

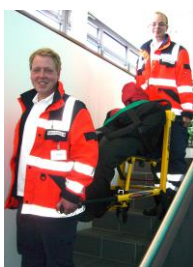
Die Arbeit im Einsatzdienst ist oft körperlich anstrengend, auch im Rahmen eines Freiwilligendienstes. Daher gibt es vorab im Rahmen unserer Personalauswahlverfahren einen verkürzten Eignungstest – auch Fitnessstest genannt - in dem überprüft wird, ob man den körperlichen Anforderungen des Rettungsdienstes gewachsen ist.

## ZULASSUNGSVORAUSSETZUNG FÜR DEN FITNESSTEST

- Mindestgröße 1,63 m
- Maximalgröße 2,01 m
- Unterschriebenes Formular „Haftungsausschluss“

**Wichtiger Hinweis: Bitte Turnschuhe und bequeme Kleidung mitbringen!**

## ABLAUF DES FITNESSTEST



### Teil I: Tragen mit dem Tragestuhl

Ein Patienten-Dummy mit einem Gewicht von 70 kg wird mit Hilfe des Tragestuhls eine Treppe hinauf und hinunter getragen.



### Teil II: Rucksacktragen

Der Einsatzrucksack wird mit zwei Einsatz-Taschen eine Treppe zweimal ohne Unterbrechung zügig hinauf und hinunter getragen.



### Teil III: Heben und Tragen der Arbeitstrage

Ein 70 kg schwerer Patienten-Dummy wird mit dem abnehmbaren Oberteil der Einsatztrage über eine Strecke von 20 m ohne Absetzen getragen.

Zusätzlich wird die Trage abgesenkt und angehoben.

Die Bewertungen erfolgen nur mit „bestanden“ und „nicht bestanden“.