



Information betreffs der Überprüfung der körperlichen Fitness

Ich _____, geboren am _____
erkläre durch meine Unterschrift, dass mir folgende Informationen zur Kenntnis gebracht wurden:

Die Überprüfung der körperlichen Fitness erfolgt im Rahmen der Grundausbildung, eine positive Absolvierung stellt eine Grundvoraussetzung für die Zulassung zur Dienstprüfung dar.

Der Sporttest besteht aus folgenden zwei Teilen:

Sportmotorischer Fitnessstest – Parcours

Die Aufgabe besteht darin, einen vorgegebenen Parcours, nach Anweisungen eines Übungsleiters, insgesamt dreimal ohne Unterbrechung und unter Zeitdruck zu durchlaufen. Der Parcours ist zudem mit unterschiedlichen Hindernissen versehen und es müssen definierte Übungen bewerkstelligt werden.

3000 Meter-Lauf

Hierbei ist einen ebene 3000 Meter lange Strecke laufend und innerhalb einer vorgegeben maximalen Zeit zu bewältigen. Die jeweiligen Zeitlimits berücksichtigen sowohl das Alter als auch das Geschlecht der Auszubildenden.

Datum: _____

Unterschrift: _____