

HS-Riken, Schöffland 06. Dezember 2024

Übungsreihenfolge Beginners: Ordre d'exercices Débutants

- 1 Platz in der Gruppe, 30 Sekunden, (1)
- 2 Freifolge (2)
- 3 Kontrolle auf Distanz (8)
4. Heranrufen in die Grundposition (4)
5. Position aus der Bewegung (3)
6. Bringen eines Gegenstandes (7)
7. Um einen Kegel herumschicken (9)
8. Bringen über eine Hürde (5)
- 9 Voransenden in ein Viereck (6)
- 10 Gesamteindruck (10)

- 1 Terre en groupe, 30 secondes, (1)
- 2 Conduite sans laisse (2)
- 3 Contrôle à distance (8)
4. Rappel en position de base(4)
5. Position Terre, Assis ou Debout pendant la marche (3)
6. Rapport d'un objet (7)
7. Envoyer autour d'un cône (9)
8. Rapport par-dessus un saut (5)
- 9 En avant dans un carré (6)
- 10 Impression générale (10)