



Sportmotorischer Test URG-Leistungssport 2024/2025

Um sich ein Bild über die sportmotorischen Fähigkeiten der Interessenten festzustellen, wird am 19.1.2024 ein sportmotorischer Test durchgeführt. Dieser orientiert sich am Klug & Fit Test (<https://www.klugundfit.at>) sowie am Deutschen-Motorik-Test (<https://www.sport.kit.edu/dmt/>). Eine Anmeldung ist bis 15.12.2023 möglich.

Folgende Tests werden durchgeführt:

20-m-Sprint	> Schnelligkeit
Standweitsprung	> Sprungkraft
Klimmzüge	> Armkraft
Bumerang-Lauf	> Bewegungskoordination
8-min-Lauf	> Ausdauer
Sit-ups	> Kraftausdauer Rumpfmuskulatur
Rumpfbeuge	> Rumpfbeweglichkeit

Benötigte Materialien:

Turngewand
Hallenschuhe
Wasserflasche

Vereinsbestätigung: Eine Bestätigung des Sportvereins, aus der hervorgeht, dass der Interessent oder die Interessentin leistungsmäßig Sport treibt. Bitte die beigefügte Vorlage verwenden. Diese ist der Anmeldung zum sportmotorischen Test beizulegen.

Anmeldung: Bitte senden Sie eine Anmeldung zum Aufnahmetest inklusive Vereinsbestätigung an stephan.baumgartner-jurko@bildung.gv.at

Deadline: Eine Anmeldung zum sportmotorischen Test ist bis 15.12.2023 möglich.

Mit freundlichen Grüßen

Mag. Stephan Baumgartner-Jurko
Ausbildungskordinator URG für Leistungssportler*innen

GYMNASIUM am Augarten