

Altersklasse: < 10 Jahre (weiblich)

n = 37

Prozentrang	Größe	Spannweite	Gewicht	BMI	Rumpfbeuge	Schulter		Handkraft		Liegestütz	Rücken Test
[%]	[cm]	[cm]	[kg]	[kg/m <sup>2</sup> ]	[cm]	D [cm]	ND [cm]	D [kg]	ND [kg]	[n]	[n]
<b>Mittelwert</b>	<b>136,7</b>	<b>134,4</b>	<b>31,6</b>	<b>16,7</b>	<b>7,2</b>	<b>15</b>	<b>13</b>	<b>17</b>	<b>15</b>	<b>12</b>	<b>16</b>
10%	126,1	123,2	23,9	15,0	-0,4	22	21	12	10	1	7
20%	129,5	125,4	25,6	15,3	2,0	20	17	14	12	5	8
30%	133,3	128,2	28,4	15,5	3,0	18	15	15	14	8	11
40%	136,4	131,0	30,1	16,3	5,0	16	14	17	14	10	14
50%	139,2	137,0	31,8	16,8	7,0	15	12	17	16	14	16
60%	141,8	140,1	33,8	17,0	8,6	13	10	18	16	16	18
70%	143,1	143,9	36,8	17,8	10,1	12	9	20	17	17	20
80%	145,7	146,3	39,6	18,8	12,5	20	8	22	19	20	25
90%	156,9	158,8	49,2	19,7	16,1	9	7	27	23	22	35
Prozentrang	Tapping	C-Movement	Standweit-	Rep. Jumps	Medizinball Weitwurf			Aufschlag Test			
[%]	Frequenz	Jump	Sprung	Effizienz	Vorhand	Überkopf	Rückhand	Mittelwert	Max		
	[Hz]	[cm]	[cm]	[Index]	[cm]	[cm]	[cm]	[km/h]	[km/h]		
<b>Mittelwert</b>	<b>10,2</b>	<b>26,2</b>	<b>160</b>	<b>1,18</b>	<b>505</b>	<b>391</b>	<b>494</b>	<b>83</b>	<b>91</b>		
10%	9,0	21,9	138	0,97	172	367	372	63	74		
20%	9,3	23,4	143	1,02	286	412	412	73	81		
30%	9,7	23,8	150	1,12	330	456	460	77	85		
40%	10,0	25,3	156	1,17	380	490	470	80	89		
50%	10,7	26,4	164	1,22	430	510	505	83	93		
60%	10,7	28,5	172	1,26	482	566	542	89	95		
70%	11,0	29,2	180	1,37	500	592	574	92	102		
80%	11,7	30,8	185	1,43	528	633	636	105	114		
90%	12,2	34,2	196	1,52	672	884	814	113	121		
Prozentrang	Linearsprint			Richtungswechselsprint				Hit & Turn Test	YoYo-IR 1		
[%]	5m	10m	20m	VH Wende	VH Gesamt	RH Wende	RH Gesamt	Distanz	Distanz		
	[s]	[s]	[s]	[s]	[s]	[s]	[s]	[m]	[m]		
<b>Mittelwert</b>	<b>1,22</b>	<b>2,14</b>	<b>3,86</b>	<b>1,16</b>	<b>6,40</b>	<b>1,18</b>	<b>6,47</b>	<b>885</b>	<b>420</b>		
10%	1,31	2,30	4,16	1,38	6,82	1,40	7,01	472	280		
20%	1,28	2,23	4,04	1,29	6,67	1,31	6,76	622	320		
30%	1,25	2,18	3,95	1,20	6,52	1,24	6,58	750	340		
40%	1,24	2,15	3,87	1,14	6,38	1,17	6,42	819	360		
50%	1,21	2,14	3,76	1,11	6,26	1,13	6,33	894	500		
60%	1,17	2,05	3,67	1,09	6,16	1,09	6,19	949	520		
70%	1,16	2,02	3,61	1,03	6,05	1,04	6,12	1157	520		
80%	1,14	1,97	3,52	1,00	5,93	1,00	5,96	1246	640		
90%	1,11	1,95	3,45	0,91	5,71	0,95	5,79	1417	1060		

Altersklasse: 10,0 - 10,5 Jahre (weiblich)

n = 42

Prozentrang	Größe	Spannweite	Gewicht	BMI	Rumpfbeuge	Schulter		Handkraft		Liegestütz	Rücken Test
[%]	[cm]	[cm]	[kg]	[kg/m <sup>2</sup> ]	[cm]	D [cm]	ND [cm]	D [kg]	ND [kg]	[n]	[n]
<b>Mittelwert</b>	<b>144,6</b>	<b>143,6</b>	<b>36,3</b>	<b>17,3</b>	<b>5,9</b>	<b>14</b>	<b>11</b>	<b>20</b>	<b>18</b>	<b>14</b>	<b>21</b>
10%	135,3	133,8	28,0	15,2	-1,4	22	19	15	13	2	10
20%	140,1	136,3	31,1	15,8	0,9	21	15	16	15	6	14
30%	142,2	139,0	32,6	16,1	3,5	18	13	19	15	10	16
40%	142,7	142,0	34,9	16,7	4,1	16	11	20	16	12	18
50%	144,0	143,8	35,5	17,2	5,0	14	10	21	18	13	20
60%	145,5	146,4	38,1	17,6	7,6	13	9	22	19	16	23
70%	148,5	149,0	39,5	17,8	9,1	12	8	22	20	20	25
80%	151,1	151,4	41,5	18,6	11,0	8	5	24	21	23	28
90%	153,9	153,9	44,2	20,1	12,0	6	5	26	24	27	33
Prozentrang	Tapping	C-Movement	Standweit-	Rep. Jumps	Medizinball Weitwurf			Aufschlag Test			
[%]	Frequenz	Jump	Sprung	Effizienz	Vorhand	Überkopf	Rückhand	Mittelwert	Max		
	[Hz]	[cm]	[cm]	[Index]	[cm]	[cm]	[cm]	[km/h]	[km/h]		
<b>Mittelwert</b>	<b>10,5</b>	<b>29,4</b>	<b>173</b>	<b>1,35</b>	<b>607</b>	<b>494</b>	<b>597</b>	<b>93</b>	<b>102</b>		
10%	9,3	24,3	150	0,99	245	512	496	76	83		
20%	9,7	26,7	160	1,11	446	526	516	80	92		
30%	10,0	27,4	164	1,21	470	560	555	86	96		
40%	10,3	28,2	169	1,28	491	577	600	91	99		
50%	10,3	29,6	173	1,38	500	603	608	93	104		
60%	11,0	30,2	177	1,45	530	610	610	97	106		
70%	11,0	31,5	179	1,51	561	656	631	99	109		
80%	11,3	32,2	185	1,58	601	672	644	109	116		
90%	11,9	34,2	196	1,65	627	704	700	114	122		
Prozentrang	Linearsprint			Richtungswechselsprint				Hit & Turn Test	YoYo-IR 1		
[%]	5m	10m	20m	VH Wende	VH Gesamt	RH Wende	RH Gesamt	Distanz	Distanz		
	[s]	[s]	[s]	[s]	[s]	[s]	[s]	[m]	[m]		
<b>Mittelwert</b>	<b>1,18</b>	<b>2,05</b>	<b>3,63</b>	<b>1,08</b>	<b>6,11</b>	<b>1,09</b>	<b>6,16</b>	<b>1302</b>	<b>659</b>		
10%	1,27	2,18	3,87	1,26	6,43	1,28	6,67		360		
20%	1,24	2,15	3,81	1,22	6,41	1,26	6,49	1085	392		
30%	1,23	2,11	3,73	1,15	6,32	1,16	6,35	1107	480		
40%	1,19	2,06	3,67	1,11	6,21	1,13	6,21	1122	544		
50%	1,18	2,05	3,64	1,07	6,14	1,09	6,13	1157	600		
60%	1,15	2,01	3,56	1,01	5,94	1,04	5,99	1368	720		
70%	1,14	1,99	3,52	0,98	5,88	0,99	5,94	1440	784		
80%	1,13	1,96	3,47	0,95	5,85	0,95	5,83	1596	864		
90%	1,09	1,91	3,38	0,92	5,81	0,91	5,76		1000		

