

## Datenblatt Athletiktest ISSF-Disziplinen

<b>Name, Vorname</b>				<b>m/w</b>	
<b>Geburtsdatum</b>		<b>Größe</b>		<b>Gewicht</b>	
<b>Disziplin</b>		<b>Landesverband</b>		<b>Bundesstützpkt.</b>	
<b>Kaderstatus</b>	<input type="checkbox"/> OK/PK <input type="checkbox"/> NK 1 <input type="checkbox"/> NK 2 <input type="checkbox"/> LK <input type="checkbox"/> Sonstiges			<input type="checkbox"/> erster Test <input type="checkbox"/> Wiederholungstest (in dieser Saison)	

### Ausdauer:

45-Minuten Lauf: Distanz (Meter): \_\_\_\_\_  30 Minuten Schwimmen: Distanz (Meter): \_\_\_\_\_

### Rumpfkrafttest:

#### Ventrale Kette (Bauch)



Zeit (sek.): \_\_\_\_\_

Stangenhöhe: \_\_\_\_\_

#### Laterale Kette (Seite)



Zeit rechts (sek.): \_\_\_\_\_

Zeit links (sek.): \_\_\_\_\_

Stangenhöhe: \_\_\_\_\_

#### Dorsale Kette (Rücken)



Zeit (sek.): \_\_\_\_\_

Stangenhöhe: \_\_\_\_/\_\_\_\_

### Balancetest:

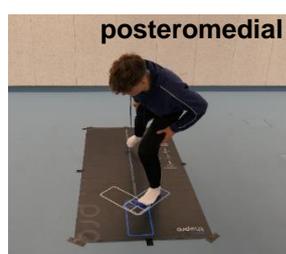
Armlänge (C7 – Mittelfingerspitze): links: \_\_\_\_\_ rechts: \_\_\_\_\_

Beinlänge (SIAS – Innenseite Knöchel): links: \_\_\_\_\_ rechts: \_\_\_\_\_



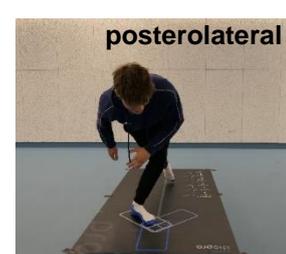
rechts: \_\_\_\_\_

links: \_\_\_\_\_



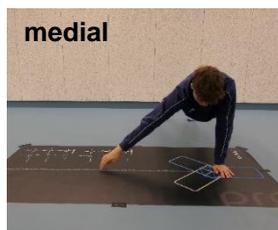
rechts: \_\_\_\_\_

links: \_\_\_\_\_



rechts: \_\_\_\_\_

links: \_\_\_\_\_



rechts: \_\_\_\_\_

links: \_\_\_\_\_



rechts: \_\_\_\_\_

links: \_\_\_\_\_



rechts: \_\_\_\_\_

links: \_\_\_\_\_