



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:											1:00 0:55 0:50			1:02 0:57 0:52			1:04 0:59 0:54			1:06 1:01 0:56			1:08 1:03 0:58													
	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.



Bayer. Sport-Leistungs-Abzeichen für Männer ab 01.01.2008

		ab 18			ab 30			ab 40			ab 45			ab 50			ab 55			ab 60			ab 65			ab 70			ab 75			ab 80					
		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	Br	Si	Go	Br	Si	Go			
Gr. I	Schwimmen	100 m			100 m			100 m			100 m			100 m			100 m			100 m			100 m			100 m			100 m			100 m			100 m		
		2:35	2:10	1:45	3:00	2:30	2:00	3:30	3:00	2:30	3:45	3:15	2:45	4:00	3:30	3:00	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			
Gr. II	Hochsprung	1,35	1,45	1,55	1,30	1,40	1,50	1,25	1,35	1,45	1,15	1,25	1,35	1,05	1,15	1,25	1,00	1,10	1,20	0,95	1,05	1,15	0,90	1,00	1,10	0,85	0,95	1,05	0,80	0,90	1,00	0,75	0,85	0,95			
	Weitsprung 2)	4,50	4,80	5,10	4,30	4,60	4,90	4,20	4,50	4,80	4,00	4,20	4,40	3,80	3,95	4,10	3,60	3,70	3,80	3,40	3,50	3,60	3,20	3,30	3,40	3,10	3,20	3,30	3,00	3,10	3,20	2,90	3,00	3,10			
	Standweitsprung	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2,00	2,10	2,20	1,90	2,00	2,10	1,80	1,90	2,00	1,70	1,80	1,90	1,60	1,70	1,80	1,50	1,55	1,60	1,40	1,45	1,50			
	Turnen * 5)	Sp 3	Sp 4	Sp 5	Sp 2	Sp 3	Sp 4	Sp 1	Sp 2	Sp 3	Sp 1	Sp 2	Sp 3	Sp 8	Sp 9	Sp 10	Sp 8	Sp 9	Sp 10	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 6	Sp 7	Sp 8			
Gr. III	50 m- Lauf	-	-	-	-	-	-	-	-	-	8,2	8,0	7,8	8,7	8,5	8,3	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			
	Laufen	100 m			100 m			100 m			100 m			100 m			100 m			100 m			100 m			100 m			100 m			100 m					
		13,6	13,1	12,6	14,0	13,5	13,0	14,5	14,0	13,5	16,0	15,5	15,0	17,0	16,5	16,0	18,0	17,5	17,0	19,0	18,5	18,0	20,0	19,5	19,0	21,0	20,5	20,0	22,0	21,5	21,0	23,0	22,5	22,0			
		400 m			400 m			400 m			400 m			1000 m			1000 m			1000 m			1000 m			1000 m			1000 m								
	1:08	1:04	1:00	1:10	1:06	1:02	1:12	1:09	1:06	1:14	1:11	1:08	5:00	4:45	4:30	5:30	5:15	5:00	6:00	5:45	5:30	6:30	6:15	6:00	7:00	6:45	6:30	7:30	7:15	7:00	8:00	7:45	7:30				
	Inline-Skating	500m			500m			500m			500m			500m			500m			500m			500m			500m			500m			500m					
1:20		1:18	1:16	1:22	1:20	1:18	1:24	1:22	1:20	1:27	1:25	1:23	1:30	1:28	1:26	1:33	1:31	1:29	1:36	1:34	1:32	1:39	1:37	1:35													
Radfahren 500 m mit fliegendem Start:																				1:24	1:19	1:14	1:27	1:22	1:17	1:30	1:25	1:20	1:33	1:28	1:23	1:36	1:31	1:26			
Gr. IV	Kugel 1)	7,25 kg			7,25 kg			7,25 kg			7,25 kg			6,00/6,25 kg			6,00/6,25 kg			5 kg			5 kg			4 kg			4 kg			3 kg					
		8,00	8,70	9,40	7,75	8,25	8,75	7,50	8,00	8,50	7,25	7,75	8,25	7,25	7,75	8,25	7,00	7,50	8,00	7,00	7,50	8,00	6,75	7,25	7,75	6,75	7,25	7,75	6,50	7,00	7,50	6,50	7,00	7,50			
	Steinstoßen 4)	8,75	9,00	9,25	8,50	8,75	9,00	8,25	8,50	8,75	8,00	8,25	8,50	9,75	10,00	10,25	9,50	9,75	10,00	9,25	9,50	9,75	9,00	9,25	9,50	8,75	9,00	9,25	8,50	8,75	9,00	8,25	8,50	8,75			
	Schleuderball	1,5 kg			1,5 kg			1,5 kg			1,5 kg			1,5 kg			1,5 kg			1 kg			1 kg			1 kg			1 kg								
		35	37	39	34	36	38	33	35	37	32	34	36	30	32	34	28	30	32	28	30	32	26	28	30	24	26	28	22	24	26	19	21	23			
