

TEST 1

Messung:

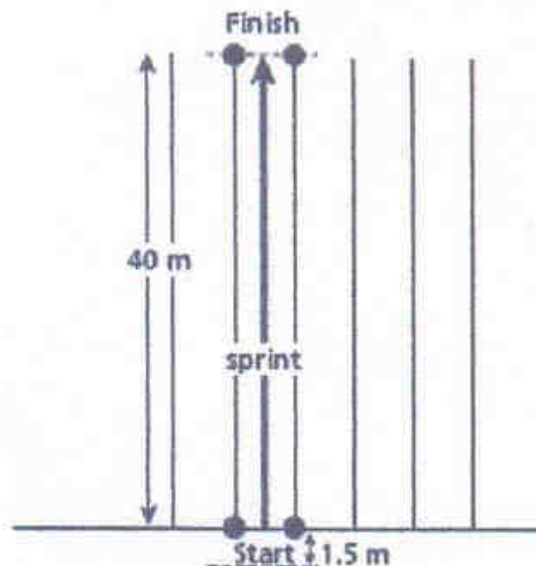
- durchschnittliches Sprinttempo über eine bestimmte Spieldistanz (km/Std.).

Test:

- 6 Sprints à 40 m mit einer Pause von höchstens 1 Min. 30 Sek. zwischen den Sprints (Zeit zum Zurückgehen).
- dynamischer Start mit dem Vorderfuss auf der Linie, die 1,5 m von der Schranke der elektronischen Zeitmessung am Start entfernt ist.

Hinweis: Ist keine elektronische Zeitmessung möglich, zeigt ein Beobachter dem Schiedsrichter mit einer Fahne an, dass der Schiedsrichter die erste Schranke passiert, während ein zweiter Beobachter am Ziel die Zeit manuell stoppt..

- Im Sinne der Chancengleichheit werden die Tests auf einer Leichtathletikbahn durchgeführt.



Ausführung:

- Die Schiedsrichter stellen sich in einer Reihe auf. Gibt der Testleiter das Zeichen, dass die elektronische Zeitmessung bereit ist, kann der Schiedsrichter jederzeit starten.

Zeitmessgeräte:

- elektronische Schranke am Start und am Ziel.

Geforderte Zeit:

- 6,2 Sek. für **internationale Schiedsrichter**, 6,0 Sek. für **internationale Schiedsrichter-Assistenten** bei allen sechs Sprints.
- 6,4 Sek. für **nationale Schiedsrichter**, 6,2 Sek. für **nationale Schiedsrichter-Assistenten** bei allen sechs Sprints.
- 6,6 Sek. für **internationale Schiedsrichterinnen**, 6,4 Sek. für **internationale Schiedsrichter-Assistentinnen** bei allen sechs Sprints.
- 6,8 Sek. für **nationale Schiedsrichterinnen**, 6,6 Sek. für **nationale Schiedsrichter-Assistentinnen** bei allen sechs Sprints.

Weitere Weisungen:

- Stürzt oder strauchelt ein Schiedsrichter, hat er einen weiteren Versuch (1 Versuch = 1 x 40 m).
- Überschreitet ein Schiedsrichter oder ein Schiedsrichter-Assistent bei einem der sechs Versuche die geforderte Zeit, kann er unmittelbar nach Sprint 6 einen weiteren Versuch absolvieren. Bei zwei gescheiterten Versuchen gilt der Test als nicht bestanden.
- Nagelschuhe sind nicht zugelassen.

TEST 2

Messung:

- Ausdauer im Sprintbereich.

Test:

- Steigerungsläufe (Kommandos per Pfiff).
- Im Sinne der Chancengleichheit werden die Tests auf einer Leichtathletikbahn durchgeführt.



Ausführung:

- Jeder Schiedsrichter muss sich vor dem Pfiff in der „Gehzone“ befinden, die durch vier Hütchen (3 m vor und 3 m hinter der 150-Meter-Linie) begrenzt wird. Steht ein Schiedsrichter nicht mit mindestens einem Fuss in der Gehzone, gibt der Beobachter ein Zeichen, worauf der Schiedsrichter anhalten muss.
- Die Schiedsrichter dürfen die Gehzone erst beim nächsten Pfiff verlassen. Die Helfer stehen deshalb mit einer Fahne in der Hand auf den Startpositionen und blockieren mit horizontal erhobener Fahne die Bahn, bis der nächste Pfiff erfolgt. Bei Ertönen des Pfiffs ziehen sie die Fahne sofort zurück, worauf die Schiedsrichter losrennen. Die Helfer zählen die Sekunden rückwärts (z. B. 15, 10, 5 Sek.), damit die Schiedsrichter stets wissen, wie viel Zeit verbleibt. Die Fahne geht aber erst beim Pfiff nach unten.
- Es stehen Gruppen von höchstens sechs Schiedsrichtern (vorzugsweise) im Einsatz.

