DZIEWCZĘTA **10 LAT**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Punktacja** | **Bieg na****50 m** | **Skok w dal****z miejsca** | **Bieg na****600 m** | **Siła****dłoni** | **Zwis na ugiętych****rękach** | **Bieg 4x10 m** | **Siady****z leżenia** | **Skłon tułowia** |
| Pkt | s | cm | s | kG | s | s | liczba | cm |
| **100** | 6,7 |  | 89 | 33 |  | 8,8 | 41 |  |
| **99** |  | 219 |  |  |  |  |  |  |
| **98** |  |  |  |  |  | 8,9 |  |  |
| **97** |  | 218 |  |  |  |  |  | 25 |
| **96** | 6,8 |  |  |  |  | 9,0 | 40 |  |
| **95** |  | 217 | 90 |  |  |  |  |  |
| **94** |  |  |  | 32 |  | 9,1 |  |  |
| **93** |  | 216 |  |  |  |  |  |  |
| **92** | 6,9 | 215 |  |  |  | 9,2 | 39 |  |
| **91** |  | 214 | 91 |  |  |  |  | 24 |
| **90** |  | 213 |  |  |  | 9,3 |  |  |
| **89** | 7,0 | 212 |  | 31 |  |  | 38 |  |
| **88** |  | 211 | 92 |  |  | 9,4 |  |  |
| **87** |  | 210 |  |  |  |  |  |  |
| **86** | 7,1 | 209 | 93 |  |  | 9,5 | 37 | 23 |
| **85** |  |  | 94 | 30 |  | 9,6 |  |  |
| **84** |  | 206 |  |  |  | 9,7 |  |  |
| **83** | 7,2 |  | 97 |  |  | 9,8 | 36 |  |
| **82** |  | 203 |  | 29 |  | 9,9 |  | 22 |
| **81** | 7,3 |  | 100 |  |  | 10,0 |  |  |
| **80** |  | 200 | 102 | 28 | 60 | 10,1 | 35 |  |
| **79** | 7,4 | 198 | 104 |  | 58 | 10,2 |  | 21 |
| **78** |  | 196 | 107 |  | 56 | 10,4 | 34 |  |
| **77** | 7,5 | 194 | 110 | 27 | 53 | 10,5 |  | 20 |
| **76** |  | 192 | 113 |  | 51 | 10,6 |  |  |
| **75** | 7,6 | 190 | 116 | 26 | 48 | 10,7 | 33 | 19 |
| **74** |  | 188 | 119 |  | 46 | 10,8 |  | 18 |
| **73** | 7,7 | 186 | 122 | 25 | 43 | 10,9 | 32 |  |
| **72** | 7,8 | 184 | 125 |  | 40 | 11,0 |  | 17 |
| **71** | 7,9 | 182 | 128 | 24 | 37 | 11,1 | 31 | 16 |
| **70** | 8,0 | 180 | 131 |  | 35 | 11,2 |  |  |
| **69** |  | 178 | 134 |  | 33 | 11,4 | 30 | 15 |
| **68** | 8,1 | 176 | 137 | 23 | 32 | 11,5 |  |  |
| **67** | 8,2 | 174 | 140 |  | 30 | 11,6 | 29 | 14 |
| **66** | 8,3 | 172 | 143 | 22 | 28 | 11,7 |  | 13 |
| **65** | 8,4 | 170 | 146 |  | 26 | 11,8 | 28 |  |
| **64** | 8,5 | 168 | 149 | 21 | 24 | 11,9 |  | 12 |
| **63** | 8,6 | 166 | 152 |  | 22 | 12,0 | 27 | 11 |
| **62** | 8,7 | 164 | 155 | 20 | 21 | 12,2 |  |  |
| **61** | 8,8 | 162 | 158 |  | 19 | 12,4 | 26 | 10 |
| **60** | 8,9 | 160 | 161 | 19 | 18 | 12,5 |  |  |
| **59** | 9,0 | 158 | 164 |  | 16 | 12,6 | 25 | 9 |
| **58** | 9,1 | 156 | 167 | 18 | 14 | 12,7 |  | 8 |
| **57** | 9,2 | 154 | 170 |  | 13 | 12,8 | 24 |  |
| **56** | 9,3 | 152 | 173 | 17 | 12 | 12,9 |  | 7 |
| **55** | 9,4 | 150 | 176 |  | 11 | 13,0 | 23 | 6 |
| **54** | 9,5 | 148 | 179 | 16 | 9 | 13,1 |  |  |
