

**Körpergrösse**

*taille*

ohne Schuhe [cm]

*sans chaussures*

Alter <i>Âge</i>	0	1 (15-39,9%)	2 (40- 64,9%)	3 (65-84,9%)	4 (85-94,9%)	5
10	135	140	148	155	160	
10,5	137,5	143,0	150,0	156,5	161,5	
11	140	146	152	158	163	
11,5	143,5	149,5	155,5	160,5	166,0	
12	147	153	159	163	169	
12,5	150,5	156,5	163,0	167,0	173,5	
13	154	160	167	171	178	
13,5	158,5	164,5	171,0	175,5	182,0	
14	163	169	175	180	186	
14,5	166,5	172,5	178,0	183,0	188,5	
15	170	176	181	186	191	
15,5	173,0	178,5	183,0	188,0	192,5	
16	176	181	185	190	194	
16,5	177,5	182,5	186,0	191,0	195,0	
17	179	184	187	192	196	
17,5	179,0	184,5	187,5	192,5	197,0	
≥18	179	185	188	193	198	

**Prognose der Körpergrösse**

*pronostic de taille*

ohne Schuhe [cm]

*sans chaussures*

Alter <i>Âge</i>	0	1 (15-39,9%)	2 (40- 64,9%)	3 (65-84,9%)	4 (85-94,9%)	5
10 bis	181	187	190	195	200	

**Reichhöhe**

*hauteur*

mit Schuhen [cm]

*avec des chaussures*

Alter <i>Âge</i>	0	1 (15-39,9%)	2 (40- 64,9%)	3 (65-84,9%)	4 (85-94,9%)	5
10	181	186	190	192	195	
10,5	183,5	188,5	192,5	195,0	199,0	
11	186	191	195	198	203	
11,5	188,5	194,0	200,0	205,0	210,5	
12	191	197	205	212	218	
12,5	195,5	202,0	210,5	218,0	224,0	
13	200	207	216	224	230	
13,5	205,5	212,5	222,0	230,0	236,0	
14	211	218	228	236	242	
14,5	216,0	222,5	232,5	239,5	245,5	
15	221	227	237	243	249	
15,5	224,0	230,5	239,0	245,5	251,5	
16	227	234	241	248	254	
16,5	229,0	235,5	242,5	249,0	255,0	
17	231	237	244	250	256	
17,5	231,5	237,5	244,5	251,0	257,0	
≥18	232	238	245	252	258	

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

Die Werte der Perzentilen wurde anhand der Ergebnisse der Jahre 2008-2016 ermittelt.

**Jump and Reach**

Einheit [cm]

*Jump and Reach*

*mesurer*

Alter Age	0	1 (15-39,9%)	2 (40- 64,9%)	3 (65-84,9%)	4 (85-94,9%)	5
10	211	218	222	225	230	
10,5	214,0	223,0	228,5	232,5	238,5	
11	217	228	235	240	247	
11,5	223,0	234,5	242,0	249,5	256,5	
12	229	241	249	259	266	
12,5	236,0	248,0	257,0	267,5	276,5	
13	243	255	265	276	287	
13,5	251,5	264,0	275,0	286,5	296,0	
14	260	273	285	297	305	
14,5	267,5	281,5	292,0	303,0	311,0	
15	275	290	299	309	317	
15,5	283,0	296,5	305,0	313,5	321,5	
16	291	303	311	318	326	
16,5	296,0	305,5	313,0	321,0	328,0	
17	301	308	315	324	330	
17,5	302,0	309,5	317,0	326,0	331,5	
≥18	303	311	319	328	333	

**Prognose der Handlungshöhe**

Einheit [cm]

