

## Sichtungskriterien für Bob & Skeleton Sachsen

### Leistungsanforderungen Bob

<b>Anforderungsprofil:</b>	Athleten/innen aus Schnellkraftsportarten, z.B. LA (Sprint, Sprung, Wurf), Ballsport oder Kampfsport Teamfähigkeit, Eigenmotivation, koordinative Fähigkeiten, Risikobereit						
	<b>MU20</b>	<b>MU23</b>	<b>Männer</b>		<b>WU20</b>	<b>WU23</b>	<b>Frauen</b>
10m HST*	1,70s	1,65s	1,60s		1,80s	1,75s	1,70s
30m HST*	3,95s	3,90s	3,85s		4,40s	4,30s	4,20s
30m fliegend*	3,20- 3,05s	3,10- 2,95s	3,05- 2,90s		3,55- 3,40s	3,50- 3,35s	3,45- 3,30s
SWS	2,80m	2,90m	3,00m		2,30m	2,35m	2,40m
Größe	1,80-2,00m				1,65-1,85m		
Zielgewicht	90-105kg				70-80 kg		
*Auslösung Lichtschranke auf Brusthöhe							

### Leistungsanforderungen Skeleton

<b>Anforderungsprofil:</b>	.... schnellkräftig, Gewand, z.B. LA, Turnen, Tanzen, Wasserspringen, Ballsport, Skisprung, Kampfsport, Motosport Selbstständigkeit, Eigenmotivation, koordinative Fähigkeiten, Risikobereit								
	<b>MU14</b>	<b>MU16</b>	<b>MU18</b>	<b>MU20+</b>		<b>WU14</b>	<b>WU16</b>	<b>WU18</b>	<b>WU20+</b>
30m HST*	4,90s	4,65s	4,1s	3,95s		4,90s	4,70s	4,50s	4,20s
30m fliegend*	4,00- 3,80s	3,60- 3,40s	3,40- 3,20s	3,20- 3,00s		4,00- 3,80s	3,75- 3,55s	3,60- 3,40s	3,45- 3,30s
3er Hopp	7,00m	7,60m	8,00m	8,40m		6,30m	6,70m	7,00m	7,30m
5er Sprunglauf (Anlauf)	15,50m	16,50m	17,00m		12,50m	13,20m	14,50m	15,50m	
*Auslösung Lichtschranke auf Brusthöhe									

Kontakt:  
Mail: matthias.benesch@rbsv.de  
Tel.: 035056 323447