



## **ANLAGE 2)**

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird die männliche Form verwendet. Entsprechende Begriffe gelten im Sinne der Gleichbehandlung grundsätzlich für alle Geschlechter.

Bei der Prüfung werden drei Tests durchgeführt:

- Test 1: Bewertung von Gleichgewicht, Kraft, Koordination und motorischer Reaktion.
- Test 2: Bewertung der Ausdauer.
- Test 3: Bewertung der Schwimmtauglichkeit.

Jeder motorische Eignungstest gilt als bestanden, wenn der Kandidat mindestens 6/10 Punkte erreicht hat. Die Höchstnote ist 10/10. Die Zwischennoten werden durch lineare Interpolation berechnet.

Modul 4 des ersten Tests wird nur mit bestanden/nicht bestanden bewertet.

Die Gesamtnote der Sportprüfung ergibt sich aus dem Durchschnitt der Bewertungen der obgenannten Tests (Test 1, Test 2, Test 3).

Sofern in diesem Anhang nicht ausdrücklich etwas anderes bestimmt ist, was für bestimmte Aufgaben gilt, führt die Unterbrechung der Durchführung eines zur Prüfung gehörenden Tests durch den Kandidaten oder das Nichtbestehen eines Teils des Tests zum Nichtbestehen des gesamten Tests.

Die Prüfungskommission kann bei außergewöhnlichen Ereignissen, die von Fall zu Fall zu beurteilen sind (z. B. besondere Witterungsbedingungen, zufällige Ereignisse, die das Ergebnis der körperlichen Leistung beeinträchtigt haben könnten, ohne dass die Geschädigten dafür verantwortlich sind, usw.), die Aussetzung oder Wiederholung eines oder mehrerer Tests anordnen.

Es folgt eine detaillierte Beschreibung der Tests.

Darüber hinaus dienen die Abbildungen, die der Beschreibung der Tests beigelegt sind, lediglich der Veranschaulichung und dem besseren Verständnis des Textes. Die im Text angegebenen Maße sind lediglich Richtwerte.

### **Test 1**

#### **Bewertung von Gleichgewicht, Kraft, Koordination und motorischer Reaktion.**

Test 1 besteht aus 4 Modulen:

- Modul A: Gehbewegung am Schwebebalken.
- Modul B: vollständige Klimmzüge an der Stange.

## **ALLEGATO 2)**

Per una migliore leggibilità, si utilizza la forma maschile. I termini corrispondenti si applicano a tutti i generi ai fini della parità di trattamento.

L'esame prevede lo svolgimento di tre prove:

- Prova 1: valutazione equilibrio, forza, coordinazione e reazione motoria.
- Prova 2: valutazione resistenza.
- Prova 3: valutazione acquaticità.

Ciascuna prova motorio-attitudinale si intende superata se il candidato ottiene un punteggio non inferiore a 6/10. Il voto massimo è di 10/10. I voti intermedi si calcolano mediante interpolazione lineare.

Il modulo 4 della prima prova viene valutato solamente come superato/non superato.

Il voto complessivo della prova ginnico sportiva è la media delle valutazioni delle prove sopra nominate (prova 1, prova 2, prova 3).

Fatte salve indicazioni diverse, valevoli per specifici esercizi ed esplicitamente previste dal presente allegato, l'interruzione da parte del candidato dell'esecuzione di una prova costituente l'esame, ovvero la mancata esecuzione e/o superamento di una sua parte, determina il non superamento della prova di esame nel suo complesso.

La commissione esaminatrice può, al verificarsi di eventi eccezionali da valutare di volta in volta (es.: particolari condizioni meteorologiche, eventuali accadimenti accidentali che possano aver condizionato l'esito della prestazione fisica senza responsabilità dei danneggiati, ecc.), disporre la sospensione o la ripetizione di una o più prove.

Segue la descrizione dettagliata delle prove d'esame.

Le illustrazioni a corredo della descrizione delle prove, inoltre, hanno esclusivamente una finalità esemplificativa, di ausilio alla comprensione del testo. Le misure indicate nel testo hanno carattere indicativo.

### **Prova 1**

#### **Valutazione equilibrio, forza, coordinazione e reazione motoria.**

La prova 1 è composta da 4 moduli:

- modulo A: spostamento a piedi sulla trave alta.
- modulo B: trazioni complete alla sbarra fissa.

