

**BEWIRB DICH JETZT**

[www.mit-sicherheit-anders.de](http://www.mit-sicherheit-anders.de)

---

# EIGNUNG & EINSTELLUNGSTEST

---



Die Bayerische  
**POLIZEI**

# DEINE ZUKUNFT BEI DER POLIZEI

Bei der Bayerischen Polizei erwartest Dich ein Beruf, der so vielfältig und erfüllend ist wie kaum ein anderer. Helfen, schützen, ermitteln und das Recht vertreten – unsere Aufgaben sind so abwechslungsreich wie der Polizeialltag selbst.

## Bist Du geeignet für den Polizeiberuf?

Für den Einstieg in der 2. Qualifikationsebene (2. QE) gelten für alle die gleichen Kriterien:

- Deutsche Staatsangehörigkeit<sup>1)</sup>
- Körpergröße mindestens 165 cm<sup>1)</sup>
- Alter zwischen 17 und 30<sup>1)</sup> Jahre am Einstellungstag bzw. Spitzensportprogramm 16 bis 30<sup>1)</sup> Jahre
- Gesundheitliche Eignung
- Nicht in Konflikt mit dem Gesetz, geordnete wirtschaftliche Verhältnisse
- Keine sichtbaren oder inhaltlich unzulässigen Tätowierungen
- Qualifizierender Abschluss der Haupt- bzw. Mittelschule mit abgeschlossener Berufsausbildung oder mittlerer bzw. höherwertiger Schulabschluss

## Bist Du bereit für den Polizeiberuf?

Bewerbungsfristen für die Einstellung im September/März sind der 31.10./30.04. des Vorjahres. Nach erfolgreicher Bewerbung geht es los zur 2-tägigen Einstellungsprüfung für die 2. QE in München oder Nürnberg mit:

- Schriftlichen Prüfungen: Sprachtest und Grundfähigkeitstest
- Sportprüfung
- Gruppendiskussion
- Bewerbungsgespräch (strukturiertes Interview)
- Ärztlicher Untersuchung

<sup>1)</sup> Ausnahmen möglich, bitte besprich die Details bei der Einstellungsberatung

## MÄDELS

Note	Springen über Kleinbank	Bankdrücken	Pendellauf (Sek)	Cooper-Test (m)
1	$\geq 48$	$\geq 19$	$\leq 27,9$	$\geq 2.500$
2	47 – 43	18 – 15	28,0 – 28,9	2.400 – 2.499
3	42 – 38	14 – 11	29,0 – 29,9	2.200 – 2.399
4	37 – 34	10 – 7	30,0 – 30,9	2.000 – 2.199
5	33 – 30	6 – 3	31,0 – 32,2	1.900 – 1.999
6	$\leq 29$	$\leq 2$	$\geq 32,3$	$\leq 1.899$

## JUNGS

Note	Springen über Kleinbank	Bankdrücken	Pendellauf (Sek)	Cooper-Test (m)
1	$\geq 54$	$\geq 19$	$\leq 24,9$	$\geq 2.900$
2	53 – 50	18 – 15	25,0 – 25,9	2.700 – 2.899
3	49 – 46	14 – 11	26,0 – 26,9	2.500 – 2.699
4	45 – 42	10 – 7	27,0 – 28,1	2.300 – 2.499
5	41 – 38	6 – 3	28,2 – 29,5	2.200 – 2.299
6	$\leq 37$	$\leq 2$	$\geq 29,6$	$\leq 2.199$

# EINSTELLUNGS- PRÜFUNG

## Sportprüfung

Vor der Prüfung solltest Du Dich unbedingt gezielt auf unsere Übungen vorbereiten. Du findest hierzu Videos auf unserer Website. Läufe, Sprints, Sprung- und Hanteltraining, Liegestütze sowie Schwimmtraining verbessern zudem Kraft und Kondition.

### Springen über Kleinbank | Anzahl der Sprünge in 30 Sekunden

Beidbeiniges Überspringen einer Kleinbank mit 31 cm Höhe und 34 cm Breite.

### Bankdrücken | Anzahl der Ausführungen

Geführte Langhantel zur Hochstrecke bringen. Das Hantelgewicht beträgt 45% des Körpergewichts bei Frauen und 60% bei Männern (Mindestgewicht 22,5 kg).

### Pendellauf | Zeit der Sprints (zwei Versuche)

Zwischen 2 Kleinbänken 4 Mal hin und her sprinten (Abstand 10 m). Dabei die Bank überspringen, Seil vom Boden aufgreifen.

### Cooper-Test | Vollständig gelaufene Runden in 12 Minuten

In 12 Minuten so viele 100-Meter-Runden wie möglich laufen.

### Schwimmen | 100 Meter in maximal 2:45 Minuten

Start vom Startblock, Schwimmstil frei wählbar.



## Schriftliche Prüfungen, Gruppendiskussion, Bewerbungsgespräch

Bei der Vorbereitung berät Dich Dein/-e Einstellungsberater/-in gerne. Du kannst auch allgemeine Berufsauswahltests und die Infos auf unserer Karrierewebsite nutzen.

### Sprachtest | Dauer ca. 90 Minuten

Überprüfung der Sprachbeherrschung (Rechtschreibung, Grammatik, Wortverständnis, Sprachgefühl). Mögliche Aufgabentypen: Lückendiktate, Multiple-Choice-Aufgaben, Freitextfelder.

### Grundfähigkeitstest | Dauer ca. 50 Minuten

Überprüfung der Bearbeitungsgeschwindigkeit, logisches Denkvermögen, Gedächtnisleistung. Mögliche Aufgabentypen: mathematische Aufgaben, Merk- und Schätzaufgaben, Schlussfolgerung.

### Gruppendiskussion | Dauer ca. 45 Minuten

Überprüfung der kommunikativen Fähigkeiten und des Kooperationsvermögens. In einer Gruppendiskussion mit 4 – 8 Teilnehmern soll zu einer Problemstellung eine Lösung entwickelt werden.

### Bewerbungsgespräch | Dauer ca. 45 Minuten

Überprüfung der sozialen Kompetenz, Leistungsmotivation und Belastbarkeit bei einer persönlichen Vorstellung im Rahmen eines Bewerbungsgesprächs (strukturiertes Interview).

## Ärztliche Untersuchung

Der Polizeiärztliche Dienst stellt fest, ob Du gesundheitlich für die besonderen Anforderungen des Polizeivollzugsdienstes geeignet bist.



# DAS SOLLTEST DU SCHAFFEN!

Die Einstellungschancen sind abhängig von der Anzahl der Ausbildungsplätze und der Zahl der sich qualifizierenden Bewerberinnen und Bewerber. Die Ausbildungsplätze werden in Reihenfolge der Rangliste vergeben, diese wird nach der Gesamtnote erstellt.

## So zählt Deine Leistung

$$\text{Gesamtnote} = \frac{\text{Einzelnoten Sprachtest + Grundfähigkeitstest + Gruppendiskussion + Bewerbungsgespräch}}{4}$$

Die Sportprüfung hat nur bei Gleichheit der Gesamtnoten Einfluss auf den Ranglistenplatz. Du musst sie aber bestehen.

$$\text{Note Sportprüfung} = \frac{\text{Summe der Einzelnoten}}{4}$$

### **Einstellungsprüfung ist nicht bestanden, wenn:**

- Du unentschuldigt nicht zur Prüfung erscheinst.
- Du in einem der Prüfungsteile eine schlechtere Note als 4,5 erzielst.
- Dir in zwei oder mehr Sportübungen die Note 6 bzw. in drei oder mehr Sportübungen die Note 5 erteilt wird.
- Du die geforderte Mindestleistung beim Schwimmen nicht erbringst oder die Note 6 im Cooper-Test bekommst.

Du möchtest Dich verbessern oder hast die Prüfung nicht geschafft? Dann kannst Du einen Teil oder die gesamte Prüfung für den nächsten bzw. übernächsten Einstellungstermin wiederholen. Eine zweite Wiederholung der ganzen Prüfung ist nach zwei Jahren möglich. Dein/-e Einstellungsberater/-in steht Dir mit Ratschlägen zur Seite.



# VOLL SCHWACH

sind nur die Vorurteile mancher Menschen. Bei der Bayerischen Polizei sind mit Sicherheit alle gleichberechtigt – wer was leistet, kommt weiter.

**Theresa Biakowski**  
Gruppenführerin einer Einsatzhundertschaft  
und Crossfit-Athletin

## Du möchtest Dich bei der Bayerischen Polizei bewerben oder hast noch Fragen?

In beiden Fällen sind die persönlichen Einstellungsberater/-innen jetzt die richtigen Ansprechpartner. Sie wissen Rat und begleiten Dich im Bewerbungsverfahren.

Einfach Kontakt aufnehmen und Termin vereinbaren – das ist auch über [www.mit-sicherheit-anders.de](http://www.mit-sicherheit-anders.de) möglich.

**Gleich online bewerben!**  
[www.mit-sicherheit-anders.de](http://www.mit-sicherheit-anders.de)



Bewerber mit Wohnsitz außerhalb Bayerns wenden sich bitte zentral an:

Werbestelle des Polizeipräsidioms München  
Ettstraße 2  
80333 München  
Telefon 089 2910-2670  
[einstellungsberatung-muenchen@polizei.bayern.de](mailto:einstellungsberatung-muenchen@polizei.bayern.de)

Auf unserer Karrierewebsite findest Du viele weitere Informationen zum Beruf, zur Ausbildung und Bewerbung.

### Impressum:

Präsidium der Bayerischen Bereitschaftspolizei | Nachwuchswerbung  
Pödeldorfer Straße 77/79 | 96052 Bamberg