

DZIEWCZĘTA - 8 LAT - WIEK KALENDARZOWY

	BIEG NA 50 M	SKOK W DAL Z MIEJSCA	BIEG NA 600 M	SILA DLONI	ZWIS NA UGIĘTYCH RR	BIEG 4 X 10 M	SIADY Z LEŻENIA	SKŁON TUŁOWIA
pkt	s	cm	s	kG	s	s	liczba	cm
100	7,5	204				9,6		
99		203	102				39	25
98		202						
97		201				9,7		
96	7,6	200	103	25			38	
95		199				9,8		
94		198						24
93			104			9,9		
92	7,7	195						
91				24		10,0	37	
90		192	105					
89	7,8					10,1		23
88		189	106				36	
87						10,2		
86	7,9	186	107	23				
85			108			10,3	35	
84		183	109					22
83	8,0		110			10,4	34	
82		180	112	22				
81	8,1		115			10,5	33	21
80		177	117		60	10,6		
79	8,2	175	119	21	58	10,7	32	20
78		174	122		56	10,8		19
77	8,3	172	125		53	10,0	31	
76		170	128	20	50	11,1		18
75	8,4	168	131		47	11,3	30	
74		166	134		43	11,4		17
73	8,5	164	137	19	41	11,5	29	16
72		163	140		39	11,7		
71	8,6	161	143		36	11,8	28	15
70	8,7	159	146	18	34	12,0		14
69	8,8	157	149		32	12,1	27	
68	9,0	155	152		31	12,2		13
67	9,1	153	155	17	29	12,3	26	
66	9,2	151	159		27	12,5		12
65	9,3	150	162		25	12,6	25	11
64	9,4	148	165	16	23	12,7		
63	9,5	146	168		21	12,9	24	10
62	9,6	144	172	15	20	13,0	23	9
61	9,7	142	175		18	13,1		
60	9,8	140	178	14	16	13,3	22	8
59	9,9	138	181		15	13,4		
58	10,0	137	185	13	13	13,5	21	7
57	10,1	135	188		12	13,7		6
56	10,3	133	191	12	11	13,8	20	
55	10,4	131	195		10	14,0		5
54	10,5	129	198	11	8	14,1	19	
53	10,6	127	201		6	14,2		4
52	10,7	126	204	10	5	14,4	18	3
51	10,8	124	208		3	14,5		
50	10,9	122	211			14,6	17	2
49	11,0	120	214	9	2	14,7		1
48	11,1	118	217			14,9	16	
47	11,2	116	221		1	15,0		0
46	11,3	114	224	8		15,1	15	- 1
45	11,4	112	227			15,3		
44	11,5	110	231	7		15,4	14	- 2
43	11,7	108	234			15,5		
42	11,8	106	237	6		15,7	13	- 3
41	11,9	104	240			15,8		
40	12,0	102	244			16,0	12	- 4
39	12,1	100	247	5		16,1		- 5
38	12,2	98	250			16,2	11	
37	12,3	96	253			16,3		- 6
36	12,4	94	257	4		16,5	10	
35	12,5	92	260			16,6		- 7
34	12,6	90	263	3		16,7	9	- 8
33	12,7	88	267			16,8		
32	12,8	86	270	2		16,9	8	- 9
31	13,0	84	273					- 10
30	13,1	82	276			17,0	7	
29	13,2		280					- 11
28	13,3	79	283	1		17,1	6	- 12
27	13,4		286					
26	13,5	76	290			17,2	5	- 13
25	13,6		293					- 14
24	13,7	73	296			17,3	4	- 15
23	13,8		299					
22	13,9	70	303			17,4	3	- 16
21	14,0		306					- 17
20		67	309					- 18
19	14,3		312			17,5	2	
18		64	314					- 19
17	14,6		316			17,6		- 20
16		61	318				1	
15	14,7		320			17,7		- 21
14		58	322					
13	14,8					17,8		- 22
12		55	325					
11	14,9	54				17,9		- 23
10		53	328					
9	15,1	52	329			18,1		- 24
8		51	330					
7	15,2	50	331			18,2		- 25
6		49	332					
5	15,3	48	333			18,3		- 26
4		47	334					
3	15,4	46	335			18,4		- 27
2		45	336					
1		44	337					- 28

