



**Dutch
Gymnastics**

Wedstrijdreglement Acrobatische Gymnastiek

A / B / C – niveau

2022 – 2024

Versie September 2021

Voorwoord

Wij zijn verheugd u het nieuwe wedstrijdreglement Acrobatische Gymnastiek A-, B- en C - niveau te kunnen presenteren.

Het reglement is geldig van 1 januari 2022 tot en met 31 december 2024.

Dit wedstrijdreglement Acrobatische Gymnastiek A / B / C - niveau is een toevoeging op het Technisch Reglement Acrobatische Gymnastiek van de FIG.

Tussentijdse wijzigingen en/of aanvullingen zullen door middel van aparte nieuwsbrieven bekend worden gemaakt. Deze zijn te downloaden op www.dutchgymnastics.nl

De bijbehorende moeilijkheidstabellen zijn te downloaden op www.fig-gymnastics.com.

Het reglement is ontwikkeld mede vanuit de gedachte om:

- Een goede aansluiting te maken van C - naar B - niveau en van B - naar A - / internationaal niveau.
- Meer uitdaging en variatie te verkrijgen, waardoor voor sporters en publiek, Acrobatische Gymnastiek een spectaculaire sport is om te doen en om naar te kijken.
- Sporters te stimuleren om deel te nemen aan onze mooie sport.

Het reglement is tot stand gekomen vanuit de werkgroep Juryzaken onder verantwoordelijkheid van de Landelijke Technische Commissie Acrobatische Gymnastiek (LTC-AG).

Deze mensen zijn we veel dank verschuldigd voor hun kennis, tijd en energie om de implementatie van het reglement mogelijk te maken.

N.B. De moeilijkheidstabellen van de FIG worden onveranderd door ons overgenomen en zijn van toepassing voor de wedstrijden op A -, B - en C - niveau. Vanaf heden hanteren we enkel elementen die in de moeilijkheidstabellen van de FIG opgenomen zijn, zowel voor nationale als internationale wedstrijden. Eventuele aanvullingen hierop zullen vanuit de FIG-nieuwsbrieven vertaald worden naar Nederlandse nieuwsbrieven.

Voor het A - niveau geldt dat tijdens nationale DG - wedstrijden dit reglement dient te worden gebruikt. Indien men zich wil kwalificeren voor deelname aan internationale wedstrijden zal het FIG - reglement gelden.

In het geval dat er tegenstrijdigheden zijn tussen wedstrijdreglement en het Technisch Reglement, zullen de bepalingen in het Technisch Reglement van DG prevaleren.

Inhoud

Voorwoord

Deel I: Doel en geldigheid

Art. 1: Doel en geldigheid

Deel II: Wedstrijdprogramma

Art. 2: Disciplines en wedstrijden

Deel III: Wedstrijdleiding en organisatie

Art. 3: Wedstrijdleiding

Art. 4: De Jury van beroep

Art. 5: De Hoofdjury

Art. 6: Rechten en plichten van de deelnemers

Art. 7: Rechten en plichten van de trainers

Deel IV: De Jury

Art. 8: De Hoofdjury

Art. 9: Samenstelling van de jurypanels

Art. 10: Rechten en plichten van juryleden

Art. 11: Juryvoorzitters

Art. 12: Moeilijkheidsjuryleden

Art. 13: Artistieke en technische juryleden

Art. 14: Jurykleding

Deel V: Opbouw en samenstelling van oefeningen

Art. 15: De opbouw van oefeningen

Art. 16: Lengte van de oefeningen

Art. 17: Samenstelling van de oefeningen

Art. 18: Karakteristieken van de balansoefening

Art. 19: Speciale vereisten balansoefening (paren)

Art. 20: Speciale vereisten balansoefening (groepen)

Art. 21: Tijdsfouten voor paar-, groep en individuele elementen

Art. 22: Karakteristieken van de dynamische oefening

Art. 23: Speciale vereisten dynamische oefening

Art. 24: Fouten in de dynamische oefening

Art. 25: Karakteristieken van de combinatie oefening

- Art. 26: Speciale vereisten van de combinatie oefening
Art. 27: Uitvoering van individuele elementen in alle oefeningen

Deel VI: Artistiekiteit

- Art. 28: Artistiek
Art. 29: Relatie binnen team/ Lengteverschillen
Art. 30: Expressie
Art. 31: Uitvoering/ Choreografie
Art. 32: Creativiteit
Art. 33: Muzikale begeleiding en Muziekkeuze

- Art. 34: Wedstrijdkleding
Art. 35: Accessoires en hulpmiddelen

Deel VII: Uitvoering en technische beoordeling

- Art. 36: Uitvoering en technische beoordeling

Deel VIII: Moeilijkheid

- Art. 37: Moeilijkheid
Art. 38: Wedstrijdbladen
Art. 39: Nieuwe elementen

Deel IX: Beoordeling van de oefeningen

- Art. 40: Beoordeling
Art. 41: Scores en het tonen van scores
Art. 42: Penalty's van de totaalscore

Art. 43: Protest

Deel X: Tabellen met fouten en aftrekken

- Art. 44: Aftrekken van moeilijkheidsjury en juryvoorzitter
Art. 45: Artistiek jureren
Art. 46: Technische fouten

Bijlagen

1. Richtlijn Technisch jureren
2. Definitie van elementen
3. Meetprocedure
4. Stenonotatie
5. Kleding
6. Begrippenlijst

DEEL I

DOEL EN GELDIGHEID

Artikel 1: DOEL EN GELDIGHEID

- 1.1 Het primaire doel van het wedstrijdreglement is conform de richtlijnen te handelen, sporters te inspireren en ontwikkelingen te bemoedigen van alle aspecten van de Acrobatische Gymnastiek in samenwerking met DG en de FIG.
- 1.2 Het wedstrijdreglement en de moeilijkheidstabellen geven een objectieve en uniforme richtlijn voor het evalueren van alle gerelateerde omstandigheden met betrekking tot het competitieve karakter van de Acrobatische Gymnastiek.
- 1.3 Gymnasten en coaches kunnen het wedstrijdreglement en de daaraan gerelateerde documentatie gebruiken als richtlijn voor het maken van hun oefeningen.
- 1.4 Het wedstrijdreglement fungeert als raamwerk teneinde de kennis en vaardigheden van gymnasten, coaches en juryleden in die mate te vergaren zodat voorspoedige doorstroming op nationaal tot internationaal niveau kan geschieden.
- 1.5 Om het begrip in de verschillende gymnastische disciplines te vergroten is de structuur en terminologie van het wedstrijdreglement geharmoniseerd waar dit praktisch mogelijk was en toegepast binnen andere disciplines
- 1.6 Het wedstrijdreglement bevat handzame regels en richtlijnen waardoor publiek en media de wereld van de sporters in al zijn vormen zal kunnen begrijpen.

DEEL II

WEDSTRIJDPROGRAMMA

Artikel 2: DISCIPLINES EN WEDSTRIJDEN

2.1 Disciplines

Binnen de Acrobatische Gymnastiek worden er wedstrijden gehouden in vijf disciplines

- Damespaar; twee dames.
- Herenpaar; twee heren.
- Gemengd paar; de onderpartner is mannelijk, de bovenpartner is vrouwelijk.
- Damesgroep; drie dames.
- Herengroep; vier heren.

2.2 Wedstrijden zijn er voor:

- C-junior niveau (leeftijd 9 t/m 17 jaar in het jaar van de wedstrijd);
- C-senior niveau (min. 9 jaar in jaar van de wedstrijd)
- B-junior niveau (leeftijd 10 t/m 19 jaar in het jaar van de wedstrijd);
- B-senior niveau (min. 10 jaar in jaar van de wedstrijd)
- Leeftijdsgroep Pupillen (8-15 jaar in het jaar van de wedstrijd);
- Leeftijdsgroep Jeugd (9-16 jaar in het jaar van de wedstrijd)
(internationaal 11-16);
- Leeftijdsgroep Junioren 1 (10-18 jaar in het jaar van de wedstrijd)
(internationaal 12-18);
- Leeftijdsgroep Junioren 2 (11-20 jaar in het jaar van de wedstrijd, max. 8
jaar leeftijdsverschil) (internationaal 13-19);
- A-niveau (leeftijd min. 12 jaar in het jaar van de wedstrijd)
(internationaal min. 15 jaar).

2.3 Wedstrijden

In Nederland hebben we te maken met verschillende soorten wedstrijden:

Voor het C-niveau:

- Voorrondes (regionaal of in het district);
- Districtsfinales;
- Halve finales landelijk;
- Finale landelijk.

Voor het B- en A-niveau

- Plaatsingswedstrijden landelijk;
- Finales landelijk.

- 2.4** In het jaarlijkse wedstrijd informatieboekje zijn zaken te lezen met betrekking tot:
- de te behalen norm v.w.b. deelname aan de landelijke wedstrijden;
 - de te behalen limiet v.w.b. het verkrijgen van een medaille bij landelijke wedstrijden;
 - het aantal wedstrijden per jaar;
 - de wedstrijddata en plaats;
 - de inschrijvingsprocedure;
 - accreditatie van trainers;
 - materiaal;
 - betreden en verlaten van het wedstrijdgedeelte;
 - muziek;
 - juryvereisten;
 - wedstrijdpassen;
 - doping;
 - kosten;
 - medailles.

Wedstrijdprogramma

- 2.5** Het A-niveau en de leeftijdsgroepen junioren 1 en 2 voeren drie oefeningen uit:
- een balansoefening;
 - een dynamische oefening;
 - een combinatie-oefening.
- 2.6** Het C- niveau, B-niveau en leeftijdsgroep Jeugd voeren twee oefeningen uit:
- een balansoefening;
 - een dynamische oefening.
- 2.7** Leeftijdsgroep Pupillen voeren één oefening uit:
- een combinatie-oefening.
- 2.8** De leeftijdsgroep Pupillen, Jeugd, Junioren 1 en 2 gebruiken naast dit reglement een eigen reglement, zie DG-site en <http://www.fig-gymnastics.com> (World Age Group Competition Rules)
- 2.9** Daar waar we in dit reglement spreken over de A, bedoelen we A-senior, aangezien de leeftijdsgroepen zoals in artikel 2.8 genoemd hun eigen reglement hebben.

DEEL III

WEDSTRIJDLEIDING EN ORGANISATIE

Artikel 3: WEDSTRIJDLEIDING

3.1 Bij de wedstrijden die onder verantwoordelijkheid vallen van de Landelijk Technische Commissie Acrobatische Gymnastiek van de KNGU moeten de volgende personen aanwezig zijn:

- Afgevaardigden van de Landelijke Technische Commissie Acrobatische Gymnastiek (LTC-AG);
- Afgevaardigden van de werkgroep wedstrijd zaken van de Landelijke Technische Commissie Acrobatische Gymnastiek (LTC-AG);
- Wedstrijdleider;
- Hoofdjury;
- Juryvoorzitters;
- Moeilijkheidsjuryleden;
- Technische juryleden;
- Artistieke juryleden;
- Medewerkers van de organiserende vereniging;
- EHBO / sportmedische begeleiding.

Artikel 4: DE JURY VAN BEROEP

4.1 De jury van beroep houdt toezicht op de regels zoals gesteld in het wedstrijdreglement, technisch reglement en statuten van de KNGU.

4.2 De jury van beroep bestaat uit drie leden:

- 1 lid is afkomstig uit de Landelijke Technische Commissie Acrobatische Gymnastiek. Deze persoon is de voorzitter van de jury van beroep.
- 1 lid (bij voorkeur een gebrevetteerd internationaal jurylid) wordt aangewezen door de werkgroep Juryzaken.
- 1 onafhankelijk persoon, zijnde de wedstrijdleder of aan te wijzen door de wedstrijdleder.

4.3 De (vice-)voorzitter van de LTC-AG kan eveneens aanwezig zijn bij een eventueel protest.

Artikel 5: DE HOOFDJURY

- 5.1** De hoofdjury en wedstrijdleider houden toezicht op het correct naleven van de regels op een wedstrijd, met ieder een eigen takenpakket.
- 5.2** Op KNGU- wedstrijden bestaat de hoofdjury uit één of twee juryleden van de hoogste klasse. Zij worden aangewezen door de werkgroep Juryzaken, die op haar beurt onder toezicht staat van de Landelijke Technische Commissie Acrobatische Gymnastiek (LTC-AG).
- 5.3** De leden van de hoofdjury hebben geen verantwoordelijkheden jegens de deelnemende teams tijdens de wedstrijddag.
- 5.4** Met uitzondering van disciplinaire maatregelen zijn alle beslissingen van de hoofdjury bindend tijdens de wedstrijddag. Zij worden daarna zo snel mogelijk geëvalueerd en iedere daarbij geconstateerde ernstige fout wordt rechtgezet.

Verantwoordelijkheden van de hoofdjury tijdens de wedstrijd

- 5.5** Zij controleert het gedrag van trainers, juryleden, deelnemers en organisatoren voor wat betreft het in acht nemen van de technische regels, het wedstrijdreglement, het juryreglement en alle overige van toepassing zijnde reglementen van de KNGU.
- 5.6** Zij heeft het recht om juryleden, trainers en deelnemers aan te spreken op hun gedrag indien dat niet in overeenstemming is met de reglementen genoemd in artikel 4.
- 5.7** Zij evalueert en registreert de jury waardering voor elke oefening voor wat betreft:
- het voldoen aan de speciale vereisten;
 - de juistheid van de moeilijkheidswaarde, de totaalscore en penalty's van elke oefening;
 - de samenhang en logica van de technische score (T-score) en de artistieke score (A-score).
- 5.8** Zij controleert de cijfers van de juryleden op nauwkeurigheid en tolerantie en onderneemt actie als er fouten gemaakt worden.
- 5.9** Zij grijpt in, in geval van ernstige fouten van de juryvoorzitter. Dit is het geval wanneer de juryvoorzitter zijn/haar panel niet goed stuurt zodat het naleven van de regels in gevaar komt.
- 5.10** Zij neemt de juiste disciplinaire maatregel als een jurylid een zeer ernstige fout maakt, of inconsistent jureert dan wel laat zien dat hij/zij partijdig is.

- 5.11** Zij mag een oefening afbreken/laten afbreken als de veiligheid van een deelnemer in gevaar is.
- 5.12** Zij kan het stoppen of herstarten van een oefening toestaan als er een fout is met het geluidstelsel of als de muziek op een onjuist moment is gestart.

Artikel 6: RECHTEN EN PLICHTEN VAN DE DEELNEMERS

Rechten van de deelnemers

- 6.1** Zij mogen slechts in 1 discipline deelnemen en op 1 niveau. Dit niveau en deze discipline ligt vast na de eerste officiële wedstrijd en geldt voor het gehele wedstrijdjaar.
- 6.2** Zij hebben recht op veilige trainingsfaciliteiten tijdens de wedstrijd.
- 6.3** Zij hebben het recht om geïnformeerd te worden door de trainer over de blokindeling en de inturntijd op de wedstrijdvloer.
- 6.4** Zij hebben recht op een warming-up periode voor hun optreden op de wedstrijdvloer. Naar inzicht van de wedstrijdleiding kan de warming-up ook in tweeën gedeeld worden zodat iedereen voldoende ruimte heeft. Dit kan zijn in een inturnruimte (mits op een vergelijkbare vloer) of 5 minuten voor aanvang van het wedstrijdblok op de wedstrijdvloer. Er mogen gedurende deze opwarmtijd maximaal 10 teams op de vloer.
- 6.5** Zij hebben recht op een herstart van hun oefening als, om redenen die buiten hun verantwoordelijkheid liggen, de oefening niet kan worden voltooid. Bijvoorbeeld als de stroom uitvalt tijdens de oefening.

Verplichtingen van de deelnemers

- 6.6** Deelnemers moeten de regels kennen, toepassen en volgen (Wedstrijdreglement, Technisch reglement, Huishoudelijk reglement, antidopingregels en overige door de KNGU opgestelde regels).
- 6.7** Zij moeten voldoen aan de leeftijdseisen zoals vastgelegd in het wedstrijdreglement en het wedstrijdinformatieboekje.
- 6.8** Zij moeten beleefd zijn tegenover officials, hun eigen trainer en die van andere teams, deelnemers en toeschouwers en zich te allen tijde waardig en integer gedragen.
- 6.9** Zij moeten het wedstrijdschema kennen en zich daaraan houden.
- 6.10** Zij moeten klaar zijn voor de wedstrijd in de juiste kleding tenminste een half uur voor de geplande aanvangstijd. De wedstrijdleader kan na overleg en met toestemming van de hoofdjury besluiten het wedstrijdschema te vervroegen, bijvoorbeeld als de wedstrijd soepel en voorspoedig verloopt of als er veel uitvallers zijn.
- 6.11** Zij volgen alle aanwijzingen van de officials op.
- 6.12** Zij mogen geen merktekens aanbrengen op de vloer die helpen bij de uitvoering van hun oefening.
- 6.13** Zij moeten op tijd klaar staan voor de prijsuitreiking in wedstrijdkleding.



- 6.14** Indien meting van toepassing is, dienen zij op tijd bij de meting aanwezig te zijn.

Sancties

- 6.15** Wanneer een deelnemer zich niet houdt aan een van bovenstaande regels zal er een waarschuwing of sanctie gegeven worden door de hoofdjury.
- 6.16** Het niet verschijnen op of verstoren van de prijsuitreiking, opzettelijk negeren van de opgestelde regels voor presentatie, kan resulteren in de onderstaande sancties:
- De medaille gaat verloren;
 - De competitie-uitslag zal worden herzien, zij zakken in de uitslagenlijst tot de laatste plaats;
 - De medailles zullen worden overhandigd aan de deelnemers die in de nieuwe uitslagenlijst bovenaan staan.
- 6.17** In speciale omstandigheden, zoals ziekte, zal de hoofdjury de afwezigheid goedkeuren tijdens de prijsuitreiking zonder sanctie.
- 6.18** Een tweede overtreding van welke orde ook zal resulteren in een sanctie.
- 6.19** Indien meting van toepassing is zullen deelnemers die de meting proberen te beïnvloeden (vals spelen) worden uitgesloten van deelname.

Artikel 7: RECHTEN EN PLICHTEN VAN DE TRAINERS

De rechten van trainers

- 7.1** Zij worden geïnformeerd over de volgorde van deelnemers.
- 7.2** Zij ontvangen een wedstrijdschema waarin minimaal 45 minuten inturttijd is opgenomen en voor ieder blok 5 minuten inturttijd op de wedstrijdvloer. Tevens houden ze rekening met het gestelde in artikel 6.10.
- 7.3** Zij kunnen gebruik maken van veilige en adequate trainingsfaciliteiten.
- 7.4** Zij mogen de scorelijsten na afloop van de wedstrijd inzien (te vinden op de website www.dutchgymnastics.nl)
- 7.5** Zij worden geïnformeerd over problemen met wedstrijdbladen van hun teams, v.w.b. de speciale vereisten of de uitgangswaarde van de oefening. Deze informatie gaat bij voorkeur per e-mail en slechts in hoge uitzondering per telefoon.

Verplichtingen van trainers

- 7.6** Zij handelen eerlijk en integer en op een wijze die de sport het beste dient.
- 7.7** Zij gedragen zich respectvol, net en beleefd tegenover hun eigen deelnemers, andere deelnemers, juryleden, trainers en wedstrijdleiding.
- 7.8** Zij waarborgen de veiligheid van hun eigen deelnemers en die van andere deelnemers.

- 7.9** Zij zijn op de hoogte van de technische reglementen van de KNGU, het wedstrijdreglement Acrobatische Gymnastiek, de moeilijkheidstabellen, het antidopingreglement en reclamevoorschriften en handelen daar naar.
- 7.10** Zij maken op geen enkele wijze contact met juryleden van enig jurypanel tijdens de wedstrijd. Indien men zich niet houdt aan deze bepaling dan wordt het betreffende jurylid voor de rest van de wedstrijd geschorst en zowel de trainer als het jurylid krijgen een officiële waarschuwing.
- 7.11** Zij dienen er voor zorg te dragen dat uiterlijk 10 dagen voor de wedstrijddag een volledig ingevuld wedstrijdblad aanwezig is bij de WG Juryzaken (voor adres zie agenda Dutch Gymnastics-website). Het is de verantwoordelijkheid van de trainer om deze wedstrijdbladen op tijd in te leveren en te controleren op juistheid en volledigheid voor het opsturen.
- 7.12** Zij mogen enkel op advies/verzoek van de MJ een aanpassing (i.v.m. speciale vereisten, beperkingen of ter verduidelijking van een element) op het wedstrijdblad aanbrengen. Wijzigingen worden via de mail doorgegeven. Wanneer de MJ het verzoek bij de trainer neerlegt voor een gewijzigd wedstrijdblad dient dit door de trainer zelf ingeleverd te worden tot uiterlijk aan het begin van de juryvergadering. Zij mogen een half uur voor de wedstrijd een kleine aanpassing op de wedstrijdbladen doen, indien dit wegens een blessure noodzakelijk is. Dit verzoek tot aanpassing moet gedaan worden aan de moeilijkheidsjury.
- 7.13** Trainers op de wedstrijdvloer dragen sportkleding (verenigingstrainingspak, geen Nederlandse Delegatiekleding) en hebben lang haar vastgebonden.

Sancties

- 7.14** Trainers die zich niet houden aan de regels (misleiding of beïnvloeding van juryleden, onbehoorlijk gedrag of taalgebruik jegens deelnemers, andere trainers, juryleden of officials, gedrag vertonen waardoor de aandacht voor de deelnemers wordt verstoord) zullen onmiddellijk van de wedstrijdvloer verwijderd worden door de hoofdjury. Het is het recht van de hoofdjury om de trainer opnieuw toe te laten, maar de trainer krijgt een officiële waarschuwing.
- 7.15** Een tweede overtreding kan leiden tot een sanctie.

DEEL IV

DE JURY

Artikel 8: DE HOOFDJURY

- 8.1** De hoofdjury bestaat uit 2 juryleden van niveau 4 of 5.
- 8.2** Het is wenselijk dat minimaal 1 lid van de hoofdjury, tevens lid is van de werkgroep Juryzaken.

Artikel 9: SAMENSTELLING VAN DE JURYPANELS

9.1 Een jurypanel bestaat idealiter uit:

- 1 Juryvoorzitter; JV
- 2 Moeilijkheidsjuryleden; MJ
- 4-6 Technische juryleden; TJ
- 4-6 Artistieke juryleden; AJ

De minimale bezetting van een jurypanel is:

- 1 Juryvoorzitter;
- 1 Moeilijkheidsjury;
- 2 Technische juryleden;
- 2 Artistieke juryleden.

9.2 De juryvoorzitters worden per wedstrijd aangewezen door de Landelijke Technische Commissie Acrobatische Gymnastiek, welke deze taak delegeert naar de werkgroep Juryzaken. De juryvoorzitter en de moeilijkheidsjury moeten van verschillende verenigingen afkomstig zijn. Zij mogen op een wedstrijd geen verantwoordelijkheden/ verplichtingen hebben jegens enige vereniging, bijvoorbeeld het vervullen van een dubbelrol zoals die van jurylid en trainer. Bij de indeling van de jurypanels zal er geloot worden of een jurylid technisch of artistiek zal jureren op een wedstrijd. De uitslag van deze loting zal tijdig aan de juryleden bekend worden gemaakt.

9.3 Bij KNGU-wedstrijden is iedere vereniging verplicht een jurylid te leveren. Dit jurylid moet kunnen jureren op het hoogste niveau waarop een vereniging deelneemt. Verenigingen welke voor het eerste jaar meedoen zijn van deze regeling vrijgesteld. Verenigingen die voor het eerst meedoen op een hoger niveau zijn vrijgesteld van deze regeling met dien verstande dat zij WEL een jurylid op een lager niveau moeten leveren. Indien er niet aan de verplichting tot het leveren van een jurylid wordt voldaan, vraagt de LTC-AG een



administratieve bijdrage van 45 euro per wedstrijd (dagdeel), dit in tegenstelling tot de regels die hiervoor gelden in het HHR (zie tevens artikel 1.2).

- 9.4** Indeling van de juryleden geschiedt op basis van ervaring.
- 9.5** Wanneer er 1 jurylid geleverd wordt door een vereniging, kan deze worden ingezet als moeilijkheid, technisch of artistiek jurylid. Dit wordt besloten bij het samenstellen van de panels.
- 9.6** Alle juryleden dienen de Nederlandse taal te beheersen in woord en geschrift.

Artikel 10: RECHTEN EN PLICHTEN VAN JURYLEDEN

Rechten

- 10.1** Alle juryleden dienen gerespecteerd te worden voor hun kennis en kunde als jurylid. Vooropgesteld dat zij jureren conform de regels van het wedstrijdreglement Acrobatische Gymnastiek.

Verplichting van juryleden voor de wedstrijd

- 10.2** Zij dienen in het bezit zijn van een geldig jurybrevet Acrobatische Gymnastiek van de KNGU.
- 10.3** Zij dienen zich goed op de wedstrijd voor te bereiden door bestudering van het wedstrijdreglement Acrobatische Gymnastiek.
- 10.4** Een belangrijke neventaak is het ondersteunen van de trainer van de eigen vereniging met het controleren van de wedstrijdbladen, maar de eindverantwoordelijkheid blijft liggen bij de trainers.
- 10.5** Zij brengen de juiste jury bescheiden (artistieke en technische jurybladen) mee om de oefening op de juiste wijze te kunnen noteren.
- 10.6** Zij dienen bijscholingen bij te wonen en aanwezig te zijn op de juryvergaderingen voor, tijdens en indien van toepassing na de wedstrijd.

Verplichting van juryleden tijdens de wedstrijd

- 10.7** Zij dienen zich waardig en respectvol te gedragen en naar alle eer en geweten te jureren zonder rekening te houden met persoon en/of vereniging.
- 10.8** Zij houden zich strikt aan de regels zoals gesteld in het Technisch Reglement, het wedstrijdreglement Acrobatische Gymnastiek en het juryreglement. Indien dit niet het geval is kan er een verbale waarschuwing gegeven worden door de hoofdjury, de juryvoorzitter of werkgroep Juryzaken. Bij een tweede overtreding kan het jurylid officieel een sanctie opgelegd krijgen.
- 10.9** Zij dragen het officiële jurytenu. Juryleden die niet in de juiste kleding verschijnen worden niet toegelaten op de wedstrijd.
- 10.10** Zij hebben gedurende de wedstrijd geen andere verantwoordelijkheden.

- 10.11** Zij maken op geen enkele wijze contact met trainers en deelnemers gedurende de warming up en wedstrijdperiode. Indien er op welke manier dan ook, contact is kan dit resulteren in onmiddellijke schorsing van desbetreffende wedstrijd en een officiële waarschuwing.
- 10.12** Zij volgen de instructies van hoofdjury en juryvoorzitter op. Zo niet, dan kan dit resulteren in een waarschuwing of sanctie.
- 10.13** Zij nemen op tijd hun plaats in als jurylid en zij verlaten hun plaats niet. Zij spreken niet met andere juryleden, toeschouwers, trainers of deelnemers. Zij maken op geen enkele andere wijze contact. Juryleden die zich niet aan bovenstaande regel houden worden hierop aangesproken met een waarschuwing. Eventueel wordt er een sanctie opgelegd.
- 10.14** Zij houden van elke oefening bij hoe ze deze hebben beoordeeld inclusief stenonotatie (zie bijlage 4). Dit moet op aanvraag van de juryvoorzitter of hoofdjury overhandigd kunnen worden. Navraag wordt gedaan als er een duidelijk verschil is tussen de cijfers van een jurylid of jurypanel en de hoofdjury en als hulp bij de analyse na de wedstrijd.
- 10.15** Zij dienen direct na de oefening het cijfer in te geven c.q. op te schrijven. Zij mogen daarna hun cijfer niet meer wijzigen tenzij de juryvoorzitter daar toestemming voor geeft. (Alle gewijzigde scores worden genoteerd door de juryvoorzitter en hoofdjury, die deze gebruikt voor de juryevaluatie na de wedstrijd).
Toestemming om te wijzigen kan alleen gegeven worden als er een duidelijke fout heeft plaatsgevonden bij het ingeven van de score.
- 10.16** Zij blijven aanwezig tot en met de prijsuitreiking en mogen de wedstrijd op teken van de hoofdjury verlaten.

Artikel 11: JURYVOORZITTERS

- 11.1** Bij officiële KNGU-wedstrijden worden 2 juryvoorzitters aangewezen.
- 11.2** Deze juryleden zijn van een zo hoog mogelijke categorie. Zij worden aangewezen door de werkgroep Juryzaken, onder verantwoordelijkheid van de Landelijke Technische Commissie Acrobatische Gymnastiek. Zij worden gerespecteerd om haar functie en kennis.
- 11.3** Zij handelen te allen tijde ethisch en correct volgens de regels van het wedstrijdreglement Acrobatische Gymnastiek
- 11.4.** Zij volgen de instructies van de hoofdjury op.
- 11.5** Zij begeleiden en overzien de jurering van het panel gedurende de gehele wedstrijd.
- 11.6** Indien voldoende juryleden aanwezig zijn, worden de juryvoorzitters ondersteund door een tijdwaarnemer, welke de tijdsduur van de oefeningen bijhoudt en een lijn jury welke de overschrijding van de vloerlijn zal melden.

Verantwoordelijkheden van de juryvoorzitter voor de wedstrijd

- 11.7 Zij dient vooraf aan de wedstrijd het wedstrijdreglement Acrobatische Gymnastiek adequaat te hebben bestudeerd.
- 11.8 Zij let op het werk van de moeilijkheidsjury, helpt en begeleidt deze in het nakijken van de wedstrijdbladen.
- 11.9 Zij controleert of de trainers geïnformeerd zijn over eventuele fouten op de wedstrijdbladen door de moeilijkheidsjury.
- 11.10 Zij controleert of de wedstrijdbladen aanwezig zijn bij de relevante juryleden.
- 11.11 Zij informeert en adviseert de hoofdjury over opmerkingen of fouten welke tijdens het nakijken zijn geconstateerd.

Verplichting van de juryvoorzitter tijdens de wedstrijd

De juryvoorzitter:

- 11.12 Zorgt ervoor dat het jurypanel op een geordende wijze de wedstrijdvloer betreedt en op teken van de hoofdjury de locatie ordelijk verlaat.
- 11.13 Geeft het teken dat de deelnemers met hun oefening kunnen beginnen.
- 11.14 Maakt een stenoverslag van elke oefening.
- 11.15 Klokt de oefening en noteert het stappen over de vloergrens. (Zij mag hiervoor geassisteerd worden door een lijn- of tijdjury).
- 11.16 Geeft aftrekken van de eindscore volgens artikel 44.2.
- 11.17 Ontvangt de scores van de juryleden, controleert de tolerantieruimte en neemt acties om onjuistheden te voorkomen. Na controle stuurt zij de cijfers naar hoofdjury, waarna de scores verwerkt worden en aan het publiek getoond worden.
- 11.18 Reageert op een jurylid die laat weten dat er een fout is opgetreden bij de berekening of het ingeven van het cijfer.
- 11.19 Moet ingrijpen wanneer een moeilijkheidsjury niet in staat is een probleem op te lossen rondom de waarde van een element of de moeilijkheidsscore zoals beschreven in Artikel 44.3.
- 11.20 Moet ingrijpen wanneer een tijdwaarnemer of lijn jury niet adequaat heeft gehandeld.
- 11.21 Stelt de score vast voor aanvang van de volgende deelnemer, tenzij er een serieus probleem is en onvoldoende tijd voor het oplossen van dit probleem. In dit geval:
 - vraagt de juryvoorzitter de voorlopige score te geven;

- adviseert de juryvoorzitter de hoofdjury dat actie noodzakelijk is aan het eind van de wedstrijd, maar voor de prijsuitreiking.

11.22 Geeft de eindscores en aftrekken van de artistieke-, technische en moeilijkheidsjury vrij voor het tonen op het scherm wanneer de hoofdjury het eens is met de scores of verzoekt een voorlopige score wanneer nader onderzoek vereist is.

11.23 Houdt gedurende de dag bij welke juryleden het cijfer hebben moeten aanpassen en wat de acties waren.

Artikel 12: MOEILIKHEIDSJURYLEDEN

12.1 Voor elke wedstrijd worden per jurypanel maximaal 2 moeilijkheidsjuryleden aangewezen door de werkgroep Juryzaken.

Verantwoordelijkheden van moeilijkheidsjuryleden voor de wedstrijd

12.2 Zij controleren in overleg met de juryvoorzitter en hoofdjury de voorgestelde moeilijkheidswaarde van de oefeningen zoals getekend op het wedstrijdblad.

12.3 Zij informeren de trainers voor de wedstrijd via e-mail over problemen met het wedstrijdblad. Vragen om verduidelijking en aanpassingen, welke via e-mail worden doorgegeven, tenzij anders gevraagd. De trainer geeft een reactie op de e-mail dat de mail gezien is of de over de aanpassingen die zijn gedaan. In uitzonderlijke gevallen kunnen zij kleine wijzigingen op het wedstrijdblad toe te staan tot een half uur voor de wedstrijd. Deze verandering moet gecommuniceerd worden met de juryvoorzitter en de hoofdjury.

12.4 Zij melden alle op- en aanmerkingen over de wedstrijdbladen en geven de verduidelijkingen en wijzigingen door aan juryvoorzitter en hoofdjury. Ook fouten op het wedstrijdblad ontdekt worden tijdens de wedstrijd worden gecorrigeerd en meegenomen in de score. Zulke fouten kunnen leiden tot waarschuwingen of sancties bij de moeilijkheidsjury.

12.5 Zij noteren de voorgestelde uitgangswaarde op het wedstrijdblad.

12.6 Zij zorgen ervoor dat de wedstrijdbladen compleet zijn.

Verantwoordelijkheden van de moeilijkheidsjuryleden tijdens de wedstrijd

12.7 Zij controleren de moeilijkheidswaarde en stellen de uitgangswaarde van de oefening vast in overeenstemming met het wedstrijdreglement.

12.8 Zij adviseren de juryvoorzitter wanneer er aftrekken van de eindscore gegeven moeten worden.

12.9 Zij noteren op het wedstrijdblad:

- welke elementen er uitgevoerd zijn;
- veranderingen in de waarde van elementen;

- tijdfouten;
- gecorrigeerde moeilijkheidswaarde.

12.10 Zij nemen de aftrekken volgens artikel 44.3.

12.11 Wanneer er discussie bestaat over de moeilijkheidsscore of over aftrekken gerelateerd aan de moeilijkheidsscore, wordt de hulp van de juryvoorzitter gevraagd. Als deze samen niet tot overeenstemming komen, wordt de hoofdjury ingeschakeld, welke het eindoordeel heeft. Het probleem moet opgelost zijn voor de prijsuitreiking.

12.12 Zij geven aan het einde van de wedstrijddag, wanneer alle cijfers zijn bevestigd door de hoofdjury de trainers het wedstrijdblad terug. Op dit wedstrijdblad staan aantekeningen m.b.t. wijzigingen in de moeilijkheidswaarde van de elementen, uitgangswaarde van de uitgevoerde oefening en tijd fouten.

Artikel 13: ARTISTIEKE EN TECHNISCHE JURYLEDEN

13.1 Artistieke en technische juryleden worden aangewezen door middel van loting.

13.2 De artistieke juryleden beoordelen een oefening op artistieke waarde, in overeenstemming met het wedstrijdreglement.

13.3 De technische juryleden beoordelen een oefening op technische fouten, in strikte overeenstemming met het wedstrijdreglement.

13.4 Oefeningen worden beoordeeld zonder overleg met anderen.

13.5 Indien er gebruik gemaakt wordt van elektronische scoreverwerking en het jurylid maakt een typefout, staat deze op om duidelijk te maken aan de juryvoorzitter, dat een vergissing gemaakt is volgens artikel 11.21. De juryvoorzitter zal na de vergissing vragen om het verslag van het jurylid te overhandigen om het verzoek tot aanpassing te rechtvaardigen.

13.6 Met uitzondering zoals genoemd in artikel 13.5, is geen enkele wijziging van het cijfer na het inbrengen van de score toegestaan, tenzij het jurylid wordt gevraagd het cijfer te heroverwegen door de juryvoorzitter of hoofdjury in het geval van een onmogelijke score.

De wijziging is niet verplicht, het jurylid mag weigeren het cijfer aan te passen. Echter een weigering kan leiden tot een waarschuwing of sanctie. Het betreffende jurylid zal direct gevraagd worden het verslag van de gemaakte fouten te overleggen en de situatie zal worden geëvalueerd tijdens de wedstrijdanalyse.

Artikel 14: JURYKLEDING

14.1 Juryleden dienen, om herkenbaar te zijn voor publiek, trainers en deelnemers, uniform gekleed te gaan.

14.2 Deze cyclus dragen de juryleden Acrobatische Gymnastiek:

- Een zwart jasje.
- Een zwarte rok (dames) of een lange broek (dames en heren).
- Een wit shirt of overhemd (dames en heren) of wit shirt of blouse (met of zonder kraag).
- Schoeisel geschikt voor een gymzaal.

DEEL V

OPBOUW EN SAMENSTELLING VAN OEFENINGEN

Artikel 15: DE OPBOUW VAN OEFENINGEN

Algemeen

- 15.1** Deelnemers voeren 3 soorten van acrobatische oefeningen uit: Balans, Dynamisch en een Combinatie oefening, elk met hun eigen specifieke kenmerken.
- 15.2** Alle oefeningen moeten worden uitgevoerd op muziek op een verende vrije oefening vloer van 12 x 12 meter. Voor de balans en combinatie oefening mag Heren 4 een extra landingsmat gebruiken (hoogte 20 – 50 cm) voor de afsprong bij piramides, zie art. 20.20.
- 15.3** Oefeningen moeten beginnen met een statische positie, verbonden worden door choreografie door de gehele oefening en eindigen in een statische positie (de statische houdingen kunnen geen partner- of individueel element van waarde zijn).
- 15.4** De opbouw van een oefening is een deel van de artistieke beoordeling.
- 15.5** Iedere oefening heeft zijn eigen speciale vereisten en beperkingen, die de samenstelling van de oefening bepalen. Alle speciale vereisten moeten worden bereikt door het uitvoeren van elementen die op het wedstrijdblad zijn gedeclareerd.
- Uitzondering:* Als er een ander element wordt uitgevoerd dan op het wedstrijdblad vermeld staat, krijgen de gymnasten geen moeilijkheidswaarde voor het element, maar het element zal wel meetellen voor speciale vereiste.
- 15.6** Als er geen enkel element van waarde is getoond, wordt het resultaat "DNS" (Did Not Start) toegekend en wordt er geen score gegeven.

Artikel 16: LENGTE VAN DE OEFENINGEN

- 16.1** Balans en combinatie-oefeningen hebben een maximale duur van 2 minuten en 30 seconden, de dynamische oefening heeft een maximale duur van 2 minuten. Er is geen vereiste minimale lengte. Er is een 1 seconde tijdtolerantie voordat een aftrek voor een te lange oefening wordt toegepast door de hoofdjury. Een oefening geklokt op 2.32 geeft dan 0,1 aftrek. Dit om fouten in het klokken te voorkomen.

- 16.2** De eerste toon van de muziek wordt beschouwd als het begin van het kloppen van de oefening (niet de piep). Het einde van de oefening is de statische houding van de partners, welke moet samenvallen met het einde van de muziek.

Artikel 17: SAMENSTELLING VAN DE OEFENING

- 17.1** Alle oefeningen zijn samengesteld uit paar/groep elementen karakteristiek voor de oefening.
- 17.2** De balansoefening toont kracht, balans, lenigheid en behendigheid.
- 17.3** De dynamische oefening toont vluchtfase, vanuit verschillende starthoudingen, verschillende lichaamshoudingen tijdens de vlucht en verschillende catches en landingen.
- 17.4** De combinatieoefening bevat de kenmerken van zowel de balans als de dynamische oefening.
- 17.5** In alle oefeningen mogen maximaal 8 partnerelementen voor waarde worden uitgevoerd.
- 17.6** Er zijn speciale vereisten voor de samenstelling van iedere soort oefening.
- 17.7** In iedere oefening moet een paar of groep het vereiste aantal en soort partnerelementen tonen welke kenmerkend zijn voor de desbetreffende oefening.
- 17.8** In alle oefeningen mogen individuele elementen worden uitgevoerd om de uitgangswaarde te verhogen, echter ze zijn niet verplicht voor A-senior en A-leeftijdsgroep junior-2 (13-20 jaar nationaal/ 13-19 jaar internationaal). Ze moeten worden geselecteerd uit de moeilijkheidstabellen.
- 17.9** In alle oefeningen mogen maximaal 3 individuele elementen per partner gedeclareerd worden op het wedstrijdblad voor waarde.
- Individuele elementen met een statische houding, bijvoorbeeld zweefstand of handstand, mogen niet ondersteund worden door de partners en moeten 2 seconden aangehouden worden.
- Individuele elementen kunnen apart of in serie worden uitgevoerd, maar ze mogen niet overlappen. Bijvoorbeeld boogje tot spagaat en dan in spagaat blijven zitten, telt als 1 element en niet als 2 elementen.
- 17.10** Het uitvoeren van 'verboden elementen' resulteert in een aftrek van 1 punt. Wanneer een element 'verboden' is voor een bepaalde categorie, dan is het voor de lagere niveaus eveneens verboden. Het element krijgt geen moeilijkheidswaarde en telt ook niet mee voor speciale vereisten.

- 17.11** In één oefening tellen identieke elementen of verbindingen (paar, groep of individueel) slechts één keer mee voor moeilijkheid. Elementen die herhaald worden tellen niet mee voor speciale vereisten. Elementen zijn identiek als ze gelijk zijn in alle opzichten.
- 17.12** De moeilijkheidswaarde voor paar-, groep- en individuele elementen wordt bepaald door middel van de moeilijkheidstabellen.
- 17.13** De moeilijkheid van een oefening in het B en C niveau wordt berekend zoals in de FIG CoP is aangegeven (artikel 40.6). De moeilijkheid is in deze niveaus echter wel beperkt volgens onderstaand schema:

	C-niveau		B-Niveau	
	Min	Max	min	max
Balans	30	50	50	70
Dynamisch	20	40	40	60

- 17.14** Paren en groepen in het B en C niveau mogen maximaal 10 punten extra uitvoeren boven het maximum uit de tabel in 17.13. (telt niet mee voor waarde) Als zij meer dan 10 punten over dit maximum heen gaan, volgt een aftrek van 1.0 punt. Ook partnerelementen die extra worden uitgevoerd, maar niet op het wedstrijdblad vermeld staan, tellen hierbij mee. Als teams hierdoor over de extra 10 punten heengaan, volgt dus ook een aftrek van 1.0 punt.
- 17.15** Paren en groepen in het B en C niveau die een moeilijkheid uitvoeren onder het minimum voor dat niveau, krijgen een aftrek van 1.0 punt.

Artikel 18: KARAKTERISTIEKEN VAN DE BALANSOEFENING

- 18.1** Karakteristiek voor de balansoefening is dat de partners gedurende de uitvoering van het paar- of groeps-element in contact blijven met elkaar.
- 18.2** Alle paar en groep 'statische houdingen' moeten minimaal 3 seconden worden aangehouden.

Verduidelijking

- 18.3** Wanneer een mount (opgang) of motion voor moeilijkheid gevraagd wordt, moet de eindhouding 3 seconden aangehouden worden.
- 18.4** Als de bovenpartner(s) of onderpartner(s) in een houding is zonder waarde, door herhaling of beperking, of doordat er waarde 0 is toegekend in de moeilijkheidstabellen, kan er geen moeilijkheid gegeven worden voor de statische houding of de motion van de partner. (Uitgezonderd art. 20.17).

Artikel 19: SPECIALE VEREISTEN BALANSOEFENING (PAREN)

Speciale vereisten voor de balans-oefening paren A-niveau

19.1 Paar-oefeningen moeten minimaal 5 balans-partnerelementen bevatten.

Elk element moet een minimale moeilijkheid hebben van 1. Als niet voldaan wordt aan deze speciale vereiste, volgt een aftrek van 1.0 punt voor *elk* missend element.

19.2 De top moet minimaal één handstand met maximaal 2 contactpunten uitvoeren, gekozen uit de handstandtabellen van de moeilijkheidstabellen.

Als niet aan deze speciale vereiste voldaan wordt, volgt een aftrek van 1.0 punt.

Beperkingen voor paren A-niveau

19.3 In één oefening mag de bovenpartner dezelfde houding (bijvoorbeeld handstand op 2 handen) 4 keer herhalen, 2 keer als statische houding en 2 keer tijdens de motion van de onderpartner. Daarna wordt er geen moeilijkheid meer gegeven aan de bovenpartner of de onderpartner tenzij de bovenpartner verandert naar een andere houding van waarde.

19.4 Maximaal 4 elementen van waarde mogen in serie of direct opvolgend uitgevoerd worden.

19.5 De onderpartner mag dezelfde motion of mount niet herhalen in de oefening, ongeacht de houding van de bovenpartner.

19.6 De onderpartner en de top mogen het ondersteuningspunt tijdens een motion niet wijzigen.

19.7 De bovenpartner mag 1x van positie veranderen tijdens de motion van de onderpartner.

Verduidelijking voor paren A-niveau

19.8 De definitie van een element van waarde, zie bijlage 2:

- Statische houding van de bovenpartner + basis houding van de onderpartner
- Mount (inclusief de statische houding van de bovenpartner en de houding van de onderpartner)
- Motion van de bovenpartner + statische houding bovenpartner + basis houding onderpartner
- Start houding bovenpartner + motion onderpartner + statische houding bovenpartner + basis houding onderpartner
- Start houding bovenpartner + motion bovenpartner + motion onderpartner + statische houding bovenpartner + houding onderpartner

- 19.9** Aan het eind van een motion van de onderpartner naar de vloer, bijvoorbeeld tot spagaat of tot zit, mag er 1 of 2 hand(en) op de grond gezet worden om de motion te ondersteunen maar de eindhouding moet 3 seconden aangehouden worden zonder ondersteuning. Wanneer er toch een hand op de grond blijft staan wordt er een technische aftrek van 0,5 gegeven voor toegevoegde ondersteuning.

Speciale vereisten voor de balans-oefening paren B-niveau

- 19.10** Paar-oefeningen moeten minimaal 5 balans-partnerelementen bevatten. Elk element moet een minimale moeilijkheid hebben van waarde 1. Als niet voldaan wordt aan deze speciale vereiste, volgt een aftrek van 1.0 punt voor *elk* missend element.
- 19.13** De oefening bevat minimaal 1 partnerelement met een motion van de bovenpartner. Als niet voldaan wordt aan deze speciale vereiste, volgt een aftrek van 1.0 punt.
- 19.14** De oefening bevat minimaal 1 partnerelement met een motion van de onderpartner. Als niet voldaan wordt aan deze speciale vereiste, volgt een aftrek van 1.0 punt.
- 19.15** De oefening bevat minimaal 1 statisch partnerelement met de bovenpartner in handstand met maximaal 2 contactpunten. Zie voor de verschillende soorten handstanden de moeilijkheidstabellen. Als niet voldaan wordt aan deze speciale vereiste, volgt een aftrek van 1.0 punt.
- 19.16** In de balansoefening moet elke partner 3 individuele elementen uitvoeren, naar eigen keuze uit de categorieën de statisch, behendigheid en lenigheid. Een arabier mag voor een behendigheidselement worden uitgevoerd. Deze hoeft niet genoteerd te worden op het wedstrijdblad en krijgt geen waarde. Voor elk ontbrekend element wordt een aftrek van 1.0 gegeven.

Beperkingen en verduidelijkingen voor paren B-niveau

De beperkingen voor paren B-niveau en verduidelijkingen voor paren B-niveau zijn gelijk aan die voor paren A-niveau zie artikel 19.3 t/m 19.9.

Speciale vereisten balans-oefening paren C-niveau

- 19.17** Paar-oefeningen moeten minimaal 5 balans-partnerelementen bevatten. Elk element moet een minimale moeilijkheid hebben van 1. Als niet voldaan wordt aan deze speciale vereiste, volgt een aftrek van 1.0 punt voor *elk* missend element.
- 19.18** De oefening bevat minimaal 1 partnerelement met een motion van de bovenpartner en/ of onderpartner. Als niet voldaan wordt aan deze speciale vereiste, volgt een aftrek van 1.0 punt
- 19.19** De oefening bevat minimaal 1 statisch partnerelement met de bovenpartner in handstand met maximaal 2 contactpunten. Zie voor de verschillende soorten handstanden de moeilijkheidstabellen Als niet voldaan wordt aan deze speciale vereiste, volgt een aftrek van 1.0 punt
- 19.20** In de balansoefening moet elke partner 3 individuele elementen uitvoeren, naar eigen keuze uit de categorieën statisch, behendigheid en/of lenigheid). Een arabier mag voor het behendigheidselement worden uitgevoerd. Deze hoeft niet genoteerd te worden op het wedstrijdblad en krijgt geen waarde.

Voor elk ontbrekend element wordt een aftrek van 1.0 gegeven.

Beperkingen en verduidelijkingen voor paren C-niveau

De beperkingen voor paren C-niveau en verduidelijkingen voor paren C-niveau zijn gelijk aan die voor paren A-niveau zie artikel 19.3 t/m 19.9.

Artikel 20: SPECIALE VEREISTEN BALANSOEFENING (GROEPEN)

Speciale vereisten groepen A-niveau

- 20.1** Er moeten minimaal 2 afzonderlijke piramides opgebouwd worden van een verschillende categorie uit de moeilijkheidstabellen. Als niet aan deze speciale vereiste wordt voldaan, volgt een aftrek van 1.0 punt per piramide.
- 20.2** Er moeten 3 statische houdingen van elk 3 seconden worden uitgevoerd. Als niet aan deze speciale vereiste wordt voldaan, volgt een aftrek van 1.0 punt per missende houding van 3 seconde.
- 20.3** De bovenpartner (niet de middenpartner werkend als bovenpartner) moet een handstand met maximaal 2 contactpunten uitvoeren op minimaal één piramide. Zie voor de verschillende soorten handstanden de moeilijkheidstabellen. Als niet aan deze speciale vereiste wordt voldaan, volgt een aftrek van 1.0 punt



Beperkingen voor groepen A-niveau

- 20.4** In 1 statische piramide of een piramide met max. 3 verschillende basishoudingen wordt maar moeilijkheid gegeven voor 4 statische houdingen van 3 seconden. Een uitzondering hierop zijn de cat. 2 piramides (2 werkende tops) waar maximaal 3 statische houdingen gedaan kunnen worden voor waarde.
- 20.5** De bovenpartner kan moeilijkheid verkrijgen voor dezelfde houding in de hele oefening:
- Twee keer voor een statische houding
 - Twee keer voor een transitie
- 20.6** Het maximaal aantal afzonderlijke piramides in de hele oefening is 4.
- 20.7** In piramides uit categorie 1 is slechts 1 transitie toegestaan.

Verduidelijking voor groepen A-niveau

- 20.8** Als er aan de speciale vereisten is voldaan mogen er piramides extra uitgevoerd worden. Alle uitgevoerde piramides moeten van een verschillende categorie zijn.
- 20.9** In de balans en combinatie oefening mogen piramides uit 1 box (hokje) maar 1x gedaan worden.
- 20.10** In een piramide met meer dan 1 basishouding uit dezelfde box wordt de hoogste basis waarde gegeven.
- 20.11** Een transitie piramide wordt gezien als 1 piramide.
- 20.12** In een transitie piramide bepaalt de eerste basispiramide de categorie van de piramide.
- 20.13** Categorie 2 piramides zijn piramides met 2 werkende bovenpartners. In deze speciale categorie mag 1 van de bovenpartners van houding veranderen en moeilijkheid krijgen voor de motion en voor de nieuwe statische houding, ook als de positie van de andere bovenpartner en onderpartner gelijk blijft. Als de 2^e bovenpartner niet van houding verandert, krijg je 1 keer waarde voor de statische houding. De houding van de onderpartner krijgt ook slechts 1 keer waarde.
- 20.14** Als partners tegelijk bewegen wordt dit gezien als 1 motion. Maar wanneer de partners niet tegelijk bewegen wordt dit gezien als verschillende motions (bijvoorbeeld: als eerst de bovenpartner beweegt, daarna de middenpartner en dan de onderpartner, wordt dit gezien als 3 motions).

Transitie piramides

20.15 Definitie: in een transitiepiramide moet de basis positie veranderen van de ene naar de andere box. Bij de beoordeling van de hele transitie piramide (met een maximum van 3 basishoudingen) krijgen alle basishoudingen waarde.

20.16 Moeilijkheidswaarde voor een transitie van de onderpartners wordt alleen gegeven wanneer deze uitgevoerd wordt van een 3 seconden houding naar een 3 seconden houding.

20.17 Transities moeten uitgevoerd worden zonder dat een partner uit de piramide gaat of naar de vloer gaat. Tijdens de transitie kan de top:

- In een statische houding van waarde zijn.
- In een statische houding ZONDER waarde zijn (dit is een uitzondering op artikel 18.14).
- Een motion (met of zonder waarde) uitvoeren naar de volgende statische houding.

20.18 In een transitie piramide:

- Wanneer de bovenpartner niet van houding verandert tijdens een transitie van de basis, bepaalt de starhouding de moeilijkheidswaarde van de bovenpartner.

Het is geen vereiste voor de bovenpartner om dezelfde houding aan te houden tijdens de transitie en de eindpiramide. Bijvoorbeeld: een bovenpartner mag in spreidhoeksteun zitten tijdens de transitie en vervolgens naar handstand heffen voor de eindhouding

- Wanneer de bovenpartner van positie verandert tijdens de transitie (motion), wordt de waarde van de transitie als volgt berekend:
 - o waarde van de starhouding van de bovenpartner
 - o plus motion van de bovenpartner
 - o plus transitie waarde van de onderpartners
 - o plus statische eindhouding van bovenpartner en onderpartners.
- Als de bovenpartner in een houding ZONDER waarde is tijdens de transitie, krijgt de top geen waarde (0) MAAR de transitie waarde van de onderpartners wordt wel gegeven.
- Om waarde te krijgen, mogen de bovenpartner en onderpartners geen extra of ander ondersteuningspunt van de statische houding gebruiken tijdens een transitie.

20.19 Definitie van een element (zie bijlage 2)

- Statische houding van de bovenpartner + houding onderpartners
- Statische houding van de bovenpartner en/of middenpartner + houding onderpartner
- Motion van de boven- en/of middenpartner + statische houding van de boven- en/of middenpartner + houding onderpartner
- Starthouding bovenpartner + transitie van de onderpartner(s) + statische houding van de bovenpartner + nieuwe houding onderpartner(s)
- Starthouding bovenpartner + motion van de bovenpartner + transitie van de onderpartner(s) + statische houding van de bovenpartner + nieuwe houding onderpartner(s)
- Mount + statische houding van de onder- en bovenpartners

20.20 Herengroep: Voor de balans en combinatie oefening mag een herengroep een extra landingsmat gebruiken als deze tegen de omlijning van de vloer gelegd wordt. De mat moet de gehele oefening op dezelfde plaats blijven liggen. De trainer is verantwoordelijk voor het plaatsen van de mat voorafgaand aan de oefening en het weghalen direct na de oefening.

Speciale vereisten groepen B-niveau

- 20.21** Er moeten 3 statische houdingen van elk 3 seconden worden uitgevoerd. Als niet aan deze speciale vereiste wordt voldaan, volgt een aftrek van 1.0 punt per missende houding van 3 seconde.
- 20.22** Er moeten minimaal 2 afzonderlijke piramides opgebouwd worden van een verschillende categorie uit de moeilijkheidstabellen. Als niet aan deze speciale vereiste wordt voldaan, volgt een aftrek van 1.0 punt per piramide.
- 20.23** De oefening bevat minimaal 1 piramide waarin de bovenpartner een motion uitvoert.
Als niet aan deze speciale vereiste wordt voldaan, volgt een aftrek van 1.0 punt
- 20.24** De oefening bevat minimaal 1 statisch partnerelement met de bovenpartner (niet de middenpartner werkend als bovenpartner) in handstand met maximaal 2 contactpunten. Zie voor de verschillende soorten handstanden de moeilijkheidstabellen. Als niet aan deze speciale vereiste wordt voldaan, volgt een aftrek van 1.0 punt
- 20.25** In de balansoefening moet elke partner 3 individuele elementen uitvoeren, naar eigen keuze uit de statische, de behendigheid en/of de lenigheid categorie. Een arabier mag voor het behendigheidselement worden uitgevoerd. Deze hoeft niet genoteerd te worden op het wedstrijdblad en krijgt geen waarde. Als niet aan deze speciale vereiste wordt voldaan, volgt een aftrek van 1.0 punt per missend element.

Beperkingen en verduidelijkingen voor groepen B-niveau

De beperkingen voor groepen B-niveau en verduidelijkingen voor groepen B-niveau zijn gelijk aan die voor groep A-niveau zie artikel 20.4 t/m 20.20.

Speciale vereisten groepen C-niveau

- 20.27** Er moeten 3 statische houdingen van elk 3 seconden worden uitgevoerd. Als niet aan deze speciale vereiste wordt voldaan, volgt een aftrek van 1.0 punt per missende houding van 3 seconde.
- 20.28** Er moeten minimaal 2 afzonderlijke piramides opgebouwd worden van een verschillende categorie uit de moeilijkheidstabellen. Als niet aan deze speciale vereiste wordt voldaan, volgt een aftrek van 1.0 punt per piramide.
- 20.30** De oefening bevat minimaal 1 piramide waarin de bovenpartner een motion uitvoert. Als niet aan deze speciale vereiste wordt voldaan, volgt een aftrek van 1.0 punt
- 20.31** In de balansoefening moet elke partner 3 individuele elementen uitvoeren, naar eigen keuze uit de statische, de behendigheid en/of de lenigheid categorie. Een arabier mag voor het behendigheidselement worden uitgevoerd. Deze hoeft niet genoteerd te worden op het wedstrijdblad en krijgt geen waarde.

Als niet aan deze speciale vereiste wordt voldaan, volgt een aftrek van 1.0 punt per missend element.

Beperkingen en verduidelijkingen voor groepen C-niveau

De beperkingen voor groepen C-niveau en verduidelijkingen voor groepen C-niveau zijn gelijk aan die voor groep A-niveau zie artikel 20.4 t/m 20.20

Artikel 21: TIJDFOUTEN VOOR PAAR/GROEP EN INDIVIDUELE ELEMENTEN

- 21.1** Als een 3 seconden houding wordt gevraagd en 1 of 2 seconden wordt uitgevoerd, dan;
- wordt er een tijdfout van respectievelijk 0,6 of 0,3 gegeven
 - krijgt het element krijgt moeilijkheidswaarde
 - telt het element voor speciale vereisten. Deze regel geldt ook voor een statische houding welke op een motion volgt.
 - wordt er bij technische fouten door de technische jury aftrek gegeven.

- 21.2** Als een paar of groep een statische houding heeft ingezet maar niet voltooid heeft of minder dan 1 seconde heeft aangehouden, dan;
- krijgt dit element geen moeilijkheidswaarde en de maximale aftrek voor tijdfouten (0,9) wordt gegeven door de moeilijkheidsjury
 - telt het element niet voor speciale vereisten.
 - Geven de technische juryleden aftrek voor de technische fouten en een aftrek van 0,5 voor een onvolledig element of een aftrek van 1,0 voor een val.
- 21.3** Tijdens de opbouw van een paar of groeps-element en tot ALLE partners op hun plek zijn en tot de boven partner in een positie van waarde (onafhankelijk of het element gevraagd is voor moeilijkheidswaarde), wordt het uitglijden of vallen in het opklimmen niet bestraft met een tijdfout. Technische aftrekken worden toegepast en het element mag herhaald worden voor moeilijkheid.

Individuele elementen

- 21.4** Als een individueel element met een statische houding wordt uitgevoerd maar slechts 1 seconde wordt aangehouden, wordt moeilijkheidswaarde gegeven en het telt mee voor speciale vereisten. Maar er wordt een tijdfout (0,3) gegeven en de technische juryleden geven technische aftrek.
- 21.5** Als een individueel element met een statische houding wordt gestart maar niet wordt voltooid, krijgt het geen waarde. Het element telt ook niet mee voor speciale vereiste (indien dit in de betreffende categorie van toepassing is) Een tijdfout van 0,6 wordt toegepast door de moeilijkheidsjury. De technische juryleden geven aftrek voor de technische fouten en 0,5 voor onvolledigheid van het element of 1,0 voor een val.

Artikel 22: KARAKTERISTIEKEN VAN DE DYNAMISCHE OEFENING

- 22.1** Deelnemers moeten verschillende vormen van vluchtfase laten zien. Individueel en geassisteerde vlucht, gebruik maken van een verscheidenheid van richtingen, rotaties, schroeven en verschillende lichaamshoudingen.
- 22.2** Het kenmerkende van dynamische elementen is dat er vluchtfase is en dat het contact tussen partners kort is, ondersteund is of het de vlucht onderbreekt.
- 22.3** Landingen op de vloer mogen met ondersteuning of zonder ondersteuning worden uitgevoerd maar in beide gevallen moet het gecontroleerd zijn (bijv. degene die afspringt zou de landing zelf moeten kunnen houden als ware niet ondersteund).
- 22.4** Alle catches moeten gecontroleerd zijn. Technische aftrek wordt gegeven bij gebrek aan controle.

- 22.5** Dynamische verbindingen (linken) maken het mogelijk dynamische elementen onmiddellijk achter elkaar uit te voeren (in tempo), d.w.z. zonder een stop of extra voorbereiding van één element naar het ander gaan.

Artikel 23: SPECIALE VEREISTEN VOOR DYNAMISCHE OEFENINGEN

Speciale vereisten voor dynamische oefeningen A-niveau

- 23.1** De oefening bevat minimaal 6 paar of groep elementen met vluchtfase, met een moeilijkheidswaarde van minimaal 1. Als niet voldaan wordt aan deze speciale vereiste, volgt een aftrek van 1.0 voor elk missend element.
- 23.2** Er moeten minimaal 2 catches worden uitgevoerd. Als niet voldaan wordt aan deze speciale vereiste, volgt een aftrek van 1.0 voor elke missende catch.

Beperkingen van paren en groepen A-niveau

- 23.3** De volgende beperkingen hebben invloed op de uitgangswaarde van een oefening:
- Niet meer dan 3 afsprongen tellen mee voor waarde (maar afsprongen zijn niet verplicht)
 - Niet meer dan 3 horizontale catch posities tellen mee voor waarde (horizontaal is lig in de armen maar ook catch op de heupen). Slinger (swing) en canon ball worden NIET gezien als horizontale positie.
 - Niet meer dan 3 linken tellen mee voor waarde
 - Niet meer dan 3 dezelfde starthoudingen tellen mee voor waarde
- Uitzonderingen:*

- o Geen restricties aan aantal baskets als startpositie voor groepen
- o Er mogen 4 dezelfde startposities vanuit "gebogen armen" (half arm) bij Paren uitgevoerd worden voor moeilijkheid ("gebogen armen": zie steno notatie in bijlage 4)

- Niet meer dan 4 elementen in serie of direct op elkaar volgend tellen mee voor waarde
- Niet meer dan 5 eindhoudingen op de vloer (afsprong + dynamisch element) tellen mee voor waarde

Extra beperkingen voor damesgroepen A-niveau

De volgende beperkingen hebben invloed op de uitgangswaarde van een oefening bij damesgroepen.

- 23.4** Alle drie de partners moeten actief meewerken aan een element om waarde te verkrijgen. Bijvoorbeeld: 1 onderpartner mag de top overgooien naar de andere onderpartner en daarvoor waarde vragen. Het helpen bij de landing wordt niet gezien als actief meewerken aan een element; in dit geval zal het element niet meetellen voor waarde of voor speciale vereisten.

Extra beperkingen voor herengroepen A-niveau

- 23.5** De volgende beperkingen zijn van invloed op de moeilijkheidswaarde en de uitgangswaarde bij heren groepen:
- Een wissel van partners tijdens de vluchtfase wordt niet gezien als hetzelfde element als wanneer het zonder wissel wordt uitgevoerd.
 - Slechts één element telt mee voor moeilijkheid waarbij één partner door de andere 3 geworpen wordt;
 - Slechts één element telt mee voor moeilijkheid waarbij één partner wordt opgevangen door de andere drie;
 - Slechts één horizontale catch (ongeacht welke) telt mee voor moeilijkheidswaarde;
 - Slechts één element uitgevoerd door de herengroep werkend als twee paren, gelijktijdig, wordt beoordeeld voor moeilijkheid. De moeilijkheidswaarde voor deze elementen worden opgeteld en gedeeld door twee (de waarden worden genomen uit de tabellen van paren).
 - Slechts één element telt mee voor de moeilijkheid, waarbij slechts 3 partners actief betrokken zijn en waarbij de vierde niet actief deelneemt. Het helpen bij de landing wordt niet gezien als actief meewerken aan een element.

Speciale vereisten voor dynamische oefeningen B-niveau

- 23.6** De oefening bevat minimaal 6 paar of groep elementen met vluchtfase, met een moeilijkheidswaarde van minimaal 1. Als niet voldaan wordt aan deze speciale vereiste, volgt een aftrek van 1.0 voor elk missend element
- 23.7** Er moeten minimaal 2 catches worden uitgevoerd. Als niet voldaan wordt aan deze speciale vereiste, volgt een aftrek van 1.0 voor elke missende catch.
- 23.8** Alle partners voeren 3 individuele tumbling elementen uit. Voor elk ontbrekend element of speciale vereiste wordt een aftrek gegeven van 1.0.

Extra speciale vereisten voor paren B-niveau

- 23.9** De oefening bevat minimaal één partnerelement met een toss-up tot (hand)stand in de handen. Als niet voldaan wordt aan deze speciale vereiste, volgt een aftrek van 1.0.
- 23.10** De oefening bevat minimaal één partnerelement met een salto achterover vanuit een verticale starthouding met tenminste 4/4 breedte as-rotatie. Als niet voldaan wordt aan deze speciale vereiste, volgt een aftrek van 1.0.
- 23.11** De oefening bevat minimaal één partnerelement met een salto voorover vanuit een verticale starthouding van tenminste 4/4 breedte as-rotatie. Als niet voldaan wordt aan deze speciale vereiste, volgt een aftrek van 1.0.

Extra speciale vereisten voor groepen B-niveau

- 23.12** De oefening bevat minimaal één partnerelement met een salto achterover vanuit een verticale starthouding met tenminste 4/4 breedte as-rotatie. Als niet voldaan wordt aan deze speciale vereiste, volgt een aftrek van 1.0.
- 23.13** De oefening bevat minimaal één partnerelement met een salto voorover vanuit een verticale starthouding van tenminste 4/4 breedte as-rotatie. Als niet voldaan wordt aan deze speciale vereiste, volgt een aftrek van 1.0.

Beperkingen en verduidelijkingen voor paren en groepen B-niveau

De beperkingen voor paren en groepen B-niveau en verduidelijkingen voor paren en groepen B-niveau zijn gelijk aan die voor paren en groepen A-niveau zie artikel 23.3 en 23.4.

Extra beperkingen voor herengroepen B-niveau

De beperkingen voor herengroepen B-niveau en verduidelijkingen voor herengroepen B-niveau zijn gelijk aan die voor herengroep A-niveau zie artikel 23.3 en 23.5.

Speciale vereisten voor dynamische oefeningen C-niveau

- 23.14** De oefening bevat minimaal 6 paar of groep elementen met vluchtfase, met een moeilijkheidswaarde van minimaal 1. Als niet voldaan wordt aan deze speciale vereiste, volgt een aftrek van 1.0 voor elk missend element
- 23.15** Er moeten minimaal 2 catches worden uitgevoerd. Als niet voldaan wordt aan deze speciale vereiste, volgt een aftrek van 1.0 voor elke missende catch.
- 23.16** Alle partners voeren minimaal 2 en maximaal 3 individuele tumbling elementen uit. Indien er minder dan 2 of meer dan 3 individuele tumbling elementen worden uitgevoerd, wordt een aftrek gegeven van 1.0 per element.

Extra speciale vereisten voor paren C-niveau

- 23.17** De oefening bevat minimaal één partnerelement met een toss-up tot (hand)stand in de handen. Als niet voldaan wordt aan deze speciale vereiste, volgt een aftrek van 1.0.
- 23.18** De oefening bevat minimaal één partnerelement met een salto achterover of voorover vanuit een verticale starthouding met tenminste 4/4 breedte as-rotatie. Als niet voldaan wordt aan deze speciale vereiste, volgt een aftrek van 1.0.

Extra speciale vereisten voor groepen C-niveau

- 23.19** De oefening bevat minimaal één partnerelement met een salto achterover of voorover vanuit een verticale starhouding met tenminste 4/4 breedte as-rotatie. Als niet voldaan wordt aan deze speciale vereiste, volgt een aftrek van 1.0.

Beperkingen voor paren en groepen C-niveau

De beperkingen en verduidelijkingen voor paren en groepen C-niveau en verduidelijkingen voor paren en groepen C-niveau zijn gelijk aan die voor paren en groepen A-niveau zie artikel 23.3 en 23.4.

Extra beperkingen voor herengroepen C-niveau

De extra beperkingen voor herengroepen C-niveau en verduidelijkingen voor herengroepen C-niveau zijn gelijk aan die voor herengroep A-niveau zie artikel 23.3 en 23.5.

Artikel 24: FOUTEN IN DE DYNAMISCHE OEFENING

- 24.1** Als een dynamisch element wordt ingezet maar niet afgemaakt,
- krijgt het element geen moeilijkheidswaarde
 - telt het niet mee voor speciale vereisten.
 - geven de technische juryleden de relevante aftrek voor het element plus een aftrek van 0,5 voor onvolledig element of 1,0 als er een val is.
- 24.2** Als alle fases van een dynamisch element zijn uitgevoerd, maar de partner wordt niet goed opgevangen (zonder controle),
- krijgt het element de moeilijkheidswaarde
 - telt het element mee voor speciale vereisten.
 - geven de technische juryleden een aftrek van 0,5 voor een grote fout. Als de partner valt van een catch of na een landing, geven de technische juryleden een aftrek van 1,0 voor een val.

Artikel 25: KARAKTERISTIEKEN VOOR DE COMBINATIE-OEFENING

- 25.1** De combinatie oefening is samengesteld uit elementen die karakteristiek zijn voor zowel de balans als de dynamische oefening.
- 25.2** De moeilijkheidswaarde van paar-, en groep-balans elementen mag niet meer dan het dubbele zijn van de dynamische elementen of andersom, de moeilijkheidswaarde van de dynamische elementen mag niet meer dan het dubbele van de balans elementen zijn.

Bijvoorbeeld: als de dynamische paar-/groepelementen waarde 60 hebben dan wordt voor de balanselementen niet meer gegeven als 120 en andersom. Als de moeilijkheidswaarde van een van beiden boven het toegestane aantal is, wordt wat boven deze waarde zit niet meegeteld.

Artikel 26: SPECIALE VEREISTEN COMBINATIE-OEFENING

- 26.1** De oefening bevat minimaal 3 statische houdingen en 3 dynamische elementen zijn. Elk element moet een minimale moeilijkheid hebben van waarde 1. Als niet aan deze speciale vereiste wordt voldaan, wordt een aftrek van 1.0 voor elk missend element gegeven.
- 26.2** Er moet minimaal één catch worden uitgevoerd. Als niet aan deze speciale vereiste wordt voldaan, wordt een aftrek van 1.0 gegeven.
- 26.3** De bovenpartner moet een handstand (maximaal 2 contactpunten) uitvoeren op de onderpartner(s). Bij groepen mag de middenpartner deze speciale vereiste niet uitvoeren in plaats van de bovenpartner. Als niet aan deze speciale vereiste wordt voldaan, wordt een aftrek van 1.0 gegeven.

Beperkingen

- 26.4** Alle beperkingen van de balans- en de dynamische oefening zijn van toepassing.
- 26.5** In de combinatie oefening tellen niet meer dan 2 afsprongen mee voor moeilijkheid.

Artikel 27: UITVOERING VAN INDIVIDUELE ELEMENTEN

- 27.1** Individuele elementen moeten worden uitgevoerd door alle partners tegelijk of *direct* opvolgend om in aanmerking te komen voor moeilijkheid. Het aantal individuele elementen dat in serie wordt uitgevoerd kan wel verschillend zijn.

Voorbeeld:

OP1: arabier – flikflak – salto (3 elementen)

OP2: Boogje (1 element)

Top: Split (1 element)

Totaal aantal elementen is 3 (OP1 voert het maximaal toegestane aantal elementen uit).

- 27.2** Alle 3 de individuele elementen waarvoor waarde gevraagd wordt, moeten op het wedstrijdblad staan. Alle individuele elementen van een serie moeten op het wedstrijdblad staan en krijgen waarde. Als een element herhaald wordt of niet op het wedstrijdblad staat, krijgen de opeenvolgende elementen uit de serie ook geen waarde.

Voorbeeld:

Arabier – flikflak- salto = serie = 3 elementen

Deze serie vervult het maximaal aantal individuele elementen en moeten ALLE 3 op het wedstrijdblad staan (niet de arabier weglaten) en krijgen ook waarde.

- 27.3** Indien één van de partners een individueel element niet uitvoert, komen die van de andere partner(s) ook niet in aanmerking voor moeilijkheidswaarde
- 27.4** Alle individuele elementen van waarde die zijn uitgevoerd door de partners in één oefening worden bij elkaar opgeteld en gedeeld door het aantal partners om de moeilijkheid voor individuele elementen te bepalen. De uitkomst wordt afgerond op het dichtstbij zijnde hele getal en 0,5 afgerond naar boven.
- d.w.z.
$$\frac{\text{De som van de waarde van de uitgevoerde elementen}}{\text{Aantal partners}}$$
- 27.5** De uitvoering van individuele elementen (enkel of in serie) van elke partner wordt apart beoordeeld met een maximum aftrek van 1.0 per partner.
- 27.6** Als een individueel element is begonnen, maar niet is afgemaakt
- krijgt het geen moeilijkheidswaarde en telt het, bij het B- en C-niveau, niet mee voor speciale vereiste.
 - geeft de technische jury een aftrek van 0.5 voor een onvolledig element. Als er een val is wordt er een aftrek van 1.0 gegeven.

In sommige gevallen zijn tijdsfouten van toepassing, bij individuele elementen welke een statische houding vereist, bijvoorbeeld een handstand.

DEEL VI

ARTISTIEK

Artikel 28: ARTISTIEK

- 28.1** Artisticeit omvat de choreografische structuur en opbouw van een oefening. Er moet een variatie in de keuze van elementen van moeilijkheid en een relatie tussen de partners beweging en muziek zijn.
- 28.2** Een oefening met een goede artistieke uitvoering laat de unieke kenmerken van een paar of groepsoefening zien qua expressie en muzikaliteit. Artisticeit overstijgt de verplichte invulling van een oefening en raakt het publiek en de jury.
- 28.3** Een oefening moet worden getoond naar de toeschouwers en de jury. De oefening moet een eigen identiteit uitstralen (origineel zijn), er moet een logische samenhang zijn en de wedstrijdkleding moet de choreografie aanvullen.
- 28.4** De sporters moeten via de snelst mogelijke route naar hun startpositie lopen zonder choreografie. Na de eindhouding zijn de sporters vrij om hun emoties te tonen, naar het publiek te zwaaien en dienen ze de vloer te verlaten.
- 28.5** Het artistieke jureren begint bij het begin van de oefening en eindigt zodra de sporters de eindhouding aangenomen hebben.
- 28.6** Het einde van de oefening moet samenvallen met het einde van de muziek in een statische houding die even vastgehouden moet worden. (Deze houding mag geen element van moeilijkheidswaarde zijn waarbij de afgang of afsprong nog moet plaatsvinden)
- 28.7** De vloer mag niet worden gemarkeerd om de uitvoering te ondersteunen.
- 28.8** Sporters moeten hun oefening uitvoeren zonder hulp van coaching of fysieke aanwezigheid.
- 28.9** De sporters moeten zich gedurende de aanwezigheid in de sporthal sportief gedragen.

Artikel 29: RELATIE BINNEN TEAM

- 29.1** Er moet een logische relatie zijn (volwassenheid, niveau van technische uitvoering en fysieke voorbereiding, dans, balans) tussen partners en dit moet zichtbaar zijn. Bovendien moet er een duidelijke connectie zichtbaar zijn tussen partners.

- 29.2** De partners moeten naast een connectie met elkaar ook een connectie maken met het publiek.
- 29.3** Het moet duidelijk zijn dat alle partners focus, projectie, nadruk en expressie laten zien binnen hun relatie.

Lengteverschillen

- 29.4** Lengteverschil tussen partners moet esthetisch logisch zijn en passend bij het niveau en categorie.
- 29.5** De lengte wordt alleen gemeten op internationale wedstrijden. In Nederland wordt de lengte niet gemeten.

Artikel 30: EXPRESSIE

- 30.1** Alle partners binnen een team moeten emoties tonen gedurende hun gehele oefening.
- 30.2** De expressie van alle partners tijdens de oefening moet met elkaar in harmonie zijn.

Artikel 31: UITVOERING / CHOREOGRAFIE

- 31.1** Choreografie is de samenstelling van verschillende lichaamsbewegingen, zowel gymnastisch als dans, door de ruimte en tijd als in relatie tot de gymnasten onderling. Het is op een mooie manier verbinden van elementen van moeilijkheid, door choreografische stappen, sprongen en draaien in een continue flow. Het vereist een creatief gebruik van de gehele ruimte en door verschillende bewegingsbanen, niveaus, richtingen, lichaamsvormen, ritme en tempo.
- 31.2** Elementen van moeilijkheid en choreografie moeten de ruimte en vloer gebruiken.
- 31.3** Choreografie moet originaliteit tonen en een persoonlijke identiteit c.q. karakter hebben.
- 31.4** Bewegingen moeten met amplitude worden uitgevoerd, gebruik makend van de volledige ruimte of subtiel/fijn uitgevoerd worden welke passend zijn bij de muziek.

Artikel 32: CREATIVITEIT

- 32.1** Het laten zien van verbeelding, originaliteit, inventiviteit en inspiratie.
- 32.2** Variatie in compositie

32.3 Speciale en verschillende manieren om in uit een element komen.

32.4 verschillende type elementen die zelden worden getoond.

Artikel 33: MUZIKALE BEGELEIDING EN MUZIEKKEUZE

33.1 Alle oefeningen worden uitgevoerd op muziek. Muziek mag zang en woorden bevatten, mits de tekst niet aanstootgevend is volgens de FIG-code van ethiek. Niet passende woorden betreffende bijvoorbeeld seks, agressie of geweld zijn verboden.

33.2 Muziek reproducties moeten van de hoogste kwaliteit zijn.

33.3 Als de deelnemers niet beginnen of ze stoppen hun oefening omdat de verkeerde muziek is opgezet of er is een andere technische storing, is het aan de discretie van de juryvoorzitter en hoofdjury om de oefening opnieuw te laten beginnen zonder aftrek. Als het probleem niet meteen rechtgezet kan worden, is het aan de wedstrijdleiding met de goedkeuring van de hoofdjury, om de oefening opnieuw in te delen aan het eind van het blok.

33.4 Een oefening kan niet worden herhaald nadat deze is voltooid.

Muzikaliteit

33.5 Een goede muzikale selectie zal helpen om de structuur, het ritme en het thema van de oefening vast te stellen.

33.6 Elke oefening moet worden gechoreografeerd om logisch en esthetisch te harmoniseren op het ritme en in de sfeer van de muziek.

33.7 Het verloop van de oefening mag niet onderbroken worden tussen choreografie en elementen van moeilijkheid. Pauzes die logisch zijn en de stroom van de oefening niet verstoren zijn toegestaan.

Artikel 34: WEDSTRIJDKLEDING (zie ook bijlage 5)

34.1 De keuze van wedstrijdkleding, accessoires en hulpmiddelen valt onder de verantwoording van de juryvoorzitter. Het moet gymnastisch zijn van karakter en ontwerp en het artistieke van de oefening aanvullen. Het mag de aandacht niet afleiden van de uitvoering van de gymnasten, noch aanpassing vereisen tijdens de oefening.

34.2 Partners moeten identieke of elkaar aanvullende kleding dragen.

34.3 Dames en meisjes dragen turnpakken, catsuits of turnpak met rokje. Huidskleurige lange leggings (volledige lengte) zijn toegestaan. Pakjes mogen met of zonder mouwen, maar dansstijlpakjes met hele smalle schouderbandjes zijn niet toegestaan.

- 34.4** Rokjes moeten het pak bedekken en mogen niet lager vallen dan net onder het heupbeen. De stijl van de rok is vrij, maar moet altijd terugvallen op de heupen van de gymnast. Ballet tutu's, 'Island grass' en jurken zijn niet toegestaan. Het rokje moet vastzitten aan het pakje (het mag niet afneembaar zijn).
- 34.5** Heren dragen turnpakken met een korte gymnastiekbroek of een lange gymnastiekbroek. Pakken uit één stuk worden ook toegestaan.
- 34.6** Catsuits of broeken in een erg donkere kleur: zijn alleen toegestaan, als de gehele lengte van kleur op de benen is onderbroken. Het moet vanaf de dij tot de enkel door lichte kleuren onderbroken zijn, aan de zijkant van het been. De onderbreking moet simpel zijn en niet overdreven. De lengte en de onderbreking over de benen moet hetzelfde zijn op beide benen, alleen de decoratie mag verschillend zijn (alleen internationaal).
- 34.7** Vanwege veiligheidsredenen zijn loszittende kleding, uitsteeksels of accessoires niet toegestaan. Broeken en turnpakken uit één stuk moeten goed aansluiten op het lichaam zodat de jury de lichaamsvorm kan beoordelen.
- 34.8** Ondergoed moet een goede ondersteuning geven bij gymnasten waarbij dit noodzakelijk is. De snit van het been van een turnpak mag niet boven het heupbot uitkomen. De halslijn mag niet lager dan de helft van het borstbeen aan de voorzijde, of lager dan de schouderbladen aan de achterzijde zijn. Kant (gaasachtig) en transparant materiaal van het pakje op het bovenlichaam moeten volledig gevoerd zijn (zodat er geen huid zichtbaar is).
- 34.9** Provocerende (aanstootgevende) kleding, zwempakken, en fotoprinten als versiering zijn verboden.
- 34.10** Deelnemers mogen de oefening uitvoeren met of zonder voetbedekking (huidskleurig, in de kleur van de broek of wit), welk schoon en in goede staat zijn. Voor heren is voetbedekking verplicht als ze een lange broek dragen.
- 34.11** Een embleem van het land van de gymnasten moet duidelijk zichtbaar zijn op de wedstrijd kleding. Gymnasten tonen een officiële vlag van het land of de naam van hun land (of afkorting, bijv NED) op hun wedstrijd kleding (alleen internationaal zie FIG Competition clothing and advertising rules cycle 2021-2024).
- 34.12** De regels die gelden voor reclames, zoals gespecificeerd in de KNGU-regels moeten in acht genomen worden.
- 34.12** Iedere overtreding van de kledingvoorschriften zal door de juryvoorzitter bestraft worden door middel van een penalty.

Artikel 35: ACCESOIRES EN HULPMIDDELEN

- 35.1** Sieraden inclusief oorknopjes, knopjes, kettingen, ringen, armbanden, enkelbanden en piercings zijn niet toegestaan.
- 35.2** Decoraties, steentjes, sjerpen en kant moeten opgenomen zijn in de stof of degelijk vastzitten, enig ongeluk dat voortkomt uit de opgebrachte aanhangsels is voor de verantwoordelijkheid van de trainer en gymnast.
- 35.3** Haarversiersels, zoals haar clips, schuiven, banden en linten moeten, indien gedragen stevig vastzitten. Karakteristieke haaraccessoires (bijv. tiara's, veren en bloemen) zijn niet toegestaan.
- 35.4** Het verven van je gezicht is niet toegestaan, enig make-up moet ingetogen zijn en niet gebruikt worden ter afschildering van een theatraal karakter (dier of menselijk).
- 35.5** Materiaal (zoals gordels en hoofdrollen) die hulp bieden bij de uitvoering van de elementen zijn niet toegestaan. Tape en ondersteunend verband moet een neutrale kleur hebben. Iedere uitzonderlijke ondersteuning, zoals een kniebrace die niet in een neutrale kleur te verkrijgen is, mag gedragen worden zonder aftrek indien door de vereniging om toestemming is gevraagd bij de hoofdjury. Het op het wedstrijdblad noteren van dit verzoek is voldoende (nationale toevoeging).
- 35.6** Elke overtreding van deze regels zal door de juryvoorzitter bestraft worden.

DEEL VII

UITVOERING EN TECHNISCHE BEOORDELING

Artikel 36: UITVOERING EN TECHNISCHE BEOORDELING

Algemeen

- 36.1** Bij de beoordeling van de technische uitvoering wordt er gekeken naar de technische uitvoering van een oefening, niet de gebruikte techniek.
- 36.2** Iedere oefening wordt beoordeeld op de perfectie van de uitvoering
- 36.3** De technische juryleden beoordelen de amplitude en de technisch juiste uitvoering van elk element. Dit heeft betrekking op de hoeveelheid strekking, lichaamsspanning en volledigheid van beweging d.w.z. in hoeverre wordt de ruimte van het element dat is uitgevoerd volledig gebruikt. Paar, groep en individuele elementen worden allemaal apart beoordeeld.
- 36.4** Criteria voor beoordeling
- Efficiënte technische uitvoering;
 - Correctheid van lijn en vorm;
 - Amplitude in de uitvoering van paar-, groep- of individuele elementen, dat wil zeggen volledige strekking in balans elementen en maximale vlucht in dynamische elementen;
 - Stabiliteit van de statische elementen;
 - Met zelfvertrouwen, effectief werpen, gooien en vangen;
 - Landingscontrole.

DEEL VIII

MOEILIKHEID

Artikel 37: MOEILIKHEID

- 37.1** De moeilijkheid van een oefening wordt bepaald door de keuze van de elementen gebruikt in de samenstelling van een oefening.
- 37.2** Moeilijkheidswaarde wordt alleen gegeven voor paar-, groep- en individuele elementen.
- 37.3** De moeilijkheidswaarde voor paren, groepen en individuele elementen wordt bepaald door middel van de moeilijkheidstabellen van de FIG voor Acrobatische Gymnastiek, welke apart worden gepubliceerd.
- 37.4** De moeilijkheidswaarde voor A-senioren is 'open', het kent geen limiet. Maar ook bij de uitvoering van elementen van hoge moeilijkheid wordt de foutentabel toegepast. Dat wil zeggen, ook bij elementen met veel risico moeten de gepaste aftrekken worden gegeven indien de elementen niet correct worden uitgevoerd. De moeilijkheidswaarde voor B- en C-niveau in Nederland is beperkt, zie artikel 17.13.
- 37.5** Moeilijkheid kan alleen gegeven worden voor elementen welke zijn gedeclareerd op het wedstrijdblad en zijn uitgevoerd. Ze moeten geselecteerd zijn uit de moeilijkheidstabellen.
- 37.6** Voor de combinatie oefeningen op het A-niveau gelden er speciale regels, zie artikel 25.2.
- 37.7** In alle oefeningen trekt de moeilijkheidsjury de penalty's af van de eindscore voor het missen van speciale vereisten. Zo ook voor het uitvoeren van verboden elementen, de tijdsfouten bij individuele en paar/ groeps- elementen in statische houdingen, en het niet uitvoeren van de elementen in de juiste volgorde.
- 37.8** In de balans- en combinatieoefening zullen elementen die als een 3 seconden houding staan aangegeven op het wedstrijdblad als zodanig worden beoordeeld door de moeilijkheidsjury. Als het element minder dan 3 seconden wordt aangehouden, dan geeft de MJ de gepaste tijdsfouten. Deze tijdsfouten gaan af van de eindscore.

Artikel 38: WEDSTRIJDBLADEN

- 38.1** Een wedstrijdblad is de getekende declaratie, op de computer gemaakt, van de paar-, groep- en individuele elementen van moeilijkheid, welke zullen worden uitgevoerd. Gebruik de plaatjes uit de ABC moeilijkheidstabellen. (uitgezonderd jeugd en pupil die plaatjes uit het betreffende reglement kunnen

gebruiken). De moeilijkheidswaarde, de bladzijde en het nummer van het element in de moeilijkheidstabellen moeten bij elk element staan. De voorgenomen tijd van een statische houding moet worden aangegeven, zoals ook de richting van de salto, de hoeveelheid rotatie en de graden van een schroef (lengte as draai).

38.2 Het is een taak van de trainer om ervoor te zorgen dat de wedstrijdbladen correct en op tijd zijn ingeleverd.

38.3 Het wedstrijdblad moet 10 dagen voor de wedstrijd ingeleverd zijn. In het wedstrijd informatieboekje staat hierover meer informatie.

38.4 Gevolgen van niet/ te laat ingeleverde wedstrijdbladen:

a) Bij niet-inleveren tot één dag (24 uur) na de gecommuniceerde inleverdatum en -tijd, zonder goedkeuring van de jurywerkgroep, zal een boete worden gegeven van 25 euro per ontbrekend/ te laat wedstrijdblad.

B) Teams waarvan wedstrijdbladen zonder goedkeuring van de jurywerkgroep minder dan één dag (24 uur) voorafgaand aan de wedstrijd ingeleverd worden, mogen niet deelnemen aan de desbetreffende wedstrijd.

In speciale gevallen worden de wedstrijdbladen geaccepteerd via e-mail.

38.5 Wedstrijdbladen worden digitaal gemaakt (Acro Companion heeft de voorkeur) en worden geaccepteerd op landelijke wedstrijden in het A/B en C niveau. De officiële wedstrijdbladen moeten worden gebruikt en ingevuld op de voorgeschreven manier. In dit wedstrijdreglement is een voorbeeld opgenomen evenals op de Dutch Gymnastics-website. Onofficiële, onleesbare of onvolledige bladen zullen worden geretourneerd om opnieuw te worden getekend op de correcte manier.

38.6 Paar/groep elementen moeten als eerste worden getekend en in volgorde waarop zij worden uitgevoerd. Onderaan komen de individuele elementen apart en in volgorde waarop zij worden uitgevoerd. Als de elementen niet in de juiste volgorde zijn getekend wordt door de MJ een aftrek van 0.3 van de eindscore afgetrokken.

De aftrek van 0.3 voor een onjuist wedstrijdblad (verkeerde volgorde, ander element e.d.) kan maximaal 1 keer per oefening worden gegeven.

38.7 Alleen de elementen die je voor moeilijkheid wilt laten tellen, teken je op het wedstrijdblad. Als er meer dan 8 worden getekend, tellen de eerste 8 mee voor moeilijkheid.

38.8 Alleen elementen die zijn gedeclareerd en ook werkelijk zijn uitgevoerd zullen worden beoordeeld voor moeilijkheid en speciale vereisten. In de dynamische oefening mag er maximaal 1 alternatief (OF) worden aangegeven. In de combinatie oefening mag er maximaal 1 alternatief (OF) worden aangegeven voor een dynamisch element. Zodra er meer dan 1 alternatief wordt getekend komt het wedstrijdblad retour om het te corrigeren.

- 38.9** Uiterlijk 48 uur voor het begin van de wedstrijd worden de trainers via de mail geïnformeerd door de moeilijkheidsjury als er enige problemen zijn met het ingeleverde wedstrijdblad. Het is de verantwoordelijkheid van de trainer om een oplossing te vinden voor de problemen. Kleine (enkel door MJ gevraagde) wijzigingen, verduidelijking kunnen tot uiterlijk door de MJ aangegeven tijdslimiet via de mail worden doorgegeven. Wanneer er tijdens de wedstrijd fouten geconstateerd worden op het wedstrijdblad die niet gemeld zijn, moet de juiste waarde worden gehanteerd. De MJ krijgt een waarschuwing voor het niet melden van onjuistheden op de wedstrijdbladen wat kan leiden tot sancties. Wedstrijdbladen gemaakt in Acro Companion worden direct gecontroleerd door het programma, en hier krijgt de trainer een melding van eventueel gemaakte fouten.
- 38.10** Vanwege uitzonderlijke omstandigheden (bijv. blessure), is het aan de discretie van de hoofdjury, juryvoorzitter en moeilijkheidsjury om kleine wijzigingen op de wedstrijdbladen toe te staan tot 30 minuten voor het begin van de wedstrijd. Dit kan worden gedaan, met een tekening van het element dat gewijzigd of aangepast is en verklaring van de moeilijkheidswaarde, elementnummer en bladzijde van de moeilijkheidstabellen. De moeilijkheidsjury zal de waarde bevestigen en de juryvoorzitter en hoofdjury informeren van de wijziging. Geen moeilijkheidswaarde wordt gegeven voor wijzigingen die later worden ingediend.
- 38.11** Indien er uitdrukkelijk door de MJ een wijzigingsblad gevraagd is aan de trainer, moet deze een uur voor aanvang van de wedstrijddag in drievoud ingeleverd worden bij de hoofdjury. Dit is voor het begin van de juryvergadering. De hoofdjury zorgt voor verdere verspreiding onder de juryvoorzitters en moeilijkheidsjury. De moeilijkheidsjury en juryvoorzitter zullen dit nieuwe wedstrijdblad opnieuw controleren. Er moet op het wedstrijdblad duidelijk zijn aangegeven wat er gewijzigd is in rood, met daarbij vermelding van het bloknummer en het baannummer.

Artikel 39: NIEUWE ELEMENTEN

- 39.1** De TC-ACRO van de FIG zal nieuwe internationale elementen beoordelen in de TC-ACRO bijeenkomsten. De elementen worden als nieuw gezien als ze niet kunnen worden gevonden in de bestaande tabellen of gepubliceerd in bulletins en niet verboden zijn. De aangevraagde elementen zullen worden gepubliceerd in de aanvullende nieuwsbrieven op de website van de KNGU.
- 39.2** Elementen die worden uitgevoerd met een minieme stilistische verandering, worden niet beschouwd als een nieuw element maar als een variatie op. Zij mogen worden uitgevoerd gebruik makend van hetzelfde nummer en met dezelfde waarde als het bestaande element



- 39.3** Het verzoek voor internationale beoordeling moet ingediend worden op het officiële formulier, die kan worden gevonden in de moeilijkheidstabellen en daarbij een gedetailleerde tekening of foto van het element en de ingeschatte moeilijkheidswaarde en een e-mail met videobijlage.
- 39.4** De internationale aanvragen moeten samen met de benodigde documentatie (video) door de KNGU ingediend worden, via de werkgroep juryzaken van de Landelijke Technische Commissie Acrobatische Gymnastiek.
- 39.5** Verzoeken die niet aan de bovenstaande criteria voldoen worden niet meegenomen.
- 39.6** De evaluatie van de aangevraagde elementen wordt gedaan tijdens de ACRO TC bijeenkomst van de FIG en mogen uitgevoerd worden vanaf 6 maanden na de publicatie in de ACRO-nieuwsbrief.

DEEL IX

BEOORDELING VAN DE OEFENINGEN

Artikel 40: BEOORDELING

Algemeen

- 40.1** Elk van de 3 oefeningen: balans, dynamisch en combinatie, heeft een verschillend karakter en wordt gejureerd op moeilijkheid, artistieke- en technische uitvoering.
- 40.2** De juryvoorzitter is er verantwoordelijk voor dat alle juryleden van een panel tot hun cijfer komen in overeenstemming met de regels.
- 40.3** De artistieke juryleden beoordelen de artistieke uitvoering van de uitgevoerde oefeningen om de A-score te bepalen.
- 40.4** De moeilijkheidsjury bepaalt de uitgangswaarde van de oefeningen. De totale moeilijkheidswaarde wordt omgezet naar een moeilijkheidsscore, de M-score.
- 40.5** De technische juryleden beoordelen de technische uitvoering van de uitgevoerde oefening om de T-score te bepalen.
- 40.6** De juryvoorzitter trekt de penalty's af van de eindscore (welke ontstaan is door de som van het A-, T- en M-score).

Artikel 41: SCORES EN HET TONEN VAN SCORES

- 41.1** Alle scores, penalty's en moeilijkheidscijfer worden getoond aan het publiek. De vorm waarin dit gebeurt kan verschillen en is onderhevig aan de mogelijkheden die een organisatie kan bieden en aan de voortschrijdende technieken.
- 41.2** Op alle wedstrijden, wordt de technische uitvoering en de artistieke uitvoering beoordeeld van 0 tot 10,0 met een nauwkeurigheid van 0,001.
- 41.3** De moeilijkheid van senioren op A-niveau heeft geen maximum; het is 'open'. Bij junioren 1 en 2, jeugd, pupillen, B en C-niveau is de moeilijkheid gelimiteerd tot een maximum.

De T-score (technisch)

- 41.4** De T-score is de technische score voor een uitgevoerde oefening, het is het gemiddelde van de 6 of 4 of in uitzonderlijke omstandigheden 3 technische juryleden. Met 6 technische juryleden vallen de 2 hoogste en 2 laagste scores af, bij 4 en 3 technische juryleden valt de hoogste en laagste score af. Daarna wordt het gemiddelde cijfer keer maal twee gedaan (x2). De technische score wordt tot op 0,001 zonder afronding van het laatste cijfer bepaald.

De A-score (artistiek)

- 41.5** De A-score is de technische score voor een uitgevoerde oefening, het is het gemiddelde van de 6 of 4 of in uitzonderlijke omstandigheden 3 artistieke juryleden. Met 6 artistieke juryleden vallen de 2 hoogste en 2 laagste scores af, bij 4 en 3 artistieke juryleden valt de hoogste en laagste score af. De artistieke score wordt tot op 0,001 zonder afronding van het laatste cijfer bepaald.

De M-score (moeilijkheid)

- 41.6** De som van de moeilijkheid van de uitgevoerde en gedeclareerde elementen in een oefening geeft een de moeilijkheidswaarde.
- 41.7** De M-score voor de uitvoering wordt bepaald door het omzetten van de moeilijkheidswaarde naar de startwaarde. De moeilijkheidswaarde gedeeld door 100 is de M-score.
- 41.8** Het moeilijkheidscijfer van de oefening wordt getoond als de juryvoorzitter hier voor haar akkoord geeft.

De totaalscore

- 41.9** De totaalscore is de score welke behaald is, voordat de juryvoorzitter en /of moeilijkheidsjury de penalty's ervan aftrekt.
- 41.10** De categorieën A- junioren 1 en 2, jeugd, pupillen, B en C-niveau hebben een maximum cijfer (afhankelijk van maximum moeilijkheid). Voor de categorie A-senioren is het maximale cijfer ongelimiteerd.
- 41.11** De totaalscore voor een uitgevoerde oefening wordt berekend volgens de onderstaande formule: A-score + M-score + T-score = totaalscore voor de oefening.

Artikel 42: PENALTY'S VAN DE TOTAALSCORE

- 42.1** Penalty's (Aftrekken van de totaalscore) worden toegepast door de juryvoorzitter, wat resulteert in het eindcijfer. Dit wordt duidelijk gemaakt in de volgende formule:

$$\text{Totaalscore (A-score + M-score + T-score) - Penalty's = E (eindscore)}$$

42.2 De juryvoorzitter geeft aftrekken van het eindcijfer voor:

- Voor lengte verschil tussen partners (alleen internationaal);
- Het overschrijden de tijdslimiet van de lengte van de oefening;
- ~~Muziek bevat woorden in meer dan 1 oefening;~~
- ~~Herstart van een oefening zonder aanleiding;~~
- Stappen, landen en vallen over de lijn;
- Incorrecte kleding of overtredingen wat betreft accessoires;

42.3 De moeilijkheidsjury geeft aftrekken van het eindcijfer voor:

- Tijdsfouten in statische houdingen die niet lang genoeg aangehouden zijn, zoals aangegeven op het wedstrijdblad;
- Het niet voldoen aan de Speciale vereisten;
- Het uitvoeren van verboden elementen;
- Het niet uitvoeren van de elementen volgens de volgorde op het wedstrijdblad

Artikel 43: PROTEST

- 43.1** Er kan een protest ingediend worden bij de hoofdjury, als het moeilijkheidscijfer niet overeenkomt met hetgeen er is uitgevoerd, er een rekenfout wordt ontdekt of de moeilijkheidswaarde onjuist is omgezet naar de moeilijkheidsscore.
- 43.2** De penalty's van de moeilijkheidsjury kunnen worden heroverwogen als er een verandering in het moeilijkheidscijfer wordt gedaan na een protest.
- 43.3** Er kan alleen protest worden aangetekend tegen een beslissing betreffende een team van de eigen vereniging.
- 43.4** Er kunnen geen protesten worden ingediend tegen technische of artistieke cijfers, tijdfouten of andere penalty's.
- 43.5** Een trainer benadert in het geval van een vermeende rekenfout de hoofdjury. Hij doet dit zo snel mogelijk, maar in ieder geval tot een half uur na de laatste oefening van het wedstrijddeel.
- 43.6** De hoofdjury kan, indien nodig, het punt van discussie verifiëren door middel van het bekijken van videomateriaal welke door de organisatie gemaakt is. In overleg met de moeilijkheidsjury en de juryvoorzitter van de betreffende baan kan heroverweging plaatsvinden. Indien nodig kunnen de hoofdjury, juryvoorzitter en de moeilijkheidsjury van de andere baan mee beslissen.
- 43.7** Als een beslissing niet direct gemaakt kan worden is het cijfer een voorlopig cijfer, wat zo snel mogelijk na de wedstrijd, maar voor de prijsuitreiking, heroverwogen wordt.



**Dutch
Gymnastics**

DEEL IX

BEOORDELING VAN DE OEFENINGEN

Artikel 44: PENALTY'S VAN DE JURYVOORZITTER EN MOEILIKHEIDSJURY

44.1 De aftrekken zijn van 0,1 tot 1,00 zoals verduidelijkt in de fouten tabel.

44.2 Penalty's van de totaalscore door de juryvoorzitter.

	Aftrekken juryvoorzitter	Aftrek
1.	Duur van een oefening langer dan toegestaan.	0,1 per seconde
2.	Lengteverschil tussen de bovenpartner en de opvolgende partner volgens bijlage 3*.	0,5 of 1,0
3.	Onsportief gedrag.	0,5
4.	Fouten in de muziek (bijv. ongepaste muziek)	0,5
5.	Stappen over de lijn.	0,1 per keer
6.	Met 2 voeten landen buiten de vloergrens of vallen buiten de vloergrens.	0,5 per keer
7.	Starten voor de muziek of eindigen voor of na de muziek	0,3
8.	Niet voldoen aan de reclameregels (Nationaal embleem niet zichtbaar)*.	0,3
9.	Het corrigeren van de kleding of het verliezen van accessoires (bijv. haarspeldjes).	0,1 per keer
10.	Alle aftrekken in verband met overtreden van de regels omtrent kleding, tenzij anders vermeld.	0,3
11.	Verboden (bijv. wijde mouwen) of onesthetische kleding (bijv. te lage neklijn, pakje tussen de billen)	0,5
12.	Markeren op de vloer, mat op de vloer (m.u.v. MG bij balans en combinatie)	0,5
13.	Onesthetische houdingen	0,3
14.	Coach aanwezig op de vloer	0,3

* Alleen internationaal en bij kwalificatiewedstrijden.

Artikel 44.3:
PENALTY'S VAN DE TOTAALSCORE DOOR DE MOEILIKHEIDSJURY

	Aftrekken moeilijkheidsjury	Aftrek
1	Tijdfout voor ieder paar- of groepselement welke korter aangehouden wordt dan gevraagd.	0,3 per sec.te kort
2	Statisch paar- of groepselement wordt niet voltooid.	0,9 tijdfout, geen moeilijkheid, geen speciale vereiste
3	Individueel statisch element wordt één seconden aangehouden.	0,3 tijdfout
4	Individueel statisch element wordt niet voltooid.	0,6 tijdfout, geen moeilijkheid
5	Element ingezet maar niet afgemaakt.	geen moeilijkheid, geen speciale vereiste
6	Iedere overtreding van een Speciale Vereiste.	1,0 per ontbrekende vereiste
7	Uitvoeren van een verboden element.	1,0 per keer
8	Elementen niet volgens volgorde op wedstrijdblad uitgevoerd.	0,3

Artikel 45: ARTISTIEK JUREREN

Artistiek jureren is niet alleen "WAT" de gymnast(en) uitvoert/uitvoeren, maar ook "HOE" ze het uitvoeren en "WAAR" ze het uitvoeren.

45.1 Voor het artistiek jureren worden de volgende artistieke criteria gehandteerd en opeen positieve manier toegepast door gebruik te maken van de onderstaande verdeling:

Partnerschap	max. 2.0
Expressie	max. 2.0
Choreografie	max. 2.0
Creativiteit	max. 2.0
Muzikaliteit	max. 2.0

Het artistiek jureren gebeurt op basis van alle criteria uit het artistieke gedeelte van het wedstrijdreglement door de beoordelingschaal te hanteren.

45.2 Beschrijving van de criteria:

Partnerschap

Partnerschap is een logische relatie tussen de partners tussen de partners in een duo of een groep:

- Volwassenheid.
- Niveau van voorbereiding.
- Balans in de uitvoering tussen de partners.
- Wordt getoond door een zichtbare verbinding.

Expressie

Het duidelijk maken van je gedachten, gevoel, karakter, houding aan het publiek. De gymnasten brengen een bepaalde emotie over.

Choreografie

"The act", wat er getoond wordt gebruik makend van amplitude, ruimte, bewegingsrichtingen/ -banen, niveaus. Synchronisatie tussen de partners: het tonen van één geheel is beter dan twee of meer verschillende gymnasten.

Creativiteit

Laat een verbeelding zien, originaliteit, inventiviteit en inspiratie.

Variatie in:

- samenstelling van de oefening
- op- en afbouwen
- elementen

Muzikaliteit

Er is harmonie tussen de muziek en door de gymnasten uitgevoerde bewegingen:

- (het type) bewegingen past bij de ritme, melodie en sfeer van de gekozen muziek.
- De bewegingen zijn synchroon aan de accenten van de muziek.
- De bewegingen variëren in omvang of snelheid/tempo van de muziek.
- Gebruik van expressieve bewegingen die gebaseerd zijn op de melodie, variaties in het ritme en sfeer van de muziek of combinaties hiervan.

45.3 Beoordelingschaal voor elk criterium:

Perfect: 2.0	De oefening is van een uitzonderlijk hoog niveau volgens de criteria
Excellent: 1.8-1.9	De oefening is van een hoog niveau volgens de criteria
Zeer goed: 1.6-1.7	De oefening is van een erg goed niveau volgens de criteria
Goed: 1.4-1.5	De oefening is van een goed/gemiddeld niveau volgens de criteria
Voldoende: 1.2-1.3	De oefening is van een laag niveau volgens de criteria
Zwak: 1.0-1.1	De oefening is van erg laag niveau volgens de criteria

45.4 Richtlijn artistieke score:

- Perfecte oefeningen Score tussen 9.6 en 10
- Excellente oefeningen Score tussen 9.0 en 9.5
- Erg goede oefeningen Score tussen 8.0 en 8.9
- Goede oefeningen Score tussen 7.0 en 7.9
- Voldoende oefeningen Score tussen 6.0 en 6.9
- Zwakke oefeningen Score tussen 5.0 en 5.9

Artikel 46: TECHNISCHE FOUTEN

45.1 Artikel 46 bevat een tabel met een opsomming en voorbeelden van de mate van de verschillende technische fouten.

45.2 Uitvoeringsfouten worden bestraft met een aftrek per keer dat ze voorkomen van het maximale cijfer 10.00. Hiervoor wordt de volgende schaal van aftrekken gebruikt:

- Kleine fouten 0.1
- Duidelijke fouten 0.2 – 0.3
- Grote fouten 0.5
- Vallen 1.0

46.3 Aftrekken voor de uitvoering van een enkel paar/groep element kunnen niet meer zijn dan 1.0.

46.4 De volgende tabel is een handleiding voor de aftrekken die gegeven kunnen worden voor de technische fouten bij de uitvoering van paar/groepselementen, individuele elementen of choreografie. Het is onmogelijk ieder technische fout in een lijst op te schrijven of te tekenen. Er wordt verwacht dat juryleden deze handleiding gebruiken als basis om aftrekken te geven, ook voor fouten die niet in deze tabellen staan.

46.5 Amplitude

Criteria voor beoordeling	Aftrekken		
	Klein	Duidelijk	Groot
1. Verlies van strekking of amplitude of lichaamsspanning in de uitvoering van een element (voeten, benen, knieën, armen, rug)	0.1	0.2-0.3	0.5
2. Gebrek aan amplitude in de vluchtfase van de dynamische elementen, afwijking van de correcte richting in alle elementen (B, D, Ind.)	0.1	0.2-0.3	0.5

46.6 Lichaamshouding, hoek en lijn

Criteria voor beoordeling	Aftrekken		
	Klein	Duidelijk	Groot
1. Handstand uit de verticale of ideale positie.	0.1	0.2-0.3	0.5
2. Holle rug en /of buigen van de heupen wanneer een rechte positie wordt getracht te behouden.	0.1	0.2-0.3	0.5
3. Buigen van de armen in handstanden en hoek van de knie, enkels, polsen om de handstand tekunnen houden.	0.1	0.2-0.3	0.5
4. Benen boven of onder de ideale positie in houdingen (bijv. benen onder horizontaal wanneer een spreidhoeksteun wordt uitgevoerd).	0.1	0.2-0.3	0.5
5. Beenspreiding minder dan 180°	0.1	0.2-0.3	

46.7 Aarzelingen, stappen en uitglijden

Criteria voor beoordeling	Aftrekken		
	Klein	Duidelijk	Groot
1. Aarzeling van de bovenpartner of aanpassing in het opklimmen of in transitie.	0.1	0.2-0.3	
2. Aarzeling in een motion fase van een element dat de vloeiende beweging onderbreekt.	0.1	0.2-0.3	
3. Verlies van controle in een motion, wat resulteert in het opnieuw starten van de motion		0.3	
4. Huppen of stappen in ondersteuning, opvangen of landingen. 1-2 = klein; 3 of 1 grote stap = duidelijk; 4+ = groot.	0.1	0.2-0.3	0.5

5. Uitglijden van een voet, hand of arm in het opklimmen, balanceren, in transities of bij het opvangen.		0.3	
6. Eén voet, één hand of ander deel van het lichaam dat door de de basket gaat of uitglijdt van het ondersteuningspunt van dynamische catches/landingen op de partner.		0.3	
7. Struikelen/verplaatsen tijdens de oefening buiten de elementen		0.3	0.5

46.8 Instabiliteit

Criteria voor beoordeling	Aftrekken		
	Klein	Duidelijk	Groot
1. Instabiliteit of wiebel van de onderpartner(s) of top tijdens opbouw van een balans of tempo element.	0.1	0.2-0.3	0.5
2. Onderpartner(s) schommelt van hakken naar tenen of nemen stappen wanneer ze proberen een houding te stabiliseren	0.1	0.2-0.3	Meer dan 3 stappen 0.5
3. Aanpassingen van posities na het opvangen of voordat er gegooid wordt of stabiliseren van de balans.	0.1		
4. Een lichte aanraking van een partner of de vloer of duidelijke ondersteuning van de partner om de balans te behouden op een partner of tijdens de landing.		0.3	
5. Onbedoeld vallen op één knie of het plaatsen van één hand op de vloer of één been, hoofd of schouder op of tegen de partner.			0.5
6. Vluchtig duwen van de lichamen of schouders tegen de bovenpartner, door de onderpartner(s), om de bovenpartner te steunen		0.3	
7. Duwen van de onderpartner(s) met hun rompen of schouders tegen de bovenpartner om een groot probleem op te vangen om de stabiliteit te behouden of een val te voorkomen.			0.5
8. Toegevoegde hulp van de partner(s) om een val te voorkomen (bijv. bij een mislukte catch of een slechte landing te camoufleren).			0.5

46.9 Rotaties

Criteria voor beoordeling	Aftrekken		
	Klein	Duidelijk	Groot
1. Onder of over rotatie van draaien, twist of salto's.	0.1	0.2-0,3	0.5
2. Onderrotatie van salto's waardoor met enige hulp van de partners de salto wordt voltooid.		0.2-0.3	
3. Onder of overrotatie van salto's waardoor volledige hulp vereist wordt om de salto te voltooien en/of om een val te voorkomen.			0.5





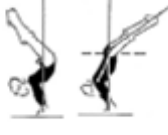



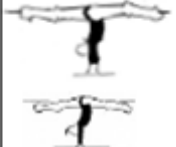

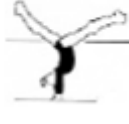




















46.10 Onvolledige elementen en vallen

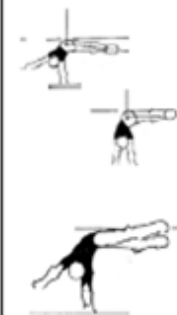


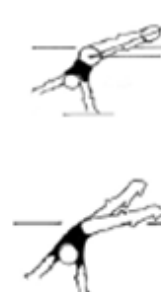





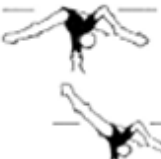





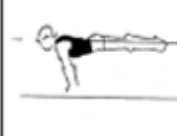


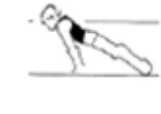


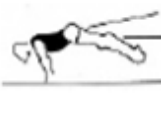
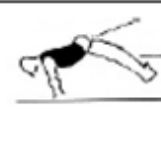






Criteria voor beoordeling	Aftrekken		
	Klein	Duidelijk	Groot
1. Niet voltooien van een element zonder een val.			0.5
2. De partner komt naar de vloer en landt onbedoeld of onlogisch, zonder controle, van een punt van balans of ondersteuning, maar zonder een val.			0.5
3. Eén voet of hand glijdt van een 4. ondersteuningspunt van de partner en de handen worden gebruikt om een val te voorkomen.			0.5
4. Beide voeten of handen glijden langs of door het platform of glijden van de schouder of een ander ondersteuningspunt op het lichaam van de partners bij een poging de balans te bewaren of in een catch = VAL			1.0
5. Val op de vloer of één (de) partner(s) uit een piramide of een paar element of van een platform zonder een logische of gecontroleerde landing = VAL			1.0
6. Een ongecontroleerde landing of val op de grond, op het hoofd, zitvlak, buik, rug of zij, handen en knieën, beide handen en voeten of beide knieën = VAL			1.0
7. Voorwaartse of achterwaartse rol na een landing zonder eerst een aangehouden landing op de voeten te tonen = VAL			1.0














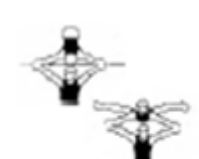









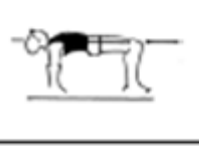





BIJLAGEN





















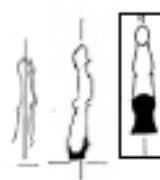







BIJLAGE 1







































Richtlijnen voor technisch jureren

		Fouten Balans				
Element	ideal	0.1	0.2	0.3	0.5	
1 Handstand						
						
						
						
2 Mexicana						
						
						
						
						

		Fouten Balans				
Element		Ideal	0.1	0.2	0.3	0.5
3	Vlag					
	Diepe vlag					
	Split vlag					
4	Bovenbalans					
						
						
						
						

		Fouten Balans				
Element		Ideal	0.1	0.2	0.3	0.5
5	Hoekhandstand					
						
6	Krokodil/ plankje					
						
7	Wijde armen					
8	Achterover buiging					
9	Boogje					
						
10	Tafel					
						

		Fouten Balans				
Element		Ideal	0.1	0.2	0.3	0.5
11	Hoeksteun/ spreidhoeksteun					
						
	Hoge hoeksteun					Top: gespreide benen in hoge hoeksteun
12	Armen					
						
13	Voeten en knieën					
						
						

		Fouten Dynamisch					
Element	Ideal Position	0.1	0.2	0.3	0.5	1.0	
1	Hurk						
							
2	Hoek	 		 			
	Strek					 geen lichaamsspanning	
3							
	Stappen of landing zonder ondersteuning		 1 stap	 2 stappen	 3 stappen	 4 en meer stappen	
6	Landing met ondersteuning						
							
							



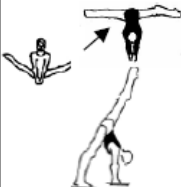
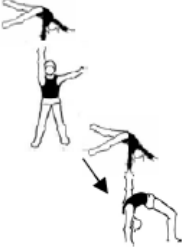
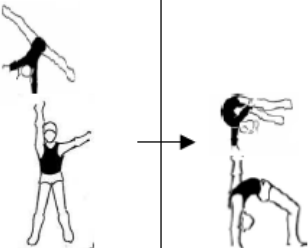
BIJLAGE 2

DEFENITIE van Elementen

Paren:

De definitie van een element van moeilijkheid:


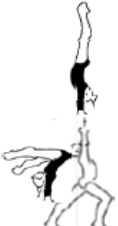
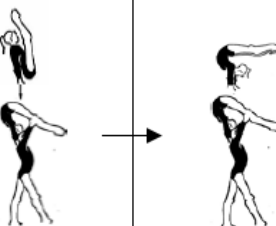
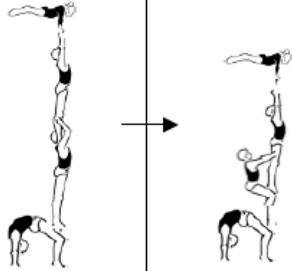
1. Statische houding bovenpartner en onderpartner.
2. Mount (inclusief statische houding van de bovenpartner en onderpartner).
3. Motion bovenpartner + statische houding bovenpartner en onderpartner.
4. Startpositie bovenpartner + motion onderpartner + statische houding bovenpartner en Onderpartner.
5. Startpositie bovenpartner + motion bovenpartner + motion onderpartner + statische houding bovenpartner en onderpartner.

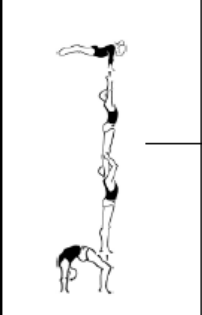
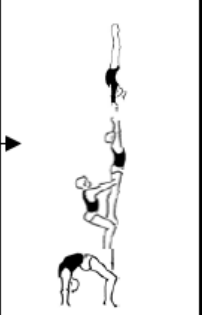
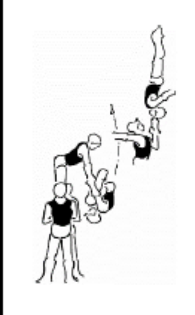
Nr 1	Nr 2	Nr 3	Nr 4	Nr 5
3"	3"	3"	3"	3"
				

Groepen:

De definitie van een element van moeilijkheid:

1. Statische houding bovenpartner + basishouding.
2. Statische houding van de boven- en/of middenpartner + basishouding.
3. Motion boven- en/of middenpartner + statische houding boven- en/of middenpartner + basishouding.
4. Starthouding bovenpartner + transitie + eindhouding bovenpartner + nieuwe basishouding.
5. Starthouding bovenpartner + motion bovenpartner + transitie + eindhouding van de bovenpartner + nieuwe basishouding.
6. Mount + eindhouding + basishouding.

Nr 1	Nr 2	Nr 3	Nr 4
3"	3" 3"	3"	3"
			

Nr 5		Nr 6
3"		3"
		

Individuele elementen

Alle **drie** de individuele elementen die voor moeilijkheidswaarde tellen moeten worden getekend op het wedstrijdblad. **Alle** individuele elementen in serie moeten worden getekend op het wedstrijdblad en zullen moeilijkheidswaarde krijgen. Als een individueel element herhaald of niet getekend wordt, krijgen de elementen die volgen geen moeilijkheid.

Bijvoorbeeld:

Arabier flikflak salto = serie = 3 elementen

Deze serie voldoet aan het maximum aantal individuele elementen en **alle** drie de elementen moeten getekend zijn op het wedstrijdblad om moeilijkheidswaarde te krijgen.

BIJLAGE 3

Meetprocedure

- De sporters worden gemeten in mm. door een (para)medicus in aanwezigheid van een lid van de LTC-AG of een afgevaardigde daarvan.
- Alle sporters die optreden als onderpartner (bases), middenpartner (tweede of derde) en bovenpartner (top) worden als volgt gemeten:
 1. Op blote voeten in T-shirt of gympak
 2. Zij liggen op de rug, in een rechte lijn op de vloer, in een normale houding met de voeten bij elkaar en de knieën volledig gestrekt. De schouders ontspannen.
 3. De horizontale lengte vanaf de voeten (hielen) tot de bovenkant van het hoofd wordt gemeten met een elektronisch meetapparaat voor het meten van afstand.
- De metingen worden opgeschreven en bij de hoofdjury ingeleverd. Hieruit moet blijken dat alle partners gemeten zijn. De hoofdjury bepaalt wie er een aftrek krijgt voor lengteverschil.
- Het verschil tussen de partners mag 29 cm zijn (met een tolerantie tot 29.99)
 - Een verschil van > 30 cm of < 34.99 geeft de volgende aftrek:
SEN 0,5
 - Een verschil van ≥ 35 cm geeft de volgende aftrek:
SEN 1.0
- De aftrek geldt voor iedere oefening.
- Voor groepen geldt het verschil tussen de grootste en de daarop volgende grootste partners. Zij worden allen op dezelfde manier gemeten.

Voorbeeld van meetapparatuur:





Correcte houding tijdens de meting:



- Voeten tegen de muur
- Knieën naar achter gedrukt
- Hoofd in een neutrale positie
- Schouders ontspannen

Fouten in de houding tijdens het meten:

Fout 1: Hielen niet tegen de muur

Fout 2: Knieën gebogen

Fout 3: Bolle rug








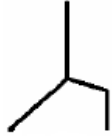









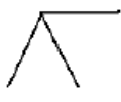


Fout 4: Holle rug

Fout 5: Hoofd niet op de grond




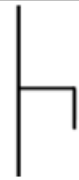


















BIJLAGE 4 Stenonotatie





• **Standen**

Staan		Stoel		Stoel los		Uitvalstand	
							
Spreidstand		Ligsteun		Boogje		Bokje	
							
Bokje zonder handen		Halve naald					
							




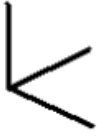

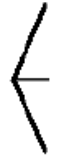



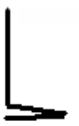

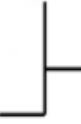


• **Zweefstanden**

Arabesque		Attitude		Y-stand		Y-stand spagaat	
							
Achterover buigen		Diep achterover buigen		Zweefstand achterover		Ringstand	
							
Naaldstand		Naald					
							






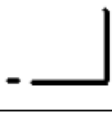




- Spagaten

Split / middenspagaat		Spagaat	
			





- Zit

Langzit		Spreidzit		Japanse lig		Kniestand	
							
Kniezit, 2 knieën		Kniezit, 1 knie		Kniezit achterover buigen			
							







- Lig

Ruglig		Buiklig		Ruglig benen hoog		93	
							
Rugwaarts vliegtuigje							
							


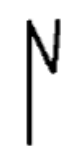



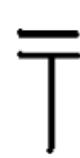







- Hoofd

Kopstand		Op het hoofd					
							



























- Schouder/ borst

Kaars		Borststand		Mexicana borststand			
							










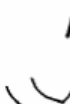








- Armhoudingen

2 armen laag		1 arm laag		2 armen hoog		1 arm hoog	
							
2 op elkaar		armen breed		los			
							



- Handstanden

Handstand		Handstand 1 arm		Handstand 2 op 1		Mexicanca	
							
Mexicanca 1 arm		Handstand split		Hoekhandstand / dislok		Vlag	
							
Bovenbalans		Krokodil		Spreidhoeksteun		Hoeksteun	
							
Hoge hoeksteun							
							






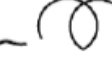

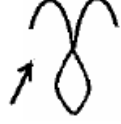
- Sprongen

Zijwaartse spagaatsprong		Spagaatsprong		Wisselspagaatsprong		Ringsprong 1 been	
							
Ringsprong 2 benen		Streksprong		180°		360°	
							
540°		720°		Spreidhoeksprong			
							







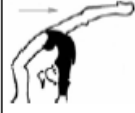













- Zwaaien

Cannonball							
							










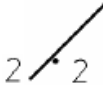
- Rollen

Rol voorover		Rol achterover		Rol zijwaarts		Zweefrol	
							
































- Overlagen / boogjes

Radslag		Radslag op 1 arm		Losse radslag		Boogje achterover	
							
Boogje achterover 1 arm		Boogje voorover		Losse overslag		Russisch boogje	
							
Zitboogje (valdez)		Kip tot stand					
							







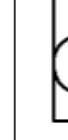







• **Tumbling**

Loopoverslag		Flikflak		Kopkip		Arabier	
			F				R
Overslag		Flakflik					
							


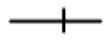

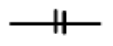
• **Salto's**

Temposalto		Salto a.o.		Dubbel a.o.		Triple a.o.	
							
Hoeksalto a.o.		Dubbel hoek a.o.		Streksalto a.o.		Dubbelstrek a.o.	
							
Streksalto a.o. 180°		Full in back out		Salto v.o.		Dubbel v.o.	
							
Hoeksalto v.o.		Streksalto v.o.		Zijwaartse salto		Barani	
					W		












- Pirouettes

Halve pirouette		Pirouette		1,5 pirouette		Dubbele pirouette	
							
2,5 pirouette		Zitdraai		Pirouette been hoog			
							












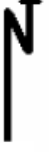
- Schroeven

Schroeven 180°		Schroeven 360°					
							



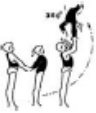





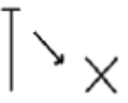


- Beginhoudingen dynamische elementen

Toss up		Uit de schoot		Basket (2)		Platform (3)	
							
Vanuit catch		Over het hoofd a.o.					
							

- Eindhoudingen dynamische elementen

Catch zijwaarts		Catch tot lig in de armen (groepen)		Catch naar elkaar toe		Catch van elkaar af	
							
Op de schouders		In de handen					
							

- Diversen

Stappen		Diamidov		Butterfly		Flairs	
							
Tussendoor naar spagaat		Tussendoor af					
							

BIJLAGE 5

Kleding - EDUCATIEVE richtlijnen (nummering overeenkomstig COP)

- 34.1 De keuze van de wedstrijdkleding, accessoires en hulpmiddelen is ter beoordeling van de juryvoorzitter. Het moet gymnastisch van karakter en ontwerp zijn. De kleding moet elegant zijn en een aanvulling op te artisticeit van de oefening.
- 34.4 Rokjes moeten het pak bedekken en mogen niet lager vallen dan net onder het heupbeen.

Rokjes met de juiste lengte



Voor



Zij



Achter

Te lang



Te strak



Te kort aan achterkant



- Het uiterlijk van een “ballet tutu” en een “Island grass” rokje is **niet toegestaan**



“ballet tutu”

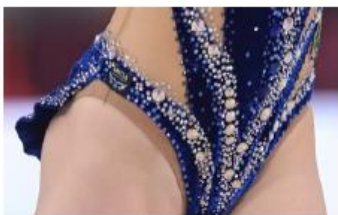


“island grass rokje”



- Damesrokjes moeten net onder of de lijn van het gypakje volgen. Zij moeten dicht op de heupen vallen. Er mag niet veel extra materiaal/stof zijn.
- Het rokje moet rondom volledig doorlopen en mag niet alleen gedeeltelijk zijn.

De volgende stijlen zijn **niet toegestaan**



34.5 Mannen en jongens mogen gypakken dragen met een korte gymnastiebroek of een lange gymnastiebroek, dan wel een pak uit een stuk.

Correcte kleding voor mannen en jongens



34.6 Donkere lange broeken, pakken uit 1 stuk (unitards) of panty's zijn alleen toegestaan als:

- ze worden onderbroken van de heup tot de enkel door een licht patroon of decoratie.
- De onderbreking moet aan de zijkant van het been zijn, eenvoudig zijn en niet overdreven.
- De lengte of soort stof moet gelijk zijn op beide benen, alleen de decoratie mag verschillen.



Huidkleurige panty's zijn toegestaan onder gypakjes en rokjes.

Incorrect



Correct



34.7 Om veiligheidsredenen zijn loszittende kleding, uitstekende delen en accessoires **niet toegestaan**.





Lichte kleuren en huidkleurige kleding moeten gevoerd zijn!

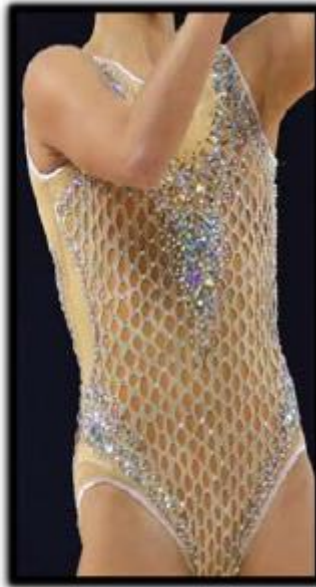
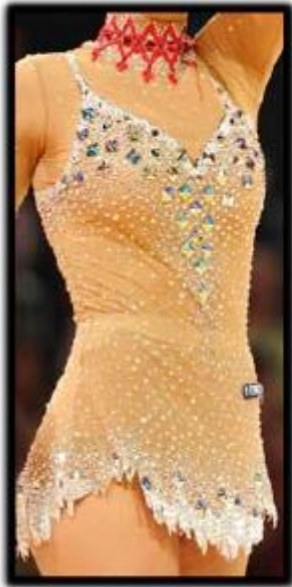
34.8 Uitdagende kleding, zwempak-achtig of karakter kleding, fotoprints in het ontwerp, is **niet toegestaan**.

Zwempak stijl



Gympakken die bijna in zijn geheel huidkleurig zijn, zijn **niet toegestaan**.

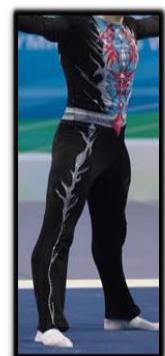
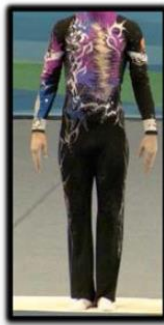
Op TV lijkt dit naakt.



Mooie turnpakken voor vrouwen en meisjes



Mooie turnpakken voor mannen en jongens



Aanbevelingen kleding

- Mannen/jongens moeten niet te veel huidkleurige stof gebruiken.

Te veel huidskleur voor mannen



- Beperk als jongen het gebruik van steentjes op je wedstrijdpak.
- Turnpakken in de stijl van een "jurk" zijn **niet toegestaan**.



- De volgende "Karakter Haaraccessoires" zijn **niet toegestaan** (35.3)

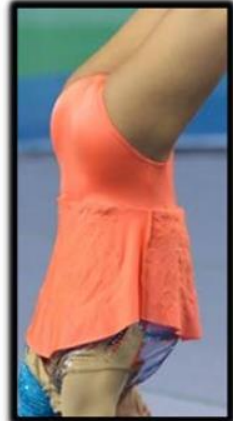


- Rokjes moeten aan de zijkant worden vastgezet om het uiterlijk van een "lampenkap" te voorkomen wanneer gymnasten ondersteboven staan.

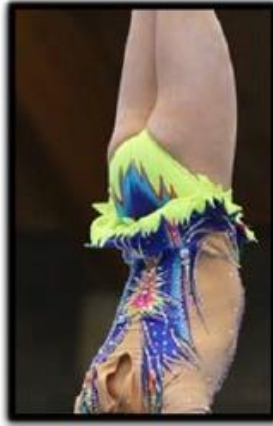
Correct



Incorrect



Idealiter moet het ontwerp van het pakje onder het rokje doorlopen.



BIJLAGE 6

Uitleg van de begrippen

Reglementen

KNGU Koninklijke Nederlands Gymnastiek Unie (www.dutchgymnastics.nl).

FIG Fédération Internationale de Gymnastique (www.fig-gymnastics.com).

LTC-AG Landelijke Technische Commissie Acrobatische Gymnastiek.

Wedstrijdreglement

De regels voor deelname aan de wedstrijden van de Acrobatische Gymnastiek, welke richting geven aan toeschouwers, trainers en juryleden.

Moeilijkheidstabellen

Een systeem om de moeilijkheidswaarde te bepalen van elementen.

Omrekentabel

Een systeem om de moeilijkheidswaarde naar een moeilijkheidscijfer om te rekenen.

Wedstrijdblad

Een getekende declaratie van wat de gymnasten willen gaan uitvoeren tijdens de wedstrijd. Elk element van moeilijkheid wordt getekend in de volgorde van uitvoering en krijgt een moeilijkheidswaarde die vastligt in de moeilijkheidstabellen. Op het wedstrijdblad staat ook de maximale moeilijkheidswaarde van de oefening en de maximale moeilijkheidscijfer vooraf aan de uitvoering.

Steno Een notatiesysteem van symbolen om elementen binnen de Acrobatische Gymnastiek verkort op te schrijven zodat je achteraf kunt teruglezen wat er in een oefening gedaan is.

Disciplines

♀	2	DP D2 Damespaar.
♀	3	DG D3 Damesgroep.
♂	2	HP H2 Herenpaar.
♂	4	HG H4 Herengroep.
♀♂	2	GP G2 Gemengdpaar.

Oefeningen

De wedstrijd-oefeningen van balans, dynamisch en combinatie karakteristiek voor Acrobatische Gymnastiek

Balans

De oefening waarin de sporters hun kracht, lenigheid, behendigheid, statische houdingen, opgangen en motions kunnen laten zien. Karakteristieke elementen met statische houdingen domineren de oefening.

Dynamisch

De oefening waarin de sporters laten zien dat ze een vluchtfase kunnen inzetten, mee kunnen helpen, onderbreken en kunnen beëindigen.

Combinatie

De oefening waarin de sporters zowel karakteristieken uit de Balansoefening als de dynamische oefening laten zien.

Artistiek

De structuur en artistieke samenstelling en ontwerp van de oefening.

Technisch

De technische beoordeling van de uitgevoerde oefening.

Moeilijkheidswaarde

De waarde van de elementen die gedeclareerd zijn op het wedstrijdblad en uitgevoerd zijn.

Moeilijkheidscijfer

Het cijfer van de moeilijkheid na omrekening van de moeilijkheidswaarde.

Open moeilijkheid

Er is geen limiet aan de hoeveelheid moeilijkheidswaarde voor de Uitvoering van een oefening en de vaststelling van het moeilijkheidscijfer. (A-niveau senior).

Gesloten moeilijkheid

De hoeveelheid moeilijkheid dat gegeven wordt voor een oefening is beperkt. Dit is voor A- niveau junior, jeugd en pupillen, B-niveau en C-niveau.

Statische houding

Een statische positie die een paar of groep 3 seconden vasthoudt

Motion

De beweging die één statisch element met een ander statisch element verbindt.

Mount

Een beweging vanaf de vloer of partner naar een statische positie op een hoger punt, eindigend in een 3 sec houding.

Houdingen

Statische positie gehouden voor een bepaalde tijd.

Transitiepiramide

Een piramide van een damesgroep of herenvier die 2 of meer delen heeft die met elkaar zijn verbonden door beweging zonder naar de grond te gaan.

Groepstransitie

Van een statische houding op een basispositie naar een statische houding op een andere basispositie. 3 seconden naar 3 seconden

Partner naar partner catch

Vlucht van partner(s) naar partner(s)

Vloer naar partner catch

Vlucht van vloer naar partner(s)

Dynamisch element

Vlucht vanaf de vloer welke evt met lichte ondersteuning van de partner(s) extra vluchtfase krijgt en weer landt op de vloer.

Afsprong

De landing op de vloer, gesprongen vanaf de partners.

Tempo link

Als in een dynamische en/of combinatie oefening, twee dynamische elementen direct achter elkaar worden uitgevoerd, zonder extra inzet. Ook wel linken genoemd.

I.E. Individuele elementen.
Elementen van moeilijkheid uitgevoerd individueel per gymnast
simultaan of direct opvolgend in elke oefening.

Identiek element

Een identiek element is een element dat gelijk is in al zijn aspecten. Het heeft dezelfde begin en eindhouding, dezelfde houding, rotatie en/of richting.

Statische houdingen en kracht:

Bijvoorbeeld handstanden, kopstanden, voetstanden, elleboog, schouder en borststanden

Lenigheid: Bijvoorbeeld split, boogjes

Behendigheid:

Bijvoorbeeld rollen en combinatie van elementen die eindigen op de vloer in een kort aangehouden positie

Tumbling: arabier, flikflak, salto's overslagen. Elementen moeten voorafgegaan worden door een beweging en eindigen op 1 of 2 voeten afhankelijk van het karakter van het element.

Juryleden

HJ Hoofdjury.

JV Juryvoorzitter.
Voorzitter van een jurypanel die de aftrekken van de totaalscore van een oefening neemt om de eindscore van een uitgevoerde oefening te bepalen.

MJ Moeilijkheidsjury. Jury die in samenwerking met de juryvoorzitter de moeilijkheidswaarde van een uitgevoerde oefening te bepalen.

AJ Artistieke Jury.
De juryleden die de oefening beoordelen op de artistiek uitvoering.

TJ Technische Jury.
De juryleden die de oefening beoordelen op hun technische uitvoering.

Jurering

Open jurering

Alle juryleden tonen hun scores aan het publiek meteen na de evaluatie van de oefening.

SV Speciale Vereisten. Verplichte elementen die voorgeschreven zijn voor een oefening. Deze worden gecontroleerd door de juryvoorzitter en de moeilijkheidsjury, die een aftrek van 1,0 toepast van de totaalscore voor elk missende speciale vereiste.

Tijd van een oefening

Lengte van een oefening welke niet 2 minuten en 30 seconden of 2 minuten mag overschrijden afhankelijk van de categorie en soort oefening.

Aftrek voor een te lange oefening

Voor elke seconde te lang wordt er een aftrek van 0,1 per seconde afgetrokken van de totaalscore van een oefening.

Scores

Scores Het optellen van de cijfers die gegeven zijn voor een oefening.

A-score Artistieke score. De score behaald voor de artistieke uitvoering van de oefening. De artistiek score wordt bepaald door het gemiddelde van scores te nemen van een panel van 4 of 6 juryleden (na wegstrepen van hoogste en laagste score) of de middelste score in het geval van 3 juryleden.

T-score Technische score. De score behaald voor de artistieke uitvoering van de oefening. De artistiek score wordt bepaald door het gemiddelde van scores te nemen van een panel van 4 of 6 juryleden (na wegstrepen van hoogste en laagste score) of de middelste score in het geval van 3 juryleden.

M- score Moeilijkheidsscore voor een uitgevoerde oefening. Het wordt bepaald door de moeilijkheidsjury (1 of 2 juryleden), die samenwerkt met elkaar en de juryvoorzitter om de moeilijkheidswaarde van een oefening te bepalen en dan de score om te zetten naar de moeilijkheidsscore met gebruik van de omrekenstabellen.

Totaalscore De som van A- + M- + T- scores voor de uitgevoerde oefening.

Eindscore	(A-score + M-score + T-score) – aftrekken (penalty's) door de juryvoorzitter/moeilijkheidsjury.
JV penalty's	De aftrekken genomen van de totaalscore voor de uitvoering (A+M+T scores) door de juryvoorzitter voor lengte, lengte van de oefening te lang, kleding, lijn fouten en niet volgens volgorde wedstrijdblad).
MJ/JV penalty's	De aftrekken genomen van de totaalscore van de uitvoering (A+M+T scores) door de JV en MJ(s) voor de missen van speciale vereisten, tijdsfouten op houdingen.
Tolerantieruimte	De maximale toegestane ruimte tussen de twee middelste cijfers (bij 4 of 6 juryleden) of tussen de hoogste en de laagste (bij 2 of 3 juryleden).
Jurypanel	Een groep van 6-11 juryleden inclusief JV, artistieke en technische juryleden en moeilijkheidsjuryleden. Elk lid van een panel heeft een andere taak bij de beoordeling van een oefening.
TF	Tijdfout. Het te kort aanhouden van een statisch element (partnerelement of individueel element).
WBL	Wedstrijdblad te laat. Het te laat inleveren van een wedstrijdblad voor de wedstrijd.
NVVW	Niet volgens volgorde wedstrijdblad. De aftrek die je krijgt als je de elementen niet in volgorde uitvoert zoals gedeclareerd op het wedstrijdblad.
Lichaamssamenstelling	
Anthropometer	Apparaat waarmee mensen gemeten worden.
Anthropometrist	(Para)medicus die de lengtemeting uitvoert.
Gewicht	Het gewicht van de sporter.
Lengteverschil	Het verschil tussen het hoofd van de bovenpartner en het suprasternale punt van de onderpartner bij paren en middenpartner bij groepen.
Lichaamstypes	Lichaamsbouw of lichaamssamenstelling .

Endomorph	Endomorf. Iemand met een endomorf lichaamstype is van nature: rond, grotere vetmassa en niet bijzonder gespierd. De heupen zijn breder dan de schouders. Meestal onderpartners.
Mesomorph	Mesomorf. Iemand met een mesomorf lichaamstype is van nature: atletisch gebouw, gespierd en heeft weinig vetmassa. Goed geproportioneerd lichaamsgewicht. Heupen zijn smaller of gelijk aan de schouders. Meestal de goede bovenpartners en onderpartners.
Ectomorph	Ectomorf iemand met een ectomorf lichaamstype is van nature: lang, slank en niet erg gespierd. Zij hebben lange spieren. Meestal bovenpartners.
Onderpartner (base)	De onderste partner van een paar of groep.
Middenpartner	De tweede onderpartner in een dames groep. En de tweede en derde in een herengroep.
Bovenpartner	Normaal gesproken de kleinere partner van een paar en de kleinste van een (top) groep die balanceert op de partner(s) of de voornaamste die geworpen wordt in een dynamische oefening.