

Liegestütz (männlich)

Anzahl in 30s

Punkte	Schrägliegestütz					Liegestütz				
	Kl. 3	Kl. 4	Kl. 5	Kl. 6	Kl. 7	Kl. 8	Kl. 9	Kl. 10	Kl. 11/12	
1	5	5	5	6	6	5	6	6	7	
2										
3	6	6	6	7	7	6	7	7	8	
4				8	8				9	
5	7	7	7	9	9	7	8	8	10	
6			8			8	9	9	11	
7	8	8		10	10				12	
8			9	11	11	9	10	10	13	
9	9	9	10	12	12	10	11	11	14	
10										
11					13		12	12	15	
12		10	11	13		11				
13	10				14		13	13	16	
14			12	14		12				
15		11			15		14	14	17	
16							15	15		
17	11		13	15	16	13			18	
18		12					16	16		
19			14	16	17	14			19	
20							17	17		
21	12	13	15	17	18	15	18	18	20	
22										
23										
24							19	19	21	
25	13	14	16	18	19	16				
26										
27							20	20	22	
28					20					
29	14	15	17	19		17				
30							21	21	23	
31					21					
32							22	22	24	
33	15	16	18	20		18				
34					22					
35							23	23	25	
36										
37	16	17	19	21	23	19				
38							24	24	26	
39										
40	17	18	20	22	24	20	25	25	27	
41										
42										
43									28	
44		19	21	23	25					
45	18					21	26	26		
46									29	
47										
48		20	22	24	26					
49									30	
50	19					22	27	27		

Punkte	Schrägliegestütz					Liegestütz				
	Kl. 3	Kl. 4	Kl. 5	Kl. 6	Kl. 7	Kl. 8	Kl. 9	Kl. 10	Kl. 11/12	
51										
52		21	23	25	27				31	
53										
54										
55	20					23	28	28	32	
56		22	24	26	28					
57										
58									33	
59										
60	21	23	25	27	29	24	29	29		
61									34	
62										
63										
64	22	24	26	28	30	25	30	30	35	
65										
66										
67									36	
68		25	27	29	31			31		
69	23					26	31			
70									37	
71										
72		26	28	30	32			32		
73	24					27	32		38	
74										
75								33		
76		27	29	31	33				39	
77										
78	25					28	33			
79								34	40	
80		28	30	32	34					
81										
82	26					29	34	35	41	
83										
84		29	31	33	35					
85									42	
86								36		
87	27					30	35			
88		30	32	34	36				43	
89										
90								37		
91	28					31	36		44	
92		31	33	35	37					
93								38		
94									45	
95										
96	29	32	34	36	38	32	37			
97								39	46	
98										
99										
100	30	33	35	37	39	33	38	40	47	
über 100:										
Anzahl	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
Punkte	5	4	4	4	4	5	5	5	3	