DZIEWCZĘTA - 9 LAT - WIEK KALENDARZOWY

	BIEG NA 50 M	SKOK W DAL Z MIEJSCA	BIEG NA 600 M	SILA DLONI	ZWIS NA UGIĘTYCH RR	BIEG 4 X 10 M	SIADY Z LEŻENIA	SKŁON TUŁOWIA
pkt	s	cm	s	kG	s	s	liczba	cm
100	7,0	209	91	28		9,2		
99		208					40	
98		207	92			9,3		25
97		206						
96	7,1	205	93			9,4		
95		204					39	
94		203	94	27		9,5		
93		202						
92	7,2	201	95			9,6		24
91		200					38	
90		199	96			9,7		
89	7,3	198	97	26				
88		197	98			9,8	37	
87		196	99					23
86	7,4	195	100			9,9		
85		194					36	
84		193	103	25		10,0		
83	7,5	192					35	22
82		191	106			10,1		
81	7,6						34	
80		188	109	24	60	10,2		21
79	7,7		112		58	10,3	33	
78		185	115		56	10,5		20
77	7,8		118	23	53	10,6	32	19
76		182	121		50	10,7		
75	7,9	180	124		47	10,9	31	18
74		178	127	22	45	11,0		17
73	8,0	176	130		42	11,1	30	
72		174	133	21	39	11,2		16
71	8,1	172	136		36	11,4	29	
70	8,2	170	139	20	34	11,5		15
69	8,3	168	142		32	11,6	28	14
68	8,4	166	145		31	11,7		
67	8,5	164	148	19	29	11,9	27	13
66	8,6	162	151		27	12,0		12
65	8,7	160	154	18	25	12,1	26	
64	8,8	158	157		23	12,2		11
63	8,9	156	160		21	12,4	25	
62	9,0	154	164	17	20	12,5		10
61	9,1	152	167		18	12,6	24	9
60	9,2	150	170	16	16	12,7		
59	9,3	148	173		15	12,9	23	8
58	9,4	146	176	15	13	13,0		
57	9,6	144	179		12	13,1	22	7
56	9,7	142	182	14	11	13,2		6
55	9,8	140	186		10	13,3	21	
54	9,9	138	189	13	8	13,5		5
53	10,1	136	192		6	13,6	20	
52	10,2	134	195	12	5	13,7		4
51	10,3	132	198		3	13,9	19	3
50	10,4	130	201		2	14,0		
49	10,5	128	204	11		14,1	18	2
48	10,6	126	207		1	14,3		1
47	10,8	124	211			14,4	17	
46	10,9	122	214	10		14,5		0
45	11,0	120	217			14,6	16	-1
44	11,2	118	220	9		14,8		
43	11,3	116	223			14,9	15	-2
42	11,4	114	226	8		15,0		
41	11,5	112	229			15,1	14	-3
40	11,6	110	232			15,2		-4
39	11,7	108	236	7		15,4	13	
38	11,8	106	239			15,5		-5
37	11,9	104	242	6		15,6	12	-6
36	12,0	102	245			15,8		
35	12,1	100	248			15,9	11	-7
34	12,2	98	251	5		16,0		
33	12,3	96	254			16,1	10	-8
32	12,4	94	257	4		16,3		-9
31	12,5	92	260			16,4	9	
30	12,6	90	263	3		16,5		-10
29	12,7	88	266			16,6	8	-11
28	12,8	86	269			16,8		
27	12,9	84	272	2		16,9	7	-12
26	13,0	82	275					
25	13,1	80	278			17,0	6	-13
24	13,2	78	281					-14
23	13,3	76	284	1		17,1	5	-15
22	13,4	74	287					
21	13,5	72	290			17,2	4	-16
20	13,6	70	293					-17
19	13,7		296				3	
18		67	298			17,3		-18
17	14,0		300				2	
16		64	302					-19
15	14,3	62	304			17,4	1	
14		60	306					-20
13	14,4	58	308					
12		57	310			17,5		-21
11	14,5	56	312					
10		55	314					-22
9	14,6	54	316			17,6		
8		53	318					-23
7	14,7	52	319					
6		51	320			17,7		-24
5	14,8	50	321					
4		49	322					-25
3	14,9	48	323			17,8		
2		47	324					-26
1	15,0	46	325					

DZIEWCZETA - 10 LAT - WIEK KALENDARZOWY

	BIEG NA 50 M	SKOK W DAL Z MIEJSCA	BIEG NA 600 M	SILA DLONI	ZWIS NA UGIETYCH RR	BIEG 4 X 10 M	SIADY Z LEZENIA	SKLON TULOWIA
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					
3	14,0	59	313			17,5		- 25
2		58	314					
1	14,1	57	315			17,6		- 26

DZIEWCZETA - 11 LAT - WIEK KALENDARZOWY

	BIEG NA 50 M	SKOK W DAL Z MIEJSCA	BIEG NA 600 M	SILA DLONI	ZWIS NA UGIĘTYCH RR	BIEG 4 X 10 M	SIADY Z LEŻENIA	SKŁON TUŁOWIA
pkt	s	cm	s	kG	s	s	liczba	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

DZIEWCZETA - 12 LAT - WIEK KALENDARZOWY

	BIEG NA 50 M	SKOK W DAL Z MIEJSCA	BIEG NA 600 M	SILA DLONI	ZWIS NA UGIETYCH RR	BIEG 4 X 10 M	SIADY Z LEZENIA	SKLON TULOWIA
pkt	s	cm	s	kG	s	s	liczba	cm
100	6,3		142	40			42	26
99						8,4		
98		239						
97			144			8,5		
96	6,4	238						
95						8,6	41	
94		237	146	39				
93		236				8,7		25
92	6,5	235						
91		234	148			8,8	40	
90		233						
89		232		38		8,9		
88	6,6	231	150					
87		230				9,0	39	24
86								
85	6,7	227	152	37		9,1		
84							38	
83		224				9,2		
82	6,8		154	36			37	23
81		221				9,3		
80	6,9	219		35	60		36	
79	6,8	217	156		58	9,4		
78	6,9	215		34	55		35	22
77		213	158		51	9,5		
76	7,0	211	160	33	48		34	
75	7,1	209	162		43	9,6		21
74	7,2	207	164	32	41		33	
73	7,3	204	166		39	9,7		20
72	7,4	202	168	31	37		32	19
71		200	170		35	9,8		
70	7,5	198	172	30	33		31	18
69	7,6	196	175		31	9,9		
68	7,7	194	179	29	30		30	17
67	7,8	192	183		29	10,0		16
66	7,9	190	187	28	27	10,1	29	
65		187	190		25	10,2		15
64	8,0	185	194	27	23	10,3	28	14
63	8,1	183	198		22	10,4		
62	8,2	181	202	26	21	10,5	27	13
61	8,3	179	205		19	10,6		
60	8,4	177	209	25	18	10,8		12
59		175	213		17	11,9	26	11
58	8,5	173	216	24	15	12,0		
57	8,6	170	220		13	12,1	25	10
56	8,7	168	224	23	11	12,2		9
55	8,8	166	228		10	12,3	24	
54	8,9	164	232	22	9	12,4		8
53	9,0	162	238		8	12,6		
52	9,1	160	240	21	6	12,7	23	7
51		158	243		5	12,8		6
50	9,2	156	246	20	4	12,9	22	
49		153	250		3	13,0		5
48	9,3	151	254	19	2	13,1	21	4
47	9,4	149	258		1	13,2		3
46	9,5	147	261	18		13,3	20	
45	9,6	145	265			13,4		2
44	9,7	143	269	17		13,5	19	1
43	9,8	142	273			13,6		
42	9,9	140	276	16		13,7	18	0
41		138	280			13,8		- 1
40	10,0	136	284	15		13,9	17	
39	10,1	134	287			14,0		- 2
38	10,2	132	291	14		14,2	16	- 3
37	10,3	130	295			14,3		
36	10,4	128	299	13		14,4	15	- 4
35		126	302			14,5		- 5
34	10,5	124	306	12		14,6	14	
33	10,6	122	310			14,7		- 6
32	10,7	120	314	11		14,8	13	- 7
31	10,8	118	317			14,9		- 8
30	10,9	116	321	10		15,0	12	
29	11,0	114	325			15,1		- 9
28	11,1	112	329	9		15,2	11	- 10
27	11,2	110	333			15,3		
26	11,3	108	337	8		15,4	10	- 11
25		106	340			15,5		- 12
24	11,6	104	344	7		15,6	9	
23		102	348			15,7		- 13
22	11,9	100	351	6		15,8	8	- 14
21		98	355			15,9		
20	12,2	96	359	5				- 15
19			363			16,0	7	- 16
18	12,5	93	367	4				
17			370			16,1		- 17
16	12,6	90	373	3			6	
15			376			16,2		- 18
14	12,7	87	379	2				
13			382			16,3	5	- 19
12	12,8	84	385	1				
11		83	387			16,4		- 20
10	12,9	82	389				4	
9		81	390			16,5		- 21
8	13,0	80	391					
7		79	392			16,6	3	- 22
6	13,1	78						
5		77	393					- 23
4	13,2	76				16,7	2	
3		75	394					- 24
2	13,3	74						
1		73				16,8	1	- 25

DZIEWCZETA - 13 LAT - WIEK KALENDARZOWY

	BIEG NA 50 M	SKOK W DAL Z MIEJSCA	BIEG NA 600 M	SILA DLONI	ZWIS NA UGIETYCH RR	BIEG 4 X 10 M	SIADY Z LEZENIA	SKLON TULOWIA
pkt	s	cm	s	kG	s	s	liczba	cm
100	6,3	245	138				42	
99						8,3		
98		244						
97			140			8,4		
96	6,4	243		43				26
95						8,5	41	
94		242	142					
93		241				8,6		
92	6,5	240						
91		239	144	42		8,7		
90		238					40	25
89	6,6	237				8,8		
88		236	146					
87		235		41		8,9		
86	6,7	234					39	
85		233	148			9,0		
84		231		40				24
83	6,8	229				9,1	38	
82		227	150	39		9,2		
81	6,9	225				9,3		
80		223		38	60	9,4	37	
79	7,0	221	152		58	9,5		23
78		219	153	37	56	9,6	36	
77	7,1	217	154		52	9,7		
76		215	156	36	49	9,8	35	
75	7,2	213	158		47	9,9		22
74	7,3	211	160	35	45	10,0	34	
73	7,4	209	162		43	10,1		
72		207	164	34	41	10,2	33	21
71	7,5	205	166		39	10,4		
70	7,6	203	168	33	37	10,5	32	20
69		201	171		35	10,6		19
68	7,7	198	175	32	33	10,7	31	
67	7,8	197	179		32	10,8		18
66		195	182	31	31	10,9	30	17
65	7,9	193	186		29	11,0		
64		191	190	30	27	11,1	29	16
63	8,0	189	194		25	11,2		15
62		187	197	29	24	11,4	28	
61	8,1	185	201		23	11,5		14
60		182	205	28	21	11,6	27	
59	8,2	180	209		20	11,7		13
58	8,3	178	212	27	19	11,8	26	12
57		176	216		17	11,9		
56	8,4	174	220	26	15	12,0	25	11
55	8,5	172	223		12	12,1		10
54	8,6	170	227	25	11	12,2	24	
53		168	231		10	12,4		9
52	8,7	166	235	24	9	12,5	23	
51	8,8	163	239		8	12,6		8
50	8,9	161	242	23	7	12,7	22	7
49	9,0	159	246		6	12,8		
48	9,1	157	250	22	4	12,9	21	6
47		155	254		3	13,0		5
46	9,2	153	257	21	1	13,2	20	4
45	9,3	151	261			13,3		
44	9,4	149	265	20		13,4	19	3
43		147	268			13,5		2
42	9,5	145	272	19		13,6	18	
41	9,6	143	276			13,7		1
40	9,7	141	280	18		13,9	17	0
39	9,8	139	284			14,0		- 1
38		137	288	17		14,1	16	
37	9,9	135	292			14,2		- 2
36	10,0	133	296	16		14,3	15	- 3
35	10,1	130	300			14,4		
34		127	304	15		14,6	14	- 4
33	10,2	125	307			14,7		- 5
32	10,3	123	311	14		14,8	13	
31	10,4	121	315			14,9		- 6
30	10,5	119	319	13		15,0	12	- 7
29	10,6	117	323			15,1		- 8
28	10,7	115	327	12		15,2	11	
27		113	331			15,3		- 9
26	11,0	111	335	10		15,4	10	- 10
25		109	339			15,5		
24	11,3	107	343	9		15,6	9	- 11
23		105	347			15,7		- 12
22	11,6	103	351	8		15,8	8	
21		101	355			15,9		- 13
20	11,9		359	7				- 14
19		98	362			16,0	7	
18	12,2		365					- 15
17		95	368	6		16,1		- 16
16	12,3		371				6	
15		92	374			16,2		- 17
14	12,4		377	5				
13		89	380			16,3	5	- 18
12	12,5	88	383					
11		87	385			16,4		- 19
10	12,6	86	387	4			4	
9		85	389					- 20
8	12,7	84	390			16,5		
7		83					3	- 21
6	12,8	82	391					
5		81		3		16,6		- 22
4	12,9	80	392				2	
3		79	393					- 23
2	13,0	78				16,7		
1		77						- 24

