



# 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.)	21,25	19,63	18,81	18,04	17,58	17,10	16,67	16,27	15,74
	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.)	19,06	18,33	17,52	17,04	16,67	16,31	16,06	15,64	15,16
	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.)	18,31	17,49	16,87	16,35	15,97	15,66	15,41	15,10	14,77
	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.)	17,55	16,80	16,33	15,92	15,62	15,41	15,20	14,85	14,48
	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.)	17,12	16,20	15,78	15,38	15,20	14,91	14,67	14,50	14,19
	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.)	16,10	15,64	15,36	14,91	14,66	14,53	14,29	14,08	13,82
	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:

