

Einzelprüfkarte

Frauen	AK 18-19
---------------	-----------------

Sportabzeichen / Urkunde	
beantragen (bitte ankreuzen)	
JA	NEIN

Nachname _____ Vorname _____ Geburtsdatum _____

Straße _____ PLZ/Ort/Land _____

Studentin TU BS: Beschäftigte TU BS: Alumni TU BS:

Telefon/Email _____

Alter das im Kalenderjahr erreicht wird: Geschlecht (w/m):

Jahr der Prüfung: Jahr der letzten Prüfung:

Ident-Nr. (siehe Urkunde, falls vorhanden) _____ Anzahl der bisher beurkundeten Sportabzeichen (kumulativer Aspekt):

Bronze	Silber	Gold
--------	--------	------

Unterschrift Prüfer/Abnehmer _____

Ausdauer						
3000 m Lauf	(in Min., Sek.)	Wert		22:00	20:00	18:00

Kraft						
Medizinball	(2 kg in m, cm)	Wert		7,50	8,00	8,75
Standweitsprung	(in m, cm)	Wert		1,65	1,85	2,05
Kugelstoßen	(4 kg in m, cm)	Wert		6,50	7,00	7,50

Schnelligkeit						
100 m Lauf	(in Sek., 1/10 Sek.)	Wert		18,20	16,50	15,30

Koordination						
Hochsprung	(in m, cm)	Wert		1,10	1,20	1,30
Weitsprung	(in m, cm)	Wert		3,40	3,70	4,00
Schleuderball	(in m, cm)	Wert		23,50	26,50	29,00
Seilspringen	Übung: Doppeldurchschlag mit oder ohne Zwischensprung	Anzahl		10,00	15,00	20,00

Bitte diese Karte am Ende der Veranstaltung am Infostand abgeben!

Einzelprüfkarte

Frauen	AK 20-24
---------------	-----------------

Sportabzeichen / Urkunde	
Sportabzeichen (bitte ankreuzen)	
JA	NEIN

Nachname _____ Vorname _____ Geburtsdatum _____

Straße _____ PLZ/Ort/Land _____

Studentin TU BS: Beschäftigte TU BS: Alumni TU BS:

Telefon/Email _____

Alter das im Kalenderjahr erreicht wird: Geschlecht (w/m):

Jahr der Prüfung: Jahr der letzten Prüfung:

Ident-Nr. (siehe Urkunde, falls vorhanden) _____ Anzahl der bisher beurkundeten Sportabzeichen (kumulativer Aspekt):

Bronze	Silber	Gold
--------	--------	------

Unterschrift Prüfer/Abnehmer _____

Ausdauer						
3000 m Lauf	(in Min., Sek.)	Wert		21:50	19:50	17:50

Kraft						
Medizinball	(2 kg in m, cm)	Wert		7,25	8,00	8,50
Standweitsprung	(in m, cm)	Wert		1,60	1,80	2,00
Kugelstoßen	(4 kg in m, cm)	Wert		6,50	7,00	7,50

Schnelligkeit						
100 m Lauf	(in Sek., 1/10 Sek.)	Wert		18,50	16,80	15,60

Koordination						
Hochsprung	(in m, cm)	Wert		1,10	1,20	1,30
Weitsprung	(in m, cm)	Wert		3,40	3,70	4,00
Schleuderball	(in m, cm)	Wert		24,00	27,00	29,50
Seilspringen	Übung: Doppeldurchschlag mit oder ohne Zwischensprung	Anzahl		10,00	15,00	20,00

Bitte diese Karte am Ende der Veranstaltung am Infostand abgeben!

