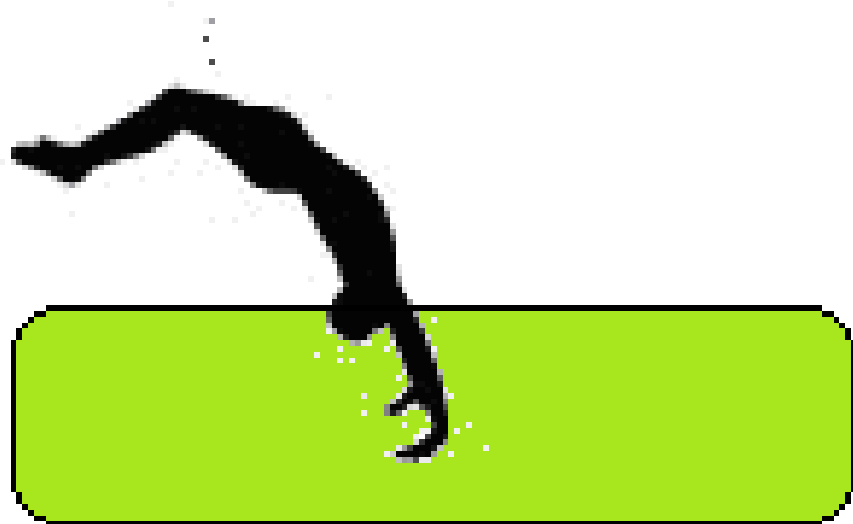




2011-2012

Programma

TUMBLING



Gym & Dans Vlaanderen vzw

Boomgaardstraat 22 bus 10

2600 Berchem

03/286.07.29 – federatie@gymdans.be

Art. 1 : Inrichting

Gym & Dans Vlaanderen vzw richt jaarlijks een wedstrijd Tumbling in voor individuele gymnasten op B- en C-niveau. De wedstrijden worden ingericht voor alle leeftijdscategorieën.

Op basis van het aantal deelnemende gymnasten kunnen 1 of 2 wedstrijden ingericht worden.

Voor de organisatie van deze wedstrijden doet Gym & Dans Vlaanderen vzw beroep op de medewerking van belangstellende vereniging(en).

De concrete afspraken hiertoe zijn opgenomen in het reglement “Organisatie van de wedstrijden”. Dit reglement wordt aan de belangstellende vereniging(en) ter beschikking gesteld.

Art. 2 : Leeftijdsgroepen

Pupillen:	2005-2004
Benjamins:	2003-2002
Miniemen:	2001-2000
Beloften:	1999-1998
Juniores/seniores*:	1997 en vroeger

** Indien er minstens 5 gymnasten zijn van elk van de categorieën, worden de juniiores en seniores alsnog opgesplitst in twee aparte categorieën.(juniiores = 1997-1996, seniores = 1995 en vroeger).*

Deze tabel is geldig voor het volledige sportjaar 2011-2012.

Art. 3 : Programma en Waardering

Reglement B-niveau: [zie bijlage 1](#);

Reglement C-niveau: [zie bijlage 2](#).;

Art. 4 : Deelnemingsvoorwaarden

Par. 1 : Algemene voorwaarden

- 4.1.1 Voldoen aan de normen inzake leeftijdsgrenzen zoals vermeld in art. 2.
- 4.1.2 Voldoen aan de voorwaarden inzake aansluiting en verzekering:
Om deel te nemen moet de club volledig in orde zijn met alle administratieve en financiële verplichtingen t.o.v. de federatie en dit op de uiterste inschrijvingsdag van de activiteit waaraan ze willen deelnemen.
Deelnemende Clubs uit andere federaties kunnen niet genieten van de verzekeringsvoorwaarden van Gym & Dans Vlaanderen vzw; zij dienen op de dag van de activiteit in het bezit te zijn van aangifteformulieren uitgereikt door de federatie waarbij zij lid zijn.
- 4.1.3 Een deelnemer kan enkel deelnemen in de eigen leeftijdscategorie en dus niet in een hogere of lagere leeftijdscategorie.
- 4.1.4 In hetzelfde wedstrijdjaar kan men slechts in één niveau deelnemen.
- 4.1.5 Op de dag van de wedstrijd dient de deelnemer vóór de wedstrijd zijn/haar identiteitskaart en/of lidkaart aan de wedstrijdleiding voor te leggen als daarnaar gevraagd wordt.
- 4.1.6 Elke deelnemende vereniging vaardigt per wedstrijd minimum één gebrevetteerd jurylid af. Vanaf 6 deelnemers per deelnemende club dient men 2 juryleden af te vaardigen, vanaf meer dan 20 deelnemers per deelnemende club 3 juryleden.
- 4.1.7 Elke gymnast die aan een wedstrijd deelneemt, dient in perfecte gezondheid te verkeren en blessurevrij te zijn
- 4.1.8 Gymnasten die deelnemen aan een wedstrijd Tumbling mogen niet deelnemen aan een wedstrijd Lange Mat en gymnasten die deelnemen aan een wedstrijd Lange mat mogen niet deelnemen aan een wedstrijd Tumbling.

Par. 2 : Afwezigheid

- 4.2.1 De deelnemer die wegens ziekte of kwetsuur van deelname aan de wedstrijd wordt weerhouden, dient de federatie hiervan te verwittigen, uiterlijk op de dag van de wedstrijd, en haar ten laatste 3 dagen na de wedstrijd een medisch attest te bezorgen.

Art. 5 : Inschrijvingsmodaliteiten

- 5.1 De inschrijvingen voor de wedstrijden gebeuren op de daartoe voorziene inschrijvingsformulieren, **uiterlijk 4 weken vóór de wedstrijd**. U kan de inschrijvingsformulieren downloaden van op www.gymdans.be door zich op de site aan te melden.
- 5.2 De inschrijving gebeurt :
- 5.2.1 door inzending van het inschrijvingsformulier aan de verantwoordelijke die onderaan op het inschrijvingsformulier staat vermeld. Het inschrijvingsformulier vermeldt niveau, naam, voornaam, geboortedatum van de gymnast en naam, gsm-nummer, e-mailadres van de trainer.
- 5.2.2 door betaling van het inschrijvingsgeld per deelnemer per wedstrijd na ontvangst van een factuur van de federatie. Het inschrijvingsgeld wordt jaarlijks door de Raad van Bestuur vastgesteld.
- De inschrijvingsgelden worden enkel terugbetaald na afgifte van een **geldig** medisch attest op het Gym & Dans Vlaanderen vzw secretariaat en dit **uiterlijk 3 dagen na de wedstrijd**. Voor de ploegenwedstrijd zullen de inschrijvingsgelden pas terugbetaald worden, als er door **geldige** afwezigheid van een gymnast, een ploeg uit minder dan 4 gymnasten bestaat.

Art. 6 : De wedstrijd

Par. 1 : Toegang tot het werkterrein

6.1.1 De toegang tot het werkterrein is uitsluitend geoorloofd aan de turn(st)ers, trainers, opgegeven juryleden, estafetten en de wedstrijdleader.

Par. 2 : Verloop van de wedstrijd

6.2.1 Het federaal secretariaat:

- is belast met de voorbereiding en organisatie van, en het toezicht op de wedstrijd;
- waakt over de toepassing van de reglementen;
- bepaalt de indeling van de jury en duidt de hoofdjuryleden en juryvoorzitter aan;
- stelt de wedstrijdleader aan;
- stelt het inoefenschema en wedstrijschema op;
- verdeelt de deelnemers vooraf bij lottrekking in groepen;
- duidt per groep de volgorde van de deelnemers aan;
- is verantwoordelijk voor het inachtnemen van de veiligheidsmaatregelen tijdens de wedstrijd.

6.2.2 Bij de opmars gaan de deelnemers zich onmiddellijk voorstellen aan de jury. Elke deelnemer krijgt de noodzakelijke inturntijd en alle deelnemers krijgen evenveel inturntijd.

De inturntijd wordt vastgesteld door de wedstrijdleader en vangt op zijn/haar teken gelijktijdig aan alle toestellen aan. De deelnemers dienen de inturntijd te eerbiedigen.

6.2.3 De train(-st)er is gedurende de volledige wedstrijd verantwoordelijk voor zijn of haar gymnasten. De deelnemers nemen steeds plaats op de daartoe voorziene plaatsen. Deelnemers die na herhaaldelijke verwittigingen de rust tijdens de wedstrijd blijven verstoren, kunnen door de wedstrijdleader uit de wedstrijd worden gezet.