- Modul C: Armbeugen und seitliche Bewegung.
- Modul D: gesicherter Aufstieg auf der Drehleiter.
- modul C: piegamenti sulle braccia e spostamento laterale.
- modul D: salita assicurata sull'autoscala.

Die Höchstdauer für die Durchführung der Tests beträgt:

- Modul A: 5 Minuten (300 Sekunden)
- Modul B: 1 Minute (60 Sekunden)
- Modul C: 1 Minute (60 Sekunden)
- Modul D: 5 Minuten (300 Sekunden)

I tempi massimi per l'esecuzione delle prove sono:

- modul A: 5 minuti (300 secondi)
- modul B: 1 minuto (60 secondi)
- modul C: 1 minuto (60 secondi)
- modul D: 5 minuti (300 secondi)

Jedes der drei Module A,B,C muss mit mindestens 6/10 Punkten bewertet werden. Das Modul D der Prüfung muss bestanden werden. Die Note des Tests ergibt sich aus dem Durchschnitt der Noten für die Module (A, B, C). Modul D trägt nicht zur Berechnung des Durchschnitts bei.

Ciascuno dei tre moduli A,B,C deve riportare un punteggio di almeno 6/10. Il modulo D della prova deve essere superato. Il voto della prova é la media dei punteggi dei moduli (A,B,C). Il modulo D non contribuisce al calcolo della media.

### Beschreibung Modul A - Schwebebalken

Dieses Modul beinhaltet die Durchführung einer kompletten Translokation auf einem Schwebebalken, der ca. 5 m lang und 10 cm breit ist und sich mehr als 4 m über dem Boden befindet.

### Descrizione Modulo A - Trave di equilibrio

Il modulo prevede l'esecuzione di una traslocazione completa su trave di equilibrio, lunga circa m 5, larga cm 10 circa e a più di 4m di altezza dal suolo.

Der Kandidat muss das Modul gemäß dem Ausführungsprotokoll in einer Zeit von maximal 5 Minuten (300 Sekunden) absolvieren.

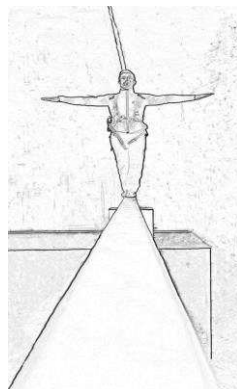
Il candidato deve completare il modulo, nel rispetto del protocollo di esecuzione, in un tempo massimo di 5 minuti (300 secondi).

Im Falle eines Sturzes wird die Prüfung unterbrochen, die Prüfungskommission stoppt die Zeitmessung und fordert den Kandidaten, der vom Hilfspersonal wieder auf den Boden gebracht wird, auf, die Übung in der unbedingt erforderlichen Zeit von Anfang an fortzusetzen.

Nel caso di caduta la prova viene interrotta, la commissione esaminatrice blocca il cronometraggio ed invita il candidato, riportato a terra dal personale addetto all'assistenza, a riprendere dall'inizio, nel tempo strettamente necessario, l'esercizio in svolgimento.

Im Falle eines Sturzes vom Balken darf der Kandidat maximal zwei Wiederholungen zusätzlich zu seinem ersten Durchgang durchführen.

In caso di caduta dalla trave, il candidato può effettuare un massimo di due ripetizioni, oltre l'esecuzione iniziale.



Das Modul gilt als bestanden, wenn der Kandidat die komplette Translokation gemäß dem Ausführungsprotokoll und innerhalb der maximalen Zeit von 5 Minuten (300 Sekunden) durchführt.

Il modulo si intende superato se il candidato effettua la traslocazione completa nel rispetto del protocollo di esecuzione e nel tempo massimo di 5 minuti (300 secondi).

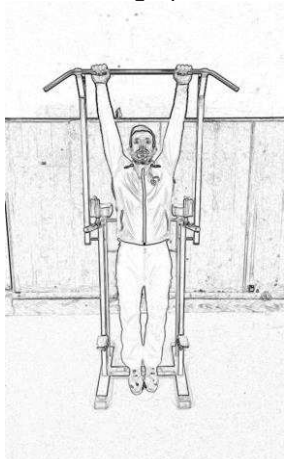
- Die Note 6/10 wird vergeben, wenn der Kandidat die vollständige Translokation bei der zweiten Wiederholung (dritter Durchgang) durchgeführt hat.
- Viene attribuito il punteggio di 6/10, qualora il candidato abbia eseguito la traslocazione completa alla seconda ripetizione (terza esecuzione).