Einzelprüfkarte

Frauen	AK 25-29
---------------	-----------------

Sportabzeichen / Urkunde	
Sportabzeichen (bitte ankreuzen)	
JA	NEIN

Nachname _____ Vorname _____ Geburtsdatum _____

Straße _____ PLZ/Ort/Land _____

Studentin TU BS: Beschäftigte TU BS: Alumni TU BS:

Telefon/Email _____

Alter das im Kalenderjahr erreicht wird: Geschlecht (w/m):

Jahr der Prüfung: Jahr der letzten Prüfung:

Ident-Nr. (siehe Urkunde, falls vorhanden) _____ Anzahl der bisher beurkundeten Sportabzeichen (kumulativer Aspekt):

Bronze	Silber	Gold
--------	--------	------

Unterschrift Prüfer/Abnehmer _____

Ausdauer						
3000 m Lauf	(in Min., Sek.)	Wert		22:00	19:50	18:00

Kraft						
Medizinball	(2 kg in m, cm)	Wert		7,00	7,75	8,50
Standweitsprung	(in m, cm)	Wert		1,50	1,70	1,95
Kugelstoßen	(4 kg in m, cm)	Wert		6,50	7,00	7,50

Schnelligkeit						
100 m Lauf	(in Sek., 1/10 Sek.)	Wert		18,90	17,20	16,00

Koordination						
Hochsprung	(in m, cm)	Wert		1,05	1,15	1,25
Weitsprung	(in m, cm)	Wert		3,30	3,60	3,90
Schleuderball	(in m, cm)	Wert		24,00	27,00	29,50
Seilspringen	Übung: Doppeldurchschlag mit oder ohne Zwischensprung	Anzahl		10,00	15,00	20,00

Bitte diese Karte am Ende der Veranstaltung am Infostand abgeben!

Einzelprüfkarte

Frauen	AK 30-34
---------------	-----------------

Sportabzeichen / Urkunde	
Sportabzeichen (bitte ankreuzen)	
JA	NEIN

Nachname _____ Vorname _____ Geburtsdatum _____

Straße _____ PLZ/Ort/Land _____

Studentin TU BS: Beschäftigte TU BS: Alumni TU BS:

Telefon/Email _____

Alter das im Kalenderjahr erreicht wird: Geschlecht (w/m):

Jahr der Prüfung: Jahr der letzten Prüfung:

Ident-Nr. (siehe Urkunde, falls vorhanden) _____ Anzahl der bisher beurkundeten Sportabzeichen (kumulativer Aspekt):

Bronze	Silber	Gold
--------	--------	------

Unterschrift Prüfer/Abnehmer _____

Ausdauer						
3000 m Lauf	(in Min., Sek.)	Wert		22:20	20:10	18:10

Kraft						
Medizinball	(2 kg in m, cm)	Wert		6,50	7,50	8,25
Standweitsprung	(in m, cm)	Wert		1,35	1,60	1,85
Kugelstoßen	(4 kg in m, cm)	Wert		6,25	6,75	7,25

Schnelligkeit						
100 m Lauf	(in Sek., 1/10 Sek.)	Wert		19,60	17,80	16,40

Koordination						
Hochsprung	(in m, cm)	Wert		1,00	1,10	1,20
Weitsprung	(in m, cm)	Wert		3,20	3,50	3,80
Schleuderball	(in m, cm)	Wert		22,00	25,00	27,50
Seilspringen	Übung: Kreuzdurchschlag ohne Zwischensprung	Anzahl		10,00	15,00	20,00

Bitte diese Karte am Ende der Veranstaltung am Infostand abgeben!

Einzelprüfkarte

Frauen	AK 35-39
---------------	-----------------

Sportabzeichen / Urkunde	
Sportabzeichen (bitte ankreuzen)	
JA	NEIN

Nachname _____ Vorname _____ Geburtsdatum _____

Straße _____ PLZ/Ort/Land _____

Studentin TU BS: Beschäftigte TU BS: Alumni TU BS:

Telefon/Email _____

Alter das im Kalenderjahr erreicht wird: Geschlecht (w/m):

Jahr der Prüfung: Jahr der letzten Prüfung:

Ident-Nr. (siehe Urkunde, falls vorhanden) _____ Anzahl der bisher beurkundeten Sportabzeichen (kumulativer Aspekt):

