

Wettkampfbedingungen LATUSCH

Die Wettkampfbedingungen in der vorliegenden Version gelten ab Juli 2014.



Das **LATUSCH** – Abzeichen der SPORTUNION wird durch einen Neunkampf in folgenden Sparten erworben.

LEICHTATHLETIK (60m Lauf, Weitsprung, Schlagballwurf)

GERÄTTURNEN (Boden, Reck, Sprung)

SCHWIMMEN (25m Brust, 25m Rücken, 25m Kraul)

Ein Team besteht aus maximal 4 Personen, von denen die 3 mit der höchsten Gesamtpunktezahl für die Mannschaftswertung herangezogen werden. Für die Altersberechnung wird nur das Geburtsjahr herangezogen.

Für das Goldabzeichen benötigt man 300 Punkte, für Silber 200 Punkte und für Bronze 100 Punkte.

Gerätturnen

Es werden je 15 in der Schwierigkeit aufsteigende Übungen an den Geräten Boden, Reck und Sprung angeboten. Aus den angeführten Übungen können pro Gerät maximal 3 Übungen ausgewählt werden. Die angegebenen grundlegenden Strukturmerkmale der geforderten Aufgabenstellung (Grobform) müssen vorhanden sein. Die Übungen können auch in Kombination geturnt werden. Pro Übung sind zwei Versuche erlaubt. Nach einem Fehlversuch darf die gleiche oder eine andere Übung als zweiter Versuch geturnt werden. Im Zweifelsfall ist der Text vor dem Bild auszulegen. Wenn aus dem Text keine zwingende Ausführung hervorgeht, kann diese frei gewählt werden. So kann beispielsweise Salto rückwärts aus dem Rondat geturnt werden, muss aber nicht. „In einem Fluss geturnt“, verbietet einen Stillstand während der Übungskombination bei der Übung 14 am Reck.

Im Zweifelsfall ist für den/die TurnerIn zu entscheiden!

Punkteberechnung:

Es zählt die Punkteberechnung des offiziellen SPORTUNION – Computerprogramms in der letzten Version. Die gewerteten Übungsnummern werden zusammengezählt. Zu diesen Punkten werden pro gewerteter Übung Alterspunkte addiert. Pro Gerät kommen maximal 50 Punkte in die Wertung. Wenn zum Beispiel eine junge Turnerin über 50 Punkte an einem Gerät erreichte, verfallen diese Punkte. Dieses Prinzip gilt auch in der Leichtathletik und im Schwimmen. TurnerInnen der Altersstufe 14-30 Jahre erhalten für die drei höchsten Turnübungen (15, 14, 13) ebenfalls 50 Punkte pro Gerät.

Alter	bis 7 Jahre	8, 81-90 Jahre	9, 71-80 Jahre	10, 61-70 Jahre	11, 51-60 Jahre	12, 41-50 Jahre	13, 31-40 Jahre	14-30 Jahre
Alterspunkte pro Übung	7	6	6	5	4	3	3	2

Beispiel 1: Ein 11-jähriges Mädchen schafft die Übungen 7, 8, 10 am Boden.

Sie bekommt dafür:	7	+	8	+	10	=	25	Punkte Übungsnummer
	4	+	4	+	4	=	12	Alterspunkte für 11-Jährige
							<u>37</u>	Punkte Boden

Beispiel 2: Ein 23-jähriger Turner versucht die Übungen 11, 13, 14 beim Sprung. Er schafft die Übung 14 auch im zweiten Versuch nicht.

Er bekommt dafür:	11	+	13	+	0	=	24	Punkte Übungsnummer
	2	+	2	+	0	=	4	Alterspunkte für 14-30-Jährige
							<u>28</u>	Punkte Sprung

Die Alterspunkte sollen sicheres Turnen forcieren. Durch eine Streichwertung verliert man durch die Alterspunkte mehr als man durch eine noch nicht sicher geturnte Übung gewinnen kann!

Leichtathletik

Die Bewerbe werden ungeachtet der Witterung im Freien ausgetragen.

60 m Lauf: Eine 60 m-Strecke soll in einem Versuch möglichst schnell durchlaufen werden (bei möglichem Hochstart). Während des gesamten Laufes ist die vorgegebene Bahn einzuhalten. Der zweite Fehlstart pro StarterIn bedingt die Disqualifikation. Die Messung erfolgt bei Handstopppung auf 1/10 Sekunden.

Weitsprung: Es soll eine möglichst große Sprungweite bei maximal 3 Versuchen erreicht werden. Der Nullpunkt wird beim letzten Abdruck in der Sprunggrube angesetzt. Die Weite wird im rechten Winkel zum vordersten Absprungabdruck in cm gemessen.

Schlagball: Mit einem Schlagball (80 bis 200g) soll in Schlagwurfform bei maximal 3 Versuchen eine möglichst große Wurfweite erreicht werden. Die Messung erfolgt im rechten Winkel zur Abwurfline auf 1/10 Meter. Bei Übertritt wird der Versuch ungültig gewertet.

Schwimmen

Der Start aus dem Wasser ist erlaubt. Die Schwimmlage muss in Grobform die gesamte Strecke über beibehalten werden. Im Zweifelsfall ist für den/die SchwimmerIn zu entscheiden. Ein Zuwiderhandeln oder der zweite Fehlstart pro StarterIn bedingen die Disqualifikation. Die Messung erfolgt bei Handstopppung auf 1/10 Sekunden.

Kommando: „langer Pfiff“ Vorbereitung zum Start
 „Auf die Plätze“ Einnahme der Startposition
 „kurzer Pfiff“ Start
 „mehrere Pfiffe“ Fehlstart

Brust: Der Körper muss vollständig horizontal auf der Brust liegend gehalten werden. Die Arm- und Beinbewegungen erfolgen symmetrisch (inklusive Anschlag mit beiden Händen). Nach dem Start darf maximal ein Armzug und ein Beinzug völlig untergetaucht durchgeführt werden (ein Tauchzug).

Rücken: Die gesamte Strecke ist in Rückenlage zurückzulegen.

Kraul: Der Körper befindet sich in Brustlage.
 Die Arm- und Beinbewegungen haben wechselseitig zu erfolgen.

Punkteberechnung (Leichtathletik und Schwimmen)

Die Punkte werden anhand alters- und geschlechtsspezifischer Tabellen vergeben. Die durchschnittliche Leistung eines Jahrgangs (Mittelwert) erhält 25 Punkte. Jeder Punkt Unterschied bedeutet zwei Prozent Abweichung (Perzentile). Mit z.B. erreichten 40 Punkten ist die Leistung daher besser als die von 80 % der Vergleichsgruppe. Kinder erhalten für jeden Jahrgang eine eigene Bewertung. Jüngere werden in der Kategorie bis 7 Jahre gewertet. Die allgemeine Klasse für Frauen ist von 14-30 Jahren, die der Männer von 16-30 Jahren. Die älteren Jahrgänge werden pro Jahrzehnt jeweils wie ein Jahr Jüngere (ausgehend von 14 bzw. 16 Jahren) bewertet. Bei Rundungsfehlern zählt die Punkteberechnung des offiziellen Computerprogramms in der letzten Version.

