

FÉDÉRATION INTERNATIONALE DE GYMNASTIQUE



FIG Waarderingsvoorschriften 2022 - 2024 Nederlandse Vertaling

Voor wedstrijden Turnen Dames :

Olympische Spelen

Jeugd Olympische Spelen

Wereldkampioenschappen

Regionale en Intercontinentale Competities

Competities met internationale deelnemers

*Voor wedstrijden in landen met een lager ontwikkelingsniveau in Damesturnen,
alsmede de competities voor Junioren, zijn de aangepaste regels van toepassing welke
samengesteld zijn door Continentale of Regionale Autoriteiten, gebaseerd op leeftijd
en ontwikkelingsniveau (zie het FIG Age Group Development Program)*

De Waarderingsvoorschriften zijn eigendom van FIG. Vertaling en kopiëren is verboden zonder schriftelijke toestemming van FIG.
In geval er een discrepantie is tussen beweringen in de Waarderingsvoorschriften en het Technisch Reglement, heeft het Technisch Reglement voorrang.
Indien er een verschil is tussen de verschillende vertalingen, wordt de Engelse tekst als correct beschouwd.

MET DANK AAN

President	Donatella Sacchi	ITA
1° Vice President	Kym Dowdell	AUS
2e Vice President	Qiurui Zhou	CHN
Secretaris	Johanna Gratt	AUT
Lid	Liubov Andrianova	RUS
Lid	Elena Davydova	CAN
Lid	Tatiana Perskaira-Borisovna	USA
Atleutenvertegenwoordiger	Oksana Chusovitina	UZB
Adviseur aan het WTC	Naomi Valenzo	MEX
Illustraties	James Stephenson & Koichi Endo	USA JPN
Originele illustraties	Ingrid Nicklaus	GER
Originele symbolen	Margot Dietz	GER
Bewerking illustraties, symbolen en grafieken	Linda Chencinski & Milvia Bernasconi	USA ITA
Nederlandse tekst	Carlijn Brands/Anneke Ausma Werkgroep Juryzaken (met toestemming van FIG WTC)	

UPDATES WAARDERINGSVOORSCHRIFTEN

Na de officiële FIG Competities publiceert het FIG WTC een FIG Nieuwsbrief met daarbij inbegrepen:

- Alle nieuwe elementen en variaties met een nummer en illustratie
- Nieuwe verbindingen

De updates op de Waarderingsvoorschriften worden door het Algemene Secretariaat van de FIG verstuurd naar alle aangesloten federaties, inclusief de effectieve datum, per wanneer het geldig is voor de volgende FIG competities.

HELPDESK

Voor extra voorbeelden, beschrijvingen, definities, updates en verklaringen wordt verwezen naar de WAG Help Desk op de FIG website.

=-

AFKORTINGEN

Commissies	
EC	Executive Committee
FIG	Federation of International Gymnastics
LOC	Local Organizing Committee
TC	Technical Committee
WAG	Woman's Artistic Gymnastics
WTC	Woman's Technical Committee
Documents	
COP	Code of Points (<i>Code</i>)
TR	Technical Regulations
Toestellen	
SP	Sprong
BO	Brug Ongelijk
BA	Balk
VL	Vloer
LL	Lage ligger
HL	Hoge Ligger
Panels	
D-Panel	Juryleden die de moeilijkheid evalueren
D-Score	De score van de moeilijkheid
E-Panel	Juryleden die de uitvoering evalueren
E-Score	De score van de uitvoering
SEC	Secretaris/Secretaresse
HWJ	Hoofd Wedstrijd Jury
Vereisten	
Min.	Minimaal
Max.	Maximaal
MW	Moeilijkheidswaarde
VW	Verbindingswaarde
Afspr	Afsprong
Gr	Groep
Opspr	Opsprong
SE	Samenstellingseisen
SB	Serie Bonus
p.	Punt
Lichaamsposities	
vw	Voorwaarts
aw	Achterwaarts
ao/a.o.	Achterover
vo/v.o.	Voorover
zw	Zijwaarts

Lichaamsposities	
HS/hstd/handst.	Handstand
LA	Lengteas draai
BA	Breedteas draai
Root Skill	Het basis element van een vaardigheid
Wedstrijden	
AA	Meerkampfinale
TF	Toestelfinales
OS	Olympische Spelen
WK	Wereldkampioenschap
JOS	Jeugd Olympische Spelen
Kwal	Kwalificatiewedstrijd

WOORDENLIJST

Kwaliteiten in uitvoering	
Expressie	De betekenis van emoties kunnen uitdrukken of duiden
Dynamiek	Actieve, krachtige, energieke, explosieve verandering in de intensiteit van de uitvoering
Samenstelling	De vereisten voor de oefening
Choreografie	De creatieve opstelling van de oefening
Precisie	Iedere beweging moet perfecte controle laten zien in iedere fase, inclusief een duidelijke start en eindpositie.
Lichaams positie	Het woord 'Positie' (in engels 'position') wordt gebruikt om de lichaamshouding in de lucht te omschrijven.
Lichaams houding	Het woord 'Lichaamshouding' (in engels 'posture') wordt gebruikt om de lichaamshouding te omschrijven wanneer de voeten in contact zijn met de grond (bv. Bij landing, maar ok gedurende choreografie)

INHOUDSOPGAVE

DEEL I	VOORSCHRIFTEN VAN TOEPASSING OP DE WEDSTRIJDDEELNEMERS	Sect. 1	DEEL II	BEOORDELING VAN DE OEFENING	
Sectie 1	DOEL	1	Sectie 6	BEPALING VAN DE SCORE	Sect. 6
			Artikel 6.1	Algemeen	1
			Artikel 6.2	Bepaling van de eindscore	1
			Artikel 6.3	Te korte oefening	1
Sectie 2	VOORSCHRIFTEN VOOR TURNSTERS	Sect. 2	Sectie 7	VOORSCHRIFTEN VAN TOEPASSING OP DE D-SCORE	Sect. 7
Artikel 2.1	Rechten van de turnster	1	Artikel 7.1	D-score	1
Artikel 2.2	Verantwoordelijkheden van de turnsters	2		Sprong	
Artikel 2.3	Plichten van de turnsters	2		BO / BA /VL	
Artikel 2.4	Straffen	3	Artikel 7.2	Moeilijkheidswaarde (MW)	1
Artikel 2.5	Eed van de turnsters	3	Artikel 7.3	Samenstellingseisen (SE)	3
			Artikel 7.4	Verbindingswaarde (VW) & Bonus	3
Sectie 3	VOORSCHRIFTEN VOOR COACHES	Sect. 3	Sectie 8	VOORSCHRIFTEN VAN TOEPASSING OP DE E-SCORE	Sect. 8
Artikel 3.1	Rechten van de coach	1	Artikel 8.1	Beschrijving van de E-score	1
Artikel 3.2	Verantwoordelijkheden van de coaches	1	Artikel 8.2	Evaluatie van de E-score	1
Artikel 3.3	Straffen voor gedrag van coaches	2	Artikel 8.3	Tabel van aftrekken en straffen	2
Artikel 3.4	Protesten	2			
Artikel 3.5	Eed van de coaches	2	Sectie 9	TECHNISCHE VOORSCHRIFTEN	Sect. 9
Sectie 4	VOORSCHRIFTEN VOOR DE TECHN. COMMISSIE	Sect. 4	Artikel 9.1	Alle toestellen	1
Artikel 4.1	De Voorzitter van de Techn. Commissie	1	Artikel 9.2	Balk en Vloer	2
Artikel 4.2	De leden van de Techn. Commissie	1	Artikel 9.3	Voorschriften voor bepaalde dans elementen	3
			Artikel 9.4	Brug Ongelijk	5
Sectie 5	VOORSCHRIFTEN EN STRUCTUUR VAN DE TOESTELJURY	Sect. 5	DEEL III	TOESTELLEN	
Artikel 5.1	Verantwoordelijkheden van de juryleden	1	Sectie 10	SPRONG	Sect. 10
Artikel 5.2	Rechten van de juryleden	2	Artikel 10.1	Algemeen	1
Artikel 5.3	Samenstelling van de toesteljury	2	Artikel 10.2	Aanlopen	1
Artikel 5.4	Functies van de toesteljury	2	Artikel 10.3	Spronggroepen	1
	D-Panel		Artikel 10.4	Eisen	2
	E-Panel		Artikel 10.5	Werkwijze van cijfertoekenning	3
Artikel 5.5	Functies van de tijd & lijnjuryleden en Secretarissen	3	Artikel 10.6	Specifieke toestel aftrekken	3
Artikel 5.6	Zitplaatsen	4			
Artikel 5.7	Eed van de juryleden	4			