6.2.4 De beslissingen van de werkgroep inzake de toepassing van de reglementen zijn voor geen beroep vatbaar.

Par. 3 : Toestellen

6.3.1 Alle toestellen dienen te voldoen aan de technische veiligheidsvoorschriften. Op B-niveau moet er een aanloopzone van 10 meter voorzien worden en de tumblingbaan moet ongeveer 25 meter lang zijn. Achter de tumblingbaan moet een landingsmat gelegd worden.

Par. 4 : Kledij

6.4.1 Teneinde het officieel karakter van de wedstrijden te eerbiedigen dient de kledij van de deelnemers te beantwoorden aan:

- Mannen: een mouwloos turnpak en een turnshort. Witte of zwarte turnpantoffels of voetovertrekken *mogen* gedragen worden.
- Vrouwen: een turnpak met of zonder mouwen. Witte of zwarte turnpantoffels of voetovertrekken *mogen* gedragen worden.

6.4.2 Uurwerken en juwelen zijn niet toegestaan.

6.4.3 De haren dienen zorgvuldig bij elkaar gehouden te worden.

6.4.4 Trainers en begeleiders dragen sportieve kledij en binnenschoeisel.

6.4.5 Kledij Juryleden:

Heren : donkerblauwe of zwarte lange broek, wit hemd (met das) en binnenschoeisel;

Dames : donkerblauwe of zwarte rok of lange broek, witte blouse en binnenschoeisel.

Par. 5 : Berekening van de scores

6.5.1. Bij de samenstelling van de jurypanels wordt gestreefd naar een minimale bezetting van 1 Moeilijkheidsjurylid en minstens 2 Uitvoeringsjuryleden.

6.5.2. De scores worden berekend als volgt :

- 1 M-jurylid en 2 U-juryleden : de moeilijkheid + (10 - het gemiddelde van de 2 U-scores) - evt. penalty;
- 1 M-jurylid en 3 U-juryleden : de moeilijkheid + (10 - het gemiddelde van de 3 U-scores) - evt. penalty;
- 1 M-jurylid en 4 U-juryleden : de moeilijkheid + (10 - het gemiddelde van de 2 middelste U-scores (= hoogste en laagste score valt weg))- evt. penalty;

Par. 6 : Prijsuitreiking

- 6.6.1. De deelnemers zijn verplicht op te marcheren in de vereiste wedstrijdkledij.
- 6.6.2. Er wordt 1 klassement opgemaakt voor alle deelnemers. Er wordt geen onderscheid gemaakt tussen leden van Gym & Dans Vlaanderen vzw en leden van andere federaties.
- 6.6.3. Aan de eerste drie gerangschikte deelnemers van elke categorie wordt een medaille uitgereikt.
- 6.6.4. Elke deelnemer ontvangt een diploma. Een kopij van de uitslag wordt aan de clubtrainers en de juryleden ter beschikking gesteld.

Par. 7: Protesten

- 6.7.1. Enkel de train(st)er en/of begeleid(st)er van de benadeelde club kan een protest indienen.
- 6.7.2. Het protest kan geformuleerd worden onmiddellijk na de ronde (= voor aanvang van de volgende rotatie) bij de wedstrijdleader.
- 6.7.3. Protesten m.b.t. de eindscore kunnen enkel gaan over de A-score (moeilijkheidsgraad).
- 6.7.4. Protesten worden behandeld door de werkgroep.
- 6.7.5. De beslissing van de werkgroep is onherroepelijk

Art. 7 Ploegenwedstrijd tumbling

Er bestaat een ploegenwedstrijd tumbling op niveau B en C.

Per niveau worden wedstrijden in twee leeftijdscategorieën georganiseerd.

De groep 'pupillen-benjamins-miniemen' en de groep 'beloften-juniores-seniores'.

Een ploeg bestaat uit 4-5 deelnemers en kan gevormd worden met zowel jongens als meisjes.

Het is toegestaan dat een gymnast in een oudere leeftijdsgroep mag deelnemen, omgekeerd niet. Het is ook toegestaan dat een gymnast die het lopende jaar op een lager niveau wedstrijd heeft gedaan in de ploegenwedstrijd met een hoger niveau deelneemt, omgekeerd niet. Een tumbl(st)er mag maar in één ploeg deelnemen.

B-niveau :

Minimum 4 gymnasten voeren 3 verschillende reeksen uit bestaande uit minimum 4 en maximum 7 elementen vrij te kiezen uit onderstaande tabel. De hoogste 4 worden in rekening gebracht voor de ploegscore ongeacht of de ploeg uit 4 of 5 gymnasten bestaat. Alle reeksen zijn vrij te kiezen. Er bestaan geen ploegreeksen.

Een gymnast mag echter niet 2x dezelfde reeks uitvoeren.

C-niveau:

Minimum 4 gymnasten voeren 3 reeksen uit bestaande uit minimum 3 en maximum 5 elementen vrij te kiezen uit onderstaande tabel. De hoogste 4 worden in rekening gebracht voor de ploegscore ongeacht of de ploeg uit 4 of 5 gymnasten bestaat. Elke gymnast van een ploeg turnt 2 ploegreeksen (= voor alle gymnasten van de ploeg dezelfde 2 gekozen reeksen) en 1 keuzereeks.

Een gymnast mag echter niet 2x dezelfde reeks uitvoeren.

Tempo van de reeksen bij ploegenwedstrijd

De sprongen dienen in snelle opeenvolging te worden uitgevoerd.

De 2de en volgende gymnast van een ploeg betreedt echter slechts de mat nadat de eerste of vorige zijn combinatie volledig heeft uitgevoerd.

Na uitvoering van een reeks sprongen moet de laatste springer bij de rij aangesloten zijn vooraleer de ploeg de volgende reeks aanvangt.

TUMBLING B-NIVEAU

- **Overzichtslijst uit te voeren reeksen**

Iedere gymnast voert 3 reeksen uit bestaande uit minimum 4 en maximum 7 elementen vrij te kiezen uit onderstaande tabel. De reeks heeft een minimumwaarde van 1,20. Elke reeks moet eindigen met een salto. Herhalingen zijn niet toegestaan behalve de delen met waarde 0.2 en Tempo.

- **Waarde van de oefeningen**

Element	Waarde van de oefening	Symbool
Loopoverslag	0,1	∧
Overslag 2 voeten	0,1	∧ 2
Rondat	0,1	(
Flik-Flak	0,2	F
Barani gehoekt/gestrekt	0,5	.1
Tempo	0,5	^
Salto rw gehurkt	0,5	- O
Salto rw gehoekt	0,6	- V
Salto rw gestrekt	0,6	- /
Twistsalto	0,6	1.
Schroef rugwaarts 1/1	0,7	2.
Schroef rugwaarts 1 1/2	0,9	3.
Schroef rugwaarts 2	1,1	4.
Punchsalto vw gehurkt	0,7	P O
Punchsalto vw gehoekt	0,8	P V
Salto vw gehurkt	0,5	. - O
Salto vw gehoekt	0,6	. - V
Salto vw gestrekt	0,6	. - /
Schroef voorwaarts 1/1	0,7	.2

Element	Waarde van de oefening	Symbool
Schroef voorwaarts 1 1/2	0,9	.3
Schroef voorwaarts 2	1,1	.4
dubbele salto rw gehurkt	1,5	-- O
dubbele salto rw gehoekt	1,7	-- V
dubbele salto rw gestrekt	2,0	-- /
dubbele salto vw gehurkt	1,5	. -- O
dubbele salto vw gehoekt	1,7	. -- V

Er mag enkel uit deze elementen gekozen worden, andere elementen zijn niet toegestaan. Indien dit toch gebeurt, zal de volledige reeks een waarde nul krijgen.

- **Herhalingen van een reeks/element**

Herhaling van reeksen is niet toegestaan en is gelijk aan een score van nul punten voor die herhaalde reeks.

Herhaling van een element is nul voor het herhaalde element.

- **Onderbreken van een reeks**

Een reeks met minder dan 4 elementen is nul voor de volledige reeks.

Een tussenstap is een onderbreking. Alle elementen gevolgd na de onderbreking tellen niet meer mee.

