

Koninklijke Nederlandse Gymnastiek Unie
District Oost
Gelderland Midden



TOESTELTURNEN DAMES
3^e divisie

Keuze:

Senior – Supplement C
Junior – Supplement D
Jeugd 2 – Supplement E

Voorgeschreven:

Jeugd 1 – N4
Pupil 2 – N3
Pupil 1 – N3
Instap – N3

~~Zaterdag 24 november 2018 te Beekbergen~~

~~Zaterdag 15 december 2018 te Beekbergen~~

Zaterdag 26 januari 2019 te Beekbergen

KNGU Centrum
Lage Bergweg 10
7361 GT Beekbergen
055-5058700

Beste sportvrienden,

Welkom op de plaatsingswedstrijden van de 3e divisie.
De plaatsingswedstrijden vinden plaats in Beekbergen.

Train(st)ers: **Denk aan geldige wedstrijdpassen, deze zijn verplicht voor alle deelnemers van de Ere t/m 3e divisie.**

De twee beste wedstrijden (plaatsingscijfer) tellen voor plaatsing naar de districtfinale. Bij gelijk eindigen zullen de puntentotalen van de drie wedstrijden tellen. De districtfinale (Gelderland & Overijssel) is bepalend voor de doorstroming naar de landelijke wedstrijden.

Namens de district technische commissie Turnen wensen wij alle deelnemers, juryleden, train(st)ers en alle andere belangstellenden succesvolle en sportieve wedstrijden toe.

In de Turnhal is het verboden om te roken, te eten en/of te drinken op en rondom de vloer/matten. Ook mag er op de tribune niet gegeten en gedronken worden. Dit geldt zowel voor de turnsters, trainers, juryleden als wedstrijdleiding. Eten en drinken dient in de kleedkamer, dan wel in de kantine te gebeuren. Roken mag alleen buiten!!!!

Bij deze wedstrijden zal er bij binnenkomst voor het publiek entreegeld gevraagd worden.

- Kinderen t/m 11 jaar → Gratis
- Personen van 12 en ouder → € 3,00

Doorstroming naar Districtfinale:

Instap	Pupil 1	Pupil 2	Jeugd 1	Jeugd 2	Junior	Senior
6	5	8	6	10	11	17

Algemene regels:

1. Bij de plaatsingswedstrijd begint groep 1/5 bij sprong, groep 2/6 bij brug, groep 3/7 bij balk en groep 4/8 bij vloer.
2. Bij deze wedstrijd is een plankoline, dempingsmat op vloer voor instap, pupil 1&2 en balk met een soft-toplaag aanwezig.
3. De turnsters van wedstrijd 2, 3 en 4 dienen 30 minuten voor aanvang van de warming-up aanwezig te zijn.
4. Bij binnenkomst melden bij de wedstrijdtafel/infostand en daar:
 - Inleveren van geldige wedstrijdpaspoorten;
 - Afhalen van wedstrijdnummers;
 - Afmelden van turnsters;
 - Inleveren van cd met muziek voorzien van naam, vereniging en wedstrijdnummer;
 - Per cd 1 nummer
 - Per turnster 1 cd
5. Tijdens de warming-up mogen de toestellen niet gebruikt worden.
6. Na afloop van de wedstrijd bij de wedstrijdtafel/infostand:
 - De wedstrijdnummers inleveren;
 - Ophalen wedstrijdpaspoorten en cd's;
 - De uitslagenlijst wordt opgehangen en zal diezelfde dag nog online gezet worden.
7. Het (in)turnen gebeurt volgens schema, wedstrijdvolgorde en op aanwijzing van de wedstrijdleiding.
8. Op teken van de wedstrijdleiding wordt op muziek gewisseld van toestel, waar de turnsters zich presenteren bij de jury voordat zij met inturnen beginnen.
9. Na elke toestelwissel begint de volgende turnster van het groepje.
10. Zorg dat de turnster die aan de beurt is klaarstaat.
11. Op de wedstrijdvloer mogen zich uitsluitend turnsters met leiding bevinden, die aan de betreffende wedstrijdronde deelnemen.
12. De wedstrijdvloer mag uitsluitend met toestemming van de wedstrijdleiding worden verlaten.
13. Op de wedstrijddag heeft een lid van de technische commissie of het rayon, de eindverantwoordelijkheid bij het nemen van beslissingen tijdens de wedstrijd.
14. Het aantal toegestane train(st)ers op de werkvloer: Het aantal begeleiders mag niet groter zijn dan het aantal toestellen waaraan turnsters van de betreffende vereniging tegelijkertijd moeten turnen. Indien een vereniging met meer dan drie turnsters slechts aan een toestel tegelijk turnt, zijn maximaal twee begeleiders toegestaan.
15. Trainers willen we verzoeken om in gepaste kleding op de wedstrijdvloer te verschijnen: sportkleding, binnen schoenen, t-shirt. Gelieve, ook als het warm is, geen hemdjes met spaghettibandjes te dragen en te zorgen dat buik/rug bedekt is.
16. Het is train(st)ers tijdens de wedstrijd niet toegestaan rechtstreeks contact te zoeken met de jury. Informeren naar "hoe het cijfer tot stand is gekomen" kan uitsluitend via het daarvoor bestemde formulier bij de hoofdjury.
17. GK is hoofdsponsor van de KNGU en mag bij elke wedstrijd aanwezig zijn met een stand.
18. E.H.B.O.: U kunt in principe gratis van zijn/haar diensten gebruik maken. Echter voor wat betreft het gebruik van materialen, zoals tape etc. kan een kostprijs in rekening gebracht worden.

De district technische commissie Turnen wenst iedereen een prettige en sportieve wedstrijd toe!

AANDACHTSPUNTEN VOOR EEN GOED WEDSTRIJDVERLOOP:

SPRONG:

- Voorgeschreven oefenstof heeft 3 inspring beurten.
- Keuze oefenstof heeft 4 inspring beurten.
- Keuze oefenstof met salto vorm heeft 5 inspring beurten.

BRUG:

- Alle turnsters mogen minimaal 2 beurten inturnen.

BALK:

- Indien turnsters uit baan 1 & 2 op dezelfde balk wedstrijd turnen gelden de volgende regels;
 - Er wordt geturnd op volgorde van het wedstrijdboekje.
Eerst alle turnsters uit baan 1, dan alle turnsters uit baan 2.
 - Elke turnster mag 20 seconden op de wedstrijdbalk inturnen, daarna en ervoor kan er gebruik gemaakt worden van de overige balken.
 - Balken mogen NIET verplaatst of verwijderd worden.
Houdt rekening hiermee qua opsprong.

VLOER:

- Op vloer wordt met beide banen tegelijk ingeturnd.
- Er MOET gebruik gemaakt worden van de diagonale dempingsmat bij instap, pupil 1 en pupil 2. Wij verwachten dat trainers deze samen verplaatsen tussen de oefeningen, dit scheelt erg veel tijd in de wedstrijddag.

JUNIOR/SENIOR

- De junioren en senioren zitten nu verdeeld over 2 wedstrijden.
- Na wedstrijd 4 zal er een prijsuitreiking volgen.

Wedstrijdschema:

- Wedstrijd 1: Baan 1: Instap – N3
 Baan 2: Pupil 1 – N3
 08.45 uur warming-up
 08.55 uur opmars en opening
 09.00 uur aanvang wedstrijd
 ± 10.30 uur einde wedstrijd
 ± 10.40 uur prijsuitreiking
 Inturnen: 4 minuten
- Wedstrijd 2: Baan 1: Pupil 2 – N3
 Baan 2: Jeugd 2 – supplement E
 ± 10.45 uur warming up
 ± 10.55 uur opmars
 ± 11.00 uur aanvang wedstrijd
 ± 13.00 uur einde wedstrijd
 ± 13.10 uur prijsuitreiking
 Inturnen: 6 minuten
- Wedstrijd 3: Baan 1: Jeugd 1 – N4 & Junior – supplement D
 Baan 2: Senior – supplement C
 ± 13.15 uur warming up
 ± 13.25 uur opmars
 ± 13.30 uur aanvang wedstrijd
 ± 15.15 uur einde wedstrijd
 ± 15.30 uur prijsuitreiking
 Inturnen: 5 minuten
- Wedstrijd 4: Baan 1: Junior – supplement D
 Baan 2: Senior – supplement C
 ± 15.45 uur warming up
 ± 15.55 uur opmars
 ± 16.00 uur aanvang wedstrijd
 ± 18.00 uur einde wedstrijd
 ± 18.15 uur prijsuitreiking
 Inturnen: 5 minuten