Bronze	Silber	Gold
--------	--------	------

Unterschrift Prüfer/Abnehmer _____

Ausdauer						
3000 m Lauf	(in Min., Sek.)	Wert		23:10	20:30	18:20

Kraft						
Medizinball	(2 kg in m, cm)	Wert		6,00	7,25	8,25
Standweitsprung	(in m, cm)	Wert		1,25	1,50	1,80
Kugelstoßen	(4 kg in m, cm)	Wert		6,00	6,50	7,00

Schnelligkeit						
100 m Lauf	(in Sek., 1/10 Sek.)	Wert		20,40	18,60	17,00

Koordination						
Hochsprung	(in m, cm)	Wert		0,95	1,05	1,15
Weitsprung	(in m, cm)	Wert		3,10	3,40	3,70
Schleuderball	(in m, cm)	Wert		21,00	24,00	26,50
Seilspringen	Übung: Kreuzdurchschlag ohne Zwischensprung	Anzahl		10,00	15,00	20,00

Bitte diese Karte am Ende der Veranstaltung am Infostand abgeben!

Einzelprüfkarte

Frauen	AK 40-44
---------------	-----------------

Sportabzeichen / Urkunde	
Sportabzeichen (bitte ankreuzen)	
JA	NEIN

Nachname _____ Vorname _____ Geburtsdatum _____

Straße _____ PLZ/Ort/Land _____

Studentin TU BS: Beschäftigte TU BS: Alumni TU BS:

Telefon/Email _____

Alter das im Kalenderjahr erreicht wird: Geschlecht (w/m):

Jahr der Prüfung: Jahr der letzten Prüfung:

Ident-Nr. (siehe Urkunde, falls vorhanden) _____ Anzahl der bisher beurkundeten Sportabzeichen (kumulativer Aspekt):

Bronze	Silber	Gold
--------	--------	------

Unterschrift Prüfer/Abnehmer _____

Ausdauer						
3000 m Lauf	(in Min., Sek.)	Wert		24:00	21:00	18:30

Kraft						
Medizinball	(2 kg in m, cm)	Wert		5,25	6,75	8,25
Standweitsprung	(in m, cm)	Wert		1,15	1,40	1,65
Kugelstoßen	(4 kg in m, cm)	Wert		5,50	6,00	6,50

Schnelligkeit						
50 m Lauf	(in Sek., 1/10 Sek.)	Wert		11,00	9,90	8,80

Koordination						
Hochsprung	(in m, cm)	Wert		0,90	1,00	1,10
Weitsprung	(in m, cm)	Wert		3,00	3,30	3,60
Schleuderball	(in m, cm)	Wert		19,50	22,50	25,00
Seilspringen	Übung: Laufschrift, Jogging Step ohne Zwischensprung	Anzahl		20,00	30,00	40,00

Bitte diese Karte am Ende der Veranstaltung am Infostand abgeben!

Einzelprüfkarte

Frauen	AK 45-49
---------------	-----------------

Sportabzeichen / Urkunde	
Sportabzeichen (bitte ankreuzen)	
JA	NEIN

Nachname _____ Vorname _____ Geburtsdatum _____

Straße _____ PLZ/Ort/Land _____

Studentin TU BS: Beschäftigte TU BS: Alumni TU BS:

Telefon/Email _____

Alter das im Kalenderjahr erreicht wird: Geschlecht (w/m):

Jahr der Prüfung: Jahr der letzten Prüfung:

Ident-Nr. (siehe Urkunde, falls vorhanden) _____ Anzahl der bisher beurkundeten Sportabzeichen (kumulativer Aspekt):

Bronze	Silber	Gold
--------	--------	------

Unterschrift Prüfer/Abnehmer _____

Ausdauer						
	(in Min., Sek.)	Wert				
3000 m Lauf			<table style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td style="width: 33%; background-color: #f4a460;">24:40</td> <td style="width: 33%; background-color: #a9a9a9;">21:30</td> <td style="width: 33%; background-color: #ffff00;">18:50</td> </tr> </table>	24:40	21:30	18:50
24:40	21:30	18:50				

