

Chemnitz, 14.09.2024

**Einladung / Info zum Athletiktest des LSP Radsport Chemnitz am 10.01.2025**

Liebe Sportfreunde,

der Athletiktest (L-Kader- und Einschulungs-Überprüfung) des LSP Radsport Chemnitz findet für die **Jahrgänge 2009 – 2015** (U 17 / 2.J. – U 11 / in den **Altersklassen 2025 !!!**)

**am Freitag, d. 10.01.2025** 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 18.12.2024 an:**

**Andreas Hirschligau**

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

Tel.: +49163 5721 270

Die Meldungen bitte unbedingt 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