

# Punktenormen für den Landesvielseitigkeitstest (LVT) des SVW

## 1. Körperliche Eignung

Altersklasse	Punkte	Körperhöhe [cm]		
		1	2	3
8 m		130	133	136
8 w		130	133	136
9 m		134	139	144
9 w		166	171	176
10 m		178	183	188
10 w		166	171	176
11 m		178	183	188
11 w		166	171	176
12 m		178	183	188
12 w		166	171	176
13 m		178	183	188
13 w		166	171	176
14 m		178	183	188
14 w		166	171	176
15 m		178	183	188

gemessene Körperhöhe  
finale Körperhöhe (wird vom IAT berechnet)

## 2. Athletik

Altersklasse	Punkte	Klimmzüge			Liegestütz			Schlussdreisprung			Bauchmuskelttest			Rückenmuskelttest		
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
8 m		1	2	3	4	6	9	3,8	4,1	4,4	Stufe 1	Stufe 2	Stufe 3	40	60	80
8 w		1	2	3	4	6	9	4,5	4,8	5,1	Stufe 1	Stufe 2	Stufe 3	40	60	80
9 m		1	3	5	5	10	15	4,1	4,4	4,8	Stufe 1	Stufe 2	Stufe 3	40	60	80
9 w		1	3	5	5	10	15	3,9	4,3	4,6	Stufe 1	Stufe 2	Stufe 3	40	60	80
10 m		2	4	6	10	15	20	4,4	4,8	5,1	Stufe 1	Stufe 2	Stufe 3	40	60	80
10 w		2	4	6	10	15	20	4,2	4,5	4,9	Stufe 1	Stufe 2	Stufe 3	40	60	80
11 m		3	5	7	15	20	25	5,0	5,4	5,8	Stufe 1	Stufe 2	Stufe 3	40	60	80
11 w		3	5	7	15	20	25	4,7	5,2	5,6	Stufe 1	Stufe 2	Stufe 3	40	60	80
12 m		4	6	8	20	25	30	5,2	5,7	6,1	Stufe 1	Stufe 2	Stufe 3	40	60	80
12 w		4	6	8	20	25	30	5,0	5,5	6,0	Stufe 1	Stufe 2	Stufe 3	40	60	80
13 m		4	7	10	25	30	35	5,5	6,0	6,5	Stufe 1	Stufe 2	Stufe 3	40	60	80
13 w		4	6	8	25	30	35	5,3	5,8	6,2	Stufe 1	Stufe 2	Stufe 3	40	60	80
14 m		4	7	10	25	30	35	5,9	6,4	6,9	Stufe 1	Stufe 2	Stufe 3	40	60	80
14 w		4	6	8	25	30	35	5,4	5,9	6,4	Stufe 1	Stufe 2	Stufe 3	40	60	80
15 m		4	7	10	25	30	35	6,1	6,6	7,2	Stufe 1	Stufe 2	Stufe 3	40	60	80

## 3. Beweglichkeit

Altersklasse	Punkte	Fuß Streckung			Fußbeugung			Schulterbeweglichkeit			Rumpfbeweglichkeit		
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
8 m		60	65	70	15	20	25	30	40	50	Finger	Faust	Hand
8 w		65	70	75	15	20	25	30	40	50	Finger	Faust	Hand
9 m		60	65	70	15	20	25	30	40	50	Finger	Faust	Hand
9 w		65	70	75	15	20	25	30	40	50	Finger	Faust	Hand
10 m		60	65	70	15	20	25	30	40	50	Finger	Faust	Hand
10 w		65	70	75	15	20	25	30	40	50	Finger	Faust	Hand
11 m		60	65	70	15	20	25	30	40	50	Finger	Faust	Hand
11 w		65	70	75	15	20	25	30	40	50	Finger	Faust	Hand
12 m		60	65	70	15	20	25	30	40	50	Finger	Faust	Hand
12 w		65	70	75	15	20	25	30	40	50	Finger	Faust	Hand
13 m		60	65	70	15	20	25	30	40	50	Finger	Faust	Hand
13 w		65	70	75	15	20	25	30	40	50	Finger	Faust	Hand
14 m		60	65	70	15	20	25	30	40	50	Finger	Faust	Hand
14 w		65	70	75	15	20	25	30	40	50	Finger	Faust	Hand
15 m		60	65	70	15	20	25	30	40	50	Finger	Faust	Hand

