

Einladung

zum Deutschen Motorik Test (DMT)

am **10.12.17** in Ruhpolding

Im Rahmen meiner Masterarbeit an der TU München untersuche ich die motorischen Fähigkeiten und anthropometrischen Daten bei jungen **Skilangläufern** in Deutschland sowie den Zusammenhang mit der Wettkampfleistung.

Wann und wo: Sonntag, **10.12.17** – Turnhalle Ruhpolding

Altersbereich: **6 – 18 Jahre**

Voraussetzungen:

- seit mindestens **3 Jahren aktiv** im Langlauf (im Verein)
- seit mindestens **2 Jahren** Teilnahme an **Langlaufrennen**
- **Teilnahme** an Langlaufrennen in der kommenden Saison **2017/18** (auf **Zeit**)

Zeitplan (Änderungen vorbehalten):

- 9:30 Uhr Aufwärmen
- 9:45 Uhr Einweisung
- 10:00 Uhr Beginn
- ca. 14:00 Uhr Ende

Stationen:

1. 20m Sprint
 2. Balancieren rückwärts
 3. Seitliches Hin- und Herspringen
 4. Rumpfbeuge
 5. Liegestütz
 6. Sit-ups
 7. Standweitsprung
 8. 6min-Lauf
- + Größen-, Gewichts-, Sitzhöhen- und Körperfettbestimmung

Meldung: bis **06.12.17** (20 Uhr) an laura.eisenberger@gmx.de

mit **Name, Geschlecht, Geburtsdatum, Verein, Vereinseintritt** (Jahr) und **1. Wettkampf** (Jahr)

Ich bedanke mich bereits ganz herzlich im Voraus für die zahlreiche Teilnahme und Unterstützung! Jegliche Haftung wird ausgeschlossen.

Laura Eisenberger (SC Ruhpolding)