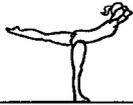
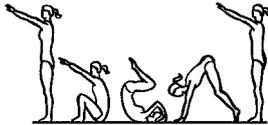
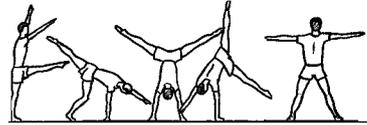
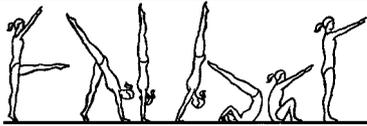
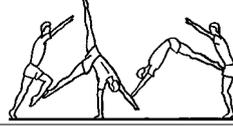
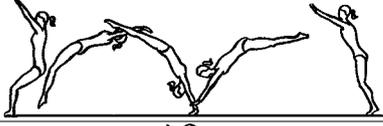
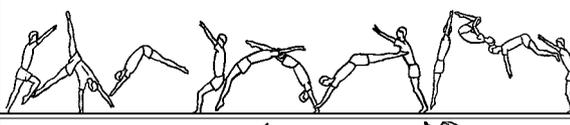
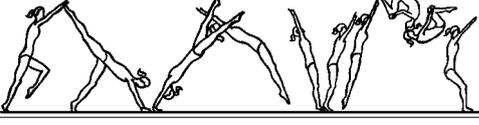
Frauen und Mädchen starten in folgenden Altersklassen:

-7 Jahre	8, 81-90 Jahre	9, 71-80 Jahre	10, 61-70 Jahre	11, 51-60 Jahre	12, 41-50 Jahre	13, 31-40 Jahre	14-30 Jahre
----------	----------------	----------------	-----------------	-----------------	-----------------	-----------------	-------------

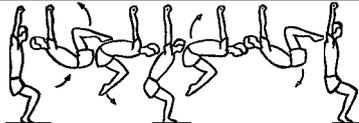
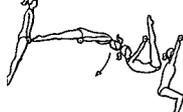
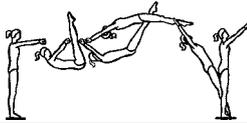
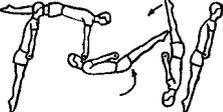
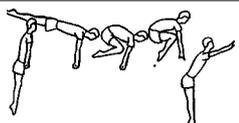
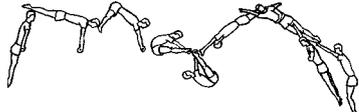
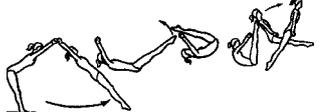
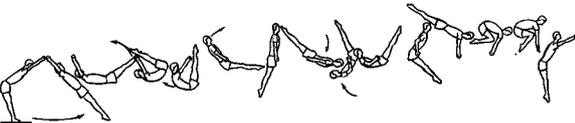
Männer und Knaben starten in folgenden Altersklassen:

-7 Jahre	8 Jahre	9 Jahre	10, 81-90 Jahre	11, 71-80 Jahre	12, 61-70 Jahre	13, 51-60 Jahre	14, 41-50 Jahre	15, 31-40 Jahre	16-30 Jahre
----------	---------	---------	-----------------	-----------------	-----------------	-----------------	-----------------	-----------------	-------------

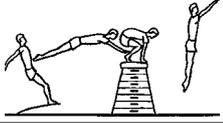
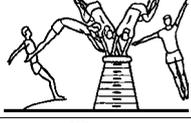
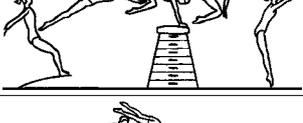
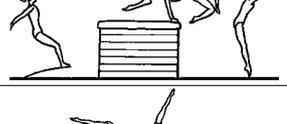
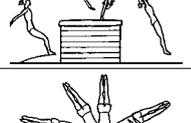
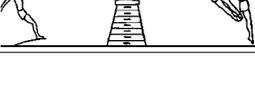
Wenn möglich Doppelmatte (2 x 12 m), Weichboden ab Übung 9 erlaubt!

1	Rolle vorwärts		
2	Standwaage	Oberkörper und Spielbein über der Waagrechten, Haltedauer 2 Sekunden	
3	Wechselschritt – Schersprung	Muss als direkte Verbindung geturnt werden. Der Schersprung kann gehockt (Pferdchensprung) oder gestreckt ausgeführt werden.	
4	Rolle rückwärts	Keine Landung auf den Knien	
5	Handstützüberschlag seitwärts (Rad)	Über die Senkrechte geturnt (+/- 10 °)	
6	Handstand abrollen	Über den flüchtigen Handstand (Schulterwinkel offen, 180°)	
7	Rad rechts und links auf einer Geraden (ca. 20 cm breit)	Auf einer Linie (ca. 20 cm breit), aneinander gereiht, und über die Senkrechte geturnt (+/- 10°)	
8	Handstützüberschlag seitwärts mit 1/4 Drehung (Rondat)	1/4 Drehung deutlich sichtbar, kurze Flugphase nach Abdruck der Hände	
9	Kopfstützüberschlag vorwärts (auf Weichboden)	Deutliches Aufsetzen des Kopfes am Weichboden, deutlicher Armabdruck, Gesäß bei der Landung über Kniehöhe.	
10	Handstützüberschlag vorwärts	Der Kopf darf den Boden nicht berühren. Gesäß bei der Landung über Kniehöhe.	
11	Handstützüberschlag rückwärts (Flick)	Der Kopf darf den Boden nicht berühren, Stützverhalten muss vorhanden sein (kein Salto rw.). Darf in Verbindung geturnt werden (Rondat).	
12	Salto vorwärts (Gesäß bei Landung über Kniehöhe)	Gesäß bei Landung über Kniehöhe	
13	Salto rückwärts	Darf in Verbindung geturnt werden (Flick, Rondat), kein Aufgreifen der Hände bei Landung	
14	Rondat, Flick, Salto rückwärts	Siehe Übungen 8, 11, 13. Muss als direkte Verbindung geturnt werden.	
15	Handstützüberschlag vw. Salto vw. (Gesäß bei Landung über Kniehöhe)	Siehe Übungen 10, 12. Muss als direkte Verbindung geturnt werden.	

Reckhöhe schulterhoch bis scheidelhoch, Weichboden erlaubt

1	Hangstand vorlings, Überdrehen, Hangstand rücklings, retour	Kein Lösen der Hände	
2	Hüftabschwung aus dem Stütz	In den Hangstand vorlings	
3	Hangstand, Überdrehen in den Kniehang, Griff lösen zum Handstütz am Boden, Abhocken zum Hockstand	Beim Abhocken keine Bodenberührung der Knie	
4	Felgunterschwung	Steigender Bewegungsablauf der Hüfte	
5	Knieaufschwung	Einhängen eines Knies mit Aufschwungbewegung in den Stütz. Kann in Verbindung mit Knieabschwung geturnt werden.	
6	Hüftaufschwung	Muss im Stütz beendet werden.	
7	Hüftumschwung	Muss im Stütz beendet werden.	
8	Spreizumschwung vorwärts (Mühlwelle)	Muss im Kammgriff geturnt werden.	
9	Hocken aus dem Stütz	Beide Hände gleichzeitig loslassen (kein Durchschieben)	
10	Aufgrätschen aus dem Stütz, Felgunterschwung, 1/2 Drehung in den Stand	Siehe Übung 4, Drehung darf nicht im Stand fertig gestellt werden.	
11	Spreizkipfab- und Spreizkippaufschwung	Muss im Spreizstütz begonnen und beendet werden. Kein EINHÄNGEN des Knies, deutliche Kippbewegung	
12	Hüftumschwung vorlings vorwärts	Muss im Stütz begonnen und beendet werden.	
13	Stand vorlings: Spreizkippaufschwung oder Kippaufschwung	Zu Spreizkippaufschwung siehe Übung 11	
14	Schwebekippaufschwung, Hüftumschwung vorlings vorwärts, Hocke (in einem Fluss geturnt)	Keine Unterbrechung der Übung, bei Hocke siehe Übung 9	
15	Kippe rücklings vorwärts, Umschwung rücklings vorwärts mit Ausgrätschen & Wiederfassen - Schwebekippe	Durchschub aus dem Stand vorlings, das Ausgrätschen muss frei erfolgen (ohne Auflegen der Beine)	

Bis Übung 12 Kastenhöhe 5 Teile (min. 80 cm), ab Übung 13 Kastenhöhe 7 Teile (min. 110 cm), Übungen 8,9,12 Kasten lang. Übungen müssen in den Stand geturnt werden (Rolle im Anschluss und Rückfallen auf den Kasten verboten).

