

CHŁOPCY - 9 LAT				
Pkt	Skok w dal z miejsca (cm)	Bieg na 50 m (s)	Bieg 4 x 10 m (s)	Bieg przedłużony 600 m (min)
100	219	7,1	9,9	1,47
99	217			1,48
98	215	7,2	10,0	1,49
97	213			1,50
96	211	7,3	10,1	1,51
95	209			1,52
94	207	7,4	10,2	1,53
93	205	7,5	10,3	1,55
92	203			1,56
91	201	7,6	10,4	1,57
90	199		10,5	1,58
89	197	7,7		1,59
88	195	7,8	10,6	2,01
87	193		10,7	2,02
86	191	7,9		2,03
85	189	8,0	10,8	2,05
84	187		10,9	2,06
83	184	8,1		2,08
82	182	8,2	11,0	2,09
81	180	8,3	11,1	2,11
80	178		11,2	2,12
79	176	8,4	11,3	2,14
78	174	8,5		2,16
77	172	8,6	11,4	2,17
76	170		11,5	2,19
75	168	8,7	11,6	2,21
74	166	8,8	11,7	2,23
73	164	8,9	11,8	2,25
72	162	9,0	11,9	2,26
71	160	9,1	12,0	2,28
70	158		12,1	2,30
69	156	9,2	12,2	2,33
68	154	9,3	12,3	2,35
67	152	9,4	12,4	2,37
66	150	9,5	12,5	2,39
65	147	9,6	12,6	2,41
64	145	9,7	12,7	2,44
63	143	9,8	12,8	2,46
62	141	9,9	12,9	2,49
61	139	10,0	13,1	2,51
60	137	10,1	13,2	2,54
59	135	10,2	13,3	2,57
58	133	10,3	13,4	3,00
57	131	10,5	13,6	3,03
56	129	10,6	13,7	3,06
55	127	10,7	13,9	3,09
54	125	10,8	14,0	3,12

53	123	10,9	14,2	3,16
52	121	11,1	14,3	3,19
51	119	11,2	14,5	3,23
50	117	11,3	14,7	3,27
49	115	11,5	14,9	3,31
48	112	11,6	15,0	3,35
47	110	11,7	15,2	3,39
46	108	11,9	15,4	3,44
45	106	12,0	15,6	3,48
44	104	12,2	15,9	3,53
43	102	12,3	16,1	3,58
42	100	12,5	16,3	4,03
41	98	12,7	16,6	4,09
40	96	12,8	16,8	4,14
39	94	13,0	17,1	4,20
38	92	13,2	17,4	4,27
37	90	13,4	17,7	4,33
36	88	13,6	18,0	4,40
35	86	13,8	18,3	4,47
34	84	14,0	18,7	4,55
33	82	14,2	19,1	5,03
32	80	14,4	19,4	5,12
31	78	14,6	19,9	5,21
30	75	14,8	20,3	5,30
29	73	15,1	20,8	5,40
28	71	15,3	21,3	5,51
27	69	15,6	21,9	6,03
26	67	15,8	22,5	6,15
25	65	16,1	23,2	6,28
24	63	16,4	23,9	6,42
23	61	16,6	24,7	6,57
22	59	16,9	25,5	7,14
21	57	17,2	26,5	7,31
20	55	17,6	27,6	7,50
19	53	17,9	28,9	8,11
18	51	18,2	30,3	8,34
17	49	18,6	32,0	8,59
16	47	18,9	34,0	9,27
15	45	19,3	36,4	9,57
14	43	19,7	39,5	10,31
13	41	20,1	43,4	11,09
12	38	20,6	48,8	11,52
11	36	21,0	56,9	12,41
10	34	21,5		13,37
9	32	22,0		14,42
8	30	22,5		15,58
7	28	23,1		17,28
6	26	23,6		19,18
5	24	24,2		21,33
4	22	24,8		24,23
3	20	25,5		28,05
2	18	26,2		33,07
1	16			40,19

CHŁOPCY - 10 LAT				
Pkt	Skok w dal z miejsca (cm)	Bieg na 50 m (s)	Bieg 4 x 10 m (s)	Bieg przedłużony 600 m (min)
100	236	6,7		1,42
99	234		9,6	1,43
98	232	6,8		1,44
97	230		9,7	1,45
96	228	6,9		1,46
95	225		9,8	1,47
94	223	7,0	9,9	1,48
93	221	7,1		1,49
92	219		10,0	1,50
91	217	7,2		1,51
90	214		10,1	1,52
89	212	7,3	10,2	1,54
88	210	7,4		1,55
87	208		10,3	1,56
86	206	7,5	10,4	1,57
85	203	7,6		1,59
84	201		10,5	2,00
83	199	7,7	10,6	2,02
82	197	7,8		2,03
81	195		10,7	2,04
80	192	7,9	10,8	2,06
79	190	8,0	10,9	2,07
78	188			2,09
77	186	8,1	11,0	2,11
76	184	8,2	11,1	2,12
75	181	8,3	11,2	2,14
74	179		11,3	2,16
73	177	8,4		2,17
72	175	8,5	11,4	2,19
71	172	8,6	11,5	2,21
70	170	8,7	11,6	2,23
69	168	8,8	11,7	2,25
68	166	8,9	11,8	2,27
67	164		11,9	2,29
66	161	9,0	12,0	2,31
65	159	9,1	12,1	2,33
64	157	9,2	12,2	2,36
63	155	9,3	12,3	2,38
62	153	9,4	12,4	2,40
61	150	9,5	12,6	2,43
60	148	9,6	12,7	2,45
59	146	9,7	12,8	2,48
58	144	9,8	12,9	2,51
57	142	10,0	13,0	2,54
56	139	10,1	13,2	2,57
55	137	10,2	13,3	3,00
54	135	10,3	13,5	3,03
53	133	10,4	13,6	3,06
52	131	10,5	13,7	3,09

51	128	10,7	13,9	3,13
50	126	10,8	14,1	3,16
49	124	10,9	14,2	3,20
48	122	11,1	14,4	3,24
47	120	11,2	14,6	3,28
46	117	11,3	14,8	3,32
45	115	11,5	14,9	3,36
44	113	11,6	15,1	3,41
43	111	11,8	15,4	3,46
42	109	11,9	15,6	3,51
41	106	12,1	15,8	3,56
40	104	12,3	16,0	4,01
39	102	12,4	16,3	4,07
38	100	12,6	16,5	4,13
37	98	12,8	16,8	4,19
36	95	13,0	17,1	4,25
35	93	13,2	17,4	4,32
34	91	13,4	17,7	4,39
33	89	13,6	18,0	4,47
32	87	13,8	18,4	4,55
31	84	14,0	18,8	5,04
30	82	14,2	19,2	5,12
29	80	14,5	19,6	5,22
28	78	14,7	20,0	5,32
27	75	14,9	20,5	5,43
26	73	15,2	21,0	5,54
25	71	15,5	21,6	6,07
24	69	15,7	22,2	6,20
23	67	16,0	22,9	6,34
22	64	16,3	23,6	6,49
21	62	16,6	24,4	7,06
20	60	16,9	25,3	7,24
19	58	17,3	26,3	7,43
18	56	17,6	27,5	8,04
17	53	17,9	28,8	8,27
16	51	18,3	30,3	8,53
15	49	18,7	32,0	9,21
14	47	19,1	34,2	9,53
13	45	19,5	36,8	10,28
12	42	20,0	40,1	11,08
11	40	20,4	44,4	11,52
10	38	20,9	50,7	12,44
9	36	21,4		13,43
8	34	21,9		14,53
7	31	22,5		16,15
6	29	23,0		17,54
5	27	23,6		19,55
4	25	24,3		22,27
3	23	25,0		25,43
2	20	25,7		30,06
1	18			36,17

