

Inhalte des Landesvielseitigkeitstests (LVT) 2012 im Bereich BSV

Auch im Jahr 2012 wird es zur Aufnahme in den Kader des BSV der Saison 2012/2013 neben den schwimmerischen Elementen einen weiteren Pflichtteil, den LVT geben.

Der LVT findet am Wochenende 16./17. Juni 2012 an den drei Landesstützpunkten in Würzburg, Erlangen/Nürnberg und München statt.

Folgende Übungen werden 2012 im Rahmen des LVT abgefordert:

- Größe und Gewicht
- 4 x 50 m Technikbewertung in allen vier Schwimmarten
- 4 x 15 m in allen vier Schwimmarten
- 4 x 25 m Beinbewegung in allen vier Schwimmarten
- Liegestütze
- Klimmzüge
- Schlussdreisprung
- Bauchmuskeltest
- Rückenmuskeltest
- Fußstreckung
- Beugen des Fußes
- Schulterbeweglichkeit
- Rumpfbeweglichkeit
- 15 m Delfinkicks in der Bauchlage und Rückenlage
- 7,5 m Gleittest

Alle anderen Ergebnisse werden aus der DSV-Bestenliste ermittelt.

Die Kaderkriterien und Informationen zur kommenden Saison sind auf der Homepage des BSV zu finden unter:

- [Schwimmen](#)
- [Kader](#)
 - [Hinweise für die Aufnahme in einen BSV-Kader – Saison 2012 - 2013](#)
 - [Kadernormen für die Saison 2012 - 2013](#)