- Die Note 8/10 wird vergeben, wenn der Kandidat die vollständige Translokation bei der ersten Wiederholung (zweiter Durchgang) durchgeführt hat.
- Die Note 10/10 wird vergeben, wenn der Kandidat die vollständige Translokation beim ersten Durchgang durchgeführt hat.

### Beschreibung Modul B - Klimmzüge

Der Test besteht darin, so viele Klimmzüge wie möglich in einem einzigen Aufstieg zum Gerät durchzuführen. Aus dem Hängen mit gestreckten Armen mit einem Rückengriff an der Stange (Daumen nach innen) in Schulterbreite; den Körper anheben, bis das Kinn über der Stange ist und mit gestreckten Armen zurückkehren.

Maximale Zeit für die Ausführung: 1 Minute ab dem ersten Mal, wenn das Kinn die Stange passiert.



Bewertet wird die Anzahl der korrekt ausgeführten Klimmzüge.

Die Anzahl der Klimmzüge, die erforderlich ist, um die Mindestpunktzahl von 6/10 zu erreichen, beträgt:

- Nr. 4 für männliche Kandidaten.
- Nr. 2 für weibliche Kandidaten.

Die Höchstpunktzahl von 10/10 wird vergeben, wenn der Kandidat die folgende Anzahl von Klimmzügen durchgeführt hat:

- Nr. 13 für männliche Kandidaten.
- Nr. 11 für weibliche Kandidaten.

### Beschreibung Modul C - Armbeugen und seitliche Bewegungen

Das Modul beinhaltet die Ausführung der maximalen Anzahl vollständiger Wiederholungen innerhalb der Zeitgrenze von 1 Minute (sechzig Sekunden) der unten beschriebenen motorischen Progression, die aus drei Übungen besteht, die ohne Unterbrechung nacheinander auszuführen sind :

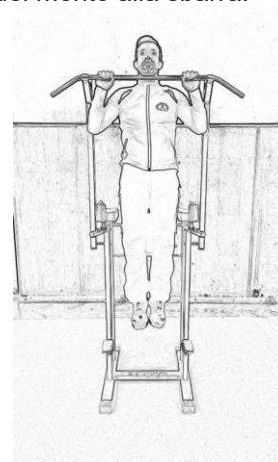
- Erreichen der Bauchlage (mit dem Bauch auf dem Boden) mit nach oben gestreckten Armen.
- Rückkehr in die aufrechte Position.

- Viene attribuito il punteggio di 8/10, qualora il candidato abbia eseguito la traslocazione completa alla prima ripetizione (seconda esecuzione).
- Viene attribuito il punteggio di 10/10, qualora il candidato abbia eseguito la traslocazione completa alla prima esecuzione.

### Descrizione Modulo B - Trazioni alla sbarra

La prova consiste nell'effettuare in una sola salita all'attrezzo quante più trazioni possibili. Dalla sospensione a braccia distese con impugnatura dorsale della sbarra (pollici in dentro) alla larghezza delle spalle; sollevare il corpo fino a superare la sbarra con il mento e ritornare a braccia distese.

Tempo massimo per l'esecuzione: 1 minuto dal primo superamento del mento alla sbarra.



Si valuta il numero di trazioni correttamente eseguite.

Il numero di trazioni necessarie per ottenere il punteggio minimo di 6/10 è di:

- N.4 per i candidati di genere maschile.
- N.2 per i candidati di genere femminile.

Il punteggio massimo di 10/10 viene attribuito qualora il candidato abbia eseguito il seguente numero di trazioni:

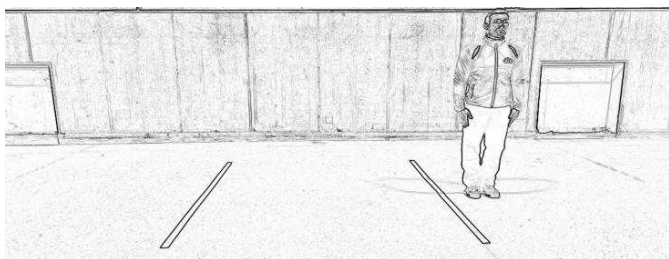
- N.13 per i candidati di genere maschile.
- N.11 per i candidati di genere femminile.

### Descrizione Modulo C - Piegamenti sulle braccia e spostamento laterale

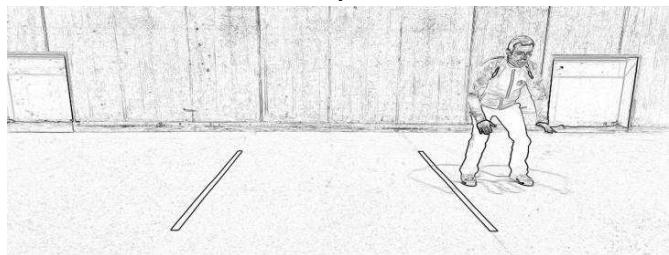
Il modulo prevede l'esecuzione del numero massimo di ripetizioni complete, nel tempo limite di 1 minuto (sessanta secondi), della progressione motoria di seguito descritta, composta da tre esercizi da eseguirsi consecutivamente senza interruzione:

- raggiungimento della posizione prona (pancia al suolo) braccia distese in alto.
- ritorno in posizione eretta.

- seitliche Bewegung von mindestens 2 Metern.



1



3

Der Kandidat steht aufrecht vor der Prüfungskommission, links von den oben genannten Linien; der rechte Fuß muss außerhalb der Fläche zwischen den beiden parallelen Linien stehen.

Nach Feststellung der Startposition gibt die Prüfungskommission den Startbefehl mit gleichzeitigem Beginn der Zeitmessung der für die Durchführung der Prüfung zur Verfügung stehenden Zeit.

Damit der Test und/oder die einzelnen Leistungen gültig sind, muss der Kandidat:

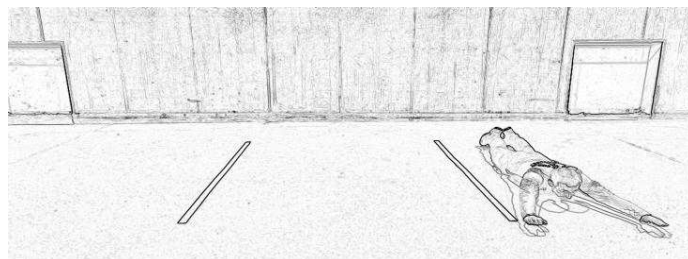
- 1) sich außerhalb des durch die Linien auf dem Boden begrenzten Raums in die "Bauchlage" begeben und die Arme in einer "langen Haltung" nach oben strecken (auf dem Bauch liegend);
- 2) Hände auf Brusthöhe ablegen und durch abstützen mit ausgestreckten Armen wieder in die aufrechte Position zurückkehren.
- 3) eine seitliche Bewegung nach rechts ausführen und dabei die Linie überqueren die sich in einem Abstand von 2 m von der Startlinie befindet.

Bei der nächsten Ausführung muss die Übung in ähnlicher Weise durchgeführt werden, jedoch von der anderen Seite.

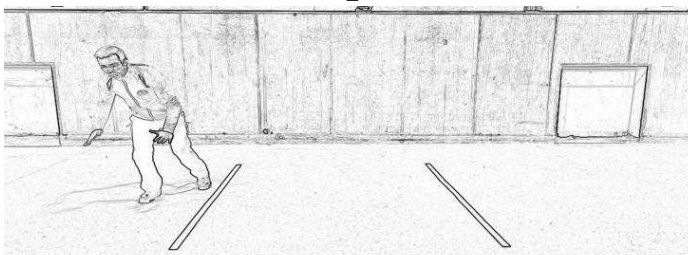
Zum Zwecke der Zählung der Ausführungen für die Punktevergabe wird nochmals darauf hingewiesen, dass eine motorische Progression aus allen korrekt ausgeführten Übungen 1, 2 und 3 besteht.

Das Modul gilt als abgeschlossen, wenn die sechzig Sekunden abgelaufen sind.

- spostamento laterale di almeno 2 metri.



2



4

Il candidato si posiziona di fronte alla commissione esaminatrice, in stazione eretta, alla sinistra delle suddette linee; il piede destro deve trovarsi all'esterno della superficie compresa tra le due linee parallele.

Verificata la posizione di partenza, la commissione esaminatrice dà l'ordine "via" con contestuale avvio del cronometraggio del tempo a disposizione per l'esecuzione della prova.

Per la validità della prova e/o delle singole esecuzioni, il candidato deve:

- 1) portarsi nella posizione di "decubito prono" (sdraiato pancia al suolo) all'esterno dello spazio delimitato dalle linee tracciate sulla pavimentazione ed estendere le braccia in alto, in "atteggiamento lungo";
- 2) posizionare le mani all'altezza del petto e, effettuando una distensione delle braccia, tornare in appoggio sugli arti inferiori;
- 3) effettuare uno spostamento laterale a destra, oltrepassando la linea posta alla distanza di m 2 da quella di partenza.

Nell'esecuzione successiva, l'esercizio va eseguito analogamente, ma dalla parte opposta.

Ai fini del conteggio delle esecuzioni utili per l'attribuzione del punteggio, si ribadisce che una progressione motoria è composta dall'insieme degli esercizi 1, 2 e 3 eseguiti correttamente.

Il modulo si intende concluso allo scadere del tempo limite di sessanta secondi.



**Bewertung**

Das Modul gilt mit der Note 6/10 als bestanden, wenn der Kandidat die folgende Anzahl von vollständigen und aufeinanderfolgenden Progressionen durchgeführt hat:

- Nr. 18 für männliche Kandidaten.
- Nr. 16 für weibliche Kandidaten.

Eine Note von 10/10 wird vergeben, wenn der Kandidat die folgende Anzahl von vollständigen und aufeinanderfolgenden Progressionen gemacht hat:

- Nr. 27 für männliche Kandidaten.
- Nr. 25 für weibliche Kandidaten.

**Beschreibung Modul D - Gesicherter Aufstieg auf der Drehleiter**

Der Kandidat trägt einen Auffanggurt und wird gesichert, dann steigt er die Drehleiter bis zu einer Höhe von 20 m über dem Boden hinauf. Die Stoppuhr wird gestartet, wenn der Teilnehmer die Leiter hinaufsteigt, und wird angehalten, wenn er/sie die letzte Stufe der Leiter mit der Hand berührt.

Ziel ist es, den Test innerhalb von maximal 5 Minuten durchzuführen. Die Bewertung lautet: bestanden/nicht bestanden.

**Valutazione**

Il modulo si intende superato con l'attribuzione del punteggio di 6/10, qualora il candidato abbia eseguito il numero di seguito indicato di progressioni complete e consecutive:

- N.18 per i candidati di genere maschile.
- N.16 per i candidati di genere femminile.

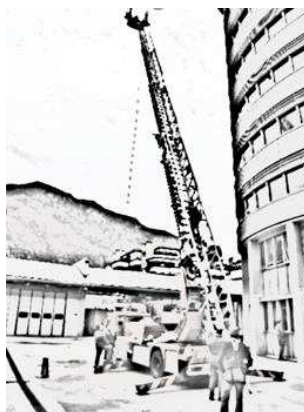
Viene attribuito il punteggio di 10/10, qualora il candidato abbia eseguito il numero di seguito indicato di progressioni complete e consecutive:

- N.27 per i candidati di genere maschile.
- N.25 per i candidati di genere femminile.

**Descrizione Modulo D - Salita assicurata della scala aerea**

Il candidato indossa un'imbracatura anticaduta e viene assicurato, poi salirà l'autoscala fino all'altezza di 20 m da terra. Il cronometro verrà fatto partire quando il candidato sale sulla scala e verrà fermato quando tocca con la mano l'ultimo gradino della scala.

L'obiettivo è di eseguire la prova entro il tempo massimo di 5 minuti. La valutazione è: prova superata/non superata.



**Test 2**  
**Bewertung der Ausdauer**

Beim Test 2 muss der Kandidat eine Strecke von 1.000 Metern in möglichst kurzer Zeit zurücklegen.

**Bewertung**

Die Prüfung gilt mit der Note 6/10 als bestanden, wenn der Kandidat die gesamte vorgegebene Strecke in einer Zeit zurücklegt, die folgende Werte nicht überschreitet:

- männliche Kandidaten: 3'55" (235 Sekunden).
- weibliche Kandidaten: 4'55" (295 Sekunden).

**Prova 2**  
**Valutazione resistenza**

La Prova 2 prevede la percorrenza, da parte del candidato, della distanza di 1.000 metri piani nel minor tempo possibile.

