

Pool 1										
Test	Sprint 60 m		Stäbelauf		3000m (ab AK 14)		1500m (bis AK 13)			
Einheit	[s,00]		[m:ss,0]		[m:ss]		[m:ss]			
Geschlecht	w	m	w	m	w	m	w	m		
Punkte	AK									
51		8,86	8,68	01:00,4	00:57,4	13:06	11:51	05:29	05:14	
52		8,85	8,66	01:00,3	00:57,3	13:04	11:50	05:28	05:13	
53		8,83	8,64	01:00,2	00:57,2	13:03	11:48	05:27	05:12	
54		8,82	8,62	01:00,1	00:57,1	13:01	11:46	05:26	05:11	
55	AK 15	8,80	8,60	01:00,0	00:57,0	13:00	11:45	05:25	05:10	
56			8,59	00:59,9	00:56,9	12:58	11:43	05:24	05:09	
57		8,79	8,57	00:59,8	00:56,8	12:56	11:41	05:23	05:08	
58		8,78	8,56	00:59,7	00:56,7	12:54	11:39	05:22	05:07	
59			8,55	00:59,6	00:56,6	12:52	11:37	05:21	05:06	
60		8,77	8,53	00:59,5	00:56,5	12:50	11:35	05:20	05:05	
61		8,76	8,52	00:59,4	00:56,4	12:48	11:33	05:19	05:04	
62			8,51	00:59,3	00:56,3	12:46	11:31	05:18	05:03	
63		8,75	8,49	00:59,2	00:56,2	12:44	11:29	05:17	05:02	
64		8,74	8,48	00:59,1	00:56,1	12:42	11:27	05:16	05:01	
65			8,47	00:59,0	00:56,0	12:40	11:25	05:15	05:00	
66		8,73	8,45	00:58,9	00:55,9	12:38	11:23	05:14	04:59	
67		8,72	8,44	00:58,8	00:55,8	12:36	11:21	05:13	04:58	
68			8,43	00:58,7	00:55,7	12:34	11:19	05:12	04:57	
69		8,71	8,41	00:58,6	00:55,6	12:32	11:17	05:11	04:56	
70	AK 16	8,70	8,40	00:58,5	00:55,5	12:30	11:15	05:10	04:55	
71		8,69	8,39	00:58,4	00:55,4	12:29	11:14	05:09	04:54	
72		8,68	8,38	00:58,3	00:55,3	12:27	11:12	05:08	04:53	
73		8,67	8,34	00:58,2	00:55,2	12:26	11:11	05:07	04:52	
74		8,66	8,32	00:58,1	00:55,1	12:24	11:09	05:06	04:51	
75		8,65	8,30	00:58,0	00:55,0	12:23	11:07	05:05	04:50	
76		8,64	8,28	00:57,9	00:54,9	12:21	11:06	05:04	04:49	
77		8,63	8,26	00:57,8	00:54,8	12:20	11:04	05:03	04:48	
78		8,62	8,24	00:57,7	00:54,7	12:18	11:03	05:02	04:47	
79		8,61	8,22	00:57,6	00:54,6	12:16	11:01	05:01	04:46	
80	AK 17	8,60	8,20	00:57,5	00:54,5	12:15	11:00	05:00	04:45	
81		8,59	8,18	00:57,4	00:54,4	12:15	10:59	04:59	04:44	
82		8,57	8,16	00:57,3	00:54,3	12:13	10:58	04:58	04:43	
83		8,56	8,14	00:57,2	00:54,2	12:12	10:56	04:57	04:42	
84		8,54	8,12	00:57,1	00:54,1	12:11	10:55	04:56	04:41	
85		8,53	8,10	00:57,0	00:54,0	12:09	10:54	04:55	04:40	
86		8,51	8,08	00:56,9	00:53,9	12:08	10:53	04:54	04:39	
87		8,50	8,06	00:56,8	00:53,8	12:07	10:51	04:53	04:38	
88		8,48	8,04	00:56,7	00:53,7	12:06	10:50	04:52	04:37	
