

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	136	141	145	150	155
10,5	139	144,0	148,0	153,0	158,0
11	142	147	151	156	161
11,5	145,5	150,5	154,5	159,5	164,5
12	149	154	158	163	168
12,5	152,5	157,5	161,5	165,5	170,5
13	156	161	165	168	173
13,5	158,0	163,0	167,0	170,0	174,5
14	160	165	169	172	176
14,5	161,0	166,0	170,5	173,5	177,5
15	162	167	172	175	179
15,5	163,0	168,0	173,0	176,0	180,0
16	164	169	174	177	181
16,5	164,5	169,5	174,5	177,5	181,5
17	165	170	175	178	182
17,5	165,5	170,5	175,5	178,5	182,5
≥18	166	171	176	179	183

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 - 20	168	173	176	180	185

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	187	193	199	209
10,5	183,5	190	196,5	202,5	212
11	186	193	200	206	215
11,5	189,5	196,5	203,5	209,5	218
12	193	200	207	213	221
12,5	197,5	204,5	211	216,5	224
13	202	209	215	220	227
13,5	205,5	212	217,5	223	229
14	209	215	220	226	231
14,5	210,5	217	222,5	228	233
15	212	219	225	230	235
15,5	213,5	220,5	226	231	235,5
16	215	222	227	232	236
16,5	216	222,5	227,5	232,5	236,5
17	217	223	228	233	237
17,5	217	223	228,5	233,5	237,5
≥18	217	223	229	234	238

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	0,970	0,985	1,000	1,015	1,030

Jump and Reach

Einheit/ mesurer [cm]

Alter/ Âge	Grenzwerte für.../ Valeurs limites pour...				
	1 Punkt	2 Punkte	3 Punkte	4 Punkte	5 Punkte
10	210	226	232	242	248
10,5	213	228	234	244	252
11	216	230	236	246	256
11,5	222	234	241	250	260
12	228	238	246	254	264
12,5	234	244	252	260	268
13	240	250	258	266	272
13,5	246	255	262	270	276
14	252	260	266	274	280
14,5	255	264	270	277	283
15	258	268	274	280	286
15,5	260	270	276	283	289
16	262	272	278	286	292
16,5	263	273	279	287	294
17	264	274	280	288	296
17,5	266	275	281	289	298
≥18	268	276	282	290	300

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	272	280	286	294	304

Sprunghöhe/ Jump

Einheit/ mesurer [cm]

Alter/ Âge	Grenzwerte für.../ Valeurs limites pour...				
	1 Punkt	2 Punkte	3 Punkte	4 Punkte	5 Punkte
10	26	32	39	43	48
10,5	27	33	40	44	49
11	28	34	41	45	50
11,5	30	35	42	46	51
12	31	36	43	47	52
12,5	33	38	44	48	53
13	34	39	45	49	54
13,5	36	41	47	51	55
14	38	43	48	52	56
14,5	39	44	49	53	57
15	40	45	50	54	58
15,5	41	46	51	55	59
16	42	47	52	56	60
16,5	43	48	53	57	61
17	44	49	53	58	62
17,5	45	50	54	59	63
≥18	45	50	55	59	64

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	154	165	174	185
10,5	147	155	166	177	187
11	148	156	167	179	189
11,5	150	162	173	186	195
12	151	168	179	192	201
12,5	157	173	184	197	205
13	163	178	189	201	209
13,5	167	183	194	205	214
14	171	187	199	209	218
14,5	175	191	202	212	221
15	179	194	205	215	224
15,5	183	197	207	217	226
16	186	199	209	219	228
16,5	188	202	212	221	230
17	189	204	214	223	232
17,5	190	205	215	224	233
≥18	191	206	215	224	234

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	10,4	9,8	9,4	9,2	8,9
10,5	10,4	9,8	9,4	9,2	8,9
11	10,4	9,8	9,3	9,1	8,8
11,5	10,3	9,6	9,2	8,9	8,6
12	10,1	9,4	9,1	8,7	8,3
12,5	9,9	9,3	8,9	8,6	8,2
13	9,7	9,1	8,7	8,4	8,1
13,5	9,5	9,0	8,6	8,4	8,1
14	9,3	8,9	8,5	8,3	8,0
14,5	9,3	8,9	8,5	8,3	8,0
15	9,2	8,8	8,4	8,2	7,9
15,5	9,2	8,8	8,4	8,2	7,9
16	9,1	8,7	8,3	8,1	7,8
16,5	9,1	8,6	8,3	8,1	7,8
17	9,0	8,5	8,2	8,0	7,7
17,5	8,9	8,5	8,2	8,0	7,7
≥18	8,8	8,4	8,1	7,9	7,6

Medizinball/ Medicine ball

Einheit/ mesurer [m]

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

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	12,5	16	18,5	21	23,5
11	13	16,5	19,5	22,5	25,5
11,5	14	17,5	21	24	27
12	14,5	18,5	22,5	25,5	28,5
12,5	15,5	19,5	23,5	27	30,5
13	16,5	20,5	24,5	28,5	32
13,5	17	21,5	25,5	29,5	33,5
14	17,5	22,5	26	30,5	34,5
14,5	18	23	26,5	31,5	36
15	18,5	23	27	32	37
15,5	19	23,5	28	33	37,5
16	19,5	24	28,5	33,5	38
16,5	20	24,5	29	34	38,5
17	20,5	25	29,5	34,5	39
17,5	21	25,5	30	35,5	39,5
≥18	21,5	26	30,5	36	40

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	85	115	150	210	240
12,5	85	115	150	210	240
13	85	115	150	210	240
13,5	90	120	158	218	245
14	95	125	165	225	250
14,5	95	125	165	225	250
15	95	125	165	225	250
15,5	95	133	173	235	250
16	95	140	180	245	250
16,5	98	150	195	245	250
17	100	160	210	245	250
17,5	120	178	225	245	250
≥18	140	195	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	6	7
14,5	3	2	4	6	7
15	1	3	4	6	7
15,5	3	3	4	6	7
16	2	4	5	7	8
16,5	3	4	5	7	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	3	5	8	10	12
10,5	3	5	8	10	12
11	5	8	10	12	13
11,5	5	8	10	12	13
12	7	8	10	12	13
12,5	7	8	10	12	13
13	7	10	12	13	15
13,5	7	10	12	13	15
14	7	10	12	13	15
14,5	7	10	12	13	15
15	8	10	12	13	15
15,5	8	10	12	13	15
16	8	10	12	13	15
16,5	8	10	12	13	15
17	8	10	12	13	15
17,5	8	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.