Een opsprong na salto voorwaarts/overslag is toegelaten.

- **Te weinig delen in een reeks**

Bij een onvolledige doorgang tijdens een vrije reeks van de gymnast wordt enkel de moeilijkheid van de uitgevoerde delen geteld en wordt voor uitvoering 1 punt afgetrokken per deel dat gemist werd.

- **Gebruik van een springplank**

Het gebruik van een springplank is toegestaan voor het eerste element van een reeks.

- **Landingszone**

Achter de tumblingbaan moet een valmat gelegd worden.

Na de laatste sprong mag geland worden op de valmat of op de tumblingbaan.

- **Aanvang van de reeksen**

De volgorde van aantreden wordt vooraf bepaald door lottrekking. De gymnast mag pas starten na het teken van de juryvoorzitter. Met toestemming van de juryvoorzitter kan een reeks hervat worden wanneer de onderbreking het gevolg is van storende elementen.

- **Beoordeling - Moeilijkheidsgraad**

De waarde van een reeks is de som van de waarde van de individuele delen vermenigvuldigd met 2.

- **Beoordeling - Uitvoering**

Elke reeks start met een uitvoeringswaarde van 10 punten. De aftrek op de uitvoering gebeurt in tienden van een punt. De maximale aftrek per deel is 1 punt. Bij herhaling van een reeks krijgt de herhaalde reeks waarde 0,00 punten toegekend.

Helpen wordt niet toegelaten. Indien een trainer toch helpt, wordt geen moeilijkheidswaarde gegeven voor dit element en wordt er 1,00 punt afgetrokken voor uitvoering.

- **Deductie voor de juryleden uitvoering**

Gebrek aan vorm, controle, hoogte en ritme in elk element	0.1 tot 1.00
Tekort aan stabiliteit na landing op beide voeten	0.1 – 0.2
Na de landing plaatsnemen van 1 of 2 handen	0,2
Na de landing op de voeten, vallen op knieën, buik, rug of zitvlak	0,4

- **Deductie aangegeven door de juryvoorzitter**

Het eerste element niet inzetten binnen de 20 sec. na het startsignaal	0,1
Hulp van een spotter na de landing	0,4
Elk deel meer dan 7	0,1 per deel
Landen buiten de landingszone	0,4

- **Eindscore**

Elke reeks krijgt twee scores: Een score op moeilijkheid en een score op uitvoering.

De score op *moeilijkheid* is de optelsom van de waarde van de verschillende geturnde elementen vermenigvuldigd met 2.

Bij de score voor *uitvoering* vertrekt iedereen van een score van 10 punten en daar wordt dan de aftrek voor uitvoering van afgetrokken.

TUMBLING C-NIVEAU

- **Overzichtslijst uit te voeren reeksen**

Alle sprongen worden uitgevoerd uit aanloop of opsprong.

Een gymnast mag een reeks slechts **één keer** uitvoeren.

Herhalingen van reeksen zijn niet toegestaan en worden bestraft met een nulscore voor die reeks. Herhaling van een element in 1 reeks is toegestaan en de score van dat element zal ook tellen.

Individuele wedstrijden: 3 vrije reeksen per gymnast

Elke reeks is vrij samen te stellen (lijst van toegelaten delen) en bestaat uit 3, 4 of 5 delen.

De waarde van een element mag maximum 0,70 zijn, is de waarde toch hoger dan 0,70 dan zal het element toch maar een moeilijkheid van 0,70 toegerekend krijgen.

- **Waarde van de oefeningen**

Er mag enkel uit deze elementen gekozen worden, andere elementen zijn niet toegestaan.

Indien dit toch gebeurt, zal deze reeks een waarde nul krijgen. Alle elementen met een waarde boven 0.7 zullen maar beoordeeld worden met een elementwaarde van 0.7.

Element	Waarde van de oefening	Symbool
Loopoverslag	0,1	∧
Overslag 2 voeten	0,1	∧ 2
Rondat	0,1	(
Flik-Flak	0,2	F
Barani gehoekt/gestrekt	0,5	.1
Tempo	0,5	^
Salto rw gehurkt	0,5	- O
Salto rw gehoekt	0,6	- V
Salto rw gestrekt	0,6	- /
Twistsalto	0,6	1.

