

Kinder *(k)önnen*

Indikation sportmotorischer Leistungsfähigkeit für den Schulsport von Mecklenburg-Vorpommern

Handreichung zur Ermittlung und Bewertung
der speziellen sportmotorischen Leistungsfähigkeit
in der Leichtathletik



2013

Schüler

| Jahrgangsstufe | Lauf | Sprung | Wurf/Stoß |
|----------------|-------------------------------|-----------------|------------|
| 1 | 50 m Hst., 600 m | Zonenweit, Hoch | 80 g Ball |
| 2 | 50 m Hst., 600 m | Zonenweit, Hoch | 80 g Ball |
| 3 | 50 m Hst., 600 m | Zonenweit, Hoch | 80 g Ball |
| 4 | 50 m Hst., 1000 m | Zonenweit, Hoch | 80 g Ball |
| 5 | 50 m Hst., 75 m Tst., 1000 m | Weit, Hoch | 200 g Ball |
| 6 | 50 m Hst., 75 m Tst., 1000 m | Weit, Hoch | 200 g Ball |
| 7 | 75 m Tst., 100 m Tst., 1000 m | Weit, Hoch | 3 kg Kugel |
| 8 | 75 m Tst., 100 m Tst., 1000 m | Weit, Hoch | 4 kg Kugel |
| 9 | 75 m Tst., 100 m Tst., 1000 m | Weit, Hoch | 4 kg Kugel |
| 10 | 75 m Tst., 100 m Tst., 1000 m | Weit, Hoch | 5 kg Kugel |
| 11/12 | 75 m Tst., 100 m Tst., 1000 m | Weit, Hoch | 5 kg Kugel |

Schülerinnen

| Jahrgangsstufe | Lauf | Sprung | Wurf/Stoß |
|----------------|------------------------------|-----------------|------------|
| 1 | 50 m Hst., 600 m | Zonenweit, Hoch | 80 g Ball |
| 2 | 50 m Hst., 600 m | Zonenweit, Hoch | 80 g Ball |
| 3 | 50 m Hst., 600 m | Zonenweit, Hoch | 80 g Ball |
| 4 | 50 m Hst., 800 m | Zonenweit, Hoch | 80 g Ball |
| 5 | 50 m Hst., 75 m Tst., 800 m | Weit, Hoch | 80 g Ball |
| 6 | 50 m Hst., 75 m Tst., 800 m | Weit, Hoch | 80 g Ball |
| 7 | 75 m Tst., 100 m Tst., 800 m | Weit, Hoch | 3 kg Kugel |
| 8 | 75 m Tst., 100 m Tst., 800 m | Weit, Hoch | 3 kg Kugel |
| 9 | 75 m Tst., 100 m Tst., 800 m | Weit, Hoch | 4 kg Kugel |
| 10 | 75 m Tst., 100 m Tst., 800 m | Weit, Hoch | 4 kg Kugel |
| 11/12 | 75 m Tst., 100 m Tst., 800 m | Weit, Hoch | 4 kg Kugel |

| | |
|-----------------------------------|---|
| Jahrgangsstufe 1 | 3 |
| Jahrgangsstufe 2 | 3 |
| Jahrgangsstufe 3 | 4 |
| Jahrgangsstufe 4 | 4 |
| Jahrgangsstufe 5 | 5 |
| Jahrgangsstufe 6 | 5 |
| Jahrgangsstufe 7 | 6 |
| Jahrgangsstufe 8 | 6 |
| Jahrgangsstufe 9 | 7 |
| Jahrgangsstufe 10 | 7 |
| Jahrgangsstufe 11/12 | 8 |

Jahrgangsstufe 1

Schüler

| Note (Punkte) | Lauf | | Sprung | | Wurf |
|------------------|------------------|----------------|------------------|-------------|------------------|
| | 50 m Hst. [s] | 600 m [min] | Zonenweit [m] | Hoch [m] | 80 g Ball [m] |
| (15) + | 9,1 | 02:21 | 2,89 | 0,84 | 20,00 |
| (14) 1 | 9,3 | 02:31 | 2,79 | 0,82 | 18,80 |
| (13) - | 9,6 | 02:42 | 2,69 | 0,79 | 17,60 |
| (12) + | 9,9 | 02:53 | 2,59 | 0,76 | 16,40 |
| (11) 2 | 10,1 | 03:04 | 2,49 | 0,74 | 15,20 |
| (10) - | 10,4 | 03:15 | 2,39 | 0,71 | 14,00 |
| (9) + | 10,7 | 03:26 | 2,29 | 0,69 | 12,80 |
| (8) 3 | 11,0 | 03:36 | 2,19 | 0,66 | 11,60 |
| (7) - | 11,2 | 03:47 | 2,09 | 0,64 | 10,40 |
| (6) + | 11,5 | 03:58 | 1,99 | 0,61 | 9,20 |
| (5) 4 | 11,8 | 04:09 | 1,89 | 0,58 | 8,00 |
| (4) - | 12,1 | 04:20 | 1,79 | 0,56 | 6,80 |
| (3) + | 12,3 | 04:31 | 1,69 | 0,53 | 5,60 |
| (2) 5 | 12,6 | 04:42 | 1,59 | 0,50 | 4,40 |
| (1) - | 12,9 | 04:53 | 1,48 | 0,48 | 3,20 |