INHOUDSOPGAVE

Sectie 11	BRUG ONGELIJK	Sect.11
Artikel 11.1	Algemeen	1
Artikel 11.2	Inhoud en samenstelling van de oefening	1
Artikel 11.3	Samenstellingseisen (SE)	1
Artikel 11.4	Verbindingswaarde (VW)	1
Artikel 11.5	Samenstellingsaftrekken	2
Artikel 11.6	Specifieke toestel aftrekken	3
Artikel 11.7	Opmerkingen	3

Sectie 12	BALK	Sect.12
	Artistieke Presentatie	1
Artikel 12.1	Algemeen	1
Artikel 12.2	Inhoud van de oefening	2
Artikel 12.3	Samenstellingseisen (SE)	2
Artikel 12.4	Verbindingswaarde (VW)	2
Artikel 12.5	Aftrekken voor artistieke presentatie en choreografie	4
Artikel 12.6	Specifieke toestel aftrekken	4
Artikel 12.7	Opmerkingen	5

Sectie 13	VLOER	Sect.13
	Artistieke Presentatie	1
Artikel 13.1	Algemeen	2
Artikel 13.2	Inhoud van de oefening	2
Artikel 13.3	Samenstellingseisen (SE)	3
Artikel 13.4	Verbindingswaarde (VW)	3
Artikel 13.5	Aftrekken voor artistieke presentatie en choreografie	4
Artikel 13.6	Specifieke toestel aftrekken	4

DEEL IV

Sectie 14	ELEMENTENTABEL
14.1	SPRONGTABEL
14.2	TABEL VOOR BRUG ONGELIJK
14.3	TABEL VOOR BALK
14.4	TABEL VOOR VLOER

DEEL V

BIJLAGEN
• Symboolsheets – worden apart gepubliceerd
• Notatiesheets – worden apart gepubliceerd
• Checklist artistieke aftrekken voor BA en VL – wordt apart gepubliceerd
• Aanpassingen voor Junior wedstrijden (niet vertaald)
• Symboolbrochure (niet vertaald)
• Lijst van elementen die door turnsters voor de eerste keer zijn uitgevoerd tijdens officiële FIG wedstrijden (niet vertaald)
• Errata



DEEL I

VOORSCHRIFTEN VAN TOEPASSING OP DE WEDSTRIJDDEELNEMERS

SECTIES 1-5

DEEL I VOORSCHRIFTEN VAN TOEPASSING OP DE WEDSTRIJDDEELNEMERS

SECTIE 1 – DOEL

DOEL

Het primaire doel van de Waarderingsvoorschriften is om :

1. Te voorzien in een objectieve manier om turn oefeningen op alle niveaus in regionale, landelijke en internationale competities te beoordelen.
2. Het jureren in alle 4 stadia van de officiële FIG competities te standaardiseren:
 - Kwalificatie,
 - Team Finale,
 - Meerkamp Finale en
 - Individuele Toestel Finales.
3. Te verzekeren dat de beste turnster in elke competitie wordt geïdentificeerd.
4. Coaches en turnsters te begeleiden in de samenstelling van de wedstrijd oefeningen.
5. Te voorzien in informatie omtrent de bron van andere technische informatie en regels, welke juryleden, coaches en turnsters regelmatig nodig hebben tijdens de competities

SECTIE 2 – VOORSCHRIFTEN VOOR TURNSTERS

Rechten van de turnster

2.1.1 Algemeen

De turnster heeft gegarandeerd recht op:

- a) Een correcte en eerlijke beoordeling van haar oefening, in overeenstemming met de waarderingsvoorschriften.
- b) Een geschreven evaluatie van de bepaling van de moeilijkheid van een ingediende nieuwe sprong of element binnen een redelijke termijn voor aanvang van de wedstrijd.
- c) Publieke bekendmaking van haar score onmiddellijk na afloop van haar oefening dan wel conform de specifieke regels die op die wedstrijd van toepassing zijn
- d) Met toestemming van de HWJ haar gehele oefening (zonder aftrek) te herhalen
 - indien de oefening is onderbroken door oorzaken buiten haar controle of verantwoordelijkheid.
 - Indien een handleertje gescheurd is waardoor een val of onderbreking is veroorzaakt. De turnster moet het kapotte handleertje onmiddellijk laten zien aan het D1 jurylid en toestemming krijgen tot het herhalen van de oefening voordat zij het podium verlaat.

Opmerking: een turnster mag de gehele oefening herhalen aan het eind van de rotatie, of indien zij de laatste turnster in de rotatie is, op een tijdstip te beoordelen door de HWJ.

- e) Het kort verlaten van de wedstrijdhal om persoonlijke redenen.
Opmerking: de wedstrijd mag door haar afwezigheid niet vertraagd worden.
- f) Een correcte uitslagenlijst, te ontvangen via haar delegatieleider, waarop al haar scores van de wedstrijd vermeld staan.

2.1.2 Toestellen

De turnster heeft gegarandeerd recht op:

- a) Identieke toestellen en matten in de trainingshallen, warming-up ruimtes en op het wedstrijdpodium, geheel volgens de normen en specificaties voor officiële FIG wedstrijden.
- b) Een springplank te plaatsen op de extra 10 cm landingsmat (BO en BA).
- c) Het gebruik van magnesium op brug en het aanbrengen van kleine tekens met magnesium op de balk.
- d) Eén coach op het podium bij brug.

- e) 30 seconden rust/hersteltijd na een val van de brug en 10 seconden rust / hersteltijd na een val van de balk (zonder aftrek).
- f) Overleg met haar coach gedurende de valtijd en tussen de eerste en tweede sprong
- g) Het indienen van een verzoek om beide liggers van de brug te verhogen, indien haar voeten de mat raken.

