GIRLS **11 YEARS OLD**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Score** | **50m Run (s)** | **Standing Long Jump (cm)** | **600m Run (s)** | **Hand Grip Strength (kg)** | **Hang on Bent Arms (s)** | **4x10m Run (s)** | **Sit-ups** | **Trunk Bend (cm)** |
| Points | s | cm | s | kG | s | s | number | cm |
| **100** | 6,5 |  |  |  |  | 8,6 |  |  |
| **99** |  |  | 89 |  |  |  | 42 |  |
| **98** |  | 228 |  |  |  | 8,7 |  |  |
| **97** |  |  |  | 35 |  |  |  |  |
| **96** | 6,6 | 227 | 90 |  |  | 8,8 |  |  |
| **95** |  |  |  |  |  |  |  | 25 |
| **94** |  | 226 |  |  |  | 8,9 | 41 |  |
| **93** |  |  | 91 |  |  |  |  |  |
| **92** | 6,7 | 225 |  |  |  | 9,0 |  |  |
| **91** |  |  |  | 34 |  |  |  |  |
| **90** |  | 224 | 92 |  |  | 9,1 | 40 |  |
| **89** | 6,8 |  |  |  |  |  |  | 24 |
| **88** |  | 223 | 93 |  |  | 9,2 |  |  |
| **87** |  |  |  |  |  |  | 39 |  |
| **86** | 6,9 | 220 | 94 | 33 |  | 9,3 |  |  |
| **85** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **84** |  | 217 | 95 |  |  | 9,4 | 38 | 23 |
| **83** | 7,0 |  |  |  |  |  |  |  |
| **82** |  | 214 | 96 | 32 |  | 9,5 | 37 |  |
| **81** | 7,1 | 212 | 97 |  |  | 9,6 |  |  |
| **80** |  | 210 | 98 |  | 60 | 9,7 | 36 | 22 |
| **79** | 7,2 | 208 | 100 | 31 | 58 | 9,8 |  |  |
| **78** |  | 206 | 102 |  | 55 | 9,9 | 35 |  |
| **77** | 7,3 | 204 | 105 | 30 | 51 | 10,0 |  | 21 |
| **76** |  | 201 | 108 |  | 47 | 10,2 | 34 | 20 |
| **75** | 7,4 | 199 | 111 | 29 | 44 | 10,3 |  |  |
| **74** |  | 197 | 114 |  | 42 | 10,4 | 33 | 19 |
| **73** | 7,5 | 195 | 117 | 28 | 40 | 10,5 |  |  |
| **72** | 7,6 | 193 | 120 |  | 38 | 10,6 | 32 | 18 |
| **71** | 7,7 | 191 | 123 | 27 | 36 | 10,7 |  | 17 |
| **70** | 7,8 | 189 | 126 |  | 34 | 10,9 | 31 |  |
| **69** | 7,9 | 187 | 129 | 26 | 32 | 11,0 |  | 16 |
| **68** | 8,0 | 185 | 132 |  | 30 | 11,1 | 30 | 15 |
| **67** | 8,1 | 183 | 135 | 25 | 29 | 11,2 |  |  |
| **66** |  | 181 | 138 |  | 28 | 11,3 | 29 | 14 |
| **65** | 8,2 | 179 | 141 | 24 | 26 | 11,4 |  |  |
| **64** | 8,3 | 177 | 143 |  | 24 | 11,6 | 28 | 13 |
| **63** | 8,4 | 174 | 146 | 23 | 22 | 11,7 |  | 12 |
| **62** | 8,5 | 172 | 149 |  | 21 | 11,8 | 27 |  |
| **61** | 8,6 | 170 | 152 | 22 | 20 | 11,9 |  | 11 |
| **60** |  | 168 | 155 |  | 19 | 12,0 | 26 | 10 |
| **59** | 8,7 | 166 | 158 | 21 | 18 | 12,1 |  |  |
| **58** | 8,8 | 164 | 161 |  | 16 | 12,3 | 25 | 9 |
| **57** | 8,9 | 162 | 164 | 20 | 14 | 12,4 |  |  |
| **56** | 9,0 | 160 | 167 |  | 12 | 12,5 | 24 | 8 |
| **55** | 9,1 | 158 | 170 | 19 | 10 | 12,6 |  | 7 |
| **54** |  | 156 | 173 |  | 9 | 12,7 | 23 |  |
| **53** | 9,2 | 154 | 176 | 18 | 8 | 12,9 |  | 6 |
| **52** | 9,3 | 152 | 178 |  | 7 | 13,0 | 22 | 5 |
| **51** | 9,4 | 150 | 181 | 17 | 5 | 13,1 |  |  |
| **50** | 9,5 | 147 | 184 |  | 4 | 13,2 | 21 | 4 |
| **49** | 9,6 | 145 | 187 | 16 | 3 | 13,3 |  |  |
| **48** | 9,7 | 143 | 190 |  | 2 | 13,4 | 20 | 3 |
| **47** | 9,8 | 141 | 193 | 15 | 1 | 13,6 |  | 2 |
| **46** | 9,9 | 139 | 196 |  |  | 13,7 | 19 |  |
| **45** | 10,0 | 137 | 199 | 14 |  | 13,8 |  | 1 |
| **44** | 10,1 | 135 | 202 |  |  | 13,9 | 18 | 0 |
| **43** | 10,2 | 133 | 205 | 13 |  | 14,0 |  | - 1 |
| **42** | 10,3 | 131 | 208 |  |  | 14,1 | 17 | - 2 |
| **41** | 10,4 | 129 | 211 | 12 |  | 14,3 |  |  |
| **40** | 10,5 | 127 | 214 |  |  | 14,4 | 16 | - 3 |
| **39** | 10,6 | 125 | 217 | 11 |  | 14,5 |  | - 4 |
| **38** | 10,7 | 123 | 219 |  |  | 14,6 | 15 |  |
| **37** | 10,8 | 121 | 222 | 10 |  | 14,7 |  | - 5 |
| **36** | 10,9 | 119 | 225 |  |  | 14,8 | 14 | - 6 |
| **35** | 11,0 | 117 | 228 | 9 |  | 15,0 |  |  |
| **34** | 11,1 | 115 | 231 |  |  | 15,1 | 13 | - 7 |
| **33** | 11,2 | 113 | 234 | 8 |  | 15,2 |  | - 8 |
| **32** | 11,3 | 111 | 237 |  |  | 15,3 | 12 |  |
| **31** | 11,4 | 109 | 240 | 7 |  | 15,4 |  | - 9 |
| **30** | 11,5 | 107 | 242 |  |  | 15,5 | 11 | - 10 |
| **29** | 11,6 | 105 | 246 | 6 |  | 15,7 |  |  |
| **28** | 11,7 | 103 | 249 |  |  | 15,8 | 10 | - 11 |
| **27** | 11,8 | 101 | 252 | 5 |  | 15,9 |  | - 12 |
| **26** | 11,9 | 99 | 255 |  |  | 16,0 | 9 |  |
| **25** | 12,0 | 97 | 257 | 4 |  | 16,1 |  | - 13 |
| **24** | 12,1 | 95 | 260 |  |  | 16,2 | 8 | - 14 |
| **23** |  | 93 | 263 | 3 |  | 16,3 |  |  |
| **22** | 12,4 | 91 | 269 |  |  | 16,4 | 7 | - 15 |
| **21** |  | 89 | 272 | 2 |  |  |  | - 16 |
| **20** | 12,7 | 87 | 275 |  |  | 16,5 | 6 |  |
| **19** |  |  | 278 | 1 |  |  |  | - 17 |
| **18** | 12,8 | 84 | 280 |  |  | 16,6 | 5 |  |
| **17** |  |  | 282 |  |  |  |  | - 18 |
| **16** | 12,9 | 81 | 284 |  |  | 16,7 | 4 |  |
| **15** |  |  | 286 |  |  |  |  | - 19 |
| **14** | 13,0 | 78 | 288 |  |  |  | 3 |  |
| **13** |  |  | 290 |  |  | 16,8 |  | - 20 |
| **12** | 13,1 | 75 | 292 |  |  |  | 2 |  |
| **11** |  | 74 | 294 |  |  |  |  | - 21 |
| **10** | 13,2 | 73 | 296 |  |  | 16,9 | 1 |  |
| **9** |  | 72 | 298 |  |  |  |  | - 22 |
| **8** | 13,3 | 71 | 300 |  |  |  |  |  |
| **7** |  | 69 | 302 |  |  | 17,0 |  | - 23 |
| **6** | 13,4 | 68 | 304 |  |  |  |  |  |
| **5** |  | 67 | 305 |  |  |  |  | - 24 |
| **4** | 13,5 | 66 | 306 |  |  | 17,1 |  |  |
| **3** |  | 65 | 307 |  |  |  |  | - 25 |
| **2** | 13,6 | 64 | 308 |  |  |  |  |  |
| **1** |  | 63 | 309 |  |  | 17,2 |  | - 26 |

BOYS **11 YEARS OLD**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Score** | **50m Run (s)** | **Standing Long Jump (cm)** | **600m Run (s)** | **Hand Grip Strength (kg)** | **Hang on Bent Arms (s)** | **4x10m Run (s)** | **Sit-ups** | **Trunk Bend (cm)** |
| Points | s | cm | s | kG | s | s | number | cm |
| **100** |  | 228 |  |  |  |  |  |  |
| **99** |  |  | 88 |  |  | 8,9 | 43 | 25 |
| **98** |  | 227 |  |  |  |  |  |  |
| **97** | 5,9 |  | 89 |  |  |  |  |  |
| **96** |  | 226 |  |  |  |  |  |  |
| **95** |  |  | 90 |  |  |  |  |  |
| **94** | 6,0 | 225 |  | 38 |  | 9,0 | 42 |  |
| **93** |  |  | 91 |  |  |  |  | 24 |
| **92** |  | 224 | 92 |  |  |  |  |  |
| **91** | 6,1 | 223 | 93 |  |  |  |  |  |
| **90** |  | 222 | 94 |  |  |  | 41 |  |
| **89** | 6,2 | 221 | 95 |  |  | 9,1 |  |  |
| **88** |  | 220 | 96 | 37 |  |  |  | 23 |
| **87** | 6,3 | 219 | 97 |  |  |  |  |  |
| **86** |  | 218 | 98 |  |  |  | 40 |  |
| **85** | 6,4 | 217 | 99 |  |  | 9,2 |  |  |
| **84** |  | 216 | 100 | 36 |  |  |  | 22 |
| **83** | 6,5 | 215 | 101 |  |  |  | 39 |  |
| **82** |  | 214 |  | 35 |  | 9,3 |  |  |
| **81** | 6,6 | 213 | 103 |  |  |  |  | 21 |
| **80** |  | 212 |  | 34 | 60 | 9,4 | 38 |  |
| **79** | 6,7 | 211 | 106 |  | 58 |  |  | 20 |
| **78** | 6,8 | 210 |  | 33 | 57 | 9,5 | 37 | 19 |
| **77** | 6,9 | 209 | 109 |  | 56 | 9,6 |  |  |
| **76** | 7,0 | 208 |  | 32 | 55 | 9,7 | 36 | 18 |
| **75** | 7,1 | 206 | 112 |  | 54 | 9,8 |  | 17 |
| **74** | 7,2 | 204 |  | 31 | 53 | 9,9 | 35 |  |
| **73** | 7,3 | 202 | 115 |  | 52 | 10,0 |  | 16 |
| **72** |  | 200 |  | 30 | 51 | 10,1 | 34 | 15 |
| **71** | 7,4 | 198 | 118 |  | 50 | 10,2 |  |  |
| **70** | 7,5 | 196 | 120 | 29 | 49 | 10,4 | 33 | 14 |
| **69** | 7,6 | 194 | 122 |  | 47 | 10,5 |  | 13 |
| **68** | 7,7 | 192 | 124 | 28 | 45 | 10,6 | 32 |  |
| **67** | 7,8 | 190 | 126 |  | 43 | 10,7 |  | 12 |
| **66** | 7,9 | 188 | 128 | 27 | 41 | 10,8 | 31 | 11 |
| **65** |  | 186 | 130 |  | 40 | 11,0 |  |  |
| **64** | 8,0 | 184 | 132 | 26 | 38 | 11,1 | 30 | 10 |
| **63** | 8,1 | 182 | 134 |  | 36 | 11,2 |  | 9 |
| **62** | 8,2 | 180 | 136 | 25 | 34 | 11,3 | 29 |  |
| **61** | 8,3 | 178 | 139 |  | 32 | 11,4 |  | 8 |
| **60** | 8,4 | 176 | 142 | 24 | 30 | 11,5 | 28 | 7 |
| **59** |  | 174 | 145 |  | 28 | 11,6 |  |  |
| **58** | 8,5 | 172 | 148 | 23 | 26 | 11,8 | 27 | 6 |
| **57** | 8,6 | 170 | 151 |  | 24 | 11,9 |  | 5 |
| **56** | 8,7 | 168 | 154 | 22 | 23 | 12,0 | 26 |  |
| **55** | 8,8 | 166 | 157 |  | 22 | 12,1 |  | 4 |
| **54** | 8,9 | 164 | 160 | 21 | 21 | 12,2 | 25 |  |
