

NOTENTABELLE 60 M - LAUF

Note	K1	K2	K3	M1	M2	M3
6	8.90	8.70	8.50	9.40	9.20	9.00
5.9	9.00	8.80	8.60	9.45	9.25	9.05
5.8	9.05	8.85	8.65	9.50	9.30	9.10
5.7	9.15	8.95	8.75	9.60	9.40	9.20
5.6	9.20	9.00	8.80	9.65	9.45	9.25
5.5	9.30	9.10	8.90	9.70	9.50	9.30
5.4	9.35	9.15	8.95	9.75	9.55	9.35
5.3	9.40	9.20	9.00	9.80	9.60	9.40
5.2	9.50	9.30	9.10	9.90	9.70	9.50
5.1	9.55	9.35	9.15	9.95	9.75	9.55
5	9.60	9.40	9.20	10.00	9.80	9.60
4.9	9.75	9.50	9.30	10.15	9.95	9.75
4.8	9.90	9.65	9.40	10.30	10.10	9.90
4.7	10.10	9.75	9.50	10.40	10.20	10.10
4.6	10.25	9.90	9.60	10.55	10.35	10.25
4.5	10.40	10.00	9.70	10.70	10.50	10.40
4.4	10.50	10.10	9.80	10.85	10.65	10.55
4.3	10.65	10.25	9.95	11.00	10.80	10.70
4.2	10.75	10.35	10.05	11.10	11.00	10.90
4.1	10.90	10.50	10.20	11.25	11.15	11.05
4	11.00	10.60	10.30	11.40	11.30	11.20
3.9	11.15	10.70	10.40	11.50	11.40	11.30
3.8	11.30	10.85	10.50	11.65	11.55	11.45
3.7	11.40	10.95	10.60	11.75	11.65	11.55
3.6	11.55	11.10	10.70	11.90	11.80	11.70
3.5	11.70	11.20	10.80	12.00	11.90	11.80
3.4	11.80	11.30	10.90	12.10	12.00	11.90
3.3	11.95	11.40	11.05	12.20	12.10	12.00
3.2	12.05	11.50	11.15	12.30	12.20	12.10
3.1	12.20	11.60	11.30	12.40	12.30	12.20
3	12.30	11.70	11.40	12.50	12.40	12.30
2.9	12.45	11.85	11.55	12.65	12.55	12.45
2.8	12.60	12.00	11.70	12.80	12.70	12.60
2.7	12.70	12.20	11.80	13.00	12.80	12.70
2.6	12.85	12.35	11.95	13.15	12.95	12.85
2.5	13.00	12.50	12.10	13.30	13.10	13.00
2.4	13.10	12.65	12.25	13.45	13.25	13.10
2.3	13.25	12.80	12.40	13.60	13.40	13.25
2.2	13.35	12.90	12.50	13.70	13.50	13.35
2.1	13.50	13.05	12.65	13.85	13.65	13.50
2	13.60	13.20	12.80	14.00	13.80	13.60
1	Betrug oder Verweigerung					

Hinweise:

- Noten in Zehntelschritten
- Zeit in Sekunden (auf Hundertstel gerundet)
- K = Knaben / M = Mädchen
- 1–3 = 1.–3. ORS (7.–9. Schuljahr)