Warming-up

In de Kwalificatie, Meerkamp Finale, Team Finale & Toestel Finale

- Elke deelnemende turnster (inclusief de vervangster van een geblesseerde turnster) heeft recht op een korte toestel warming-up onmiddellijk voorafgaand aan de wedstrijd op het podium op alle toestellen in overeenstemming met de Technische Regels die voor de competitie gelden.
 - SP (teams en groepen met individuele turnsters)
All Around Finale, Team Finale & Toestel Finale SP – maximaal 2 pogingen
Kwalificatie voor Toestelfinale – maximaal 3 pogingen
 - BA en VL
30 seconden per turnster
 - BO
50 seconden per turnster, inclusief prepareren van de liggers

OPMERKING:

- *In de kwalificatie en Team Finale is de gehele warming-up tijd voor het team **m.u.v. SP**. Het team dient zelf de verlopen tijd in de gaten te houden, zodat ook de laatste turnster een warming-up krijgt.*
- *In mixgroepen is de warming-up tijd voor de individuele turnster. De volgorde in de warming up moet dezelfde zijn als de volgorde in de wedstrijd.*
- Aan het eind van de warming-up tijd klinkt een signaal. Als op dat moment een turnster zich nog op het toestel bevindt, dan mag zij het begonnen element of verbinding afmaken. Na de warming-up tijd of tijdens een pauze in de wedstrijd mag het toestel wel worden geprepareerd (max. 2 personen bij BO), maar niet worden gebruikt.
- Het D1 jurylid zal 30 seconden voordat de oefening dient te beginnen een opvallend /duidelijk signaal geven (bij officiële FIG wedstrijden middels een groen licht).

2.2 Verantwoordelijkheden van de turnster

- a) De turnster dient de Waarderingsvoorschriften te kennen en zich conform te gedragen.
- b) Tenminste 24 uur voor aanvang van de podiumtraining dient zij of haar coach een schriftelijk verzoek in voor de bepaling van de moeilijkheid van een ingediend nieuw element bij de voorzitter van de hoofdjury.
- c) Verhogen met 5 cm van de liggers op brug wordt toegestaan in wedstrijden voor turnsters die de mat aanraken met hun voeten tijdens de oefening. Ten minste 24 uur voor de podiumtraining dient zij of haar coach een schriftelijk verzoek in bij de voorzitter van de hoofdjury om de liggers te mogen verhogen met 5 cm, of dient een dergelijk verzoek in volgens het Technisch Reglement dat bij die wedstrijd wordt gehanteerd.

2.3 Plichten van de turnster

2.3.1. Algemeen

- a) Zij dient zich op de juiste wijze (opsteken hand/handen) te presenteren en daarbij aan het D-1 jurylid het begin van haar oefening kenbaar te maken en aan hetzelfde jurylid het einde van haar oefening kenbaar te maken.
- b) Zij moet de oefening beginnen binnen 30 seconden nadat het groene licht is gegeven of het D1 Jurylid een teken heeft gegeven (*op alle toestellen*).
- c) De turnster dient na een val van de brug binnen 30 seconden en na een val van de balk binnen 10 seconden verder te gaan met haar oefening (de tijd start nadat de turnster na haar val weer is opgestaan). In die tijd kan de turnster zich herstellen, magnesium pakken, overleggen met haar coach en weer op het toestel klimmen.
- d) Na afloop van haar oefening dient zij het podium onmiddellijk te verlaten.
- e) Zij dient af te zien van het wijzigen van de hoogte van de toestellen, tenzij daar toestemming voor is verleend.
- f) Zij dient af te zien van spreken met juryleden in functie gedurende de wedstrijd.
- g) Zij dient af te zien van het vertragen van de wedstrijd: te lang op het podium blijven, terugkeren op het podium nadat de oefening is beëindigd, of op andere wijze misbruik maken van haar rechten of inbreuk maken op die van een andere deelnemster.
- h) Na een val van het toestel, niet opzettelijk de valtijd oprekken door bewust niet op te staan om zo te voorkomen dat de 30 sec val tijd start en extra tijd te hebben voor bijv. het aanpassen van de leertjes, ontvangen van magnesium van de coach, vertragen van de wedstrijd zonder geldige reden etc.

- i) Zij dient zich te onthouden van elke vorm van ongedisciplineerd of onheus gedrag of inbreuk te maken op de rechten van een andere deelnemster (*bv het markeren van de Vloer met magnesium, schade toebrengen aan elke zijde of delen van het toestel tijdens de voorbereiding op haar oefening, gebruik van water op het oppervlakte van de balk, veren uit de springplank te verwijderen of onder de LL door rennen/lopen om de oefening te beginnen*)
- j) De extra mat moet tijdens de gehele oefening op dezelfde positie (voor de landing) blijven (BO en BA)
- k) Zij dient gebruik te maken van een extra 10 cm dempingsmat bovenop de bestaande landingsmatten (20 cm) voor landingen bij SP, BO en BA.
- l) Zij dient deel te nemen aan de prijsuitreiking, gekleed in haar wedstrijdtenue volgens de regels van het FIG-protocol.

2.3.2 Wedstrijdtenue

- a) Zij moet een correct, sportief niet doorschijnend wedstrijdpakje of unitard (*eendelig pakje met pijpen van heupen tot enkels*), van een elegant ontwerp dragen. Zij mag complete beenbedekking dragen in dezelfde kleur als van het pakje, onder of over het pakje.
- b) De halslijn aan voor- en achterzijde van het wedstrijdtenue dient fatsoenlijk te zijn, dat wil zeggen niet lager dan halverwege het borstbeen en niet lager dan de onderkant van de schouderbladen. Het wedstrijdtenue mag al dan niet voorzien zijn van mouwen, schouderbandjes moeten minimaal 2 cm breed zijn.
- c) Het wedstrijdtenue mag maximaal tot heuphoogte uitgesneden zijn. De pijplengte van het wedstrijdtenue mag niet langer zijn dan de horizontale lijn rond het been; en niet meer dan 2 cm onder de aanzet van de billen
- d) Zij mag naar keuze turnschoentjes en/of sokken dragen
- e) Zij moet een startnummer, uitgegeven door de organisatie dragen.
Na goedkeuring van haar schriftelijk verzoek daartoe, is het haar toegestaan het rugnummer te verwijderen in het geval van draaien op de rug op de balk of vloer. In dat geval dient het nummer onmiddellijk voor aanvang van haar oefening aan de D Juryleden te worden getoond
- f) Een nationaliteitsidentificatie of embleem dient te zijn aangebracht op het wedstrijdtenue, overeenkomstig de meest recente FIG regels aangaande publiciteit.
- g) Zij mag uitsluitend die logo's, reclames en sponsornamen dragen die zijn toegestaan overeenkomstig de meest recente FIG regels aangaande publiciteit.
- h) In de Kwalificatiewedstrijd en de Team Finale dienen de turnsters van een federatie identieke wedstrijdtenues te dragen. In de Kwalificatiewedstrijd

mogen individuele turnsters van dezelfde federatie (zonder een team) verschillende wedstrijdtenues dragen.

- i) Turnleertjes, bandages en polsbanden zijn toegestaan; zij moeten deugdelijk zijn bevestigd, in goede staat zijn, en mogen niet afleiden van de esthetiek van de oefening. Bandages moeten beige of huidkleurig zijn indien beschikbaar bij de leverancier/fabrikant.
- j) Zij moet afzien van het dragen van sportcompressie kousen/mouwen tijdens de wedstrijd oefening.
- k) Zij moet afzien van het dragen van sieraden (armbanden en kettingen) met uitzondering van kleine oorstekers.
- l) Zij moet afzien van het dragen van heupkussens en andere beschermkussens.
- m) Gezichtsbeschildering (schminken) is niet toegestaan; alle make-up moet bescheiden zijn en niet een afschildering zijn van een theater karakter (mens of dier)

Artikel 2.4 Straffen

- a) De normale aftrek voor een overtreding van de regels en verwachtingen zoals beschreven in de secties 2 en 3, wordt beschouwd als middel of grote fouten; -0.30 voor gedragsovertredingen en -0.50 voor toestelgerelateerde overtredingen. De aftrek wordt afgetrokken van de eindscore door de HWJ indien gemeld door het D-Panel.
- b) Een overzicht van de aftrekken is te vinden in Artikel 8.3.
- c) In extreme gevallen, kan de turnster of coach naast de genoemde bestraffing, uitgesloten worden uit de wedstrijdhal.

