

Bundeskadertest Aerobic 2017

Zeit- und Ablaufplan, Samstag 28. Oktober 2017

Ablauf

- 08:00 Hallenöffnung
- 08:15 Individuelle Erwärmung und Einturnen **Gruppe 1** /
Kampfrichterbesprechung Elemente und Choreo
- 08:45 Eröffnung
- 09:00 **Beginn Elemente- und Turnabnahme Gruppe 1**
- und Individuelle Erwärmung und Einturnen **Gruppe 2**
- gg. 10.30 **Beginn Elemente- und Turnabnahme Gruppe 2**
- und Individuelle Erwärmung und Einturnen **Gruppe 3**
- gg. 12:00 **Beginn Elemente- und Turnabnahme Gruppe 3** *Es beginnen die Test-TN Dance mit der Turn-Abnahme*
- Jeder TN, der die Elementeabnahme beendet hat, geht nahtlos zur Turnenabnahme.
- 12:30 Erwärmung **Gruppe 1** /
Einteilung der Stationsverantwortlichen Athletik
- gg. 13:00 **Beginn Choreoabnahme Gruppe 1**
- gg. 14:00 Erwärmung **Gruppe 2**
- gg. 14:30 **Beginn Choreoabnahme Gruppe 2**
- gg. 15:15 Erwärmung **Gruppe 3**
- gg. 16:00 **Beginn Choreoabnahme Gruppe 3** *Es beginnen die Test-TN Dance mit der Choreo-Abnahme.*
- Jeder TN, der die Choreoabnahme beendet hat, geht nahtlos zur Athletikabnahme.
- gg. 17.30 **Bekanntgabe Endergebnisse**
- Ab 18 Uhr **Trainerberatung**

Anmerkungen:

- Gruppe 1** – Jahrgänge 2004 – 2006
Gruppe 2 – Jahrgänge 2001 – 2003
Gruppe 3 – Jahrgänge 2000 und älter