

TALENTSICHTUNGSKADER

Athletik

AK Abnahme	AK Aufnahme	Schnellkraft	Kraftausdauer	Beweglichkeit (Hüfte)	Beweglichkeit (Oberkörper)/ Ausdauer
7	8	Klettern Sprint Seilspringen	Rumpfbeugekraft Schweizer Handstand	Vorspreizen Querspagat	Brücke ARW
8	9	Klettern Sprint Seilspringen	Rumpfbeugekraft Schweizer Handstand	Vorspreizen Querspagat	Brücke ARW
9	10	Hangeln CMJ Sprint Anlauf Salto vw Standweitsprung Jump and Reach Beinheber (Zeit)	Beinheber (Anzahl) Klimmzüge Schweizer Handstand	Quergrätschsprung Querspagat Seitspagat	400/800m

Technik

AK Abnahme	AK Aufnahme	Sprung	Barren	Balken	Boden	Schlaufen	Trampolin	Boden (Methodik)
7	8	1. Leitlinie 2. Leitlinie	1. Komplex					



			3. Leitlinie	3. Leitlinie 4. Leitlinie 5. Leitlinie 6. Leitlinie	3. Leitlinie 4. Leitlinie 5. Leitlinie		3. Leitlinie	
8	9	1. Leitlinie 2. Leitlinie	1. Leitlinie 2. Leitlinie 3. Leitlinie	1. Leitlinie 2. Leitlinie 3. Leitlinie 4. Leitlinie 5. Leitlinie 6. Leitlinie	1. Leitlinie 2. Leitlinie 3. Leitlinie 4. Leitlinie 5. Leitlinie	1. Leitlinie 2. Leitlinie	1. Leitlinie 2. Leitlinie 3. Leitlinie	1. Komplex
9	10	1. Leitlinie 2. Leitlinie	1. Leitlinie 2. Leitlinie 3. Leitlinie	1. Leitlinie 2. Leitlinie 3. Leitlinie 4. Leitlinie 5. Leitlinie 6. Leitlinie	1. Leitlinie 2. Leitlinie 3. Leitlinie 4. Leitlinie 5. Leitlinie	1. Leitlinie 2. Leitlinie	1. Leitlinie 2. Leitlinie 3. Leitlinie	1. Komplex

LANDESKADER

Athletik

AK Abnahme	AK Aufnahme	Schnellkraft	Kraftausdauer	Beweglichkeit (Hüfte)	Ausdauer
9	10	Hangeln CMJ Sprint Anlauf Salto vw Standweitsprung Jump and Reach Beinheber (Zeit)	Beinheber (Anzahl) Klimmzüge Schweizer Handstand	Quergrätschsprung Querspagat Seitspagat	400/800m
10	11	Hangeln CMJ Sprint Anlauf Salto vw Standweitsprung Jump and Reach Beinheber (Zeit)	Beinheber (Anzahl) Klimmzüge Schweizer Handstand	Quergrätschsprung Querspagat Seitspagat	400/800m
11	12	Hangeln CMJ Sprint Anlauf Salto vw Standweitsprung Jump and Reach Beinheber (Zeit)	Beinheber (Anzahl) Klimmzüge Schweizer Handstand	Quergrätschsprung Querspagat Seitspagat	400/800m

Technik

AK Abnahme	AK Aufnahme	Sprung	Barren	Balken	Boden	Schlaufen	Trampolin	Boden (Methodik)
9	10	1. Leitlinie 2. Leitlinie	1. Leitlinie 2. Leitlinie 3. Leitlinie	1. Leitlinie 2. Leitlinie 3. Leitlinie 4. Leitlinie 5. Leitlinie 6. Leitlinie	1. Leitlinie 2. Leitlinie 3. Leitlinie 4. Leitlinie 5. Leitlinie	1. Leitlinie 2. Leitlinie	1. Leitlinie 2. Leitlinie 3. Leitlinie	1. Komplex
10	11	1. Leitlinie 2. Leitlinie	1. Leitlinie 2. Leitlinie 3. Leitlinie	1. Leitlinie 2. Leitlinie 3. Leitlinie 4. Leitlinie 5. Leitlinie 6. Leitlinie	1. Leitlinie 2. Leitlinie 3. Leitlinie 4. Leitlinie oder 5. Leitlinie	1. Leitlinie 2. Leitlinie	1. Leitlinie 2. Leitlinie 3. Leitlinie	1. Komplex
11	12	1. Leitlinie oder 2. Leitlinie	1. Leitlinie oder 2. Leitlinie und 3. Leitlinie	1. Leitlinie oder 2. Leitlinie 3. Leitlinie oder 4. Leitlinie 5. Leitlinie 6. Leitlinie	1. Leitlinie 2. Leitlinie 3. Leitlinie 4. Leitlinie oder 5. Leitlinie	1. Leitlinie 2. Leitlinie	1. Leitlinie 2. Leitlinie 3. Leitlinie	1. Komplex