Gedragsovertredingen Door de HWJ indien gemeld door het D-Panel	
Overtreding	Bestrafing
Overtredingen m.b.t. het wedstrijdtenue <ul style="list-style-type: none"> • Incorrecte of onesthetische beschermkussens • Ontbreken van het nationaal embleem of bevestiging op de verkeerde plaats • Ontbrekend startnummer • Incorrect wedstrijdtenue – turnpakje, sieraden, kleur bandage etc. 	0.30 per turnster/toestel van de eindscore <i>(wordt eenmalig in de wedstrijd toegepast via de HWJ bij tst waar overtreding voor het eerst geconstateerd wordt)</i>

Overtredingen van de kledingvoorschriften in Teamwedstrijden <ul style="list-style-type: none"> • Niet identieke turnpakjes (voor turnsters van hetzelfde team) 	1.00 P. <i>In de Kwalificatiewedstrijd en Team Finale wordt deze eenmalig toegepast van de toestelscore waar het is geconstateerd – door de HWJ</i>
Zonder toestemming op het podium blijven	0.30 van de eindscore – door de HWJ
Het podium opnieuw betreden na de oefening	0.30 van de eindscore – door de HWJ
Ander ongedisciplineerd of onheus gedrag <i>Incl onder de LL door rennen om de opsprong uit te voeren</i>	0.30 van de eindscore - door de HWJ
Incorrecte reclame	0.30 van de eindscore op het betreffende toestel door de HWJ indien verzocht door de verantwoordelijke organisatie <ul style="list-style-type: none"> • Team • Turnster (individuele competities)
Niet aanwezig zijn bij de prijsuitreiking	Resultaat en eindscore van team en individuele turnster wordt geschrapt – door HWJ
Toestelgerelateerde Overtredingen Door de HWJ indien gemeld door het D-Panel	
Overtreding	Bestrafing
Incorrect gebruik van magnesium en/of het toestel beschadigen	0.50 van de eindscore door de HWJ
Herschikken of verwijderen van veren uit de springplank	0.50 van de eindscore door de HWJ
Het toestel in hoogte verstellen zonder toestemming	0.50 van de eindscore door de HWJ

Artikel 2.5 Eed van de turnsters (FIG Technisch Reglement 7.12.2)

“Namens alle turnsters beloof ik dat wij zullen deelnemen aan deze Wereld Kampioenschappen (of enige andere officiële FIG wedstrijd) en daarbij de geldende regels te respecteren en te zullen naleven, ons te verplichten aan sport zonder doping of drugs, in de ware geest van sportiviteit, voor de glorie van de sport en de eer van de turnsters.”

SECTIE 3 – VOORSCHRIFTEN VOOR COACHES

Artikel 3.1 Rechten van de coaches

De coach heeft gegarandeerd recht op:

- a) De turnster of het team onder zijn/haar zorg te assisteren bij het indienen van schriftelijke verzoeken m.b.t. het verhogen van het toestel en de inschaling van nieuwe sprongen of elementen.
- b) De turnster of het team onder zijn/haar zorg te assisteren op het podium tijdens de warming-up periode op **alle** toestellen.
- c) Het helpen van de turnster of het team bij de voorbereiding van het toestel voor de wedstrijd
 - SP: om de veiligheidskraag klaar te leggen
 - SP, BO en BA: om de springplank klaar te leggen en de extra landingsmat op de juiste plaats te leggen
 - BO: om de leggers te prepareren en verstellen.
- d) Op het podium aanwezig te zijn als het groene licht brandt om de springplank te verwijderen
 - BA (en daarna direct het podium verlaten)
 - BO – coach of extra turnster (en daarna direct het podium verlaten)
- e) Aanwezig te zijn op het podium bij BO tijdens de oefening om veiligheidsredenen – dit kan dezelfde of een andere coach zijn dan die de springplank verwijdert.
- f) De turnster te helpen of adviseren tijdens de valtijd op alle toestellen en tussen de eerste en tweede sprong.
- g) Publieke bekendmaking van de score van zijn/haar turnster direct na de oefening dan wel conform de specifieke regels die op de wedstrijd van toepassing zijn.
- h) Aanwezig te zijn bij alle toestellen om te helpen in geval van blessures of gebreken aan het toestel.
- i) Bij de HWJ navraag te doen naar de waardering van de inhoud van de oefening van de turnster (zie Technisch Reglement 8.4).
- j) Te vragen om een herziening van de tijd- en lijnatrekken bij de HWJ.

Artikel 3.2 Verantwoordelijkheden van de coaches om

- a) De Waarderingsvoorschriften te kennen en zich conform de gedragen.
- b) De wedstrijdvolgorde en andere gevraagde informatie in te dienen overeenstemmend met de Waarderingsvoorschriften en/of het FIG Technisch Reglement die op de wedstrijd van toepassing zijn.
- c) Zich te onthouden van aanpassing van de hoogte van alle toestellen of veren in de springplank toe te voegen, herschikken of verwijderen (zie Sectie 2.1.2 met betrekking tot aanpassing van de liggerhoogte bij BO).
- d) Zich te onthouden van vertraging van de wedstrijd, belemmering van het zicht van de juryleden en van misbruik of inbreuk maken op de rechten van enige andere deelnemer.
- e) Zich te onthouden van direct spreken tot de turnster of haar op enige andere wijze te helpen (signalen geven, roepen, aanmoedigingen en dergelijke) tijdens haar oefening.
- f) Zich te onthouden van discussies met actieve juryleden en/of andere personen buiten de arena tijdens de wedstrijd (uitzondering: teamarts, delegatieleider).
- g) Zich te onthouden van enig ander ongedisciplineerd of onheus gedrag.
- h) Zich tijdens de wedstrijd te allen tijde te gedragen op een eerlijke en sportieve manier.
- i) Zich tijdens de prijsuitreiking op een sportieve manier te gedragen.

OPMERKING : Zie de aftrekken voor overtredingen en onsportief gedrag.

