

Oö. Landesmeisterschaft Turn10® Erwachsene + Oberstufencup

Bad Hall, 21. Oktober 2023

Stand 8. Oktober 2023



Oberösterreich

Zeit- und Riegenlaufplan

- 8:30** Einlass
- 8:45** Wertungsrichterbesprechung
- 09:00 - 09:25** 25 min Erwärmung
- 09:30 - 09:35** 5 min Eröffnung
- 09:40 - 10:03** 5 min Einturnen
- 10:03 - 10:26** 5 min Einturnen
- 10:26 - 10:49** 5 min Einturnen
- 10:49 - 11:12** 5 min Einturnen
- 11:12 - 11:35** 5 min Einturnen
- 11:35 - 11:58** 5 min Einturnen
- 11:58 - 12:21** 5 min Einturnen
- 12:40** Siegerehrung
- 13:00** Wertungsrichterbesprechung
- 13:15 - 13:40** 25 min Erwärmung
- 13:45 - 13:50** 5 min Eröffnung
- 13:55 - 14:18** 5 min Einturnen
- 14:18 - 14:41** 5 min Einturnen
- 14:41 - 15:04** 5 min Einturnen
- 15:04 - 15:27** 5 min Einturnen
- 15:27 - 15:50** 5 min Einturnen
- 15:50 - 16:09** 4 min Einturnen
- 16:09 - 16:28** 4 min Einturnen
- 16:45** Siegerehrung

Kreis 1

Oberstufe w 13-18				
Boden	Balken	Tramp	Reck	Sprung

111	112	113	114	115
115	111	112	113	114
114	115	111	112	113
113	114	115	111	112
112	113	114	115	111

Oberstufe w 19-39, Basisstufe w 19-54				
Boden	Balken	Tramp	Reck	Sprung

211	212	213	214	215
215	211	212	213	214
214	215	211	212	213
213	214	215	211	212
212	213	214	215	211

Kreis 2

Basisstufe w 15-18, Oberstufe w 11-12						
Oberstufe m 13-18						
Boden	Balken	Tramp	Reck	Sprung	Pause	
Boden	Barren	Tramp	Reck	Sprung	Pferd	Ringe

121	122	123	124	125		126
126	121	122	123	124	125	
125	126	121	122	123	124	
124	125	126	121	122	123	
123	124	125	126	121	122	
122	123	124	125	126	121	
						126

Oberstufe m 19-24, Basisstufe m 17-64						
Boden	Barren	Tramp	Reck	Sprung	Pferd	Ringe

221	222					
222	221					
		221	222			
		222	221			
				221	222	
				222	221	
						221+222