89		8,47	8,02	00:56,6	00:53,6	12:04	10:49	04:51	04:36	
90		8,45	8,00	00:56,5	00:53,5	12:03	10:48	04:50	04:35	
91		8,44	7,98	00:56,4	00:53,4	12:02	10:46	04:49	04:34	
92		8,42	7,96	00:56,3	00:53,3	12:00	10:45	04:48	04:33	
93		8,40	7,94	00:56,2	00:53,2	11:59	10:44	04:47	04:32	
94		8,39	7,92	00:56,1	00:53,1	11:58	10:43	04:46	04:31	
95		8,37	7,90	00:56,0	00:53,0	11:56	10:41	04:45	04:30	
96		8,36	7,88	00:55,9	00:52,9	11:55	10:40	04:44	04:29	
97		8,34	7,86	00:55,8	00:52,8	11:54	10:39	04:43	04:28	
98		8,33	7,84	00:55,7	00:52,7	11:53	10:37	04:42	04:27	
99		8,31	7,82	00:55,6	00:52,6	11:51	10:36	04:41	04:26	
100		8,30	7,80	00:55,5	00:52,5	11:50	10:35	04:40	04:25	

Pool 2										
Rumpftiefbeuge		Sprunggelenks- beweglichkeit		Rumpfkraft	Hindernislauf		Slackski	Squat Jump		Norm Pool 2
[cm]		[cm]		[m:ss]	[s,0]		[m:ss]	[cm,0]		
w	m	w	m	w/m	w	m	w/m	w	m	
				03:10	40,2	37,3	01:12	30,1	35,7	
	10			03:12	40,0	37,1	01:11	30,3	36,0	
12				03:14	39,9	36,9	01:10	30,6	36,3	
		12		03:16	39,7	36,8	01:09	30,8	36,6	
				03:18	39,6	36,6		31,0	36,9	330
				03:20	39,4	36,4	01:08	31,2	37,1	
				03:22	39,3	36,2	01:07	31,4	37,4	
13	11		12	03:24	39,1	36,0	01:06	31,6	37,7	
				03:26	39,0	35,8	01:05	31,8	38,0	
				03:28	38,8	35,6		32,0	38,3	
				03:30	38,7	35,5	01:04	32,2	38,5	
		13		03:32	38,5	35,3	01:03	32,4	38,8	
14				03:34	38,4	35,1	01:02	32,6	39,1	
	12			03:36	38,2	34,9	01:01	32,8	39,4	
				03:38	38,1	34,7		33,0	39,6	
				03:40	37,9	34,5	01:00	33,2	39,9	
				03:42	37,8	34,3	00:59	33,4	40,2	
15			13	03:44	37,6	34,2	00:58	33,6	40,5	
				03:46	37,5	34,0	00:57	33,8	40,8	
	13			03:48	37,3	33,8		34,0	41,0	420
		14		03:50	37,2	33,6	00:56	34,2	41,3	
				03:52	37,0	33,4	00:55	34,4	41,6	
16				03:54	36,9	33,2	00:54	34,6	41,9	
				03:56	36,7	33,0	00:53	34,8	42,1	
				03:58	36,6	32,9		35,0	42,4	
	14			04:00	36,4	32,7	00:52	35,2	42,7	
				04:02	36,3	32,5	00:51	35,4	43,0	
17			14	04:04	36,1	32,3	00:50	35,6	43,3	
				04:06	36,0	32,1		35,8	43,5	
		15		04:08	35,8	32,0	00:49	36,0	43,8	480
				04:10	35,7	31,9	00:48	36,2	44,1	
	15			04:12	35,6	31,8	00:47	36,4	44,3	
18				04:14	35,5	31,7		36,6	44,6	
				04:16	35,4	31,6	00:46	36,8	44,8	
				04:18	35,3	31,5	00:45	37,0	45,1	
				04:20	35,2	31,4	00:44	37,2	45,3	
				04:22	35,1	31,3		37,4	45,6	
19	16		15	04:24	35,0	31,2	00:43	37,6	45,8	
				04:26	34,9	31,1	00:42	37,8	46,1	