| **53** | 9,6 | 146 | 182 |  | 7 | 13,2 | 22 | 5 |
| **52** | 9,7 | 144 | 185 | 15 | 6 | 13,4 |  |  |
| **51** | 9,8 | 142 | 188 |  | 4 | 13,5 | 21 | 4 |
| **50** | 9,9 | 140 | 191 | 14 | 3 | 13,6 | 20 | 3 |
| **49** | 10,0 | 138 | 194 |  |  | 13,7 |  |  |
| **48** | 10,1 | 136 | 197 | 13 | 2 | 13,8 | 19 | 2 |
| **47** | 10,2 | 134 | 200 |  |  | 14,0 |  | 1 |
| **46** | 10,3 | 132 | 203 | 12 | 1 | 14,1 | 18 |  |
| **45** |  | 130 | 206 |  |  | 14,2 |  | 0 |
| **44** | 10,4 | 128 | 209 | 11 |  | 14,3 | 17 | - 1 |
| **43** | 10,5 | 126 | 212 |  |  | 14,4 |  |  |
| **42** | 10,6 | 124 | 215 | 10 |  | 14,6 | 16 | - 2 |
| **41** | 10,7 | 122 | 218 |  |  | 14,7 |  | - 3 |
| **40** | 10,8 | 120 | 221 |  |  | 14,8 | 15 |  |
| **39** | 10,9 | 118 | 224 | 9 |  | 14,9 |  | - 4 |
| **38** | 11,0 | 116 | 227 |  |  | 15,0 | 14 |  |
| **37** |  | 114 | 230 |  |  | 15,1 |  | - 5 |
| **36** | 11,2 | 112 | 233 | 8 |  | 15,3 | 13 | - 6 |
| **35** | 11,3 | 110 | 236 |  |  | 15,4 |  |  |
| **34** | 11,4 | 108 | 239 | 7 |  | 15,5 | 12 | - 7 |
| **33** | 11,4 | 106 | 242 |  |  | 15,6 |  | - 8 |
| **32** | 11,5 | 104 | 245 | 6 |  | 15,7 | 11 |  |
| **31** | 11,6 | 102 | 248 |  |  | 15,9 |  | - 9 |
| **30** | 11,7 | 100 | 251 | 5 |  | 16,0 | 10 | - 10 |
| **29** | 11,8 | 98 | 254 |  |  | 16,1 |  |  |
| **28** | 11,9 | 96 | 257 | 4 |  | 16,3 | 9 | - 11 |
| **27** | 12,0 | 94 | 260 |  |  | 16,4 |  |  |
| **26** |  | 92 | 263 | 3 |  | 16,5 | 8 | - 12 |
| **25** | 12,3 | 90 | 266 |  |  |  |  | - 13 |
| **24** |  | 88 | 269 | 2 |  | 16,6 | 7 |  |
| **23** | 12,6 | 86 | 272 |  |  |  |  | - 14 |
| **22** |  | 84 | 275 | 1 |  | 16,7 | 6 | - 15 |
| **21** | 12,9 | 82 | 278 |  |  |  |  |  |
| **20** |  | 80 | 281 |  |  | 16,8 | 5 | - 16 |
| **19** | 13,2 |  | 284 |  |  |  |  | - 17 |
| **18** |  | 77 | 286 |  |  | 16,9 | 4 |  |
| **17** | 13,3 |  | 288 |  |  |  |  | - 18 |
| **16** |  | 74 | 290 |  |  | 17,0 | 3 |  |
| **15** | 13,4 |  | 292 |  |  |  |  | - 19 |
| **14** |  | 71 | 294 |  |  | 17,1 | 2 |  |
| **13** | 13,5 |  | 296 |  |  |  |  | - 20 |
| **12** |  | 68 | 298 |  |  | 17,2 | 1 |  |
| **11** | 13,6 | 67 | 300 |  |  |  |  | - 21 |
| **10** |  | 66 | 302 |  |  | 17,3 |  |  |
| **9** | 13,7 | 65 | 304 |  |  |  |  | - 22 |
| **8** |  | 64 | 306 |  |  |  |  |  |
| **7** | 13,8 | 63 | 308 |  |  | 17,4 |  | - 23 |
| **6** |  | 62 | 310 |  |  |  |  |  |
| **5** | 13,9 | 61 | 311 |  |  |  |  | - 24 |
| **4** |  | 60 | 312 |  |  | 17,5 |  |  |
| **3** | 14,0 | 59 | 313 |  |  |  |  | - 25 |
| **2** |  | 58 | 314 |  |  |  |  |  |
| **1** | 14,1 | 57 | 315 |  |  | 17,6 |  | - 26 |

