

Sven Gollon

Sportwart Nordisch
Tarnowitzer Str. 22
81929 München

Privat: 089/72309536

E-Mail:
Nordisch@skiverband-
muenchen.de

Sichtung Langlauf / Biathlon

Am Donnerstag den 18. April 2013 veranstaltet der SVM ein Kader Sichtung.
Diese Veranstaltung dient zur Bildung des SVM LL Kaders / Fördergruppe.

Zugelassen sind alle Jugendliche im Alter von 10 bis zu 18 Jahren,
die gleichzeitig Mitglieder in einem SVM Verein sind.

Ort: München Ostpark 17:00 – 19:00 Uhr.

Mitzubringen:

Skiroller, Stöcke und Schutzausrüstung und Laufschuhe.
Und Ergebnislisten von teilgenommenen Rennen.
Trainingsplan wenn vorhanden.

Kriterien für eine Aufnahme in den SVM LL Kader

Platzierung unter den ersten 35 bei einem Internationalen / Nationalen Rennen oder
Platzierung unter den ersten 20 bei der Bayerischen Meisterschaft.
(Das Ergebnis gilt erst bei einer Beteiligung die doppelt so groß wie Platzierung ist.)
Oder

Außerordentliche Technische und Konditionelle Fähigkeiten.
Diese werden anhand von Tests bei der Sichtung überprüft.

Kriterien für eine Aufnahme in die SVM LL Fördergruppe.

Platzierung unter den ersten 3 bei der Gaumeisterschaft.
Ordentliche Technische und Konditionelle Fähigkeiten.
Diese werden anhand von Tests bei der Sichtung überprüft.

Tests auf Rollern:	Kriterium
Hindernis Parkour	- Zeit
Einbeingleiten	- Distanz
Technikbewertung KT	- Subjektiv
Diagonal	
Doppelstock	
Doppelstock mit zwischen schritt	
Technikbewertung FT	- Subjektiv
HSS	
1:2	
1:2 mit aktivem Armschwung	
1:1	

Tests zu Fuß:	
Crosslauf ca 1 km	- Zeit
Seilspringen	- Anzahl in einer Minute
Stocksprünge	- Distanz mit 20 Sprüngen.

Anmeldung per E-Mail oder Telefonisch unter der Obigen Adresse.
Mit freundlichen Grüßen Sven Gollon