| **53** |  | 162 | 163 |  | 20 | 12,3 |  | 3 |
| **52** | 9,0 | 160 | 166 | 20 | 19 | 12,5 | 24 | 2 |
| **51** | 9,1 | 158 | 169 |  | 18 | 12,6 |  |  |
| **50** | 9,2 | 155 | 172 | 19 | 17 | 12,7 | 23 | 1 |
| **49** | 9,3 | 153 | 175 |  | 16 | 12,8 |  | 0 |
| **48** | 9,4 | 151 | 177 | 18 | 15 | 12,9 | 22 |  |
| **47** | 9,5 | 148 | 180 |  | 14 | 13,0 |  | - 1 |
| **46** |  | 146 | 183 | 17 | 13 | 13,2 | 21 | - 2 |
| **45** | 9,6 | 144 | 186 |  |  | 13,3 |  |  |
| **44** | 9,7 | 141 | 189 | 16 | 12 | 13,4 | 20 | - 3 |
| **43** | 9,8 | 139 | 192 |  |  | 13,5 |  |  |
| **42** | 9,9 | 137 | 195 | 15 | 11 | 13,6 | 19 | - 4 |
| **41** | 10,0 | 135 | 198 |  |  | 13,8 |  | - 5 |
| **40** |  | 133 | 202 | 14 | 10 | 13,9 | 18 |  |
| **39** | 10,1 | 131 | 205 |  |  |  |  | - 6 |
| **38** | 10,2 | 128 | 209 | 13 | 9 | 14,0 | 17 | - 7 |
| **37** | 10,3 | 126 | 213 |  |  | 14,2 |  |  |
| **36** | 10,4 | 124 | 217 | 12 | 8 | 14,4 | 16 | - 8 |
| **35** | 10,5 | 122 | 220 |  |  | 14,5 |  | - 9 |
| **34** |  | 119 | 224 | 11 | 7 | 14,6 | 15 |  |
| **33** | 10,6 | 117 | 227 |  |  | 14,7 |  | - 10 |
| **32** | 10,7 | 115 | 230 | 10 | 6 | 14,8 | 14 | - 11 |
| **31** | 10,8 | 113 | 234 |  |  | 15,0 |  |  |
| **30** | 10,9 | 111 | 238 | 9 | 5 | 15,1 | 13 | - 12 |
| **29** | 11,0 | 109 | 241 |  |  | 15,2 |  | - 13 |
| **28** |  | 107 | 244 | 8 | 4 | 15,3 | 12 |  |
| **27** | 11,1 | 105 | 247 |  |  | 15,4 |  | - 14 |
| **26** |  | 103 | 250 | 7 | 3 | 15,5 |  | - 15 |
| **25** | 11,2 | 101 | 253 |  |  | 15,7 | 11 |  |
| **24** |  | 99 | 256 | 6 | 2 | 15,8 |  | - 16 |
| **23** | 11,3 | 97 | 259 |  |  | 15,9 | 10 | - 17 |
| **22** |  | 95 | 262 | 5 | 1 | 16,0 |  |  |
| **21** | 11,4 | 93 | 265 |  |  | 16,1 | 9 | - 18 |
| **20** |  | 91 | 268 | 4 |  | 16,2 |  | - 19 |
| **19** | 11,5 | 90 | 270 |  |  |  | 8 |  |
| **18** |  | 89 | 272 |  |  | 16,3 |  | - 20 |
| **17** | 11,6 | 88 | 274 | 3 |  |  |  |  |
| **16** |  | 87 | 276 |  |  | 16,4 | 7 | - 21 |
| **15** | 11,7 | 86 | 278 |  |  |  |  |  |
| **14** |  | 85 | 279 |  |  | 16,5 |  | - 22 |
| **13** | 11,8 | 84 | 280 | 2 |  |  | 6 |  |
| **12** |  | 83 | 281 |  |  | 16,6 |  | - 23 |
| **11** | 11,9 | 82 | 282 |  |  |  |  |  |
| **10** |  | 81 | 284 |  |  | 16,7 | 5 | - 24 |
| **9** | 12,0 |  | 285 |  |  |  |  |  |
| **8** |  | 80 | 286 | 1 |  | 16,8 |  | - 25 |
| **7** |  |  | 287 |  |  |  | 4 |  |
| **6** | 12,1 | 79 |  |  |  | 16,9 |  | - 26 |
| **5** |  |  | 288 |  |  |  |  |  |
| **4** |  | 78 |  |  |  | 17,0 | 3 | - 27 |
| **3** | 12,2 |  | 289 |  |  |  |  |  |
| **2** |  | 77 |  |  |  | 17,1 |  | - 28 |
| **1** |  |  | 290 |  |  |  | 2 |  |