



## Bundesnachwuchschampionat Vielseitigkeit

### - Sporttest Laufen -

**Grundlage Bewertung:** Für diesen Sporttest wurden Zeiten des Cooper-Ausdauertests zugrunde gelegt. Bei dem Cooper-Test handelt es sich um einen 12-minütigen Dauerlauf, bei dem die in dieser Zeit zurückgelegte Strecke ermittelt wird.

**Ablauf BNWCH:** Die von dem Läufer zurückgelegte Strecke wird anhand unter stehender Bewertungstabelle einer Wertnote zugeordnet, welche dann einfach (Koeffizient 1) in die Kombinierte Wertung des Bundesnachwuchschampionates einfließt.

#### Jungen

Wertnote	11 Jahre	12 Jahre	13 Jahre	14 Jahre	15 Jahre	16 Jahre
8,0	2800 m	2850 m	2900 m	2950 m	3000 m	3050 m
7,5	2600 m	2650 m	2700 m	2750 m	2800 m	2850 m
7,0	2200 m	2250 m	2300 m	2350 m	2400 m	2450 m
6,5	1800 m	1850 m	1900 m	1950 m	2000 m	2050 m
6,0	1500 m	1550 m	1600 m	1650 m	1700 m	1750 m
5,5	< 1500 m	< 1550 m	< 1600 m	<1650 m	< 1700 m	< 1750 m

#### Mädchen

Wertnote	11 Jahre	12 Jahre	13 Jahre	14 Jahre	15 Jahre	16 Jahre
8,0	2600 m	2650 m	2700 m	2750 m	2800 m	2850 m
7,5	2400 m	2450 m	2500 m	2550 m	2600 m	2650 m
7,0	2000 m	2050 m	2100 m	2150 m	2200 m	2250 m
6,5	1600 m	1650 m	1700 m	1750 m	1800 m	1850 m
6,0	1000 m	1050 m	1100 m	1150 m	1200 m	1250 m
5,5	< 1000 m	< 1050 m	< 1100 m	< 1150 m	< 1200 m	< 1250 m