6,45	-
	75	56	-	-	-	-	6,46	-
	76	57	-	-	-	-	6,47	5,2
	77	-	31	-	-	-	6,48	-
	78	58	-	31	37	48	6,49	-
	79	-	-	-	-	-	6,50	5,1
	80	59	32	-	-	-	6,51	-
	81	60	-	-	-	-	6,52	-
	82	-	-	-	-	-	6,53	5,0
	83	61	33	-	-	-	6,54	-
	84	-	-	-	-	-	6,55	-
	85	62	-	-	-	49	6,56	4,9
	86	63	34	-	-	-	6,57	-
15	87	-	-	-	-	-	6,58	-
	88	64	-	-	-	-	6,59	4,8
	89	-	35	32	38	-	6,60	-
	90	65	-	-	-	-	6,61	-
	91	-	-	-	-	-	6,62	4,7
	92	66	36	-	-	50	6,63	-
	93	-	-	-	-	-	6,64	-
	94	67	-	-	-	-	6,65	4,6
	95	-	-	-	-	-	6,66	-
	96	68	37	-	-	-	6,67	-
	97	-	-	-	-	-	6,68	4,5
	98	69	-	-	-	-	6,69	-
	99	-	-	-	-	-	6,70	-
	100	70	38	33	39	51	6,70	4,4

Klimmzug: 1 mal = 2 Pkt. Klettern: 0,1 s = 3 Pkt. Standspr.-Reichh.: 1 cm = 8 Pkt.  
Dreierhopp: 1 cm = 1 Pkt. Liegestützbeugen: 1 mal = 4 Pkt.

12. Schuljahr weibl. Punkttabellen für körperlich-sportliche Leistungen Alle Schularten

Punkte		100 m	1000 m	2000 m	Weit-sprung	Hoch-sprung	Kugel
		s	min:s	min:s	m	cm	4 kg m
1	1	19,2	6:30	13:30	2,50	90	4,30
	2	19,0	6:23	13:10	2,60	92	4,40
2	3	18,8	6:16	13:00	2,70	93	4,50
	4	18,6	6:09	12:50	2,75	94	4,60
	5	18,4	6:02'	12:40	2,80	95	4,70
3	6	18,3	5:55	12:30	2,85	96	4,80
	7	18,2	5:48	12:20	2,90	97	4,90
	8	18,1	5:42	12:10	2,95	98	5,00
4	9	18,0	5:36	12:00	3,00	99	5,10
	10	17,9	5:30	11:50	3,05	100	5,20
	11	17,8	5:24	11:40	3,10	101	5,30
5	12	17,7	5:18	11:30	3,15	102	5,40
	13	17,6	5:12	11:20	3,20	103	5,50
	14	17,5	5:06	11:10	3,25	104	5,60
	15	17,4	5:00	11:00	3,30	105	5,70
6	16	17,3	4:56	10:55	3,33	106	5,77
	17	17,2	4:52	10:50	3,36	-	5,84
	18	17,1	4:48	10:45	3,39	107	5,90
	19	17,0	4:44	10:40	3,42	-	5,95
	20	16,9	4:40	10:35	3,45	108	6,00
7	21	16,8	4:38	10:31	3,48	-	6,05
	22	16,7	4:37	10:27	3,51	109	6,10
	23	16,6	4:36	10:23	3,54	-	6,15
	24	16,5	4:35	10:20	3,57	110	6,20
	25	16,4	4:34	10:17	3,60	-	6,25
	26	16,3	4:33	10:14	3,63	111	6,30
8	27	16,2	4:32	10:11	3,66	-	6,35
	28	16,1	4:31	10:08	3,68	112	6,40
	29	16,0	4:30	10:05	3,70	-	6,45
	30	15,9	4:29	10:02	3,72	113	6,50
	31	15,8	4:28	9:59	3,74	-	6,55
	32	15,7	4:27	9:56'	3,76	114	6,60
9	33	15,6	4:26	9:53	3,78	-	6,65
	34	15,5	4:25	9:50	3,80	115	6,70
	35	-	4:24	9:47	3,82	-	6,74
	36	15,4	4:23	9:44	3,84	116	6,78
	37	-	4:22	9:41	3,86	-	6,82
	38	15,3	4:21	9:38	3,88	117	6,86
	39	-	4:20	9:35	3,90	-	6,90
10	40	-	4:19	9:32	3,92	118	6,94
	41	-	4:18	9:29	3,94	-	6,98
	42	15,1	4:17	9:26	3,96	119	7,02
	43	-	4:16	9:23	3,98	-	7,06
	44	15,0	4:15	9:20	4,00	120	7,10
	45	-	4:14	9:17	4,02	-	7,14
	46	-	4:13	9:14	4,04	-	7,18
11	47	14,9	4:12	9:11	4,06	121	7,22
	48	-	4:11	9:08	4,08	-	7,26
	49	-	4:10	9:05	4,10	-	7,30
	50	14,8	4:09	9:02	4,11	122	7,33