Schülerinnen

| Note (Punkte) | Lauf | | Sprung | | Wurf |
|------------------|------------------|----------------|------------------|-------------|------------------|
| | 50 m Hst. [s] | 600 m [min] | Zonenweit [m] | Hoch [m] | 80 g Ball [m] |
| (15) + | 9,3 | 02:38 | 2,86 | 0,84 | 11,90 |
| (14) 1 | 9,5 | 02:47 | 2,75 | 0,81 | 11,30 |
| (13) - | 9,8 | 02:56 | 2,63 | 0,79 | 10,70 |
| (12) + | 10,0 | 03:04 | 2,51 | 0,76 | 10,10 |
| (11) 2 | 10,3 | 03:13 | 2,39 | 0,73 | 9,50 |
| (10) - | 10,6 | 03:22 | 2,27 | 0,71 | 8,90 |
| (9) + | 10,8 | 03:31 | 2,15 | 0,68 | 8,30 |
| (8) 3 | 11,1 | 03:40 | 2,03 | 0,66 | 7,70 |
| (7) - | 11,3 | 03:49 | 1,91 | 0,63 | 7,10 |
| (6) + | 11,6 | 03:58 | 1,80 | 0,60 | 6,50 |
| (5) 4 | 11,9 | 04:07 | 1,68 | 0,58 | 5,90 |
| (4) - | 12,1 | 04:16 | 1,55 | 0,55 | 5,30 |
| (3) + | 12,4 | 04:26 | 1,43 | 0,53 | 4,70 |
| (2) 5 | 12,7 | 04:35 | 1,31 | 0,50 | 4,10 |
| (1) - | 12,9 | 04:44 | 1,19 | 0,47 | 3,50 |

Jahrgangsstufe 2

Schüler

| Note (Punkte) | Lauf | | Sprung | | Wurf |
|------------------|------------------|----------------|------------------|-------------|------------------|
| | 50 m Hst. [s] | 600 m [min] | Zonenweit [m] | Hoch [m] | 80 g Ball [m] |
| (15) + | 8,7 | 02:14 | 3,13 | 0,93 | 24,90 |
| (14) 1 | 9,0 | 02:24 | 3,03 | 0,90 | 23,50 |
| (13) - | 9,2 | 02:33 | 2,92 | 0,88 | 22,10 |
| (12) + | 9,5 | 02:43 | 2,82 | 0,85 | 20,70 |
| (11) 2 | 9,8 | 02:53 | 2,72 | 0,82 | 19,30 |
| (10) - | 10,0 | 03:03 | 2,61 | 0,79 | 17,90 |
| (9) + | 10,3 | 03:13 | 2,51 | 0,77 | 16,50 |
| (8) 3 | 10,5 | 03:23 | 2,40 | 0,74 | 15,10 |
| (7) - | 10,8 | 03:33 | 2,30 | 0,71 | 13,70 |
| (6) + | 11,0 | 03:43 | 2,19 | 0,68 | 12,30 |
| (5) 4 | 11,3 | 03:53 | 2,09 | 0,65 | 10,80 |
| (4) - | 11,6 | 04:03 | 1,98 | 0,63 | 9,40 |
| (3) + | 11,8 | 04:13 | 1,88 | 0,60 | 8,00 |
| (2) 5 | 12,1 | 04:23 | 1,77 | 0,57 | 6,60 |
| (1) - | 12,4 | 04:33 | 1,67 | 0,54 | 5,10 |

Schülerinnen

| Note (Punkte) | Lauf | | Sprung | | Wurf |
|------------------|------------------|----------------|------------------|-------------|------------------|
| | 50 m Hst. [s] | 600 m [min] | Zonenweit [m] | Hoch [m] | 80 g Ball [m] |
| (15) + | 9,0 | 02:28 | 3,07 | 0,91 | 15,70 |
| (14) 1 | 9,2 | 02:37 | 2,95 | 0,89 | 14,90 |
| (13) - | 9,4 | 02:46 | 2,84 | 0,86 | 14,10 |
| (12) + | 9,7 | 02:55 | 2,72 | 0,83 | 13,30 |
| (11) 2 | 9,9 | 03:05 | 2,61 | 0,81 | 12,50 |
| (10) - | 10,2 | 03:14 | 2,49 | 0,78 | 11,70 |
| (9) + | 10,4 | 03:23 | 2,37 | 0,75 | 10,90 |
| (8) 3 | 10,6 | 03:32 | 2,26 | 0,73 | 10,10 |
| (7) - | 10,9 | 03:41 | 2,14 | 0,70 | 9,30 |
| (6) + | 11,1 | 03:51 | 2,02 | 0,67 | 8,50 |
| (5) 4 | 11,4 | 04:00 | 1,91 | 0,65 | 7,70 |
| (4) - | 11,6 | 04:09 | 1,79 | 0,62 | 6,90 |
| (3) + | 11,9 | 04:18 | 1,67 | 0,59 | 6,10 |
| (2) 5 | 12,1 | 04:28 | 1,56 | 0,56 | 5,30 |
| (1) - | 12,3 | 04:37 | 1,44 | 0,54 | 4,50 |

Jahrgangsstufe 3

Schüler

| Note (Punkte) | Lauf | | Sprung | | Wurf |
|------------------|------------------|----------------|------------------|-------------|------------------|
| | 50 m Hst. [s] | 600 m [min] | Zonenweit [m] | Hoch [m] | 80 g Ball [m] |
| (15) + | 8,4 | 02:07 | 3,37 | 1,02 | 29,70 |
| (14) 1 | 8,7 | 02:16 | 3,26 | 0,99 | 28,20 |
| (13) - | 8,9 | 02:24 | 3,15 | 0,96 | 26,60 |
| (12) + | 9,1 | 02:33 | 3,04 | 0,93 | 25,00 |
| (11) 2 | 9,4 | 02:42 | 2,94 | 0,90 | 23,40 |
| (10) - | 9,6 | 02:51 | 2,83 | 0,87 | 21,80 |
| (9) + | 9,9 | 03:00 | 2,72 | 0,84 | 20,20 |
| (8) 3 | 10,1 | 03:09 | 2,61 | 0,82 | 18,60 |
| (7) - | 10,3 | 03:18 | 2,51 | 0,79 | 17,00 |
| (6) + | 10,6 | 03:27 | 2,40 | 0,76 | 15,40 |
| (5) 4 | 10,8 | 03:36 | 2,29 | 0,73 | 13,70 |
| (4) - | 11,1 | 03:45 | 2,18 | 0,70 | 12,10 |
| (3) + | 11,3 | 03:54 | 2,07 | 0,67 | 10,50 |
| (2) 5 | 11,6 | 04:03 | 1,96 | 0,64 | 8,90 |
| (1) - | 11,8 | 04:12 | 1,85 | 0,61 | 7,30 |