Toegestane aantal coaches in de arena:

- Kwalificatie en Team Finale voor:
 - Complete teams - 1 vrouwelijke en 1 mannelijke coach of 2 vrouwelijke coaches; in geval van slechts 1 coach, mag deze een man zijn.
 - landen met individuele turnster(s) – 1 coach (V of M)
- All-Around Finale en toestelfinales voor:
 - Elke turnster – 1 coach

Artikel 3.3 Straffen voor het gedrag van de coach

Door de HWJ	Kaartensysteem Voor officiële FIG en bij de FIG geregistreerde wedstrijden
Gedrag van de coach zonder directe impact op het resultaat/prestatie van de turnster/team	
– Onsportief gedrag (geldt voor alle fases van de wedstrijd)	1° Keer – Gele kaart voor de coach (waarschuwing) 2° Keer – Rode kaart en verwijdering van de coach uit de wedstrijd*
– Ander schandelijk, ongedisciplineerd en grof gedrag (geldt voor alle fases van de wedstrijd)	Onmiddellijke Rode Kaart en verwijdering van de coach uit de wedstrijd*
Gedrag van de coach met directe impact op het resultaat/prestatie van de turnster/team	
– Onsportief gedrag (geldt voor alle fases van de wedstrijd), bv - ongeoorloofd vertragen of onderbreken van de wedstrijd - praten tegen juryleden in functie tijdens de wedstrijd; - direct praten tegen de turnster, signalen geven, roepen, aanmoedigen of dergelijk tijdens de oefening	1° Keer – 0.50 aftrek (per turnster/team per toestel) en Gele Kaart voor de coach (waarschuwing) 1° Keer – 1.00 aftrek (per turnster/team per toestel) en Gele Kaart voor de coach (waarschuwing) indien de coach op agressieve toon spreekt tegen de juryleden in functie 2° Keer – 1.00 aftrek (per turnster/team per toestel), Rode Kaart en verwijdering van de coach van de wedstrijdvloer*
– Ander schandelijk, ongedisciplineerd en grof gedrag (geldt voor alle fases van de wedstrijd) bv - Incorrecte aanwezigheid van voorgeschreven personen in de arena tijdens de wedstrijd etc.	1.00 aftrek (per turnster/team per toestel), onmiddellijke Rode Kaart en verwijdering van de coach van de wedstrijdvloer*

Opmerking: Indien 1 of 2 coaches van een team verwijderd zijn uit de arena, is het mogelijk om die coach **eenmalig** te vervangen door een andere coach in de gehele wedstrijd (bv Kwalificatie).

1° overtreding = gele kaart

2° overtreding = rode kaart, waarna de coach wordt uitgesloten voor de rest van de wedstrijd fases.

* Indien er slechts 1 coach aanwezig is, dan mag die coach in de wedstrijd blijven maar wordt uitgesloten voor accreditatie bij de eerstvolgende Wereldkampioenschappen of Olympische Spelen.

Artikel 3.4 Protesten

Voor gedetailleerde procedure voor verzoeken om herziening van beoordelingen (protest) zie het Technisch Reglement, Sectie 1, artikel 8.4.

Artikel 3.5 Eed van de coaches

“Namens alle coaches en andere leden van de sportersgroep, beloof ik dat we onszelf zullen committeren om zeker te stellen dat de geest van sportiviteit en ethiek volledig wordt aangehouden en gehandhaafd in overeenstemming met de fundamentele principes van de Olympische Spelen. We zullen onszelf committeren aan het onderwijzen van de turnsters zich te houden aan sportiviteit en een drugsvrije sport en aan het respecteren van alle FIG Regels die van toepassing zijn op de Wereldkampioenschappen.

SECTIE 4 – VOORSCHRIFTEN VOOR DE TECHNISCHE COMMISSIE

Bij officiële FIG wedstrijden en de Olympische Spelen vormen de leden van de FIG/WTC de hoofdjury en fungeren zij als toestel supervisors bij de verschillende toestellen.

Artikel 4.1 De voorzitter van het WTC

De **voorzitter van het WTC** of haar vertegenwoordiger zal optreden als hoofd van de Wedstrijdjury. Haar verantwoordelijkheden en die van de Wedstrijdjury omvatten:

- a) De algehele Technische Directie van de wedstrijd zoals omschreven in het Technisch Reglement.
- b) Het bijeenroepen en voorzitten van alle juryvergaderingen en instructiesessies.
- c) Het toepassen van de bepalingen van het Jury Reglement dat van toepassing is op de wedstrijd.
- d) Het behandelen van verzoeken voor bepaling van de moeilijkheid van een ingediend nieuw element, het verhogen van de liggers bij brug ongelijk, en andere voorkomende kwesties. Zulke besluiten worden doorgaans genomen door het WTC.
- e) Zich ervan te overtuigen dat het tijdschema zoals gepubliceerd in het Werkplan wordt gerespecteerd.
- f) Het werk van de Toestel Supervisors te controleren en indien nodig in te grijpen. Behalve in het geval van een protest en tijd- of lijnfouten, is het in het algemeen niet toegestaan de score te wijzigen nadat deze op het scorebord is verschenen.
- g) Het afhandelen van protesten conform beschreven in het Technisch Reglement (TR 8.4).
- h) In samenwerking met de leden van Hoofdjury waarschuwingen uitdelen en/of het vervangen van enig persoon optredend in hoedanigheid van jurylid die als niet voldoende wordt beschouwd of de eed heeft gebroken.

- i) Het uitvoeren van een globale video analyse (na de wedstrijd) met het Technisch Comité om fouten in de jurering vast te stellen.
- j) Toezicht houden op de controle van specificaties van de toestelafmetingen conform de FIG toestel bepalingen.
- k) In ongebruikelijke of speciale omstandigheden een jurylid mogen voordragen in de wedstrijd.
- l) Het indienen van een rapport bij het Uitvoerend Comité van de FIG, zo spoedig mogelijk, doch niet later dan 30 dagen na het evenement, waarin het volgende is opgenomen:
 - Algemene opmerkingen betreffende de wedstrijd inclusief speciale gebeurtenissen en conclusies voor de toekomst.
 - (*binnen 3 maanden*) Gedetailleerde jury analyses inclusief voorstellen:
 - voor het belonen van de beste juryleden
 - het sanctioneren van de juryleden die niet aan de verwachtingen hebben voldaan.
 - Gedetailleerde lijst van alle interventies
 - wijzigingen in de scores voor en na bekendmaking
 - Technische analyses van de scores van D Juryleden.

Artikel 4.2 De leden van het WTC

Gedurende elke fase van de wedstrijd, zullen de leden van het WTC of hun vertegenwoordigers optreden als leden van de Hoofdjury en als Toestel Supervisors bij elk toestel.

Hun verantwoordelijkheden omvatten:

- a) Deelnemen aan het leiding geven in de juryvergaderingen en instructiesessies en richtlijnen geven aan de juryleden om zorg te dragen voor correct werk aan de respectievelijke toestellen.
- b) Toepassen van de controle van het Juryreglement op een eerlijke en consequente wijze, en volledig in overstemming met de huidige regels en criteria.
- c) Het noteren van de gehele inhoud van de oefening in symboolschrift.
- d) Het berekenen van de D- en E- Score (controle score) teneinde de D-, R- en E- Panels te kunnen evalueren.
- e) Het controleren van de totale evaluatie en de eindscore van elke oefening.
- f) Zekerstellen dat de turnster de correcte score voor haar prestatie krijgt, of te interveniëren zoals bepaald hierin.
- g) Controle of de toestellen gebruikt in de training, warming-up en wedstrijd voldoen aan de toestelnormen van de FIG.

