

bitte ausfüllen

Nachname:		Vorname:		Geburtsdatum:	
PLZ Ort:		Straße:		Telefon:	
Sparte:		Gruppe1:		E-Mail:	
Schwimmnachweis vom:		Schwimmnachweis Art:		Schwimmnachweis bis:	
bisher DSA's erfüllt	letztmalig:	in Bronze ( ) Silber ( ) Gold ( )			

**W 18 - 29**

Datensatz Nr:

DOSB-ID:

PK-intern:

Grp. 1 Ausdauer		18-19	20-24	25-29	Leistung	Datum	Prüfer	Pkte.
10000m Lauf	1P. B	084min 40sec	083min 30sec	083min 30sec				
	2P. S	078min 40sec	076min 50sec	076min 50sec				
	3P. G	072min 40sec	071min 30sec	071min 00sec				
3000m Lauf	1P. B	22min 00sec	21min 50sec	22min 00sec				
	2P. S	20min 00sec	19min 50sec	19min 50sec				
	3P. G	18min 00sec	17min 50sec	18min 00sec				
7,5 km Walking	1P. B	069min 30sec	066min 30sec	067min 00sec				
	2P. S	066min 00sec	063min 00sec	063min 30sec				
	3P. G	062min 00sec	059min 30sec	060min 00sec				
Radfahren 20km	1P. B	57min 30sec	57min 00sec	56min 00sec				
	2P. S	52min 00sec	51min 30sec	50min 30sec				
	3P. G	46min 30sec	45min 30sec	45min 00sec				
Schwimmen 800m	1P. B	24min 00sec	23min 35sec	25min 30sec				
	2P. S	21min 10sec	20min 50sec	21min 05sec				
	3P. G	18min 25sec	18min 00sec	18min 40sec				

Grp. 2 Kraft					Leistung	Datum	Prüfer	Pkte.
Kugelstoss 4kg	1P. B	06,50m	06,50m	06,50m				
	2P. S	07,00m	07,00m	07,00m				
	3P. G	07,50m	07,50m	07,50m				
Medizinballwurf 2kg	1P. B	07,50m	07,25m	07,00m				
	2P. S	08,00m	08,00m	07,75m				
	3P. G	08,75m	08,50m	08,50m				
Standweitsprung	1P. B	1,65m	1,60m	1,50m				
	2P. S	1,85m	1,80m	1,70m				
	3P. G	2,05m	2,00m	1,95m				
Steinstossen 5kg	1P. B	10,65m	10,80m	10,10m				
	2P. S	11,25m	11,40m	10,70m				
	3P. G	11,85m	12,00m	11,35m				
Turnen 2.6.6: Hüftaufschwung		B 1 S 2 G 3	B 1 S 2 G 3	B 1 S 2 G 3				

Grp. 3 Schnelligkeit					Leistung	Datum	Prüfer	Pkte.
Laufen 100m	1P. B	18,20sec	18,50sec	18,90sec				
	2P. S	16,50sec	16,80sec	17,20sec				
	3P. G	15,30sec	15,60sec	16,00sec				
Radfahren 200m flg.Start	1P. B	24,00sec	24,50sec	25,00sec				
	2P. S	22,00sec	22,00sec	22,50sec				
	3P. G	19,50sec	19,50sec	20,00sec				
Schwimmen 25m	1P. B	29,50sec	29,00sec	30,00sec				
	2P. S	24,00sec	24,00sec	25,00sec				
	3P. G	18,50sec	18,50sec	19,50sec				
Turnen 3.4.6: Handstütz-Sprungüberschlag		B 1 S 2 G 3	B 1 S 2 G 3	B 1 S 2 G 3				

Grp. 4 Koordination					Leistung	Datum	Prüfer	Pkte.
Hochsprung	1P. B	1,10m	1,10m	1,05m				
	2P. S	1,20m	1,20m	1,15m				
	3P. G	1,30m	1,30m	1,25m				
Schleuderball 1kg	1P. B	23,50m	24,00m	24,00m				
	2P. S	26,50m	27,00m	27,00m				
	3P. G	29,00m	29,50m	29,50m				
Seil: Doppeldurchschlag	1P. B	10	10	10				
	2P. S	15	15	15				
	3P. G	20	20	20				
Turnen 4.7.6: Sprung mit Drehung		B 1 S 2 G 3	B 1 S 2 G 3	B 1 S 2 G 3				
Weitsprung	1P. B	3,40m	3,40m	3,30m				
	2P. S	3,70m	3,70m	3,60m				
	3P. G	4,00m	4,00m	3,90m				

Aus jeder Gruppe ist mindestens eine Disziplin zu erfüllen  
Wertedateien weibl. ab 2018 Stand 06.12.2017

4-7 P. Bronze 8-10 P. Silber 11-12 P. Gold

**Summe:**

Die auf diesem Laufzeit erfasste Person wurde darauf hingewiesen, dass die personenbezogenen Daten zur Abrechnung, für Mitteilungen bezüglich des Deutschen Sportabzeichens und zu statistischen Zwecken in automatisierten Verfahren (Datenverarbeitung) vom DOSB bzw. den Landesverbänden und ihren Untereinrichtungen verarbeitet werden.  
Eine Weitergabe der Daten an Dritte ist ausgeschlossen