Element	Waarde van de oefening	Symbool
Schroef rugwaarts 1/1	0,7	2.
Schroef rugwaarts 1 1/2	0,9	3.
Schroef rugwaarts 2	1,1	4.
Punchsalto vw gehurkt	0,7	P O
Punchsalto vw gehoekt	0,8	P V
Salto vw gehurkt	0,5	. - O
Salto vw gehoekt	0,6	. - V
Salto vw gestrekt	0,6	. - /
Schroef voorwaarts 1/1	0,7	.2
Schroef voorwaarts 1 1/2	0,9	.3
Schroef voorwaarts 2	1,1	.4
dubbele salto rw gehurkt	1,5	-- O
dubbele salto rw gehoekt	1,7	-- V
dubbele salto rw gestrekt	2,0	-- /
dubbele salto vw gehurkt	1,5	. -- O
dubbele salto vw gehoekt	1,7	. -- V

- **Herhalingen van een reeks**

Herhaling van reeksen is niet toegestaan en is gelijk aan een score van nul punten voor die herhaalde reeks.

Herhaling van een element in 1 reeks is toegestaan en de score van dat element zal ook tellen.

- **Onderbreken van een reeks**

Een reeks met minder dan 3 elementen is nul voor de volledige reeks.

Méér dan 1 tussenstap of meerdere bijtrekpassen zijn een onderbreking. Alle elementen gevolgd na de onderbreking tellen niet meer mee.

- **Tussenstap**

1 stap of een bijtrekpas tussen twee delen is toegelaten, meer tussenstappen worden als onderbreking van de reeks beschouwd.

- **Te weinig delen in een reeks**

Bij een onvolledige doorgang (= reeks met minder dan 3 elementen) tijdens een vrije reeks van de gymnast wordt enkel de moeilijkheid van de uitgevoerde delen geteld en wordt voor uitvoering 1 punt afgetrokken per ontbrekend deel.

- **Gebruik van een springplank**

Het gebruik van een springplank is toegestaan voor het eerste element van een reeks.

- **Landingszone**

Achter de tumblingbaan moet een valmat gelegd worden.

Na de laatste sprong mag geland worden op de valmat of op de tumblingbaan.

- **Aanvang van de reeksen**

De volgorde van aantreden wordt vooraf bepaald door lottrekking. De gymnast mag pas starten na het teken van de juryvoorzitter. Met toestemming van de juryvoorzitter kan een reeks hervat worden wanneer de onderbreking het gevolg is van storende elementen.

- **Beoordeling - Moeilijkheidsgraad**

De waarde van een reeks is de som van de waarde van de individuele delen vermenigvuldigd met 2.

- **Beoordeling – Uitvoering**

De uitvoeringswaarde van een correct uitgevoerde reeks = 10,00 punten

De aftrek op de uitvoering gebeurt in tienden van een punt.

De maximale aftrek van een deel = 1,00 punt.

Bij herhaling van een reeks krijgt de herhaalde reeks waarde 0,00 punten toegekend.

Helpen wordt niet toegelaten. Indien een trainer toch helpt, wordt geen moeilijkheidswaarde gegeven voor dit element en wordt er 1,00 punt afgetrokken voor uitvoering.

- **Deductie voor de juryleden uitvoering**

Gebrek aan vorm, controle, hoogte en ritme in elk element	0.1 tot 1.00
Tekort aan stabiliteit na landing op beide voeten	0.1 – 0.2
Na de landing plaatsen van 1 of 2 handen	0,2
Na de landing vallen op knieën, buik, rug of zitvlak	0,4

- **Deductie aangegeven door de juryvoorzitter**

Het eerste element niet inzetten binnen de 20 sec. na het startsignaal	0,1
Hulp van een spotter na de landing	0,4
Elk deel meer dan 5	0,1 per deel
Landen buiten de landingszone	0,4

- **Eindscore**

Elke reeks krijgt twee scores: Een score op moeilijkheid en een score op uitvoering.

De score op *moeilijkheid* is de optelsom van de waarde van de verschillende elementen vermenigvuldigd met 2.

Bij de score voor *uitvoering* vertrekt iedereen van een score van 10 punten en daar wordt dan de aftrek voor uitvoering van afgetrokken.