*Pronostic de Jump and Reach*

*mesurer*

Alter Age	0	1 (15-39,9%)	2 (40- 64,9%)	3 (65-84,9%)	4 (85-94,9%)	5
10	328	335	340	350	355	
10,5	325,5	332,5	337,5	347,5	352,5	
11	323	330	335	345	350	
11,5	319,5	327,5	334,0	342,5	348,5	
12	316	325	333	340	347	
12,5	314,5	324,5	332,0	340,0	348,5	
13	313	324	331	340	350	
13,5	311,5	322,5	329,0	335,0	344,0	
14						
bis	310	321	327	330	338	
≥18						

**relative Sprunghöhe**

Einheit [cm]

*Jump*

*mesurer*

Alter Age	0	1 (15-39,9%)	2 (40- 64,9%)	3 (65-84,9%)	4 (85-94,9%)	5
10	27	35	42	46	53	
10,5	28,5	36,5	43,5	47,5	54,5	
11	30	38	45	49	56	
11,5	31,5	39,5	46,0	50,5	57,5	
12	33	41	47	52	59	
12,5	36,0	43,0	49,0	54,5	61,5	
13	39	45	51	57	64	
13,5	42,5	48,5	54,0	60,0	67,5	
14	46	52	57	63	71	
14,5	48,5	55,5	60,5	66,0	73,5	
15	51	59	64	69	76	
15,5	54,0	61,5	67,0	72,0	78,5	
16	57	64	70	75	81	
16,5	59,0	66,5	72,0	76,5	82,5	
17	61	69	74	78	84	
17,5	61,5	69,0	74,5	78,5	84,5	
≥18	62	69	75	79	85	

Weitsprung

*Long Jump*

Einheit [cm]

*mesurer*

Alter Age	0	1 (15-39,9%)	2 (40- 64,9%)	3 (65-84,9%)	4 (85-94,9%)	5
10						
10,5	149,0	169,0	185,0	195,0	202,0	
11	149	169	185	195	202	
11,5	154,0	172,0	187,5	196,5	205,0	
12	159	175	190	198	208	
12,5	165,0	181,5	194,5	205,0	218,0	
13	171	188	199	212	228	
13,5	180,0	197,0	209,5	224,5	238,5	
14	189	206	220	237	249	
14,5	199,0	216,5	229,5	244,0	254,5	
15	209	227	239	251	260	
15,5	216,0	232,5	244,0	256,0	264,5	
16	223	238	249	261	269	
16,5	229,0	244,5	254,5	264,5	274,0	
17	235	251	260	268	279	
17,5	237,5	253,5	264,0	271,5	282,0	
≥18	240	256	268	275	285	

9-3-6-3-9

*9-3-6-3-9*

Einheit [sec]

*mesurer*

Alter Âge	0	1 (15-39,9%)	2 (40- 64,9%)	3 (65-84,9%)	4 (85-94,9%)	5
10	9,40	9,30	9,20	9,10	9,00	
10,5	9,35	9,20	9,05	8,90	8,65	
11	9,30	9,10	8,90	8,70	8,30	
11,5	9,25	9,00	8,75	8,45	8,10	
12	9,20	8,90	8,60	8,20	7,90	
12,5	9,10	8,75	8,45	8,05	7,75	
13	9,00	8,60	8,30	7,90	7,60	
13,5	8,80	8,40	8,15	7,75	7,45	
14	8,60	8,20	8,00	7,60	7,30	
14,5	8,45	8,05	7,85	7,45	7,20	
15	8,30	7,90	7,70	7,30	7,10	
15,5	8,20	7,80	7,60	7,25	7,05	
16	8,10	7,70	7,50	7,20	7,00	
16,5	8,00	7,65	7,40	7,15	6,95	
17	7,90	7,60	7,30	7,10	6,90	
17,5	7,85	7,55	7,25	7,05	6,85	
≥18	7,80	7,50	7,20	7,00	6,80	

Medizinball

*Medicine ball*

Einheit [m]