Altersklasse: 10,5 - 11,0 Jahre (weiblich)

n = 55

Prozentrang	Größe	Spannweite	Gewicht	BMI	Rumpfbeuge	Schulter		Handkraft		Liegestütz	Rücken Test
[%]	[cm]	[cm]	[kg]	[kg/m <sup>2</sup> ]	[cm]	D [cm]	ND [cm]	D [kg]	ND [kg]	[n]	[n]
<b>Mittelwert</b>	<b>147,1</b>	<b>146,1</b>	<b>36,9</b>	<b>16,9</b>	<b>4,9</b>	<b>14</b>	<b>11</b>	<b>22</b>	<b>19</b>	<b>15</b>	<b>21</b>
10%	136,3	135,5	28,8	14,8	-2,3	20	18	15	14	5	11
20%	140,5	138,0	29,8	15,3	0,0	18	15	17	15	9	15
30%	143,4	141,4	32,4	15,6	2,3	17	14	19	17	11	16
40%	145,5	143,0	35,6	16,4	4,0	16	11	20	18	12	19
50%	148,0	145,8	37,4	17,0	5,0	15	10	21	19	15	21
60%	149,1	147,5	38,0	17,4	7,0	14	9	23	20	17	21
70%	150,6	150,3	39,0	17,6	8,0	12	8	24	21	19	24
80%	152,3	152,8	42,0	18,2	9,5	10	6	26	23	20	29
90%	158,0	158,3	45,3	19,3	13,3	8	5	29	26	24	33
Prozentrang	Tapping	C-Movement	Standweit-	Rep. Jumps	Medizinball Weitwurf			Aufschlag Test			
[%]	Frequenz	Jump	Sprung	Effizienz	Vorhand	Überkopf	Rückhand	Mittelwert	Max		
	[Hz]	[cm]	[cm]	[Index]	[cm]	[cm]	[cm]	[km/h]	[km/h]		
<b>Mittelwert</b>	<b>10,7</b>	<b>29,5</b>	<b>177</b>	<b>1,37</b>	<b>671</b>	<b>498</b>	<b>665</b>	<b>103</b>	<b>111</b>		
10%	9,7	24,2	157	1,09	189	500	482	85	90		
20%	10,0	26,3	162	1,18	392	558	579	92	101		
30%	10,2	28,0	164	1,27	451	608	610	99	106		
40%	10,7	29,0	170	1,28	493	660	646	102	108		
50%	10,7	29,7	176	1,33	520	690	680	104	110		
60%	11,0	30,4	180	1,40	554	700	700	108	115		
70%	11,2	30,9	188	1,47	589	714	725	110	117		
80%	11,3	32,9	191	1,59	621	750	750	113	121		
90%	11,8	34,4	205	1,67	666	828	796	117	125		
Prozentrang	Linearsprint			Richtungswechselsprint				Hit & Turn Test	YoYo-IR 1		
[%]	5m	10m	20m	VH Wende	VH Gesamt	RH Wende	RH Gesamt	Distanz	Distanz		
	[s]	[s]	[s]	[s]	[s]	[s]	[s]	[m]	[m]		
<b>Mittelwert</b>	<b>1,17</b>	<b>2,05</b>	<b>3,62</b>	<b>1,04</b>	<b>6,03</b>	<b>1,05</b>	<b>6,05</b>	<b>1257</b>	<b>638</b>		
10%	1,27	2,19	3,89	1,19	6,35	1,17	6,37	174	440		
20%	1,22	2,12	3,72	1,13	6,20	1,13	6,20	866	440		
30%	1,20	2,09	3,69	1,08	6,13	1,10	6,15	1103	500		
40%	1,18	2,07	3,66	1,06	6,04	1,07	6,10	1211	560		
50%	1,18	2,05	3,62	1,04	6,01	1,05	6,03	1388	600		
60%	1,17	2,02	3,57	1,02	5,95	1,01	5,95	1449	600		
70%	1,14	1,99	3,54	0,98	5,93	0,99	5,91	1618	720		
80%	1,13	1,98	3,49	0,94	5,84	0,95	5,86	1650	800		
90%	1,11	1,93	3,41	0,89	5,69	0,91	5,74	1807	1080		

Altersklasse: 11,0 - 11,5 Jahre (weiblich)

n = 111

Prozentrang	Größe	Spannweite	Gewicht	BMI	Rumpfbeuge	Schulter		Handkraft		Liegestütz	Rücken Test
[%]	[cm]	[cm]	[kg]	[kg/m <sup>2</sup> ]	[cm]	D [cm]	ND [cm]	D [kg]	ND [kg]	[n]	[n]
<b>Mittelwert</b>	<b>150,4</b>	<b>149,6</b>	<b>39,5</b>	<b>17,4</b>	<b>5,8</b>	<b>15</b>	<b>10</b>	<b>23</b>	<b>20</b>	<b>14</b>	<b>23</b>
10%	141,6	139,2	31,9	15,3	-1,5	21	16	18	16	3	13
20%	145,0	142,7	33,4	15,7	1,2	19	13	20	17	5	16
30%	147,0	144,5	36,1	16,4	3,0	18	12	21	18	8	19
40%	148,8	147,4	38,0	16,8	4,5	16	11	22	19	11	20
50%	150,1	149,0	39,0	17,1	6,5	15	10	23	20	14	23
60%	151,8	151,0	40,2	17,7	7,5	14	9	24	21	16	24
70%	153,0	153,0	41,5	18,1	8,5	12	8	25	22	18	26
80%	154,8	155,8	44,6	18,6	10,3	10	7	26	23	21	29
90%	160,0	161,4	47,8	19,5	12,9	9	5	29	24	26	33
Prozentrang	Tapping	C-Movement	Standweit-	Rep. Jumps	Medizinball Weitwurf			Aufschlag Test			
[%]	Frequenz	Jump	Sprung	Effizienz	Vorhand	Überkopf	Rückhand	Mittelwert	Max		
	[Hz]	[cm]	[cm]	[Index]	[cm]	[cm]	[cm]	[km/h]	[km/h]		
<b>Mittelwert</b>	<b>11,0</b>	<b>30,2</b>	<b>182</b>	<b>1,35</b>	<b>719</b>	<b>566</b>	<b>698</b>	<b>109</b>	<b>116</b>		
10%	9,7	25,5	161	1,00	430	570	562	93	98		
20%	10,0	27,0	170	1,12	492	612	610	99	104		
30%	10,3	28,1	175	1,22	530	660	645	102	110		
40%	10,7	29,0	178	1,30	560	690	674	106	113		
50%	11,0	29,9	182	1,33	585	730	700	111	116		
60%	11,3	31,0	186	1,37	610	750	720	113	119		
70%	11,7	32,1	190	1,47	640	780	740	115	123		
80%	11,7	33,4	196	1,56	658	810	768	119	125		
90%	12,3	35,4	203	1,72	700	856	858	123	130		
Prozentrang	Linearsprint			Richtungswechselsprint				Hit & Turn Test	YoYo-IR 1		
[%]	5m	10m	20m	VH Wende	VH Gesamt	RH Wende	RH Gesamt	Distanz	Distanz		
	[s]	[s]	[s]	[s]	[s]	[s]	[s]	[m]	[m]		
<b>Mittelwert</b>	<b>1,17</b>	<b>2,02</b>	<b>3,57</b>	<b>1,03</b>	<b>5,96</b>	<b>1,03</b>	<b>5,98</b>	<b>1391</b>	<b>717</b>		
10%	1,24	2,13	3,78	1,20	6,33	1,19	6,35	905	360		
20%	1,21	2,08	3,69	1,15	6,19	1,13	6,17	1207	520		
30%	1,19	2,05	3,65	1,08	6,09	1,09	6,06	1273	560		
40%	1,17	2,04	3,59	1,04	5,96	1,04	6,00	1338	640		
50%	1,16	2,01	3,56	1,02	5,90	1,01	5,94	1475	680		
60%	1,15	1,99	3,51	0,99	5,83	0,99	5,87	1503	760		
70%	1,14	1,97	3,49	0,95	5,80	0,96	5,83	1580	840		
80%	1,12	1,95	3,47	0,93	5,74	0,94	5,77	1750	952		
90%	1,10	1,93	3,41	0,89	5,69	0,89	5,70	1832	1080		

Altersklasse: 11,5 - 12,0 Jahre (weiblich)

n = 176

Prozentrang	Größe	Spannweite	Gewicht	BMI	Rumpfbeuge	Schulter		Handkraft		Liegestütz	Rücken Test
[%]	[cm]	[cm]	[kg]	[kg/m <sup>2</sup> ]	[cm]	D [cm]	ND [cm]	D [kg]	ND [kg]	[n]	[n]
<b>Mittelwert</b>	<b>153,7</b>	<b>153,0</b>	<b>41,4</b>	<b>17,4</b>	<b>4,9</b>	<b>15</b>	<b>11</b>	<b>25</b>	<b>22</b>	<b>14</b>	<b>25</b>
10%	145,5	143,8	33,7	15,3	-4,2	23	17	19	16	5	13
20%	147,6	146,0	35,8	15,9	0,5	20	14	21	18	7	17
30%	149,4	148,9	37,3	16,5	2,4	19	12	23	19	10	20
40%	151,1	151,5	39,3	16,8	4,0	17	11	23	20	11	22
50%	153,7	153,0	40,6	17,3	5,5	15	10	25	21	14	24
60%	155,0	155,0	42,4	17,8	7,0	13	10	26	22	15	26
70%	157,1	157,0	44,0	18,2	8,6	12	8	27	23	18	30
80%	159,5	159,8	46,4	18,6	10,0	10	7	28	25	20	32
90%	163,7	162,9	50,8	19,9	12,0	8	5	31	27	25	40
Prozentrang	Tapping	C-Movement	Standweit-	Rep. Jumps	Medizinball Weitwurf			Aufschlag Test			
[%]	Frequenz	Jump	Sprung	Effizienz	Vorhand	Überkopf	Rückhand	Mittelwert	Max		
	[Hz]	[cm]	[cm]	[Index]	[cm]	[cm]	[cm]	[km/h]	[km/h]		
<b>Mittelwert</b>	<b>11,2</b>	<b>30,3</b>	<b>187</b>	<b>1,36</b>	<b>765</b>	<b>614</b>	<b>744</b>	<b>115</b>	<b>122</b>		
10%	10,0	25,9	169	1,03	473	620	605	100	107		
20%	10,3	27,3	173	1,10	530	685	660	107	113		
30%	10,7	28,1	180	1,21	580	710	690	111	117		
40%	11,0	28,8	184	1,28	600	730	720	113	119		
50%	11,3	29,7	188	1,35	623	760	740	115	122		
60%	11,3	31,0	190	1,43	660	790	770	119	126		
70%	11,7	31,9	194	1,52	680	815	798	121	129		
80%	12,0	33,3	197	1,58	710	850	830	125	132		
90%	12,3	35,0	206	1,72	768	900	878	130	138		
Prozentrang	Linearsprint			Richtungswechselsprint				Hit & Turn Test	YoYo-IR 1		
[%]	5m	10m	20m	VH Wende	VH Gesamt	RH Wende	RH Gesamt	Distanz	Distanz		
	[s]	[s]	[s]	[s]	[s]	[s]	[s]	[m]	[m]		
<b>Mittelwert</b>	<b>1,15</b>	<b>1,98</b>	<b>3,50</b>	<b>0,99</b>	<b>5,86</b>	<b>1,01</b>	<b>5,88</b>	<b>1494</b>	<b>818</b>		
10%	1,22	2,09	3,69	1,12	6,15	1,19	6,18	897	440		
20%	1,20	2,06	3,63	1,06	6,03	1,09	6,08	1229	520		
30%	1,17	2,03	3,58	1,04	5,97	1,06	5,97	1415	640		
40%	1,16	2,00	3,54	1,02	5,91	1,03	5,92	1486	680		
50%	1,15	1,98	3,51	0,99	5,87	1,00	5,87	1580	760		
60%	1,13	1,96	3,46	0,96	5,80	0,97	5,81	1651	800		
70%	1,12	1,94	3,42	0,93	5,74	0,96	5,75	1750	960		
80%	1,10	1,91	3,38	0,89	5,67	0,93	5,69	1810	1048		
90%	1,08	1,88	3,33	0,86	5,58	0,88	5,59	1967	1328		