1	Aufknien Mutsprung	Ohne Abstützen der Hände beim Absprung	
2	Aufhocken Strecksprung	Beim Aufhocken dürfen die Knie den Kasten nicht berühren	
3	Drehsprunghocke (Hockwende)	Mit beiden Händen aufgreifen, deutliche 1/4 bis 1/2 Drehung (nicht verwechseln mit Flanke)	
4	Sprungflanke	Landung in Bewegungsrichtung	
5	Sprunghocke	Beine dürfen nicht seitlich an den Händen vorbei und müssen deutlich gehockt sein.	
6	Sprunggrätsche	Deutlich gegrätschte Beine	
7	Sprunghocke (Brettabstand mind. 80 cm)	Siehe Übung 5	
8	Sprunggrätsche lang (gleichzeitiges Aufgreifen der Hände über der Mittellinie)	Siehe Übung 6	
9	Sprunghocke lang (gleichzeitiges Aufgreifen der Hände über der Mittellinie)	Siehe Übung 5, Füße dürfen den Kasten nicht berühren.	
10	Sprunghandstützüberschlag (Landung mind. 50 cm nach dem Kasten)	Der Kopf darf den Kasten nicht berühren.	
11	Sprunghandstützüberschlag seitwärts (1/4 Drehung zum Gerät), Rondat	Das Rondat muss durch den Handstand geturnt werden (+/- 10°).	
12	Sprunghandstützüberschlag lang (gleichzeitiges Aufgreifen der Hände über der Mittellinie)	Siehe Übung 10	
13	Sprunghandstützüberschlag seitwärts mit 1/4 Drehung vom Gerät	Deutliche 1/4 Drehung des gesamten Körpers in der 1. Flugphase. Landung muss in Anlaufrichtung erfolgen. Drehung vom Gerät (im Gegensatz zu Übung 11)	
14	Sprunghandstützüberschlag mit Winkeln und Strecken in der 2. Flugphase (Yamashita)	Kein Hüftwinkel während des Abdrucks, deutliches Winkeln (Bückposition) in der 2. Flugphase.	
15	Sprunghandstützüberschlag mit 1/1 Drehung in der 2. Flugphase	Drehung erfolgt erst in der 2. Flugphase und muss in der Luft abgeschlossen werden.	

Pkte	weiblich / Alter							
	-7	8, 81-90	9, 71-80	10, 61-70	11, 51-60	12, 41-50	13, 31-40	14-30
50	11,42	10,66	10,08	9,62	9,24	9,09	8,71	8,53
49	11,55	10,79	10,21	9,75	9,36	9,19	8,81	8,63
48	11,65	10,89	10,30	9,84	9,46	9,27	8,88	8,70
47	11,80	11,03	10,45	9,98	9,60	9,38	9,00	8,81
46	11,92	11,15	10,56	10,09	9,70	9,47	9,09	8,90
45	12,01	11,24	10,65	10,18	9,79	9,54	9,16	8,97
44	12,10	11,32	10,73	10,25	9,87	9,61	9,22	9,03
43	12,17	11,39	10,80	10,32	9,93	9,66	9,27	9,08
42	12,23	11,45	10,86	10,38	9,99	9,71	9,32	9,13
41	12,30	11,51	10,92	10,44	10,05	9,76	9,37	9,18
40	12,35	11,57	10,98	10,49	10,10	9,80	9,41	9,22
39	12,41	11,62	11,03	10,54	10,15	9,84	9,45	9,26
38	12,46	11,67	11,08	10,59	10,20	9,88	9,49	9,30
37	12,50	11,72	11,12	10,64	10,24	9,92	9,53	9,33
36	12,55	11,76	11,17	10,68	10,29	9,96	9,56	9,37
35	12,60	11,81	11,21	10,72	10,33	9,99	9,60	9,40
34	12,64	11,85	11,25	10,76	10,37	10,02	9,63	9,43
33	12,68	11,89	11,29	10,80	10,41	10,06	9,66	9,46
32	12,72	11,93	11,33	10,84	10,45	10,09	9,69	9,50
31	12,76	11,97	11,37	10,88	10,48	10,12	9,72	9,53
30	12,80	12,01	11,41	10,92	10,52	10,15	9,75	9,56
29	12,84	12,05	11,45	10,95	10,56	10,18	9,78	9,58
28	12,88	12,09	11,49	10,99	10,59	10,21	9,81	9,61
27	12,92	12,12	11,53	11,03	10,63	10,24	9,84	9,64
26	12,96	12,16	11,56	11,06	10,66	10,27	9,87	9,67
25	13,00	12,20	11,60	11,10	10,70	10,30	9,90	9,70
24	13,04	12,24	11,64	11,14	10,74	10,33	9,93	9,73
23	13,08	12,28	11,67	11,17	10,77	10,36	9,96	9,76
22	13,12	12,31	11,71	11,21	10,81	10,39	9,99	9,79
21	13,16	12,35	11,75	11,25	10,84	10,42	10,02	9,82
20	13,20	12,39	11,79	11,28	10,88	10,45	10,05	9,84
19	13,24	12,43	11,83	11,32	10,92	10,48	10,08	9,87
18	13,28	12,47	11,87	11,36	10,95	10,51	10,11	9,90
17	13,32	12,51	11,91	11,40	10,99	10,54	10,14	9,94
16	13,36	12,55	11,95	11,44	11,03	10,58	10,17	9,97
15	13,40	12,59	11,99	11,48	11,07	10,61	10,20	10,00
14	13,45	12,64	12,03	11,52	11,11	10,64	10,24	10,03
13	13,50	12,68	12,08	11,56	11,16	10,68	10,27	10,07
12	13,54	12,73	12,12	11,61	11,20	10,72	10,31	10,10
11	13,59	12,78	12,17	11,66	11,25	10,76	10,35	10,14
10	13,65	12,83	12,22	11,71	11,30	10,80	10,39	10,18
9	13,80	12,98	12,37	11,85	11,44	10,91	10,50	10,29
8	13,99	13,16	12,55	12,02	11,61	11,06	10,64	10,43
7	14,27	13,43	12,82	12,28	11,87	11,27	10,85	10,64
6	14,58	13,74	13,12	12,58	12,16	11,51	11,09	10,87
5	schlechtere Zeit							

