

Leistungsprüfung

Kurzstrecken:

6 Sprints a 40 m mit einer Pause von höchstens 1 Min 30 Sek

Zwischen den Spurts - Zeit zum zurückgehen.

Geforderte Zeiten:

6,2 Sek für Schiedsrichter

6,6 Sek für Schiedsrichterinnen

Weitere Weisungen:

* Stürzt oder strauchelt ein Schiedsrichter, hat er einen weiteren Versuch (1 Versuch = 1x40m)

* Überschreitet ein Schiedsrichter/in bei einem der 6 Versuche die geforderte Zeit,

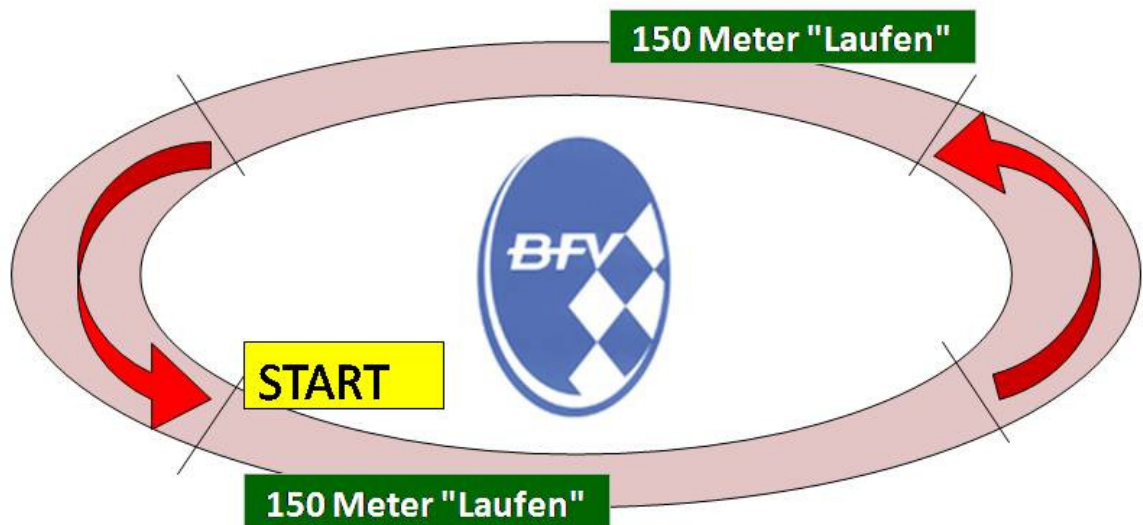
kann er unmittelbar nach 6 Sprints einen weiteren Versuch absolvieren.

Bei 2 gescheiterten Versuchen gilt der Test als nicht bestanden.

* Nagelschuhe sind nicht zugelassen.

Langstrecken:

Der SR-Leistungstest wird 2007 an den DFB-SR-Leistungstest angeglichen:



Laufdisziplinen:

LAUFEN -> 150 Meter (Zeit: 30 Sekunden)

GEHEN -> 50 Meter (Zeit: 35 Sekunden)

Gesamt: 10 Runden (20 x Laufen + Gehen)

Jeder SR muss sich vor dem Pfiff in der Gehzone befinden, die durch 4 Hütchen (3m vor und 3m hinter der 150 Meter-Linie) begrenzt wird. Steht ein SR nicht mit mindestens einem Fuß in der Gehzone, gibt der Beobachter ein Zeichen, worauf der SR anhalten muss. Sie dürfen die Gehzone erst beim nächsten Pfiff verlassen. Die Helfer zählen die Sekunden rückwärts, damit die SR stets wissen, wie viel Zeit verbleibt.

Geforderte Zeit: (Männer)

Auf das erste Kommando hin müssen die SR in 30 Sek 150m zurücklegen. Dann bleiben ihnen 35 Sek für 50 m Gehen. Beim nächsten Pfiff müssen sie in 30 Sek. wiederum 150m zurücklegen, gefolgt

von 35 Sek. für 50m Gehen. Die vier Strecken bilden eine Runde. Es sind mindestens 10 Runden zu absolvieren.

Geforderte Zeit: (Frauen)

35 Sek. für 150m, 45 Sek. für 50m Gehen . Es sind mindestens 10 Runden zu absolvieren.

Wiederholungs- oder Nachprüfung des körperlichen Tests:

* Wird die Prüfung nicht bestanden, muss die gesamte körperliche Leistungsprüfung wiederholt werden. (Termin bis spätestens 31.07.)

* Wird eine Leistungsprüfung von einem Teilnehmer nach dem Start zur ersten Disziplin abgebrochen, gilt sie als nicht bestanden.

* Wird auch die Wiederholungsprüfung nicht bestanden, scheidet der SR/SRin aus der Verbandsliste aus. Auch bei der Wiederholungsprüfung

ist es möglich, eine nicht bestandene Kurzstrecke im Anschluss an die Prüfung zu wiederholen.