CHŁOPCY **10 LAT**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Punktacja** | **Bieg na****50 m** | **Skok w dal****z miejsca** | **Bieg na****600 m** | **Siła****dłoni** | **Zwis na ugiętych****rękach** | **Bieg 4x10 m** | **Siady****z leżenia** | **Skłon tułowia** |
| Pkt | s | cm | s | kG | s | s | liczba | cm |
| **100** | 6,1 | 225 |  |  |  | 8,9 |  |  |
| **99** |  |  | 91 |  |  |  | 43 |  |
| **98** |  | 224 |  | 35 |  |  |  |  |
| **97** | 6,2 |  | 92 |  |  |  |  | 25 |
| **96** |  | 223 |  |  |  | 9,0 |  |  |
| **95** |  |  | 93 |  |  |  |  |  |
| **94** | 6,3 | 222 | 94 |  |  |  | 42 |  |
| **93** |  |  | 95 |  |  |  |  |  |
| **92** |  | 221 | 96 | 34 |  | 9,1 |  | 24 |
| **91** | 6,4 |  | 97 |  |  |  |  |  |
| **90** |  | 220 | 98 |  |  |  | 41 |  |
| **89** |  | 219 | 99 |  |  | 9,2 |  |  |
| **88** | 6,5 | 218 | 100 |  |  |  |  | 23 |
| **87** |  | 217 | 101 | 33 |  |  | 40 |  |
| **86** |  | 216 | 102 |  |  | 9,3 |  |  |
| **85** | 6,6 | 215 | 103 |  |  |  |  | 22 |
| **84** |  | 214 | 104 |  |  |  | 39 |  |
| **83** | 6,7 |  | 105 | 32 |  | 9,4 |  |  |
| **82** |  | 211 | 105 |  |  |  | 38 | 21 |
| **81** | 6,8 |  |  |  |  | 9,5 |  |  |
| **80** | 6,9 | 208 | 108 | 30 | 60 |  | 37 | 20 |
| **79** | 7,0 | 206 |  |  | 58 | 9,6 |  |  |
| **78** | 7,1 | 204 | 111 | 29 | 57 |  | 36 | 19 |
| **77** | 7,2 | 202 |  |  | 56 | 9,7 |  | 18 |
| **76** | 7,3 | 200 | 114 | 28 | 55 |  | 35 |  |
| **75** | 7,4 | 198 |  |  | 54 | 9,8 |  | 17 |
| **74** | 7,5 | 196 | 117 | 27 | 53 | 9,9 | 34 | 16 |
| **73** | 7,6 | 194 | 109 |  | 52 | 10,0 |  |  |
| **72** | 7,7 | 192 | 121 | 26 | 51 | 10,1 | 33 | 15 |
| **71** | 7,8 | 190 | 123 |  | 50 | 10,3 |  |  |
| **70** | 7,9 | 188 | 125 | 25 | 49 | 10,4 | 32 | 14 |
| **69** | 8,0 | 186 | 127 |  | 47 | 10,6 |  | 13 |
| **68** | 8,1 | 184 | 129 | 24 | 45 | 10,7 | 31 |  |
| **67** | 8,2 | 182 | 131 |  | 43 | 10,8 |  | 12 |
| **66** | 8,3 | 180 | 133 | 23 | 41 | 10,9 | 30 | 11 |
| **65** | 8,4 | 178 | 135 |  | 40 | 11,0 |  |  |
| **64** |  | 176 | 137 | 22 | 38 | 11,2 | 29 | 10 |
| **63** | 8,5 | 174 | 139 |  | 36 | 11,3 |  | 9 |
| **62** | 8,6 | 172 | 141 | 21 | 34 | 11,4 | 28 |  |
| **61** | 8,7 | 170 | 143 |  | 32 | 11,5 |  | 8 |
| **60** | 8,8 | 168 | 145 | 20 | 30 | 11,7 | 27 | 7 |
| **59** | 8,9 | 166 | 147 |  | 28 | 11,8 |  |  |
| **58** | 9,0 | 164 | 150 | 19 | 26 | 11,9 | 26 | 6 |
| **57** | 9,1 | 162 | 153 |  | 24 | 12,0 |  |  |
| **56** | 9,2 | 160 | 156 | 18 | 22 | 12,1 | 25 | 5 |
| **55** |  | 158 | 159 |  | 21 | 12,3 |  | 4 |
| **54** | 9,3 | 156 | 162 | 17 | 20 | 12,5 | 24 |  |
