

INFORMATIE SPRINGWEDSTRIJDEN C/D/E

RAYON Zuid-Holland Noord



Koninklijke Nederlandse Gymnastiek Unie

Datum:	Zaterdag 25 november 2023
Plaats:	Sporthal "De Mammoet" in Gouda
Coördinator:	Werkgroep springen D/E
Contact/vragen:	Springen.zuidholland@gmail.com
Sluiting inschrijftermijn:	Vrijdag 13 oktober 2023

Algemene info

Nieuw dit jaar is de groepsspringwedstrijd op **C niveau met verplichte oefenstof**. We merken dat de overstap naar het zelf maken van oefeningen op C niveau groot is. Met C verplicht hopen we dat de stap kleiner is en meer teams mee kunnen doen aan een springwedstrijd. De oefenstof is bijgevoegd.

Is er iets onduidelijk wat betreft dit niveau, laat het ons gerust weten. We hebben geprobeerd alles zo volledig mogelijk op te schrijven.

Daarnaast is het in ons rayon mogelijk om mee te doen op **airtrack D/E niveau**. Elk team kiest voor lange mat OF airtrack (30 cm dik, 15m lang). De oefenstof is bijgevoegd.

Deelname

Inschrijven voor deze wedstrijd is mogelijk via het KNGU loket ([link](#)), t/m 13 oktober 2023. Let goed op de verschillende leeftijdscategorieën, deze zijn bij C anders dan bij D/E! Het is niet nodig alle teamleden op te geven, één springer per team is voldoende!

De inschrijving staat open voor clubs uit het **hele district Zuid-Holland**. Denk er bij inschrijving aan dat D/E een wedstrijd is waar een (recreatieve) springer met één training per week aan mee kan doen. Train je meer, schrijf je dan in voor onze C wedstrijd of landelijke wedstrijden.

Het **inschrijfgeld** bedraagt € 17,00 per team per toestel.

Betaling geschiedt door middel van een doorlopende incasso van de KNGU.

Er worden geen toegangsgelden geheven voor toeschouwers.

Graag de teams doornummeren bij inschrijving!

Bijv. Velocitas Gouda 1 – junioren C

Velocitas Gouda 2 – senioren E

Velocitas Gouda 3 – jeugd D

Vergeet niet **minimaal één bevoegd jurylid** op te geven, tegelijkertijd met de inschrijving. Bij deelname van 6 teams of meer is het verplicht twee juryleden op te geven. Voor de C wedstrijd bij voorkeur GS3 brevet, evt GS2 mag ook. Mocht uw jurylid onverhoopt afmelden dan is uw club verplicht een ander jurylid te regelen.

Alle informatie over de wedstrijd, zoals wedstrijdschema en brieven worden ook op de KNGU website geplaatst (zie [hier](#)). Tot max. 5 dagen van te voren kan het schema nog worden gewijzigd, kijk dus regelmatig!

Bij grote wijzigingen wordt de opgegeven trainer per e-mail op de hoogte gesteld.

INFORMATIE SPRINGWEDSTRIJDEN

RAYON ZHN NIVEAU D/E



Datum: Zaterdag 25 november 2023
Plaats: Sporthal "De Mammoet" in Gouda
Coördinator: Werkgroep springen D/E
Contact/vragen: Springen.zuidholland@gmail.com
Sluiting inschrijffermijn: Vrijdag 13 oktober 2023

Oefenstof en reglementen

Er wordt gebruik gemaakt van het KNGU "Wedstrijdreglement Tr Gs DE Toestellen" (zie [hier](#)), versie 2023. **Blijvend in ons rayon: meedoen op airtrack.** De oefenstof is afgeleid van lange mat. Elk team kan **kiezen tussen lange mat OF airtrack** (of dit toestel overslaan).

