

Fachbereich 10 Hauptamt	Datum 10.02.2019	 STADT GREVENBROICH
Betreff Informationen zum Auswahlverfahren		

Information zum sportlichen Teil des Auswahlverfahrens:

- Übung 1: Balancieren**
- Übung 2: Wechselsprünge**
- Übung 3: Liegestütze**
- Übung 4: Beugehang**
- Übung 5: seitlicher Medizinballwurf**
- Übung 6: Close Kinetic Chain Extremity-Test**
- Übung 7: Kasten-Bumerang-Test**
- Übung 8: Personenrettung**
- Übung 9: 3000 m Lauf**
Vorgabe: Unter 15 Minuten
- Übung 10: 200 m Schwimmen**
Vorgabe: Unter 6:00 Minuten
- Übung 11: 15 m Tauchen**
- Übung 12: Besteigen einer Drehleiter**
 - Besteigen einer auf eine Höhe von ca. 30 m voll ausgefahrenen Drehleiter; Sicherung durch Höhenrettungsgeschirr

Die Übungen können in der Reihenfolge von den oben angegebenen Nummerierungen abweichen.

Bitte beachten Sie, dass Badesachen, Sportkleidung und Sportschuhe (möglichst wetterfest) mitgebracht werden müssen. Duschzeug ist empfehlenswert.

Informationen zum handwerklichen Teil des Auswahlverfahrens:

- Übung 1: Holz sägen**
- Übung 2: Draht biegen**
- Übung 3: Europalette packen**

Weitere Informationen unter:

https://www.vfdb.de/fileadmin/download/trainingsempfehlungen_eignungsfeststellung_berufsfeuerwehr_final.pdf