



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					
		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					
		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						
	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					
		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					
		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					
		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					
		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						
	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.