

NIEDERSÄCHSISCHER SPORTSCHÜTZENVERBAND E.V.



Nieders. Sportschützenverband · Wilkenburgerstr. 30 · 30519 Hannover

An alle
Teilnehmer DSB Fitnesstest Hannover

30519 Hannover
Wilkenburgerstr 30

Telefon 05 11 / 22 00 21 -0
Sport 0511 7 22 00 21-17
Telefax 05 11 / 22 00 21 -21

Internet: www.nssv.de
email: bernhard@nssv.de

Bankverbindungen:
Sparkasse Hannover
Nr. 162 442 (BLZ 250 501 80)

- be -

10.03.2024

Justus Meinheit (NSSV)
Phillip Liebrecht (NSSV)

Betreuer:
Emily-Sue Paul Philip Bernhard

Einladung

Hallo werte/r Teilnehmer/in,

hiermit bist Du zum DSB NK-Fitnesstest des NSSV herzlich eingeladen.

Ort : BSP Hannover, Wilkenburgerstrasse 30, 30519 Hannover
Zeitpunkt : **07.04.2024** Anreise bis **14:00 Uhr** / **Ende gegen 18.00 Uhr**
Mitzubringen: Schreibzeug, **Sportzeug**
Unterkunft: keine

Verpflegung wird in der Schießanlage selbst gereicht und abends sind Restaurants gebucht. Wir bitten um Pünktlichkeit! **Abmeldungen bitte schnellst möglichst an die G.-Stelle des NSSV!!!!**

Bitte zeig diese Einladung auch noch deinem Heimtrainer, damit dieser auch Bescheid weiß.

Dieses Schreiben gilt als offizielle Einladung des NSSV und ist bei eventuell erforderlichen Dienst oder Schulbefreiungsanträgen den entsprechenden Stellen vorzulegen.

Bis dann !

i.A.

Philip Bernhard
Landestrainer Pistole

Mit freundlicher Unterstützung
unseres Partners



Sportversicherung

www.ARAG-Sport.de

Zeitplan Athletiktest Hannover 07.04.2024

Stand: 14.03.2024

Ort Athletik: BSP Hannover, Wilkenburgerstrasse 30, 30519 Hannover

Ort Laufen: KGS Hemmingen, Hohe Bunte 4, 30966 Hemmingen

Ort Schwimmen: ohne

Ansprechpartner: Philip Bernhard, Landestrainer Pistole
0511-220021-17 / 0163-3322888
bernhard@nssv.de

Ausdauer Schwimmen:

Zeit	Teilnehmer
---	Alle Schwimmer
	Summe: 0

Ausdauer Laufen:

Zeit	Teilnehmer
16:30 - 17:30	Alle Läufer
	Summe: 1

Bourban Test Läufer:

Zeit	ventral	lateral re	lateral li	dorsal
15:00 - 15:05	TN1	TN2	TN3	TN4
15:05 - 15:10	TN4	TN1	TN2	TN3
15:10 - 15:15	TN3	TN4	TN1	TN2
15:15 - 15:20	TN2	TN3	TN4	TN1
15:30 - 15:35	TN5	TN6	TN7	TN8
15:35 - 15:40	TN8	TN5	TN6	TN7
15:40 - 15:45	TN7	TN8	TN5	TN6
15:45 - 15:50	TN6	TN7	TN8	TN5

Y-Balance Test Läufer:

Zeit	Rechtes Bein	Linkes Bein	Rechter Arm	Linker Arm
14:00 - 14:05	TN1	TN2	TN3	TN4
14:05 - 14:10	TN4	TN1	TN2	TN3
14:10 - 14:15	TN3	TN4	TN1	TN2
14:15 - 14:20	TN2	TN3	TN4	TN1
14:30 - 14:35	TN5	TN6	TN7	TN8
14:35 - 14:40	TN8	TN5	TN6	TN7
14:40 - 14:45	TN7	TN8	TN5	TN6
14:45 - 14:50	TN6	TN7	TN8	TN5

Teilnehmerliste Läufer:

TN Nr.	Vorname	Name	Verband	Jahrgang	Disziplin	Kaderstatus
1	Justus	Meinheit	NSSV	2005	LP	LK Ü
2	Phillip	Liebrecht	NSSV	2006	SFP	NK1
3						
4						
5						
6						
7						
8						