

Überprüfung der körperlichen Gewandtheit

Fit Mix:

Nach der in der Skizze (sh. unten) gezeigten Aufstellung ist folgender Geschicklichkeitslauf von allen Teilnehmer/innen möglichst schnell zu absolvieren.

Die Abfolge der Reifen wird nach einigen Durchläufen mehrmals verändert.

Zusätzlich gilt: für jeden Fehler 1 Strafsekunde!

		Sehr gut	Gut	Befriedigend	Genügend	Nicht bestanden
<u>Weiblich</u>		unter 35 sec	36 – 40 sec	41 – 45 sec	46 - 50 sec	mehr als 50 sec

		Sehr gut	Gut	Befriedigend	Genügend	Nicht bestanden
<u>Männlich</u>		Unter 30 sec	31 – 35 sec	36 – 40 sec	41 – 45 sec	mehr als 45 sec

