

Chemnitz, 13.12.2018

**Einladung / Info zum Athletiktest des LSP Radsport Chemnitz am 18.01.2019**

Liebe Sportfreunde,

der Athletiktest (D-Kader- und Einschulungs-Überprüfung) des LSP Radsport Chemnitz findet für die **Jahrgänge 2004 – 2010** (U 17 / 1.J. – U 11) am

**Freitag, d. 18.01.2019** statt

Ort: Leichtathletikhalle im Sportforum Chemnitz

Beginn: **18.00 Uhr** / Erwärmung ab 17.30 Uhr

Die Normen für den Athletiktest sind unter [www.s-r-b.de](http://www.s-r-b.de) einsehbar.

Es werden 7 Übungen aus dem vorgegebenen Katalog durchgeführt.

Schlussdreisprung, Crunches und die Ausdauerläufe (1000 m – 3000 m) sind „gesetzt“.

Zudem wird je eine Übung aus den Bereichen KA Beine / allgemeine SN,

koordinative Fähigkeiten / Kraft Oberkörper / Kraft Rücken am Test-Tag ausgelost.

**Die Meldungen für den Athletiktest bitte bis zum 11.01.2019 an:**

**Andreas Hirschligau**

E-Mail: [a.hirschligau@radsport-cpsv.de](mailto:a.hirschligau@radsport-cpsv.de)

Die Meldungen bitte mit Namen, Vornamen, Verein und **Geburtstag !!!** versehen.

Die Auswertung des Tests erfolgt zeitnah durch A.Hirschligau.

Vielen Dank.

*Bert Dressel* / LSP Radsport Chemnitz / Tel.: +49173 3805 210