Schülerinnen

| Note (Punkte) | Lauf | | Sprung | | Wurf |
|------------------|------------------|----------------|------------------|-------------|------------------|
| | 50 m Hst. [s] | 600 m [min] | Zonenweit [m] | Hoch [m] | 80 g Ball [m] |
| (15) + | 8,6 | 02:19 | 3,26 | 0,99 | 19,50 |
| (14) 1 | 8,9 | 02:28 | 3,15 | 0,96 | 18,50 |
| (13) - | 9,1 | 02:37 | 3,04 | 0,93 | 17,50 |
| (12) + | 9,3 | 02:47 | 2,93 | 0,91 | 16,50 |
| (11) 2 | 9,5 | 02:56 | 2,82 | 0,88 | 15,50 |
| (10) - | 9,8 | 03:05 | 2,70 | 0,85 | 14,50 |
| (9) + | 10,0 | 03:15 | 2,59 | 0,82 | 13,50 |
| (8) 3 | 10,2 | 03:24 | 2,48 | 0,80 | 12,50 |
| (7) - | 10,4 | 03:34 | 2,36 | 0,77 | 11,50 |
| (6) + | 10,7 | 03:43 | 2,25 | 0,74 | 10,50 |
| (5) 4 | 10,9 | 03:52 | 2,14 | 0,71 | 9,50 |
| (4) - | 11,1 | 04:02 | 2,02 | 0,68 | 8,50 |
| (3) + | 11,3 | 04:11 | 1,91 | 0,66 | 7,50 |
| (2) 5 | 11,6 | 04:21 | 1,80 | 0,63 | 6,50 |
| (1) - | 11,8 | 04:30 | 1,68 | 0,60 | 5,40 |

Jahrgangsstufe 4

Schüler

| Note (Punkte) | Lauf | | Sprung | | Wurf |
|------------------|------------------|-----------------|------------------|-------------|------------------|
| | 50 m Hst. [s] | 1000 m [min] | Zonenweit [m] | Hoch [m] | 80 g Ball [m] |
| (15) + | 8,1 | 03:42 | 3,60 | 1,10 | 34,60 |
| (14) 1 | 8,3 | 03:56 | 3,49 | 1,07 | 32,80 |
| (13) - | 8,6 | 04:10 | 3,38 | 1,04 | 31,00 |
| (12) + | 8,8 | 04:24 | 3,27 | 1,01 | 29,20 |
| (11) 2 | 9,0 | 04:38 | 3,16 | 0,98 | 27,50 |
| (10) - | 9,2 | 04:53 | 3,05 | 0,95 | 25,70 |
| (9) + | 9,5 | 05:07 | 2,93 | 0,92 | 23,90 |
| (8) 3 | 9,7 | 05:21 | 2,82 | 0,89 | 22,10 |
| (7) - | 9,9 | 05:36 | 2,71 | 0,86 | 20,30 |
| (6) + | 10,1 | 05:50 | 2,60 | 0,83 | 18,50 |
| (5) 4 | 10,4 | 06:05 | 2,49 | 0,80 | 16,70 |
| (4) - | 10,6 | 06:19 | 2,38 | 0,77 | 14,90 |
| (3) + | 10,8 | 06:33 | 2,26 | 0,74 | 13,10 |
| (2) 5 | 11,0 | 06:48 | 2,15 | 0,71 | 11,30 |
| (1) - | 11,3 | 07:02 | 2,04 | 0,68 | 9,50 |

Schülerinnen

| Note (Punkte) | Lauf | | Sprung | | Wurf |
|------------------|------------------|----------------|------------------|-------------|------------------|
| | 50 m Hst. [s] | 800 m [min] | Zonenweit [m] | Hoch [m] | 80 g Ball [m] |
| (15) + | 8,3 | 03:02 | 3,46 | 1,06 | 23,40 |
| (14) 1 | 8,5 | 03:15 | 3,35 | 1,03 | 22,20 |
| (13) - | 8,8 | 03:27 | 3,24 | 1,01 | 21,00 |
| (12) + | 9,0 | 03:39 | 3,13 | 0,98 | 19,80 |
| (11) 2 | 9,2 | 03:52 | 3,02 | 0,95 | 18,60 |
| (10) - | 9,4 | 04:04 | 2,91 | 0,92 | 17,40 |
| (9) + | 9,6 | 04:17 | 2,80 | 0,89 | 16,20 |
| (8) 3 | 9,8 | 04:29 | 2,69 | 0,86 | 14,90 |
| (7) - | 10,0 | 04:42 | 2,58 | 0,83 | 13,70 |
| (6) + | 10,2 | 04:54 | 2,47 | 0,81 | 12,50 |
| (5) 4 | 10,4 | 05:07 | 2,36 | 0,78 | 11,30 |
| (4) - | 10,6 | 05:19 | 2,25 | 0,75 | 10,10 |
| (3) + | 10,8 | 05:32 | 2,14 | 0,72 | 8,80 |
| (2) 5 | 11,0 | 05:44 | 2,03 | 0,69 | 7,60 |
| (1) - | 11,2 | 05:57 | 1,92 | 0,66 | 6,40 |

