

Koninklijke Nederlandse Gymnastiek Unie
District Oost



TOESTELTURNEN DAMES
Pré-Instap

Voorgeschreven:

Pré-Instap 1 & 2 – D3

Pré-Instap 1 & 2 – D2

Pré-Instap 2 – D1

Pré-Instap 2 – N3

Zaterdag 23 maart 2019 te Didam



Beste sportvrienden,

Welkom op de pré-instapwedstrijd voor de turnsters uit Gelderland Oost.
Deze wedstrijd vindt plaats in Didam in de turnhal.
De wedstrijddag bestaat uit 3 wedstrijden over 2 banen.

Adres:

Turn en sportcentrum Montferland
Luijnhorststraat 10B
6941 RC Didam
(Met oud navigatiesysteem: Vincwijkstraat 6, Didam)

Bij deze wedstrijden zal er bij binnenkomst voor het publiek entreegeld gevraagd worden. U dient contant te betalen, liefst gepast.

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

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



Algemene regels:

1. Bij de wedstrijd 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, balk met een soft-toplaag aanwezig en geen dempingsmat op vloer voor Pré-Instap 2 – N3.
3. De turnsters van wedstrijd 2 en 3 dienen 30 minuten voor aanvang van de warming-up aanwezig te zijn en plaats te nemen in de kantine.
4. Bij binnenkomst melden bij de wedstrijdtafel/infostand en daar:
 - Afhalen van wedstrijdnummers;
 - Afmelden van turnsters;
5. Tijdens de warming-up mogen de toestellen niet gebruikt worden.
6. Na afloop van de wedstrijd bij de wedstrijdtafel/infostand:
 - De wedstrijdnummers inleveren;
 - 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 eindverantwoording 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. Als 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.
19. Tijdens deze wedstrijden kan er een fotograaf aanwezig zijn. De fotograaf dient dit van tevoren aan te vragen. Als er bezwaar is tegen het online plaatsen van foto's van één van de turnsters verzoeken wij de train(st)ers dit tijdig door te geven. De link naar de website zal tijdens de wedstrijd worden genoemd.

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



Wedstrijdschema:

- Wedstrijd 1: Baan 1: Pré-Instap 1 – D3
Baan 2: Pré-Instap 2 – D3
08.45 Warming-up (zonder toestellen)
08.55 Opmars en opening
09.00 Aanvang van wedstrijd 1
±11.15 Prijsuitreiking
Inturnen 7 minuten
- Wedstrijd 2: Baan 1: Pré-Instap 2 – D2
Baan 2: Pré-Instap 2 – D2
11.30 Warming-up (zonder toestellen)
11.40 Opmars en opening
11.45 Aanvang van wedstrijd 2
±13.15 Prijsuitreiking
Inturnen 5 minuten
- Wedstrijd 3: Baan 1: Pré-Instap 1 – D2
Baan 2: Pré-Instap 2 – D1* & Pré-Instap 2 – N3**
13.30 Warming-up (zonder toestellen)
13.40 Opmars en opening
13.45 Aanvang van wedstrijd 3
±15.15 Prijsuitreiking (tussenuitslag senioren)
Inturnen 5 minuten

* let op!!

Turnsters uitkomende in Pré-Instap 2 – D1 mogen kiezen uit de lange mat versie of de oefening op muziek. Tijdens het inturnen dient bij de jury aangegeven te worden voor welke oefening er gekozen is. Tevens ook vooraf aan de wedstrijd bij de speaker/muziek.

** let op!!

Turnsters uitkomende in Pré-Instap – N3 turnt ZONDER dempingsmat op vloer. Op sprong en rekstok zullen zij in overleg met de jury inturnen en hun oefeningen laten zien. Dit vanwege D1 & N3 binnen 1 groep.