| **53** | 9,4 | 154 | 165 |  | 19 | 12,6 |  | 3 |
| **52** | 9,5 | 152 | 168 |  | 18 | 12,8 | 23 | 2 |
| **51** | 9,6 | 150 | 171 |  | 17 | 12,9 |  |  |
| **50** |  | 148 | 174 | 16 | 16 | 13,0 | 22 | 1 |
| **49** | 9,7 | 146 | 177 |  | 15 | 13,1 |  | 0 |
| **48** | 9,8 | 144 | 180 | 15 | 14 | 13,2 | 21 |  |
| **47** | 9,9 | 142 | 183 |  | 13 | 13,4 |  | -1 |
| **46** | 10,0 | 140 | 186 | 14 |  | 13,5 | 20 | -2 |
| **45** |  | 138 | 189 |  | 12 | 13,6 |  |  |
| **44** | 10,1 | 136 | 192 |  |  | 13,7 | 19 | -3 |
| **43** | 10,2 | 134 | 195 | 13 | 11 | 13,9 |  |  |
| **42** | 10,3 | 132 | 198 |  |  | 14,0 | 18 | -4 |
| **41** | 10,4 | 130 | 201 | 12 | 10 | 14,1 |  | -5 |
| **40** | 10,5 | 128 | 204 |  |  | 14,2 | 17 |  |
| **39** | 10,6 | 126 | 208 | 11 | 9 | 14,3 |  | -6 |
| **38** | 10,7 | 124 | 212 |  |  | 14,5 | 16 | -7 |
| **37** | 10,8 | 122 | 216 | 10 | 8 | 14,6 |  |  |
| **36** |  | 120 | 219 |  |  | 14,7 | 15 | -8 |
| **35** | 10,9 | 118 | 223 | 9 | 7 | 14,8 |  | -9 |
| **34** | 11,0 | 116 | 226 |  |  | 15,0 | 14 |  |
| **33** | 11,1 | 114 | 229 | 8 | 6 | 15,1 |  | -10 |
| **32** | 11,2 | 112 | 233 |  |  | 15,2 | 13 | -11 |
| **31** | 11,3 | 110 | 236 | 7 | 5 | 15,3 |  |  |
| **30** | 11,4 | 108 | 239 |  |  | 15,4 | 12 | -12 |
| **29** | 11,5 | 106 | 243 | 6 | 4 | 15,6 |  | -13 |
| **28** | 11,6 | 104 | 246 |  |  | 15,7 | 11 |  |
| **27** | 11,7 | 102 | 249 | 5 | 3 | 15,8 |  | -14 |
| **26** |  | 100 | 253 |  |  | 15,9 | 10 | -15 |
| **25** | 11,8 | 98 | 256 | 4 | 2 | 16,0 |  |  |
| **24** |  | 96 | 259 |  |  | 16,2 | 9 | -16 |
| **23** | 11,9 | 94 | 262 | 3 | 1 | 16,3 |  | -17 |
| **22** |  | 92 | 265 |  |  | 16,4 | 8 |  |
| **21** | 12,0 | 90 | 268 | 2 |  | 16,5 |  | -18 |
| **20** |  | 88 | 270 |  |  | 16,7 | 7 | -19 |
| **19** | 12,1 |  | 272 | 1 |  | 16,8 |  |  |
| **18** |  | 85 | 274 |  |  | 16,9 | 6 | -20 |
| **17** | 12,2 |  | 276 |  |  | 17,0 |  |  |
| **16** |  | 82 | 278 |  |  |  |  | -21 |
| **15** | 12,3 |  | 280 |  |  | 17,1 | 5 |  |
| **14** |  | 79 | 282 |  |  |  |  | -22 |
| **13** | 12,4 | 78 | 284 |  |  | 17,2 |  |  |
| **12** |  | 77 | 286 |  |  |  | 4 | -23 |
| **11** |  | 76 | 288 |  |  |  |  |  |
| **10** | 12,5 | 75 | 290 |  |  | 17,3 |  | -24 |
| **9** |  | 74 | 291 |  |  |  | 3 |  |
| **8** |  |  | 292 |  |  |  |  | -25 |
| **7** | 12,6 | 73 | 293 |  |  | 17,4 |  |  |
| **6** |  |  | 294 |  |  |  | 2 | -26 |
| **5** |  | 72 | 295 |  |  |  |  |  |
| **4** |  |  |  |  |  | 17,5 |  | -27 |
| **3** | 12,7 | 71 | 296 |  |  |  | 1 |  |
| **2** |  |  |  |  |  |  |  | -28 |
| **1** |  |  | 297 |  |  | 17,6 |  |  |