



DLV Landeskadertest

Landeskadertest nach Disziplinblöcken - Disziplinübersicht

	Sprint/Hürde	Sprung	Mehrkampf	Wurf/Stoß	Lauf/Gehen
Sportmotorik					
Drop Jump	X	X		X	X
Standweitsprung				X	
5er SPL mit 4 -6 AS		X			
3er Hop aus dem Stand	X	X	X		
60 m Sprint (10m, 30m, 60 m)	X	X	X	X	X
4x60 m, 90" Pause	X				
6x60 m, 30" Pause					X
30m Schrittmuster Test	X				
Cooper Test			X	X	X
Turnen			X	X	
Kugelschocken vorwärts		X	X	X	
Kugelschocken rückwärts			X	X	
Aufroller	X	X	X	X	X
Anthropometrie					
Körpergröße	X	X	X	X	X
Körpergewicht	X	X	X	X	X
Sitzhöhe	X	X	X	X	X
Armspannweite			X	X	
Psychologie					
Fragebogen Athleten	X	X	X	X	X
Fragebogen Trainer	X	X	X	X	X