Pkte	männlich / Alter									
	-7	8	9	10, 81-90	11, 71-80	12, 61-70	13, 51-60	14, 41-50	15, 31-40	16-30
50	10,69	10,35	9,71	9,34	9,02	8,50	8,36	8,17	7,87	7,68
49	10,86	10,51	9,86	9,48	9,15	8,63	8,48	8,28	7,96	7,75
48	10,98	10,62	9,98	9,58	9,25	8,72	8,57	8,36	8,02	7,80
47	11,18	10,80	10,15	9,74	9,40	8,87	8,71	8,49	8,12	7,88
46	11,32	10,94	10,28	9,86	9,52	8,97	8,82	8,59	8,20	7,94
45	11,44	11,05	10,39	9,96	9,61	9,06	8,90	8,67	8,26	7,99
44	11,55	11,14	10,48	10,05	9,70	9,14	8,98	8,74	8,31	8,03
43	11,64	11,23	10,56	10,12	9,77	9,21	9,04	8,80	8,36	8,07
42	11,73	11,30	10,63	10,19	9,83	9,27	9,10	8,85	8,40	8,10
41	11,80	11,38	10,70	10,26	9,90	9,33	9,16	8,91	8,44	8,13
40	11,88	11,44	10,77	10,32	9,95	9,39	9,21	8,95	8,48	8,16
39	11,94	11,51	10,83	10,37	10,01	9,44	9,26	9,00	8,51	8,19
38	12,01	11,56	10,89	10,43	10,06	9,48	9,31	9,04	8,55	8,22
37	12,07	11,62	10,94	10,48	10,10	9,53	9,35	9,08	8,58	8,24
36	12,13	11,68	10,99	10,53	10,15	9,57	9,39	9,12	8,61	8,27
35	12,19	11,73	11,04	10,58	10,20	9,62	9,43	9,16	8,64	8,29
34	12,24	11,78	11,09	10,62	10,24	9,66	9,47	9,20	8,67	8,31
33	12,30	11,83	11,14	10,67	10,28	9,70	9,51	9,23	8,69	8,34
32	12,35	11,88	11,19	10,71	10,32	9,74	9,55	9,27	8,72	8,36
31	12,40	11,93	11,23	10,75	10,36	9,78	9,59	9,30	8,75	8,38
30	12,45	11,97	11,28	10,79	10,40	9,82	9,62	9,34	8,77	8,40
29	12,50	12,02	11,32	10,84	10,44	9,85	9,66	9,37	8,80	8,42
28	12,55	12,06	11,37	10,88	10,48	9,89	9,69	9,40	8,82	8,44
27	12,60	12,11	11,41	10,92	10,52	9,93	9,73	9,43	8,85	8,46
26	12,65	12,15	11,46	10,96	10,56	9,96	9,76	9,47	8,87	8,48
25	12,70	12,20	11,50	11,00	10,60	10,00	9,80	9,50	8,90	8,50
24	12,75	12,25	11,54	11,04	10,64	10,04	9,84	9,53	8,93	8,52
23	12,80	12,29	11,59	11,08	10,68	10,07	9,87	9,57	8,95	8,54
22	12,85	12,34	11,63	11,12	10,72	10,11	9,91	9,60	8,98	8,56
21	12,90	12,38	11,68	11,16	10,76	10,15	9,94	9,63	9,00	8,58
20	12,95	12,43	11,72	11,21	10,80	10,18	9,98	9,66	9,03	8,60
19	13,00	12,47	11,77	11,25	10,84	10,22	10,01	9,70	9,05	8,62
18	13,05	12,52	11,81	11,29	10,88	10,26	10,05	9,73	9,08	8,64
17	13,10	12,57	11,86	11,33	10,92	10,30	10,09	9,77	9,11	8,66
16	13,16	12,62	11,91	11,38	10,96	10,34	10,13	9,80	9,13	8,69
15	13,21	12,67	11,96	11,42	11,00	10,38	10,17	9,84	9,16	8,71
14	13,27	12,72	12,01	11,47	11,05	10,43	10,21	9,88	9,19	8,73
13	13,33	12,78	12,06	11,52	11,10	10,47	10,25	9,92	9,22	8,76
12	13,39	12,84	12,11	11,57	11,14	10,52	10,29	9,96	9,25	8,78
11	13,46	12,89	12,17	11,63	11,19	10,56	10,34	10,00	9,29	8,81
10	13,52	12,96	12,23	11,68	11,25	10,61	10,39	10,05	9,32	8,84
9	13,72	13,13	12,40	11,84	11,40	10,76	10,53	10,17	9,42	8,91
8	13,96	13,35	12,61	12,04	11,59	10,94	10,70	10,33	9,54	9,01
7	14,31	13,68	12,93	12,33	11,87	11,20	10,95	10,57	9,72	9,16
6	14,71	14,05	13,29	12,66	12,18	11,50	11,24	10,83	9,93	9,32
5	schlechtere Zeit									

Pkte	weiblich / Alter							
	-7	8, 81-90	9, 71-80	10, 61-70	11, 51-60	12, 41-50	13, 31-40	14-30
50	316	321	341	373	400	430	446	466
49	310	315	335	367	393	423	439	459
48	306	311	330	362	389	418	434	454
47	299	304	323	355	381	411	427	446
46	294	299	318	349	375	405	421	440
45	290	295	313	344	371	400	416	435
44	287	291	309	340	367	396	412	431
43	284	288	306	337	363	392	408	427
42	281	285	303	334	360	389	405	424
41	278	282	300	331	357	386	402	421
40	276	280	297	328	354	383	399	418
39	273	277	295	326	351	380	396	415
38	271	275	292	323	349	378	394	412
37	269	273	290	321	346	375	391	410
36	267	271	288	319	344	373	389	407
35	265	269	286	316	342	370	386	405
34	263	267	284	314	340	368	384	403
33	262	265	282	312	338	366	382	400
32	260	263	280	310	336	364	380	398
31	258	261	278	308	334	362	378	396
30	256	260	276	306	332	360	376	394
29	255	258	274	304	330	358	374	392
28	253	256	272	303	328	356	372	390
27	251	254	271	301	326	354	370	388
26	250	253	269	299	324	352	368	386
25	248	251	267	297	322	350	366	384
24	246	249	265	295	320	348	364	382
23	245	248	263	293	318	346	362	380
22	243	246	262	291	316	344	360	378
21	241	244	260	290	314	342	358	376
20	240	242	258	288	312	340	356	374
19	238	241	256	286	310	338	354	372
18	236	239	254	284	308	336	352	370
17	234	237	252	282	306	334	350	368
16	233	235	250	280	304	332	348	365
15	231	233	248	278	302	330	346	363
14	229	231	246	275	300	327	343	361
13	227	229	244	273	298	325	341	358
12	225	227	242	271	295	322	338	356
11	223	225	239	268	293	320	336	353
10	220	222	237	266	290	317	333	350
9	214	216	230	259	283	310	326	343
8	206	207	221	250	273	300	316	333
7	194	195	208	236	259	286	302	318
6	180	181	193	221	244	270	286	302
5	schlechtere Weite							

Pkte	männlich / Alter										
	-7	8	9	10, 81-90	11, 71-80	12, 61-70	13, 51-60	14, 41-50	15, 31-40	16-30	
50	316	325	366	405	426	464	480	510	552	590	
49	310	319	360	398	419	455	471	501	543	581	
48	306	315	355	393	414	449	465	494	536	574	
47	299	308	348	385	405	440	455	484	526	564	
46	294	303	343	379	399	432	448	476	518	556	
45	290	299	338	374	394	427	442	470	512	550	
44	287	295	334	370	389	421	437	464	506	544	
43	284	292	331	366	385	417	432	459	501	539	
42	281	289	328	363	382	413	428	455	497	535	
41	278	286	325	360	378	409	424	451	493	531	
40	276	284	322	357	375	405	420	447	489	527	
39	273	281	320	354	372	402	417	443	485	523	
38	271	279	317	351	370	399	414	440	482	520	
37	269	277	315	349	367	396	411	436	478	516	
36	267	275	313	346	364	393	408	433	475	513	
35	265	273	311	344	362	390	405	430	472	510	
34	263	271	309	342	360	387	402	427	469	507	
33	262	269	307	339	357	385	399	424	466	504	
32	260	267	305	337	355	382	397	422	464	502	
31	258	265	303	335	353	380	394	419	461	499	
30	256	264	301	333	351	377	391	416	458	496	
29	255	262	299	331	348	375	389	413	455	493	
28	253	260	297	329	346	372	386	411	453	491	
27	251	258	296	327	344	370	384	408	450	488	
26	250	257	294	325	342	367	381	406	448	486	
25	248	255	292	323	340	365	379	403	445	483	
24	246	253	290	321	338	363	377	400	442	480	
23	245	252	288	319	336	360	374	398	440	478	
22	243	250	287	317	334	358	372	395	437	475	
21	241	248	285	315	332	355	369	393	435	473	
20	240	246	283	313	329	353	367	390	432	470	
19	238	245	281	311	327	350	364	387	429	467	
18	236	243	279	309	325	348	361	384	426	464	
17	234	241	277	307	323	345	359	382	424	462	
16	233	239	275	304	320	343	356	379	421	459	
15	231	237	273	302	318	340	353	376	418	456	
14	229	235	271	300	316	337	350	373	415	453	
13	227	233	269	297	313	334	347	370	412	450	
12	225	231	267	295	310	331	344	366	408	446	
11	223	229	264	292	308	328	341	363	405	443	
10	220	226	262	289	305	325	338	359	401	439	
9	214	220	255	282	296	315	328	349	391	429	
8	206	211	246	272	286	303	316	336	378	416	
7	194	199	233	257	271	286	298	317	359	397	
6	180	185	218	241	254	266	278	296	338	376	
5	schlechtere Weite										

Pkte	weiblich / Alter							
	-7	8, 81-90	9, 71-80	10, 61-70	11, 51-60	12, 41-50	13, 31-40	14-30
50	16,7	19,3	22,4	27,5	31,2	34,9	37,8	43,6
49	16,1	18,7	21,8	26,8	30,3	34,0	36,8	42,4
48	15,8	18,3	21,3	26,2	29,6	33,3	36,0	41,6
47	15,2	17,6	20,6	25,3	28,6	32,2	34,8	40,3
46	14,7	17,1	20,1	24,7	27,8	31,4	33,9	39,3
45	14,3	16,7	19,6	24,1	27,2	30,8	33,2	38,5
44	14,0	16,4	19,2	23,7	26,6	30,2	32,5	37,8
43	13,7	16,1	18,9	23,3	26,1	29,7	32,0	37,1
42	13,5	15,8	18,6	22,9	25,7	29,3	31,5	36,6
41	13,2	15,5	18,3	22,5	25,3	28,9	31,0	36,0
40	13,0	15,3	18,0	22,2	24,9	28,5	30,5	35,6
39	12,8	15,0	17,8	21,9	24,5	28,1	30,1	35,1
38	12,6	14,8	17,5	21,6	24,2	27,7	29,7	34,7
37	12,4	14,6	17,3	21,3	23,8	27,4	29,4	34,2
36	12,2	14,4	17,1	21,1	23,5	27,1	29,0	33,8
35	12,1	14,2	16,9	20,8	23,2	26,8	28,6	33,5
34	11,9	14,0	16,7	20,6	22,9	26,5	28,3	33,1
33	11,7	13,9	16,5	20,3	22,6	26,2	28,0	32,7
32	11,6	13,7	16,3	20,1	22,4	25,9	27,7	32,4
31	11,4	13,5	16,1	19,8	22,1	25,6	27,3	32,0
30	11,3	13,3	15,9	19,6	21,8	25,3	27,0	31,7
29	11,1	13,2	15,7	19,4	21,5	25,1	26,7	31,3
28	11,0	13,0	15,5	19,2	21,3	24,8	26,4	31,0
27	10,8	12,8	15,4	18,9	21,0	24,5	26,1	30,7
26	10,7	12,7	15,2	18,7	20,8	24,3	25,8	30,3
25	10,5	12,5	15,0	18,5	20,5	24,0	25,5	30,0
24	10,3	12,3	14,8	18,3	20,2	23,7	25,2	29,7
23	10,2	12,2	14,6	18,1	20,0	23,5	24,9	29,3
22	10,0	12,0	14,5	17,8	19,7	23,2	24,6	29,0
21	9,9	11,8	14,3	17,6	19,5	22,9	24,3	28,7
20	9,7	11,7	14,1	17,4	19,2	22,7	24,0	28,3
19	9,6	11,5	13,9	17,2	18,9	22,4	23,7	28,0
18	9,4	11,3	13,7	16,9	18,6	22,1	23,3	27,6
17	9,3	11,1	13,5	16,7	18,4	21,8	23,0	27,3
16	9,1	11,0	13,3	16,4	18,1	21,5	22,7	26,9
15	8,9	10,8	13,1	16,2	17,8	21,2	22,4	26,5
14	8,8	10,6	12,9	15,9	17,5	20,9	22,0	26,2
13	8,6	10,4	12,7	15,7	17,2	20,6	21,6	25,8
12	8,4	10,2	12,5	15,4	16,8	20,3	21,3	25,3
11	8,2	10,0	12,2	15,1	16,5	19,9	20,9	24,9
10	8,0	9,7	12,0	14,8	16,1	19,5	20,5	24,4
9	7,4	9,1	11,3	13,9	15,1	18,5	19,3	23,2
8	6,7	8,3	10,4	12,9	13,8	17,2	17,8	21,5
7	5,6	7,1	9,1	11,3	11,9	15,3	15,6	19,1
6	4,3	5,7	7,6	9,5	9,8	13,1	13,2	16,4
5	schlechtere Weite							