Jahrgangsstufe 5

Schüler

| Note (Punkte) | Lauf | | | Sprung | | Wurf |
|------------------|------------------|------------------|-----------------|-------------|-------------|-------------------|
| | 50 m Hst. [s] | 75 m Tst. [s] | 1000 m [min] | Weit [m] | Hoch [m] | 200 g Ball [m] |
| (15) + | 7,8 | 11,7 | 03:34 | 3,83 | 1,18 | 39,20 |
| (14) 1 | 8,0 | 12,0 | 03:48 | 3,71 | 1,15 | 37,10 |
| (13) - | 8,2 | 12,3 | 04:02 | 3,58 | 1,12 | 35,00 |
| (12) + | 8,4 | 12,6 | 04:16 | 3,45 | 1,09 | 32,90 |
| (11) 2 | 8,6 | 12,9 | 04:30 | 3,33 | 1,05 | 30,70 |
| (10) - | 8,9 | 13,2 | 04:44 | 3,20 | 1,02 | 28,60 |
| (9) + | 9,1 | 13,6 | 04:59 | 3,07 | 0,99 | 26,50 |
| (8) 3 | 9,3 | 13,9 | 05:13 | 2,94 | 0,96 | 24,40 |
| (7) - | 9,5 | 14,2 | 05:27 | 2,81 | 0,93 | 22,20 |
| (6) + | 9,7 | 14,5 | 05:41 | 2,69 | 0,90 | 20,10 |
| (5) 4 | 9,9 | 14,8 | 05:55 | 2,56 | 0,87 | 17,90 |
| (4) - | 10,1 | 15,1 | 06:10 | 2,43 | 0,84 | 15,80 |
| (3) + | 10,4 | 15,5 | 06:24 | 2,30 | 0,81 | 13,70 |
| (2) 5 | 10,6 | 15,8 | 06:38 | 2,17 | 0,78 | 11,50 |
| (1) - | 10,8 | 16,1 | 06:52 | 2,04 | 0,75 | 9,30 |

Schülerinnen

| Note (Punkte) | Lauf | | | Sprung | | Wurf |
|------------------|------------------|------------------|----------------|-------------|-------------|------------------|
| | 50 m Hst. [s] | 75 m Tst. [s] | 800 m [min] | Weit [m] | Hoch [m] | 80 g Ball [m] |
| (15) + | 8,0 | 11,8 | 03:03 | 3,68 | 1,13 | 27,20 |
| (14) 1 | 8,2 | 12,1 | 03:14 | 3,57 | 1,10 | 25,80 |
| (13) - | 8,4 | 12,4 | 03:25 | 3,46 | 1,07 | 24,40 |
| (12) + | 8,6 | 12,6 | 03:36 | 3,35 | 1,04 | 23,00 |
| (11) 2 | 8,8 | 12,9 | 03:47 | 3,24 | 1,01 | 21,60 |
| (10) - | 9,0 | 13,2 | 03:59 | 3,13 | 0,98 | 20,10 |
| (9) + | 9,2 | 13,5 | 04:10 | 3,02 | 0,95 | 18,70 |
| (8) 3 | 9,4 | 13,8 | 04:21 | 2,91 | 0,92 | 17,30 |
| (7) - | 9,6 | 14,1 | 04:32 | 2,80 | 0,89 | 15,90 |
| (6) + | 9,8 | 14,4 | 04:44 | 2,69 | 0,86 | 14,50 |
| (5) 4 | 10,0 | 14,7 | 04:55 | 2,58 | 0,83 | 13,00 |
| (4) - | 10,2 | 15,0 | 05:07 | 2,47 | 0,80 | 11,60 |
| (3) + | 10,4 | 15,2 | 05:18 | 2,35 | 0,77 | 10,20 |
| (2) 5 | 10,6 | 15,5 | 05:29 | 2,24 | 0,74 | 8,70 |
| (1) - | 10,7 | 15,8 | 05:41 | 2,13 | 0,71 | 7,30 |

Jahrgangsstufe 6

Schüler

| Note (Punkte) | Lauf | | | Sprung | | Wurf |
|------------------|------------------|------------------|-----------------|-------------|-------------|-------------------|
| | 50 m Hst. [s] | 75 m Tst. [s] | 1000 m [min] | Weit [m] | Hoch [m] | 200 g Ball [m] |
| (15) + | 7,5 | 11,1 | 03:27 | 4,08 | 1,25 | 42,10 |
| (14) 1 | 7,7 | 11,4 | 03:41 | 3,95 | 1,22 | 40,00 |
| (13) - | 7,9 | 11,7 | 03:55 | 3,82 | 1,19 | 38,00 |
| (12) + | 8,1 | 12,0 | 04:09 | 3,69 | 1,15 | 35,90 |
| (11) 2 | 8,3 | 12,3 | 04:23 | 3,56 | 1,12 | 33,80 |
| (10) - | 8,5 | 12,6 | 04:37 | 3,43 | 1,09 | 31,70 |
| (9) + | 8,7 | 13,0 | 04:50 | 3,30 | 1,06 | 29,60 |
| (8) 3 | 8,9 | 13,3 | 05:04 | 3,16 | 1,03 | 27,50 |
| (7) - | 9,1 | 13,6 | 05:18 | 3,03 | 1,00 | 25,40 |
| (6) + | 9,3 | 13,9 | 05:32 | 2,90 | 0,97 | 23,30 |
| (5) 4 | 9,5 | 14,2 | 05:46 | 2,77 | 0,94 | 21,20 |
| (4) - | 9,7 | 14,5 | 06:00 | 2,63 | 0,91 | 19,10 |
| (3) + | 9,9 | 14,9 | 06:14 | 2,50 | 0,88 | 17,00 |
| (2) 5 | 10,1 | 15,2 | 06:29 | 2,37 | 0,84 | 14,90 |
| (1) - | 10,3 | 15,5 | 06:43 | 2,23 | 0,81 | 12,80 |

