

LG Mützenich

Deutsches Sportabzeichen 2019

31.12.2019

|  | AUSDAUER | KRAFT | SCHNELLIGKEIT | KOORDINATION |  | |
|--|--|--|--|---|---|---|
| Breyer, Tobias ^x Stammdaten Einzelprüfkarte Laufzettel |  3:25 min 800 m La... |  33,00 m Schlagba... |  8,1 sek 50 m Lauf |  3,35 m Weitspru... |  |  |
| Breyer, Michael ^x Stammdaten Einzelprüfkarte Laufzettel |  15:12 min 3.000 m L... |  8,48 m Kugelsto... |  7,7 sek 50 m Lauf |  33,00 m Schleude... |  |  |
| Breyer, Doris ^x Stammdaten Einzelprüfkarte Laufzettel |  16:39 min 3.000 m L... |  7,44 m Kugelsto... |  7,9 sek 50 m Lauf |  4,06 m Weitspru... |  |  |
| Clahsen, Bernh... ^x Stammdaten Einzelprüfkarte Laufzettel |  43:06 min 20 km Ra... |  10,70 m Medizinb... |  5,8 sek 30 m Lauf |  52 mal Seilsprin... |  |  |
| Claßen, Mia ^x Stammdaten Einzelprüfkarte Laufzettel |  4:27 min 800 m La... |  1,26 m Standwei... |  6,1 sek 30 m Lauf |  27 Punkte Zonenwe... |  |  |
| Claßen, Jule ^x Stammdaten Einzelprüfkarte Laufzettel |  4:44 min 800 m La... |  1,44 m Standwei... |  9,6 sek 50 m Lauf |  2,78 m Weitspru... |  |  |
| Claßen, Roland ^x Stammdaten Einzelprüfkarte Laufzettel |  40:10 min 20 km Ra... |  8,19 m Kugelsto... |  7,1 sek 50 m Lauf |  37,00 m Schleude... |  |  |
| Els, Christina ^x Stammdaten Einzelprüfkarte Laufzettel |  50:24 min 10 km Lauf |  1,88 m Standwei... |  8,5 sek 50 m Lauf |  3,74 m Weitspru... |  |  |
| Els, Henri ^x Stammdaten Einzelprüfkarte Laufzettel |  3:10 min 800 m La... |  38,50 m Schlagba... |  7,9 sek 50 m Lauf |  3,71 m Weitspru... |  |  |
| Els, Jarno ^x Stammdaten Einzelprüfkarte Laufzettel |  3:40 min 800 m La... |  24,50 m Schlagba... |  6,2 sek 30 m Lauf |  33 Punkte Zonenwe... |  |  |

| | | | | | | |
|--|---------------------------|------------------------|----------------------------|--|--|--|
| Förster, Malte ^x Stammdaten Einzelprüfkarte Laufzettel | 5:53 min 200 m Sc... | 1,52 m Standwei... | 35,0 sek 25 m Sch... | 2,72 m Weitspru... | | |
| Förster, Lasse ^x Stammdaten Einzelprüfkarte Laufzettel | 4:26 min 800 m La... | 17,00 m Schlagba... | 7,1 sek 30 m Lauf | 11 mal Seilsprin... | | |
| Haake, Lutz ^x Stammdaten Einzelprüfkarte Laufzettel | 16:31 min 3.000 m L... | 16,00 m Medizinb... | 7,7 sek 50 m Lauf | 4,80 m Weitspru... | | |
| Haake, Christine ^x Stammdaten Einzelprüfkarte Laufzettel | 4:26 min 800 m La... | 17,00 m Schlagba... | 9,0 sek 50 m Lauf | 3,26 m Weitspru... | | |
| Haake, Beate ^x Stammdaten Einzelprüfkarte Laufzettel | 20:54 min 3.000 m L... | 6,37 m Kugelsto... | 21,53 sek 200 m Ra... | 40 mal Seilsprin... | | |
| Horn, Marita ^x Stammdaten Einzelprüfkarte Laufzettel | 1:07:22 h 10 km Lauf | 1,29 m Standwei... | 35,1 sek 25 m Sch... | 22 mal Seilsprin... | | |
| Isaac, Martin ^x Stammdaten Einzelprüfkarte Laufzettel | 13:32 min 3.000 m L... | 16,60 m Medizinb... | Gerätur... (Grätschs... | 4,52 m Weitspru... | | |
| Jansen, Guido ^x Stammdaten Einzelprüfkarte Laufzettel | 51:27 min 10 km Lauf | 10,50 m Medizinb... | 8,6 sek 50 m Lauf | 31 mal Seilsprin... | | |
| Jansen, Anja ^x Stammdaten Einzelprüfkarte Laufzettel | 1:03:28 h 7,5 km W... | 6,25 m Kugelsto... | 9,5 sek 50 m Lauf | 2,87 m Weitspru... | | |
| Jansen, Michelle ^x Stammdaten Einzelprüfkarte Laufzettel | 48:22 min 10 km Lauf | 1,86 m Standwei... | 14,6 sek 100 m Lauf | 20 mal Seilsprin... | | |
| Jurgleit, Alex... ^x Stammdaten Einzelprüfkarte Laufzettel | 21:20 min 800 m Sc... | 2,18 m Standwei... | 25,0 sek 25 m Sch... | Gerätur... (Sprung mit Drehung) | | |
| Kreidler, Merle ^x Stammdaten Einzelprüfkarte Laufzettel | 4:24 min 800 m La... | 10,50 m Schlagba... | 6,4 sek 30 m Lauf | 25 Punkte Zonenwe... | | |
| Kuck, Leonie ^x Stammdaten Einzelprüfkarte Laufzettel | 4:17 min 800 m La... | 10,00 m Schlagba... | 7,1 sek 30 m Lauf | 25 Punkte Zonenwe... | | |

| | | | | | | |
|---|---|--|--|--|---|---|
| Linzenich, Timo ^x Stammdaten Einzelprüfkarte Laufzettel |  3:57 min 800 m La... |  19,00 m Schlagba... |  6,1 sek 30 m Lauf |  10 mal Seilsprin... |  |  |
| Linzenich, Sonja ^x Stammdaten Einzelprüfkarte Laufzettel |  19:27 min 3.000 m L... |  1,72 m Standwei... |  9,4 sek 50 m Lauf |  40 mal Seilsprin... |  |  |
| Maquet, Maike ^x Stammdaten Einzelprüfkarte Laufzettel |  3:32 min 800 m La... |  1,98 m Standwei... |  7,9 sek 50 m Lauf |  3,93 m Weitspru... |  |  |
| Neuß, Walter ^x Stammdaten Einzelprüfkarte Laufzettel |  11:37 min 400 m Sc... |  8,70 m Medizinb... |  26,92 sek 25 m Sch... |  73 mal Seilsprin... |  |  |
| Poqué, Wolfga... ^x Stammdaten Einzelprüfkarte Laufzettel |  12:52 min 3.000 m L... |  13,80 m Medizinb... |  15,27 sek 200 m Ra... |  103 mal Seilsprin... |  |  |
| Poqué, Julia ^x Stammdaten Einzelprüfkarte Laufzettel |  14:40 min 3.000 m L... |  1,58 m Standwei... |  26,63 sek 25 m Sch... |  Gerättur... (Sprung mit Drehung) |  |  |
| Poqué, Lukas ^x Stammdaten Einzelprüfkarte Laufzettel |  11:40 min 3.000 m L... |  14,20 m Medizinb... |  14,23 sek 200 m Ra... |  30 mal Seilsprin... |  |  |
| Poqué, Jens ^x Stammdaten Einzelprüfkarte Laufzettel |  11:46 min 3.000 m L... |  11,35 m Medizinb... |  15,0 sek 25 m Sch... |  1,55 m Hochspru... |  |  |
| Ringens-Poqu... ^x Stammdaten Einzelprüfkarte Laufzettel |  1:02:48 h 7,5 km W... |  1,31 m Standwei... |  22,11 sek 200 m Ra... |  30 mal Seilsprin... |  |  |
| Ruland, Jonas ^x Stammdaten Einzelprüfkarte Laufzettel |  3:52 min 800 m La... |  21,00 m Schlagba... |  5,7 sek 30 m Lauf |  36 Punkte Zonenwe... |  |  |
| Ruland, Daniel ^x Stammdaten Einzelprüfkarte Laufzettel |  4:19 min 800 m La... |  31,00 m Schlagba... |  8,6 sek 50 m Lauf |  3,18 m Weitspru... |  |  |
| Ruland, Bernd ^x Stammdaten Einzelprüfkarte Laufzettel |  52:45 min 10 km Lauf |  8,44 m Kugelsto... |  6,9 sek 50 m Lauf |  32 mal Seilsprin... |  |  |

| | | | | | | |
|---|---|---|--|---|---|---|
| Ruland, Maria... ^x Stammdaten Einzelprüfkarte Laufzettel |  54:15 min 20 km Ra... |  6,80 m Kugelsto... |  22,1 sek 200 m Ra... |  52 mal Seilsprin... |  |  |
| Ruland, Andrea ^x Stammdaten Einzelprüfkarte Laufzettel |  22:52 min 800 m Sc... |  1,78 m Standwei... |  8,7 sek 50 m Lauf |  40 mal Seilsprin... |  |  |
| Scharra, Emilie ^x Stammdaten Einzelprüfkarte Laufzettel |  4:06 min 800 m La... |  23,00 m Schlagba... |  8,8 sek 50 m Lauf |  3,34 m Weitspru... |  |  |
| Scharra, Marcus ^x Stammdaten Einzelprüfkarte Laufzettel |  18:36 min 800 m Sc... |  11,50 m Medizinb... |  18,2 sek 25 m Sch... |  31,25 m Schleude... |  |  |
| Scharra, Felix ^x Stammdaten Einzelprüfkarte Laufzettel |  18:24 min 800 m Sc... |  12,60 m Medizinb... |  15,8 sek 100 m Lauf |  Gerättur... (Sprung mit Drehung) |  |  |
| Schmitz, Harald ^x Stammdaten Einzelprüfkarte Laufzettel |  45:05 min 20 km Ra... |  6,80 m Kugelsto... |  9,4 sek 50 m Lauf |  26,00 m Schleude... |  |  |
| Schrouff, Jonas ^x Stammdaten Einzelprüfkarte Laufzettel |  12:18 min 3.000 m L... |  13,50 m Medizinb... |  13,2 sek 100 m Lauf |  4,73 m Weitspru... |  |  |
| Schütt, Antonia ^x Stammdaten Einzelprüfkarte Laufzettel |  1:03:28 h 7,5 km W... |  1,85 m Standwei... |  19,95 sek 200 m Ra... |  2,93 m Weitspru... |  |  |
| Steffens, Emma ^x Stammdaten Einzelprüfkarte Laufzettel |  3:56 min 800 m La... |  22,50 m Schlagba... |  8,6 sek 50 m Lauf |  3,13 m Weitspru... |  |  |
| Steffens, Siegf... ^x Stammdaten Einzelprüfkarte Laufzettel |  1:14:30 h 7,5 km W... |  8,41 m Kugelsto... |  5,6 sek 30 m Lauf |  46 mal Seilsprin... |  |  |
| Steffens, Heike ^x Stammdaten Einzelprüfkarte Laufzettel |  18:28 min 3.000 m L... |  6,67 m Kugelsto... |  8,7 sek 50 m Lauf |  3,50 m Weitspru... |  |  |
| Steffens, Gerd ^x Stammdaten Einzelprüfkarte Laufzettel |  9:30 min 400 m Sc... |  9,43 m Kugelsto... |  7,9 sek 50 m Lauf |  37,00 m Schleude... |  |  |
| Steffens, Julia ^x Stammdaten Einzelprüfkarte Laufzettel |  3:31 min 800 m La... |  24,00 m Wurfball ... |  8,0 sek 50 m Lauf |  3,78 m Weitspru... |  |  |

| | | | | | | |
|---|--|--|---|--|---|---|
| Steffens, Marli... ^x Stammdaten Einzelprüfkarte Laufzettel |  20:53 min 3.000 m L... |  1,77 m Standwei... |  20,1 sek 100 m Lauf |  23,00 m Schleude... |  |  |
| Steil, Annika ^x Stammdaten Einzelprüfkarte Laufzettel |  5:08 min 800 m La... |  1,08 m Standwei... |  Gerättur... (Sprungh... als Stützspru... |  18 Punkte Zonenwe... |  |  |
| Steil, Juliane ^x Stammdaten Einzelprüfkarte Laufzettel |  4:16 min 800 m La... |  17,50 m Schlagba... |  6,1 sek 30 m Lauf |  31 Punkte Zonenwe... |  |  |
| Swaton, Sonja ^x Stammdaten Einzelprüfkarte Laufzettel |  1:04:37 h 10 km Lauf |  1,64 m Standwei... |  20,06 sek 200 m Ra... |  41 mal Seilsprin... |  |  |
| van Endert, Lu... ^x Stammdaten Einzelprüfkarte Laufzettel |  3:51 min 800 m La... |  1,50 m Standwei... |  8,9 sek 50 m Lauf |  2,79 m Weitspru... |  |  |
| van Endert, Pet... ^x Stammdaten Einzelprüfkarte Laufzettel |  46:19 min 10 km Lauf |  11,70 m Medizinb... |  8,3 sek 50 m Lauf |  3,98 m Weitspru... |  |  |
| van Endert, Uli ^x Stammdaten Einzelprüfkarte Laufzettel |  39:50 min 20 km Ra... |  1,88 m Standwei... |  17,2 sek 100 m Lauf |  3,32 m Weitspru... |  |  |
| van Endert, Mo... ^x Stammdaten Einzelprüfkarte Laufzettel |  4:21 min 800 m La... |  Gerättur... (Klimmzü... |  9,5 sek 50 m Lauf |  27 mal Seilsprin... |  |  |
| Völl, Stefan ^x Stammdaten Einzelprüfkarte Laufzettel |  10:45 min 400 m Sc... |  11,80 m Medizinb... |  23,05 sek 25 m Sch... |  40 mal Seilsprin... |  |  |