DZIEWCZETA - 14 LAT - WIEK KALENDARZOWY

	BIEG NA 50 M	SKOK W DAL Z MIEJSCA	BIEG NA 600 M	SILA DLONI	ZWIS NA UGIETYCH RR	BIEG 4 X 10 M	SIADY Z LEZENIA	SKLON TULOWIA
pkt	s	cm	s	kG	s	s	liczba	cm
100			136				42	
99	6,2	245		45		8,2		
98								27
97		244	138			8,3		
96								
95	6,3	243				8,4	41	
94			140					
93		242		44		8,5		
92		241						
91	6,4	240	142			8,6	40	26
90		239						
89		238				8,7		
88	6,5	237	144	43			39	
87		236				8,8		
86		235						
85	6,6	234	146			8,9	38	25
84		233		42				
83		231				9,0		
82	6,7	229	148			9,1	37	
81		227		41		9,2		
80	6,8	225			60	9,3		24
79		223	150	40	58	9,4	36	
78	6,9	221	151		54	9,5		
77		219	152	39	51	9,6		
76	7,0	217	154		49	9,7	35	23
75	7,1	215	156	38	47	9,8		
74	7,2	213	158		45	9,9		
73	7,3	211	160	37	43	10,0	34	22
72		209	162		41	10,2		
71	7,4	207	164	36	40	10,3	33	21
70	7,5	205	167		38	10,4		20
69		203	171	35	36	10,5	32	
68	7,6	201	175		35	10,6		19
67	7,7	197	179	34	33	10,7	31	18
66		195	182		31	10,8		
65	7,8	193	186	33	30	11,0	30	17
64	7,9	191	190		29	11,1		16
63		189	194	32	27	11,2	29	
62	8,0	187	197		26	11,3		15
61		185	201	31	24	11,4	28	
60	8,1	182	205		22	11,5		14
59	8,2	180	209	30	21	11,6	27	13
58	8,3	178	212		20	11,7		
57		176	216	29	19	11,8	26	12
56	8,4	174	220		18	11,9		11
55	8,5	172	223	28	16	12,0	25	
54	8,6	170	227		14	12,1		10
53		168	231	27	13	12,2	24	
52	8,7	166	235		11	12,3		9
51	8,8	163	239	26	10	12,4	23	8
50	8,9	164	242		8	12,6		
49	9,0	162	246	25	6	12,7	22	7
48	9,1	160	250		5	12,8		6
47		158	254	24	4	12,9	21	
46	9,2	156	257		2	13,0		5
45	9,3	154	261	23	1	13,2	20	4
44	9,4	152	265			13,3		
43		150	268	22		13,4	19	3
42	9,5	148	272			13,5		2
41	9,6	146	276	21		13,6	18	
40	9,7	144	280			13,7		1
39	9,8	142	283	20		13,9	17	0
38		140	287			14,0		
37	9,9	138	291	19		14,1	16	- 1
36	10,0	136	295			14,2		- 2
35	10,1	134	298	18		14,3	15	- 3
34		132	302			14,4		
33	10,2	130	306	17		14,6	14	- 4
32	10,3	128	310			14,7		- 5
31	10,4	126	313	16		14,8	13	
30	10,5	124	317			14,9		- 6
29	10,6	122	321	15		15,0	12	- 7
28	10,7	120	325			15,1		- 8
27	10,8	118	328	14		15,2	11	
26	10,9	116	332			15,3		- 9
25		114	336	13		15,4	10	- 10
24	11,2	112	340			15,5		
23		110	344	12		15,6	9	- 11
22	11,5	108	348			15,7		- 12
21		106	352	11		15,8	8	
20	11,8		356					- 13
19		103	359	10		15,9		- 14
18	12,1		362				7	
17		100	365			16,0		- 15
16	12,2		368	9				
15		97	371			16,1	6	- 16
14	12,3		374					
13		94	377			16,2		- 17
12	12,4		380	8			5	
11		91	382			16,3		- 18
10	12,5	90	384					
9		89	386				4	- 19
8	12,6	88	388			16,4		
7		87	389	7				- 20
6	12,7	86	390				3	
5		85				16,5		- 21
4	12,8	84	391					
3		83					2	- 22
2	12,9	82	392			16,6		
1		81		6				- 23

