

Verpflichtendes Aufnahmeverfahren für das regionale Leistungszentrum der MS Seckau

Aufnahmeverfahren: Mittwoch, 10. März 2021:

10:00 Uhr: Praxisteil „Schnee“ - Gaaler Lifte (**LZ Alpin**) Treffpunkt Liftkasse

14:00 Uhr: Praxisteil „Turnsaal“ - NMS Seckau - Sportmotorische Überprüfung

Voraussetzungen:

- Wettkampferfahrung im alpinen Rennlauf!
- Mitglied beim jeweiligen Trägerverein sowie beim ÖSV!
- Erreichen der gesetzten Aufnahmelimits am sportmotorischen Überprüfungstag!
- Bei erfolgreich absolviertem Aufnahmeverfahren Verpflichtung zur Teilnahme an allen LZ - Trainings und Wettkämpfen des steirischen Skiverbandes sowie auch schulbezogener Sportveranstaltungen!

10:00 Uhr: Praxisteil „Schnee“

LZ Alpin: Treffpunkt Gaaler Lifte (Kassa) mit Skiausrüstung (RTL): **Überprüfung Skitechnik**

14:00 Uhr: Praxisteil „Turnsaal“

Gemeinsames Aufwärmen:

- Lauf ABC: Hopper Lauf, Anfersen, Kniehebelauf, Sidesteps.
- Seilspringen

Überprüfungsstationen:

- Geschicklichkeitsparcours (Limits)
- Standweitsprung (Limits)
- Ballwurftechnik
- Koordinationsübung
- Ringklettern
- 8-Minuten Lauf (Limits)