

Kraft

Beidarmiger gerader Medizinballwurf (2 kg) über Kopf aus der Schritt- oder Frontalstellung [gerader Schlagwurf, kein Schleudern, Schocken, etc.)

Drei Versuche. Übertreten der Abwurflinie bedeutet Fehlversuch.

Mindestweite: Frauen 7,25 m / Männer 10,00 m