Pkte	männlich / Alter									
	-7	8	9	10, 81-90	11, 71-80	12, 61-70	13, 51-60	14, 41-50	15, 31-40	16-30
50	26,2	27,7	33,7	39,3	41,7	46,8	48,8	55,4	59,6	67,0
49	25,5	27,0	32,8	38,3	40,7	45,7	47,6	54,1	58,3	65,5
48	24,9	26,4	32,2	37,5	39,9	44,9	46,7	53,2	57,3	64,4
47	24,0	25,5	31,1	36,3	38,6	43,6	45,4	51,8	55,8	62,7
46	23,3	24,8	30,3	35,4	37,7	42,6	44,4	50,7	54,7	61,4
45	22,8	24,3	29,7	34,7	36,9	41,8	43,6	49,8	53,7	60,4
44	22,3	23,8	29,1	34,0	36,3	41,1	42,9	49,0	52,9	59,5
43	21,9	23,4	28,7	33,5	35,7	40,5	42,2	48,3	52,2	58,7
42	21,5	23,0	28,2	33,0	35,2	40,0	41,7	47,7	51,5	58,0
41	21,1	22,6	27,8	32,5	34,7	39,4	41,1	47,1	50,9	57,3
40	20,8	22,3	27,4	32,0	34,2	39,0	40,6	46,6	50,4	56,7
39	20,5	22,0	27,0	31,6	33,8	38,5	40,2	46,1	49,9	56,1
38	20,2	21,7	26,7	31,2	33,4	38,1	39,7	45,6	49,4	55,5
37	19,9	21,4	26,4	30,9	33,0	37,7	39,3	45,2	48,9	55,0
36	19,6	21,1	26,0	30,5	32,6	37,3	38,9	44,7	48,4	54,5
35	19,4	20,9	25,7	30,1	32,3	36,9	38,5	44,3	48,0	54,0
34	19,1	20,6	25,4	29,8	31,9	36,5	38,1	43,9	47,5	53,5
33	18,9	20,4	25,2	29,5	31,6	36,2	37,8	43,5	47,1	53,0
32	18,6	20,1	24,9	29,2	31,2	35,8	37,4	43,1	46,7	52,5
31	18,4	19,9	24,6	28,8	30,9	35,5	37,0	42,7	46,3	52,1
30	18,1	19,6	24,3	28,5	30,6	35,1	36,7	42,3	45,9	51,7
29	17,9	19,4	24,1	28,2	30,3	34,8	36,4	42,0	45,5	51,2
28	17,7	19,2	23,8	27,9	29,9	34,5	36,0	41,6	45,1	50,8
27	17,5	19,0	23,5	27,6	29,6	34,2	35,7	41,2	44,8	50,4
26	17,2	18,7	23,3	27,3	29,3	33,8	35,3	40,9	44,4	49,9
25	17,0	18,5	23,0	27,0	29,0	33,5	35,0	40,5	44,0	49,5
24	16,8	18,3	22,7	26,7	28,7	33,2	34,7	40,1	43,6	49,1
23	16,5	18,0	22,5	26,4	28,4	32,8	34,3	39,8	43,2	48,6
22	16,3	17,8	22,2	26,1	28,1	32,5	34,0	39,4	42,9	48,2
21	16,1	17,6	21,9	25,8	27,7	32,2	33,6	39,0	42,5	47,8
20	15,9	17,4	21,7	25,5	27,4	31,9	33,3	38,7	42,1	47,3
19	15,6	17,1	21,4	25,2	27,1	31,5	33,0	38,3	41,7	46,9
18	15,4	16,9	21,1	24,8	26,8	31,2	32,6	37,9	41,3	46,5
17	15,1	16,6	20,8	24,5	26,4	30,8	32,2	37,5	40,9	46,0
16	14,9	16,4	20,6	24,2	26,1	30,5	31,9	37,1	40,5	45,5
15	14,6	16,1	20,3	23,9	25,7	30,1	31,5	36,7	40,0	45,0
14	14,4	15,9	20,0	23,5	25,4	29,7	31,1	36,3	39,6	44,5
13	14,1	15,6	19,6	23,1	25,0	29,3	30,7	35,8	39,1	44,0
12	13,8	15,3	19,3	22,8	24,6	28,9	30,3	35,4	38,6	43,5
11	13,5	15,0	19,0	22,4	24,2	28,5	29,8	34,9	38,1	42,9
10	13,2	14,7	18,6	22,0	23,8	28,0	29,4	34,4	37,6	42,3
9	12,3	13,8	17,6	20,8	22,6	26,8	28,1	33,0	36,1	40,7
8	11,2	12,7	16,3	19,3	21,1	25,2	26,4	31,2	34,3	38,6
7	9,6	11,1	14,4	17,1	18,8	22,8	24,0	28,6	31,5	35,5
6	7,8	9,3	12,3	14,7	16,3	20,2	21,2	25,6	28,4	32,0
5	schlechtere Weite									

Punkte	Alter										Punkte
	-7	8, 81-90	9, 71-80	10, 61-70	11, 51-60	12, 41-50	13, 31-40	14-30			
männlich	-7	8	9	10, 81-90	11, 71-80	12, 61-70	13, 51-60	14, 41-50	15, 31-40	16-30	männlich
50	26,1	23,1	22,4	21,9	20,1	19,4	18,4	18,2	17,9	17,8	50
49	27,1	24,1	23,4	22,6	20,8	20,0	18,9	18,6	18,2	18,1	49
48	27,9	24,9	24,1	23,1	21,2	20,3	19,3	18,9	18,5	18,2	48
47	29,1	26,1	25,1	23,9	22,0	20,9	19,8	19,4	18,8	18,5	47
46	30,0	27,0	26,0	24,5	22,6	21,4	20,3	19,8	19,1	18,7	46
45	30,8	27,7	26,7	25,0	23,0	21,8	20,6	20,1	19,4	18,8	45
44	31,4	28,4	27,2	25,5	23,4	22,1	20,9	20,4	19,6	19,0	44
43	32,0	28,9	27,8	25,9	23,8	22,4	21,2	20,6	19,7	19,1	43
42	32,5	29,4	28,2	26,2	24,1	22,6	21,4	20,8	19,9	19,2	42
41	33,0	29,9	28,7	26,5	24,4	22,9	21,6	21,0	20,1	19,3	41
40	33,5	30,4	29,1	26,8	24,7	23,1	21,8	21,2	20,2	19,4	40
39	33,9	30,8	29,5	27,1	25,0	23,3	22,0	21,4	20,3	19,5	39
38	34,3	31,2	29,8	27,4	25,2	23,5	22,2	21,5	20,5	19,6	38
37	34,7	31,5	30,2	27,7	25,5	23,7	22,4	21,7	20,6	19,7	37
36	35,0	31,9	30,5	27,9	25,7	23,9	22,6	21,8	20,7	19,7	36
35	35,4	32,3	30,8	28,1	25,9	24,0	22,7	22,0	20,8	19,8	35
34	35,7	32,6	31,1	28,4	26,1	24,2	22,9	22,1	20,9	19,9	34
33	36,1	32,9	31,4	28,6	26,3	24,4	23,0	22,3	21,0	20,0	33
32	36,4	33,2	31,7	28,8	26,5	24,5	23,2	22,4	21,1	20,0	32
31	36,7	33,6	32,0	29,0	26,7	24,7	23,3	22,5	21,2	20,1	31
30	37,1	33,9	32,3	29,3	26,9	24,8	23,5	22,7	21,3	20,2	30
29	37,4	34,2	32,6	29,5	27,1	25,0	23,6	22,8	21,4	20,2	29
28	37,7	34,5	32,9	29,7	27,3	25,1	23,8	22,9	21,5	20,3	28
27	38,0	34,8	33,1	29,9	27,5	25,3	23,9	23,0	21,6	20,4	27
26	38,3	35,1	33,4	30,1	27,7	25,4	24,1	23,2	21,7	20,4	26
25	38,6	35,4	33,7	30,3	27,9	25,6	24,2	23,3	21,8	20,5	25
24	38,9	35,7	34,0	30,5	28,1	25,8	24,3	23,4	21,9	20,6	24
23	39,2	36,0	34,3	30,7	28,3	25,9	24,5	23,6	22,0	20,6	23
22	39,5	36,3	34,5	30,9	28,5	26,1	24,6	23,7	22,1	20,7	22
21	39,8	36,6	34,8	31,1	28,7	26,2	24,8	23,8	22,2	20,8	21
20	40,1	36,9	35,1	31,3	28,9	26,4	24,9	23,9	22,3	20,8	20
19	40,5	37,2	35,4	31,6	29,1	26,5	25,1	24,1	22,4	20,9	19
18	40,8	37,6	35,7	31,8	29,3	26,7	25,2	24,2	22,5	21,0	18
17	41,1	37,9	36,0	32,0	29,5	26,8	25,4	24,3	22,6	21,0	17
16	41,5	38,2	36,3	32,2	29,7	27,0	25,5	24,5	22,7	21,1	16
15	41,8	38,5	36,6	32,5	29,9	27,2	25,7	24,6	22,8	21,2	15
14	42,2	38,9	36,9	32,7	30,1	27,3	25,8	24,8	22,9	21,3	14
13	42,5	39,3	37,2	32,9	30,3	27,5	26,0	24,9	23,0	21,3	13
12	42,9	39,6	37,6	33,2	30,6	27,7	26,2	25,1	23,1	21,4	12
11	43,3	40,0	37,9	33,5	30,8	27,9	26,4	25,2	23,3	21,5	11
10	43,7	40,4	38,3	33,8	31,1	28,1	26,6	25,4	23,4	21,6	10
9	44,9	41,6	39,4	34,5	31,8	28,7	27,1	25,9	23,8	21,8	9
8	46,4	43,1	40,7	35,6	32,8	29,4	27,8	26,5	24,2	22,2	8
7	48,6	45,3	42,7	37,0	34,2	30,5	28,8	27,4	24,9	22,6	7
6	52,8	49,4	46,5	39,8	36,7	32,6	30,7	29,1	26,2	23,5	6
5	schlechtere Zeit										5