DZIEWCZETA - 15 LAT - WIEK KALENDARZOWY

	BIEG NA 50 M	SKOK W DAL Z MIEJSCA	BIEG NA 600 M	SILA DLONI	ZWIS NA UGIETYCH RR	BIEG 4 X 10 M	SIADY Z LEZENIA	SKLON TULOWIA
pkt	s	cm	s	kG	s	s	liczba	cm
100				48				
99		248	133			8,2	41	
98	6,2							
97						8,3		27
96		247	134					
95				47		8,4		
94	6,3	246	135				40	
93						8,5		
92		245	136					
91	6,4			46		8,6		
90		244	137				39	26
89		243				8,7		
88	6,5	242	138	45				
87		241				8,8		
86		240	139	44			38	
85	6,6					8,9		
84		237	140	43				25
83						9,0		
82	6,7	234	141	42		9,1	37	
81			142			9,2		
80	6,8	231	143	41	60	9,3		
79		229			57	9,4		24
78	6,9	227	147	40	55	9,5	36	
77		225			53	9,6		
76	7,0	223	150	39	51	9,7	35	
75		221	152		49	9,8		23
74	7,1	219	154	38	47	9,9	34	
73		216	156		45	10,1	33	
72	7,2	214	158	37	43	10,2		22
71		212	161		41	10,3	32	
70	7,3	210	165	36	40	10,4		21
69	7,4	208	169		38	10,5	31	
68		205	173	35	36	10,6		20
67	7,5	203	177		35	10,7	30	19
66	7,6	201	181	34	33	10,8		
65	7,7	199	185		31	11,0	29	18
64	7,8	197	189	33	30	11,1		17
63		194	193		29	11,2	28	
62	7,9	192	197	32	27	11,3		16
61		190	201		26	11,4	27	
60	8,0	188	205	31	24	11,5		15
59	8,1	186	209		22	11,7	26	14
58	8,2	183	212	30	21	11,8		
57		181	216		20	11,9	25	13
56	8,3	179	220	29	19	12,0		12
55	8,4	177	223		18	12,1	24	
54	8,5	175	227	28	16	12,2		11
53		172	230		14	12,3	23	
52	8,6	170	234	27	13	12,4		10
51	8,7	168	237		11	12,5	22	9
50	8,8	166	241	26	10	12,6		
49	8,9	164	244		8	12,7	21	9
48		161	248	25	7	12,8		8
47	9,0	159	251		5	12,9	20	
46	9,1	157	255	24	3	13,0		7
45	9,2	155	258		2	13,2	19	6
44	9,3	153	260	23	1	13,3		
43		150	265			13,4	18	5
42	9,4	148	269	22		13,5		4
41	9,5	146	272			13,7	17	
40	9,6	144	276	21		13,8		3
39		142	280			13,9	16	2
38	9,7	139	283	20		14,0		
37	9,8	137	290			14,1	15	1
36	9,9	135	294	19		14,3		0
35	10,0	133	297			14,4	14	-1
34		131	301	18		14,5		
33	10,1	128	304			14,6	13	-2
32	10,2	126	308	17		14,7		-3
31	10,3	124	312			14,8	12	
30	10,4	122	316	16		15,0		-4
29	10,5	120	320			15,1	11	-5
28	10,6	118	324	15		15,2		-6
27		116	328			15,3	10	
26	10,9	114	332	14		15,4		-7
25		112	336			15,6	9	-8
24	11,2	110	340	13		15,7		
23		108	344			15,8	8	-9
22	11,5	106	348	12				-10
21			352			15,9	7	
20	11,8	103	356					-11
19			359	11		16,0		-12
18	12,1	100	362				6	
17			365			16,1		-13
16	12,2	97	368					
15			371	10		16,2	5	-14
14	12,3	94	374					
13		93	377					-15
12	12,4	92	380			16,3		
11		91	382				4	-16
10	12,5	90	384	9				
9		89	386					-17
8	12,6	88	387			16,4		
7		87					3	-18
6	12,7	86	388					
5		85						-19
4	12,8	84	389	8				
3		83				16,5	2	-20
2	12,9	82	390					
1		81						-21

DZIEWCZETA - 16 LAT - WIEK KALENDARZOWY

	BIEG NA 50 M	SKOK W DAL Z MIEJSCA	BIEG NA 600 M	SILA DLONI	ZWIS NA UGIETYCH RR	BIEG 4 X 10 M	SIADY Z LEZENIA	SKLON TULOWIA
pkt	s	cm	s	kG	s	s	liczba	cm
100	6,1					8,2		
99		249	131	48			41	
98						8,3		
97	6,2							
96		248	133			8,4		27
95								
94	6,3	247		47		8,5	40	
93			135					
92		246				8,6		
91	6,4							
90		245	137	46		8,7	39	
89		244						26
88	6,5	243				8,8		
87		242	139	45			38	
86		241				8,9		
85	6,6			44				
84		238	141			9,0	37	
83				43				25
82	6,7	235				9,1		
81			143	42		9,2	36	
80	6,8	232	144		60	9,3		
79		230	145	41	58	9,4		
78	6,9	228	146		56	9,5	35	24
77		226	147	40	54	9,6		
76	7,0	224	148		52	9,7		
75		222	150	39	50	9,8	34	
74	7,1	220	153		48	9,9		23
73		217	156	38	46	10,0	33	
72	7,2	215	159		44	10,1		
71		213	162	37	42	10,2	32	22
70	7,3	211	166		41	10,3		
69	7,4	209	170	36	39	10,4	31	
68	7,5	206	174		37	10,5		21
67		204	178	35	36	10,6	30	
66	7,6	202	182		34	10,7		20
65	7,7	200	186	34	32	10,8	29	
64	7,8	198	190		31	11,0		19
63		195	194	33	30	11,1	28	18
62	7,9	193	198		28	11,2		
61	8,0	191	202	32	27	11,3	27	17
60		189	206		25	11,4		
59	8,1	187	210	31	23	11,5	26	16
58	8,2	184	213		22	11,7		15
57	8,3	182	216	30	21	11,8	25	
56		180	220		20	11,9		14
55	8,4	178	223	29	19	12,0	24	13
54	8,5	176	226		17	12,1		
53	8,6	173	230	28	15	12,2	23	12
52	8,7	171	233		14	12,4		
51		169	236	27	12	12,5	22	11
50	8,8	167	239		11	12,6		10
49		165	243	26	9	12,7	21	
48	8,9	163	246		7	12,8		9
47	9,0	161	250	25	5	13,0	20	8
46	9,1	159	253		4	13,1		
45	9,2	157	256	24	3	13,2	19	7
44		154	260		2	13,3		6
43	9,3	152	263	23	1	13,4	18	
42	9,4	150	266			13,5		5
41	9,5	148	270	22		13,7	17	4
40		146	273			13,8		3
39	9,6	144	277	21		13,9	16	
38	9,7	142	281			14,0		2
37	9,8	140	285	20		14,1	15	1
36		137	289			14,3		
35	9,9	135	293	19		14,4	14	0
34	10,0	133	297			14,5		-1
33	10,1	131	301	18		14,6	13	
32	10,2	129	305			14,7		-2
31	10,3	127	309	17		14,8	12	-3
30	10,4	125	313			15,0		
29	10,5	123	317	16		15,1	11	-4
28	10,6	121	321			15,2		-5
27		119	325	15		15,3	10	-6
26	10,9	117	329			15,4		
25		115	333	14		15,6	9	-7
24	11,2	113	337			15,7		-8
23		111	341	13		15,8	8	
22	11,5	109	345					-9
21		107	349	12		15,9	7	-10
20	11,8		353					
19		104	356			16,0		-11
18	12,1		359	11			6	-12
17		101	362					
16	12,2		365			16,1		-13
15		98	368					
14	12,3		371	10			5	-14
13		95	374			16,2		
12	12,4	94	377					-15
11		93	379					
10	12,5	92	381				4	-16
9		91	383	9		16,3		
8	12,6	90	384					-17
7		89						
6	12,7	88	385				3	-18
5		87				16,4		
4	12,8	86	386					-19
3		85		8				
2	12,9	84	387					-20
1		83				16,5	2	

DZIEWCZETA - 17 LAT - WIEK KALENDARZOWY

	BIEG NA 50 M	SKOK W DAL Z MIEJSCA	BIEG NA 600 M	SILA DLONI	ZWIS NA UGIETYCH RR	BIEG 4 X 10 M	SIADY Z LEZENIA	SKLON TULOWIA
pkt	s	cm	s	kG	s	s	liczba	cm
100	6,1			49		8,1		
99		248	130					
98						8,2		
97	6,2						39	
96		247	132			8,3		
95				48				27
94	6,3	246				8,4		
93			134				38	
92		245				8,5		
91	6,4			47				
90		244	136			8,6		
89		243					37	
88	6,5	242		46		8,7		26
87		241	138					
86		240		45		8,8	36	
85	6,6					8,9		
84		237	140	44		9,0		
83			141			9,1	35	
82	6,7	234	142	43		9,2		25
81			143			9,3		
80	6,8	231	144	42	60	9,4	34	
79		229	145		58	9,5		
78	6,9	227	147	41	56	9,6		
77		225	150		54	9,7	33	24
76	7,0	222	153	40	52	9,8		
75		220	156		50	9,9		
74	7,1	218	159	39	48	10,0	32	
73		216	162		46	10,1		23
72	7,2	214	165	38	44	10,2		
71		212	168		42	10,3	31	
70	7,3	210	171	37	41	10,4		
69	7,4	208	174		39	10,5	30	22
68	7,5	206	178	36	37	10,6		
67		204	181		36	10,7	29	
66	7,6	202	184	35	34	10,8		21
65	7,7	200	187		32	10,9		
64	7,8	198	191	34	31	11,0	28	20
63		196	194		30	11,1		
62	7,9	193	197	33	28	11,2	27	19
61	8,0	191	201		27	11,3		18
60		189	204	32	25	11,4	26	
59	8,1	187	207		23	11,5		17
58	8,2	185	210	31	22	11,7		16
57	8,3	183	214		21	11,8	25	15
56		181	217	30	20	11,9		
55	8,4	179	220		19	12,0	24	14
54	8,5	177	223	29	17	12,1		13
53	8,6	175	227		15	12,2	23	
52	8,7	173	230	28	14	12,3		12
51		171	233		12	12,4	22	
50	8,8	169	237	27	11	12,5		11
49	8,9	167	240		9	12,6	21	10
48		165	243	26	7	12,7		
47	9,0	163	246		5	12,8		9
46	9,1	161	250	25	4	12,9	20	8
45	9,2	159	253		3	13,0		
44		157	256	24	2	13,1	19	7
43	9,3	155	260		1	13,2		6
42	9,4	153	263	23		13,3	18	
41		151	266			13,5		5
40	9,5	149	269	22		13,6	17	4
39	9,6	146	273			13,7		
38	9,7	144	277	21		13,8		3
37		142	281			13,9	16	2
36	9,8	140	285	20		14,0		
35	9,9	138	289			14,1	15	1
34	10,0	136	293	19		14,2		0
33	10,1	134	297			14,3		- 1
32	10,2	132	301	18		14,4	14	- 2
31	10,3	130	305			14,5		
30	10,4	128	308	17		14,6	13	- 3
29	10,5	126	312			14,7		- 4
28	10,6	124	316	16		14,8	12	- 5
27		122	320			14,9		
26	10,9	120	324	15		15,0		- 6
25		118	328			15,1	11	- 7
24	11,2	116	332	14		15,2		
23		114	336			15,3	10	- 8
22	11,5	112	340	13		15,4		- 9
21		110	344			15,5	9	
20	11,8	108	348	12		15,6		- 10
19			351			15,7		- 11
18	12,1	105	354			15,8	8	
17			357	11				- 12
16	12,2	102	360			15,9		- 13
15			363				7	
14	12,3	99	366			16,0		- 14
13			369	10				
12	12,4	96	372			16,1		- 15
11		95	374				6	
10	12,5	94	376					- 16
9		93	378			16,2		
8	12,6	92	379	9			5	- 17
7		91						
6	12,7	90	380			16,3		- 18
5		89						
4	12,8	88	381					- 19
3		87				16,4	4	
2	12,9	86	382	8				- 20
1		85						

DZIEWCZETA - 18 LAT - WIEK KALENDARZOWY

	BIEG NA 50 M	SKOK W DAL Z MIEJSCA	BIEG NA 600 M	SILA DLONI	ZWIS NA UGIETYCH RR	BIEG 4 X 10 M	SIADY Z LEZENIA	SKLON TULOWIA
pkt	s	cm	s	kG	s	s	liczba	cm
100		246	130			8,2	40	
99								
98	6,2			50				
97		245				8,3		
96			132					
95	6,3	244		49		8,4	39	27
94								
93		243	134			8,5		
92				48				
91	6,4	242				8,6		
90		241	136	47			38	
89		240				8,7		
88	6,5	239		46				26
87		238	138			8,8	37	
86		237		45				
85	6,6	236	139			8,9		
84		235		44			36	
83		234	140			9,0		
82	6,7	233		43				25
81		231	141			9,1	35	
80	6,8	229	142	42	60	9,2		
79		227	143		58	9,3	34	
78	6,9	225	146	41	56	9,5		
77		223	149		54	9,6	33	24
76	7,0	221	152	40	52	9,7		
75		219	155		50	9,8	32	
74	7,1	217	158	39	48	9,9		
73		215	161		46	10,0		23
72	7,2	213	164	38	44	10,1	31	
71		211	167		42	10,3		
70	7,3	209	170	37	41	10,4	30	
69	7,4	207	173		39	10,5		22
68		205	176	36	37	10,6		
67	7,5	203	179		36	10,7	29	
66	7,6	201	183	35	34	10,8		21
65	7,7	199	186		32	10,9	28	
64		197	190	34	31	11,0		20
63	7,8	195	193		30	11,1		19
62	7,9	193	197	33	28	11,3	27	
61	8,0	191	201		27	11,4		18
60		189	204	32	25	11,5	26	17
59	8,1	187	208		23	11,6		
58	8,2	185	211	31	22	11,7		16
57	8,3	183	215		21	11,8	25	15
56		181	218	30	20	11,9		
55	8,4	179	222		19	12,0	24	14
54	8,5	177	225	29	17	12,2		
53	8,6	175	228		15	12,3	23	13
52	8,7	173	232	28	14	12,4		12
51		171	235		12	12,5	22	
50	8,8	169	239	27	11	12,6		11
49	8,9	167	243		9	12,7	21	10
48	9,0	165	246	26	7	12,8		
47		163	250		5	12,9	20	9
46	9,1	161	254	25	4	13,0		
45	9,2	159	257		3	13,2		8
44	9,3	157	261	24	2	13,3	19	7
43		155	264		1	13,4		
42	9,4	153	268	23		13,5	18	6
41	9,5	151	271			13,6		5
40	9,6	149	275	22		13,7		
39		147	278			13,8	17	4
38	9,7	145	282	21		13,9		3
37	9,8	142	285			14,1	16	
36	9,9	139	289	20		14,2		2
35		137	292			14,3		1
34	10,0	135	296	19		14,4	15	0
33	10,1	133	299			14,5		- 1
32	10,2	131	303	18		14,6	14	- 2
31	10,3	129	307			14,7		
30	10,4	127	310	17		14,8		- 3
29	10,5	125	314			15,0	13	- 4
28	10,6	123	317	16		15,1		- 5
27		121	321			15,2	12	
26	10,9	119	324	15		15,3		- 6
25		117	328			15,4		- 7
24	11,2	115	331	14		15,5	11	
23		113	335			15,6		- 8
22	11,5	111	339	13		15,7	10	- 9
21		109	343			15,8		
20	11,8	106	347					- 10
19			351	12		15,9	9	- 11
18	12,1	103	355					
17			359			16,0		- 12
16	12,2	100	363				8	- 13
15			367	11				
14	12,3	97	371			16,1		- 14
13		96	375					
12	12,4	95	379				7	- 15
11		94	383			16,2		
10	12,5	93		10				- 16
9		92	384					
8	12,6	91				16,3	6	- 17
7		90	385					
6	12,7	89						- 18
5		88	386			16,4		
4	12,8	87		9			5	- 19
3		86	387					
2	12,9	85				16,5		- 20
1		84						

