

TTS Pokal 2024

Ablaufplan Nordwest, Samstag 28.09.24

Halle: Bundesstützpunkt Bremen, Badgasteiner Straße 7 28359 Bremen

09:30 Uhr Hallenöffnung Einlass erste Gruppe (Nicole Gerdes, Bremen 1860)

10:30 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

11:30 Uhr Einlass zweite Gruppe (Mia Kaup, Schwerte, Leverkusen)

12:30 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%