



ROPE SKIPPING

Ausschreibung STARTER CUP

Teilnahmeberechtigt sind alle in Niederösterreich wohnhaften Springer und Springerinnen

Ort: NMS Groß-Siegharts, Hamerlingstraße 32, 3812 Groß-Siegharts

Termin: Samstag, 7. Mai 2022

Beginn: 10.00 Uhr

Ende: ca. 17.00 Uhr

Nennungen: Meldeblatt per Email an Hannah Göttfert (rope.no.e.hannah@gmail.com) oder
Abgabe des Meldeblattes vor Ort

Nenngeld: € 3,- bei Anmeldung bis spätestens 2. Mai 2022
€ 5,- bei Anmeldung vor Ort

Für alle TeilnehmerInnen des Starter Cup gibt es die Möglichkeit zum halben Preis an der anschließenden Trainingssession teilzunehmen (5 €)!

Wettkampfleitung: Tina Kretschmer

Altersklasseneinteilung:

Elite	2006 und älter
JuniorInnen I	2007/2008
JuniorInnen II	2009/2010
Jugend I	2011/2012
Jugend II	2013 und jünger

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.



Bewerbe

Easy Jumps 30“: Beidbeiniges Springen mit oder ohne Zwischensprung; gezählt wird die Anzahl der Seildurchgänge in 30 Sekunden.

Easy Jumps: Beidbeiniges Springen; gezählt wird die Anzahl der Bodenberührungen bis zum ersten Hänger.

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

Hier wird dir in einem kleinen Videoclip erklärt, wie du dich auf den Starter Cup vorbereitest:

