

# An die Sportkollegen: Seilspringen in einer Minute?

**Beitrag von „tiffy“ vom 15. April 2012 11:01**

Ich finde das runtergehen in 10er Schritten auch recht heftig. Dann hätte man ja schon mit einem Sprung pro Sekunde nur noch eine 5 wenn ich das richtig verstanden habe. Ich würde mir vielleicht nicht als erstes überlegen, was man für eine 1 leisten muss und dann runterrechnen, sondern eher überlegen was die Mindestanforderung für die 4 sein soll.

Achja, und noch eine Frage aus Interesse und weil ich in dieser Hinsicht schlechten Sportunterricht hatte: Haben denn die Schüler durch deinen Sportunterricht auch die Chance ihre Fitness zu trainieren? Sonst könntest du die ja auch nicht bewerten....