

Körpergrösse/ taille
ohne Schuhe/ sans chaussures

Einheit/ mesurer [cm]

Alter Âge	Grenzwerte für.../ Valeurs limites pour...				
	1 Punkt	2 Punkte	3 Punkte	4 Punkte	5 Punkte
10	135	140	148	155	160
10,5	138	143	150	157	162
11	140	146	152	158	163
11,5	143,5	148,5	154,0	160,0	165,5
12	147	151	156	162	168
12,5	150,0	155,0	159,5	165,5	171,5
13	153	159	163	169	175
13,5	157	163	169	175	181,0
14	161	167	174	180	187
14,5	166	171	177,0	183,0	189,5
15	170	175	180	186	192
15,5	173	178	183	188	194
16	175	181	185	189	195
16,5	177,0	182,0	186,5	190,5	195,5
17	179	183	188	192	196
17,5	179,5	184,5	189,5	193,5	197,5
≥18	180	186	191	195	199

Prognose der Körpergrösse/ pronostic de taille
ohne Schuhe/ sans chaussures

Einheit/ mesurer [cm]

Alter Âge	Grenzwerte für.../ Valeurs limites pour...				
	1 Punkt	2 Punkte	3 Punkte	4 Punkte	5 Punkte
10 - 13,5	177	182	185	188	194
14 - 20	180	186	191	195	200

Reichhöhe/ hauteur
ohne Schuhe/ sans chaussures

Einheit/ mesurer [cm]

Alter Âge	Grenzwerte für.../ Valeurs limites pour...				
	1 Punkt	2 Punkte	3 Punkte	4 Punkte	5 Punkte
10	181	186	190	194	196
10,5	183,5	189	192,5	196,5	200
11	186	191	195	199	203
11,5	188,5	194,0	198,5	203,0	209
12	191	197	202	207	215
12,5	195,0	201,5	207	213,0	222
13	199	206	211	219	228
13,5	204,0	212	218,0	226	234
14	209	217	225	232	240
14,5	215,0	222	229,5	237	244
15	221	227	234	241	247
15,5	224,5	230,5	237	244	250,0
16	228	234	240	246	253
16,5	230	236,0	242,0	248,0	254,5
17	231	238	244	250	256
17,5	232	239	245,5	252,0	257,5
≥18	232	240	247	254	259

Affenindex/ Index du singe

Einheit/ mesurer [-]

Alter Âge	Grenzwerte für.../ Valeurs limites pour...				
	1 Punkt	2 Punkte	3 Punkte	4 Punkte	5 Punkte
10 - 20	0,965	0,983	0,997	1,012	1,028

Jump and Reach

Einheit/ mesurer [cm]

Alter/ Âge	Grenzwerte für.../ Valeurs limites pour...				
	1 Punkt	2 Punkte	3 Punkte	4 Punkte	5 Punkte
10	214	220	226	230	236
10,5	216	224	230	235	241
11	218	228	234	240	246
11,5	223	233	240	247	255
12	228	238	246	254	264
12,5	234	244	253	262	272
13	240	250	260	270	280
13,5	249	260	270	282	290
14	258	270	280	294	300
14,5	266	280	289	301	308
15	274	290	298	308	316
15,5	282	295	304	313	320
16	290	300	310	318	324
16,5	295	304	312	321	327
17	300	308	314	324	330
17,5	301	310	317	326	332
≥18	302	312	320	328	334

Prognose der Handlungshöhe/ Pronostic de Jump and Reach

Einheit/ mesurer [cm]

Alter/ Âge	Grenzwerte für.../ Valeurs limites pour				
	1 Punkt	2 Punkte	3 Punkte	4 Punkte	5 Punkte
10 - 20	306	316	324	332	338

Sprunghöhe/ Jump

Einheit/ mesurer [cm]

Alter/ Âge	Grenzwerte für.../ Valeurs limites pour...				
	1 Punkt	2 Punkte	3 Punkte	4 Punkte	5 Punkte
10	28	32	36	40	45
10,5	29	34	38	43	48
11	30	35	40	45	50
11,5	31	37	42	48	53
12	32	39	44	50	55
12,5	35	42	47	53	58
13	37	44	49	55	61
13,5	41	48	53	59	65
14	44	51	57	62	68
14,5	48	55	61	66	72
15	51	58	64	69	75
15,5	54	61	67	72	78
16	57	64	70	75	80
16,5	59	66	72	77	82
17	60	67	73	78	83
17,5	62	68	74	79	84
≥18	63	69	74	80	85

Weitsprung/ Long Jump

Einheit/ mesurer [cm]

Alter/ Âge	Grenzwerte für.../ Valeurs limites pour...				
	1 Punkt	2 Punkte	3 Punkte	4 Punkte	5 Punkte
10	145	160	172	182	192
10,5	149	164	176	186	196
11	152	167	180	189	199
11,5	156	173	183	193	202
12	160	178	186	196	204
12,5	165	182	192	203	212
13	169	186	197	209	220
13,5	177	195	207	220	232
14	185	203	216	231	244
14,5	197	214	226	240	251
15	209	224	236	248	258
15,5	216	231	243	254	264
16	223	237	249	260	269
16,5	229	243	254	265	274
17	235	248	259	269	279
17,5	238	252	264	273	282
≥18	240	255	268	276	285

9-3-6-3-9

Einheit/ mesurer [sec]