Kraft						
	(in m, cm)	Wert				
Medizinball	(2 kg in m, cm)		<table style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td style="width: 33%; background-color: #f4a460;">4,75</td> <td style="width: 33%; background-color: #a9a9a9;">6,50</td> <td style="width: 33%; background-color: #ffff00;">8,00</td> </tr> </table>	4,75	6,50	8,00
4,75	6,50	8,00				
Standweitsprung	(in m, cm)		<table style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td style="width: 33%; background-color: #f4a460;">1,10</td> <td style="width: 33%; background-color: #a9a9a9;">1,35</td> <td style="width: 33%; background-color: #ffff00;">1,60</td> </tr> </table>	1,10	1,35	1,60
1,10	1,35	1,60				
Kugelstoßen	(4 kg in m, cm)		<table style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td style="width: 33%; background-color: #f4a460;">5,25</td> <td style="width: 33%; background-color: #a9a9a9;">5,75</td> <td style="width: 33%; background-color: #ffff00;">6,25</td> </tr> </table>	5,25	5,75	6,25
5,25	5,75	6,25				

Schnelligkeit						
	(in Sek., 1/10 Sek.)	Wert				
50 m Lauf			<table style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td style="width: 33%; background-color: #f4a460;">11,50</td> <td style="width: 33%; background-color: #a9a9a9;">10,30</td> <td style="width: 33%; background-color: #ffff00;">9,10</td> </tr> </table>	11,50	10,30	9,10
11,50	10,30	9,10				

Koordination						
	(in m, cm)	Wert				
Hochsprung	(in m, cm)		<table style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td style="width: 33%; background-color: #f4a460;">0,90</td> <td style="width: 33%; background-color: #a9a9a9;">1,00</td> <td style="width: 33%; background-color: #ffff00;">1,10</td> </tr> </table>	0,90	1,00	1,10
0,90	1,00	1,10				
Weitsprung	(in m, cm)		<table style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td style="width: 33%; background-color: #f4a460;">2,80</td> <td style="width: 33%; background-color: #a9a9a9;">3,20</td> <td style="width: 33%; background-color: #ffff00;">3,50</td> </tr> </table>	2,80	3,20	3,50
2,80	3,20	3,50				
Schleuderball	(in m, cm)		<table style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td style="width: 33%; background-color: #f4a460;">18,50</td> <td style="width: 33%; background-color: #a9a9a9;">21,50</td> <td style="width: 33%; background-color: #ffff00;">24,00</td> </tr> </table>	18,50	21,50	24,00
18,50	21,50	24,00				
Seilspringen	Übung: Laufschrift, Jogging Step ohne Zwischensprung	Anzahl	<table style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td style="width: 33%; background-color: #f4a460;">20,00</td> <td style="width: 33%; background-color: #a9a9a9;">30,00</td> <td style="width: 33%; background-color: #ffff00;">40,00</td> </tr> </table>	20,00	30,00	40,00
20,00	30,00	40,00				

Bitte diese Karte am Ende der Veranstaltung am Infostand abgeben!

Einzelprüfkarte

Frauen	AK 50-54
---------------	-----------------

Sportabzeichen / Urkunde	
Sportabzeichen (bitte ankreuzen)	
JA	NEIN

Nachname _____ Vorname _____ Geburtsdatum _____

Straße _____ PLZ/Ort/Land _____

Studentin TU BS: Beschäftigte TU BS: Alumni TU BS:

Telefon/Email _____

Alter das im Kalenderjahr erreicht wird: Geschlecht (w/m):

Jahr der Prüfung: Jahr der letzten Prüfung:

Ident-Nr. (siehe Urkunde, falls vorhanden) _____ Anzahl der bisher beurkundeten Sportabzeichen (kumulativer Aspekt):

