Ausschreibung Vereinsmeisterschaften

Datum: 16.12.

Ort: Sporthalle der Hannah-Arendt Oberschule

Zeit: 17:00-21:00

Altersklassen

1. 2006 und jünger
2. 2003-2005
3. 2001-2002
4. 2000 und älter

Pflichtübung

Alle Teilnehmer müssen eine P1 turnen

Kürübung:

In der Kürübung muss eine der vier Ausgeschriebenen Kürübungen geturnt werden.

Extra Durchgang:

Wenn die Kinder oder Erwachsenen noch einmal zeigen wollen was sie können, haben sie hier die Möglichkeit! Dieser Durchgang dient auch als Qualifikationsdurchgang für die deutschen Meisterschaften.

Siegerehrung:

Jeder Teilnehmer bekommt einen Schokoladenweihnachtsmann. Die ersten drei bekommen zusätzlich Pokale

Kürübung 1

1. Sitzsprung
2. 1/2 Drehung
3. Grätschwinkelsprung
4. ½ Drehung
5. Hocksprung
6. Sitzsprung
7. 1/2 Drehung
8. Grätschwinkelsprung
9. ½ Drehung
10. Hocksprung

Kürübung 2

1. Hocke
2. ½ Drehung
3. Grätsche
4. ½ Drehung
5. Sitzsprung
6. Stand
7. Freier Sprung (alles erlaubt)
8. Freier Sprung (alles erlaubt)
9. Ganze Drehung
10. ½ Drehung

Kürübung 3 (für die Größeren)

1. Rücken
2. ½ Drehung in den Stand
3. Salto rw
4. Ganze Drehung
5. Bauchsprung
6. Halbe Drehung in den Sitz
7. Stand
8. Salto vw
9. ½ Drehung zum Bauch
10. Stand

Kürübung 4 (für die Größeren)

Enthalten müssen sein:

1. Salto zum Sitz
2. Ganze Drehung in den Sitz
3. Bauchsprung