Schülerinnen

| Note (Punkte) | Lauf | | | Sprung | | Wurf |
|------------------|------------------|------------------|----------------|-------------|-------------|------------------|
| | 50 m Hst. [s] | 75 m Tst. [s] | 800 m [min] | Weit [m] | Hoch [m] | 80 g Ball [m] |
| (15) + | 7,7 | 11,5 | 03:03 | 3,77 | 1,18 | 30,90 |
| (14) 1 | 7,9 | 11,8 | 03:13 | 3,66 | 1,15 | 29,30 |
| (13) - | 8,1 | 12,1 | 03:23 | 3,55 | 1,12 | 27,70 |
| (12) + | 8,3 | 12,4 | 03:34 | 3,43 | 1,09 | 26,10 |
| (11) 2 | 8,4 | 12,7 | 03:44 | 3,32 | 1,06 | 24,50 |
| (10) - | 8,6 | 13,0 | 03:54 | 3,21 | 1,03 | 22,90 |
| (9) + | 8,8 | 13,3 | 04:04 | 3,09 | 1,00 | 21,20 |
| (8) 3 | 9,0 | 13,6 | 04:15 | 2,98 | 0,97 | 19,60 |
| (7) - | 9,2 | 13,9 | 04:25 | 2,86 | 0,94 | 18,00 |
| (6) + | 9,3 | 14,2 | 04:35 | 2,75 | 0,91 | 16,40 |
| (5) 4 | 9,5 | 14,5 | 04:45 | 2,63 | 0,88 | 14,70 |
| (4) - | 9,7 | 14,8 | 04:56 | 2,52 | 0,85 | 13,10 |
| (3) + | 9,9 | 15,1 | 05:06 | 2,40 | 0,82 | 11,40 |
| (2) 5 | 10,1 | 15,4 | 05:17 | 2,29 | 0,79 | 9,80 |
| (1) - | 10,3 | 15,7 | 05:27 | 2,17 | 0,76 | 8,10 |

Jahrgangsstufe 7

Schüler

| Note (Punkte) | Lauf | | | Sprung | | Stoß |
|------------------|------------------|-------------------|-----------------|-------------|-------------|-------------------|
| | 75 m Tst. [s] | 100 m Tst. [s] | 1000 m [min] | Weit [m] | Hoch [m] | 3 kg Kugel [m] |
| (15) + | 10,6 | 13,7 | 03:21 | 4,33 | 1,31 | 8,64 |
| (14) 1 | 10,9 | 14,2 | 03:35 | 4,19 | 1,28 | 8,34 |
| (13) - | 11,2 | 14,6 | 03:48 | 4,06 | 1,25 | 8,05 |
| (12) + | 11,5 | 15,1 | 04:02 | 3,92 | 1,22 | 7,75 |
| (11) 2 | 11,8 | 15,5 | 04:15 | 3,79 | 1,19 | 7,46 |
| (10) - | 12,1 | 16,0 | 04:29 | 3,65 | 1,16 | 7,16 |
| (9) + | 12,4 | 16,5 | 04:42 | 3,52 | 1,13 | 6,87 |
| (8) 3 | 12,7 | 16,9 | 04:56 | 3,38 | 1,09 | 6,57 |
| (7) - | 13,0 | 17,4 | 05:10 | 3,25 | 1,06 | 6,27 |
| (6) + | 13,3 | 17,9 | 05:23 | 3,11 | 1,03 | 5,97 |
| (5) 4 | 13,6 | 18,3 | 05:37 | 2,98 | 1,00 | 5,67 |
| (4) - | 13,9 | 18,8 | 05:51 | 2,84 | 0,97 | 5,37 |
| (3) + | 14,2 | 19,3 | 06:05 | 2,70 | 0,94 | 5,07 |
| (2) 5 | 14,5 | 19,7 | 06:18 | 2,57 | 0,90 | 4,77 |
| (1) - | 14,9 | 20,2 | 06:32 | 2,43 | 0,87 | 4,47 |

Schülerinnen

| Note (Punkte) | Lauf | | | Sprung | | Stoß |
|------------------|------------------|-------------------|----------------|-------------|-------------|-------------------|
| | 75 m Tst. [s] | 100 m Tst. [s] | 800 m [min] | Weit [m] | Hoch [m] | 3 kg Kugel [m] |
| (15) + | 11,3 | 14,9 | 03:04 | 3,86 | 1,23 | 7,03 |
| (14) 1 | 11,6 | 15,3 | 03:13 | 3,74 | 1,20 | 6,80 |
| (13) - | 11,9 | 15,6 | 03:23 | 3,63 | 1,17 | 6,57 |
| (12) + | 12,2 | 16,0 | 03:32 | 3,51 | 1,14 | 6,34 |
| (11) 2 | 12,5 | 16,4 | 03:42 | 3,39 | 1,11 | 6,11 |
| (10) - | 12,9 | 16,8 | 03:51 | 3,28 | 1,08 | 5,87 |
| (9) + | 13,2 | 17,1 | 04:01 | 3,16 | 1,04 | 5,64 |
| (8) 3 | 13,5 | 17,5 | 04:10 | 3,04 | 1,01 | 5,41 |
| (7) - | 13,8 | 17,9 | 04:20 | 2,92 | 0,98 | 5,18 |
| (6) + | 14,1 | 18,3 | 04:29 | 2,80 | 0,95 | 4,94 |
| (5) 4 | 14,4 | 18,7 | 04:39 | 2,69 | 0,92 | 4,71 |
| (4) - | 14,7 | 19,0 | 04:48 | 2,57 | 0,89 | 4,47 |
| (3) + | 15,0 | 19,4 | 04:58 | 2,45 | 0,86 | 4,24 |
| (2) 5 | 15,3 | 19,8 | 05:07 | 2,33 | 0,83 | 4,00 |
| (1) - | 15,6 | 20,2 | 05:17 | 2,21 | 0,80 | 3,77 |

