



Vergleichswerte Bewegungs-Champion

1.-3. Schulstufe

Median

| | | 10% | 20% | 30% | 40% | 50% | 60% | 70% | 80% | 90% |
|---------------|--|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 1. Schulstufe | 20m Sprint (in Sek.) | 5,25 | 5,01 | 4,86 | 4,72 | 4,61 | 4,51 | 4,42 | 4,31 | 4,17 |
| | Schlingellauf (in Sek.) | 17,80 | 16,36 | 15,56 | 14,87 | 14,38 | 13,92 | 13,49 | 12,95 | 12,34 |
| | Standweitsprung (in cm) | 87 | 95 | 101 | 105 | 110 | 115 | 120 | 127 | 135 |
| | Fit Light - Einfach Reaktion (in Sek.) | 1,10 | 0,99 | 0,92 | 0,88 | 0,84 | 0,80 | 0,77 | 0,73 | 0,68 |
| | Med.Ball Weitwurf (in cm) | 194 | 220 | 240 | 260 | 279 | 300 | 320 | 350 | 393 |

| | | | | | | | | | | |
|---------------|--|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 2. Schulstufe | 20m Sprint (in Sek.) | 4,93 | 4,70 | 4,56 | 4,46 | 4,37 | 4,28 | 4,19 | 4,09 | 3,98 |
| | Schlingellauf (in Sek.) | 15,81 | 14,75 | 14,16 | 13,70 | 13,29 | 12,92 | 12,55 | 12,17 | 11,65 |
| | Standweitsprung (in cm) | 95 | 104 | 110 | 114 | 120 | 125 | 130 | 138 | 146 |
| | Fit Light - Einfach Reaktion (in Sek.) | 0,94 | 0,86 | 0,81 | 0,77 | 0,74 | 0,72 | 0,69 | 0,66 | 0,63 |
| | Med.Ball Weitwurf (in cm) | 240 | 275 | 300 | 325 | 346 | 370 | 395 | 428 | 473 |

| | | | | | | | | | | |
|---------------|--|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 3. Schulstufe | 20m Sprint (in Sek.) | 4,76 | 4,54 | 4,41 | 4,31 | 4,22 | 4,13 | 4,04 | 3,95 | 3,83 |
| | Schlingellauf (in Sek.) | 14,96 | 13,96 | 13,42 | 12,97 | 12,62 | 12,30 | 11,98 | 11,58 | 11,05 |
| | Standweitsprung (in cm) | 101 | 110 | 116 | 122 | 127 | 133 | 139 | 147 | 156 |
| | Fit Light - Einfach Reaktion (in Sek.) | 0,87 | 0,79 | 0,75 | 0,72 | 0,69 | 0,66 | 0,64 | 0,62 | 0,58 |
| | Med.Ball Weitwurf (in cm) | 305 | 345 | 375 | 403 | 425 | 450 | 475 | 507 | 560 |

Erklärung

Die Tabelle zeigt 10 gleich große Vergleichsbereiche für die jeweilige Schulstufe und die 5 Teststationen. Die angegebenen Werte grenzen dabei einen Bereich ab.

Für den 50% - Wert (Median) beispielsweise gilt, dass sowohl 50% aller Vergleichswerte besser als auch schlechter sind. Je weiter dein Ergebnis im grünen Bereich liegt, desto besser ist deine erbrachte Leistung.

Ein Projekt der:



Gefördert aus Mitteln des LGF-Fonds



durchgeführt von:





Vergleichswerte Bewegungs-Champion

4.-6. Schulstufe

Median

| | | 10% | 20% | 30% | 40% | 50% | 60% | 70% | 80% | 90% |
|---------------|--|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 4. Schulstufe | 20m Sprint (in Sek.) | 4,59 | 4,38 | 4,25 | 4,16 | 4,07 | 3,99 | 3,92 | 3,83 | 3,71 |
| | Schlingellauf (in Sek.) | 14,41 | 13,49 | 12,97 | 12,53 | 12,21 | 11,84 | 11,50 | 11,18 | 10,73 |
| | Standweitsprung (in cm) | 106 | 115 | 122 | 130 | 135 | 141 | 148 | 155 | 167 |
| | Fit Light - Einfach Reaktion (in Sek.) | 0,78 | 0,72 | 0,69 | 0,66 | 0,64 | 0,61 | 0,60 | 0,57 | 0,54 |
| | Med.Ball Weitwurf (in cm) | 363 | 400 | 433 | 460 | 485 | 505 | 535 | 570 | 631 |

| | | | | | | | | | | |
|---------------|--|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 5. Schulstufe | 20m Sprint (in Sek.) | 4,43 | 4,24 | 4,11 | 4,03 | 3,95 | 3,87 | 3,78 | 3,69 | 3,59 |
| | Schlingellauf (in Sek.) | 13,99 | 13,21 | 12,71 | 12,29 | 11,97 | 11,68 | 11,33 | 10,92 | 10,45 |
| | Standweitsprung (in cm) | 110 | 121 | 130 | 135 | 142 | 149 | 155 | 164 | 175 |
| | Fit Light - Einfach Reaktion (in Sek.) | 0,72 | 0,68 | 0,65 | 0,63 | 0,61 | 0,59 | 0,57 | 0,55 | 0,52 |
| | Med.Ball Weitwurf (in cm) | 423 | 466 | 500 | 529 | 557 | 585 | 620 | 665 | 735 |

| | | | | | | | | | | |
|---------------|--|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 6. Schulstufe | 20m Sprint (in Sek.) | 4,34 | 4,17 | 4,04 | 3,93 | 3,85 | 3,76 | 3,69 | 3,60 | 3,49 |
| | Schlingellauf (in Sek.) | 13,71 | 12,92 | 12,42 | 12,01 | 11,62 | 11,33 | 11,06 | 10,70 | 10,24 |
| | Standweitsprung (in cm) | 115 | 125 | 134 | 142 | 148 | 157 | 164 | 173 | 185 |
| | Fit Light - Einfach Reaktion (in Sek.) | 0,70 | 0,65 | 0,62 | 0,60 | 0,58 | 0,56 | 0,54 | 0,52 | 0,49 |
| | Med.Ball Weitwurf (in cm) | 485 | 526 | 575 | 606 | 635 | 665 | 700 | 753 | 830 |

Erklärung

Die Tabelle zeigt 10 gleich große Vergleichsbereiche für die jeweilige Schulstufe und die 5 Teststationen. Die angegebenen Werte grenzen dabei einen Bereich ab.

Für den 50% - Wert (Median) beispielsweise gilt, dass sowohl 50% aller Vergleichswerte besser als auch schlechter sind. Je weiter dein Ergebnis im grünen Bereich liegt, desto besser ist deine erbrachte Leistung.

Ein Projekt der:



Gefördert aus Mitteln des LGF-Fonds



durchgeführt von:

