



Reglement '24
Groepsspringen
Samen Sterk, Samen Succesvol

Lees hier alles over de regels



Team

Groep

1. Jongens/heren en meisjes/dames mogen gemengd in een groep deelnemen.
2. Er moeten minimaal 3 en maximaal 6 springers in een groep zitten.
 - a. Alleen de 3 hoogste sprongen worden meegeteld. Als alle 6 springers de sprong kunnen is het leuk om deze te mogen doen. Op deze manier hoeft niet bij elke sprong de beste keuze te worden gemaakt.
3. Elke sprong of serie moet worden uitgevoerd door minimaal 3 springers. Het is toegestaan om op elk moment van springer te wisselen.

Categorieën

1. Een springer mag deelnemen aan maximaal 2 groepen.
2. Deelnemers geboren tussen 2016 en 2012 hebben de keuze uit 2 categorieën.
3. In elke groep mogen maximaal 2 springers jonger zijn dan de vastgestelde categorie.
4. In elke groep mag er maximaal 1 springer ouder zijn dan de vastgestelde categorie.
5. Categorieën zijn als volgt:
 - o Geboren tussen 2018 en 2016: Instap
 - o Geboren tussen 2016 en 2012: Junior
 - o Geboren in 2012 of eerder: Senior
6. Elke categorie mag deelnemen op elk niveau.

	8	7	6	5	4	3	2	1
Instap								
Junior								
Senior								



Wat mag wel en niet

Aan- en afgroeten:

1. Het is verplicht om gezamenlijk voor de eerste en laatste sprong uit te strekken. Hiervoor kan punt 2 worden gebruikt.
2. Teams mogen een stukje choreografie van maximaal 6 tellen gezamenlijk uitvoeren. Dit mag maximaal 2 keer per toestel gebeuren.
3. De eerste springer strekt uit voor de eerste sprong, en de laatste springer strekt uit na de laatste sprong.

Kleding:

1. De kleding moet op elkaar afgestemd zijn; het is echter niet noodzakelijk dat iedereen hetzelfde draagt, en een turnpakje is niet verplicht.
2. Het dragen van turnbroekjes is toegestaan.
3. Zorg ervoor dat er geen losse kledingstukken of haren rondsluipen.

Trainers/ assistenten

1. Hulp is toegestaan (1 punt aftrek per sprong waarbij hulp verleend wordt).
2. De trainer mag op de mat of bij het toestel staan voor veiligheid (geen puntenaftrek).
3. Als een springer een sprong niet uitvoert, is het niet toegestaan om de sprong opnieuw te doen.

Levels

1. Kies voor elk toestel een level, dit kan hetzelfde level zijn of verschillende levels.
2. De prijzen worden per toestel uitgerekte; er is geen allround-prijs.
3. Als een team op verschillende levels deelneemt, kan het zijn dat het team aan verschillende rondes (tijden) meedoet.



Extra aandachtspunten

1. Het is niet verplicht om de hele dikke mat of airtrack te gebruiken. Deelnemers mogen aan de zijkant eraf stappen zonder puntenaftrek.
2. De groep mag niet tussen het toestel en de jury teruglopen. Ze moeten aan de andere kant van het toestel teruglopen. Er wordt 0.5 punt afgetrokken per keer dat dit niet wordt nageleefd (niet per persoon, maar per keer dat het team bijvoorbeeld verkeerd terugloopt na sprong 1, 0.5 aftrek, en als dit bij sprong 2 weer gebeurt, nogmaals 0.5 aftrek).
3. Bij keuze sprongen hoeft het team niet dezelfde keuze te maken. Springer 1 en 2 mogen verschillende sprongen laten zien.
4. Het is niet verplicht om aan alle 3 toestellen mee te doen.
5. Voor elk toestel is er een aparte prijs te winnen, waarbij elke deelnemer van het winnende team een medaille ontvangt.
6. Elke deelnemer krijgt een siliconen bandje met het niveau van de uitgevoerde oefening erop.



Jury

Iedere oefening is 10 punten waard. Wanneer een tem begint met de oefening, ontvangt deze direct alle 10 punten. Bij het uitvoeren van de oefening wordt gekeken of aan alle gevraagde elementen wordt voldaan en hoe deze worden uitgevoerd. Hieronder staat een tabel met aftrekpunten waar de jury op let. De aftrekpunten zijn verdeeld in twee categorieën:

- I: inhoud (wat de turn(st)er doet)
- U: uitvoering (hoe er wordt geturnd)

De trainer mag vragen stellen over de I-score. Deze vragen mogen alleen gesteld worden aan de hoofdjury of de wedstrijdleiding. Niet aan de individuele juryleden zelf.

I = Inhoud		U = Uitvoering	
Actie	Aftrek per keer	Actie	Aftrek per keer
Onherkenbaar turnen	0,50	Niet uitstrekken	0,10
Val	1,00	Extra stapje of hupje	0,10 - 0,30
Element vergeten	1,00	Benen uitelkaar	0,10 - 0,50
Element verwisselen/ verkeerde plaats	0,30	Kromme benen/ armen	0,10 - 0,50
Niet synchroom	0,10 - 0,50	Diepe landing	0,10 - 0,50
Pauze; stilstaan <ul style="list-style-type: none">• vallen van gaten in het team• Te dicht op elkaar (veiligheid)	0,10 - 0,50	Extra stapje of hupje	0,10 - 0,30