

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			