

Überprüfung der körperlichen Leistungsfähigkeit unter Anwendung der Bestimmungen der DBBH „Körperausbildung“

Prüfungsteil 1				Alter	Prüfungsteil 2			
Liegestütz		Klimmzug im Schräghang *)			2400m Lauf		Ergometertest **)	
Anzahl der Wiederholungen					min:sec		Watt/kg	
Männer	Frauen	Männer	Frauen		Männer	Frauen	Männer	Frauen
25	15	15	10	bis 29	11:30	12:30	3,2	2,6
23	13	14	9	30 - 34	12:00	13:00	3,0	2,4
21	11	13	8	35 - 39	12:30	13:30	2,8	2,2
19	9	12	7	40 - 44	13:00	14:20	2,6	2,1
17	7	11	6	45 - 49	13:30	15:20	2,5	2,0
15	5	10	5	50 - 54	14:10	16:30	2,4	1,9
13	3	9	4	55 - 59	14:50	17:50	2,3	1,8
11	1	8	3	60 - 64	15:40	19:10	2,2	1,7

*) Ersatzübung nur über militärärztliche Anordnung

***) Ersatzübung bei Über- bzw. Unterschreitung der festgelegten Temperaturgrenzen von minus 5 bzw. plus 28 Grad Celsius