SPORTKLASSE · 2027/28

SPORTAUFNAHME-PRÜFUNG

Das erwartet dich: 3 Fitness-Stationen + 1 Teamspiel

TEIL 1 KLUG & FIT TESTUNG

20 m Sprint

SCHNELLIGKEIT

Aus dem Hochstart 20 m so schnell wie möglich. Die Zeit wird gestoppt.

Bumerang-Lauf

GEWANDTHEIT

Parcours mit schnellen Richtungswechseln und Hindernissen.

8-Minuten-Lauf

AUSDAUER

8 Minuten laufen – gewertet wird die Strecke. Tempo gut einteilen!

TEIL 2 10ER-BALL

KOOPERATIVES SPIEL · TEAMFÄHIGKEIT

Zwei Teams. Schafft dein Team 10 Pässe in Folge, ohne dass der Gegner den Ball erobert, gibt es einen Punkt.

- ✓ Freilaufen & anbieten
- ✓ Genau passen & fangen
- ✓ Mitspieler einbinden
- ✓ Fair spielen

BITTE MITBRINGEN

Sportkleidung · Hallenschuhe
Trinkflasche · gute Laune

25.1.2027

Turnhalle