



Bayer. Sport-Leistungs-Abzeichen für Frauen ab 01.01.2008

Gr.	Sportart	ab 18			ab 30			ab 40			ab 45			ab 50			ab 55			ab 60			ab 65			ab 70			ab 75			ab 80					
		Bronze	Silber	Gold	Br	Si	Go	Br	Si	Go	Br	Si	Go	Br	Si	Go	Br	Si	Go	Br	Si	Go	Br	Si	Go	Br	Si	Go	Br	Si	Go						
I	Schwimmen	100 m			100 m			100 m			100 m			100 m			100 m			100 m			100 m			100 m			100 m			100 m					
		3:20	2:55	2:30	3:45	3:15	2:45	4:15	3:45	3:15	4:30	4:00	3:30	4:45	4:15	3:45	5:00	4:30	4:00	5:15	4:45	4:15	5:30	5:00	4:30	5:45	5:15	4:45	6:00	5:30	5:00	6:15	5:45	5:15			
II	Hochsprung	1,10	1,20	1,30	1,05	1,15	1,25	1,00	1,05	1,10	0,95	1,00	1,05	0,90	0,95	1,00	0,85	0,90	0,95	0,80	0,85	0,90	0,75	0,80	0,85	0,70	0,75	0,80	0,65	0,70	0,75	0,60	0,65	0,70			
	Weitsprung 1)	3,50	3,75	4,00	3,25	3,50	3,75	3,00	3,25	3,50	2,90	3,10	3,30	2,80	3,00	3,20	2,70	2,90	3,10	2,60	2,80	3,00	2,50	2,70	2,90	2,40	2,60	2,80	2,30	2,50	2,70	2,20	2,40	2,60			
	Standweitsprung	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1,60	1,65	1,70	1,50	1,55	1,60	1,40	1,45	1,50	1,30	1,35	1,40	1,20	1,25	1,30	1,15	1,20	1,25	1,10	1,12	1,15	1,05	1,07	1,10			
	Turnen * 2)	Sp 2	Sp 3	Sp 4	Sp 1	Sp 2	Sp 3	Sp 7	Sp 8	Sp 9	Sp 7	Sp 8	Sp 9	Sp 6	Sp 7	Sp 8	Sp 6	Sp 7	Sp 8	Sp 5	Sp 6	Sp 7	Sp 5	Sp 6	Sp 7	Sp 5	Sp 6	Sp 7	Sp 5	Sp 6	Sp 7	Sp 5	Sp 6	Sp 7			
III	Laufen	-			-			50 m			50 m			50 m			50 m			50 m			50 m			50 m			50 m			50 m					
		-			-			9,2 9,0 8,8			9,7 9,5 9,3			10,2 10,0 9,8			10,7 10,5 10,3			11,2 11,0 10,8			11,7 11,5 11,3			12,2 12,0 11,8			13,2 13,0 12,8			14,2 14,0 13,8					
		100 m			100 m			100 m			100 m			100 m			100 m			100 m			100 m			100 m			100 m			100 m			100 m		
		16,0	15,5	15,0	17,0	16,5	16,0	18,5	18,0	17,5	20,0	19,5	19,0	21,0	20,5	20,0	22,0	21,5	21,0	23,0	22,5	22,0	24,0	23,5	23,0	25,0	24,5	24,0	26,0	25,5	25,0	27,0	26,5	26,0			
	400 m			400 m			400 m			400 m			400 m			400 m			400 m			400 m			400 m			400 m			400 m			400 m			
		1:40	1:30	1:20	1:50	1:40	1:30	2:00	1:50	1:40	2:10	2:00	1:50	2:20	2:10	2:00	2:30	2:20	2:10	2:40	2:30	2:20	2:50	2:40	2:30	3:00	2:50	2:40	3:20	3:10	3:00	3:40	3:30	3:20			
	Radfahren 300 m mit fliegendem Start:																																				
	Inline-Skating	300m			300m			300m			300m			300m			300m			300m			300m			300m			300m			300m			300m		
		0:47	0:46	0:45	0:48	0:47	0:46	0:49	0:48	0:47	0:51	0:50	0:49	0:53	0:52	0:51	0:55	0:54	0:53	0:57	0:56	0:55	0:59	0:58	0:57												
IV	Kugel	4 kg			4 kg			4 kg			4 kg			3 kg			3 kg			3 kg			3 kg			3 kg			3 kg			3 kg					
		6,50	7,00	7,50	6,25	6,75	7,25	6,00	6,50	7,00	5,75	6,25	6,75	5,75	6,25	6,75	5,50	6,00	6,50	5,25	5,75	6,25	5,00	5,50	6,00	4,75	5,25	5,75	4,50	5,00	5,50	4,25	4,75	5,25			
	Schleuderball	1 kg			1 kg			1 kg			1 kg			1 kg			1 kg			1 kg			1 kg			1 kg			1 kg			1 kg			1 kg		
		27	28,50	30	25	26	27	24	25	26	23	24	25	22	23	24	21	22	23	20	21	22	19	20	21	18	19	20	17	18	19	14	15	16			
	Wurfball 200 g	27	29	31	25	27	29	24	26	28	23	25	27	22	24	26	21	23	25	20	22	24	19	21	23	18	20	22	17	19	21	16	18	20			