Punkte	Alter										Punkte
	-7	8, 81-90	9, 71-80	10, 61-70	11, 51-60	12, 41-50	13, 31-40	14-30			
männlich	-7	8	9	10, 81-90	11, 71-80	12, 61-70	13, 51-60	14, 41-50	15, 31-40	16-30	männlich
50	25,9	24,9	24,4	21,3	20,3	18,7	17,8	17,6	16,9	15,8	50
49	27,4	26,3	25,8	22,5	21,3	19,6	18,5	18,2	17,5	16,4	49
48	28,5	27,3	26,8	23,4	22,1	20,2	19,0	18,7	17,9	16,7	48
47	30,1	29,0	28,4	24,8	23,3	21,2	19,8	19,4	18,5	17,3	47
46	31,4	30,2	29,6	25,9	24,2	22,0	20,4	19,9	19,0	17,8	46
45	32,4	31,2	30,6	26,7	24,9	22,6	20,9	20,3	19,4	18,2	45
44	33,3	32,1	31,4	27,5	25,6	23,1	21,3	20,7	19,7	18,5	44
43	34,1	32,8	32,2	28,1	26,1	23,6	21,7	21,0	20,0	18,8	43
42	34,8	33,5	32,9	28,7	26,6	24,0	22,0	21,3	20,3	19,0	42
41	35,5	34,2	33,5	29,3	27,1	24,4	22,3	21,6	20,6	19,3	41
40	36,1	34,8	34,1	29,8	27,6	24,8	22,6	21,9	20,8	19,5	40
39	36,7	35,4	34,7	30,3	28,0	25,1	22,9	22,1	21,0	19,7	39
38	37,3	35,9	35,2	30,7	28,4	25,5	23,2	22,3	21,2	19,9	38
37	37,8	36,4	35,7	31,2	28,7	25,8	23,4	22,5	21,4	20,1	37
36	38,3	36,9	36,2	31,6	29,1	26,1	23,7	22,8	21,6	20,3	36
35	38,8	37,4	36,6	32,0	29,5	26,4	23,9	23,0	21,8	20,4	35
34	39,3	37,9	37,1	32,4	29,8	26,7	24,1	23,2	22,0	20,6	34
33	39,7	38,3	37,5	32,8	30,1	26,9	24,4	23,4	22,2	20,8	33
32	40,2	38,8	38,0	33,2	30,4	27,2	24,6	23,5	22,4	20,9	32
31	40,6	39,2	38,4	33,5	30,8	27,5	24,8	23,7	22,5	21,1	31
30	41,1	39,6	38,8	33,9	31,1	27,7	25,0	23,9	22,7	21,2	30
29	41,5	40,0	39,2	34,3	31,4	28,0	25,2	24,1	22,9	21,4	29
28	41,9	40,5	39,6	34,6	31,7	28,2	25,4	24,3	23,0	21,5	28
27	42,4	40,9	40,0	35,0	32,0	28,5	25,6	24,4	23,2	21,7	27
26	42,8	41,3	40,4	35,3	32,3	28,7	25,8	24,6	23,3	21,8	26
25	43,2	41,7	40,8	35,7	32,6	29,0	26,0	24,8	23,5	22,0	25
24	43,6	42,1	41,2	36,0	32,9	29,3	26,2	25,0	23,7	22,2	24
23	44,0	42,5	41,6	36,4	33,2	29,5	26,4	25,2	23,8	22,3	23
22	44,5	42,9	42,0	36,7	33,5	29,8	26,6	25,3	24,0	22,5	22
21	44,9	43,4	42,5	37,1	33,8	30,0	26,8	25,5	24,1	22,6	21
20	45,3	43,8	42,9	37,5	34,1	30,3	27,0	25,7	24,3	22,8	20
19	45,8	44,2	43,3	37,8	34,4	30,5	27,2	25,9	24,5	22,9	19
18	46,2	44,6	43,7	38,2	34,8	30,8	27,4	26,1	24,6	23,1	18
17	46,7	45,1	44,1	38,6	35,1	31,1	27,6	26,2	24,8	23,2	17
16	47,1	45,5	44,6	39,0	35,4	31,3	27,9	26,4	25,0	23,4	16
15	47,6	46,0	45,0	39,4	35,7	31,6	28,1	26,6	25,2	23,6	15
14	48,1	46,5	45,5	39,8	36,1	31,9	28,3	26,8	25,4	23,7	14
13	48,6	47,0	46,0	40,2	36,5	32,2	28,6	27,1	25,6	23,9	13
12	49,1	47,5	46,5	40,6	36,8	32,5	28,8	27,3	25,8	24,1	12
11	49,7	48,0	47,0	41,1	37,2	32,9	29,1	27,5	26,0	24,3	11
10	50,3	48,6	47,6	41,6	37,6	33,2	29,4	27,7	26,2	24,5	10
9	51,9	50,2	49,1	42,9	38,8	34,2	30,1	28,4	26,8	25,1	9
8	54,0	52,2	51,1	44,7	40,3	35,4	31,1	29,3	27,6	25,8	8
7	57,0	55,2	54,0	47,2	42,5	37,2	32,6	30,6	28,8	26,9	7
6	62,7	60,8	59,4	52,0	46,6	40,6	35,3	32,9	30,9	29,0	6
5	schlechtere Zeit										5