*mesurer*

Alter Âge	0	1 (15-39,9%)	2 (40- 64,9%)	3 (65-84,9%)	4 (85-94,9%)	5
14	7,7	9,1	10,4	11,6	12,7	
14,5	8,4	9,9	11,2	12,5	13,4	
15	9,1	10,6	11,9	13,4	14,1	
15,5	9,8	11,4	12,7	14,2	15,3	
16	10,4	12,1	13,4	14,9	16,5	
16,5	11,0	12,7	14,2	15,7	17,4	
17	11,6	13,3	15,0	16,5	18,2	
17,5	11,8	13,5	15,4	16,8	18,6	
≥18	11,9	13,7	15,8	17,0	19,0	

Schlagball

Einheit [m]

*Rounders*

*mesurer*

Alter Âge	0	1 (15-39,9%)	2 (40- 64,9%)	3 (65-84,9%)	4 (85-94,9%)	5
10	9,0	10,0	14,0	22,0	25,0	
10,5	10,5	12,0	16,5	24,5	27,5	
11	12,0	14,0	19,0	27,0	30,0	
11,5	13,0	16,0	21,5	29,5	32,5	
12	14,0	18,0	24,0	32,0	35,0	
12,5	15,5	19,5	26,5	34,5	37,5	
13	17,0	21,0	29,0	37,0	40,0	
13,5	18,5	23,0	31,5	39,5	42,5	
14	20,0	25,0	34,0	42,0	45,0	

Rumpf (Kopf an Wand)

Einheit [m]

*Abdominaux (Tête à mur)*

*mesurer*

Alter Âge	0	1 (15-39,9%)	2 (40- 64,9%)	3 (65-84,9%)	4 (85-94,9%)	5
14	110	180	250	250	250	250
14,5	120	185	250	250	250	250
15	130	190	250	250	250	250
15,5	135	195	250	250	250	250
16	140	200	250	250	250	250
16,5	145	205	250	250	250	250
17	150	210	250	250	250	250
17,5	155	215	250	250	250	250
≥18	160	220	250	250	250	250

Rumpf (frei)

Einheit [m]

*Abdominaux (pose libre)*

*mesurer*

Alter Âge	0	1 (15-39,9%)	2 (40- 64,9%)	3 (65-84,9%)	4 (85-94,9%)	5
≤14	105	125	140	215	250	
14,5	110	130	145	220	250	
15	115	140	150	225	250	
15,5	120	145	155	230	250	
16	125	150	160	235	250	
>=16,5	130	155	165	240	250	

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

Die Werte der Perzentilen wurde anhand der Ergebnisse der Jahre 2008-2016 ermittelt.

**Ballkontrolle (SAR)**

Einheit [Pkt]

*Contrôle du ballon*

*mesurer*

Alter Âge	0	1 (15-39,9%)	2 (40- 64,9%)	3 (65-84,9%)	4 (85-94,9%)	5
10	1	2	3	4	5	
10,5	1,0	2,5	3,5	4,5	5,5	
11	1	3	4	5	6	
11,5	1,0	3,0	4,0	5,0	6,0	
12	1	3	4	5	6	
12,5	1,5	3,0	4,0	5,5	6,5	
13	2	3	4	6	7	
13,5	2,0	4,0	5,0	7,0	8,0	
>=14	2	4	5	7	8	

**Ballparcours (SAR)**

Einheit [Pkt]

*Parcours avec des ballons*

*mesurer*

Alter Âge	0	1 (15-39,9%)	2 (40- 64,9%)	3 (65-84,9%)	4 (85-94,9%)	5
10	3	4	10	9	11	
10,5	3,5	5,0	10,5	10,5	11,5	
11	4	6	11	12	12	
11,5	4,0	6,5	11,0	12,0	12,5	
12	4	7	11	12	13	
12,5	4,0	7,0	11,0	12,0	13,5	
13	4	7	11	12	14	
13,5	5,0	8,0	10,0	13,0	15,0	
>=14	5	8	10	13	15	

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

Die Werte der Perzentilen wurde anhand der Ergebnisse der Jahre 2008-2016 ermittelt.