Het is mogelijk dames-, heren- en mix teams op te geven. Een mix team bestaat zowel uit jongens/heren als meisjes/dames. De verhouding hoeft niet evenredig te zijn. Indien er onvoldoende mix teams worden ingeschreven, zullen deze teams worden bij dames of heren worden gevoegd. Het is **niet toegestaan** in meerdere teams aan dezelfde toestellen op één wedstrijddag deel te nemen. Het is **wel mogelijk** om met één team op het ene toestel op D niveau mee te doen en een ander toestel E niveau.

Leeftijdscategorieën

LET OP: Er wordt bij deze wedstrijd afgeweken van de landelijke leeftijdscategorieën en dispensatieregeling. We willen het mogelijk maken dat zoveel mogelijk spring(st)ers mee kunnen doen. Dispensatie op basis van leeftijd is mogelijk voor één teamlid, mits hij/zij niet jonger/ouder is dan 1 kalenderjaar. Een team bestaat uit 6-9 springers. Alle springers uit het team springen alle sprongbeurten.

Leeftijdscategorie	Geboortejaren
Instap 8-9 jaar	2015 en 2014
Jeugd 10-12 jaar	2013 t/m 2011
Junior 10-16 jaar	2013 t/m 2007
Senior 15 jaar en ouder	2008 en eerder

Deelnamemogelijkheden D/ E niveau

	instap	jeugd	junior	senior
Minitramp	X	X	X	X
Lange mat	X*	X*	X*	X*
Airtrack	X*	X*	X*	X*
Plankoline kast	X	X		
Plank kast			X	X
Minitramp kast	X	X		
Minitramp springtoestel			X	X

* keuze uit airtrack OF lange mat

Het is niet verplicht op te geven voor alle toestellen. Er worden prijzen uitgereikt per toestel.

INFORMATIE SPRINGWEDSTRIJDEN

RAYON ZHN NIVEAU C



Datum: Zaterdag 25 november 2023
Plaats: Sporthal "De Mammoet" in Gouda
Coördinator: Werkgroep springen D/E
Contact/vragen: Springen.zuidholland@gmail.com
Sluiting inschrijffermijn: Vrijdag 13 oktober 2023

Oefenstof en reglementen

Er wordt gebruik gemaakt eigen verplichte oefenstof, gebaseerd op KNGU "Wedstrijd-reglement Tr Gs DE Toestellen" en de C keuze oefenstof KNGU. Oefenstof staat in de bijlage. Er zijn verplichte sprongen en keuzebeurten, net als bij de D/E. Bij de oefenstof staat beschreven hoe er wordt gejureerd. Ook is er een voorbeeld jurybriefje beschikbaar.

Het is mogelijk dames-, heren- en mix teams op te geven. Een mix team bestaat zowel uit jongens/heren als meisjes/dames. De verhouding hoeft niet evenredig te zijn. Indien er onvoldoende mix teams worden ingeschreven, zullen deze teams worden bij dames of heren worden gevoegd. Het is **niet toegestaan** in meerdere teams aan dezelfde toestellen op één wedstrijddag deel te nemen.

Leeftijdscategorieën

LET OP: Op niveau C werken we met de landelijke leeftijdscategorieën, zodat het mogelijk is met hetzelfde team mee te doen aan landelijke wedstrijden. Ook de landelijke dispensatie regels gelden dus! Zie [hier](#) voor meer info.

Een team bestaat uit 6-9 springers, waarvan bij elke sprongbeurt minimaal 6 springers de beurt moeten uitvoeren. Men mag dus onderling in het team wisselen (net als bij de C keuze oefenstof).

Leeftijdscategorie	Geboortejaren
Jeugd 8-12 jaar	2015 t/m 2011
Junior 12-18 jaar	2011 t/m 2005
Senior 18 jaar en ouder	2005 en eerder

Deelnamemogelijkheden C- niveau

	jeugd	junior	senior
Minitramp	X	X	X
Airtrack	X	X	X
Minitramp springtoestel	X	X	X
Plankoline kast	X		
Minitramp tafel		X	X

Het is niet verplicht op te geven voor alle toestellen. Er worden prijzen uitgereikt per toestel.