



## Physischer Eignungstest

Die physischen Fähigkeiten der Kandidaten werden während einem halben Tag beurteilt. Der Test besteht aus drei Teilen:

1. **Acht Übungen:** verschiedene Gesichtspunkte der physischen Kondition werden beurteilt, z. B. Muskelkraft, Mobilität, Koordination, Gleichgewicht usw. (max. 3 Punkte).
2. **Lauf mit Zeitabnahme:** in einer Sporthalle wird ein gestoppter Lauf durchgeführt, der 12 Übungen beinhaltet (max. 3 Punkte).
3. **12 Minuten Lauf** (max. 4 Punkte).

Für den 12 Minuten Lauf gilt folgende Skala:

Männer:

- zwischen 2'200 und 2'399 Meter: 1 Punkt
- zwischen 2'400 und 2'599 Meter: 2 Punkte
- zwischen 2'600 und 2'899 Meter: 3 Punkte
- über 2'900 Meter: 4 Punkte

Frauen:

- zwischen 1'800 und 2'099 Meter: 1 Punkt
- zwischen 2'100 und 2'299 Meter: 2 Punkte
- zwischen 2'300 und 2'599 Meter: 3 Punkte
- über 2'600 Meter: 4 Punkte

Maximal 10 Punkte können im physischen Eignungstest erreicht werden, ab einer Gesamtpunktzahl von 6 gilt er als bestanden.