








Disziplinen am Eintrittstest fürs WintiTALENTs

Hin und her Springen	Zielwerfen	Standweitsprung	20m Sprint	Rückwärts Balancieren
Koordination/Kraftausdauer	Teilkörperkoordination bei Präzisionsaufgabe	Schnellkraft Beine	Schnelligkeit	Gleichgewichtsfähigkeit
				
Anzahl beidbeiniger Sprünge innert 15sec über eine 2cm hohe Leiste, Summe aus 2 Versuchen (Hin+Her = 2 Sprünge)	Anzahl Punkte aus 10 Würfeln (an Zielscheibe 3,2,1 oder 0 Punkte pro Wurf möglich)	Weite (Distanz Fussspitze-Ferse) [in cm] eines beidbeinigen Sprunges aus dem Stand zur Landung auf einer 6cm dicken Matte	Zeit [in sec] für 20m (Lichtschranke-Lichtschranke) ohne Berücksichtigung der Reaktionszeit beim Start	Anzahl Schritte auf 3 unterschiedlich breiten Balken, 3 Versuche pro Balken/Breite mit jeweils max. 8 Schritten

Die besten
20 Kinder
qualifizieren
sich für
WintiTALENTs

Rumpfbeugen	Tapping	Shuttle Run
Kraftausdauer Bauch/Hüftbeugen	Koordination unter Zeitdruck	Ausdauer
		
Anzahl Sit-ups in 30sec, wobei sich Ellbogen und Knie jeweils berühren müssen	Zeit [in sec] für 25 Zyklen mit der dominanten Hand bei fixierter Gegenhand (Hin+Her = 1 Zyklus)	Anzahl 20m-Längen bis zum nicht mehr Einhalten des Tempos (Start mit 8.5km/h, Erhöhung um 0.5km/h jede Minute)

Wir
berücksichtigen
Den Knaben-/
Mädchenanteil.