Pkte	weiblich / Alter							
	-7	8, 81-90	9, 71-80	10, 61-70	11, 51-60	12, 41-50	13, 31-40	14-30
50	28,7	22,2	21,1	18,3	17,1	16,2	15,1	14,9
49	30,1	23,5	22,4	19,3	18,0	16,9	15,7	15,3
48	31,1	24,5	23,4	20,1	18,6	17,3	16,1	15,6
47	32,7	25,9	24,8	21,3	19,5	18,1	16,8	16,1
46	33,9	27,1	26,0	22,2	20,3	18,7	17,3	16,5
45	34,9	28,0	26,9	22,9	20,8	19,1	17,7	16,8
44	35,8	28,8	27,7	23,6	21,4	19,5	18,1	17,1
43	36,5	29,5	28,4	24,1	21,8	19,9	18,4	17,3
42	37,2	30,1	29,0	24,6	22,2	20,2	18,7	17,5
41	37,9	30,7	29,6	25,1	22,6	20,5	19,0	17,7
40	38,5	31,3	30,2	25,6	23,0	20,8	19,2	17,9
39	39,0	31,8	30,7	26,0	23,3	21,1	19,5	18,1
38	39,6	32,3	31,2	26,4	23,6	21,3	19,7	18,2
37	40,1	32,8	31,7	26,7	23,9	21,6	19,9	18,4
36	40,6	33,2	32,1	27,1	24,2	21,8	20,1	18,5
35	41,1	33,7	32,6	27,5	24,5	22,0	20,3	18,7
34	41,5	34,1	33,0	27,8	24,8	22,2	20,5	18,8
33	42,0	34,5	33,4	28,1	25,0	22,4	20,7	19,0
32	42,4	34,9	33,8	28,4	25,3	22,6	20,9	19,1
31	42,8	35,3	34,2	28,8	25,5	22,8	21,1	19,2
30	43,2	35,7	34,6	29,1	25,8	23,0	21,2	19,4
29	43,7	36,1	35,0	29,4	26,0	23,2	21,4	19,5
28	44,1	36,5	35,4	29,7	26,3	23,4	21,6	19,6
27	44,5	36,8	35,7	30,0	26,5	23,6	21,8	19,7
26	44,9	37,2	36,1	30,3	26,8	23,8	21,9	19,9
25	45,3	37,6	36,5	30,6	27,0	24,0	22,1	20,0
24	45,7	38,0	36,9	30,9	27,2	24,2	22,3	20,1
23	46,1	38,4	37,3	31,2	27,5	24,4	22,4	20,3
22	46,5	38,7	37,6	31,5	27,7	24,6	22,6	20,4
21	46,9	39,1	38,0	31,8	28,0	24,8	22,8	20,5
20	47,4	39,5	38,4	32,1	28,2	25,0	23,0	20,6
19	47,8	39,9	38,8	32,4	28,5	25,2	23,1	20,8
18	48,2	40,3	39,2	32,8	28,7	25,4	23,3	20,9
17	48,6	40,7	39,6	33,1	29,0	25,6	23,5	21,0
16	49,1	41,1	40,0	33,4	29,2	25,8	23,7	21,2
15	49,5	41,5	40,4	33,7	29,5	26,0	23,9	21,3
14	50,0	42,0	40,9	34,1	29,8	26,2	24,1	21,5
13	50,5	42,4	41,3	34,5	30,1	26,4	24,3	21,6
12	51,0	42,9	41,8	34,8	30,4	26,7	24,5	21,8
11	51,6	43,4	42,3	35,2	30,7	26,9	24,7	21,9
10	52,1	43,9	42,8	35,6	31,0	27,2	25,0	22,1
9	53,7	45,4	44,3	36,8	32,0	27,9	25,6	22,6
8	55,7	47,2	46,1	38,3	33,2	28,9	26,5	23,2
7	58,6	49,9	48,8	40,5	34,9	30,3	27,7	24,1
6	64,1	55,0	53,9	44,6	38,2	32,8	30,0	25,8
5	schlechtere Zeit							

Pkte	männlich / Alter										
	-7	8	9	10, 81-90	11, 71-80	12, 61-70	13, 51-60	14, 41-50	15, 31-40	16-30	
50	28,7	22,2	19,6	17,7	17,4	16,1	14,5	14,3	14,0	13,8	
49	30,1	23,5	20,8	18,7	18,1	16,7	15,0	14,7	14,4	14,1	
48	31,1	24,5	21,7	19,5	18,7	17,2	15,4	15,0	14,6	14,3	
47	32,7	25,9	23,1	20,6	19,5	17,9	16,0	15,6	15,1	14,7	
46	33,9	27,1	24,2	21,5	20,2	18,5	16,4	15,9	15,4	15,0	
45	34,9	28,0	25,0	22,2	20,7	19,0	16,8	16,3	15,7	15,2	
44	35,8	28,8	25,8	22,9	21,1	19,4	17,1	16,5	15,9	15,4	
43	36,5	29,5	26,4	23,4	21,6	19,7	17,4	16,8	16,1	15,6	
42	37,2	30,1	27,0	23,9	21,9	20,0	17,6	17,0	16,3	15,7	
41	37,9	30,7	27,6	24,4	22,3	20,3	17,8	17,2	16,5	15,9	
40	38,5	31,3	28,1	24,8	22,6	20,6	18,1	17,4	16,6	16,0	
39	39,0	31,8	28,6	25,2	22,9	20,8	18,3	17,6	16,8	16,1	
38	39,6	32,3	29,1	25,6	23,2	21,1	18,5	17,8	16,9	16,2	
37	40,1	32,8	29,5	26,0	23,4	21,3	18,6	17,9	17,1	16,3	
36	40,6	33,2	29,9	26,4	23,7	21,5	18,8	18,1	17,2	16,5	
35	41,1	33,7	30,3	26,7	23,9	21,8	19,0	18,2	17,3	16,6	
34	41,5	34,1	30,7	27,0	24,2	22,0	19,1	18,4	17,5	16,7	
33	42,0	34,5	31,1	27,4	24,4	22,2	19,3	18,5	17,6	16,8	
32	42,4	34,9	31,5	27,7	24,7	22,4	19,5	18,7	17,7	16,9	
31	42,8	35,3	31,9	28,0	24,9	22,6	19,6	18,8	17,8	17,0	
30	43,2	35,7	32,2	28,3	25,1	22,8	19,8	18,9	17,9	17,0	
29	43,7	36,1	32,6	28,6	25,3	23,0	19,9	19,1	18,1	17,1	
28	44,1	36,5	32,9	28,9	25,6	23,1	20,1	19,2	18,2	17,2	
27	44,5	36,8	33,3	29,2	25,8	23,3	20,2	19,3	18,3	17,3	
26	44,9	37,2	33,6	29,5	26,0	23,5	20,4	19,5	18,4	17,4	
25	45,3	37,6	34,0	29,8	26,2	23,7	20,5	19,6	18,5	17,5	
24	45,7	38,0	34,4	30,1	26,4	23,9	20,6	19,7	18,6	17,6	
23	46,1	38,4	34,7	30,4	26,6	24,1	20,8	19,9	18,7	17,7	
22	46,5	38,7	35,1	30,7	26,8	24,3	20,9	20,0	18,8	17,8	
21	46,9	39,1	35,4	31,0	27,1	24,4	21,1	20,1	18,9	17,9	
20	47,4	39,5	35,8	31,3	27,3	24,6	21,2	20,3	19,1	18,0	
19	47,8	39,9	36,1	31,6	27,5	24,8	21,4	20,4	19,2	18,0	
18	48,2	40,3	36,5	31,9	27,7	25,0	21,5	20,5	19,3	18,1	
17	48,6	40,7	36,9	32,2	28,0	25,2	21,7	20,7	19,4	18,2	
16	49,1	41,1	37,3	32,6	28,2	25,4	21,9	20,8	19,5	18,3	
15	49,5	41,5	37,7	32,9	28,5	25,6	22,0	21,0	19,7	18,4	
14	50,0	42,0	38,1	33,2	28,7	25,9	22,2	21,1	19,8	18,5	
13	50,5	42,4	38,5	33,6	29,0	26,1	22,4	21,3	19,9	18,7	
12	51,0	42,9	38,9	34,0	29,2	26,3	22,5	21,4	20,1	18,8	
11	51,6	43,4	39,4	34,4	29,5	26,6	22,7	21,6	20,2	18,9	
10	52,1	43,9	39,9	34,8	29,8	26,8	22,9	21,8	20,4	19,0	
9	53,7	45,4	41,3	35,9	30,7	27,5	23,5	22,3	20,8	19,4	
8	55,7	47,2	43,0	37,4	31,7	28,4	24,2	22,9	21,3	19,8	
7	58,6	49,9	45,5	39,5	33,3	29,8	25,3	23,9	22,1	20,5	
6	64,1	55,0	50,3	43,5	36,2	32,3	27,2	25,6	23,6	21,7	
5	schlechtere Zeit										