



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

### **PRÜFUNGSKRITERIEN**

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

- Gecarvte Schwünge mit Stockeinsatz (lange Radien, mittelsteiles Gelände)
- Rhythmisches Kurzschwingen mit Stockeinsatz (mittelsteiles Gelände)
- Freie Pistenbewältigung (steiles Gelände)
- Durchfahren einer Wellenbahn (wenn möglich)
- Kurze Tiefschneefahrt oder Geländefahrt (wenn möglich)

#### **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)