DZIEWCZETA - 19 LAT - WIEK KALENDARZOWY

	BIEG NA 50 M	SKOK W DAL Z MIEJSCA	BIEG NA 600 M	SILA DLONI	ZWIS NA UGIETYCH RR	BIEG 4 X 10 M	SIADY Z LEZENIA	SKLON TULOWIA
pkt	s	cm	s	kG	s	s	liczba	cm
100						8,3		
99	6,3	246	130	50			39	
98						8,4		
97		245						
96			132			8,5		
95	6,4	244						
94						8,6	38	27
93		243	134	49				
92						8,7		
91	6,5	242						
90		241	136			8,8	37	
89		240						
88		239		48		8,9		
87	6,6	238	138				36	26
86		237				9,0		
85		236	139					
84	6,7	235		47		9,1	35	
83		234	140					
82		233				9,2		
81	6,8	231	141	46			34	25
80		229	142		60	9,3		
79		227	143	45	58	9,4		
78	6,9	225	145		56	9,5	33	
77		223	147	44	55	9,6		
76	7,0	221	149		53	9,7		24
75		219	151	43	51	9,8	32	
74	7,1	217	153		49	9,9		
73		215	156	42	47	10,0	31	
72	7,2	213	160	41	45	10,1		23
71		211	163	40	43	10,2		
70	7,3	209	167		41	10,4	30	
69		207	171	39	40	10,5		22
68	7,4	205	174		39	10,6	29	
67	7,5	203	178	38	38	10,7		
66	7,6	201	181		36	10,8	28	21
65		199	185	37	34	10,9		
64	7,7	197	189	36	33	11,0		20
63	7,8	195	192	35	32	11,1	27	19
62	7,9	193	196		30	11,3		
61		191	199	34	28	11,4	26	18
60	8,0	189	203		26	11,5		17
59	8,1	187	207	33	25	11,6		
58	8,2	185	210	32	23	11,7	25	16
57		183	214	31	22	11,8		15
56	8,3	181	218		20	11,9	24	
55	8,4	179	221	30	18	12,0		14
54	8,5	177	225		16	12,2	23	
53		175	228	29	15	12,3		13
52	8,6	173	232		14	12,4	22	12
51	8,7	170	235	28	12	12,5		
50	8,8	168	239		11	12,6	21	
49	8,9	166	243	27	9	12,7		11
48		164	246		7	12,8	20	10
47	9,0	162	250	26	5	12,9		
46	9,1	160	253		4	13,0		9
45	9,2	158	257	25	3	13,2	19	8
44	9,3	156	261		2	13,3		
43		154	264	24	1	13,4	18	7
42	9,4	152	268			13,5		6
41	9,5	150	271	23		13,6	17	
40	9,6	148	275			13,7		5
39		146	279	22		13,8		
38	9,7	144	283			13,9	16	4
37	9,8	142	287	21		14,1		3
36	9,9	140	291			14,2	15	
35		138	295	20		14,3		2
34	10,0	136	299			14,4		1
33	10,1	134	303	19		14,5	14	0
32	10,2	132	307			14,6		- 1
31		130	310	18		14,7	13	- 2
30	10,3	128	314			14,8		
29	10,4	126	318	17		14,9	12	- 3
28	10,5	124	322			15,1		- 4
27		122	326	16		15,2		
26	10,8	120	330			15,3	11	- 5
25		118	334	15		15,4		- 6
24	11,1	116	338			15,5	10	
23		114	342	14		15,6		- 7
22	11,4	112	346			15,7	9	- 8
21		110	350	13		15,8		
20	11,7	108	354					- 9
19			357			15,9	8	- 10
18	12,0	105	360	12				
17			363			16,0		- 11
16	12,1	102	366				7	- 12
15			369					
14	12,2	99	372	11		16,1		- 13
13			375					
12	12,3	96	377				6	- 14
11		95	379			16,2		
10	12,4	94	381					- 15
9		93	383	10				
8	12,5	92	384			16,3		- 16
7		91					5	
6	12,6	90	385					- 17
5		89				16,4		
4	12,7	88	386					- 18
3		87		9				
2	12,8	86	387			16,5	4	- 19
1		85						