## 4. Schwimmleistungen

Altersklasse	Punkte	Freistil			Rücken			Schmetterling			Brust			Lagen			"lange Strecke"		
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
8 m		00:43,93	00:41,83	00:39,20	00:51,73	00:49,26	00:46,17	00:25,70	00:24,50	00:22,90	00:58,61	00:55,81	00:52,30						
8 w		00:45,56	00:43,38	00:40,66	00:52,70	00:50,18	00:47,03	00:26,00	00:24,70	00:23,20	00:57,91	00:55,14	00:51,68						
9 m		00:40,96	00:39,00	00:36,56	00:48,09	00:45,79	00:42,92	00:46,01	00:43,81	00:41,06	00:53,26	00:50,72	00:47,53	01:54,73	01:49,24	01:42,39	03:23,51	03:13,78	03:01,62
9 w		00:40,85	00:38,90	00:36,46	00:48,04	00:45,74	00:42,87	00:45,49	00:43,32	00:40,60	00:53,78	00:51,21	00:47,99	01:54,36	01:48,89	01:42,06	03:24,26	03:14,50	03:02,29
10 m		00:37,98	00:36,16	00:33,89	00:44,29	00:42,17	00:39,52	00:41,72	00:39,72	00:37,23	00:49,21	00:46,86	00:43,92	01:44,44	01:39,45	01:33,21	06:24,28	06:05,91	05:42,94
10 w		00:38,43	00:36,59	00:34,29	00:44,77	00:42,63	00:39,95	00:41,69	00:39,70	00:37,21	00:48,79	00:46,46	00:43,55	01:45,23	01:40,20	01:33,91	06:32,59	06:13,82	05:50,36
11 m		01:18,53	01:14,77	01:10,08	01:29,46	01:25,18	01:19,83	01:27,75	01:23,55	01:18,31	01:41,78	01:36,91	01:30,83	03:12,39	03:03,19	02:51,70	24:16,64	23:07,00	21:39,95
11 w		01:19,60	01:15,80	01:11,04	01:29,44	01:25,17	01:19,82	01:28,14	01:23,92	01:18,66	01:39,95	01:35,17	01:29,20	03:14,93	03:05,61	02:53,96	22:38,67	21:20,40	11:17,06
12 m		01:13,56	01:10,04	01:05,64	01:23,29	01:19,31	01:14,33	01:20,95	01:17,08	01:12,24	01:33,50	01:29,03	01:23,44	02:59,73	02:51,14	02:40,40	22:40,68	21:35,63	20:14,32
12 w		01:15,95	01:12,32	01:07,78	01:24,64	01:20,59	01:15,53	01:23,71	01:19,71	01:14,70	01:35,81	01:31,23	01:25,50	03:05,02	02:56,18	02:45,12	22:05,52	21:30,83	10:47,47
13 m		01:09,60	01:06,27	01:02,12	01:18,46	01:14,71	01:10,02	01:16,14	01:12,50	01:07,95	01:28,15	01:23,94	01:18,67	02:51,02	02:42,84	02:32,62	21:36,85	20:34,85	19:17,35
13 w		01:13,17	01:09,67	01:05,30	01:22,00	01:18,08	01:13,18	01:19,62	01:15,81	01:11,05	01:31,90	01:27,51	01:22,02	02:58,82	02:50,28	02:39,59	21:30,76	20:57,74	10:16,46
14 m		01:07,14	01:03,93	00:59,92	01:15,30	01:11,70	01:07,20	01:12,50	01:09,04	01:04,70	01:24,47	01:20,44	01:15,39	02:45,65	02:37,73	02:27,83	20:44,38	19:44,89	18:30,52
14 w		01:11,17	01:07,77	01:03,52	01:20,09	01:16,26	01:11,48	01:17,32	01:13,62	01:09,00	01:30,10	01:25,79	01:20,40	02:54,46	02:46,12	02:35,69	11:09,20	10:37,21	09:57,22
15 m		01:05,22	01:02,10	00:58,21	01:13,48	01:09,97	01:05,58	01:10,28	01:06,92	01:02,72	01:22,92	01:18,95	01:14,00	02:40,90	02:33,21	02:23,60	20:19,18	19:20,89	18:08,04