Jahrgangsstufe 8

Schüler

| Note (Punkte) | Lauf | | | Sprung | | Stoß |
|------------------|------------------|-------------------|-----------------|-------------|-------------|-------------------|
| | 75 m Tst. [s] | 100 m Tst. [s] | 1000 m [min] | Weit [m] | Hoch [m] | 4 kg Kugel [m] |
| (15) + | 10,1 | 13,3 | 03:16 | 4,57 | 1,38 | 8,94 |
| (14) 1 | 10,4 | 13,7 | 03:29 | 4,43 | 1,35 | 8,64 |
| (13) - | 10,7 | 14,1 | 03:42 | 4,30 | 1,32 | 8,34 |
| (12) + | 11,0 | 14,5 | 03:55 | 4,16 | 1,28 | 8,03 |
| (11) 2 | 11,2 | 14,9 | 04:08 | 4,02 | 1,25 | 7,73 |
| (10) - | 11,5 | 15,3 | 04:21 | 3,88 | 1,22 | 7,43 |
| (9) + | 11,8 | 15,8 | 04:34 | 3,75 | 1,19 | 7,12 |
| (8) 3 | 12,1 | 16,2 | 04:47 | 3,61 | 1,15 | 6,82 |
| (7) - | 12,4 | 16,6 | 05:00 | 3,47 | 1,12 | 6,51 |
| (6) + | 12,7 | 17,0 | 05:14 | 3,33 | 1,09 | 6,21 |
| (5) 4 | 13,0 | 17,5 | 05:27 | 3,19 | 1,06 | 5,90 |
| (4) - | 13,3 | 17,9 | 05:40 | 3,05 | 1,02 | 5,59 |
| (3) + | 13,6 | 18,3 | 05:53 | 2,91 | 0,99 | 5,29 |
| (2) 5 | 13,9 | 18,7 | 06:06 | 2,77 | 0,96 | 4,98 |
| (1) - | 14,2 | 19,2 | 06:20 | 2,63 | 0,93 | 4,67 |

Schülerinnen

| Note (Punkte) | Lauf | | | Sprung | | Stoß |
|------------------|------------------|-------------------|----------------|-------------|-------------|-------------------|
| | 75 m Tst. [s] | 100 m Tst. [s] | 800 m [min] | Weit [m] | Hoch [m] | 3 kg Kugel [m] |
| (15) + | 11,2 | 14,8 | 03:06 | 3,93 | 1,26 | 7,27 |
| (14) 1 | 11,5 | 15,2 | 03:15 | 3,81 | 1,23 | 7,02 |
| (13) - | 11,8 | 15,5 | 03:23 | 3,69 | 1,20 | 6,77 |
| (12) + | 12,1 | 15,9 | 03:32 | 3,57 | 1,17 | 6,52 |
| (11) 2 | 12,4 | 16,3 | 03:41 | 3,45 | 1,14 | 6,27 |
| (10) - | 12,7 | 16,7 | 03:50 | 3,34 | 1,11 | 6,01 |
| (9) + | 13,0 | 17,0 | 03:59 | 3,22 | 1,08 | 5,76 |
| (8) 3 | 13,3 | 17,4 | 04:07 | 3,09 | 1,05 | 5,51 |
| (7) - | 13,6 | 17,8 | 04:16 | 2,97 | 1,02 | 5,25 |
| (6) + | 13,9 | 18,2 | 04:25 | 2,85 | 0,99 | 5,00 |
| (5) 4 | 14,2 | 18,6 | 04:34 | 2,73 | 0,95 | 4,74 |
| (4) - | 14,5 | 19,0 | 04:43 | 2,61 | 0,92 | 4,48 |
| (3) + | 14,9 | 19,3 | 04:52 | 2,49 | 0,89 | 4,23 |
| (2) 5 | 15,2 | 19,7 | 05:01 | 2,37 | 0,86 | 3,97 |
| (1) - | 15,5 | 20,1 | 05:10 | 2,25 | 0,83 | 3,71 |

Jahrgangsstufe 9

Schüler

| Note (Punkte) | Lauf | | | Sprung | | Stoß |
|------------------|------------------|-------------------|-----------------|-------------|-------------|-------------------|
| | 75 m Tst. [s] | 100 m Tst. [s] | 1000 m [min] | Weit [m] | Hoch [m] | 4 kg Kugel [m] |
| (15) + | 9,7 | 12,8 | 03:12 | 4,81 | 1,45 | 9,59 |
| (14) 1 | 9,9 | 13,2 | 03:24 | 4,67 | 1,42 | 9,29 |
| (13) - | 10,2 | 13,6 | 03:37 | 4,53 | 1,38 | 8,98 |
| (12) + | 10,5 | 13,9 | 03:49 | 4,39 | 1,35 | 8,67 |
| (11) 2 | 10,8 | 14,3 | 04:01 | 4,25 | 1,32 | 8,37 |
| (10) - | 11,0 | 14,7 | 04:13 | 4,10 | 1,28 | 8,06 |
| (9) + | 11,3 | 15,1 | 04:26 | 3,96 | 1,25 | 7,75 |
| (8) 3 | 11,6 | 15,4 | 04:38 | 3,82 | 1,21 | 7,44 |
| (7) - | 11,9 | 15,8 | 04:50 | 3,68 | 1,18 | 7,13 |
| (6) + | 12,1 | 16,2 | 05:03 | 3,54 | 1,15 | 6,82 |
| (5) 4 | 12,4 | 16,6 | 05:15 | 3,40 | 1,11 | 6,51 |
| (4) - | 12,7 | 16,9 | 05:27 | 3,25 | 1,08 | 6,20 |
| (3) + | 13,0 | 17,3 | 05:40 | 3,11 | 1,04 | 5,89 |
| (2) 5 | 13,2 | 17,7 | 05:52 | 2,97 | 1,01 | 5,57 |
| (1) - | 13,5 | 18,1 | 06:05 | 2,82 | 0,98 | 5,26 |