Bronze	Silber	Gold
--------	--------	------

Unterschrift Prüfer/Abnehmer _____

Ausdauer						
3000 m Lauf	(in Min., Sek.)	Wert		25:10	22:10	19:10

Kraft						
Medizinball	(2 kg in m, cm)	Wert		4,25	6,00	7,75
Standweitsprung	(in m, cm)	Wert		1,00	1,25	1,50
Kugelstoßen	(3 kg in m, cm)	Wert		5,25	6,00	7,00

Schnelligkeit						
50 m Lauf	(in Sek., 1/10 Sek.)	Wert		11,90	10,70	9,50

Koordination						
Hochsprung	(in m, cm)	Wert		0,85	0,95	1,05
Weitsprung	(in m, cm)	Wert		2,60	3,00	3,40
Schleuderball	(in m, cm)	Wert		16,50	20,00	23,00
Seilspringen	Übung: Grundsprung rückwärts ohne Zwischensprung	Anzahl		10,00	20,00	30,00

Bitte diese Karte am Ende der Veranstaltung am Infostand abgeben!

Einzelprüfkarte

Frauen	AK 55-59
---------------	-----------------

Sportabzeichen / Urkunde	
Sportabzeichen (bitte ankreuzen)	
JA	NEIN

Nachname _____ Vorname _____ Geburtsdatum _____

Straße _____ PLZ/Ort/Land _____

Studentin TU BS: Beschäftigte TU BS: Alumni TU BS:

Telefon/Email _____

Alter das im Kalenderjahr erreicht wird: Geschlecht (w/m):

Jahr der Prüfung: Jahr der letzten Prüfung:

Ident-Nr. (siehe Urkunde, falls vorhanden) _____ Anzahl der bisher beurkundeten Sportabzeichen (kumulativer Aspekt):

Bronze	Silber	Gold
--------	--------	------

Unterschrift Prüfer/Abnehmer _____

Ausdauer						
3000 m Lauf	(in Min., Sek.)	Wert		25:50	22:50	19:50

Kraft						
Medizinball	(2 kg in m, cm)	Wert		4,00	5,75	7,50
Standweitsprung	(in m, cm)	Wert		0,95	1,20	1,45
Kugelstoßen	(3 kg in m, cm)	Wert		5,00	5,75	6,50

Schnelligkeit						
50 m Lauf	(in Sek., 1/10 Sek.)	Wert		12,40	11,20	9,90

Koordination						
Hochsprung	(in m, cm)	Wert		0,80	0,90	1,00
Weitsprung	(in m, cm)	Wert		2,50	2,90	3,30
Schleuderball	(in m, cm)	Wert		15,50	19,00	22,00
Seilspringen	Übung: Grundsprung rückwärts ohne Zwischensprung	Anzahl		10,00	20,00	30,00

Bitte diese Karte am Ende der Veranstaltung am Infostand abgeben!

Einzelprüfkarte

Frauen	AK 60-64
---------------	-----------------

Sportabzeichen / Urkunde	
Sportabzeichen (bitte ankreuzen)	
JA	NEIN

Nachname _____ Vorname _____ Geburtsdatum _____

Straße _____ PLZ/Ort/Land _____

Studentin TU BS: Beschäftigte TU BS: Alumni TU BS:

Telefon/Email _____

Alter das im Kalenderjahr erreicht wird: Geschlecht (w/m):

Jahr der Prüfung: Jahr der letzten Prüfung:

Ident-Nr. (siehe Urkunde, falls vorhanden) _____ Anzahl der bisher beurkundeten Sportabzeichen (kumulativer Aspekt):

Bronze	Silber	Gold
--------	--------	------

Unterschrift Prüfer/Abnehmer _____

Ausdauer			
3000 m Lauf (in Min., Sek.)	Wert		26:30
			23:30
			20:30

Kraft			
Medizinball (2 kg in m, cm)	Wert		3,75
			5,50
			7,25
Standweitsprung (in m, cm)	Wert		0,95
			1,20
			1,45
Kugelstoßen (3 kg in m, cm)	Wert		4,75
			5,50
			6,25

