



ROPE SKIPPING

Ausschreibung NÖ Landesmeisterschaft

Teilnahmeberechtigt sind alle in Niederösterreich wohnhaften SpringerInnen

Ort: MS Groß-Siegharts (Hamerlingstraße 32, 3812 Groß-Siegharts)

Termin: Sonntag, 23. April 2023

Beginn: 10:00 Uhr

Ende: ca. 17:00 Uhr

Nennungen: Meldeblatt per Email an Hannah Göttfert (rope.noe.hannah@gmail.com)
oder Abgabe des Meldeblattes vor Ort

Nenngeld: € 5,- bei Anmeldung bis spätestens 17. April 2023
€ 10,- bei Anmeldung vor Ort

Für alle TeilnehmerInnen der Landesmeisterschaft gibt es die Möglichkeit zum halben Preis an der anschließenden Trainingssession teilzunehmen (€ 5,-)! Wenn nur an der Trainingssession teilgenommen wird, ist ein Kostenbeitrag von € 10,- zu entrichten.

Wettkampfleitung: Tina Kretschmer

<u>Altersklasseneinteilung:</u>	Elite	2007 und älter
	JuniorInnen I	2008 / 2009
	JuniorInnen II	2010 / 2011
	Jugend I	2012 / 2013
	Jugend II	2014 und jünger

Eltern (eigene Wertung im Eltern Cup nach den Regeln der Landesmeisterschaft)

Sind in einer Altersklasse mehr als zwei männliche Starter, so gibt es getrennte Wertungen. TeilnehmerInnen haben zwei Versuche pro Bewerb, wobei der Bessere gewertet wird. **In der Elite gibt es nur einen Startversuch.**



Bewerbe

Speed Steps: Schnelles Laufen auf der Stelle, nach jeder Fußberührung wird das Seil durchgezogen, jede zweite Fußberührung mit dem Boden (rechter Fuß) wird gezählt; gezählt wird die Anzahl in 30 Sekunden.

Double Unders*: Beidbeinige Doppeldurchzüge; gezählt wird die Anzahl in 30 Sekunden.

Speed Endurance*: Schnelles Laufen auf der Stelle, nach jeder Fußberührung wird das Seil durchgezogen, jede zweite Fußberührung mit dem Boden (rechter Fuß) wird gezählt. Gezählt wird die Anzahl in 3 Minuten.

Jump 15: Ein kleines Freestyle bestehend aus 1-15 Skills nach den Regeln von Jump15.

*Double Unders werden in den Altersklassen JuniorInnen I, JuniorInnen II, Jugend I, Jugend II und im Elterncup gesprungen. Speed Endurance wird nur von der Elite gesprungen.

Das Add4 wird bis spätestens 5. Februar 2023 aktualisiert. Derzeit haben alle Vereine die Möglichkeit Vorschläge einzubringen. Die 2023 geltenden Adds sind dann im Regelwerk zu finden!

Hier wird dir in einem kleinen Videoclip erklärt, wie du dich auf die Landesmeisterschaft vorbereitest:



Titelvergabe

Der bzw. die Beste in der Altersklasse Elite darf sich **Niederösterreichischer Landesmeister** bzw. **Niederösterreichische Landesmeisterin** nennen.

Der bzw. die Beste in den Altersklassen JuniorInnen I und II darf sich **Niederösterreichischer Landesjuniorenmeister** bzw. **Niederösterreichische Landesjuniorinnenmeisterin** nennen.

Der bzw. die Beste der beiden Altersklassen Jugend I und II darf sich **Niederösterreichischer Landesjugendmeister** bzw. **Niederösterreichische Landesjugendmeisterin** nennen.

RSLV NÖ

rope.noe.hannah@gmail.com



Videomaterial:

Zum Zwecke der Aus- und Fortbildung der KampfrichterInnen werden beim Wettkampf die Jump15-Freestyles gefilmt und als Videomaterial weiterverwendet.
Mit der Anmeldung zum Wettkampf wird das Einverständnis dafür erklärt.

**Meldeblatt, Jump15-Regelwerk, Jump15-Wertungsblatt und
allgemeinen Informationen über „NÖ springt“ findest du unter
www.ropeskiipping.cc!**