

# Wertetabelle für die militärische Einteilung (Männer und Frauen)

Männer/Frauen	Punkte	Standweitsprung [m]	Medizinballstoss [m]	Einbeinstand [s]	Globaler Rumpfkrafttest [s]	Progressiver Ausdauerlauf (Rundlauf) [min:s]	Progressiver Ausdauerlauf (20m Pendellauf) [min:s]
hervorragend	25	2,85	8,50	100	290	19:42	15:30
	24	2,80	8,30	88	270	19:03	14:44
	23	2,75	8,10	79	250	18:23	13:56
	22	2,70	7,90	71	230	17:42	13:31
	21	2,65	7,70	64	210	17:00	13:07
	20	2,60	7,50	58	190	16:38	12:15
sehr gut	19	2,55	7,30	54	175	16:16	11:48
	18	2,50	7,10	51	160	15:31	11:22
	17	2,45	6,90	49	145	14:44	10:54
	16	2,40	6,70	47	130	13:56	10:27
gut	15	2,35	6,50	45	120	13:07	9:58
	14	2,30	6,30	43	110	12:15	9:29
	13	2,25	6,10	41	100	11:22	8:59
genügend	12	2,20	5,90	39	90	10:27	8:29
	11	2,15	5,70	37	80	9:29	7:58
	10	2,10	5,50	35	70	8:29	7:27
	9	2,05	5,30	33	60	7:58	6:21
	8	2,00	5,10	31	50	7:27	5:46
	7	1,95	4,90	29	40	6:21	5:12
ungenügend	6	1,90	4,70	26	30	5:12	4:00
	5	1,85	4,50	23	25	4:36	3:22
	4	1,80	4,40	20	20	4:00	2:45
	3	1,75	4,30	17	15	2:45	2:05
	2	1,70	4,20	14	10	1:25	1:25
	1	1,65	4,10	11	5	1:00	1:00