Schnelligkeit			
50 m Lauf (in Sek., 1/10 Sek.)	Wert		12,60
			11,40
			10,20

Koordination			
Hochsprung (in m, cm)	Wert		0,75
			0,85
			0,95
Weitsprung (in m, cm)	Wert		2,40
			2,80
			3,20
Schleuderball (in m, cm)	Wert		14,50
			18,00
			21,00
Seilspringen Übung: Grundsprung vorwärts ohne Zwischensprung	Anzahl		10,00
			20,00
			30,00

Bitte diese Karte am Ende der Veranstaltung am Infostand abgeben!

Einzelprüfkarte

Frauen	AK 65-69
---------------	-----------------

Sportabzeichen / Urkunde	
Sportabzeichen (bitte ankreuzen)	
JA	NEIN

Nachname _____ Vorname _____ Geburtsdatum _____

Straße _____ PLZ/Ort/Land _____

Studentin TU BS: Beschäftigte TU BS: Alumni TU BS:

Telefon/Email _____

Alter das im Kalenderjahr erreicht wird: Geschlecht (w/m):

Jahr der Prüfung: Jahr der letzten Prüfung:

Ident-Nr. (siehe Urkunde, falls vorhanden) _____ Anzahl der bisher beurkundeten Sportabzeichen (kumulativer Aspekt):

Bronze	Silber	Gold
--------	--------	------

Unterschrift Prüfer/Abnehmer _____

Ausdauer						
3000 m Lauf	(in Min., Sek.)	Wert		27:10	24:10	21:10

Kraft						
Medizinball	(2 kg in m, cm)	Wert		3,50	5,25	7,00
Standweitsprung	(in m, cm)	Wert		0,90	1,15	1,40
Kugelstoßen	(3 kg in m, cm)	Wert		4,50	5,25	6,25

Schnelligkeit						
50 m Lauf	(in Sek., 1/10 Sek.)	Wert		12,80	11,60	10,40

Koordination						
Hochsprung	(in m, cm)	Wert		0,75	0,85	0,95
Weitsprung	(in m, cm)	Wert		2,30	2,70	3,10
Schleuderball	(in m, cm)	Wert		13,50	17,00	20,00
Seilspringen	Übung: Grundsprung vorwärts ohne Zwischensprung	Anzahl		10,00	20,00	30,00

Bitte diese Karte am Ende der Veranstaltung am Infostand abgeben!

Einzelprüfkarte

Frauen	AK 70-74
---------------	-----------------

Sportabzeichen / Urkunde	
Sportabzeichen (bitte ankreuzen)	
JA	NEIN

Nachname _____ Vorname _____ Geburtsdatum _____

Straße _____ PLZ/Ort/Land _____

Telefon/Email _____ Studentin TU BS: Beschäftigte TU BS: Alumni TU BS:

Alter das im Kalenderjahr erreicht wird: Geschlecht (w/m):

Jahr der Prüfung: Jahr der letzten Prüfung:

Ident-Nr. (siehe Urkunde, falls vorhanden) _____ Anzahl der bisher beurkundeten Sportabzeichen (kumulativer Aspekt):

Bronze	Silber	Gold
--------	--------	------

Unterschrift Prüfer/Abnehmer _____

Ausdauer						
3000 m Lauf	(in Min., Sek.)	Wert		27:40	24:40	21:40

Kraft						
Medizinball	(2 kg in m, cm)	Wert		3,25	5,00	6,75
Standweitsprung	(in m, cm)	Wert		0,90	1,15	1,35
Kugelstoßen	(3 kg in m, cm)	Wert		4,25	5,00	6,00

Schnelligkeit						
50 m Lauf	(in Sek., 1/10 Sek.)	Wert		13,00	11,80	10,60

Koordination						
Hochsprung	(in m, cm)	Wert		0,70	0,80	0,90
Weitsprung	(in m, cm)	Wert		2,10	2,50	2,90
Schleuderball	(in m, cm)	Wert		13,00	16,50	19,50
Seilspringen	Übung: Grundsprung vorwärts mit oder ohne Zwischensprung ODER Galoppschritt	Anzahl		8,00	14,00	18,00

Bitte diese Karte am Ende der Veranstaltung am Infostand abgeben!

