

Wertungstabellen Schülerinnen Leichtathletik für Sek I und Sek II

Werte orientieren sich an den Leistungen des Deutschen Sportabzeichens und den Abstufungen und Anforderungen, welche im Abitur im Rahmen des praktischen Abiturprüfung zu erreichen sind. Anforderungen der Kategorie Gold finden sich hier im Notenbereich 1, Anforderungen der Kategorie Silber im Notenbereich 2 und Anforderungen der Kategorie Bronze im Notenbereich drei wieder.

50 Meter	1+	1	1-	2+	2	2-	3+	3	3-	4+	4	4-	5+	5	5-
----------	----	---	----	----	---	----	----	---	----	----	---	----	----	---	----

10 - 11	9,3	9,5	9,7	9,9	10,1	10,3	10,6	10,9	11,3	11,6	11,9	12,2	12,5	12,8	13,1
---------	-----	-----	-----	-----	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------

12 - 13	9,0	9,2	9,4	9,6	9,8	10,0	10,3	10,6	10,9	11,2	11,5	11,8	12,1	12,4	12,7
---------	-----	-----	-----	-----	-----	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------

75 Meter	1+	1	1-	2+	2	2-	3+	3	3-	4+	4	4-	5+	5	5-
----------	----	---	----	----	---	----	----	---	----	----	---	----	----	---	----

10 - 11	14,0	14,2	14,4	14,6	14,8	15,0	15,3	15,6	15,9	16,2	16,5	16,8	17,1	17,4	17,7
---------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------

12 - 13	13,5	13,7	13,9	14,1	14,3	14,5	14,8	15,1	15,4	15,7	16,0	16,3	16,6	16,9	17,2
---------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------

100 Meter	1+	1	1-	2+	2	2-	3+	3	3-	4+	4	4-	5+	5	5-
-----------	----	---	----	----	---	----	----	---	----	----	---	----	----	---	----

14 - 15	15,7	15,9	16,1	16,3	16,5	16,7	17,0	17,3	17,6	17,9	18,2	18,5	18,8	19,1	19,4
---------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------

16 - 17	14,7	14,9	15,1	15,3	15,5	15,7	16,0	16,3	16,6	16,9	17,2	17,5	17,8	18,1	18,4
---------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------

Ab 18	13,8	14,0	14,2	14,4	14,6	14,8	15,1	15,4	15,7	16,0	16,3	16,6	16,9	17,2	17,5
-------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------

800 Meter	1+	1	1-	2+	2	2-	3+	3	3-	4+	4	4-	5+	5	5-
-----------	----	---	----	----	---	----	----	---	----	----	---	----	----	---	----

12 - 13	3:40	3:45	3:50	3:55	4:00	4:05	4:10	4:15	4:20	4:25	4:30	4:35	4:40	4:45	4:50
---------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------

14 - 15	3:25	3:30	3:35	3:40	3:45	3:50	3:55	4:00	4:05	4:10	4:15	4:20	4:25	4:30	4:35
---------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------

16 - 17	3:10,5	3:15,5	3:20,5	3:25,5	3:30,5	3:35,5	3:40,5	3:45,5	3:50,5	3:55,5	4:00,5	4:05,50	4:10,5	4:15,5	4:20,5
---------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	---------	--------	--------	--------

Ab 18	2:59,5	3:04,5	3:09,5	3:14,5	3:19,5	3:24,5	3:29,5	3:34,5	3:39,5	3:44,5	3:49,5	3:54,5	3:59,5	4:04,5	4:09,5
-------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------

Wurf 200g	1+	1	1-	2+	2	2-	3+	3	3-	4+	4	4-	5+	5	5-
10 - 11	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4
12 - 13	23	22	21	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9
14 - 15	27	26	25	24	23	22	21	20	19	18	17	16	15	14	13