Altersklasse: 12,0 - 12,5 Jahre (weiblich)

n = 224

Prozentrang	Größe	Spannweite	Gewicht	BMI	Rumpfbeuge	Schulter		Handkraft		Liegestütz	Rücken Test
[%]	[cm]	[cm]	[kg]	[kg/m <sup>2</sup> ]	[cm]	D [cm]	ND [cm]	D [kg]	ND [kg]	[n]	[n]
<b>Mittelwert</b>	<b>157,5</b>	<b>156,7</b>	<b>45,3</b>	<b>18,2</b>	<b>5,4</b>	<b>16</b>	<b>11</b>	<b>27</b>	<b>24</b>	<b>14</b>	<b>26</b>
10%	148,7	146,8	36,3	15,8	-2,0	24	18	22	18	5	15
20%	151,0	149,0	38,5	16,4	1,3	21	15	23	20	8	19
30%	153,4	151,6	40,2	16,9	3,0	19	13	25	21	10	21
40%	155,3	155,0	42,7	17,6	5,0	17	12	25	22	13	23
50%	157,5	156,5	44,8	18,1	5,5	16	11	27	23	14	25
60%	158,9	159,0	47,0	18,5	7,0	14	9	28	24	16	27
70%	161,4	160,9	49,1	19,2	9,0	12	8	29	25	18	29
80%	163,6	164,0	51,7	19,6	10,5	10	6	31	28	20	33
90%	166,6	167,3	56,4	20,8	14,0	8	5	34	30	24	37
Prozentrang	Tapping	C-Movement	Standweit-	Rep. Jumps	Medizinball Weitwurf			Aufschlag Test			
[%]	Frequenz	Jump	Sprung	Effizienz	Vorhand	Überkopf	Rückhand	Mittelwert	Max		
	[Hz]	[cm]	[cm]	[Index]	[cm]	[cm]	[cm]	[km/h]	[km/h]		
<b>Mittelwert</b>	<b>11,2</b>	<b>30,4</b>	<b>190</b>	<b>1,36</b>	<b>820</b>	<b>643</b>	<b>804</b>	<b>121</b>	<b>128</b>		
10%	10,0	25,8	172	1,06	496	675	660	107	114		
20%	10,7	27,3	178	1,15	560	740	718	112	119		
30%	10,7	28,4	183	1,23	600	760	755	115	122		
40%	11,0	29,1	188	1,30	630	790	780	118	125		
50%	11,3	30,0	190	1,36	670	820	800	120	128		
60%	11,3	31,3	194	1,42	701	849	830	124	131		
70%	11,7	32,6	198	1,49	730	876	855	127	133		
80%	12,0	33,5	201	1,57	760	920	894	131	137		
90%	12,3	34,7	208	1,66	805	960	940	135	143		
Prozentrang	Linearsprint			Richtungswechselsprint				Hit & Turn Test	YoYo-IR 1		
[%]	5m	10m	20m	VH Wende	VH Gesamt	RH Wende	RH Gesamt	Distanz	Distanz		
	[s]	[s]	[s]	[s]	[s]	[s]	[s]	[m]	[m]		
<b>Mittelwert</b>	<b>1,15</b>	<b>1,99</b>	<b>3,50</b>	<b>0,97</b>	<b>5,84</b>	<b>0,99</b>	<b>5,87</b>	<b>1472</b>	<b>831</b>		
10%	1,24	2,09	3,68	1,14	6,15	1,14	6,18	921	480		
20%	1,20	2,06	3,61	1,06	5,99	1,09	6,03	1168	600		
30%	1,18	2,03	3,56	1,02	5,93	1,05	5,95	1253	680		
40%	1,16	2,00	3,51	0,99	5,87	1,02	5,91	1432	760		
50%	1,15	1,98	3,49	0,96	5,82	0,99	5,85	1580	800		
60%	1,13	1,96	3,45	0,93	5,77	0,97	5,80	1658	840		
70%	1,12	1,94	3,41	0,90	5,73	0,93	5,75	1805	908		
80%	1,10	1,92	3,38	0,87	5,68	0,89	5,69	1850	1040		
90%	1,07	1,88	3,33	0,83	5,58	0,84	5,59	1948	1200		

Altersklasse: 12,5 - 13,0 Jahre (weiblich)

n = 261

Prozentrang	Größe	Spannweite	Gewicht	BMI	Rumpfbeuge	Schulter		Handkraft		Liegestütz	Rücken Test
[%]	[cm]	[cm]	[kg]	[kg/m <sup>2</sup> ]	[cm]	D [cm]	ND [cm]	D [kg]	ND [kg]	[n]	[n]
<b>Mittelwert</b>	<b>159,7</b>	<b>159,5</b>	<b>47,6</b>	<b>18,6</b>	<b>7,4</b>	<b>16</b>	<b>11</b>	<b>29</b>	<b>25</b>	<b>15</b>	<b>27</b>
10%	151,3	150,0	38,9	16,2	0,5	24	18	23	19	7	15
20%	153,6	152,5	41,0	16,7	2,5	22	15	25	21	9	20
30%	156,0	155,0	43,5	17,3	4,5	20	14	27	22	11	22
40%	158,0	157,0	45,1	18,0	6,0	18	12	28	23	12	24
50%	159,7	159,0	47,2	18,4	8,0	16	11	29	25	14	27
60%	161,4	161,0	48,9	19,0	9,5	14	10	30	26	16	29
70%	163,3	163,5	51,0	19,4	11,0	12	8	32	27	19	30
80%	165,6	166,0	54,4	20,2	12,5	10	6	33	28	21	34
90%	168,4	169,0	57,3	21,3	15,0	7	4	35	31	24	39
Prozentrang	Tapping	C-Movement	Standweit-	Rep. Jumps	Medizinball Weitwurf			Aufschlag Test			
[%]	Frequenz	Jump	Sprung	Effizienz	Vorhand	Überkopf	Rückhand	Mittelwert	Max		
	[Hz]	[cm]	[cm]	[Index]	[cm]	[cm]	[cm]	[km/h]	[km/h]		
<b>Mittelwert</b>	<b>11,4</b>	<b>31,2</b>	<b>194</b>	<b>1,39</b>	<b>868</b>	<b>685</b>	<b>849</b>	<b>127</b>	<b>133</b>		
10%	10,3	27,1	177	1,06	550	730	710	111	118		
20%	10,7	28,4	181	1,17	608	780	755	116	122		
30%	11,0	29,2	186	1,24	650	805	800	120	127		
40%	11,3	29,8	190	1,31	670	835	820	123	129		
50%	11,3	30,8	194	1,39	695	865	845	127	132		
60%	11,7	32,0	196	1,47	730	885	860	130	135		
70%	12,0	32,9	200	1,53	760	913	893	133	140		
80%	12,3	34,2	205	1,61	800	960	940	137	143		
90%	12,7	36,0	213	1,71	860	1013	1000	142	149		
Prozentrang	Linearsprint			Richtungswechselsprint				Hit & Turn Test	YoYo-IR 1		
[%]	5m	10m	20m	VH Wende	VH Gesamt	RH Wende	RH Gesamt	Distanz	Distanz		
	[s]	[s]	[s]	[s]	[s]	[s]	[s]	[m]	[m]		
<b>Mittelwert</b>	<b>1,14</b>	<b>1,97</b>	<b>3,46</b>	<b>0,95</b>	<b>5,79</b>	<b>0,97</b>	<b>5,80</b>	<b>1660</b>	<b>904</b>		
10%	1,22	2,08	3,65	1,10	6,04	1,13	6,09	1185	520		
20%	1,19	2,04	3,57	1,04	5,95	1,06	5,97	1327	640		
30%	1,18	2,01	3,53	1,01	5,88	1,02	5,89	1496	760		
40%	1,16	1,98	3,49	0,97	5,82	0,99	5,85	1632	840		
50%	1,14	1,97	3,46	0,94	5,77	0,97	5,79	1706	880		
60%	1,12	1,95	3,42	0,92	5,72	0,94	5,75	1810	960		
70%	1,10	1,92	3,39	0,89	5,68	0,91	5,70	1898	1040		
80%	1,09	1,90	3,33	0,86	5,63	0,87	5,62	1969	1120		
90%	1,06	1,87	3,28	0,82	5,54	0,83	5,55	2096	1280		