		16		04:28	34,8	31,0	00:41	38,0	46,3	
				04:30	34,7	30,9		38,2	46,6	
				04:32	34,6	30,8	00:40	38,4	46,8	
				04:34	34,5	30,7	00:39	38,6	47,1	
20		17		04:36	34,4	30,6	00:38	38,8	47,3	
				04:38	34,3	30,5		39,0	47,6	
				04:40	34,2	30,4	00:37	39,2	47,8	
				04:42	34,1	30,3	00:36	39,4	48,1	
				04:44	34,0	30,2		39,6	48,3	
			16	04:46	33,9	30,1	00:35	39,8	48,6	
21		17		04:48	33,8	30,0	00:34	40,0	48,8	

Pool 1							Pool 2										
Test	Sprint 60 m		Stäbelauf		3000m (ab AK 14)		Rumpftiefbeuge		Sprunggelenks- beweglichkeit		Rumpfkraft	Hindernislauf		Slackski	Squat Jump		
Einheit	[s.00]		[m:ss.0]		[m:ss]		[cm]		[cm]		[m:ss]	[s.0]		[m:ss]	[cm.0]		
Geschlecht	w	m	w	m	w	m	w	m	w	m	w/m	w	m	w/m	w	m	
Punkte	AK																
101		8,28	7,78	00:55,4	00:52,4	11:49	10:34										
102		8,27	7,76	00:55,3	00:52,3	11:47	10:33		18		04:50	33,7	29,9		40,2	49,1	
103		8,25	7,74	00:55,2	00:52,2	11:46	10:31				04:52	33,6	29,8	00:33	40,4	49,3	
104		8,24	7,72	00:55,1	00:52,1	11:45	10:30				04:54	33,5	29,7	00:32	40,6	49,6	
105		8,22	7,70	00:55,0	00:52,0	11:43	10:29				04:56	33,4	29,6		40,8	49,8	
106		8,21	7,68	00:54,9	00:51,9	11:42	10:28		22		04:58	33,3	29,5	00:31	41,0	50,1	
107		8,19	7,66	00:54,8	00:51,8	11:41	10:26				05:00	33,2	29,4	00:30	41,2	50,3	
108		8,18	7,64	00:54,7	00:51,7	11:40	10:25				05:02	33,1	29,3		41,4	50,6	
109		8,16	7,62	00:54,6	00:51,6	11:38	10:24		19		05:04	33,0	29,2	00:29	41,6	50,8	
110		8,15	7,60	00:54,5	00:51,5	11:37	10:23				05:06	32,9	29,1		41,8	51,1	
111		8,13	7,59	00:54,4	00:51,4	11:36	10:21			18	17	05:08	32,8	29,0	00:28	42,0	51,3
112		8,12	7,57	00:54,3	00:51,3	11:34	10:20		23		05:10	32,7	28,9		42,2	51,6	
113		8,10	7,56	00:54,2	00:51,2	11:33	10:19				05:12	32,6	28,8	00:27	42,4	51,8	
114		8,09	7,54	00:54,1	00:51,1	11:32	10:18				05:14	32,5	28,7		42,6	52,1	
115		8,07	7,53	00:54,0	00:51,0	11:30	10:16				05:16	32,4	28,6	00:26	42,8	52,3	
116		8,06	7,51	00:53,9	00:50,9	11:29	10:15		20		05:18	32,3	28,5		43,0	52,6	
117		8,04	7,50	00:53,8	00:50,8	11:28	10:14				05:20	32,2	28,4	00:25	43,2	52,8	
118		8,03	7,48	00:53,7	00:50,7	11:27	10:13				05:21	32,1	28,3		43,4	53,1	
119		8,01	7,47	00:53,6	00:50,6	11:25	10:11		24		05:23	32,0	28,2		43,6	53,3	
120		8,00	7,45	00:53,5	00:50,5	11:24	10:10				05:24	31,9	28,1	00:24	43,8	53,6	