**Valutazione**

La prova si intende superata con l'attribuzione del punteggio di 6/10, qualora il candidato percorra l'intera distanza prefissata in un tempo non superiore a:

- candidati di genere maschile: 3'55" (235 secondi).
- candidati di genere femminile: 4'55" (295 secondi).

Die Note 10/10 wird vergeben, wenn der Kandidat die gesamte vorgegebene Strecke in einer Zeit zurücklegt, die folgende Werte nicht überschreitet:

- männliche Kandidaten: 3'25" (205 Sekunden).
- weibliche Kandidaten: 4'25" (265 Sekunden).

Viene attribuito il punteggio di 10/10, qualora il candidato percorra l'intera distanza prefissata in un tempo inferiore o uguale a:

- candidati di genere maschile: 3'25" (205 secondi).
- candidati di genere femminile: 4'25" (265 secondi).

### Test 3 Bewertung der Schwimmtauglichkeit

Der Test 3 besteht aus den nachstehend beschriebenen Übungen, die der Kandidat in einem Schwimmbecken über eine Strecke von insgesamt 25 m, teils in Bauchlage, teils in Apnoe, gemäß dem Ausführungsprotokoll in möglichst kurzer Zeit durchführen muss.

Die Teststrecke besteht aus einer Schwimmbadbahn, auf der in bestimmten Abständen 2 Hindernisse aufgestellt sind.

Die Hindernisse werden orthogonal zur Bahn und in einer Reihe in den unten angegebenen Abständen vom Startpunkt aufgestellt:

1. Hindernis: 9 m vom Startpunkt entfernt.
2. Hindernis: 17 m vom Startpunkt entfernt.

Um eine übermäßige Neigung des Körpers des Kandidaten beim Eintauchen in das Wasser zu vermeiden, wird ein Signalelement 2 m vom Startpunkt entfernt und 1 m über der Wasseroberfläche angebracht. Der Kandidat muss unter dem Signalelement schwimmen.

### Prova 3 Valutazione acquaticità

La Prova 3 è composta dagli esercizi di seguito descritti che il candidato deve effettuare nuotando in piscina per complessivi m 25, parte in galleggiamento prono, parte in immersione in apnea, nel rispetto del protocollo di esecuzione, nel minor tempo possibile.

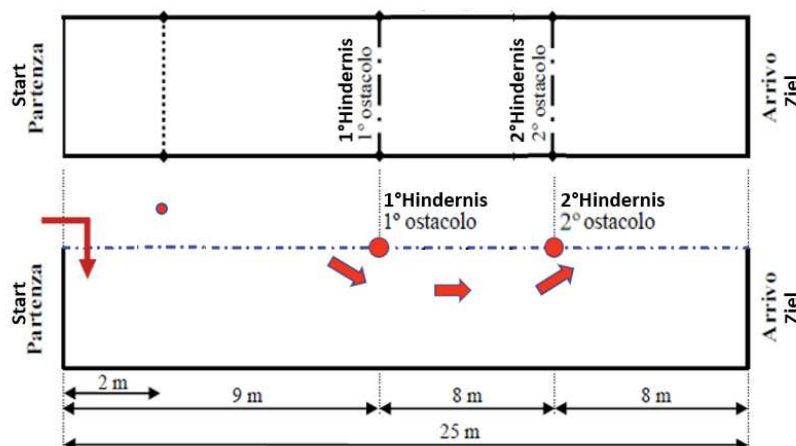
Il campo di svolgimento della prova è costituito da una corsia di piscina lungo la quale, a distanze prestabilite, sono collocati 2 ostacoli.

Gli ostacoli sono disposti ortogonalmente alla corsia ed in serie, alle distanze dalla testata di partenza di seguito indicate:

- 1° ostacolo: a 9 m dalla testata di partenza;
- 2° ostacolo: a 17 m dalla testata di partenza.

Onde evitare un'eccessiva inclinazione del corpo del candidato in fase di ingresso in acqua, viene posizionato un elemento di segnalazione posto a m 2 dalla testata di partenza, a 1 m dalla superficie dell'acqua. Il candidato deve passare al di sotto dell'elemento di segnalazione.

PIANTA - GRUNDRISS



Das Eintauchen ins Wasser erfolgt durch einen Schritt nach vorne und das Absenken des Körpers in der unten dargestellten Position.