Einzelprüfkarte

Frauen	AK 75-79
---------------	-----------------

Sportabzeichen / Urkunde	
Sportabzeichen (bitte ankreuzen)	
JA	NEIN

Nachname _____ Vorname _____ Geburtsdatum _____

Straße _____ PLZ/Ort/Land _____

Telefon/Email _____ Studentin TU BS: Beschäftigte TU BS: Alumni TU BS:

Alter das im Kalenderjahr erreicht wird: Geschlecht (w/m):

Jahr der Prüfung: Jahr der letzten Prüfung:

Ident-Nr. (siehe Urkunde, falls vorhanden) _____ Anzahl der bisher beurkundeten Sportabzeichen (kumulativer Aspekt):

Bronze	Silber	Gold
--------	--------	------

Unterschrift Prüfer/Abnehmer _____

Ausdauer						
3000 m Lauf	(in Min., Sek.)	Wert		28:30	25:20	22:30

Kraft						
Medizinball	(2 kg in m, cm)	Wert		3,25	4,75	6,50
Standweitsprung	(in m, cm)	Wert		0,90	1,15	1,35
Kugelstoßen	(2 kg in m, cm)	Wert		4,25	5,25	6,25

Schnelligkeit						
30 m Lauf	(in Sek., 1/10 Sek.)	Wert		8,30	7,50	6,60

Koordination						
Hochsprung	(in m, cm)	Wert		0,65	0,75	0,85
Weitsprung	(in m, cm)	Wert		1,80	2,20	2,60
Schleuderball	(in m, cm)	Wert		12,00	15,50	18,50
Seilspringen	Übung: Grundsprung vorwärts mit oder ohne Zwischensprung ODER Galoppschritt	Anzahl		8,00	14,00	18,00

Bitte diese Karte am Ende der Veranstaltung am Infostand abgeben!

Einzelprüfkarte

Frauen	AK 80-84
---------------	-----------------

Sportabzeichen / Urkunde	
Sportabzeichen (bitte ankreuzen)	
JA	NEIN

Nachname _____ Vorname _____ Geburtsdatum _____

Straße _____ PLZ/Ort/Land _____

Studentin TU BS: Beschäftigte TU BS: Alumni TU BS:

Telefon/Email _____

Alter das im Kalenderjahr erreicht wird: Geschlecht (w/m):

Jahr der Prüfung: Jahr der letzten Prüfung:

Ident-Nr. (siehe Urkunde, falls vorhanden) _____ Anzahl der bisher beurkundeten Sportabzeichen (kumulativer Aspekt):

Bronze	Silber	Gold
--------	--------	------

Unterschrift Prüfer/Abnehmer _____

Ausdauer						
3000 m Lauf	(in Min., Sek.)	Wert		29:40	26:40	23:40

Kraft						
Medizinball	(2 kg in m, cm)	Wert		3,00	4,75	6,25
Standweitsprung	(in m, cm)	Wert		0,90	1,10	1,30
Kugelstoßen	(2 kg in m, cm)	Wert		4,00	5,00	5,75

Schnelligkeit						
30 m Lauf	(in Sek., 1/10 Sek.)	Wert		8,80	7,90	7,10

Koordination						
Hochsprung	(in m, cm)	Wert		0,65	0,75	0,85
Weitsprung	(in m, cm)	Wert		1,60	2,00	2,40
Schleuderball	(in m, cm)	Wert		11,00	14,50	17,50
Seilspringen	Übung: Grundsprung vorwärts mit oder ohne Zwischensprung ODER Galoppschritt	Anzahl		6,00	10,00	12,00

Bitte diese Karte am Ende der Veranstaltung am Infostand abgeben!

