

TTS Pokal 2022

Ablaufplan Nordwest, Samstag 24.09.2022

Halle: Bundesstützpunkt Bremen, Badgasteiner Straße 7, 28359 Bremen

09:00 Uhr Hallenöffnung Einlass erste Gruppe (Nicole Gerdes, Bremen 1860)

10:00 Uhr Beginn

- Körpertechnikübung 4 x AK 9/4 x AK 10 auf zwei Teppichen parallel
- Pflichtübung und Gerättechnik auf zwei Teppichen
 1. Pflichtübung Keulen
 2. GT AK 10 Ball
 3. GT AK 9 Reifen
 4. GT AK 10 Reifen
- AT

11:00 Uhr Einlass zweite Gruppe (Mia Kaup, Schwerte, Leverkusen)

12:00 Uhr Beginn

- Körpertechnikübung 6 x AK 9/6 x AK 10 auf zwei Teppichen parallel
- Pflichtübung und Gerättechnik auf zwei Teppichen
 1. Pflichtübung Keulen
 2. GT AK 10 Ball
 3. GT AK 9 Reifen
 4. GT AK 10 Reifen
- AT

Gewichtung der einzelnen Leistungsvoraussetzungen:

Körpertechnik 30%
Gerättechnik 25%
Athletik 45%