Altersklasse: 13,0 - 13,5 Jahre (weiblich)

n = 252

Prozentrang	Größe	Spannweite	Gewicht	BMI	Rumpfbeuge	Schulter		Handkraft		Liegestütz	Rücken Test
[%]	[cm]	[cm]	[kg]	[kg/m <sup>2</sup> ]	[cm]	D [cm]	ND [cm]	D [kg]	ND [kg]	[n]	[n]
<b>Mittelwert</b>	<b>163,2</b>	<b>163,0</b>	<b>51,5</b>	<b>19,3</b>	<b>7,6</b>	<b>16</b>	<b>11</b>	<b>32</b>	<b>27</b>	<b>15</b>	<b>28</b>
10%	154,2	153,7	41,8	16,7	-1,0	25	18	25	21	5	16
20%	157,3	156,5	44,1	17,4	3,0	22	15	27	23	8	21
30%	160,0	159,0	47,0	17,9	5,5	20	13	29	24	10	24
40%	161,8	161,0	48,8	18,5	7,0	18	12	30	26	12	25
50%	163,5	163,0	50,8	19,0	8,0	16	11	31	27	14	27
60%	165,2	165,0	53,4	19,6	10,0	14	10	33	28	16	29
70%	167,0	167,0	56,0	20,4	11,0	12	8	34	29	19	32
80%	168,5	169,5	57,7	20,9	13,0	10	7	36	31	21	35
90%	170,9	172,0	61,8	22,5	16,0	6	5	38	33	24	40
Prozentrang	Tapping	C-Movement	Standweit-	Rep. Jumps	Medizinball Weitwurf			Aufschlag Test			
[%]	Frequenz	Jump	Sprung	Effizienz	Vorhand	Überkopf	Rückhand	Mittelwert	Max		
	[Hz]	[cm]	[cm]	[Index]	[cm]	[cm]	[cm]	[km/h]	[km/h]		
<b>Mittelwert</b>	<b>11,4</b>	<b>31,6</b>	<b>197</b>	<b>1,39</b>	<b>925</b>	<b>721</b>	<b>913</b>	<b>133</b>	<b>139</b>		
10%	10,3	27,3	179	1,05	569	784	774	118	125		
20%	10,7	28,7	188	1,13	630	840	830	122	130		
30%	11,0	29,6	191	1,26	684	870	860	128	134		
40%	11,3	30,4	195	1,33	710	891	880	130	137		
50%	11,3	31,5	198	1,39	740	915	900	132	139		
60%	11,7	32,4	200	1,45	775	944	930	136	142		
70%	11,7	33,2	204	1,53	810	973	960	138	145		
80%	12,0	34,5	207	1,63	847	1010	1000	142	148		
90%	12,3	36,0	212	1,73	900	1060	1060	147	153		
Prozentrang	Linearsprint			Richtungswechselsprint				Hit & Turn Test	YoYo-IR 1		
[%]	5m	10m	20m	VH Wende	VH Gesamt	RH Wende	RH Gesamt	Distanz	Distanz		
	[s]	[s]	[s]	[s]	[s]	[s]	[s]	[m]	[m]		
<b>Mittelwert</b>	<b>1,14</b>	<b>1,96</b>	<b>3,44</b>	<b>0,94</b>	<b>5,74</b>	<b>0,98</b>	<b>5,77</b>	<b>1638</b>	<b>932</b>		
10%	1,22	2,06	3,60	1,08	5,96	1,09	6,03	1131	600		
20%	1,18	2,02	3,53	1,03	5,88	1,04	5,91	1373	720		
30%	1,17	1,99	3,49	1,00	5,82	1,01	5,85	1480	768		
40%	1,15	1,97	3,46	0,96	5,78	0,98	5,79	1503	840		
50%	1,13	1,95	3,43	0,94	5,74	0,96	5,75	1651	920		
60%	1,12	1,93	3,39	0,91	5,69	0,93	5,70	1789	1000		
70%	1,11	1,92	3,36	0,88	5,64	0,90	5,66	1817	1040		
80%	1,09	1,89	3,33	0,85	5,59	0,87	5,60	1964	1160		
90%	1,06	1,85	3,28	0,81	5,53	0,82	5,54	2059	1264		



Altersklasse: 13,5 - 14,0 Jahre (weiblich)

n = 258

Prozentrang	Größe	Spannweite	Gewicht	BMI	Rumpfbeuge	Schulter		Handkraft		Liegestütz	Rücken Test
[%]	[cm]	[cm]	[kg]	[kg/m <sup>2</sup> ]	[cm]	D [cm]	ND [cm]	D [kg]	ND [kg]	[n]	[n]
<b>Mittelwert</b>	<b>164,8</b>	<b>164,6</b>	<b>53,1</b>	<b>19,5</b>	<b>8,6</b>	<b>16</b>	<b>11</b>	<b>33</b>	<b>28</b>	<b>15</b>	<b>30</b>
10%	156,5	156,0	44,6	17,2	1,0	25	18	26	22	4	18
20%	160,0	159,0	47,0	17,9	3,3	21	15	29	24	8	21
30%	162,0	161,0	49,2	18,4	6,0	19	14	30	26	11	24
40%	163,0	162,7	51,1	18,8	8,0	18	12	31	26	13	26
50%	164,6	164,4	53,0	19,4	9,0	16	11	32	28	15	29
60%	166,0	166,5	54,5	19,9	10,5	14	10	34	30	17	32
70%	167,9	168,0	56,5	20,3	12,0	12	8	35	30	19	35
80%	170,3	171,0	59,2	21,0	13,2	10	6	36	32	21	38
90%	172,1	173,6	62,1	22,0	17,0	8	4	39	34	24	45
Prozentrang	Tapping	C-Movement	Standweit-	Rep. Jumps	Medizinball Weitwurf			Aufschlag Test			
[%]	Frequenz	Jump	Sprung	Effizienz	Vorhand	Überkopf	Rückhand	Mittelwert	Max		
	[Hz]	[cm]	[cm]	[Index]	[cm]	[cm]	[cm]	[km/h]	[km/h]		
<b>Mittelwert</b>	<b>11,5</b>	<b>32,2</b>	<b>200</b>	<b>1,43</b>	<b>960</b>	<b>755</b>	<b>931</b>	<b>135</b>	<b>142</b>		
10%	10,3	27,7	184	1,12	620	805	799	120	128		
20%	11,0	29,3	189	1,24	670	870	850	126	133		
30%	11,0	30,4	193	1,28	710	911	880	130	137		
40%	11,3	31,1	197	1,36	745	940	900	133	140		
50%	11,7	32,0	200	1,42	770	970	930	136	143		
60%	11,7	33,0	203	1,48	800	990	960	139	146		
70%	12,0	34,0	207	1,55	830	1015	990	143	149		
80%	12,1	35,1	211	1,63	865	1045	1020	145	151		
90%	12,7	36,8	217	1,79	920	1097	1060	149	155		
Prozentrang	Linearsprint			Richtungswechselsprint				Hit & Turn Test	YoYo-IR 1		
[%]	5m	10m	20m	VH Wende	VH Gesamt	RH Wende	RH Gesamt	Distanz	Distanz		
	[s]	[s]	[s]	[s]	[s]	[s]	[s]	[m]	[m]		
<b>Mittelwert</b>	<b>1,13</b>	<b>1,94</b>	<b>3,40</b>	<b>0,91</b>	<b>5,70</b>	<b>0,95</b>	<b>5,72</b>	<b>1670</b>	<b>991</b>		
10%	1,20	2,04	3,57	1,04	5,93	1,08	5,95	1170	664		
20%	1,17	2,00	3,50	1,00	5,84	1,03	5,85	1460	760		
30%	1,15	1,98	3,46	0,96	5,78	0,99	5,80	1503	800		
40%	1,14	1,95	3,42	0,93	5,74	0,96	5,76	1651	880		
50%	1,12	1,94	3,38	0,91	5,70	0,94	5,72	1783	960		
60%	1,11	1,92	3,35	0,88	5,65	0,91	5,67	1841	1040		
70%	1,09	1,90	3,33	0,86	5,61	0,88	5,62	1926	1160		
80%	1,08	1,88	3,30	0,84	5,56	0,86	5,58	1969	1232		
90%	1,05	1,83	3,25	0,79	5,50	0,82	5,51	2123	1376		