L'entrata in acqua va effettuata compiendo un passo in avanti e lasciando cadere il corpo nella posizione sottoindicata.



Der Kandidat schwimmt in beliebiger Technik, jedoch zwingend in Bauchlage – Kraulen (Freistil), Brustschwimmen, Delfin, Trudgen (Bademeisterstil), usw. – eine Strecke von 9 m.

Il candidato nuota con qualsiasi tecnica, ma obbligatoriamente in galleggiamento prono – stile libero, rana, farfalla, Trudgen (stile assistente bagnanti), ecc. – coprendo una distanza di m 9.

In der Nähe des ersten Hindernisses taucht der Kandidat ab, unterquert das Hindernis und schwimmt in Apnoe eine Strecke von 8 m und taucht erst nach dem zweiten Hindernis wieder auf.

In prossimità del primo ostacolo, si immerge, oltrepassa in immersione l'ostacolo stesso, e nuota in apnea coprendo la distanza di m 8, riemergendo solo dopo il secondo ostacolo.

Während der gesamten Apnoe-Schwimmphase darf der Kandidat nicht mit dem Kopf oder Teilen davon "auftauchen".

Durante l'intera fase di nuoto in apnea, il candidato non deve "emergere" con la testa o con parti di essa.

Nach Überwindung des zweiten Hindernisses taucht der Kandidat wieder auf und schwimmt die letzte Strecke in Bauchlage in einer beliebigen Technik (Kraulen, Brustschwimmen, Delfin, Trudgen usw.), wie in der ersten Phase der Prüfung beschrieben.

Dopo aver superato il secondo ostacolo, il candidato riemerge e nuota per l'ultimo tratto in galleggiamento prono, in una qualsiasi tecnica (stile libero, rana, farfalla, Trudgen, ecc.), come descritto per la prima fase della prova.

Es wird toleriert, dass der Kandidat sich beim Auftauchen aus der Apnoe-Phase einen Stoß auf den Beckenboden gibt und/oder gelegentlich und versehentlich die Bahnen und/oder Hindernisse und/oder die Signalelemente berührt, ohne dass dies zu Strafen führt.

È tollerato che il candidato si dia una spinta sul fondo della piscina in fase di emersione dalla fase di apnea e/o che tocchi, occasionalmente ed accidentalmente, le corsie e/o gli ostacoli e/o gli elementi di segnalazione, senza l'applicazione di penalità.

Andererseits ist es dem Kandidaten absolut untersagt, die Bahnen und/oder Hindernisse in irgendeiner Weise zu benutzen, um die Durchführung seiner Prüfung zu erleichtern (um sich zu stützen, zu ziehen, zu schieben usw.); ein solches Verhalten führt zur Unterbrechung der Prüfung und folglich zum Nichtbestehen der Prüfung.

Non è assolutamente consentito, invece, che il candidato utilizzi in qualsiasi modo le corsie e/o gli ostacoli per agevolare lo svolgimento della sua prova (per sostenersi, tirarsi, spingersi, ecc.); tale comportamento determina l'interruzione della prova e, conseguentemente, il non superamento della stessa.

Der Test endet, wenn der Kandidat den Beckenrand (25 m) erreicht.

La prova termina quando il candidato raggiunge il bordo della piscina (25 m).

#### Bewertung

Die Bewertung der Leistung des Kandidaten hängt von der Zeit ab, die er benötigt, um die oben beschriebenen Schwimmübungen gemäß dem Ausführungsprotokoll vollständig und korrekt auszuführen.

#### Valutazione

La valutazione della prestazione del candidato è funzione del tempo di effettuazione degli esercizi natatori sopra descritti, in modo completo e corretto, nel rispetto del protocollo di esecuzione.

Der Schwimmtest gilt als bestanden mit der Note 6/10, wenn der Kandidat ihn gemäß dem

La prova natatoria si intende superata con l'attribuzione del punteggio di 6/10, qualora il candidato la completi,



Durchführungsprotokoll in einer Zeit absolviert, die folgende Werte nicht überschreitet:

- männliche Kandidaten: 35" (35 Sekunden).
- weibliche Kandidaten: 37" (37 Sekunden).

Der Schwimmtest gilt als bestanden mit der Note 10/10, wenn der Kandidat ihn gemäß dem Durchführungsprotokoll in einer Zeit absolviert, die folgende Werte nicht überschreitet:

- männliche Kandidaten: 19" (19 Sekunden).
- weibliche Kandidaten: 21" (21 Sekunden).

