TryOuts 2015

Stage 2:

Golf

Zulassungskriterium:

Erfolgreiche Teilnahme in Stage 1

Testbatterie:

10 Putts auf verschiedene Ziele (10 – 20 m)
6 Chips auf verschiedene Ziele (15 – 25 m)
6 Pitches auf verschiedene Ziele (ca. 45 m)
6 Bunkerschläge (ca. 15 m)
5 Drives
10 Schläge mit 5 verschiedenen Eisen auf verschiedenen Ziele

Stage 1:

Athletik

Zulassungskriterien:

1.) Alter: Zwischen 10 und 15 Jahre alt

2.) Vorgabenwirksame Runden in der Saison: Mindestens 10

Testbatterie:

30 Meter Sprint fliegend mit Lichtschranke
Jump and Reach
Standweitsprung
Weitwurf (80 g, 200 g oder Baseball)
Rumpfbeuge (Mobilität)
Ball-Wand-Wurf (Koordination)
Unterarmliegestütz (Stabilität)
Ansteuerung Hüfte (Motorik)
Einbeinstand (Gleichgewicht)