**allgemeine Technomotorik (JUGEND)**

Einheit [Pkt]

*Motricité technique en général*

*mesurer*

Alter Âge	0	1 (15-39,9%)	2 (40- 64,9%)	3 (65-84,9%)	4 (85-94,9%)	5
14	12	20	26	33	37	
14,5	12,0	20,0	26,0	33,0	37,0	
15	12	20	26	33	37	
15,5	12,0	20,0	26,0	33,0	37,0	
16	12	20	26	33	37	

**Volleyball Basis (JUGEND)**

Einheit [Pkt]

*Motricité technique en général*

*mesurer*

Alter Âge	0	1 (15-39,9%)	2 (40- 64,9%)	3 (65-84,9%)	4 (85-94,9%)	5
14	13	18	22	26	28	
14,5	13,5	19,0	23,5	25,0	29,0	
15	14	20	25	27	30	
15,5	14,5	21,0	25,5	28,0	31,0	
16	15	22	26	28	32	

**Service, Annahme (JUGEND)**

Einheit [Pkt]

*Motricité technique en général*

*mesurer*

Alter Âge	0	1 (15-39,9%)	2 (40- 64,9%)	3 (65-84,9%)	4 (85-94,9%)	5
14	10	12	14	15	18	
14,5	10,0	12,0	14,0	15,5	19,0	
15	10	12	14	16	20	
15,5	10,0	12,0	14,5	17,0	21,0	
16	10	12	15	18	22	

**Angriff, Block (JUGEND)**

Einheit [Pkt]

*Motricité technique en général*

*mesurer*

Alter Âge	0	1 (15-39,9%)	2 (40- 64,9%)	3 (65-84,9%)	4 (85-94,9%)	5
14	5	8	12	13	15	
14,5	5,0	8,0	12,0	14,0	16,5	
15	5	8	12	15	18	
15,5	5,5	9,0	13,0	16,0	18,5	
16	6	10	14	17	19	

**Volleyball Technik (JUGEND)**

Einheit [Pkt]

*Volleyball technique*

*mesurer*

Alter Âge	0	1 (15-39,9%)	2 (40- 64,9%)	3 (65-84,9%)	4 (85-94,9%)	5
14	27	39	50	58	64	
14,5	28,5	39,5	50,5	60,0	65,5	
15	30	40	51	62	67	
15,5	31,5	42,0	53,0	63,5	68,5	
16	33	44	55	65	70	

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

Die Werte der Perzentilen wurde anhand der Ergebnisse der Jahre 2008-2016 ermittelt.

**Auffassungs-/ Anpassungsgabe (JUNIOR)**

Einheit [Pkt]

*Capacité de compréhension/ d'apprentissage*

*mesurer*

Alter Âge	0	1 (15-39,9%)	2 (40- 64,9%)	3 (65-84,9%)	4 (85-94,9%)	5
16	5	6	7	8	9	
16,5	5,0	6,0	7,0	8,5	9,5	
17	5	6	7	9	10	
17,5	5,5	6,5	7,5	9,0	10,0	
≥18	6	7	8	9	10	

**Raum/ Zeitgefühl/ Orientierung (JUNIOR)**

Einheit [Pkt]

*Sens spatial et temporel/sens du ballon*

*mesurer*

Alter Âge	0	1 (15-39,9%)	2 (40- 64,9%)	3 (65-84,9%)	4 (85-94,9%)	5
16	6	8	10	11	12	
16,5	6,0	8,5	10,5	11,5	12,5	
17	6	9	11	12	13	
17,5	6,0	9,0	11,0	12,5	13,5	
≥18	6	9	11	13	14	

**VB-spezif. Bewegungsvoraussetzungen (JUNIOR)**

Einheit [Pkt]

*Capacités spécifiques au volleyball*

*mesurer*

Alter Âge	0	1 (15-39,9%)	2 (40- 64,9%)	3 (65-84,9%)	4 (85-94,9%)	5
16	4	6	8	9	10	
16,5	5,0	7,0	9,0	10,0	10,5	
17	6	8	10	11	11	
17,5	6,0	8,0	10,5	11,0	11,5	
≥18	6	8	11	11	12	

