

Prüfungsformular**Feuerwehr Paderborn**

Testaufgabe:	Anforderung	Ergebnis		Bestanden	
		JA	NEIN		
1. Balancieren	 < 50 s 2 Versuche				
2. Liegestütze	 12 Wdh. 2 Versuche				
3. Wechselsprünge (30 s)	 42 Wdh. 2 Versuche				
4. Beugehang	 > 45 s 2 Versuche				
5. Seitlicher Medizinballwurf (4 kg)	 7, 50m 2 Versuche re/li	re:			
		li:			
6. CKCU-Test (15 s)	 23 Wdh. 2 Versuche				
7. Kasten-Bumerang-Test	 < 19 s 2 Versuche				
8. Personenrettung (Dummy ziehen, 75kg)	 < 60 s 1 Versuch				
9. 3000 m-Lauf	 < 15 min 1 Versuch				
10. Streckentauchen (15 m)	 2 Versuche				
11. Schwimmen (200 m)	 < 5 min 1 Versuch				
12. Drehleitersteigen (30 m)	 < 60 s 1 Versuch				