

Aufnahmeprüfung Sportklasse

Jungen

Normwerte	Seilspringen	Balancieren	Liegestütz	Kastenbum- meranglauf (in Sek.)	Treffer- ball	Standweit- sprung (in cm)	Medizinball- wurf (in m)	Turnkür Boden	Bankball	50m Sprint (in Sek.)	1000m Lauf (in Min.)
sehr gut (1)	> 65	>48	>16	>14,5	>17	>180	> 9,50	Ausführung der Turnelemente mit ++/+0/-/-- bewerten	Taktik und Teamfähigkeit mit ++/+0/-/-- bewerten	7,8	3:40
gut (2)	56-65	44-47	14-16	15,8-14,5	14-16	170 - 180	8,50-9,50			8,2	4:10
ok (3)	45-55	26-43	11-14	15,9-18,5	10-13	150-170	7,40-8,50			8,8	4:45
ausreichend (4)	38-45	15-25	8-11	18,6-20,5	7-9	140-150	6,20-7,40			9,5	5:15
unzureichend (5)	<38	<16	<8	<20,5	<7	<140	< 6,20			10,2	5:45

Mädchen

Normwerte	Seilspringen	Balancieren	Liegestütz	Kastenbum- meranglauf (in Sek.)	Treffer- ball	Standweit- sprung (in cm)	Medizinball- wurf (in m)	Turnkür Boden	Bankball	50m Sprint (in Sek.)	1000m Lauf (in Min.)
sehr gut (1)	> 65	>48	>15	>15,5	>17	>175	> 7,80	Ausführung der Turnelemente mit ++/+0/-/-- bewerten	Taktik und Teamfähigkeit mit ++/+0/-/-- bewerten	8,0	3:50
gut (2)	56-65	44-47	13-15	16,8-15,5	14-16	165 - 175	6,80-7,80			8,4	4:20
ok (3)	45-55	26-43	9-13	16,9-19,5	10-13	145-165	5,80-6,80			9,1	4:55
ausreichend (4)	38-45	15-25	6-9	19,6-21,5	7-9	130-145	4,80-5,80			9,8	5:25
unzureichend (5)	<38	<16	<6	<21,5	<7	<130	< 4,80			10,5	5:55