

			4 en 5 jarigen			6 tot 8 jarigen			9 tot 10 jarigen			11 en 12 jarigen		
1	lopen (in meter)	jongens	100	150	200	200	300	400	400	700	1000	800	1200	1600
		meisjes	100	150	200	100	200	300	300	600	800	600	900	1200
2	wandelen (in meter)	jongens	1000	1500	2000	1500	3000	5000	3000	5000	7000	4000	7000	10000
		meisjes	1000	1500	2000	1000	2000	3000	2000	3000	4000	3000	5000	7000
3	buikspieren (in aantal keer)		2	4	6	3	6	8	8	10	12	10	12	14
4	springen (in meter)	jongens	0.90	1.00	1.10	1.00	1.15	1.25	1.25	1.35	1.45	1.45	1.55	1.65
		meisjes	0.80	0.90	1.00	0.90	1.00	1.10	1.15	1.25	1.35	1.35	1.45	1.45
5	werpen (in meter)	jongens	5	8	12	10	15	20	15	20	25	20	25	30
		meisjes	5	8	12	7	10	15	10	15	20	15	20	25
6	behendigheid (in aantal keer)		1	2	3	2	3	4	2	3	4	2	3	4
7	zwemmen (in s. of meter)		8s.	10s.	12s.	8s.	10s.	12s.	10m	16m	25m	16m	25m	33m
8	Fit-O-Meter (in aantal keer)													
	beenopzwaai		2	4	6	6	6	9	6	9	12	9	12	15
	huppen		2	4	6	3	5	7	5	7	9	7	9	12
	rompheffen		2	4	6	3	5	7	5	7	9	7	9	12
	wendsprong		2	4	6	4	6	8	6	8	10	8	10	12
	gewicht?		X	X	X	4	6	8	6	8	10	8	10	12
<b>PUNTEN</b>			<b>1</b>	<b>3</b>	<b>9</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	<b>9</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	<b>9</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	<b>9</b>