Altersklasse: 14,0 - 14,5 Jahre (weiblich)

n = 208

Prozentrang	Größe	Spannweite	Gewicht	BMI	Rumpfbeuge	Schulter		Handkraft		Liegestütz	Rücken Test
[%]	[cm]	[cm]	[kg]	[kg/m <sup>2</sup> ]	[cm]	D [cm]	ND [cm]	D [kg]	ND [kg]	[n]	[n]
<b>Mittelwert</b>	<b>165,6</b>	<b>165,3</b>	<b>54,9</b>	<b>19,9</b>	<b>9,1</b>	<b>17</b>	<b>11</b>	<b>34</b>	<b>29</b>	<b>16</b>	<b>31</b>
10%	158,0	157,0	45,6	17,2	1,0	25	18	27	24	5	19
20%	161,2	160,0	48,6	18,2	4,5	22	16	29	25	8	22
30%	162,6	162,0	50,6	18,8	6,5	20	14	31	26	11	25
40%	164,1	163,7	52,6	19,4	8,0	19	12	33	27	13	28
50%	165,7	165,0	54,5	19,8	9,5	17	11	33	29	16	30
60%	167,5	166,2	56,4	20,4	11,5	14	10	35	30	17	32
70%	168,7	168,7	58,7	20,9	13,3	13	8	36	31	20	35
80%	170,4	171,1	60,6	21,8	14,7	11	6	38	33	22	38
90%	172,5	174,5	64,3	22,6	16,1	8	4	41	36	25	47
Prozentrang	Tapping	C-Movement	Standweit-	Rep. Jumps	Medizinball Weitwurf			Aufschlag Test			
[%]	Frequenz	Jump	Sprung	Effizienz	Vorhand	Überkopf	Rückhand	Mittelwert	Max		
	[Hz]	[cm]	[cm]	[Index]	[cm]	[cm]	[cm]	[km/h]	[km/h]		
<b>Mittelwert</b>	<b>11,6</b>	<b>32,4</b>	<b>202</b>	<b>1,46</b>	<b>996</b>	<b>784</b>	<b>965</b>	<b>139</b>	<b>145</b>		
10%	10,6	27,9	183	1,14	640	840	817	124	131		
20%	11,0	29,5	190	1,24	690	905	862	130	136		
30%	11,3	30,1	195	1,32	730	940	900	133	139		
40%	11,3	31,3	200	1,40	770	971	940	136	142		
50%	11,7	32,3	203	1,45	800	1000	970	139	146		
60%	11,7	33,5	207	1,50	830	1020	990	142	149		
70%	12,0	34,4	210	1,56	860	1050	1020	145	152		
80%	12,3	35,5	213	1,67	900	1085	1053	148	155		
90%	13,0	36,7	220	1,79	955	1150	1100	152	160		
Prozentrang	Linearsprint			Richtungswechselsprint				Hit & Turn Test	YoYo-IR 1		
[%]	5m	10m	20m	VH Wende	VH Gesamt	RH Wende	RH Gesamt	Distanz	Distanz		
	[s]	[s]	[s]	[s]	[s]	[s]	[s]	[m]	[m]		
<b>Mittelwert</b>	<b>1,13</b>	<b>1,92</b>	<b>3,37</b>	<b>0,91</b>	<b>5,68</b>	<b>0,94</b>	<b>5,71</b>	<b>1758</b>	<b>981</b>		
10%	1,20	2,03	3,54	1,04	5,93	1,07	5,94	1270	584		
20%	1,18	1,99	3,46	1,00	5,85	1,03	5,86	1414	728		
30%	1,15	1,97	3,42	0,96	5,76	0,99	5,80	1642	832		
40%	1,14	1,95	3,39	0,93	5,72	0,96	5,73	1761	880		
50%	1,12	1,93	3,36	0,90	5,68	0,93	5,69	1810	920		
60%	1,10	1,90	3,34	0,88	5,61	0,90	5,66	1902	984		
70%	1,09	1,88	3,30	0,85	5,56	0,87	5,61	1966	1120		
80%	1,07	1,86	3,26	0,82	5,53	0,84	5,56	2046	1200		
90%	1,04	1,83	3,22	0,78	5,47	0,80	5,47	2180	1440		

Altersklasse: 14,5 - 15,0 Jahre (weiblich)

n = 181

Prozentrang	Größe	Spannweite	Gewicht	BMI	Rumpfbeuge	Schulter		Handkraft		Liegestütz	Rücken Test
[%]	[cm]	[cm]	[kg]	[kg/m <sup>2</sup> ]	[cm]	D [cm]	ND [cm]	D [kg]	ND [kg]	[n]	[n]
<b>Mittelwert</b>	<b>167,8</b>	<b>167,2</b>	<b>56,7</b>	<b>20,1</b>	<b>9,7</b>	<b>17</b>	<b>12</b>	<b>35</b>	<b>30</b>	<b>16</b>	<b>32</b>
10%	160,5	159,0	48,7	17,7	1,5	26	19	29	24	7	20
20%	163,3	161,5	51,0	18,6	5,5	23	17	31	26	10	23
30%	164,9	163,5	53,2	19,1	8,0	21	14	32	28	12	25
40%	166,0	165,0	54,9	19,5	9,0	19	13	33	29	14	27
50%	168,0	166,5	56,1	20,0	10,0	17	12	34	30	16	30
60%	169,0	168,8	58,1	20,5	12,0	15	10	35	31	18	33
70%	170,5	170,0	59,8	20,9	13,0	13	9	37	32	20	35
80%	171,9	173,0	62,1	21,5	14,5	12	7	39	34	22	41
90%	174,6	175,5	65,5	22,6	17,0	10	4	41	36	25	50
Prozentrang	Tapping	C-Movement	Standweit-	Rep. Jumps	Medizinball Weitwurf			Aufschlag Test			
[%]	Frequenz	Jump	Sprung	Effizienz	Vorhand	Überkopf	Rückhand	Mittelwert	Max		
	[Hz]	[cm]	[cm]	[Index]	[cm]	[cm]	[cm]	[km/h]	[km/h]		
<b>Mittelwert</b>	<b>11,7</b>	<b>32,6</b>	<b>204</b>	<b>1,44</b>	<b>1028</b>	<b>786</b>	<b>1007</b>	<b>142</b>	<b>148</b>		
10%	10,7	27,9	186	1,15	601	860	854	127	132		
20%	11,0	29,4	192	1,22	712	922	917	131	138		
30%	11,3	30,2	197	1,32	750	960	960	136	142		
40%	11,3	31,0	201	1,38	795	1010	980	141	147		
50%	11,7	32,1	204	1,42	823	1030	1003	144	150		
60%	12,0	33,3	208	1,47	850	1062	1032	147	153		
70%	12,0	34,8	210	1,52	885	1090	1065	149	156		
80%	12,3	35,8	215	1,63	923	1130	1088	153	159		
90%	12,7	37,9	224	1,76	992	1175	1147	157	162		
Prozentrang	Linearsprint			Richtungswechselsprint				Hit & Turn Test	YoYo-IR 1		
[%]	5m	10m	20m	VH Wende	VH Gesamt	RH Wende	RH Gesamt	Distanz	Distanz		
	[s]	[s]	[s]	[s]	[s]	[s]	[s]	[m]	[m]		
<b>Mittelwert</b>	<b>1,13</b>	<b>1,93</b>	<b>3,36</b>	<b>0,91</b>	<b>5,68</b>	<b>0,92</b>	<b>5,69</b>	<b>1785</b>	<b>1042</b>		
10%	1,19	2,03	3,53	1,03	5,87	1,07	5,89	1319	604		
20%	1,17	1,99	3,47	0,97	5,80	1,00	5,83	1503	728		
30%	1,15	1,98	3,44	0,96	5,76	0,97	5,78	1650	840		
40%	1,14	1,95	3,39	0,93	5,72	0,95	5,73	1732	960		
50%	1,12	1,93	3,36	0,91	5,66	0,94	5,69	1854	1040		
60%	1,11	1,91	3,33	0,89	5,63	0,91	5,65	1942	1120		
70%	1,09	1,88	3,30	0,85	5,58	0,87	5,60	1971	1200		
80%	1,07	1,85	3,26	0,82	5,54	0,84	5,55	2079	1360		
90%	1,04	1,82	3,20	0,78	5,47	0,80	5,46	2161	1476		