**allg. Spielverständnis (JUNIOR)**

Einheit [Pkt]

*Compréhension sens du jeu en général*

*mesurer*

Alter Âge	0	1 (15-39,9%)	2 (40- 64,9%)	3 (65-84,9%)	4 (85-94,9%)	5
16	5	7	9	10	11	
16,5	5,0	7,5	9,0	10,0	11,0	
17	5	8	9	10	11	
17,5	5,5	8,0	9,5	10,5	11,5	
≥18	6	8	10	11	12	

**Bodenelemente (JUNIOR)**

Einheit [Pkt]

*éléments au sol*

*mesurer*

Alter Âge	0	1 (15-39,9%)	2 (40- 64,9%)	3 (65-84,9%)	4 (85-94,9%)	5
16	4	8	10	11	11	
16,5	5,0	8,0	10,0	11,0	11,5	
17	6	8	10	11	12	
17,5	6,0	8,0	10,0	11,5	12,5	
≥18	6	8	10	12	13	

**Luftelemente (JUNIOR)**

Einheit [Pkt]

*éléments aériens*

*mesurer*

Alter Âge	0	1 (15-39,9%)	2 (40- 64,9%)	3 (65-84,9%)	4 (85-94,9%)	5
16	5	8	9	10	11	
16,5	5,5	8,0	9,0	10,0	11,0	
17	6	8	9	10	11	
17,5	6,0	8,0	9,5	10,5	11,5	
≥18	6	8	10	11	12	

**individuelle Taktik (JUNIOR)**

Einheit [Pkt]

*tactique individuelle*

*mesurer*

Alter Âge	0	1 (15-39,9%)	2 (40- 64,9%)	3 (65-84,9%)	4 (85-94,9%)	5
16	4	7	9	10	11	
16,5	4,5	7,5	9,0	10,0	11,0	
17	5	8	9	10	11	
17,5	5,0	8,0	9,5	10,5	11,5	
≥18	5	8	10	11	12	

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

Die Werte der Perzentilen wurde anhand der Ergebnisse der Jahre 2008-2016 ermittelt.



Gesamtstunden Volleyballaktivitäten (VB/ BVB)

Einheit [h]

Heures totales d'activité de volleyball (VB/ BVB)

mesurer

Alter Âge	0	1 (85-94,9%)	2 (65-84,9%)	3 (40- 64,9%)	4 (15-39,9%)	5
10	162	145	111	68	26	
10,5	213	190	146	90	34	
11	263	235	180	111	42	
11,5	329	294	225	138	52	
12	394	353	270	166	62	
12,5	452	405	309	190	71	
13	510	456	349	215	81	
13,5	830	743	568	350	131	
14	1150	1029	787	484	182	
14,5	1572	1406	1075	662	248	
15	1993	1783	1364	839	315	
15,5	2414	2160	1652	1017	381	
16	2836	2537	1940	1194	448	
16,5	3221	2882	2204	1356	509	
17	3606	3227	2467	1518	569	
17,5	3991	3571	2731	1681	630	
≥18	4377	3916	2995	1843	691	

Idealer Athletenweg

Alter	Verein	Summe*	+ SAR	+ TS	+ Nati	Summe**
8-10 Jahre	171	171				171
11 Jahre	106	277				277
12 Jahre	138	415				415
13 Jahre	122	537				537
14 Jahre	138	675	80	456		1211
15 Jahre	236	911		456	195	2098
16 Jahre	236	1147		456	195	2985
17 Jahre	456	1603		160	195	3796
18 Jahre	456	2059		160	195	4607
19 Jahre	456	2515		160		5223
20 Jahre	456	2971		160		5839

\* Gesamtaktivitäten Volleyball **nur** im Verein

\*\* Gesamtaktivitäten Volleyball im Verein **und** SAR, TS, Nationalteam

