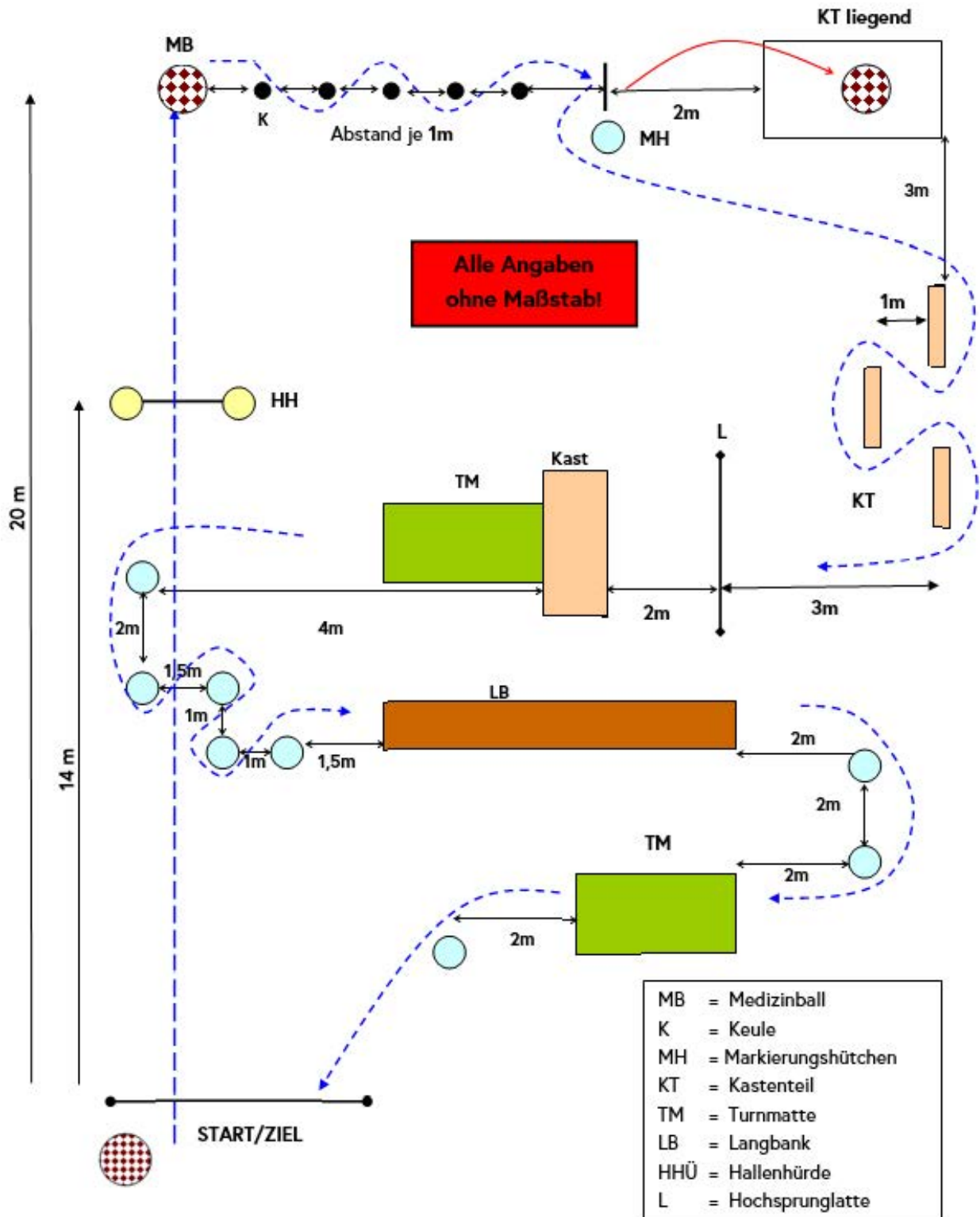


Ablauf MBKT und Rettungssimulation



Bevor der*die Bewerber*in losläuft, hält er*sie einen drei Kilogramm schweren Medizinball mit horizontal ausgestreckten Armen, wobei der Medizinball die Schulterhöhe des*r Bewerber*in nicht unterschreiten darf. Damen müssen den Medizinball in dieser Position für sieben Sekunden, Herren für zehn Sekunden, halten. Der*die Testleiter*in gibt ein akustisches Signal, sobald die richtige Startposition eingenommen wurde und die Zeitnehmung beginnt. Sobald diese Zeit abgelaufen ist, gibt der*die Testleiter*in ein weiteres Kommando, auf welches der Medizinball fallen zu lassen ist und der Testdurchlauf startet.

Der*die Bewerber*in läuft vom Start zur 14 Meter entfernten und 50 Zentimeter hohen Hallenhürde, überquert diese und läuft zum am Ende dieser Geraden (Gesamtlänge 20 Meter) liegenden drei Kilogramm schweren Medizinball.

Der*die Bewerber*in führt den Medizinball beidhändig rollend in Schlangenlinie durch die fünf aufgestellten Keulen. Der Medizinball ist linker- oder rechterhand des ersten Kegels vorbeizurrollen (die oben abgebildete Skizze und das Testablauf-Video stellen jeweils nur Durchführungsbeispiele dar). Beim Durchrollen dürfen die Keulen von dem*der Bewerber*in nicht überstiegen und auch nicht umgeworfen werden. Der Abstand der Keulen beträgt jeweils einen Meter.

Der*die Bewerber*in wirft den Medizinball von der Abwurfline in den zwei Meter entfernt befindlichen und längs liegenden Kastenunterteil (Größe: 130 x 50 Zentimeter). Ein wieder herauspringender Medizinball zieht keinen Nachteil nach sich. Nach dem Wurf darf der*die Bewerber*in die Wurfline nicht überlaufen, sondern hat diesen Bereich auf der rechten Seite - rechts an dem dort aufgestellten Kegel vorbei - zu verlassen.

Der*die Bewerber*in läuft zwischen drei hochgestellten Kastenunterteilen in der vorgegebenen Richtung durch (linkerhand des ersten Kastenteils), unterquert eine in 55 Zentimetern Höhe aufgelegte Latte und überquert anschließend einen quer aufgestellten Kasten (Pyramide) in beliebiger Art.

Der*die Bewerber*in umläuft zwei Kegel, durchläuft danach in vorgegebener Richtung drei aufgestellte Kegel (linkerhand des ersten Kegels) und läuft über eine in Längsrichtung aufgestellte Langbank. Die Langbank ist in voller Länge zu überqueren. Ein Absteigen von der Bank ist nicht erlaubt.

Der*die Bewerber*in umläuft zwei weitere Kegeln, absolviert auf einer Turnmatte eine Rolle vorwärts und sprintet anschließend in das Ziel.

Nachdem der*die Bewerber*in die Ziellinie vollständig überquert hat, stoppt die Zeitmessung für den MBKT.

Direkt anschließend an den Medizinischen Bewegungskoordinationstest (MBKT) beginnt die Zeitmessung für die Rettungssimulation.

Der*die Bewerber*in nimmt die 70 Kilogramm schwere Rettungspuppe auf, welche vor der Startlinie liegt und zieht diese mittels seinen*ihren beiden Armen rückwärts über eine Strecke von zehn Metern nach. Dabei ist zu beachten, dass sich der Kopf der Puppe vom Boden abheben muss.

Die Zeitmessung für die Rettungssimulation stoppt, sobald die komplette Rettungssimulationspuppe von dem*der Bewerber*in hinter einer zehn Meter entfernten Ziellinie abgelegt wurde.