Altersklasse: 15,0 - 15,5 Jahre (weiblich)

n = 161

Prozentrang	Größe	Spannweite	Gewicht	BMI	Rumpfbeuge	Schulter		Handkraft		Liegestütz	Rücken Test
[%]	[cm]	[cm]	[kg]	[kg/m <sup>2</sup> ]	[cm]	D [cm]	ND [cm]	D [kg]	ND [kg]	[n]	[n]
<b>Mittelwert</b>	<b>168,2</b>	<b>168,0</b>	<b>58,6</b>	<b>20,7</b>	<b>10,7</b>	<b>17</b>	<b>12</b>	<b>36</b>	<b>31</b>	<b>17</b>	<b>33</b>
10%	161,1	159,6	50,5	18,4	4,0	25	18	29	25	8	19
20%	163,2	162,0	53,3	19,1	6,2	22	15	32	27	11	24
30%	165,0	164,0	54,6	19,7	8,5	20	14	33	28	13	26
40%	166,0	166,0	56,0	20,1	10,0	19	13	36	30	15	30
50%	168,1	167,0	57,8	20,6	11,0	18	11	36	31	16	33
60%	169,4	169,0	59,8	21,1	12,5	16	10	38	32	18	35
70%	171,3	170,7	61,9	21,7	14,0	14	9	39	33	19	37
80%	172,8	173,6	64,5	22,2	15,0	12	8	40	35	21	43
90%	175,6	177,1	67,3	23,3	17,8	8	5	42	37	26	50
Prozentrang	Tapping	C-Movement	Standweit-	Rep. Jumps	Medizinball Weitwurf			Aufschlag Test			
[%]	Frequenz	Jump	Sprung	Effizienz	Vorhand	Überkopf	Rückhand	Mittelwert	Max		
	[Hz]	[cm]	[cm]	[Index]	[cm]	[cm]	[cm]	[km/h]	[km/h]		
<b>Mittelwert</b>	<b>11,7</b>	<b>32,5</b>	<b>204</b>	<b>1,46</b>	<b>1048</b>	<b>833</b>	<b>1026</b>	<b>146</b>	<b>152</b>		
10%	10,7	27,9	186	1,17	693	900	885	133	140		
20%	11,0	29,1	193	1,28	777	947	940	138	145		
30%	11,3	30,5	197	1,34	810	990	963	141	148		
40%	11,7	31,4	202	1,39	835	1010	1000	144	150		
50%	11,7	32,4	204	1,45	860	1030	1025	146	153		
60%	11,7	33,3	209	1,48	910	1076	1050	148	154		
70%	12,0	34,5	211	1,55	924	1117	1072	150	157		
80%	12,3	35,9	216	1,66	960	1148	1113	154	159		
90%	12,7	37,4	221	1,78	999	1198	1160	158	165		
Prozentrang	Linearsprint			Richtungswechselsprint				Hit & Turn Test	YoYo-IR 1		
[%]	5m	10m	20m	VH Wende	VH Gesamt	RH Wende	RH Gesamt	Distanz	Distanz		
	[s]	[s]	[s]	[s]	[s]	[s]	[s]	[m]	[m]		
<b>Mittelwert</b>	<b>1,13</b>	<b>1,92</b>	<b>3,36</b>	<b>0,91</b>	<b>5,65</b>	<b>0,94</b>	<b>5,64</b>	<b>1860</b>	<b>1042</b>		
10%	1,20	2,02	3,51	1,06	5,86	1,11	5,85	1338	640		
20%	1,17	1,99	3,46	0,99	5,78	1,02	5,78	1602	800		
30%	1,15	1,96	3,42	0,96	5,72	1,00	5,74	1772	880		
40%	1,13	1,94	3,38	0,93	5,68	0,97	5,71	1821	920		
50%	1,12	1,93	3,35	0,91	5,64	0,94	5,67	1887	1040		
60%	1,11	1,91	3,32	0,87	5,60	0,91	5,62	1942	1080		
70%	1,10	1,88	3,28	0,85	5,55	0,88	5,56	2013	1160		
80%	1,08	1,86	3,24	0,81	5,51	0,85	5,53	2271	1240		
90%	1,04	1,82	3,19	0,78	5,45	0,79	5,46	2419	1480		

Altersklasse: 15,5 - 16,0 Jahre (weiblich)

n = 136

Prozentrang	Größe	Spannweite	Gewicht	BMI	Rumpfbeuge	Schulter		Handkraft		Liegestütz	Rücken Test
[%]	[cm]	[cm]	[kg]	[kg/m <sup>2</sup> ]	[cm]	D [cm]	ND [cm]	D [kg]	ND [kg]	[n]	[n]
<b>Mittelwert</b>	<b>168,8</b>	<b>168,8</b>	<b>59,9</b>	<b>21,0</b>	<b>10,7</b>	<b>18</b>	<b>12</b>	<b>37</b>	<b>32</b>	<b>16</b>	<b>35</b>
10%	161,0	160,7	51,8	18,8	1,0	26	19	31	27	6	21
20%	163,6	163,0	54,7	19,3	6,6	23	16	33	28	10	25
30%	165,5	165,5	56,4	19,9	9,0	21	14	34	29	12	28
40%	167,4	167,1	58,4	20,3	10,0	20	13	35	30	14	31
50%	168,9	168,8	59,6	20,9	11,0	18	12	37	32	16	35
60%	170,0	170,0	60,6	21,4	13,0	16	10	38	32	18	38
70%	171,5	172,0	63,4	21,9	14,0	15	9	39	33	20	40
80%	173,8	174,0	65,3	22,3	16,0	12	7	41	34	22	49
90%	176,7	176,7	67,7	23,8	18,2	9	4	44	38	27	50
Prozentrang	Tapping	C-Movement	Standweit-	Rep. Jumps	Medizinball Weitwurf			Aufschlag Test			
[%]	Frequenz	Jump	Sprung	Effizienz	Vorhand	Überkopf	Rückhand	Mittelwert	Max		
	[Hz]	[cm]	[cm]	[Index]	[cm]	[cm]	[cm]	[km/h]	[km/h]		
<b>Mittelwert</b>	<b>11,7</b>	<b>33,0</b>	<b>207</b>	<b>1,47</b>	<b>1081</b>	<b>860</b>	<b>1055</b>	<b>148</b>	<b>154</b>		
10%	10,7	27,9	189	1,17	730	940	935	132	140		
20%	11,0	29,7	196	1,27	780	980	960	137	145		
30%	11,3	30,4	201	1,35	820	1019	989	142	149		
40%	11,7	32,0	204	1,40	860	1045	1005	146	152		
50%	11,7	33,4	208	1,44	883	1080	1030	149	155		
60%	11,9	34,4	210	1,54	910	1110	1073	152	157		
70%	12,0	35,6	213	1,60	940	1136	1101	154	160		
80%	12,3	36,6	219	1,65	965	1170	1147	158	163		
90%	12,7	37,8	225	1,75	1030	1219	1197	161	167		
Prozentrang	Linearsprint			Richtungswechselsprint				Hit & Turn Test	YoYo-IR 1		
[%]	5m	10m	20m	VH Wende	VH Gesamt	RH Wende	RH Gesamt	Distanz	Distanz		
	[s]	[s]	[s]	[s]	[s]	[s]	[s]	[m]	[m]		
<b>Mittelwert</b>	<b>1,11</b>	<b>1,92</b>	<b>3,33</b>	<b>0,88</b>	<b>5,63</b>	<b>0,91</b>	<b>5,65</b>	<b>1757</b>	<b>1129</b>		
10%	1,18	2,02	3,47	1,03	5,84	1,07	5,85	1292	720		
20%	1,16	1,97	3,44	0,97	5,77	1,03	5,79	1523	840		
30%	1,14	1,95	3,40	0,94	5,73	0,98	5,74	1650	900		
40%	1,12	1,93	3,36	0,89	5,67	0,94	5,68	1783	1040		
50%	1,11	1,91	3,32	0,86	5,64	0,91	5,65	1832	1120		
60%	1,10	1,90	3,29	0,85	5,60	0,88	5,60	1915	1200		
70%	1,08	1,87	3,27	0,83	5,54	0,84	5,56	1953	1340		
80%	1,07	1,85	3,24	0,79	5,50	0,82	5,50	2013	1400		
90%	1,04	1,81	3,17	0,76	5,40	0,78	5,41	2271	1520		

Altersklasse: 16,0 - 16,5 Jahre (weiblich)

n = 105

Prozentrang	Größe	Spannweite	Gewicht	BMI	Rumpfbeuge	Schulter		Handkraft		Liegestütz	Rücken Test
[%]	[cm]	[cm]	[kg]	[kg/m <sup>2</sup> ]	[cm]	D [cm]	ND [cm]	D [kg]	ND [kg]	[n]	[n]
<b>Mittelwert</b>	<b>170,4</b>	<b>170,4</b>	<b>62,1</b>	<b>21,4</b>	<b>12,4</b>	<b>17</b>	<b>11</b>	<b>38</b>	<b>33</b>	<b>17</b>	<b>36</b>
10%	162,4	161,3	54,3	19,3	5,0	25	18	32	27	5	25
20%	165,0	165,0	57,4	19,9	7,9	23	15	34	29	10	27
30%	167,3	167,0	59,0	20,4	9,6	21	14	36	30	14	29
40%	168,8	169,0	60,0	21,0	11,3	19	13	37	31	15	31
50%	170,5	170,0	61,1	21,4	13,0	18	11	39	33	17	33
60%	172,2	172,0	63,2	21,7	14,0	16	10	40	34	19	39
70%	174,0	174,5	65,8	22,1	15,5	14	9	41	35	21	44
80%	175,6	176,0	67,2	22,6	17,1	11	7	43	37	23	50
90%	178,1	180,0	70,1	23,5	18,8	7	5	45	39	25	50
Prozentrang	Tapping	C-Movement	Standweit-	Rep. Jumps	Medizinball Weitwurf			Aufschlag Test			
[%]	Frequenz	Jump	Sprung	Effizienz	Vorhand	Überkopf	Rückhand	Mittelwert	Max		
	[Hz]	[cm]	[cm]	[Index]	[cm]	[cm]	[cm]	[km/h]	[km/h]		
<b>Mittelwert</b>	<b>11,6</b>	<b>32,9</b>	<b>208</b>	<b>1,45</b>	<b>1092</b>	<b>868</b>	<b>1082</b>	<b>150</b>	<b>156</b>		
10%	10,7	28,3	189	1,20	742	952	960	136	143		
20%	11,0	29,3	195	1,30	790	1000	1000	140	146		
30%	11,3	30,5	201	1,35	833	1040	1023	145	151		
40%	11,3	31,7	204	1,39	870	1069	1064	147	153		
50%	11,7	33,0	209	1,44	885	1090	1085	150	155		
60%	11,7	33,9	211	1,49	910	1130	1100	152	157		
70%	12,0	34,8	215	1,54	965	1150	1122	156	162		
80%	12,0	35,9	220	1,64	1020	1178	1163	160	166		
90%	12,5	37,6	225	1,70	1099	1210	1200	162	169		
Prozentrang	Linearsprint			Richtungswechselsprint				Hit & Turn Test	YoYo-IR 1		
[%]	5m	10m	20m	VH Wende	VH Gesamt	RH Wende	RH Gesamt	Distanz	Distanz		
	[s]	[s]	[s]	[s]	[s]	[s]	[s]	[m]	[m]		
<b>Mittelwert</b>	<b>1,12</b>	<b>1,92</b>	<b>3,35</b>	<b>0,89</b>	<b>5,63</b>	<b>0,93</b>	<b>5,65</b>	<b>1836</b>	<b>1092</b>		
10%	1,20	2,03	3,52	1,03	5,84	1,05	5,84	1278	720		
20%	1,17	1,99	3,44	1,00	5,76	0,99	5,78	1699	808		
30%	1,15	1,96	3,41	0,95	5,73	0,96	5,74	1805	880		
40%	1,14	1,94	3,38	0,92	5,68	0,93	5,68	1896	1000		
50%	1,12	1,93	3,36	0,90	5,64	0,90	5,64	1942	1120		
60%	1,10	1,90	3,30	0,87	5,59	0,88	5,62	1969	1160		
70%	1,09	1,88	3,28	0,84	5,56	0,86	5,58	2074	1240		
80%	1,07	1,85	3,23	0,80	5,51	0,84	5,51	2127	1272		
90%	1,05	1,83	3,18	0,75	5,43	0,79	5,45	2355	1436		