DZIEWCZETA - 9 LAT				
Pkt	Skok w dal z miejsca (cm)	Bieg na 50 m (s)	Bieg 4 x 10 m (s)	Bieg przedluzony 600 m (min)
100	203	7,2	10,3	1,57
99	201		10,4	1,58
98	199	7,3		1,59
97	197		10,5	2,00
96	195	7,4		2,01
95	193	7,5	10,6	2,03
94	191		10,7	2,04
93	189	7,6		2,05
92	187		10,8	2,06
91	186	7,7		2,08
90	184	7,8	10,9	2,09
89	182		11,0	2,11
88	180	7,9		2,12
87	178	8,0	11,1	2,13
86	176		11,2	2,15
85	174	8,1	11,3	2,16
84	172	8,2		2,18
83	170	8,3	11,4	2,19
82	169		11,5	2,21
81	167	8,4	11,6	2,23
80	165	8,5	11,7	2,24
79	163	8,6		2,26
78	161		11,8	2,28
77	159	8,7	11,9	2,30
76	157	8,8	12,0	2,31
75	155	8,9	12,1	2,33
74	154	9,0	12,2	2,35
73	152	9,1	12,3	2,37
72	150		12,4	2,39
71	148	9,2	12,5	2,41
70	146	9,3	12,6	2,44
69	144	9,4	12,7	2,46
68	142	9,5	12,8	2,48
67	140	9,6	12,9	2,50
66	138	9,7	13,0	2,53
65	137	9,8	13,1	2,55
64	135	9,9	13,2	2,58
63	133	10,0	13,3	3,00
62	131	10,1	13,5	3,03
61	129	10,2	13,6	3,06
60	127	10,4	13,7	3,09
59	125	10,5	13,8	3,12
58	123	10,6	14,0	3,15
57	121	10,7	14,1	3,18
56	120	10,8	14,3	3,21
55	118	10,9	14,4	3,24
54	116	11,1	14,6	3,28
53	114	11,2	14,7	3,31
52	112	11,3	14,9	3,35

51	110	11,5	15,1	3,39
50	108	11,6	15,2	3,43
49	106	11,8	15,4	3,47
48	104	11,9	15,6	3,51
47	103	12,1	15,8	3,56
46	101	12,2	16,0	4,00
45	99	12,4	16,2	4,05
44	97	12,5	16,4	4,10
43	95	12,7	16,7	4,15
42	93	12,9	16,9	4,21
41	91	13,1	17,1	4,26
40	89	13,2	17,4	4,32
39	87	13,4	17,7	4,38
38	86	13,6	18,0	4,45
37	84	13,8	18,3	4,51
36	82	14,0	18,6	4,58
35	80	14,2	18,9	5,06
34	78	14,4	19,3	5,14
33	76	14,7	19,6	5,22
32	74	14,9	20,0	5,30
31	72	15,1	20,4	5,40
30	70	15,4	20,9	5,49
29	69	15,6	21,4	5,59
28	67	15,9	21,9	6,10
27	65	16,2	22,4	6,22
26	63	16,4	23,0	6,34
25	61	16,7	23,7	6,47
24	59	17,0	24,4	7,01
23	57	17,3	25,1	7,16
22	55	17,7	26,0	7,31
21	53	18,0	26,9	7,49
20	52	18,3	27,9	8,07
19	50	18,7	29,1	8,27
18	48	19,1	30,4	8,49
17	46	19,5	31,9	9,13
16	44	19,9	33,7	9,39
15	42	20,3	35,9	10,07
14	40	20,7	38,4	10,38
13	38	21,2	41,7	11,13
12	36	21,7	45,9	11,52
11	35	22,2	51,7	12,36
10	33	22,7	60,5	13,25
9	31	23,3	76,2	14,21
8	29	23,9	88,3	15,25
7	27	24,5		16,40
6	25	25,1		18,09
5	23	25,8		19,54
4	21	26,5		22,02
3	20	27,3		24,40
2	18	28,1		28,01
1	16	29,0		32,26

