

## QA-Sport → Praxisteil Leichtathletik

---

Die Prüfung in Leichtathletik setzt sich aus einem **Vierkampf** zusammen. Er besteht aus folgenden

Disziplinen:

100 m Lauf  
2000 m Lauf  
Hochsprung oder Weitsprung  
Ballwurf(200 g)

Die erzielten Leistungen werden mit einer Punktetabelle umgerechnet.

Die **Notengebung** wird anhand der nachfolgenden Tabelle ermittelt.

### Männliche Jugend

Alter	1	1,5	2	2,5	3	3,5	4	4,5	5	5,5
15	1800	1725	1650	1575	1515	1450	1400	1350	1300	1260
16	1850	1775	1700	1625	1565	1500	1450	1400	1350	1310
17	1900	1825	1750	1675	1615	1550	1500	1450	1400	1360

### Weibliche Jugend

Alter	1	1,5	2	2,5	3	3,5	4	4,5	5	5,5
15	1560	1480	1405	1330	1255	1195	1135	1075	1015	970
16	1590	1510	1435	1360	1285	1225	1165	1105	1045	1000
17	1620	1540	1465	1390	1315	1255	1195	1135	1075	1030

Punktetabelle Leichtathletik Jungen

100m		2000m		Weit		200g		Hoch		Kugel	
11,5	617	7:18	463	5,53	548	60,0	468	1,60	529	11,00	511
11,6	607	7:21	458	5,49	544	59,5	465	1,59	524	10,90	507
11,7	596	7:24	453	5,45	540	59,0	463	1,58	519	10,80	503
11,8	586	7:27	448	5,41	536	58,5	460	1,57	514	10,70	498
11,9	576	7:30	443	5,37	532	58,0	458	1,56	509	10,60	494
12,0	566	7:33	438	5,33	528	57,5	455	1,55	504	10,50	490
12,1	556	7:36	433	5,29	524	57,0	452	1,54	499	10,40	486
12,2	546	7:39	428	5,25	521	56,5	450	1,53	494	10,30	482
12,3	537	7:42	424	5,21	517	56,0	447	1,52	489	10,20	478
12,4	528	7:45	419	5,17	513	55,5	444	1,51	484	10,10	473
12,5	518	7:48	414	5,13	508	55,0	441	1,50	479	10,00	469
12,6	509	7:51	410	5,09	504	54,5	439	1,49	474	9,90	465
12,7	501	7:54	405	5,05	500	54,0	436	1,48	469	9,80	460
12,8	492	7:57	401	5,01	496	53,5	433	1,47	464	9,70	456
12,9	483	8:00	397	4,97	492	53,0	430	1,46	459	9,60	452
13,0	475	8:03	392	4,93	488	52,5	428	1,45	453	9,50	447
13,1	466	8:06	388	4,89	484	52,0	425	1,44	448	9,40	443
13,2	458	8:09	384	4,85	480	51,5	422	1,43	443	9,30	439
13,3	450	8:12	380	4,81	476	51,0	419	1,42	438	9,20	434
13,4	442	8:16	374	4,77	472	50,5	416	1,41	433	9,10	430
13,5	434	8:20	369	4,73	467	50,0	414	1,40	427	9,00	425
13,6	426	8:24	364	4,69	463	49,5	411	1,39	422	8,90	421
13,7	419	8:28	358	4,65	459	49,0	408	1,38	417	8,80	416
13,8	411	8:32	353	4,61	455	48,5	405	1,37	411	8,70	412
13,0	404	8:36	348	4,57	450	48,0	402	1,36	406	8,60	407
14,0	396	8:40	343	4,53	446	47,5	399	1,35	401	8,50	402
14,1	389	8:44	338	4,49	442	47,0	396	1,34	395	8,40	398
14,2	382	8:48	333	4,45	438	46,5	393	1,33	390	8,30	393
14,3	375	8:52	329	4,41	433	46,0	390	1,32	364	8,20	388

