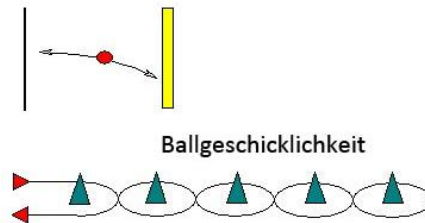


Eignungsüberprüfung Kriterien

1. **Sprint** (20 m)
2. **Standweitsprung**
 - <https://www.youtube.com/watch?v=jJA8ckWBk80>
3. **Sit Up** (verschiedene Schwierigkeitsgrad) 3x3
4. **Ballkoordination** (Ballrollen & Ballprellen im Slalom, richtige Ballführung Werfen, Fangen)



5. **Laufkoordination** in einer Reifenbahn
6. **Bumeranglauf**
 - <http://www.klugundfit.at/schueler/bumerang.htm>
 - <https://www.youtube.com/watch?v=WRaiCFRInLg>
 - <https://www.youtube.com/watch?v=xXuVSQlu3L4>
7. **Bodenübungen.** (Ausführungsarten: Grobform, Feinform,...)
 - Rolle vorwärts
 - Rolle rückwärts
 - <https://www.youtube.com/watch?v=4jRwbR80bxI>
 - Kopfstand
 - Rad
 - Handstand
 - Sonstige Fertigkeiten
8. **8 min Dauerlauf**
9. **Fußballspezifische Testung** für Fußballschüler