Alter/ Âge	Grenzwerte für.../ Valeurs limites pour...				
	1 Punkt	2 Punkte	3 Punkte	4 Punkte	5 Punkte
10	10,0	9,8	9,6	9,3	9,0
10,5	9,9	9,6	9,4	9,1	8,8
11	9,7	9,4	9,1	8,8	8,5
11,5	9,6	9,2	8,9	8,6	8,3
12	9,4	9,0	8,7	8,4	8,1
12,5	9,3	8,9	8,6	8,3	8,0
13	9,1	8,7	8,4	8,1	7,8
13,5	9,0	8,6	8,3	8,0	7,7
14	8,8	8,4	8,1	7,8	7,5
14,5	8,7	8,3	8,0	7,7	7,4
15	8,5	8,1	7,8	7,5	7,3
15,5	8,4	8,0	7,7	7,4	7,2
16	8,2	7,9	7,6	7,3	7,1
16,5	8,2	7,8	7,5	7,3	7,1
17	8,1	7,7	7,4	7,2	7,0
17,5	8,1	7,7	7,4	7,2	7,0
≥18	8,0	7,6	7,3	7,1	6,9

Medizinball/ Medicine ball

Einheit/ mesurer [m]

Alter/ Âge	Grenzwerte für.../ Valeurs limites pour...				
	1 Punkt	2 Punkte	3 Punkte	4 Punkte	5 Punkte
12	6,1	7,1	8,2	9,5	10,5
12,5	6,3	7,4	8,5	9,7	10,8
13	6,4	7,7	8,7	9,9	11,1
13,5	7,1	8,4	9,5	10,7	11,8
14	7,7	9,0	10,2	11,4	12,5
14,5	8,4	9,7	11,0	12,3	13,3
15	9,1	10,4	11,7	13,1	14,1
15,5	9,8	11,2	12,4	13,9	15,1
16	10,4	12,0	13,1	14,7	16,1
16,5	10,9	12,5	14,0	15,6	16,9
17	11,3	13,0	14,8	16,4	17,7
17,5	11,6	13,3	15,1	16,6	17,8
≥18	11,9	13,6	15,3	16,7	17,9

Schlagball (200g)/ Rounders (200g)

Einheit/ mesurer [m]

Alter/ Âge	Grenzwerte für.../ Valeurs limites pour...				
	1 Punkt	2 Punkte	3 Punkte	4 Punkte	5 Punkte
10	11,5	15	17,5	19,5	21,5
10,5	14	17,5	19,5	22	25
11	16	19,5	21,5	24	28
11,5	18	22	24	26,5	31
12	19,5	24,5	26	28,5	33,5
12,5	21,5	26	28	31	36
13	23	27,5	30	33	38,5
13,5	24,5	29	31,5	34,5	39,5
14	26	30	32,5	36	40,5
14,5	26,5	31	34	37	41,5
15	26,5	32	35	38	42,5
15,5	27	32,5	36	39	43,5
16	27,5	33	37	40	44
16,5	28	33,5	37,5	40,5	44,5
17	28	34	38	41	45
17,5	28,5	34,5	38,5	41,5	45
≥18	29	35	39	41,5	45,0

Rumpf (frei)/ Abdominaux (pose libre)

Einheit/ mesurer [sec]

Alter/ Âge	Grenzwerte für.../ Valeurs limites pour...				
	1 Punkt	2 Punkte	3 Punkte	4 Punkte	5 Punkte
12	100	140	220	230	240
12,5	100	150	220	230	240
13	100	160	220	230	240
13,5	100	165	220	238	245
14	100	170	220	245	250
14,5	115	175	225	245	250
15	130	180	230	245	250
15,5	130	185	230	245	250
16	130	190	230	245	250
16,5	130	195	235	245	250
17	130	200	240	245	250
17,5	140	218	240	245	250
≥18	150	235	240	245	250

Die Werte für die Halbjahre wurden gemittelt aus den ganzen Jahren.

Die Werte der Perzentilen wurde anhand der Ergebnisse der Jahre 2008-2020 ermittelt.

Ballkontrolle/ *Contrôle du ballon*Einheit/ *mesurer* [Pkt]

Alter/ Âge	Grenzwerte für.../ <i>Valeurs limites pour...</i>				
	1 Punkt	2 Punkte	3 Punkte	4 Punkte	5 Punkte
10	1	2	3	4	5
10,5	3	2	3	4	5
11	1	2	3	4	5
11,5	3	2	3	4	5
12	1	2	3	4	6
12,5	3	2	3	4	6
13	1	2	3	5	7
13,5	3	2	3	5	7
14	1	2	4	5	7
14,5	3	2	4	5	7
15	2	3	5	6	7
15,5	3	3	5	6	7
16	2	4	5	6	8
16,5	3	4	5	6	8
17	2	4	5	7	8
17,5	3	4	5	7	8
≥18	2	4	5	7	8

Ballparcours/ *Parcours avec des ballons*Einheit/ *mesurer* [Pkt]

Alter/ Âge	Grenzwerte für.../ <i>Valeurs limites pour...</i>				
	1 Punkt	2 Punkte	3 Punkte	4 Punkte	5 Punkte
10	5	7	8	10	12
10,5	3	7	8	10	12
11	7	8	10	12	13
11,5	3	8	10	12	13
12	7	8	10	12	13
12,5	3	8	10	12	13
13	8	10	12	13	15
13,5	3	10	12	13	15
14	8	10	12	13	15
14,5	3	10	12	13	15
15	8	10	12	13	15
15,5	3	10	12	13	15
16	8	10	12	13	15
16,5	3	10	12	13	15
17	8	10	12	13	15
17,5	3	10	12	13	15
≥18	8	10	12	13	15

Die Werte für die Halbjahre wurden gemittelt aus den ganzen Jahren.

Die Werte der Perzentilen wurde anhand der Ergebnisse der Jahre 2016-2020 ermittelt.