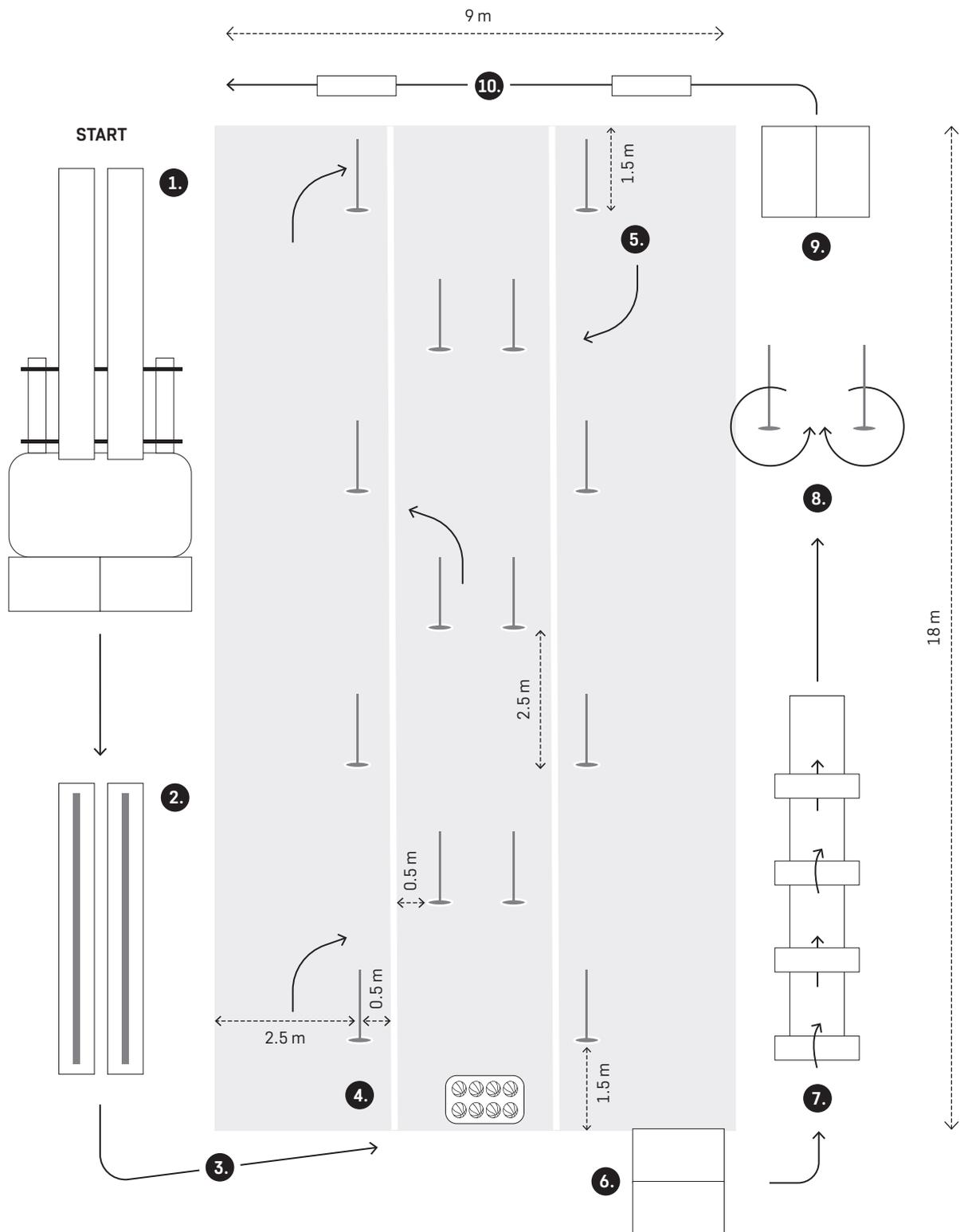


## HALLENSKIZZE: Konditionsparcours (Volleyballfeld)



1. 12. Loch | 2. Balancieren | 3. Ball holen | 4. und 5. Dribbling Basketball | 6. Rolle vorwärts | 7. überspringen/unten durch | 8. rückwärts laufen | 9. überrollen rückwärts | 10. 4x Wenden (2 Elemente)

**Notentabelle: «Konditionsparcours»**

Die Schülerin oder der Schüler durchläuft während 15 Minuten den Parcours und erhält für jeden erlaufenen Posten 1 Punkt. Dies ergibt 10 Punkte pro Runde.

**Wertung:** Erlaufene Punkte nach 15 Minuten. Eine genauere Beschreibung der einzelnen Posten befindet sich in der Handreichung.

Note	K1	K2	K3	M1	M2	M3
6	145	145	145	130	130	130
5.9	144	144	144	129	129	129
5.8	143	143	143	128	128	128
5.7	142	142	142	127	127	127
5.6	141	141	141	126	126	126
5.5	140	140	140	125	125	125
5.4	139	139	139	124	124	124
5.3	138	138	138	123	123	123
5.2	137	137	137	122	122	122
5.1	136	136	136	121	121	121
5	135	135	135	120	120	120
4.9	133	133	133	118	118	118
4.8	131	131	131	116	116	116
4.7	129	129	129	114	114	114
4.6	127	127	127	112	112	112
4.5	125	125	125	110	110	110
4.4	123	123	123	108	108	108
4.3	121	121	121	106	106	106
4.2	119	119	119	104	104	104
4.1	117	117	117	102	102	102
4	115	115	115	100	100	100
3.9	113	113	113	98	98	98
3.8	111	111	111	96	96	96
3.7	109	109	109	94	94	94
3.6	107	107	107	92	92	92
3.5	105	105	105	90	90	90
3.4	103	103	103	88	88	88
3.3	101	101	101	86	86	86
3.2	99	99	99	84	84	84
3.1	97	97	97	82	82	82
3	95	95	95	80	80	80

**Note:** Zehntelsnote

**Eingabe:** Meter, Zentimeter gerundet auf 2 Stellen

K Knaben

M Mädchen