



## **Rope Skipping Schweizermeisterschaft Team vom 30. November 2024 in Baar**

Check-in / Ankunft der Vereine

|                   |  |
|-------------------|--|
| 08.00 Uhr         | Wertungsrichtersitzung                                     |
| 09.00 Uhr         | Einmarsch und vorstellen der Vereine                       |
| 09.10 Uhr         | Individuelles Aufwärmen bis Wettkampfstart                 |
| 09.20 – 10.00 Uhr | Wettkampf ERSO / Show Speed Relay (10 Serien)              |
| 10.00 – 10.50 Uhr | Wettkampf ERSO / Show Double Dutch Speed Relay (10 Serien) |
| 10.50 - 10.55 Uhr | Pause / WR wechsel   |
| 10.55 - 11.25 Uhr | Wettkampf Double Under Relay (11 Serien)                   |
| 11.25 – 11.35 Uhr | Pause / Umrüsten Freestyle / WR wechseln                   |
| 11.35 – 12.00 Uhr | Wettkampf ERSO Double Dutch Single Freestyle (6 Teams)     |
| 12.00 – 12.30 Uhr | Mittagspause   |
| 12.30 – 13.00 Uhr | Speed Disziplinen / Double Under Relay Rangverkündigung    |
| 13.00 – 13.20Uhr  | Wettkampf ERSO Single Rope Team Freestyle (5 Teams)        |
| 13.20 – 13.50 Uhr | Wettkampf ERSO Single Rope Pair Freestyle (7 Teams)        |
| 13.50 – 14.00 Uhr | WR wechsel   |
| 14.00 – 16.15 Uhr | Wettkampf Show (30 Teams)                                  |
|                   | WR Pause nach der Hälfte der Teams                         |
| 16.15 – 16.35 Uhr | Camp Routine 2024 & Auftritt Rhönrad                       |
| ca. 16.35 Uhr     | Rangverkündigung   |

**Angaben ohne Gewähr**