

TTS Pokal 2022

Ablaufplan Nordost, Samstag 24.09.2022

Halle: Sporthalle des TuG Leipzig, Leplaystraße 13, 04103 Leipzig

09:00 Uhr Hallenöffnung Einlass erste Gruppe (Bärlinchen, Spreekids)

10:00 Uhr Beginn

- Körpertechnikübung
- 4 x AK 9
- 4 x AK 10
- Je auf zwei Teppichstreifen parallel (ca. 20 min)
- Pflichtübung und Gerättechnik auf zwei Teppichstreifen
 1. Pflichtübung Keulen (5 min)
 2. GT AK 10 Ball (5 min)
 3. GT AK 9 Reifen (5 min)
 4. GT AK 10 Reifen (5 min)
- Athletik (30 min)
- Verabschiedung

11:30 Uhr Einlass zweite Gruppe (Leipzig, Nürnberg)

12:30 Uhr Beginn

- Körpertechnikübung 6 x AK 9/6 x AK 10 auf zwei Teppichstreifen parallel (ca. 20 min)
- Pflichtübung und Gerättechnik auf zwei Teppichstreifen
 1. Pflichtübung Keulen (5 min)
 2. GT AK 10 Ball (5 min)
 3. GT AK 9 Reifen (5 min)
 4. GT AK 10 Reifen (5 min)
- Athletik (30 min)
- Verabschiedung

Gewichtung der einzelnen Leistungsvoraussetzungen:

Körpertechnik 30%
Gerättechnik 25%
Athletik 45%

Verantwortliche: katja.kleinveldt@btfb.de, Mobil 015228829507