Berechnung der Punkte über 100 hinaus: 100 m: 0,1 s = 8 Pkt. 1000m: 1 s = 2 Pkt. 2000m: 1 s = 1 Pkt.

Alle Schularten Punkttabellen für körperlich-sportliche Leistungen 12.Schuljahr weibl.

Punkte		100 m	1000 m	2000m	Weit-Sprung	Hoch-Sprung	Kugel
		s	min:s	min:s	m	cm	4 kg m
11	51	-	4:08	9:00	4,12	-	7,36
	52	-	4:07	8:57	4,13	-	7,39
	53	14,7	4:06	8:54	4,14	123	7,42
	54	-	4:05	8:51	4,15	-	7,45
12	55	-	<sup>4:04</sup> -	-	4,16	-	7,48
	56	-	4:03	8:46	4,17	124	7,51
	57	14,6	4:02	8:44	4,18	-	7,54
	58	-	4:01	8:42	4,19	-	7,57
	59	-	-	8:40	4,20	-	7,60
	60	-	4:00	8:38	4,22	125	7,63
	61	-	-	8:36	4,23	-	7,67
	62	14,5	359	8:34	4,24	-	7,70
	63	-	-	8:32	4,25	-	7,74
13	64	-	3:58	8:30	4,26	126	7,78
	65	-	-	8:28	4,28	-	7,80
	66	-	3:57	8:26	4,29	-	7,84
	67	-	-	8:24	4,30	-	7,87
	68	14,4	3:56	8:22	4,31	127	7,91
	69	-	-	8:21	4,32	-	7,94
	70	-	3:55	8:20	4,34	-	7,98
	71	-	-	8:19	4,35	-	8,01
	72	-	3:54	8:18	4,36	128	8,04
	73	-	-	8:17	4,37	-	8,08
	74	-	3:53	8:16	4,38	-	8,11
14	75	-	-	8:15	4,40	-	8,15
	76	14,3	3:52	8:14	4,41	129	8,18
	77	-	-	8:13	4,42	-	8,21
	78	-	3:51	8:12	4,43	-	8,25
	79	-	-	8:11	4,44	-	8,28
	80	-	3:50	8:10	4,46	130	8,32
	81	-	-	8:09	4,47	-	8,35
	82	-	3:49	8:08	4,48	-	8,38
	83	-	-	8:07	4,49	-	8,42
	84	14,2	3:48	8:06	4,50	131	8,45
	85	-	-	8:05	4,52	-	8,49
	86	-	3:47	8:04	4,53	-	8,52
15	87	-	-	8:03	4,54	-	8,55
	88	-	3:46	8:02	4,55	132	8,59
	89	-	-	8:01	4,56	-	8,62
	90	-	3:45	8:00	4,58	-	8,66
	91	-	-	7:59	4,59	-	8,69
	92	14,1	3:44	7:58	4,60	133	8,73
	93	-	-	7:57	4,61	-	8,76
	94	-	3:43	7:56	4,62	-	8,79
	95	-	-	7:55	4,64	-	8,83
	96	-	3:42	7:54	4,65	134	8,86
	97	-	-	7:53	4,66	-	8,90
	98	-	3:41	7:52	4,68	-	8,93
	99	-	-	7:51	4,69	-	8,97
	100	14,0	3:40	7:50	4,70	135	9,00

Weitsprung: 1 cm = 1 Pkt. Hochsprung: 1 cm = 4 Pkt. Kugelstoß: 3 cm = 1 Pkt.

Punkte		Klimm- ziehen Hang Anz.	Liege- stütz- beugen Anz.	Aufr. a. Rücken lage Anz/30s	Rumpf- heben in Beinl. Anz/30s	Stand- sprung/ Reichh. cm	Drei- er- hopp m	Klettern Stange- 4 m s	Klettern Tau 4 m s
1	1	-	9	16	17	30	5,10	16,0	22,0
	2	-	11	17	18	31	5,25	15,0	20,0
2	3	-	13	18	19	32	5,40	14,0	18,5
	4	1	15	-	-	-	5,50	13,0	17,5
	5	-	16	19	20	34	5,60	12,0	16,5
3	6	-	17	-	-	35	5,70	11,0	15,5
	7	-	18	20	21	36	5,80	10,2	14,7
	8	2	19	-	-	37	5,90	9,4	13,9
4	9	-	20	21	22	38	6,00	8,8	13,1
	10	-	21	-	-	-	6,10	8,2	12,3
	11	-	22	22	23	39	6,20	7,6	11,5
5	12	3	23	-	-	40	6,30	7,1	10,7
	13	-	24	23	24	41	6,40	6,7	10,1
	14	-	25	-	-	42	6,45	6,3	9,5
	15	4	26	-	-	43	6,50	6,0	9,0
6	16	-	27	24	25	-	6,55	5,8	8,5
	17	-	28	-	-	44	6,60	5,6	8,2
	18	5	29	-	-	-	6,65	5,5	7,9
	19	-	30	25	26	45	6,70	5,4	7,7
	20	-	-	-	-	-	6,74	5,3	7,5
7	21	6	31	-	-	46	6,78	5,2	7,3
	22	-	32	-	-	-	6,82	5,1	7,1
	23	-	-	26	27	47	6,86	5,0	7,0
	24	7	33	-	-	-	6,90	4,9	6,9
	25	-	34	-	-	48	6,94	4,8	6,8
	26	-	-	-	-	-	7,00	4,7	6,7
8	27	8	35	-	-	-	7,04	4,6	6,6
	28	-	36	27	28	49	7,08	4,5	6,5
	29	-	-	-	-	-	7,16	4,3	6,4
	31	9	38	-	-	50	7,20	4,2	-
	32	-	-	-	-	-	7,24	4,1	6,3
9	33	-	39	-	-	-	7,27	-	-
	34	10	40	28	29	-	7,30	4,0	6,2
	35	-	-	-	-	51	7,33	-	-
	36	-	41	-	-	-	7,36	-	6,1
	37	-	42	-	-	-	7,39	3,9	-
	38	11	-	-	-	-	7,41	-	6,0
	39	-	43	29	30	52	7,43	-	-
10	40	-	44	-	-	-	7,45	3,8	5,9
	41	-	-	-	-	-	7,47	-	-
	42	12	45	-	-	-	7,49	-	5,8
	43	-	46	-	-	53	7,51	3,7	-
	44	-	-	30	31	-	7,53	-	5,7
	45	-	47	-	-	-	7,55	-	-
	46	-	48	-	-	-	7,57	3,6	5,6
11	47	13	-	-	-	54	7,59	-	-
	48	-	49	-	-	-	7,61	-	5,5
	49	-	50	31	32	-	7,63	3,5	-
	50	-	-	-	-	-	7,65	-	5,4

Berechnung der Punkte über 100 hinaus: Aufricht.a.d.Rückenlage: 1 mal = 11 Pkt.  
Rumpfhieb.a.d. Beinlage: 1 mal = 9 Pkt.

Punkte		Klimm- ziehen Hang Anz.	Liege- stütz- beugen Anz.	Aufr. a. Rücken lage Anz/30s	Rumpf- heben in Beinl. Anz/30s	Stand- sprung/ Reichh. cm	Drei- er- hopp m	Klettern Stange 4 m s	Klettern Tau 4 m s
11	51	-	51	-	-	55	7,67	-	-
	52	14	-	-	-	-	7,68	3,4	5,3
	53	-	52	-	-	-	7,69	-	-
	54	-	-	32	33	-	7,70	-	5,2
12	55	-	53	-	-	56	7,71	3,3	-
	56	-	-	-	-	-	7,72	-	5,1
	57	-	54	-	-	-	7,73	-	-
	58	15	-	-	-	-	7,74	3,2	5,0
	59	-	55	33	34	57	7,75	-	-
	60	-	-	-	-	-	7,77	-	4,9
	61	-	56	-	-	-	7,78	-	-
	62	-	-	-	-	-	7,80	3,1	4,8
	63	-	57	-	-	-	7,81	-	-
13	64	16	-	-	-	58	7,83	-	4,7
	65	-	58	-	-	-	7,85	-	-
	66	-	-	-	35	-	7,86	-	4,6
	67	-	59	-	-	-	7,88	-	-
	68	-	-	34	-	-	7,89	-	4,5
	69	-	-	-	-	59	7,91	-	-
	70	17	60	-	-	-	7,92	3,0	4,4
	71	-	-	-	-	-	7,94	-	-
	72	-	-	-	-	-	7,96	-	4,3
	73	-	61	-	-	-	7,97	-	-
	74	-	-	-	36	60	7,99	-	4,2
14	75	-	-	-	-	-	8,00	-	-
	76	18	62	-	-	-	8,02	-	4,1
	77	-	-	-	-	-	8,04	-	-
	78	-	-	35	-	-	8,05	-	-
	79	-	63	-	-	61	8,07	2,9	4,0
	80	-	-	-	-	-	8,08	-	-
	81	-	-	-	-	-	8,10	-	-
	82	19	64	-	37	-	8,11	-	3,9
	83	-	-	-	-	-	8,13	-	-
	84	-	-	-	-	62	8,15	-	-
	85	-	65	-	-	-	8,16	-	3,8
	86	-	-	-	-	-	8,18	-	-
15	87	-	-	-	-	-	8,19	-	-
	88	20	66	-	-	-	8,21	-	3,7
	89	-	-	36	-	63	8,23	2,8	-
	90	-	-	-	-	-	8,24	-	-
	91	-	67	-	38	-	8,26	-	3,6
	92	-	-	-	-	-	8,27	-	-
	93	-	-	-	-	-	8,29	-	-
	94	21	68	-	-	64	8,30	-	3,5
	95	-	-	-	-	-	8,32	-	-
	96	-	-	-	-	-	8,34	-	-
	97	-	69	-	-	-	8,36	-	3,4
	98	-	-	-	-	-	8,38	-	-
	99	-	-	-	-	-	8,39	-	-
	100	22	70	37	39	65	8,40	2,7	3,3

Standspr.-Reichh.: 1 cm = 6 Pkt. Klimmzug: 1 mal = 6 Pkt. Klettern/ St.: 0,1 s = 11 Pkt.  
Liegestützbeugen: 1 mal = 3 Pkt. Dreierhopp: 1 cm = 1 Pkt. Klettern/ Tau: 0,1 s = 3 Pkt.

Punkte		100 m	1000 m	3000m	Weit- sprung m	Hoch- sprung cm	Kugel 6,25 kg m
		s	min:s	min:s			
1	1	16,3	4:55	16:00	3,50	100	5,70
	2	16,1	4:50	15:45	3,60	102	5,80
2	3	15,9	4:45	15:30	3,65	104	5,90
	4	15,7	4:40	15:15	3,70	106	6,00
	5	15,5	4:35	15:05	3,75	108	6,10
3	6	15,3	4:30	14:55	3,80	110	6,20
	7	15,1	4:26	14:45	3,85	112	6,30
	8	14,9	4:21	14:36	3,90	114	6,40
4	9	14,8	4:17	14:28	3,95	116	6,50
	10	14,7	4:12	14:20	4,00	118	6,60
	11	14,6	4:08	14:12	4,05	120	6,70
5	12	14,5	4:03	14:04	4,10	122	6,80
	13	14,4	3:59	13:56	4,15	123	6,90
	14	14,3	3:54	13:48	4,20	124	7,00
	15	14,2	3:50	13:40	4,25	125	7,10
6	16	-	3:48	13:34	4,28	126	7,17
	17	14,1	3:46	13:28	4,31	127	7,24
	18	-	3:44	13:22	4,34	128	7,31
	19	14,0	3:43	13:16	4,37	129	7,38
	20	-	3:42	13:10	4,40	130	7,44
7	21	13,9	3:41	13:05	4,43	131	7,50
	22	-	3:40	13:01	4,46	132	7,56
	23	13,8	3:39	12:57	4,49	133	7,62
	24	-	3:38	12:53	4,52	134	7,68
	25	13,7	3:37	12:49	4,55	135	7,74
	26	-	3:36	12:45	4,58	136	7,80
8	27	13,6	3:35	12:41	4,61	-	7,85
	28	-	3:34	12:37	4,64	137	7,90
	29	13,5	3:33	12:33	4,67	-	7,95
	30	-	3:32	12:29	4,70	138	8,00
	31	13,4	3:31	12:25	4,73	-	8,05
	32	-	3:30	12:21	4,76	139	8,10
9	33	13,3	3:29	12:17	4,78	-	8,15
	34	-	3:28	12:13	4,80	140	8,20
	35	13,2	3:27	12:10	4,82	-	8,25
	36	-	-	12:07	4,84	141	8,30
	37	13,1	3:26	12:04	4,86	-	8,35
	38	-	3:25	12:01	4,88	142	8,40
	39	13,0	-	11:58	4,90	-	8,45
10	40	-	3:23	11:55	4,92	143	8,50
	41	12,9	3:23	11:52	4,94	-	8,55
	42	-	3:22	11:49	4,96	144	8,60
	43	-	-	11:46	4,98	-	8,65
	44	12,8	3:21	11:43	5,00	145	8,70
	45	-	3:20	11:40	5,02	-	8,75
	46	-	3:19	11:37	5,04	-	8,80
11	47	12,7	-	11:34	5,06	146	8,85
	48	-	3:18	11:32	5,08	-	8,90
	49	-	3:17	11:30	5,10	-	8,95
	50	12,6	3:16	11:28	5,12	147	9,00