Schülerinnen

| Note (Punkte) | Lauf | | | Sprung | | Stoß |
|------------------|------------------|-------------------|----------------|-------------|-------------|-------------------|
| | 75 m Tst. [s] | 100 m Tst. [s] | 800 m [min] | Weit [m] | Hoch [m] | 4 kg Kugel [m] |
| (15) + | 11,1 | 14,7 | 03:08 | 3,99 | 1,28 | 7,31 |
| (14) 1 | 11,4 | 15,1 | 03:17 | 3,87 | 1,25 | 7,08 |
| (13) - | 11,7 | 15,4 | 03:25 | 3,75 | 1,22 | 6,86 |
| (12) + | 12,0 | 15,8 | 03:33 | 3,63 | 1,19 | 6,63 |
| (11) 2 | 12,3 | 16,2 | 03:41 | 3,50 | 1,16 | 6,41 |
| (10) - | 12,6 | 16,6 | 03:49 | 3,38 | 1,13 | 6,18 |
| (9) + | 12,9 | 17,0 | 03:58 | 3,26 | 1,10 | 5,95 |
| (8) 3 | 13,2 | 17,3 | 04:06 | 3,14 | 1,07 | 5,72 |
| (7) - | 13,4 | 17,7 | 04:14 | 3,02 | 1,04 | 5,50 |
| (6) + | 13,7 | 18,1 | 04:22 | 2,90 | 1,01 | 5,27 |
| (5) 4 | 14,0 | 18,5 | 04:31 | 2,78 | 0,98 | 5,04 |
| (4) - | 14,3 | 18,9 | 04:39 | 2,65 | 0,95 | 4,81 |
| (3) + | 14,6 | 19,2 | 04:47 | 2,53 | 0,92 | 4,58 |
| (2) 5 | 14,9 | 19,6 | 04:56 | 2,41 | 0,89 | 4,35 |
| (1) - | 15,2 | 20,0 | 05:04 | 2,29 | 0,86 | 4,12 |

Jahrgangsstufe 10

Schüler

| Note (Punkte) | Lauf | | | Sprung | | Stoß |
|------------------|------------------|-------------------|-----------------|-------------|-------------|-------------------|
| | 75 m Tst. [s] | 100 m Tst. [s] | 1000 m [min] | Weit [m] | Hoch [m] | 5 kg Kugel [m] |
| (15) + | 9,3 | 12,4 | 03:09 | 5,02 | 1,52 | 10,55 |
| (14) 1 | 9,6 | 12,7 | 03:21 | 4,88 | 1,48 | 10,17 |
| (13) - | 9,8 | 13,1 | 03:32 | 4,74 | 1,45 | 9,80 |
| (12) + | 10,1 | 13,4 | 03:43 | 4,59 | 1,41 | 9,42 |
| (11) 2 | 10,3 | 13,7 | 03:55 | 4,45 | 1,38 | 9,05 |
| (10) - | 10,6 | 14,1 | 04:06 | 4,31 | 1,34 | 8,67 |
| (9) + | 10,8 | 14,4 | 04:18 | 4,16 | 1,31 | 8,29 |
| (8) 3 | 11,1 | 14,7 | 04:29 | 4,02 | 1,27 | 7,91 |
| (7) - | 11,3 | 15,0 | 04:41 | 3,87 | 1,24 | 7,53 |
| (6) + | 11,6 | 15,4 | 04:52 | 3,73 | 1,20 | 7,15 |
| (5) 4 | 11,8 | 15,7 | 05:04 | 3,58 | 1,17 | 6,77 |
| (4) - | 12,1 | 16,0 | 05:16 | 3,44 | 1,13 | 6,39 |
| (3) + | 12,3 | 16,4 | 05:27 | 3,29 | 1,10 | 6,01 |
| (2) 5 | 12,6 | 16,7 | 05:39 | 3,15 | 1,06 | 5,63 |
| (1) - | 12,8 | 17,0 | 05:50 | 3,00 | 1,03 | 5,24 |

