

# TTS Pokal 2023

## Ablaufplan Nordost, Samstag 23.09.2023

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

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

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](mailto:katja.kleinveldt@btfb.de), Mobil 015228829507