### Haltung des Kandidaten

Die für die Durchführung der Prüfung erforderlichen Geräte und Materialien werden von der Verwaltung zur Verfügung gestellt, ebenso wie die in diesem Anhang angegebene persönliche Schutzausrüstung, die zwingend zu verwenden ist.

Hinsichtlich der Kleidung des Bewerbers ist Folgendes festgelegt:

#### TEST 1 und 2

- Turnschuhe, Trainingsanzug, halb- oder langärmeliges, eng anliegendes T-Shirt und kurze Hosen sind Pflicht;
- Für die Durchführung von Test 1 - Modul A ist die Verwendung eines von der Verwaltung zur Verfügung gestellten Auffanggurtes und Schutzhelms obligatorisch.
- Die Verwendung von Gymnastikhandschuhen, Gelenkschützern und Sportbrillen ist fakultativ.
- Es ist verboten, Ringe, Uhren, Ketten, Halsketten, Ohrringe, Piercings oder andere Kleidungsstücke oder Accessoires zu tragen, die sich während der Prüfungen verfangen oder die Bewegungsfreiheit einschränken könnten.
- Es ist verboten, etwas zu tragen, das dem Bewerber nach Ansicht der Prüfungskommission einen Vorteil verschaffen könnte, wie z. B. Handgelenkbänder mit Haken, Pflaster (nur auf ärztliche Verschreibung hin zulässig) usw.

#### TEST 3

- Das Verwenden von Badeanzug, Badekappe und Badeschlappen ist obligatorisch;
- Das Tragen von Schwimmbrillen und Nasenklammern ist fakultativ;
- Es ist verboten, Ringe, Uhren, Ketten, Halsketten, Ohrringe, Piercings oder andere Accessoires zu tragen, die sich während der Proben verfangen oder die Bewegung behindern könnten.

secondo il protocollo di esecuzione, in un tempo non superiore a:

- candidati di genere maschile: 35" (35 secondi).
- candidati di genere femminile: 37" (37 secondi).

La prova natatoria si intende superata con l'attribuzione del punteggio di 10/10, qualora il candidato la completi, secondo il protocollo di esecuzione, in un tempo non superiore a:

- candidati di genere maschile: 19" (19 secondi).
- candidati di genere femminile: 21" (21 secondi).

### Tenuta del candidato

Le attrezzature ed i materiali necessari per lo svolgimento dell'esame sono forniti dall'Amministrazione, così come i dispositivi di protezione individuale di utilizzo obbligatorio, indicati nel presente allegato.

Per quanto concerne l'abbigliamento del candidato, si specifica quanto segue:

#### PROVA 1 e 2

- è obbligatoria una vestizione composta da scarpe ginniche, tuta ginnica, maglietta a mezze maniche o maniche lunghe aderenti e pantaloncini;
- è obbligatorio, per l'esecuzione della Prova 1 - modulo A, l'uso dell'imbragatura e caschetto di sicurezza predisposti dall'Amministrazione;
- è facoltativo l'uso di guantini da palestra, protezioni per articolazioni, occhiali ad uso sportivo;
- è vietato indossare durante le prove anelli, orologi, catenine, collane, orecchini, piercing o altro indumento o accessorio che possa costituire impiglio o intralcio ai movimenti;
- è vietato l'uso di alcunché possa dare – a giudizio della commissione esaminatrice – un qualsiasi vantaggio al candidato, come, ad esempio: polsiere con ganci, cerotti (ammessi solo su prescrizione medica), ecc.

#### PROVA 3

- è obbligatorio l'uso di costume da bagno, cuffia e ciabatte da piscina;
- è facoltativo l'uso di occhialini da piscina e nose-clip (tappanaso a molla);
- è vietato indossare durante le prove anelli, orologi, catenine, collane, orecchini, piercing o altro accessorio che possa costituire impiglio o intralcio ai movimenti;





- Es ist verboten, etwas zu tragen, das dem Bewerber nach Ansicht des Prüfungskommission einen Vorteil verschaffen könnte, z. B. Handschuhe mit Schwimmhäuten, Neoprenanzüge usw.
- è vietato l'uso di alcunché possa dare – a giudizio della commissione esaminatrice – un qualsiasi vantaggio al candidato, come, ad esempio: guanti palmati, mute ecc.