Altersklasse: 16,5 - 17,0 Jahre (weiblich)

n = 89

Prozentrang	Größe	Spannweite	Gewicht	BMI	Rumpfbeuge	Schulter		Handkraft		Liegestütz	Rücken Test
[%]	[cm]	[cm]	[kg]	[kg/m <sup>2</sup> ]	[cm]	D [cm]	ND [cm]	D [kg]	ND [kg]	[n]	[n]
<b>Mittelwert</b>	<b>171,0</b>	<b>170,8</b>	<b>62,9</b>	<b>21,5</b>	<b>11,9</b>	<b>17</b>	<b>11</b>	<b>39</b>	<b>34</b>	<b>17</b>	<b>37</b>
10%	162,2	162,0	54,8	19,4	3,5	26	18	33	28	7	22
20%	165,3	164,0	57,6	19,9	7,0	23	17	35	30	9	26
30%	167,5	167,5	59,2	20,1	10,0	20	15	36	31	13	30
40%	168,8	169,0	60,4	20,8	11,6	19	12	37	33	16	32
50%	171,0	170,0	61,4	21,4	13,0	16	12	38	34	17	36
60%	172,3	172,5	63,5	22,0	14,0	14	9	39	35	19	42
70%	174,2	174,5	66,0	22,4	15,3	13	8	40	36	20	50
80%	176,4	176,6	69,1	22,9	17,2	11	7	42	37	24	50
90%	179,2	180,7	72,6	24,3	19,1	7	4	45	39	26	50
Prozentrang	Tapping	C-Movement	Standweit-	Rep. Jumps	Medizinball Weitwurf			Aufschlag Test			
[%]	Frequenz	Jump	Sprung	Effizienz	Vorhand	Überkopf	Rückhand	Mittelwert	Max		
	[Hz]	[cm]	[cm]	[Index]	[cm]	[cm]	[cm]	[km/h]	[km/h]		
<b>Mittelwert</b>	<b>11,7</b>	<b>34,1</b>	<b>210</b>	<b>1,45</b>	<b>1110</b>	<b>862</b>	<b>1098</b>	<b>151</b>	<b>158</b>		
10%	10,7	28,3	189	1,10	605	960	976	132	139		
20%	11,0	30,3	197	1,25	786	1021	1011	144	151		
30%	11,3	31,3	204	1,32	846	1065	1044	147	154		
40%	11,3	32,6	207	1,39	870	1090	1084	149	156		
50%	11,7	34,2	210	1,45	920	1110	1100	152	160		
60%	11,7	35,2	212	1,51	945	1130	1115	155	162		
70%	12,0	36,6	220	1,57	968	1171	1145	158	164		
80%	12,3	37,9	223	1,62	1000	1197	1164	160	166		
90%	12,7	39,6	226	1,78	1064	1261	1197	166	173		
Prozentrang	Linearsprint			Richtungswechselsprint				Hit & Turn Test	YoYo-IR 1		
[%]	5m	10m	20m	VH Wende	VH Gesamt	RH Wende	RH Gesamt	Distanz	Distanz		
	[s]	[s]	[s]	[s]	[s]	[s]	[s]	[m]	[m]		
<b>Mittelwert</b>	<b>1,10</b>	<b>1,90</b>	<b>3,32</b>	<b>0,89</b>	<b>5,62</b>	<b>0,91</b>	<b>5,63</b>	<b>1859</b>	<b>1106</b>		
10%	1,18	2,00	3,46	1,03	5,88	1,07	5,91	1499	604		
20%	1,16	1,97	3,40	0,99	5,74	1,00	5,77	1575	768		
30%	1,14	1,94	3,36	0,94	5,70	0,95	5,71	1782	920		
40%	1,12	1,92	3,34	0,89	5,67	0,93	5,66	1810	976		
50%	1,11	1,90	3,32	0,88	5,62	0,91	5,63	1832	1100		
60%	1,09	1,89	3,29	0,86	5,59	0,88	5,59	1964	1160		
70%	1,07	1,87	3,26	0,83	5,55	0,86	5,56	2047	1336		
80%	1,06	1,84	3,24	0,80	5,50	0,83	5,49	2220	1400		
90%	1,02	1,81	3,17	0,75	5,40	0,75	5,39	2278	1628		

Altersklasse: 17,0 - 17,5 Jahre (weiblich)

n = 74

Prozentrang	Größe	Spannweite	Gewicht	BMI	Rumpfbeuge	Schulter		Handkraft		Liegestütz	Rücken Test
[%]	[cm]	[cm]	[kg]	[kg/m <sup>2</sup> ]	[cm]	D [cm]	ND [cm]	D [kg]	ND [kg]	[n]	[n]
<b>Mittelwert</b>	<b>170,0</b>	<b>169,7</b>	<b>62,8</b>	<b>21,7</b>	<b>12,4</b>	<b>18</b>	<b>12</b>	<b>39</b>	<b>33</b>	<b>18</b>	<b>37</b>
10%	161,5	159,2	55,2	19,3	5,5	27	20	32	26	7	25
20%	165,0	162,9	58,2	20,5	8,0	24	17	34	30	9	29
30%	166,6	165,1	60,2	20,8	9,0	22	14	36	31	12	31
40%	168,5	168,8	60,7	21,4	11,0	19	13	39	32	15	33
50%	169,5	170,0	62,4	21,7	12,5	17	12	40	33	19	37
60%	170,3	171,4	64,7	22,1	15,0	16	11	41	35	21	41
70%	172,9	173,0	66,8	22,5	15,6	15	10	42	35	23	43
80%	176,8	177,0	69,0	22,9	17,2	12	7	44	37	25	47
90%	179,3	178,6	71,3	24,1	18,7	7	3	45	39	29	50
Prozentrang	Tapping	C-Movement	Standweit-	Rep. Jumps	Medizinball Weitwurf			Aufschlag Test			
[%]	Frequenz	Jump	Sprung	Effizienz	Vorhand	Überkopf	Rückhand	Mittelwert	Max		
	[Hz]	[cm]	[cm]	[Index]	[cm]	[cm]	[cm]	[km/h]	[km/h]		
<b>Mittelwert</b>	<b>11,5</b>	<b>33,1</b>	<b>207</b>	<b>1,44</b>	<b>1108</b>	<b>867</b>	<b>1088</b>	<b>151</b>	<b>157</b>		
10%	10,7	28,1	189	1,11	618	930	932	138	144		
20%	11,0	29,4	194	1,26	759	1010	1013	144	149		
30%	11,1	30,4	198	1,31	829	1055	1034	146	153		
40%	11,3	32,7	205	1,39	870	1070	1056	149	155		
50%	11,7	33,3	210	1,44	920	1115	1088	151	158		
60%	11,7	34,2	212	1,51	957	1150	1130	155	161		
70%	11,9	35,2	215	1,56	981	1176	1151	158	163		
80%	12,1	36,6	220	1,66	1013	1214	1170	160	166		
90%	12,3	38,1	225	1,77	1089	1294	1237	162	169		
Prozentrang	Linearsprint			Richtungswechselsprint				Hit & Turn Test	YoYo-IR 1		
[%]	5m	10m	20m	VH Wende	VH Gesamt	RH Wende	RH Gesamt	Distanz	Distanz		
	[s]	[s]	[s]	[s]	[s]	[s]	[s]	[m]	[m]		
<b>Mittelwert</b>	<b>1,13</b>	<b>1,92</b>	<b>3,35</b>	<b>0,88</b>	<b>5,62</b>	<b>0,90</b>	<b>5,62</b>	<b>1838</b>	<b>1120</b>		
10%	1,22	2,04	3,50	1,01	5,85	1,04	5,92	1469	568		
20%	1,17	1,98	3,44	0,94	5,80	0,98	5,79	1626	880		
30%	1,15	1,97	3,41	0,92	5,70	0,95	5,71	1763	928		
40%	1,14	1,94	3,38	0,90	5,66	0,94	5,66	1807	1024		
50%	1,12	1,92	3,35	0,89	5,62	0,90	5,63	1887	1160		
60%	1,11	1,91	3,33	0,85	5,57	0,88	5,57	1939	1240		
70%	1,09	1,89	3,28	0,84	5,51	0,84	5,52	1998	1336		
80%	1,06	1,85	3,25	0,81	5,46	0,80	5,47	2242	1400		
90%	1,03	1,80	3,19	0,73	5,35	0,77	5,35	2457	1464		