Schülerinnen

| Note (Punkte) | Lauf | | | Sprung | | Stoß |
|------------------|------------------|-------------------|----------------|-------------|-------------|-------------------|
| | 75 m Tst. [s] | 100 m Tst. [s] | 800 m [min] | Weit [m] | Hoch [m] | 4 kg Kugel [m] |
| (15) + | 11,1 | 14,6 | 03:11 | 4,03 | 1,30 | 7,56 |
| (14) 1 | 11,4 | 15,0 | 03:19 | 3,91 | 1,27 | 7,30 |
| (13) - | 11,7 | 15,3 | 03:26 | 3,79 | 1,24 | 7,04 |
| (12) + | 11,9 | 15,7 | 03:34 | 3,67 | 1,21 | 6,78 |
| (11) 2 | 12,2 | 16,1 | 03:41 | 3,55 | 1,19 | 6,51 |
| (10) - | 12,4 | 16,5 | 03:49 | 3,43 | 1,16 | 6,25 |
| (9) + | 12,7 | 16,8 | 03:57 | 3,31 | 1,13 | 5,99 |
| (8) 3 | 13,0 | 17,2 | 04:04 | 3,19 | 1,10 | 5,73 |
| (7) - | 13,2 | 17,6 | 04:12 | 3,07 | 1,07 | 5,46 |
| (6) + | 13,5 | 17,9 | 04:19 | 2,95 | 1,04 | 5,20 |
| (5) 4 | 13,8 | 18,3 | 04:27 | 2,82 | 1,01 | 4,93 |
| (4) - | 14,0 | 18,7 | 04:35 | 2,70 | 0,99 | 4,67 |
| (3) + | 14,3 | 19,1 | 04:42 | 2,58 | 0,96 | 4,40 |
| (2) 5 | 14,6 | 19,5 | 04:50 | 2,46 | 0,93 | 4,13 |
| (1) - | 14,8 | 19,8 | 04:58 | 2,34 | 0,90 | 3,87 |

Jahrgangsstufe 11/12

Schüler

| Note (Punkte) | Lauf | | | Sprung | | Stoß |
|------------------|------------------|-------------------|-----------------|-------------|-------------|-------------------|
| | 75 m Tst. [s] | 100 m Tst. [s] | 1000 m [min] | Weit [m] | Hoch [m] | 5 kg Kugel [m] |
| (15) + | 9,0 | 12,0 | 03:07 | 5,21 | 1,58 | 10,62 |
| (14) 1 | 9,2 | 12,3 | 03:18 | 5,07 | 1,54 | 10,29 |
| (13) - | 9,5 | 12,6 | 03:28 | 4,92 | 1,51 | 9,95 |
| (12) + | 9,7 | 12,9 | 03:39 | 4,78 | 1,47 | 9,61 |
| (11) 2 | 9,9 | 13,2 | 03:50 | 4,63 | 1,44 | 9,28 |
| (10) - | 10,1 | 13,5 | 04:00 | 4,49 | 1,40 | 8,94 |
| (9) + | 10,4 | 13,7 | 04:11 | 4,34 | 1,37 | 8,60 |
| (8) 3 | 10,6 | 14,0 | 04:22 | 4,20 | 1,33 | 8,26 |
| (7) - | 10,8 | 14,3 | 04:33 | 4,05 | 1,30 | 7,92 |
| (6) + | 11,1 | 14,6 | 04:44 | 3,90 | 1,26 | 7,58 |
| (5) 4 | 11,3 | 14,9 | 04:55 | 3,76 | 1,23 | 7,24 |
| (4) - | 11,5 | 15,2 | 05:05 | 3,61 | 1,19 | 6,89 |
| (3) + | 11,7 | 15,5 | 05:16 | 3,46 | 1,15 | 6,55 |
| (2) 5 | 12,0 | 15,8 | 05:27 | 3,31 | 1,12 | 6,21 |
| (1) - | 12,2 | 16,1 | 05:38 | 3,17 | 1,08 | 5,86 |

Schülerinnen

| Note (Punkte) | Lauf | | | Sprung | | Stoß |
|------------------|------------------|-------------------|----------------|-------------|-------------|-------------------|
| | 75 m Tst. [s] | 100 m Tst. [s] | 800 m [min] | Weit [m] | Hoch [m] | 4 kg Kugel [m] |
| (15) + | 11,2 | 14,5 | 03:15 | 4,07 | 1,31 | 7,80 |
| (14) 1 | 11,4 | 14,9 | 03:21 | 3,95 | 1,29 | 7,51 |
| (13) - | 11,6 | 15,2 | 03:28 | 3,84 | 1,26 | 7,21 |
| (12) + | 11,8 | 15,6 | 03:35 | 3,72 | 1,23 | 6,92 |
| (11) 2 | 12,1 | 15,9 | 03:42 | 3,60 | 1,21 | 6,62 |
| (10) - | 12,3 | 16,3 | 03:49 | 3,48 | 1,18 | 6,33 |
| (9) + | 12,5 | 16,6 | 03:55 | 3,36 | 1,15 | 6,03 |
| (8) 3 | 12,7 | 17,0 | 04:02 | 3,24 | 1,13 | 5,73 |
| (7) - | 13,0 | 17,4 | 04:09 | 3,12 | 1,10 | 5,44 |
| (6) + | 13,2 | 17,7 | 04:16 | 3,00 | 1,07 | 5,14 |
| (5) 4 | 13,4 | 18,1 | 04:23 | 2,88 | 1,04 | 4,84 |
| (4) - | 13,6 | 18,4 | 04:30 | 2,76 | 1,02 | 4,54 |
| (3) + | 13,9 | 18,8 | 04:37 | 2,64 | 0,99 | 4,24 |
| (2) 5 | 14,1 | 19,2 | 04:44 | 2,52 | 0,96 | 3,94 |
| (1) - | 14,3 | 19,5 | 04:51 | 2,40 | 0,94 | 3,64 |

Impressum

Redaktion

Eileen Maltz und Dr. Hartmut Preuß
Institut für Sportwissenschaft der Universität Rostock
Lutz Gau und Olaf Peters
Bildungsministerium Mecklenburg-Vorpommern

Leitung

Dr. Hartmut Preuß und Prof. Dr. Volker Zschorlich
Institut für Sportwissenschaft der Universität Rostock

Gestaltung

Gero Schreiber
opus.conception graphic design

Visualisierung

Björn Willer
alpha3 Werkstatt für Visualisierung und Animation