

Abnahmeblatt



Datum: _____

| Ausdauer | | Kraft | | | Schnelligkeit | | Koordination | | |
|----------|-----------------------------------|-------|---------------------|--|---------------|-------------------|--------------|-------------------|--|
| 1 | Laufen | 1 | Schlagball/Wurfball | | 1 | Laufen | 1 | Hochsprung | |
| 2 | 10 km Lauf | 2 | Medizinball | | 2 | Schwimmen | 2 | Weitsprung | |
| 3 | Dauer-/Geländelauf | 3 | Kugelstoßen | | 3 | Radfahren | 3 | Zonenweitsprung | |
| 4 | 7,5 km Walking/ Nordic Walking | 4 | Steinstoßen | | 4 | Geräteturnen | 4 | Drehwurf | |
| | | 5 | Standweitsprung | | 5 | (6.3.4.____.____) | 5 | Schleuderball | |
| 5 | Schwimmen | 6 | Geräteturnen | | | | 6 | Seilspringen | |
| 6 | Radfahren | 7 | (6.2.6.____.____) | | | | 7 | Geräteturnen | |
| | | | | | | | | (6.4.7.____.____) | |

| | Nachname, Vorname | Ausdauer | | Kraft | | | Schnelligkeit | | Koordination | | | | |
|----|-------------------|----------|------|-------|-----------|-----------|---------------|-----|--------------|-----|-----------|-----------|-----------|
| | | Nr. | Zeit | Nr. | Versuch 1 | Versuch 2 | Versuch 3 | Nr. | Zeit | Nr. | Versuch 1 | Versuch 2 | Versuch 3 |
| 1 | | | | | | | | | | | | | |
| 2 | | | | | | | | | | | | | |
| 3 | | | | | | | | | | | | | |
| 4 | | | | | | | | | | | | | |
| 5 | | | | | | | | | | | | | |
| 6 | | | | | | | | | | | | | |
| 7 | | | | | | | | | | | | | |
| 8 | | | | | | | | | | | | | |
| 9 | | | | | | | | | | | | | |
| 10 | | | | | | | | | | | | | |
| 11 | | | | | | | | | | | | | |
| 12 | | | | | | | | | | | | | |
| 13 | | | | | | | | | | | | | |
| 14 | | | | | | | | | | | | | |
| 15 | | | | | | | | | | | | | |