

## Körperlicher Eignungstest der Berufsfeuerwehr Bielefeld für Auszubildende NFS

Reihenfolge:	Übung:	Mindestanforderung:	Anzahl Versuche:	Ort:
1	<b>3000 m-Lauf</b>	Zeit: maximal 18:00 Minuten	1	Sportstadion
2	<b>Liegestütze</b> mit Tempovorgabe (4 s pro Wdh.)	mindestens 8 Wiederholungen	1	Fahrzeughalle der Feuerwache
3	<b>Wechselsprünge</b> 30 s Dauer über Stange 33 cm Höhe	mindestens 30 Wiederholungen	max. 2	
4	<b>Personenrettung</b> Dummy 75 kg (3 Runden in der Ebene um 2 Pylonen mit 11 m Abstand)	Zeit: maximal 90 Sekunden	max. 2	
<b>Ergebnis:</b>	Bei den Übungen, bei denen Mindestanforderungen vorgegeben sind, müssen diese mindestens erbracht werden, andernfalls ist der Test nicht bestanden. Für die Übungen wird nach einer Bewertungsmatrix eine Note vergeben. Das Endergebnis entspricht dem Mittelwert der Ergebnisse der einzelnen Übungen.			
<b>Hinweis:</b>	Vor Testbeginn ist ein gültiger Personalausweis vorzulegen.			
<b>Hinweis:</b>	Vor Testbeginn wird der Gesundheitszustand abgefragt. Bei Infekten oder Fieber darf die Kandidatin oder der Kandidat nicht teilnehmen.			