



Bayer. Sport-Leistungs-Abzeichen für Männer ab 01.01.2007

		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	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	4,90	5,30	4,30	4,70	5,10	4,20	4,60	5,00	4,00	4,30	4,60	3,80	4,00	4,20	3,60	3,75	3,90	3,40	3,50	3,70	3,20	3,30	3,50	3,10	3,25	3,40	3,00	3,15	3,30	2,90	3,05	3,20														
	Standweitsprung	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2,00	2,15	2,30	1,90	2,05	2,20	1,80	1,95	2,10	1,70	1,85	2,00	1,60	1,75	1,90	1,50	1,65	1,80	1,40	1,55	1,70														
	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			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			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			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			6,25 kg			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			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			200 m																	
	4:30	4:00	3:30	5:00	4:30	4:00	6:30	5:45	5:00	7:15	6:30	5:45	8:00	7:15	6:30	8:30	7:45	7:00	9:00	8:15	7:30	9:30	8:45	8:00	10:00	9:15	8:30	10:30	9:45	9:00	11:00	10:15	9:30															
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	14:00	13:00	12:00	14,45	13,45	12,45	15:30	14:30	13:30	16:15	15:15	14:15	17:00	16:00	15:00	17:45	16:45	15:45	18:30	17:30	16:30	19:15	18:15	17:15														
	Laufen 3)	3000 m			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			10 km																
		45:00	40:00	35:00	47:30	43:30	39:30	50:00	46:00	42:00	30:00	27:30	25:00	33:00	30:00	27:00	36:00	33:00	30:00	39:00	36:00	33:00	42:00	39:00	36:00	45:00	42:00	39:00	48:00	45:00	42:00	51:00	48:00	45:00														
	Skilanglauf	15 km			15 km			15 km			15 km			15 km			15 km			10 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	97:00	92:00	87:00	102:00	97:00	92:00	107:00	102:00	97:00	112:00	107:00	102:00	117:00	112:00	107:00														
Inline-Skating	10000m			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 Std 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)	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.