

ZEITPLAN SPORTEINGANGSPRÜFUNG 5. / 6. JUNI 2014



DONNERSTAG 5. JUNI 2014

Uhrzeit	Was ?
8.00	Einfinden der Teilnehmer in den Riegen: Anmeldung und Abgleich der Unterlagen
8.30	Begrüßung der Teilnehmer
8.45	Spezifische Vorbereitung der Teilnehmer auf die nachfolgenden Prüfungsteile (spez. Aufwärmen)

Uhrzeit	Was ?	Uhrzeit	Was ?
9.00 – 11.00	GERÄTTURNEN	9.00 – 11.30	LEICHTATHLETIK
	Reck (2 Stationen)	9.00 – 9.45	100m Sprint
	Boden (2 Stationen)	9.45 – 10.15	Sprung (Weit oder Hoch) jeweils 2 Stationen
	Sprung (2 Stationen)	10.15 – 11.00	Wurf (Kugel oder Schleuderball) jeweils 2 Stationen
	(Stationen im Riegenumlauf)	11.00 – 11.30	3.000m Lauf (4 Riegen in 2 Läufen)
11.30 – 14.00	LEICHTATHLETIK	12.00 – 14.00	GERÄTTURNEN
11.30 – 12.15	100m Sprint		Barren (2 Stationen)
12.15 – 12.45	Sprung (Weit oder Hoch) jeweils 2 Stationen		Sprung (2 Stationen)
12.45 – 13.15	Wurf (Kugel oder Schleuderball) jeweils 2 Stationen		Boden (2 Stationen)
13.15 – 13.45	2.000m Lauf (4 Riegen in 2 Läufen)		(Stationen im Riegenumlauf)
14.00 – 16.30	GYMNASTIK	14.30 – 17.00	SCHWIMMEN
14.00 – 14.15	Gymnastik Erläuterung	14.30 – 14.50	Schwimmen Einschwimmen
14.15 – 16.30	Gymnastik in Riegen	14.50 – 15.00	Schwimmen Erläuterung
		15.00 – 17.00	Schwimmen in Riegen

ZEITPLAN SPORTEINGANGSPRÜFUNG 5. / 6. JUNI 2014



FREITAG 6. JUNI 2014

MÄNNER			
Uhrzeit	Was ?	Uhrzeit	Was ?
		9.00 – 11.00	VOLLEYBALL / FUSSBALL
		9.00 – 10.00	Riegen I + II Volleyball (Halle)
		10.00 – 11.00	Riegen III + IV Fußball (Sportplatz) Riegen III + IV Volleyball (Halle) Riegen I + II Fußball (Sportplatz)
11.00 – 12.00	VOLLEYBALL	11.00 – 13.00	BASKETBALL
	Riegen I – IV Frauen (Sporthalle)		Riegen I - IV Männer (Sportplatz) 2 Anlagen
12.00 – 12.30	FUSSBALL		
	Riegen I – IV Frauen (Sportplatz)		
13.00 – 13.45	BASKETBALL	12.00 – 14.30	HANDBALL
	Riegen I – IV Frauen (Sportplatz) 2 Anlagen		Riegen I - IV Männer (Sporthalle) 2 Anlagen
13.45 – 14.30	HANDBALL		
	Riegen I – IV Frauen (Sporthalle) 2 Anlagen		
14.30 – 17.00	SCHWIMMEN		
14.30 – 14.50	Schwimmen Einschwimmen		
14.50 – 15.00	Schwimmen Erläuterung		
15.00 – 17.00	Schwimmen in Riegen		

Stand 19. Mai 2014