



## **AUFNAHMEVERFAHREN IN DIE SMS GÖSTLING SPORTLICHE SICHTUNG – 4. KLASSE VS**

### **PRÜFUNGSKRITERIEN**

#### **SCHISPORTLICHE SICHTUNG (HOCHKAR)**

- Schwünge mit langen Radien (**PARALLELE** Schiführung, mittelsteiles Gelände)
- Rhythmisches Kurzschwingen (**PARALLELE** Schiführung, mittelsteiles Gelände)
- Sichere und sturzfreie Pistenbewältigung (**PARALLELE** Schiführung, steiles Gelände)
- Wenn möglich Durchfahren einer Wellenbahn
- Wenn möglich kurze Geländefahrt (**PARALLELE** Schiführung, mittelsteiles Gelände)

#### **ALLGEMEINSPORTLICHE SICHTUNG (TURNSAAL)**

- Langbankübung (Hockwenden einbeinig, 1 Versuch)
- Stangenklettern (1 Versuch)
- Bumeranglauf (1 Versuch)
- Wechselsprünge über 15cm-Hürde (30 sec, 1 Versuch)
- Werfen und fangen mit Gymnastikball (30 sec, 1 Versuch)
- 20 m Sprint aus dem Hochstart (1 Versuch)
- Standweitsprung (1 Versuch)
- Ca. 5 min Dauerlauf (15 Runden im Turnsaal, 1 Versuch)