



Sportliche Eignungsüberprüfung – Anforderungen

Die Eignungsüberprüfung richtet sich nach den Übungen von „Klug und Fit“

(www.klugundfit.at/tests.htm).

Folgende Übungen sind zu absolvieren:

Übung	Wie ?	Gemessen wird:
Bumeranglauf	Parcours, der durch Überspringen und Kriechen zu überwinden ist	Zeit: -----
Stangenklettern	Beliebiger Stil	Erreichte Höhe: -----
Standweitsprung	Letzter Abdruck zählt	Weite: -----
20-Meter-Sprint	Sprint mit Zeitnehmung	Zeit: -----
Schlagballwerfen	Wurf mit dem Schlagball	Erreichte Weite: -----
Ball-Hand-Koordination	Ballprellen im Slalom	Zeit: -----
Koordination	Versch. koordinative Übungen: Koordinationsleiter, Ballwerfen, Schrittwechselsprünge, ...	Geschafft: Ja: <input type="checkbox"/> Nein: <input type="checkbox"/> Anmerkung: _____
4-Minuten-Lauf	Rundenlauf	Rundenanzahl: -----