

# **Anforderungsprofil Sporteignungstest SMS Wals-Siezenheim 2025**

## **Allgemeine Koordinative Fähigkeiten**

- × TDS-Lauf
- × Jump & Reach-Test
- × Olympiasprung durch Reifen
- × Beweglichkeit und Gelenkigkeit
- × Sprung- und Laufkoordination durch Reifen
- × Handlungs- und Reaktionsschnelligkeit mit Fit-Lights
- × Hürden-Boomerang-Lauf

## **Geräteturnen**

- × Boden: Rolle vorwärts / rückwärts, Rad, Handstand, Kopfstand
- × Reck: Aufschwung, Umschwung vorwärts / rückwärts, Unterschwingung
- × Kasten: Aufknien, Aufhocken, Durchhocken, Hockwende

## **Ballspiele**

- × Parcours zur Überprüfung der Dribbel-, Wurf-, Pass-, und Fangfähigkeiten
- × Gemeinschaftsspiel zur Überprüfung der Spielintelligenz und des sozialen Spielverhaltens

## **Konditionelle Fähigkeiten**

- × Shuttle-Run