DZIEWCZĘTA - 10 LAT				
Pkt	Skok w dal z miejsca (cm)	Bieg na 50 m (s)	Bieg 4 x 10 m (s)	Bieg przedłużony 600 m (min)
100	218			1,52
99	216	7,0	10,1	1,53
98	214			1,54
97	212	7,1	10,2	1,55
96	210			1,56
95	208	7,2	10,3	1,57
94	206		10,4	1,58
93	204	7,3		2,00
92	202	7,4	10,5	2,01
91	200			2,02
90	198	7,5	10,6	2,03
89	196		10,7	2,05
88	194	7,6		2,06
87	192	7,7	10,8	2,07
86	190		10,9	2,09
85	188	7,8		2,10
84	186	7,9	11,0	2,12
83	184		11,1	2,13
82	182	8,0	11,2	2,15
81	180	8,1		2,16
80	178		11,3	2,18
79	176	8,2	11,4	2,19
78	174	8,3	11,5	2,21
77	172	8,4		2,23
76	170		11,6	2,24
75	168	8,5	11,7	2,26
74	166	8,6	11,8	2,28
73	164	8,7	11,9	2,30
72	162	8,8	12,0	2,32
71	160	8,9	12,1	2,34
70	158		12,2	2,36
69	156	9,0	12,3	2,38
68	153	9,1	12,4	2,40
67	151	9,2	12,5	2,42
66	149	9,3	12,6	2,44
65	147	9,4	12,7	2,47
64	145	9,5	12,8	2,49
63	143	9,6	12,9	2,52
62	141	9,7	13,0	2,54
61	139	9,8	13,1	2,57
60	137	9,9	13,2	2,59
59	135	10,0	13,4	3,02
58	133	10,1	13,5	3,05
57	131	10,2	13,6	3,08
56	129	10,3	13,7	3,11
55	127	10,5	13,9	3,14
54	125	10,6	14,0	3,17
53	123	10,7	14,2	3,20
52	121	10,8	14,3	3,24

51	119	11,0	14,5	3,27
50	117	11,1	14,6	3,31
49	115	11,2	14,8	3,35
48	113	11,4	15,0	3,39
47	111	11,5	15,1	3,43
46	109	11,6	15,3	3,47
45	107	11,8	15,5	3,52
44	105	11,9	15,7	3,56
43	103	12,1	15,9	4,01
42	101	12,3	16,1	4,06
41	99	12,4	16,4	4,11
40	97	12,6	16,6	4,17
39	95	12,8	16,8	4,22
38	93	12,9	17,1	4,28
37	91	13,1	17,4	4,34
36	89	13,3	17,6	4,41
35	87	13,5	17,9	4,48
34	85	13,7	18,2	4,55
33	83	13,9	18,5	5,02
32	81	14,1	18,9	5,10
31	79	14,3	19,2	5,18
30	77	14,5	19,6	5,27
29	75	14,8	20,0	5,36
28	73	15,0	20,5	5,46
27	71	15,3	20,9	5,56
26	69	15,5	21,4	6,07
25	67	15,8	21,9	6,19
24	65	16,0	22,5	6,31
23	63	16,3	23,1	6,45
22	61	16,6	23,8	6,59
21	59	16,9	24,5	7,14
20	57	17,2	25,3	7,30
19	55	17,6	26,2	7,48
18	53	17,9	27,2	8,07
17	51	18,2	28,3	8,28
16	49	18,6	29,6	8,51
15	47	19,0	31,0	9,15
14	45	19,4	32,7	9,42
13	43	19,8	34,7	10,12
12	41	20,2	37,1	10,45
11	39	20,7	40,1	11,22
10	37	21,1	43,9	12,03
9	35	21,6	49,1	12,50
8	33	22,1	56,7	13,43
7	31	22,7	69,4	14,44
6	29	23,2	98,0	15,55
5	27	23,8		17,18
4	25	24,5		18,56
3	23	25,1		20,56
2	21	25,8		23,23
1	18	26,5		26,30