SECTIE 5 – VOORSCHRIFTEN EN STRUCTUUR VAN DE TOESTELJURY

Artikel 5.1 Verantwoordelijkheden van de juryleden

Ieder jurylid is volledig en alleen verantwoordelijk voor de eigen score. Alle leden van de Toesteljury hebben de verantwoording om:

- a) Een grondige kennis te hebben van:
 - De FIG Technische Regels
 - De FIG Waarderingsvoorschriften
 - De FIG Regels voor Juryleden
 - Alle andere technische informatie die noodzakelijk is om hun taken tijdens de wedstrijd uit te voeren.
- b) In het bezit zijn van een brevet en Jury Logboek geldig voor de huidige cyclus en dit kunnen tonen.
- c) In het bezit zijn van de categorie die van toepassing is op de betreffende wedstrijd.
- d) Een uitgebreide kennis te hebben van het moderne turnen en het doel, de interpretatie en toepassing van elke regel te begrijpen.
- e) Aanwezig te zijn bij alle vastgestelde instructiesessies en juryvergaderingen voorafgaand aan de betreffende wedstrijd (*over uitzonderingen die door overmacht ontstaan, beslist het WTC*).
- f) De speciale instructies, organisatie of jury gerelateerd, te volgen die door de leidende autoriteiten gegeven worden (bv de instructies over het Score Invoer Systeem).
- g) Aanwezig te zijn bij de podium training (*verplicht voor D-panels*).
- h) Zich grondig voor te bereiden op alle toestellen.

- i) In staat te zijn de verschillende noodzakelijke mechanische taken te vervullen, zoals:
 - Het correct completeren van elke vereiste scoresheet
 - Het gebruik van elke noodzakelijke computer of andere mechanische materialen
 - Ervoor zorgen dat de wedstrijd efficiënt verloopt en
 - Effectief communiceren met de andere juryleden
- j) Goed voorbereid, uitgerust, waakzaam en punctueel aanwezig te zijn, tenminste één uur voor aanvang van de wedstrijd of volgens de instructies in het Werkplan.
- k) Het voorgeschreven FIG uniform te dragen (donkerblauw kostuum – rok of broek, en witte blouse voor vrouwelijke juryleden / wit overhemd met stropdas voor mannelijke juryleden), met uitzondering van de Olympische Spelen en andere wedstrijden waar het uniform ter beschikking wordt gesteld door het Organisatie Comité.

Gedurende de wedstrijd moeten juryleden:

- a) Zich te allen tijden op een professionele manier gedragen en onpartijdig ethisch gedrag tentoonspreiden.
- b) De functies vervullen zoals beschreven in Artikel 5.4.
- c) Elke oefening nauwkeurig, consistent, snel, objectief en eerlijk beoordelen en in geval van twijfel, de turnster het voordeel van de twijfel geven.
- d) De symbool notatiesheets gebruiken en de eigen scores bijhouden.
- e) In de toegewezen stoel blijven zitten (uitgezonderd met toestemming van het D1 jurylid) en zich onthouden van contact of discussies met turnsters, coaches, delegatieleiders en andere juryleden.

Sancties voor ongepaste evaluatie en gedrag van de juryleden zullen in overeenstemming zijn met de huidige versie van de FIG Regels voor Juryleden en/of het Technisch Reglement dat van toepassing is voor die wedstrijd.

Artikel 5.2 Rechten van de juryleden

In geval van interventie door de HWJ, heeft een jurylid het recht om de eigen score uit te leggen en in te stemmen (of niet) met een wijziging.

Indien er geen overeenstemming is over de wijziging, kan het jurylid overruled worden door de HWJ en zal hiervan op de hoogte worden gesteld.

Indien er een disciplinaire maatregel is genomen tegen een jurylid, dan heeft men het recht om bezwaar aan te tekenen

- a) Bij de HWJ, indien de maatregel is genomen door de Toestel Supervisor.
- b) Bij de Commissie van Beroep, indien de maatregel is genomen door de HWJ.

Artikel 5.3 Samenstelling van de toesteljury

De Toesteljury (Jury Panels)

Voor de officiële FIG Wedstrijden, Wereldkampioenschappen en Olympische Spelen, zal de Toesteljury bestaan uit een D-Panel (*Moelijkheid*) en een E-Panel (*Uitvoering*).

- De D juryleden worden geloot en aangewezen door de FIG Technische Commissie in overeenstemming met de meest recente FIG Technische Regels
- De E juryleden en overige posities worden geloot onder toezicht van de Technische Commissie in overeenstemming met de huidige Technische Regels of Regels voor Juryleden die op de wedstrijd van toepassing zijn.

De structuur van de Toesteljury voor de verschillende soorten wedstrijden:

WK & OS Panel van 9 juryleden	Internationale Invitatie Wedstrijden Panel van minimaal 4 juryleden
2 D-Panel juryleden	2 D-Panel juryleden
7 E-Panel juryleden	2 of 4 E-Panel juryleden

Lijn & Tijdjuryleden:

- Twee (2) Lijnjuryleden voor VL
- Één (1) Lijnjurylid voor SP
- Één (1) Lijdjurylid voor VL
- Één (1) Tijdjurylid voor BO
- Twee (2) Tijdjuryleden voor BA

Aanpassingen aan de jurypanels voor andere (inter)nationale en lokale wedstrijden zijn mogelijk.

Artikel 5.4 Functies van de toesteljury

5.4.1 Functies van het D-Panel

- a) D Juryleden noteren de gehele oefening in symboolschrift, evalueren de oefening onafhankelijk, zonder vooroordeel en bepalen dan gezamenlijk de D score. Discussie is toegestaan.
- b) Het D2 jurylid voert de D score in de computer in.
- c) De D score omvat:
 - Moeilijkheidswaarde
 - Samenstellingseisen
 - Verbindingswaarde en bonus gebaseerd op de speciale regels voor elk toestel
- d) Het D-Panel zorgt ervoor dat de Lijnjury op SP de correcte warming-up tijd navolgt.

Functies van het D1 jurylid:

- a) Optreden als tussenpersoon tussen de Toesteljury en de Toestel Supervisor. De Toestel Supervisor zal dan intermediairen met de HWJ, indien noodzakelijk.
- b) Toezicht houden op het werk van de tijd & lijnjuryleden en de secretarissen.
- c) Zekerstellen dat de wedstrijd op het toestel efficiënt verloopt inclusief de controle van de warming up tijd.
- d) Het groen licht of een ander opvallend signaal geven om de turnster aan te geven dat ze binnen 30 seconden met de oefening moet beginnen.
- e) Zekerstellen dat de neutrale aftrekken voor tijd, lijn en gedragsfouten verwerkt zijn in de eindscore voordat deze bekend wordt gemaakt.
- f) Zekerstellen dat de volgende aftrekken zijn toegepast voor:
 - Niet presenteren voor of na de oefening
 - Uitvoeren van een ongeldige "0" sprong
 - Hulp tijdens de sprong, oefening of afsprong
 - te korte oefeningen

Functie van het D-Panel na de wedstrijd:

Zij zullen een geschreven wedstrijd rapport indienen zoals aangegeven door de voorzitter van het WTC met de volgende informatie:

- Formulieren met overtredingen, onduidelijkheden en discutabele beslissingen met naam en nummer van de turnster
- Stellen hun symbool notatie sheets beschikbaar gedurende overleg en leveren deze sheets aan het eind van de wedstrijd in bij Toestel Supervisor.

