Zeitschrift: Pestalozzi-Kalender
Herausgeber: Pro Juventute
Band: 61 (1968)
Heft: [1]: Schülerinnen

Rubrik: Meine Leistungen im Turnen

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 11.12.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Meine Leistungen im Turnen

	60 m	Hochspr.	Weitspr.	Weitwurf	Gerät
1. Messung	.....	.....	.....	.....	
Bewertung	.....	.....	.....	.....	.....
2. Messung	.....	.....	.....	.....	
Bewertung	.....	.....	.....	.....	.....

Bewertung	11-	12-	13-	14-	15jährige
Lauf	60 m	60 m	60 m	60 m	60 m
sehr gut	10 Sek.	9,8	9,4	9,2	9,0
gut	10,2–10,4	10,0–10,2	9,6–10,0	9,4–9,8	9,2–9,6
genügend	10,6–11,0	10,4–10,8	10,2–10,6	10,0–10,4	9,8–10,2
Hochsprung					
sehr gut	100 cm	105	115	120	125
gut	90–95	95–100	105–110	110–115	115–120
genügend	85	90	95–100	100–105	105–110
Weitsprung					
sehr gut	280 cm	300	320	340	360
gut	240–270	260–290	280–310	300–330	320–350
genügend	200–230	220–250	240–270	260–290	280–310
Weitwurf mit Schlagball (80 g)					
sehr gut	32 m	36	40	44	48
gut	25–31	28–35	32–39	36–43	40–47
genügend	20–24	23–27	26–31	29–35	33–39

Gerät

Für die 11- und 12jährigen: Wenn ihr am kopfhoch gestellten Reck alle Kunststücklein beherrscht, seid ihr gute bis sehr gute Geräteturnerinnen: Knieaufschwung, «Rädli» vorwärts und rückwärts, Sitzwelle, Glockenabsprung, Felgaufschwung, grosser Näpi.
Für die 13–15jährigen an den Schaukelringen: Halbe und ganze Drehungen, Aufschwingen zum Sturzhang und Nesthang (Körbli), Überschlag rückwärts zum Niedersprung am Ende des Vorschaukelns.