25 m 50 m 100 m

100 m 200 m 200 m 400 m 800 m / 1500 m

# Punktnormen für den Landesvielseitigkeitstest (LVT) des SVW

## 6. Grundschnelligkeit

Punkte Altersklasse	Freistil			Rücken			Schmetterling			Brust		
	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
8 m	13,6	12,6	11,8	15,2	13,9	12,8	17,3	15,7	14,6	18,9	17,2	16,0
8 w	13,2	12,4	11,5	15,3	14,0	13,1	17,1	15,5	14,4	18,7	17,0	15,8
9 m	12,7	11,7	10,9	14,3	13,0	11,9	15,8	14,2	13,1	17,8	16,1	14,9
9 w	12,4	11,6	10,7	14,3	13,0	12,1	15,5	14,1	12,9	17,2	15,7	14,9
10 m	11,8	10,8	10,0	13,2	12,1	11,1	14,2	12,7	11,7	16,7	15,2	14,1
10 w	11,7	10,9	10,0	13,4	12,1	11,4	13,9	12,7	11,6	16,4	15,0	14,2
11 m	10,9	10,0	9,3	12,4	11,3	10,3	12,8	11,5	10,6	15,6	14,2	13,1
11 w	10,7	10,0	9,2	12,5	11,3	10,6	12,5	11,4	10,4	15,1	13,8	13,0
12 m	10,2	9,4	8,7	11,6	10,6	9,7	11,8	10,6	9,8	14,4	13,1	12,2
12 w	10,0	9,4	8,6	11,6	10,5	9,9	11,4	10,4	9,5	13,9	12,7	12,1
13 m	9,6	8,9	8,2	11,0	10,0	9,2	10,9	9,9	9,1	13,4	12,2	11,4
13 w	9,6	9,0	8,3	11,0	10,0	9,4	10,8	9,9	9,0	13,2	12,1	11,5
14 m	9,1	8,4	7,8	10,4	9,5	8,7	10,3	9,3	8,6	12,6	11,5	10,7
14 w	9,4	8,8	8,1	10,7	9,7	9,1	10,5	9,6	8,8	12,9	11,8	11,2
15 m	8,8	8,1	7,5	10,1	9,2	8,4	10,0	9,0	8,3	12,3	11,2	10,4

## 7. Beinbewegung

Punkte Altersklasse	Freistil			Rücken			Schmetterling			Brust		
	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
8 m	33,5	30,0	27,2	35,9	32,1	29,1	34,7	31,2	28,4	37,8	34,5	31,9
8 w	33,3	29,9	27,2	35,6	32,0	29,1	34,9	31,3	28,5	36,8	33,5	30,9
9 m	30,5	27,0	24,2	32,9	29,1	26,1	31,7	28,2	25,4	34,8	31,5	28,9
9 w	30,3	26,9	24,2	32,6	29,0	26,1	31,9	28,3	25,5	33,8	30,5	27,9
10 m	28,2	25,0	22,5	29,9	26,5	23,8	29,4	26,1	23,5	32,6	29,5	27,1
10 w	27,6	24,6	22,1	29,8	26,5	23,8	28,9	25,7	23,1	31,1	28,1	25,7
11 m	26,4	23,4	21,0	27,5	24,4	21,9	27,6	24,5	22,1	30,8	27,9	25,6
11 w	25,9	23,0	20,7	27,1	24,1	21,7	26,9	23,9	21,5	29,3	26,5	24,2
12 m	24,8	22,0	19,7	25,3	22,4	20,1	25,7	22,8	20,5	29,2	26,5	24,3
12 w	24,1	21,4	19,3	25,0	22,3	20,0	25,0	22,2	20,0	27,7	25,1	22,9
13 m	23,2	20,6	18,5	23,4	20,8	18,6	23,9	21,2	19,1	27,9	25,2	23,1
13 w	23,0	20,4	18,4	23,3	20,7	18,7	23,3	20,7	18,6	26,6	24,0	22,0
14 m	22,0	19,5	17,5	22,0	19,5	17,5	22,5	20,0	18,0	26,5	24,0	22,0
14 w	22,5	20,0	18,0	22,5	20,0	18,0	22,5	20,0	18,0	26,0	23,5	21,5
15 m	20,8	18,3	17,2	20,7	18,2	17,5	21,2	18,7	16,7	25,3	22,8	20,8

## 8. Delphinkicks / Gleittest

Punkte Altersklasse	Delphinkicks in Bauchlage			Delphinkicks in Rückenl.			Gleittest		
	1	2	3	1	2	3	1	2	3
8 m	16,0	13,9	12,4	17,6	15,4	13,9	13,0	11,1	9,2
8 w	16,0	13,9	12,4	17,6	15,4	13,9	13,0	11,1	9,2
9 m	14,4	12,3	10,8	16,1	13,9	12,4	11,4	9,5	7,6
9 w	14,4	12,3	10,8	16,1	13,9	12,4	11,4	9,5	7,6
10 m	13,4	11,4	10,0	14,8	12,8	11,4	9,9	8,3	6,6
10 w	13,4	11,4	10,0	14,8	12,8	11,4	9,9	8,3	6,6
11 m	12,1	10,3	9,1	13,5	11,6	10,4	8,6	7,2	5,7
11 w	12,1	10,3	9,1	13,5	11,6	10,4	8,6	7,2	5,7
12 m	11,2	9,5	8,3	12,5	10,8	9,6	7,5	6,2	5,0
12 w	11,2	9,5	8,3	12,5	10,8	9,6	7,5	6,2	5,0
13 m	10,2	8,7	7,6	11,6	10,0	9,0	6,5	5,5	4,4
13 w	10,2	8,7	7,6	11,6	10,0	9,0	6,5	5,5	4,4
14 m	9,6	8,1	7,1	11,0	9,5	8,5	6,0	5,0	4,0
14 w	9,6	8,1	7,1	11,0	9,5	8,5	6,0	5,0	4,0
15 m	9,1	7,6	6,6	10,5	9,0	8,0	5,5	4,5	3,5