5.4.2 Functies van het E-Panel

Zij moeten

- a) De oefening aandachtig bekijken en de fouten beoordelen, waarna de bijbehorende aftrekken correct, onafhankelijk en zonder overleg met andere juryleden worden toegepast.
- b) De aftrekken noteren voor
 - Algemene fouten
 - Toestelspecifieke uitvoeringsfouten
 - Artistieke fouten
- c) Het scorebriefje volledig invullen met een leesbare handtekening of de aftrekken invoeren in de computer.
- d) In staat zijn om een eigen geschreven notatie van hun beoordeling van alle oefeningen beschikbaar te stellen (*Uitvoering en Artistieke aftrekken*)

Artikel 5.5 Functies van de Tijd & Lijnjuryleden en secretarissen

5.5.1 Functies van de Tijd & Lijnjuryleden

De Tijd & Lijnjuryleden worden geloot uit de gebrevetteerde juryleden om ingezet te worden als:

Lijn Jurylid om:

- Bij SP en VL overschrijding van de lijn vast te stellen en de fout kenbaar te maken door de vlag op te steken.
- Het D1 Jurylid van elke overtreding of aftrek op de hoogte te stellen; het van toepassing zijnde schriftelijke formulier te tekenen en in te dienen.
- Bij SP het aantal warming-up pogingen tellen.

Tijd Jurylid om:

- de tijdsduur van de oefening op te nemen (VL & BA).
- de valtijd op te nemen (BA & BO).
- te controleren of de oefening op tijd begint nadat het groen licht is gegeven.
- te controleren of de warming up tijd niet wordt overschreden (*bij overschrijding wordt het D-Panel schriftelijk geïnformeerd*)
- een duidelijk hoorbaar signaal te geven aan de turnster en het D-Panel (BA)
- Het D1 Jurylid van elke overtreding of aftrek op de hoogte te stellen; het van toepassing zijnde schriftelijke formulier te tekenen en in te dienen.
- Indien er geen computer beschikbaar is, moet er bij tijdsverschillen de exacte overschreden tijd genoteerd worden.

Opmerking: Tijden bij oefeningen (inclusief start oefening, tijdsduur oefening etc) gaan in stappen van 1 sec.

5.5.2 Functies van de secretarissen

De secretarissen moeten kennis hebben van de Waarderingsvoorschriften en de computer; zij worden gebruikelijk aangewezen door het Organisatie Comité.

Onder toezicht van het D1 Jurylid zijn zij verantwoordelijk voor de correctheid van alle invoer in de computers :

- Wordt de correcte werkvolgorde van het team en de turnsters aangehouden
- Bediening van het groene en rode licht
- Het correct tonen van de eindscore

Artikel 5.6 Zitplaatsen

De juryleden worden op een plaats en afstand van het toestel geplaatst waar ze een ononderbroken zicht hebben op de totale oefening en waar ze hun beoordelende taken kunnen uitoefenen.

- Het D-Panel moet ter hoogte van het midden van het toestel zitten.
- De tijdjuryleden zitten naast de toesteljury (aan beide zijden)
- De lijnjuryleden bij VL zitten in tegenovergestelde hoeken en bekijken de 2 lijnen die het dichtst bij hen liggen
- Het lijnjurylid bij SP zit aan de verste zijde van het podium aan de landingskant
- De E juryleden worden met de klok mee rond het toestel geplaatst, beginnend aan de linkerkant van het D-Panel (zie tekening)

E2	<u>E3</u>	<u>E4</u>	<u>E5</u>	<u>E6</u>	E7
<u>E2</u>	<u>E1</u>	<u>D2</u>	<u>D1</u>	<u>SEC</u>	

Variaties in de zitplaatsen zijn mogelijk, afhankelijk van de omstandigheden in de wedstrijdhal.

Artikel 5.7 De eed van de juryleden (TR 7.12)

Tijdens Wereldkampioenschappen en andere belangrijke internationale wedstrijden, beloven juryleden plechtig de condities van de Jury Eed te respecteren .

“In naam van alle juryleden en officials, beloof ik dat wij tijdens deze Wereldkampioenschappen (of elke andere officiële FIG wedstrijd) dienst zullen doen met volledige onpartijdigheid, de geldende regels zullen respecteren en ons aan deze regels zullen houden, in de ware geest van sportiviteit



DEEL II
BEOORDELING VAN DE OEFENING

SECTIES 6-9

DEEL II Beoordeling van de Oefening

SECTIE 6 – Bepaling van de Score

6.1 Algemeen

De regels die van toepassing zijn op de beoordeling van de oefeningen en de bepaling van de eindscore zijn identiek voor alle sessies van de wedstrijden (*Kwalificatie, Team Finale, Meerkamp Finale, Toestelfinales*) met uitzondering van SP, waar speciale regels gelden voor de Kwalificatie en de toestelfinales (Sectie 10).

6.2 Bepaling van de eindscore

- De eindscore op elk toestel wordt vastgesteld door het gebruiken van de 2 aparte scores, D-score en E-score.
- Het D-Panel stelt de D-score vast, de inhoud van de oefening, en het E-Panel stelt de E-score vast, de uitvoering en artistieke presentatie.
- De eindscore van een oefening wordt vastgesteld door de D-score en E-score bij elkaar op te tellen. Indien noodzakelijk, worden neutrale aftrekken in mindering gebracht (Zie 5.4.1).
- De meerkamp score is de som van de eindscore behaald op de 4 toestellen.
- De teamscore wordt berekend conform het huidige Technische Reglement dat van toepassing is op die wedstrijd.
- Kwalificatie voor en deelname aan de Team Finale, Meerkamp Finale en de Toestelfinales vindt plaats conform het huidige Technische Reglement dat van toepassing is op die wedstrijd.
- In principe, is het herhalen van een oefening niet toegestaan.

Berekening van de eindscore

Voorbeeld:

$$\text{D-score} + \text{E-score}^* = \text{Eindscore}$$

D-score

Moelijkheid (3C – 3D – 2E)	+ 3.10
Samenstellingseisen	+ 2.00
Verbindingswaarde	+ 0.60

D-score **5.70**

E-score

10.00

Uitvoering	- 0.70
Artistiek	- 0.30

- 1.00

E-score **9.00**

Eindscore **14.70**

* **E-score** *het totaal van de uitvoerings- en artistieke aftrekken wordt opgeteld en dan afgetrokken van 10.00
De E-score wordt berekend door het gemiddelde te nemen van de 3 gemiddelde scores van de 7 (aftrekken)*

6.3 Te korte oefening

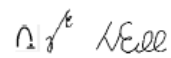
Voor de uitvoering en artistieke presentatie kan de turnster een maximale E-score van 10.00 p. krijgen.

Het D-Panel brengt de van toepassing zijnde neutrale aftrek voor een te korte oefening in mindering op de Eindscore,

- 7 of meer elementen = geen aftrek
- 5 of 6 elementen = -/ 4.0 punten
- 3 of 4 elementen = -/ 6.0 punten
- 1 of 2 elementen = -/ 8.0 punten
- Geen elementen = -/ 10.0 punten

Voorbeeld : Vloer

De turnster valt en blesseert zich na het uitvoeren van slechts 4 elementen

 (zonder eerst op de voeten te landen) 

Beoordeling:

D-score

MW (A + C + A + 0 + 0 + E)	+ 1.00 P
SE #2, #3	+ 1.00 P
DMT Bonus	+ 0.20 P

D-score + 2.20 P

Maximale E score mag zijn 10.00 P

Totale aftrekken (2 x val, hoogte, ampl., etc.) - 4.10 P

E-score = 5.90 P

Score = 8.10 P

Eindscore na neutrale aftrek voor een te korte oefening:

8.10 P. – 6.00 P. = 2.10 P.

SECTIE 7 – Voorschriften van toepassing op de D-Score

7.1 D Score (Inhoud)

- De D-score op Sprong is de Moeilijkheidswaarde uit de Sprongtabel.
- De D-score op Brug Ongelijk, Balk en Vloer omvat de moeilijkheidswaarde van de 8 hoogste elementen, samenstellingseisen en verbindingswaarde en bonus.