NOTENTABELLE 80 M - LAUF

Note	K1	K2	K3	M1	M2	M3
6	11.80	11.50	11.30	12.40	12.20	12.00
5.9	11.85	11.55	11.35	12.50	12.30	12.10
5.8	11.90	11.60	11.40	12.60	12.40	12.20
5.7	12.00	11.70	11.50	12.70	12.50	12.30
5.6	12.05	11.75	11.55	12.80	12.60	12.40
5.5	12.10	11.80	11.60	12.90	12.70	12.50
5.4	12.15	11.85	11.65	13.00	12.80	12.60
5.3	12.20	11.90	11.70	13.05	12.85	12.70
5.2	12.20	11.90	11.70	13.15	12.95	12.80
5.1	12.25	11.95	11.75	13.20	13.00	12.90
5	12.30	12.00	11.80	13.30	13.10	13.00
4.9	12.50	12.15	11.95	13.40	13.20	13.10
4.8	12.65	12.30	12.10	13.55	13.35	13.25
4.7	12.85	12.50	12.20	13.65	13.45	13.35
4.6	13.00	12.65	12.35	13.80	13.60	13.50
4.5	13.20	12.80	12.50	13.90	13.70	13.60
4.4	13.35	12.95	12.65	14.00	13.80	13.70
4.3	13.50	13.10	12.80	14.15	13.95	13.85
4.2	13.70	13.20	12.90	14.25	14.05	13.95
4.1	13.85	13.35	13.05	14.40	14.20	14.10
4	14.00	13.50	13.20	14.50	14.30	14.20
3.9	14.10	13.65	13.35	14.65	14.45	14.35
3.8	14.25	13.80	13.50	14.80	14.60	14.50
3.7	14.35	13.90	13.60	15.00	14.80	14.60
3.6	14.50	14.05	13.75	15.15	14.95	14.75
3.5	14.60	14.20	13.90	15.30	15.10	14.90
3.4	14.70	14.30	14.00	15.45	15.25	15.00
3.3	14.85	14.45	14.15	15.60	15.40	15.15
3.2	14.95	14.55	14.25	15.70	15.50	15.25
3.1	15.10	14.70	14.40	15.85	15.65	15.40
3	15.20	14.80	14.50	16.00	15.80	15.50
2.9	15.35	14.95	14.65	16.15	15.95	15.65
2.8	15.50	15.10	14.80	16.30	16.10	15.80
2.7	15.70	15.30	15.00	16.50	16.30	16.00
2.6	15.85	15.45	15.15	16.65	16.45	16.15
2.5	16.00	15.60	15.30	16.80	16.60	16.30
2.4	16.15	15.75	15.45	16.95	16.75	16.45
2.3	16.30	15.90	15.60	17.10	16.90	16.60
2.2	16.50	16.00	15.70	17.20	17.00	16.70
2.1	16.65	16.15	15.85	17.35	17.15	16.85
2	16.80	16.30	16.00	17.50	17.30	17.00
1	Betrug oder Verweigerung					

Hinweise:

- Noten in Zehntelschritten
- Zeit in Sekunden (auf Hundertstel gerundet)
- K = Knaben / M = Mädchen
- 1-3 = 1.-3. ORS (7.-9. Schuljahr)

LEISTUNGSBESCHREIBUNG

Bewer- tung	Note	
sehr gut	5.4 - 6.0	Deine Schnellkraft ist sehr gut. Die Aktionsschnelligkeit deiner Muskulatur und deine entsprechenden koordinativen Fähigkeiten liegen weit über dem Durchschnitt. Dank deiner hervorragenden Schnelligkeit kannst du auch im Alltag und beim Arbeiten blitzschnell reagieren. Das kann dich in unvohergesehen Situationen vor Unfällen und Verletzungen schützen. Weiter so! Hast du Fragen - dein/e Sportlehrer/in kann dich beraten.
gut	4.8 - 5.3	Deine Schnellkraft ist gut. Die Aktionsschnelligkeit deiner Muskulatur und deine entsprechenden koordinativen Fähigkeiten sind überdurchschnittlich. Dank deiner Schnelligkeit kannst du auch im Alltag und beim Arbeiten schnell reagieren. Das kann dich in unvohergesehen Situationen vor Unfällen und Verletzungen schützen. Weiter so! Hast du Fragen - dein/e Sportlehrer/in kann dich beraten.
befriedi- gend	4.0 - 4.7	Deine Schnellkraft ist zufriedenstellend. Die Aktionsschnelligkeit deiner Muskulatur und deine entsprechenden koordinativen Fähigkeiten sind durchschnittlich. Schnelligkeit hilft dir auch im Alltag und beim Arbeiten schnell zu reagieren. Das kann dich in unvohergesehen Situationen vor Unfällen und Verletzungen schützen. Du kannst deine Schnellkraft gezielt trainieren! Hast du Fragen - dein/e Sportlehrer/in kann dich beraten.
ungenü- gend	<3.9	Deine Schnellkraft ist ungenügend. Die Aktionsschnelligkeit deiner Muskulatur und deine entsprechenden koordinativen Fähigkeiten liegen unter dem Durchschnitt. Schnelligkeit hilft dir auch im Alltag und beim Arbeiten schnell zu reagieren. Das kann dich in unvohergesehen Situationen vor Verletzungen schützen. Du kannst deine Schnellkraft gezielt trainieren. Beginne schon morgen mit dem Training! Hast du Fragen - dein/e Sportlehrer/in kann dich beraten.