Einzelprüfkarte

Frauen	AK 85-89
---------------	-----------------

Sportabzeichen / Urkunde	
Sportabzeichen (bitte ankreuzen)	
JA	NEIN

Nachname _____ Vorname _____ Geburtsdatum _____

Straße _____ PLZ/Ort/Land _____

Studentin TU BS: Beschäftigte TU BS: Alumni TU BS:

Telefon/Email _____

Alter das im Kalenderjahr erreicht wird: Geschlecht (w/m):

Jahr der Prüfung: Jahr der letzten Prüfung:

Ident-Nr. (siehe Urkunde, falls vorhanden) _____ Anzahl der bisher beurkundeten Sportabzeichen (kumulativer Aspekt):

Bronze	Silber	Gold
--------	--------	------

Unterschrift Prüfer/Abnehmer _____

Ausdauer				Bronze	Silber	Gold
3000 m Lauf	(in Min., Sek.)	Wert		31:00	27:50	25:00

Kraft				Bronze	Silber	Gold
Medizinball	(2 kg in m, cm)	Wert		3,00	4,50	6,00
Standweitsprung	(in m, cm)	Wert		0,85	1,05	1,25
Kugelstoßen	(2 kg in m, cm)	Wert		3,75	4,50	5,50

Schnelligkeit				Bronze	Silber	Gold
30 m Lauf	(in Sek., 1/10 Sek.)	Wert		9,50	8,60	7,70

Koordination				Bronze	Silber	Gold
Hochsprung	(in m, cm)	Wert		0,60	0,70	0,80
Weitsprung	(in m, cm)	Wert		1,30	1,70	2,10
Schleuderball	(in m, cm)	Wert		9,50	13,00	16,00
Seilspringen	Übung: Grundsprung vorwärts mit oder ohne Zwischensprung ODER Galoppschritt	Anzahl		6,00	10,00	12,00

Bitte diese Karte am Ende der Veranstaltung am Infostand abgeben!

Einzelprüfkarte

Frauen	AK ab 90
---------------	-----------------

Sportabzeichen / Urkunde	
Sportabzeichen (bitte ankreuzen)	
JA	NEIN

Nachname _____ Vorname _____ Geburtsdatum _____

Straße _____ PLZ/Ort/Land _____

Studentin TU BS: Beschäftigte TU BS: Alumni TU BS:

Telefon/Email _____

Alter das im Kalenderjahr erreicht wird: Geschlecht (w/m):

Jahr der Prüfung: Jahr der letzten Prüfung:

Ident-Nr. (siehe Urkunde, falls vorhanden) _____ Anzahl der bisher beurkundeten Sportabzeichen (kumulativer Aspekt):

Bronze	Silber	Gold
--------	--------	------

Unterschrift Prüfer/Abnehmer _____

Ausdauer						
3000 m Lauf	(in Min., Sek.)	Wert		32:30	29:30	26:30

Kraft						
Medizinball	(2 kg in m, cm)	Wert		2,75	4,25	5,50
Standweitsprung	(in m, cm)	Wert		0,80	1,00	1,20
Kugelstoßen	(2 kg in m, cm)	Wert		3,25	4,25	5,00

Schnelligkeit						
30 m Lauf	(in Sek., 1/10 Sek.)	Wert		10,40	9,50	8,60

Koordination						
Hochsprung	(in m, cm)	Wert		0,60	0,65	0,70
Weitsprung	(in m, cm)	Wert		1,10	1,50	1,90
Schleuderball	(in m, cm)	Wert		7,50	11,00	14,00
Seilspringen	Übung: Grundsprung vorwärts mit oder ohne Zwischensprung ODER Galoppschritt	Anzahl		4,00	6,00	8,00

Bitte diese Karte am Ende der Veranstaltung am Infostand abgeben!