

ZH/SH Nationalturntag Schlatt ZH 2026

Kategorienübersicht Vornotenwettkampf Frauen / Mädchen

Kategorie	Steinheben	Steinstossen	Hochweit- sprung	Weitsprung	Lauf	Freiübung	Auszeichnung	Bemerkungen
W2 / A 5-Kampf Alter offen	12.5 kg 28 Heb. (12+16)	6 kg 8.00m	1.30/1.30 m	4.80 m	80m 11.0 sec.	S-Werte 1 x V / 2 x IV 2 x III / 2 x II	40-50%	Eine Rangliste über alle W2 Kategorien 5 Vornoten müssen absolviert werden 1 Vornote muss vorgängig gestrichen werden
W2 / L2 5-Kampf Jg.2008-2010	10 kg 28 Heb. (12+16)	6 kg 7.00m	1.25/1.25 m	4.50 m	80m 11.3 sec.	S-Werte 2 x IV 2 x III / 3 x II	40-50%	
W2 / L1 5-Kampf Jg. 2011-2012	8 kg 28 Heb. (12+16)	6 kg 6.00m	1.20/1.20 m	4.20 m	80m 11.6 sec.	S-Werte 3 x III / 3 x II 1 x I oder Übung L1	40-50%	
W1 / J2 5-Kampf Jg. 2013-2014	6 kg 28 Heb. (12+16)	4 kg 5.00m	1.15/1.15 m	3.80 m	80m 12.2 sec.	S-Werte 2xIII / 3 x II / 2xI oder Übung J2	40-50%	Eine Rangliste über alle W1 Kategorien 5 Vornoten müssen absolviert werden 1 Vornote muss vorgängig gestrichen werden
W1 / J1 5-Kampf Jg. 2015-2016	4 kg 28 Heb. (12+16)	4 kg 4.50m	1.05/1.05 m	3.40 m	60m 9.8 sec.	S-Werte 1xIII / 2xII / 3xI oder Übung J1	40-50%	
W1 / JP 5-Kampf Jg. 2017 und jünger	3 kg 28 Heb. (12+16)	3 kg 4.50m	0.95/0.95 m	3.00 m	60m 10.5 sec.	S-Werte 2 x II / 3 x I oder Übung JP	40-50%	
Abstufung	1 Hebung 0.3 Pkt.	5 cm 0.1 Pkt.	5 cm 0.3 Pkt.	5 cm 0.1 Pkt.	0.1 Sek = 0.1 Pkt.	Bodenturnplatz 2 x 14 m		