Hinweis: Falls möglich können vier verschiedene Startpositionen eingerichtet werden. Jede Untergruppe wird während des Tests von einem Beobachter überwacht.

Zeitmessgeräte:

- Für diesen Test werden nur eine Stoppuhr und eine Pfeife benötigt. Zudem sind die Lauf- und Gehzonen klar zu markieren.

Weitere Weisungen:

- Jeder Helfer muss eine Stoppuhr haben, um die Gehzeit zu messen.

Geforderte Zeit – Männer:

- Auf das erste Kommando hin müssen **internationale Schiedsrichter** ab der Startposition (1) in 30 Sek. 150 m zurücklegen. Dann bleiben ihnen 35 Sek. für 50 m Gehen (2). Beim nächsten Pfiff müssen sie in 30 Sek. wiederum 150 m zurücklegen (3), gefolgt von 35 Sek. für 50 m Gehen (4). Die vier Strecken bilden eine Runde. Es sind mindestens zehn Runden zu absolvieren.
- Auf das erste Kommando hin müssen **internationale Schiedsrichter-Assistenten** ab der Startposition (1) in 30 Sek. 150 m zurücklegen. Dann bleiben ihnen 40 Sek. für 50 m Gehen (2). Beim nächsten Pfiff müssen sie in 30 Sek. wiederum 150 m zurücklegen (3), gefolgt von 40 Sek. für 50 m Gehen (4). Es sind mindestens zehn Runden zu absolvieren.
- Auf das erste Kommando hin müssen **nationale Schiedsrichter** ab der Startposition (1) in 30 Sek. 150 m zurücklegen. Dann bleiben ihnen 40 Sek. für 50 m Gehen (2). Beim nächsten Pfiff müssen sie in 30 Sek. wiederum 150 m zurücklegen (3), gefolgt von 40 Sek. für 50 m Gehen (4). Die vier Strecken bilden eine Runde. Es sind mindestens zehn Runden zu absolvieren.
- Auf das erste Kommando hin müssen **nationale Schiedsrichter-Assistenten** ab der Startposition (1) in 30 Sek. 150 m zurücklegen. Dann bleiben ihnen 45 Sek. für 50 m Gehen (2). Beim nächsten Pfiff müssen sie in 30 Sek. wiederum 150 m zurücklegen (3), gefolgt von 45 Sek. für 50 m Gehen (4). Es sind mindestens zehn Runden zu absolvieren.

Geforderte Zeit – Frauen:

- Auf das erste Kommando hin müssen **internationale Schiedsrichterinnen** ab der Startposition (1) in 35 Sek. 150 m zurücklegen. Dann bleiben ihnen 40 Sek. für 50 m Gehen (2). Beim nächsten Pfiff müssen sie in 35 Sek. wiederum 150 m zurücklegen (3), gefolgt von 40 Sek. für 50 m Gehen (4). Die vier Strecken bilden eine Runde. Es sind mindestens zehn Runden zu absolvieren.
- Auf das erste Kommando hin müssen **internationale Schiedsrichter-Assistentinnen** ab der Startposition (1) in 35 Sek. 150 m zurücklegen. Dann bleiben ihnen 45 Sek. für 50 m Gehen (2). Beim nächsten Pfiff müssen sie in 35 Sek. wiederum 150 m zurücklegen (3), gefolgt von 45 Sek. für 50 m Gehen (4). Es sind mindestens zehn Runden zu absolvieren.
- Auf das erste Kommando hin müssen **nationale Schiedsrichterinnen** ab der Startposition (1) in 35 Sek. 150 m zurücklegen. Dann bleiben ihnen 45 Sek. für 50 m Gehen (2). Beim nächsten Pfiff müssen sie in 35 Sek. wiederum 150 m zurücklegen (3), gefolgt von 45 Sek. für 50 m Gehen (4). Die vier Strecken bilden eine Runde. Es sind mindestens zehn Runden zu absolvieren.
- Auf das erste Kommando hin müssen **nationale Schiedsrichter-Assistentinnen** ab der Startposition (1) in 35 Sek. 150 m zurücklegen. Dann bleiben ihnen 50 Sek. für 50 m Gehen (2). Beim nächsten Pfiff müssen sie in 35 Sek. wiederum 150 m zurücklegen (3), gefolgt von 50 Sek. für 50 m Gehen (4). Es sind mindestens zehn Runden zu absolvieren.