


SENIOR CHEER 2020

Bewerbungsinformationen für Interessenten im Bereich Senior Coed 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 Coed Premier (Level 6).

Allgemeine Informationen

- Eine Bewerbung als Stuntpaar oder Einzelperson (auch Tumbler) ist möglich
- Altersbeschränkung: ab Geburtsjahr 2005
- Körperliche Fitness & Kondition sind Grundvoraussetzung und werden im Training abgefragt
- Tumbling Elemente müssen auf Hardfloor beherrscht werden
- 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: 19.04. – 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

Stunts – Overall

Mounts

- Toss Block
- Toss Shoulderstand
- Toss Liberty
- Toss Cupie

Dismounts

- Pop Off
- Spin Down (360° Pop Off)

Stunts – Elite

Mounts

- Full Up Block
- Rewind Block
- Back / front Handspring Up

Transitions

- Full Around
- Tic Toc High to High in Stretch
- Powerpress Tic Toc Stretch
- Hand in Hand Variationen (extended)

Dismounts

- Doubletwist aus Stretch / Scale
- Frontflip, Backtuck & Arabian

★ Tosses

- Doppelschraube
- X-Out Full
- Pike Open Step Out (Full)
- Arabian 1,5 (Pike)
- Pike Open Double Full

★ Tumbling

Standing

- Standing Backtuck
- Flick Flack Backtuck
- Standing Full

Running

- Radwende Backtuck
- Radwende Full
- Special Passes