



Beurteilungskriterien – Vorprüfung LEICHTATHLETIK

1.) Wahlweise eine Sprintdisziplin: Hürdensprint oder 100m-Sprint und Hürdentechnik

Hürdensprint: 60m, Hürdenhöhe: 0,762m, Anzahl: 6	100 m-Sprint:
Note 1: bis 10,5 sec	Note 1: bis 14,20 sec
Note 2: bis 11,3 sec	Note 2: bis 14,70 sec
Note 3: bis 12,1 sec	Note 3: bis 15,20 sec
Note 4: bis 13,0 sec	Note 4: bis 15,80 sec

2.) Ausdauerdisziplin

3000 m Lauf:
Note 1: bis 14:15 min
Note 2: bis 15:30 min
Note 3: bis 16:45 min
Note 4: bis 18:00 min

3.) Wahlweise eine Sprungdisziplin: Hochsprung oder Weitsprung

Hochsprung:	Weitsprung: (Zonenabsprung)
Note 1: ab 1,40 m	Note 1: ab 4,60 m
Note 2: ab 1,35 m	Note 2: ab 4,40 m
Note 3: ab 1,30 m	Note 3: ab 4,10 m
Note 4: ab 1,20 m	Note 4: ab 3,80 m

4.) Wahlweise eine Wurf- oder Stoßdisziplin: Speerwurf oder Kugelstoß

Speerwurf:	Kugelstoß: (mit 3kg-Kugel)
Note 1: ab 25 m	Note 1: ab 9,00 m
Note 2: ab 22 m	Note 2: ab 8,50 m
Note 3: ab 19 m	Note 3: ab 8,00 m
Note 4: ab 15 m	Note 4: ab 7,00 m