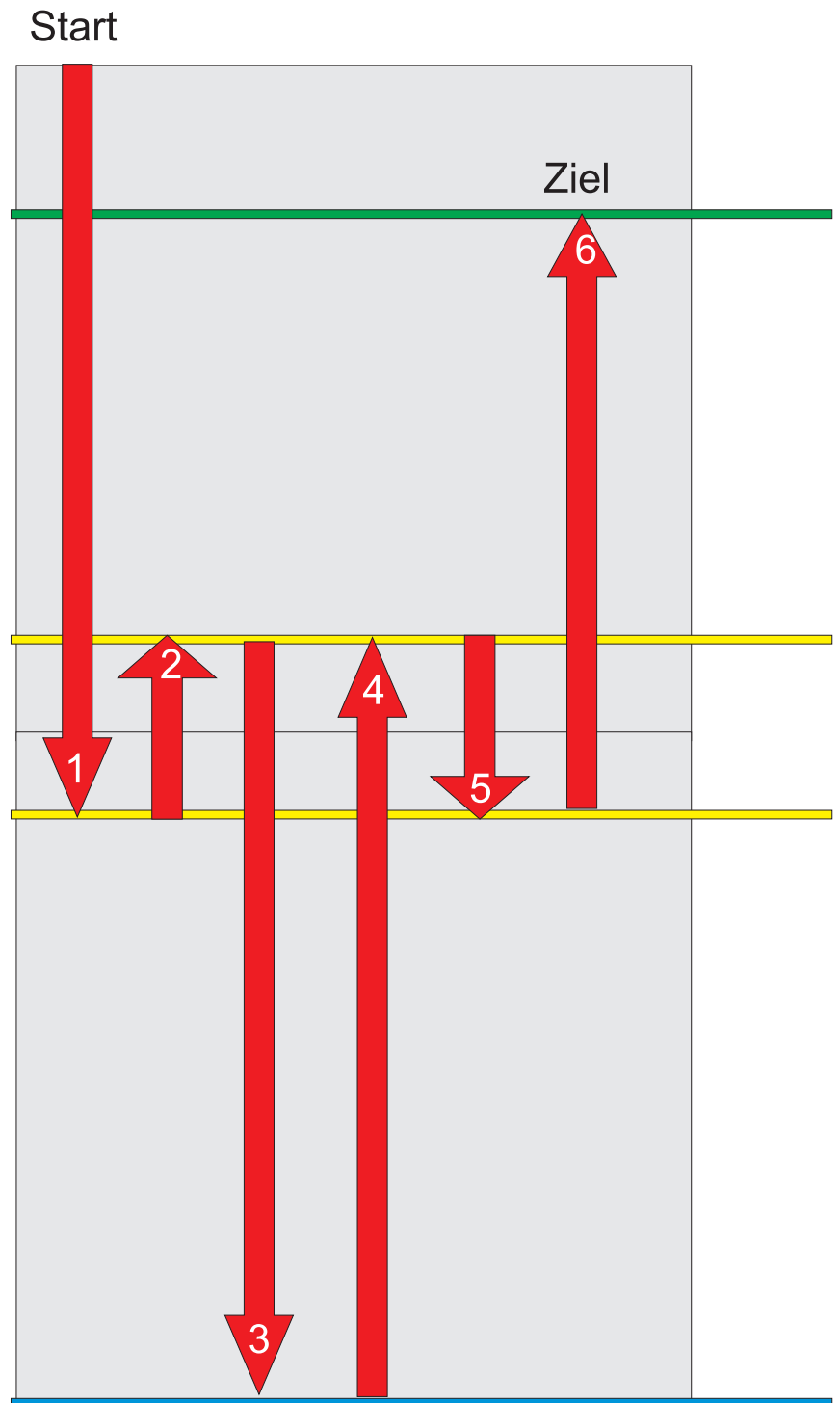


DHB SR- Sprinttest



Gesamtstrecke:

Start an der Torauslinie-

1 Sprint bis 1m hinter der Mittellinie (21m) -

2 Abstoppen und zurück bis 1m vor der Mittellinie (2m insgesamt)

3 Sprint bis zur anderen Torauslinie (21m) -

Abstoppen und Richtungswechsel -

4 Sprint bis 1m hinter der Mittellinie (21m)-

5 Abstoppen und zurück bis 1m vor die Mittellinie (2m insgesamt) -

6 Sprint bis zum Ziel (4m vor der Torauslinie)

= Gesamt: 80m

Zeitvorgaben: Männlich 19 Sekunden, weiblich 21 Sekunden