Berechnung der Punkte über 100 hinaus: 100m: 0,1 s = 10 Pkt. 1000m: 1 s = 1 Pkt. 3000m: 1 s = 1 Pkt.

Punkte		100 m	1000 m	300 m	Weit- sprung m	Hoch- sprung cm	Kugel 6,25 kg m
		s	min:s	min:s			
11	51	-	-	11:26	5,14	-	9,05
	52	-	3:15	11:24	5,16	-	9,10
	53	12,5	3:14	11:22	5,18	148	9,15
	54	-	-	11:20	5,20	-	9,20
12	55	-	3:13	11:18	5,22	-	9,24
	56	12,4	3:12	11:16	5,24	149	9,28
	57	-	-	11:14	5,26	-	9,32
	58	-	3:11	11:12	5,28	-	9,36
	59	12,3	3:10	11:10	5,30	150	9,40
	60	-	-	11:08	5,32	-	9,45
	61	-	3:09	11:06	5,34	151	9,50
	62	-	-	11:04	5,36	-	9,55
13	63	-	3:08	11:02	5,38	-	9,60
	64	12,2	-	11:00	5,40	152	9,65
	65	-	3:07	10:58	5,42	-	9,70
	66	-	-	10:56	5,44	-	9,75
	67	-	3:06	10:54	5,46	153	9,80
	68	-	-	10:52	5,48	-	9,85
	69	-	3:05	10:50	5,49	154	9,90
	70	-	-	10:48	5,50	-	9,95
	71	12,1	3:04	10:46	5,51	-	10,00
	72	-	-	10:44	5,52	155	10,05
14	73	-	3:03	10:42	5,53	-	10,10
	74	-	-	10:40	5,54	-	10,15
	75	-	3:02	10:38	5,55	156	10,20
	76	-	-	10:36	5,56	-	10,24
	77	-	3:01	10:34	5,57	157	10,28
	78	-	-	10:32	5,58	-	10,32
	79	-	3:00	10:30	5,59	-	10,36
	80	12,0	-	10:28	5,60	158	10,40
	81	-	2:59	10:26	5,61	-	10,44
	82	-	-	10:24	5,62	-	10,48
	83	-	2:58	10:22	5,63	159	10,52
	84	-	-	10:20	5,64	-	10,56
	85	-	2:57	10:18	5,65	160	10,60
	86	-	-	10:16	5,66	-	10,64
15	87	-	2:56	10:14	5,67	-	10,68
	88	-	-	10:12	5,68	161	10,72
	89	-	2:55	10:11	5,69	-	10,76
	90	11,9	-	10:10	5,70	-	10,80
	91	-	2:54	10:09	5,71	162	10,84
	92	-	-	10:08	5,72	-	10,88
	93	-	2:53	10:07	5,73	-	10,92
	94	-	-	10:06	5,74	163	10,96
	95	-	2:52	10:05	5,75	-	11,00
	96	-	-	10:04	5,76	-	11,04
	97	-	2:51	10:03	5,77	164	11,08
	98	-	-	10:02	5,78	-	11,12
	99	-	-	10:01	5,79	-	11,16
	100	11,8	2:50	10:00	5,80	165	11,20

Weitsprung: 1 cm = 1 Pkt. Kugelstoß: 4 cm = 1 Pkt.  
Hochsprung: 1 cm = 3 Pkt.