Altersklasse: 17,5 - 18,0 Jahre (weiblich)

n = 48

Prozentrang	Größe	Spannweite	Gewicht	BMI	Rumpfbeuge	Schulter		Handkraft		Liegestütz	Rücken Test
[%]	[cm]	[cm]	[kg]	[kg/m <sup>2</sup> ]	[cm]	D [cm]	ND [cm]	D [kg]	ND [kg]	[n]	[n]
<b>Mittelwert</b>	<b>170,8</b>	<b>170,5</b>	<b>63,3</b>	<b>21,7</b>	<b>11,3</b>	<b>17</b>	<b>11</b>	<b>38</b>	<b>32</b>	<b>16</b>	<b>38</b>
10%	162,4	160,4	54,4	19,9	2,5	26	17	31	28	4	23
20%	165,2	164,5	57,7	20,5	5,9	23	15	34	29	8	28
30%	166,3	167,0	60,7	21,0	8,0	20	14	36	30	12	30
40%	169,1	168,5	61,8	21,4	11,0	18	12	37	31	15	36
50%	171,0	170,0	62,8	22,1	12,0	16	10	38	32	17	38
60%	172,0	171,8	64,8	22,2	14,2	15	10	40	34	19	44
70%	173,0	173,6	66,0	22,4	15,8	13	8	41	35	21	50
80%	177,3	176,7	67,6	23,0	17,7	11	6	43	37	22	50
90%	179,7	182,2	70,8	23,4	19,0	10	5	43	38	25	50
Prozentrang	Tapping	C-Movement	Standweit-	Rep. Jumps	Medizinball Weitwurf			Aufschlag Test			
[%]	Frequenz	Jump	Sprung	Effizienz	Vorhand	Überkopf	Rückhand	Mittelwert	Max		
	[Hz]	[cm]	[cm]	[Index]	[cm]	[cm]	[cm]	[km/h]	[km/h]		
<b>Mittelwert</b>	<b>11,5</b>	<b>33,3</b>	<b>205</b>	<b>1,45</b>	<b>1103</b>	<b>890</b>	<b>1065</b>	<b>152</b>	<b>157</b>		
10%	10,3	26,7	179	1,11	723	922	900	138	144		
20%	10,7	30,0	195	1,22	760	992	944	143	148		
30%	11,0	31,6	200	1,26	850	1033	994	148	154		
40%	11,3	33,2	201	1,34	880	1077	1026	151	156		
50%	11,7	33,6	204	1,40	923	1110	1070	152	159		
60%	11,7	34,6	207	1,58	965	1155	1121	154	160		
70%	11,7	36,0	212	1,64	990	1180	1140	157	161		
80%	12,0	37,0	220	1,72	1070	1224	1167	160	166		
90%	12,7	38,4	230	1,84	1100	1268	1216	163	171		
Prozentrang	Linearsprint			Richtungswechselsprint				Hit & Turn Test	YoYo-IR 1		
[%]	5m	10m	20m	VH Wende	VH Gesamt	RH Wende	RH Gesamt	Distanz	Distanz		
	[s]	[s]	[s]	[s]	[s]	[s]	[s]	[m]	[m]		
<b>Mittelwert</b>	<b>1,12</b>	<b>1,92</b>	<b>3,35</b>	<b>0,86</b>	<b>5,61</b>	<b>0,88</b>	<b>5,61</b>	<b>1855</b>	<b>1174</b>		
10%	1,24	2,08	3,63	1,00	5,93	0,99	5,91	1651	800		
20%	1,17	2,04	3,44	0,97	5,75	0,94	5,74	1728	872		
30%	1,15	1,95	3,39	0,91	5,70	0,92	5,67	1766	944		
40%	1,13	1,92	3,37	0,90	5,65	0,90	5,64	1810	1064		
50%	1,13	1,91	3,35	0,88	5,60	0,89	5,61	1827	1120		
60%	1,11	1,90	3,29	0,84	5,55	0,89	5,54	1854	1192		
70%	1,08	1,86	3,28	0,78	5,49	0,82	5,50	1969	1344		
80%	1,07	1,83	3,22	0,74	5,43	0,80	5,47	2013	1480		
90%	1,03	1,79	3,16	0,71	5,35	0,76	5,36	2073	1592		

Altersklasse: > 18 Jahre (weiblich)

n = 48

Prozentrang	Größe	Spannweite	Gewicht	BMI	Rumpfbeuge	Schulter		Handkraft		Liegestütz	Rücken Test
[%]	[cm]	[cm]	[kg]	[kg/m <sup>2</sup> ]	[cm]	D [cm]	ND [cm]	D [kg]	ND [kg]	[n]	[n]
<b>Mittelwert</b>	<b>173,5</b>	<b>174,4</b>	<b>65,6</b>	<b>21,8</b>	<b>11,3</b>	<b>16</b>	<b>10</b>	<b>40</b>	<b>35</b>	<b>18</b>	<b>39</b>
10%	166,0	164,4	55,3	18,7	2,4	24	18	34	28	2	20
20%	167,0	168,0	60,2	20,6	6,4	22	15	36	31	11	27
30%	170,6	170,5	62,0	21,1	8,0	20	14	37	32	16	30
40%	171,8	172,5	64,1	21,3	10,0	18	12	38	34	16	34
50%	172,3	174,0	66,9	21,8	11,0	16	11	40	35	18	45
60%	174,7	177,0	67,6	22,2	12,0	15	10	41	36	20	50
70%	177,8	178,7	70,9	22,7	14,4	13	8	43	38	23	50
80%	179,0	181,0	72,4	23,2	18,1	22	7	44	39	25	50
90%	182,0	185,7	73,4	24,3	19,0	8	5	48	41	29	50
Prozentrang	Tapping	C-Movement	Standweit-	Rep. Jumps	Medizinball Weitwurf			Aufschlag Test			
[%]	Frequenz	Jump	Sprung	Effizienz	Vorhand	Überkopf	Rückhand	Mittelwert	Max		
[%]	[Hz]	[cm]	[cm]	[Index]	[cm]	[cm]	[cm]	[km/h]	[km/h]		
<b>Mittelwert</b>	<b>11,6</b>	<b>34,2</b>	<b>214</b>	<b>1,45</b>	<b>1155</b>	<b>911</b>	<b>1133</b>	<b>150</b>	<b>156</b>		
10%	10,5	27,0	192	1,15	213	833	976	109	118		
20%	11,0	30,2	200	1,24	847	1051	1026	146	152		
30%	11,3	31,9	207	1,29	891	1105	1078	151	155		
40%	11,7	32,6	213	1,32	928	1151	1120	152	157		
50%	11,7	34,8	215	1,45	978	1178	1133	154	160		
60%	11,7	36,0	218	1,50	1019	1210	1150	157	164		
70%	12,0	37,0	221	1,58	1065	1240	1170	159	165		
80%	12,3	38,5	224	1,64	1108	1268	1205	162	168		
90%	12,7	39,8	233	1,83	1133	1299	1313	169	176		
Prozentrang	Linearsprint			Richtungswechselsprint				Hit & Turn Test	YoYo-IR 1		
[%]	5m	10m	20m	VH Wende	VH Gesamt	RH Wende	RH Gesamt	Distanz	Distanz		
[%]	[s]	[s]	[s]	[s]	[s]	[s]	[s]	[m]	[m]		
<b>Mittelwert</b>	<b>1,11</b>	<b>1,91</b>	<b>3,32</b>	<b>0,85</b>	<b>5,59</b>	<b>0,86</b>	<b>5,56</b>	<b>1769</b>	<b>1105</b>		
10%	1,17	2,01	3,48	1,02	5,87	0,98	5,79	584	464		
20%	1,15	1,96	3,40	0,95	5,74	0,93	5,65	1240	752		
30%	1,13	1,94	3,36	0,93	5,63	0,91	5,61	1700	896		
40%	1,12	1,93	3,34	0,89	5,58	0,88	5,57	1832	1056		
50%	1,11	1,90	3,33	0,84	5,56	0,86	5,55	1969	1200		
60%	1,10	1,89	3,30	0,80	5,53	0,84	5,52	2024	1200		
70%	1,09	1,87	3,25	0,78	5,49	0,80	5,47	2161	1200		
80%	1,06	1,86	3,23	0,76	5,46	0,77	5,44	2238	1416		
90%	1,04	1,83	3,20	0,69	5,36	0,69	5,38	2359	1784		