


SENIOR CHEER 2020

Bewerbungsinformationen für Interessenten im Bereich Senior All Girl Premier (Level 6)

Liebe Bewerber,
Liebe Interessenten,

Auf den folgenden Seiten findet ihr die wichtigsten Informationen zur Bewerbung für das CCVD Nationalteam 2020 im Bereich Senior All Girl Cheer Premier (Level 6)

Allgemeine Informationen

- Eine Bewerbung ist als vollständiger Groupstunt (Flyer, Main, Side, Back) möglich
- Eine Bewerbung als Tumbler ist möglich. Nach Sichtung der Groupstunts zum ersten Lehrgang wird entschieden, ob die reinen Tumbling Positionen noch besetzt werden müssen.
- Altersbeschränkung: ab Geburtsjahr 2005
- 2 der 4 Sportler des Groupstunts sollten die Must-Haves im Tumbling erfüllen. Diese müssen auf Hardfloor beherrscht werden.
- Körperliche Fitness & Kondition sind Grundvoraussetzung und werden im Training abgefragt
- Alle mit Sternchen markierten Elemente sind optional 

Bewerbungsprozess

- Lest euch im Vorfeld eurer Anmeldung alle Informationen im Nationalkader Bereich des CCVD durch
- Wenn ihr die Must-Haves erfüllt, meldet euch für den Nationalkader 2020 an.
 - Füllt die Bewerbungsinformationen auf www.ccvd.de (Nationalkader) aus
 - Sobald wir eure Anmeldung erhalten haben, werden unsere Coaches euch in eine geschlossene WhatsApp Gruppe aufnehmen. Hier erhaltet ihr Videovorgaben und Aufgaben die ihr innerhalb vergebener Zeiten erfüllen müsst.
 - Anhand der Erfüllung der Aufgaben entscheiden unsere Coaches dann, ob ihr zum ersten Trainingslehrgang am 21. & 22.09.2019 eingeladen werdet.
- **TIPP!** Wir empfehlen eine zügige Anmeldung zum Projekt damit unsere Coaches die Möglichkeit haben schon jetzt eure Entwicklung zu beobachten und euch nicht nur an einer Momentaufnahme bewerten müssen. Meldet euch auch an, wenn ihr noch nicht alle Must-Haves erfüllt.

Daten und Fakten

- Alle wichtigen Informationen zur Nationalkader Saison 2019 / 2020 findet ihr im FAQ Material.
- Nach eurer Anmeldung erhaltet ihr unsere Informationsmappe per E-Mail.
- Termine:

Lehrgang 1:	21. & 22.09.2019 - Limburg an der Lahn
Lehrgang 2:	26. & 27.10.2019 - Ort wird bekannt gegeben
Lehrgang 3:	14. & 15.12.2019 - Frankfurt am Main

- Lehrgang 4: 03. - 05.01.2020 - Wolfenbüttel (ACHTUNG - Start der Trainingseinheit am Freitag 03.01.2020)
- Lehrgang 5: 07. & 08.03.2020 - Braunschweig
- Lehrgang 6: 10. - 13.04.2020 – Grünheide/Auerbach (ACHTUNG - Ostern!)
- Reisezeitraum: 22.04. – 01.05.2020 (Einreise Deutschland 02.05.2020)**
- ACHTUNG! Dieser wurde nach der Terminverschiebung der ICU WM (27.-29.04.2020) geändert.**

MUST - HAVES

Die folgenden Anforderungen solltet ihr erfüllen um eine Anmeldung abzuschicken. Bewerbt euch auch, falls noch nicht alle Elemente beherrscht werden. Über den längeren Betreuungszeitraum können euch die Coaches in der Erlernung bzw. Verbesserung unterstützen.

Flyer

- Standbein des Flyers ist rechts
- Transitions sollten auch auf dem linken Bein sicher sein
- Bodypositions:
 - Stretch – beidseitig
 - Arabesque / Scale / Scorpion
 - Bow'n'Arrow / Needle ★

Stunts

Mounts

- Toss Block
- Full Up Block
- Rewind
- Backhandspring Up
- TicToc in Bodyposition

Transitions

- Full Around Low to High
- Tic Toc High to High
- Hand in Hand ★

Dismounts

- Doubletwist aus Bodyposition
- Frontflip und Backtuck
- Arabian oder halbe Schraube ★

Two Base Stunt

Mounts

- Walk In / Toss Hands
- All the way up in Liberty
- Walk In / Toss Extension ★

Transitions

- Dip to Extension

Dismounts

- Twist

Tosses

- X-Out
- Layout
- Arabian
- X-Out Full ★
- Schraube / Doppelschraube ★
- weitere Special Tosses ★

Tumbling

Standing

- ToeTouch Flick Flack / 2 von 4 Sportlern
- Standing Tuck / 2 von 4 Sportlern
- ToeTouch (BHS) Tuck ★

Running

- Radwende Flick Flack Tuck / 2 von 4 Sportlern
- Begeistert uns mit eurem höchsten Skill ★

Tumbler

Standing

- ToeTouch BHS Tuck, ToeTouch Tuck

Running

- Radwende BHS Schraube