Speer*	1+	1	1-	2+	2	2-	3+	3	3-	4+	4	4-	5+	5	5-
14 - 15	21,93	21,25	20,57	19,89	19,12	18,36	17,59	16,83	15,98	15,13	14,28	13,43	12,41	11,39	10,37
16 - 17	23,77	23,04	22,30	21,56	20,73	19,90	19,07	18,24	17,32	16,40	15,48	14,56	13,45	12,35	11,24
Ab 18	25,62	24,82	24,03	23,23	22,34	21,45	20,55	19,66	18,67	17,67	16,68	15,69	14,50	13,30	12,11

* in der Altersstufe 14 – 15 wird mit einem 400g Speer geworfen, darüber mit einem 600g Speer

Kugel*	1+	1	1-	2+	2	2-	3+	3	3-	4+	4	4-	5+	5	5-
12 - 13	6,35	6,20	6,05	5,85	5,65	5,45	5,20	4,95	4,70	4,45	4,20	3,95	3,70	3,35	3,00
14 - 15	7,10	6,95	6,80	6,60	6,40	6,20	5,95	5,70	5,45	5,20	4,95	4,70	4,45	4,10	3,75
16 - 17	7,69	7,54	7,39	7,19	6,99	6,79	6,54	6,29	6,04	5,79	5,54	5,29	5,04	4,69	4,34
Ab 18	8,29	8,14	7,99	7,79	7,59	7,39	7,14	6,89	6,64	6,39	6,14	5,89	5,64	5,29	4,94

* in den Altersstufen 12 – 13, 14-15 und 16-17 wird mit einer 3kg Kugel gestoßen, darüber mit einer 4kg Kugel

Hochsprung	1+	1	1-	2+	2	2-	3+	3	3-	4+	4	4-	5+	5	5-
12 - 13	1,14	1,12	1,10	1,08	1,06	1,04	1,02	1,00	0,98	0,95	0,92	0,89	0,85	0,81	0,77
14 - 15	1,19	1,17	1,15	1,13	1,11	1,09	1,07	1,05	1,03	1,00	0,97	0,94	0,90	0,86	0,82
16 - 17	1,29	1,27	1,25	1,23	1,21	1,19	1,17	1,15	1,13	1,10	1,07	1,04	1,00	0,96	0,92
Ab 18	1,39	1,37	1,35	1,33	1,31	1,29	1,27	1,25	1,23	1,20	1,17	1,14	1,10	1,06	1,02

Weit	1+	1	1-	2+	2	2-	3+	3	3-	4+	4	4-	5+	5	5-
10 - 11	2,98	2,88	2,78	2,67	2,56	2,44	2,32	2,20	2,08	1,96	1,84	1,72	1,59	1,46	1,33
12 - 13	3,48	3,38	3,28	3,17	3,06	2,94	2,82	2,70	2,58	2,46	2,34	2,22	2,09	1,96	1,83
14 - 15	3,78	3,68	3,58	3,47	3,36	3,24	3,12	3,00	2,88	2,76	2,64	2,52	2,39	2,26	2,13
16 - 17	4,10	4,00	3,90	3,79	3,68	3,57	3,45	3,33	3,21	3,09	2,97	2,85	2,72	2,59	2,46
Ab 18	4,41	4,31	4,21	4,10	3,99	3,88	3,76	3,64	3,52	3,40	3,28	3,16	3,03	2,90	2,77

5000Meter	1+	1	1-	2+	2	2-	3+	3	3-	4+	4	4-	5+	5	5-
14 - 15	28:15	28:45	29:15	29:45	30:30	31:15	32:00	33:00	34:00	35:00	36:00	37:00	38:15	39:30	40:45
16 - 17	27:15	27:45	28:15	28:45	29:30	30:15	31:00	32:00	33:00	34:00	35:00	36:00	37:15	38:30	39:45
Ab 18	25:45	26:15	26:45	27:15	28:00	28:45	29:30	30:30	31:30	32:30	33:30	34:30	35:45	37:00	38:15

Wertungstabellen Schüler Leichtathletik für Sek I und Sek II

Werte orientieren sich an den Leistungen des Deutschen Sportabzeichens und den Abstufungen und Anforderungen, welche im Abitur im Rahmen des praktischen Abiturprüfung zu erreichen sind. Anforderungen der Kategorie Gold finden sich hier im Notenbereich 1, Anforderungen der Kategorie Silber im Notenbereich 2 und Anforderungen der Kategorie Bronze im Notenbereich drei wieder.

50 Meter	1+	1	1-	2+	2	2-	3+	3	3-	4+	4	4-	5+	5	5-
----------	----	---	----	----	---	----	----	---	----	----	---	----	----	---	----

10 - 11	9,1	9,3	9,5	9,7	9,9	10,1	10,4	10,7	11,0	11,3	11,6	11,9	12,2	12,5	12,8
---------	-----	-----	-----	-----	-----	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------

12 - 13	8,8	9,0	9,2	9,4	9,6	9,8	10,1	10,4	10,7	11,0	11,3	11,6	11,9	12,2	12,5
---------	-----	-----	-----	-----	-----	-----	------	------	------	------	------	------	------	------	------

75 Meter	1+	1	1-	2+	2	2-	3+	3	3-	4+	4	4-	5+	5	5-
----------	----	---	----	----	---	----	----	---	----	----	---	----	----	---	----

10 - 11	13,6	13,8	14,0	14,2	14,4	14,6	14,9	15,2	15,5	15,8	16,1	16,4	16,7	17,0	17,3
---------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------

12 - 13	13,2	13,4	13,6	13,8	14,0	14,2	14,5	14,8	15,1	15,4	15,7	16,0	16,3	16,6	16,9
---------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------

100 Meter	1+	1	1-	2+	2	2-	3+	3	3-	4+	4	4-	5+	5	5-
-----------	----	---	----	----	---	----	----	---	----	----	---	----	----	---	----

14 - 15	14,2	14,3	14,5	14,7	14,9	15,1	15,3	15,5	15,7	15,9	16,1	16,3	16,6	16,9	17,2
---------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------

16 - 17	13,5	13,6	13,8	14,0	14,2	14,4	14,6	14,8	15,0	15,2	15,4	15,6	15,9	16,2	16,5
---------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------

Ab 18	12,8	12,9	13,1	13,3	13,5	13,7	13,9	14,1	14,3	14,5	14,7	14,9	15,2	15,5	15,8
-------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------

800 Meter	1+	1	1-	2+	2	2-	3+	3	3-	4+	4	4-	5+	5	5-
-----------	----	---	----	----	---	----	----	---	----	----	---	----	----	---	----

12 - 13	3:13	3:18	3:23	3:28	3:33	3:38	3:43	3:48	3:53	3:58	4:03	4:08	4:13	4:18	4:23
---------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------

14 - 15	2:48	2:53	2:58	3:03	3:08	3:13	3:18	3:23	3:28	3:33	3:38	3:43	3:48	3:53	3:58
---------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------

16 - 17	2:42,5	2:47,5	2:52,5	2:57,5	3:02,5	3:07,5	3:12,5	3:17,5	3:22,5	3:27,5	3:32,5	3:37,5	3:42,5	3:47,5	3:52,5
---------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------

Ab 18	2:34	2:39	2:41	2:46	2:51	2:56	3:01	3:06	3:11	3:16	3:21	3:26	3:31	3:36	3:41
-------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------

Wurf 200g	1+	1	1-	2+	2	2-	3+	3	3-	4+	4	4-	5+	5	5-
10 - 11	28	27	26	25	24	23	22	21	20	19	18	17	16	15	14
12 - 13	33	32	31	30	29	28	27	26	25	24	23	22	21	20	19
14 - 15	37	36	35	34	33	32	31	30	29	28	27	26	25	24	23

Speer*	1+	1	1-	2+	2	2-	3+	3	3-	4+	4	4-	5+	5	5-
14 - 15	26,80	26,15	25,49	24,84	24,10	23,37	22,63	21,90	21,16	20,43	19,61	18,79	17,77	16,75	15,73
16 - 17	28,80	28,10	27,40	26,69	25,90	25,11	24,32	23,53	22,74	21,95	21,07	20,20	19,10	18,00	16,90
Ab 18	30,80	30,05	29,30	28,55	27,70	26,86	26,01	25,17	24,32	23,48	22,54	21,60	20,42	19,25	18,08

