

# Leistungsanforderungen im Schwimmen - Sek. 2



## III. Leistungsanforderungen im Schwimmen

Mädchen																	
ZP	Freistil						Brust						Rücken/Schmetterling Lagen				ZP
	50 m		100 m		400 m		50 m		100 m		400 m		50 m		100 m		
Lst	I	II	I	II	I	II	I	II	I	II	I	II	I	II	I	II	Lst
15	0:43	0:37	1:36	1:28	8:40	8:25	0:49	0:47	1:53	1:48,6	10:05	9:45	0:47,8	0:44,8	1:52,6	1:44,6	15
14	0:44	0:38	1:38	1:31	9:00	8:45	0:50	0:48	1:55	1:50,6	10:15	9:55	0:48,8	0:45,8	1:54,6	1:46,6	14
13	0:45	0:39	1:40	1:34	9:20	9:05	0:51	0:49	1:57	1:52,6	10:25	10:05	0:49,8	0:46,8	1:56,6	1:48,6	13
12	0:46	0:40	1:42	1:37	9:40	9:25	0:52	0:50	1:59	1:54,6	10:35	10:15	0:50,8	0:47,8	1:58,6	1:50,6	12
11	0:47	0:41	1:44	1:40,1	10:00	9:45	0:53	0:51	2:01	1:56,6	10:45	10:25	0:51,8	0:48,8	2:00,6	1:52,6	11
10	0:48,5	0:42,5	1:47,6	1:43,7	10:27	10:12	0:55	0:52,9	2:05,3	2:00,7	11:05	10:45	0:53,7	0:50,7	2:04,9	1:56,9	10
9	0:50,1	0:44,1	1:51,2	1:47,3	10:54	10:39	0:57,1	0:54,8	2:09,6	2:04,9	11:26	11:06	0:55,6	0:52,6	2:09,2	2:01,2	9
8	0:51,7	0:45,7	1:54,9	1:51,0	11:21	11:06	0:59,2	0:56,7	2:13,9	2:09,1	11:47	11:27	0:57,5	0:54,5	2:13,6	2:05,6	8
7	0:53,3	0:47,3	1:58,6	1:54,7	11:48	11:33	1:01,3	0:58,6	2:18,2	2:13,3	12:08	11:48	0:59,4	0:56,4	2:18,0	2:10,0	7
6	0:54,9	0:48,9	2:02,3	1:58,4	12:15	12:00	1:03,4	1:00,5	2:22,6	2:17,5	12:29	12:09	1:01,3	0:58,3	2:22,4	2:14,4	6
5	0:56,5	0:50,5	2:06,0	2:02,1	12:42	12:27	1:05,5	1:02,4	2:27,0	2:21,7	12:50	12:30	1:03,3	1:00,3	2:26,8	2:18,8	5
4	0:58,1	0:52,1	2:09,7	2:05,8	13:09	12:54	1:07,6	1:04,3	2:31,4	2:25,9	13:11	12:51	1:05,3	1:02,3	2:31,2	2:23,2	4
3	1:00,4	0:54,3	2:15,2	2:11,2	13:42	13:27	1:10,5	1:06,9	2:37,9	2:32,2	13:35	13:15	1:08,1	1:05,1	2:37,7	2:29,6	3
2	1:02,7	0:56,5	2:20,7	2:16,6	14:15	14:00	1:13,4	1:09,5	2:44,4	2:38,5	13:59	13:39	1:10,9	1:07,9	2:44,2	2:36,0	2
1	1:05,0	0:58,7	2:26,2	2:22,0	14:48	14:33	1:16,3	1:12,1	2:50,9	2:44,8	14:23	14:03	1:13,7	1:10,7	2:50,7	2:42,4	1

Jungen																	
ZP	Freistil						Brust						Rücken/Schmetterling Lagen				ZP
	50 m		100 m		400 m		50 m		100 m		400 m		50 m		100 m		
Lst	I	II	I	II	I	II	I	II	I	II	I	II	I	II	I	II	Lst
15	0:37	0:33	1:28,6	1:19	8:28	7:53	0:44	0:42	1:40,8	1:36,8	9:10	8:50	0:41,2	0:39,2	1:41,3	1:32,3	15
14	0:38	0:34	1:30,6	1:21	8:40	8:05	0:45	0:43	1:42,8	1:38,8	9:20	9:00	0:42,2	0:40,2	1:43,3	1:34,3	14
13	0:39	0:35	1:32,6	1:23	8:52	8:17	0:46	0:44	1:44,8	1:40,8	9:30	9:10	0:43,2	0:41,2	1:45,3	1:36,3	13
12	0:40	0:36	1:34,6	1:25	9:04	8:29	0:47	0:45	1:46,8	1:42,8	9:40	9:20	0:44,2	0:42,2	1:47,3	1:38,3	12
11	0:41	0:37	1:36,6	1:27	9:16	8:41	0:48	0:46	1:48,8	1:44,8	9:50	9:30	0:45,2	0:43,2	1:49,3	1:40,3	11
10	0:42,5	0:38,5	1:40,2	1:30,6	9:40	9:05	0:50	0:47,8	1:52,8	1:48,6	10:05,5	9:45,5	0:46,9	0:44,9	1:53,5	1:44,5	10
9	0:44,0	0:40,0	1:43,8	1:34,2	10:04	9:29	0:52	0:49,7	1:56,8	1:52,4	10:21,0	10:01,0	0:48,7	0:46,7	1:57,7	1:48,7	9
8	0:45,5	0:41,5	1:47,5	1:37,9	10:28	9:53	0:54	0:51,6	2:00,8	1:56,2	10:36,5	10:16,5	0:50,5	0:48,5	2:01,9	1:52,9	8
7	0:47,0	0:43,0	1:51,2	1:41,6	10:52	10:17	0:56	0:53,5	2:04,8	2:00,0	10:52,0	10:32,0	0:52,3	0:50,3	2:06,1	1:57,1	7
6	0:48,5	0:44,5	1:54,9	1:45,3	11:16	10:41	0:58	0:55,4	2:08,8	2:03,8	11:07,5	10:47,5	0:54,1	0:52,1	2:10,3	2:01,3	6
5	0:50,0	0:46,0	1:58,6	1:49,0	11:40	11:05	1:00	0:57,3	2:12,8	2:07,6	11:23,0	11:03,0	0:55,9	0:53,9	2:14,5	2:05,5	5
4	0:51,5	0:47,5	2:02,3	1:52,7	12:04	11:29	1:02	0:59,2	2:16,8	2:11,4	11:38,5	11:18,5	0:57,7	0:55,7	2:18,7	2:09,7	4
3	0:53,7	0:49,7	2:07,7	1:58,0	12:34	11:59	1:04,8	1:01,8	2:22,8	2:17,1	11:56,5	11:36,5	1:00,3	0:58,3	2:25,0	2:16,0	3
2	0:55,9	0:51,9	2:13,1	2:03,3	13:04	12:29	1:07,6	1:04,4	2:28,8	2:22,8	12:14,5	11:54,5	1:02,9	1:00,9	2:31,3	2:22,3	2
1	0:58,1	0:54,1	2:18,5	2:08,6	13:34	12:59	1:10,4	1:07,0	2:34,8	2:28,5	12:32,5	12:12,5	1:05,5	1:03,5	2:37,6	2:28,6	1

[Angaben in Minuten]