	Gewichtheben	80%	100%	125%	70%	80%	100%	60%	70%	90%	55%	65%	75%																								
Schwimmen	200 m			200 m			200 m			200 m			200 m			200 m			200 m			200 m			200 m			200 m									
	4:30	4:00	3:30	5:00	4:30	4:00	5:30	5:00	4:30	5:45	5:15	4:45	6:00	5:30	5:00	6:30	6:00	5:30	7:00	6:30	6:00	7:30	7:00	6:30	8:00	7:30	7:00	8:30	8:00	7:30	9:00	8:30	8:00				
Gr. V	Schwimmen	600 m			500 m			500 m			400 m			400 m			400 m			400 m			400 m			400 m			400 m			400 m					
		16:00	15:00	14:00	14:00	13:15	12:30	15:00	14:00	13:00	15:00	14:15	13:30	15:45	15:00	14:15	16:30	15:45	15:00	17:15	16:30	15:45	18:00	17:15	16:30	18:45	18:00	17:15	19:30	18:45	18:00	20:15	19:30	18:45			
	Laufen 3)	3000 m			3000 m			3000 m			3000 m			3000 m			3000 m			3000 m			3000 m			3000 m			3000 m								
		13:00	12:00	11:00	14:30	13:30	12:30	16:00	15:00	14:00	17:30	16:30	15:30	19:00	18:00	17:00	20:00	19:00	18:00	21:00	20:00	19:00	22:00	21:00	20:00	23:00	22:00	21:00	24:00	23:00	22:00	25:00	24:00	23:00			
	Radfahren	20 km			20 km			20 km			10 km			10 km			10 km			10 km			10 km			10 km			10 km								
		45:00	40:00	35:00	47:30	43:30	39:30	50:00	46:00	42:00	26:00	24:30	23:00	27:00	25:30	24:00	28:00	26:30	25:00	29:00	27:30	26:00	30:00	28:30	27:00	31:00	29:30	28:00	32:00	30:30	29:00	33:00	31:30	30:00			
	Skilanglauf	15 km			15 km			15 km			15 km			15 km			15 km			10 km			10 km			10 km			10 km								
		72:00	66:00	60:00	75:00	69:00	63:00	79:00	74:00	69:00	83:00	78:00	73:00	88:00	83:00	78:00	93:00	88:00	83:00	70:00	65:00	60:00	75:00	70:00	65:00	80:00	75:00	70:00	85:00	80:00	75:00	90:00	85:00	80:00			
	Inline-Skating	10000m			10000m			10000m			10000m			10000m			10000m			10000m			10000m			10000m			10000m								
	28:00	27:00	26:00	29:00	28:00	27:00	30:00	29:00	28:00	33:00	31:30	30:00	36:00	34:30	33:00	39:00	37:30	36:00	42:00	40:30	39:00	45:00	43:30	42:00													
7-km-Walking	56:00	54:30	53:00	58:30	57:00	55:30	61:00	59:30	58:00	63:30	62:00	60:30	66:00	64:30	63:00	69:00	67:30	66:00	72:00	70:30	69:00	75:00	73:30	72:00	78:00	76:30	75:00	81:00	79:30	78:00	84:00	82:30	81:00				
10-km-Wandern																						2:00	1:50	1:40	2:00	1:55	1:50	2:15	2:10	2:05	2:30	2:25	2:20				
* Erläuterung: Gr.II 5)	Bock-, Kasten-, bzw. Pferdsprung	Sp 1 Bock seit: 1,00 m Sprunggrätsche			Sp 3 Kasten/Pferd lang: 1,10 m Sprunggrätsche			Sp 5 Pferd lang: 1,20 m Handstütz-Sprungüberschlag			Sp 7 Kasten seit: 0,70 m Hockwende			Sp 9 Kasten längs 0,90 m Sprunggrätsche/Sprunghocke																							
		Sp 2 Bock/Pferd seit: 1,00 m Sprunghocke			Sp 4 Pferd lang: 1,20 m Sprunggrätsche			Sp 6 Kasten seit 0,70 m; Aufhocken mit 1/4 Drehung, Niedersprung			Sp 8 Bock seit: 1-1,20 m Sprunggrätsche			Sp 10 Pferd längs: 1,10 m Sprunggrätsche/Sprunghocke																							

1) Männer mit 18 und 19 Jahren dürfen mit einer 6,00/6,25kg Kugel stoßen;

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

3) Männer mit 18 Jahren dürfen 3000m in 13:30 (Bronze), 12:30 (Silber) und 11:30 (Gold) laufen.

4) ab 18 Jahre 15 Kilo Stein, ab 50 Jahre 10 Kilo Stein

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