

## Programme Test PISTE 18.05.2014

### Programm PISTE-Test 18.05.2014

Accueil : 9h30

Begrüssung : 9h30

Lieu : Salle du bout du monde, Macolin

Ort : Halle End der Wel, Magglingen

Début des épreuves : 10h00

Beginn der Tests : 10h00

Lieu : Salle du bout du monde, Macolin

Ort : Halle End der Welt/ Magglingen

#### Horaires/Zeitplan

Tour 1 : 10h00-10h30

Tour 2 : 10h30-11h00

Tour 3 : 11h00-11h30

Tour 4 : 11h30-12h00

Tour 5 : 12h00-12h30

Tour 6 : 12h30-13h00

13h00:13h15 Bilan/Bilanz

| Test TT<br>TT-Test | Navettes<br>Pendellauf | Explosivité<br>Explosivität | Gainage<br>Rumpftest | Corde à sauter<br>Seilspringen | Proprioception<br>Propriozeption |
|--------------------|------------------------|-----------------------------|----------------------|--------------------------------|----------------------------------|
| Filles/Mädchen     | Gr1                    | Gr2                         | Gr3                  | Gr4                            | Gr5                              |
| Gr5                | Filles/Mädchen         | Gr1                         | Gr2                  | Gr3                            | Gr4                              |
| Gr4                | Gr5                    | Filles/Mädchen              | Gr1                  | Gr2                            | Gr3                              |
| Gr3                | Gr4                    | Gr5                         | Filles/Mädchen       | Gr1                            | Gr2                              |
| Gr2                | Gr3                    | Gr4                         | Gr5                  | Filles/Mädchen                 | Gr1                              |
| Gr1                | Gr2                    | Gr3                         | Gr4                  | Gr5                            | Filles/Mädchen                   |

#### Répartition "Pisteur" / Aufteilung der Testpersonen

Navettes/Pendellauf

Lars Kabitz

Proprioception/Propriozeption

Markus Baumann

Explosivité/Explosivität

Karin Opprecht

Gainage/Rumpftest :

Pedro Pelz

Test TT/TT Test

Yannick Charmot

Corde à sauter/Seilspringen:

Sonja Wicki

Saisie/Datenerfassung :

Loïc Haenni