* in der Altersstufe 14 – 15 wird mit einem 600g Speer geworfen, darüber mit einem 800g Speer

Kugel*	1+	1	1-	2+	2	2-	3+	3	3-	4+	4	4-	5+	5	5-
12 - 13	7,35	7,10	6,85	6,60	6,30	6,00	5,70	5,40	5,10	4,75	4,40	4,05	3,70	3,30	2,95
14 - 15	7,95	7,70	7,45	7,20	6,90	6,60	6,30	6,00	5,70	5,35	5,00	4,65	4,30	3,90	3,55
16 - 17	8,55	8,30	8,05	7,80	7,50	7,20	6,90	6,60	6,30	5,95	5,50	5,25	4,90	4,50	4,05
Ab 18	9,15	8,90	8,65	8,40	8,10	7,80	7,50	7,25	6,90	6,55	6,20	5,85	5,50	5,10	4,75

* in den Altersstufen 12 – 13 wird mit 3 kg, in der Altersstufe 14-15 mit 4kg, in der Altersstufe 16-17 mit einer 5kg Kugel gestoßen, darüber mit einer 6kg Kugel stoßen

Hochsprung	1+	1	1-	2+	2	2-	3+	3	3-	4+	4	4-	5+	5	5-
------------	----	---	----	----	---	----	----	---	----	----	---	----	----	---	----

12 - 13	1,24	1,22	1,20	1,18	1,15	1,12	1,09	1,06	1,03	0,99	0,95	0,91	0,86	0,81	0,76
---------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------

14 - 15	1,34	1,32	1,30	1,28	1,25	1,22	1,19	1,16	1,13	1,09	1,05	1,01	0,96	0,91	0,86
---------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------

16 - 17	1,44	1,42	1,40	1,38	1,35	1,32	1,29	1,26	1,23	1,19	1,15	1,11	1,06	1,01	0,96
---------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------

Ab 18	1,54	1,52	1,50	1,48	1,45	1,42	1,39	1,36	1,33	1,29	1,25	1,21	1,16	1,11	1,06
-------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------

Weit	1+	1	1-	2+	2	2-	3+	3	3-	4+	4	4-	5+	5	5-
------	----	---	----	----	---	----	----	---	----	----	---	----	----	---	----

10 - 11	3,75	3,63	3,49	3,37	3,22	3,07	2,91	2,75	2,59	2,43	2,26	2,09	1,90	1,69	1,52
---------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------

12 - 13	4,35	4,23	4,09	3,97	3,82	3,67	3,51	3,35	3,19	3,03	2,86	2,69	2,50	2,29	2,12
---------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------

14 - 15	4,70	4,58	4,44	4,32	4,17	4,02	3,86	3,70	3,54	3,38	3,21	3,04	2,85	2,64	2,47
---------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------

16 - 17	5,05	4,93	4,81	4,69	4,54	4,39	4,23	4,07	3,91	3,75	3,58	3,41	3,22	3,03	2,84
---------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------

Ab 18	5,40	5,28	5,16	5,04	4,89	4,74	4,58	4,42	4,26	4,10	3,93	3,76	3,57	3,38	3,19
-------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------

5000Meter	1+	1	1-	2+	2	2-	3+	3	3-	4+	4	4-	5+	5	5-
-----------	----	---	----	----	---	----	----	---	----	----	---	----	----	---	----

14 - 15	23:45	24:15	24:45	25:15	26:00	26:45	27:30	28:30	29:30	30:30	31:30	32:30	33:45	35:00	36:15
---------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------

16 - 17	22:45	23:15	23:45	24:15	25:00	25:45	26:30	27:30	28:30	29:30	30:30	31:30	32:45	34:00	35:15
---------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------

Ab 18	21:45	22:15	22:45	23:15	24:00	24:45	25:30	26:30	27:30	28:30	29:30	30:30	31:45	33:00	34:15
-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------