121		7,98	7,44	00:53,4	00:50,4	11:23	10:09				05:25	31,8	28,0		44,0	53,8	
122		7,97	7,42	00:53,3	00:50,3	11:21	10:08				05:27	31,7	27,9		44,2	54,1	
123		7,95	7,41	00:53,2	00:50,2	11:20	10:07		21		05:28	31,6	27,8	00:23	44,4	54,3	
124		7,94	7,39	00:53,1	00:50,1	11:19	10:06			19		05:29	31,5	27,7		44,6	54,6
125		7,92	7,38	00:53,0	00:50,0	11:18	10:05				05:29	31,5	27,7		44,8	54,8	
126		7,91	7,36	00:52,9	00:49,9	11:16	10:04				05:30	31,4	27,6		45,0	55,1	
127		7,89	7,35	00:52,8	00:49,8	11:15	10:03		25		05:32	31,3	27,5	00:22	45,2	55,3	
128		7,88	7,33	00:52,7	00:49,7	11:14	10:02				05:33	31,2	27,4		45,4	55,6	
129		7,86	7,32	00:52,6	00:49,6	11:12	10:01				05:34	31,1	27,3		45,6	55,8	
130		7,85	7,30	00:52,5	00:49,5	11:11	10:00				05:35	31,0	27,2	00:21	45,8	56,1	
131		7,83	7,29	00:52,4	00:49,4	11:10	09:59		22		05:36	30,9	27,1		46,0	56,3	
132		7,82	7,27	00:52,3	00:49,3	11:08	09:58				05:38	30,8	27,0		46,2	56,6	
133		7,80	7,26	00:52,2	00:49,2	11:07	09:57				05:39	30,7	26,9		46,4	56,8	
134		7,79	7,24	00:52,1	00:49,1	11:06	09:56				05:40	30,6	26,8	00:20	46,6	57,1	
135		7,77	7,23	00:52,0	00:49,0	11:05	09:55				05:41	30,5	26,7		46,8	57,3	
136		7,76	7,21	00:51,9	00:48,9	11:03	09:54				05:42	30,4	26,6		47,0	57,6	
137		7,74	7,20	00:51,8	00:48,8	11:02	09:53		23	20	05:43	30,3	26,5		47,2	57,8	
138		7,73	7,18	00:51,7	00:48,7	11:01	09:52				05:44	30,2	26,4	00:19	47,4	58,1	
139		7,71	7,17	00:51,6	00:48,6	10:59	09:51				05:46	30,1	26,3		47,6	58,3	
140		7,70	7,15	00:51,5	00:48,5	10:58	09:50				05:47	30,0	26,2		47,8	58,6	
141		7,68	7,14	00:51,4	00:48,4	10:57	09:49		27		05:48	29,9	26,1		48,0	58,8	
142		7,67	7,12	00:51,3	00:48,3	10:55	09:48				05:49	29,8	26,0	00:18	48,2	59,1	
143		7,65	7,11	00:51,2	00:48,2	10:54	09:47				05:50	29,7	25,9		48,4	59,3	
144		7,64	7,09	00:51,1	00:48,1	10:53	09:46				05:51	29,6	25,8		48,6	59,6	
145		7,62	7,08	00:51,0	00:48,0	10:52	09:45		24		05:52	29,5	25,7		48,8	59,8	
146		7,61	7,06	00:50,9	00:47,9	10:50	09:44				05:53	29,4	25,6		49,0	60,1	
147		7,59	7,05	00:50,8	00:47,8	10:49	09:43				05:54	29,3	25,5	00:17	49,2	60,3	
148		7,58	7,03	00:50,7	00:47,7	10:48	09:42		28		05:55	29,2	25,4		49,4	60,6	
149		7,56	7,02	00:50,6	00:47,6	10:46	09:41				05:56	29,1	25,3		49,6	60,8	
150		7,55	7,00	00:50,5	00:47,5	10:45	09:40				05:57	29,0	25,2		49,8	61,1	
									25	21	06:00	28,8	25,0	00:16	50,0	61,3	