Körperlicher Eignungstest Feuerwehr Potsdam

Diese Handreichung bietet Ihnen einen Überblick über die geforderten Elemente des Eignungstestes. Die Angegebenen Anforderungen bilden hierbei den absoluten Mindeststandard. Im Testverfahren können eine Auswahl oder alle genannten Übungen vorkommen. Die Reihenfolge kann dabei variieren.



3000m Lauf maximale Zeit zum Absolvieren 17:00 min.



Atemschutzparcour
die erfolgreiche
Bewältigung gilt als
bestanden



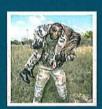
CKCU Test mindestens 17 Wiederholungen in 15sek



DLK besteigen die erfolgreiche Bewältigung gilt als bestanden



seitlicher Medizinballwurf 4kg mindestens 6,5m weit (je Seite)



Personenrettung 85kg Puppe über 3x22m max. Zeit 01:15 min



Beugehang mindestens 28 Sekunden



maximale Zeit zum Absolvieren 17:00min.



Wechselsprünge Höhe 33cm, mindestens 30 Wiederholungen in 30sek