14,4	368	8:56	324	4,37	429	45,5	397	1,31	379	8,10	384
14,5	361	9:00	319	4,33	424	45,0	384	1,30	373	8,00	379
14,6	354	9:05	314	4,29	420	44,5	381	1,29	368	7,90	374
14,7	347	9:10	308	4,25	416	44,0	378	1,28	362	7,80	369
14,8	341	9:15	303	4,21	411	43,5	375	1,27	357	7,70	364
14,9	334	9:20	297	4,17	407	43,0	372	1,26	351	7,60	359
15,0	328	9:25	292	4,13	402	42,5	369	1,25	346	7,50	355
15,1	322	9:30	287	4,09	398	42,0	366	1,24	340	7,40	350
15,2	315	9:35	282	4,05	393	41,5	363	1,23	335	7,30	345
15,3	309	9:40	277	4,01	389	41,0	360	1,22	329	7,20	340
15,4	303	9:45	272	3,97	384	40,5	357	1,21	323	7,10	335
15,5	297	9:50	267	3,93	379	40,0	353	1,20	318	7,00	329
15,6	291	9:55	262	3,89	375	39,5	350	1,19	312	6,90	324
15,7	285	10.00	258	3,85	370	39,0	347	1,18	306	6,80	319
15,8	280	10:05	253	3,81	366	38,5	344	1,17	300	6,70	314
15,9	274	10:10	249	3,77	361	38,0	341	1,16	295	6,60	309
16,0	268	10:15	244	3,73	356	37,5	337	1,15	289	6,50	303
16,1	263	10:20	240	3,69	351	37,0	334	1,14	283	6,40	298
16,2	257	10:25	236	3,65	347	36,5	331	1,13	277	6,30	293
16,3	252	10:30	231	3,61	342	36,0	327	1,12	271	6,20	287
16,4	246	10:35	227	3,57	337	35,5	324	1,11	265	6,10	282
16,5	241	10:40	223	3,53	332	35,0	320	1,10	259	6,00	276
16,6	236	10:45	219	3,49	327	34,5	317	1,09	253	5,90	271
16,7	231	10:50	215	3,45	322	34,0	314	1,08	247	5,80	265
16,8	225	10:55	211	3,41	317	33,5	310	1,07	241	5,70	260
16,9	220	11:00	207	3,37	313	33,0	307	1,06	235	5,60	254
17,0	215	11:10	200	3,33	308	32,5	303	1,05	229	5,50	248
17,1	210	11:20	192	3,29	302	32,0	300	1,04	223	5,40	242
17,2	206	11:30	185	3,25	297	31,5	296	1,03	217	5,30	237
17,3	201	11:40	178	3,21	292	31,0	292	1,02	211	5,20	231
17,4	196	11:50	172	3,17	287	30,5	289	1,01	204	5,10	225

Punktetabelle Leichtathletik Mädchen

100m		2000m		Weit		200g		Hoch		Kugel	
12,1	624	8:24	401	4,61	506	40,0	472	1,34	407	9,20	440
12,2	614	8:27	397	4,57	502	39,5	468	1,33	400	9,10	436
12,3	604	8:30	392	4,53	497	39,0	464	1,32	394	9,00	432
12,4	595	8:33	388	4,49	493	38,5	461	1,31	388	8,90	428
12,5	585	8:36	384	4,45	488	38,0	457	1,30	381	8,80	423
12,6	576	8:39	380	4,41	483	37,5	453	1,29	375	8,70	419
12,7	567	8:42	376	4,37	479	37,0	449	1,28	368	8,60	415
12,8	558	8:45	372	4,33	474	36,5	445	1,27	362	8,50	411
12,9	549	8:48	368	4,29	470	36,0	441	1,26	355	8,40	406
13,0	540	8:51	364	4,25	465	35,5	437	1,25	349	8,30	402
13,1	532	8:54	360	4,21	460	35,0	433	1,24	342	8,20	398
13,2	523	8:57	356	4,17	456	34,5	429	1,23	335	8,10	393
13,3	515	9:00	352	4,13	451	34,0	425	1,22	329	8,00	389
13,4	506	9:05	346	4,09	446	33,5	420	1,21	322	7,90	384
13,5	498	9:10	340	4,05	441	33,0	416	1,20	315	7,80	380
13,6	490	9:15	334	4,01	437	32,5	412	1,19	309	7,70	375
13,7	482	9:20	328	3,97	432	32,0	408	1,18	302	7,60	371
13,8	475	9:25	322	3,93	427	31,5	404	1,17	295	7,50	366
13,0	467	9:30	316	3,89	422	31,0	399	1,16	288	7,40	362
14,0	459	9:35	310	3,85	417	30,5	395	1,15	281	7,30	357
14,1	452	9:40	305	3,81	412	30,0	390	1,14	275	7,20	352
14,2	444	9:45	299	3,77	407	29,5	386	1,13	268	7,10	348
14,3	437	9:50	294	3,73	402	29,0	382	1,12	261	7,00	343
14,4	430	9:55	289	3,69	397	28,5	377	1,11	254	6,90	338
14,5	423	10:00	283	3,65	392	28,0	373	1,10	247	6,80	333
14,6	416	10:05	278	3,61	387	27,5	368	1,09	240	6,70	329
14,7	409	10:10	273	3,57	382	27,0	363	1,08	233	6,60	324
14,8	402	10:15	268	3,53	377	26,5	359	1,07	226	6,50	319
14,9	396	10:20	264	3,49	372	26,0	354	1,06	218	6,40	314