Schwimmen	200 m			200 m			200 m			200 m			200 m			200 m			200 m			200 m			200 m			200 m			200 m			200 m			
	5:00	4:30	4:00	5:30	5:00	4:30	6:00	5:30	5:00	6:45	6:15	5:45	7:15	6:45	6:15	7:45	7:15	6:45	8:15	7:45	7:15	8:45	8:15	7:45	9:10	8:40	8:10	9:30	9:00	8:30	9:50	9:20	8:50				
V	Schwimmen	500 m			300 m			300 m			300 m			300 m			300 m			300 m			300 m			300 m			300 m			300 m			300 m		
		15:30	14:45	14:00	11:15	10:30	9:45	12:00	11:15	10:30	12:30	11:45	11:00	13:00	12:15	11:30	13:30	12:45	12:00	14:00	13:15	12:30	14:30	13:45	13:00	15:00	14:15	13:30	15:30	14:45	14:00	16:00	15:15	14:30			
	Laufen	1000 m			1000 m			1000 m			1000 m			1000 m			1000 m			1000 m			1000 m			1000 m			1000 m			1000 m			1000 m		
		6:00	5:30	5:00	6:25	5:55	5:25	6:40	6:10	5:40	7:00	6:30	6:00	7:20	6:50	6:20	7:40	7:10	6:40	8:00	7:30	7:00	8:20	7:50	7:20	8:40	8:10	7:40	9:00	8:30	8:00	9:20	8:50	8:20			
	Radfahren	10 km			10 km			10 km			10 km			10 km			10 km			10 km			10 km			10 km			10 km			10 km			10 km		
		29:00	28:00	27:00	31:00	30:00	29:00	32:00	31:00	30:00	33:00	32:00	31:00	34:00	33:00	32:00	36:00	35:00	34:00	37:00	36:00	35:00	38:00	37:00	36:00	39:00	38:00	37:00	40:00	39:00	38:00	42:00	41:00	40:00			
	Skilanglauf	10 km			10 km			10 km			10 km			10 km			10 km			10 km			10 km			10 km			10 km			10 km			10 km		
		54:00	51:00	48:00	60:00	57:00	54:00	65:00	62:00	59:00	70:00	67:00	64:00	75:00	71:00	67:00	80:00	76:00	72:00	85:00	80:00	75:00	90:00	87:00	84:00	94:00	90:00	86:00	98:00	93:00	88:00	102:00	97:00	92:00			
Inline-Skating	5000m			5000m			5000m			5000m			5000m			5000m			5000m			5000m			5000m			5000m			5000m			5000m			
	16:30	16:00	15:30	17:00	16:30	16:00	17:30	17:00	16:30	19:00	18:30	18:00	20:30	20:00	19:30	22:00	21:30	21:00	23:30	23:00	22:30	25:00	24:30	24:00													
7- km-Walking	61:00	59:30	58:00	64:00	62:30	61:00	67:00	65:30	64:00	70:00	68:30	67:00	73:00	71:30	70:00	76:00	74:30	73:00	79:00	77:30	76:00	82:00	80:30	79:00	85:00	83:30	82:00	88:00	86:30	85:00	91:00	89:30	88:00				
10-km-Wandern																																					
* Erläuterung: Gr.II 2)	Bock-, Kasten-, bzw. Pferdsprung	Sp 1 Bock/Pferd seit: 1,00 m Sprunghocke						Sp 3 Pferd seit 1,20 m Sprunghocke/Sprunggrätsche						Sp 5 Kasten seit: 0,70 m; Aufhocken mit 1/4 Drehung, Niedersprung						Sp 7 Kasten längs: 0,70 m Aufhocken Hockwende						Sp 9 Pferd seit: 1,10 m Sprunghocke											
		Sp 2 Kasten/Pferd seit 1,10 m Sprunghocke/Sprunggrätsche						Sp 4 Pferd seit: 1,20 m Handstütz-Sprungüberschlag						Sp 6 Kasten seit: 0,70 m Hockwende						Sp 8 Bock seit: 1-1,20 m Sprunggrätsche																	

1) In allen Altersklassen kann vom Balken oder aus einem Absprungraum (80 cm Breite) abgesprungen werden.

2) Der jeweilige Sprung muss in einem Bewegungsablauf über das Gerät ausgeführt werden. Für eine **Sonderleistung** für das goldene SLA ist das Gerät der zutreffenden Golddisziplin um 10 cm zu erhöhen.