7.2 Moeilijkheidswaarde (MW)

De MW zijn elementen uit de Elemententabel in de Waarderingsvoorschriften die ongelimiteerd zijn en indien nodig kunnen worden uitgebreid.

- De maximum **8** hoogste MW inclusief de afsprong worden geteld op BO, BA en VL.
- Het D-Panel zal de MW van het element altijd erkennen, tenzij niet wordt voldaan aan de technische eisen van het element.

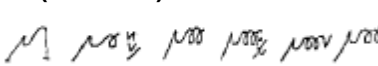
Moeilijkheidswaarde

- A = 0.10
- B = 0.20
- C = 0.30
- D = 0.40
- E = 0.50
- F = 0.60
- G = 0.70
- H = 0.80
- I = 0.90
- J = 1.00

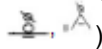

7.2.1 Erkenning van MW van elementen

- Om MW aan een element toe te kennen moet het uitgevoerd worden conform de beschreven lichaamspositie in de Elemententabel.
- Hetzelfde element krijgt slechts één maal MW in een oefening toegekend, in chronologische volgorde.

- Twistelementen (Arabians) worden als voorwaartse elementen**

beschouwd 

- Erkenning van gelijke en verschillende elementen**

- Verschillende danselementen in hetzelfde vak in de Elemententabel (*zelfde nummer*) krijgen slechts één maal MW in de oefening toegekend, in chronologische volgorde.
- Maximaal één draai (pirouette) in hurkstand op 1 been (BA en VL) krijgt MW, in chronologische volgorde.
- het maximum aantal draaien dat wordt erkend is:
 - 4/1 draai (1440°) voor pirouettes in passé (*5/1 pirouettes in passé worden hetzelfde beschouwd als 4/1*)
 - 3/1 draai (1080°) voor alle andere pirouettes met een andere beenhouding
 - 1½ draai (540°) voor sprongen in spagaat en/of spreidhoekhouding (bv )
 - 1/1 draai (360°) voor complexe sprongen (bv )

- Elementen worden als verschillend beschouwd als ze onder verschillende nummers in de elemententabel staan vermeld.**

- Elementen worden als hetzelfde beschouwd indien ze onder hetzelfde nummer genoemd worden, en voldoen aan de volgende criteria:**

Elementen op BO:

- Indien uitgevoerd met of zonder gesprongen greepwissel
- Reuzendraaien v.w. & a.w. uitgevoerd met gesloten of gespreide benen, met een heuphoek of gestrekt
- Gehoekte zolendraaien v.w. & a.w. uitgevoerd met gesloten of gespreide benen
- Benen gesloten of gespreid in vlucht elementen.

Dans Elementen:

- met afzet van een of twee voeten met dezelfde beenhouding
 - bijv. hurk/hoeksprong met afzet van één been en van twee benen.
- in parallel- of dwarsstand worden uitgevoerd (BA)
 - Sprongen uitgevoerd in parallelstand krijgen 1 MW hoger dan dezelfde sprong uitgevoerd in dwarsstand
 - Indien hetzelfde element zowel in parallel- als dwarsstand wordt uitgevoerd, dan wordt slechts één maal MW toegekend en wel in chronologische volgorde.
 - Sprongen die in parallelstand beginnen en in dwarsstand eindigen, of andersom– worden beschouwd als in dwarsstand uitgevoerde elementen (*een toegevoegde 90° draai maakt het element niet anders*)
- landen op één of twee voeten (BA)
- landen op één of twee voeten of in ligsteun (VL)

Acro Elementen:

- met landing op één of twee voeten

g) Elementen worden als **verschillend** beschouwd als ze genoemd worden onder **hetzelfde nummer** en voldoen aan de volgende criteria:




Acro elementen:

- er is sprake van verschillende lichaamshoudingen (hurk, hoek of gestrekt) in salto's
- er is sprake van verschillende graden van draai: ½, 1/1, 1½ (180°, 360°, 540°), etc.
- de steun op 1 of 2 handen wordt uitgevoerd of zonder steun uitgevoerd
- er wordt afgezet met 1 of 2 benen

7.2.2 Erkenning van elementen gebeurt in chronologische volgorde

- In geval van een technisch verkeerd uitgevoerd element kunnen die erkend worden als:
 - een ander element uit de tabel
 - geen moeilijkheidswaarde
 - één moeilijkheidswaarde lager
- Indien een element wordt erkend als een ander element uit de tabel omdat niet aan de technische vereisten wordt voldaan, en het element wordt later technisch correct uitgevoerd dan krijgen beide elementen MW toegekend

- Voorbeeld: Spagaatsprong tot ring zonder de vereiste buiging aw van hoofd en bovenlichaam, wordt een spagaatsprong, en indien de spagaatsprong tot ring later technisch correct wordt uitgevoerd, wordt deze als spagaatsprong tot ring erkend omdat beide sprongen in de elemententabel voorkomen.

- Voorbeeld Balk :  draai wordt gegeven als een ander element in de Code -  vanwege het niet horizontaal houden van het vrije been van het begin tot het einde van de draai (360°). Als het voor de 2^e keer op de juiste manier wordt uitgevoerd - geef MW voor 

- Indien een element 1 MW lager krijgt toegekend doordat niet aan de technische vereisten wordt voldaan, en het element wordt later in de oefening nogmaals geturnd, dan wordt dit als herhaling beschouwd en krijgt het herhaalde element geen MW.

- Voorbeeld: Brug: Reuzendraai a.w. met 1½ draai krijgt één MW lager (C), omdat de handstand niet vóór de draai is bereikt (Zwaai) Indien dan nogmaals geturnd met volledige 1½ in handstand wordt geen MW (D) toegekend.

7.2.3 Nieuwe sprongen, elementen en verbindingen voor alle wedstrijden

Coaches worden aangemoedigd nieuwe sprongen en elementen die nog niet eerder zijn uitgevoerd en/of nog niet in de tabel van elementen voorkomen in te dienen.

- Nieuwe elementen moeten gepresenteerd worden niet later dan de dag en het uur als aangegeven in het werkplan.
- De aanvraag voor evaluatie moet tezamen gaan met technische tekeningen en een verplichte video op een USB stick.
- Alle waardes die toegekend worden op wedstrijden zijn voorlopig tot goedgekeurd door de FIG TC.
- Nieuwe elementen uitgevoerd bij de Olympische kwalificaties vereisen toestemming van de voorlopige waarde bij de TC president voor evaluatie voor de betreffende wedstrijd.
- De evaluatie van de competitie zal zo snel mogelijk schriftelijk gecommuniceerd worden aan de betreffende federatie en de juryleden bij de juryinstructie of de briefing vooraf aan de betreffende wedstrijd.
- De beslissingen gelden alleen op de betreffende wedstrijd.
- Nieuwe elementen zullen voor het eerst in de Code Update / Newsletter komen nadat deze succesvol zijn gepresenteerd.

Voor het toekennen van nieuwe elementen/sprongen om vernoemd te worden na een turnster moeten deze:

- Internationaal uitgevoerd worden voor de eerste keer bij een officiële FIG Groep 1, 2 of 3 wedstrijd (met of zonder een officiële FIG TD aanwezig).
- C waarde of hoger en uitgevoerd voor MW.
- MW en naam zal alleen bevestigd worden door een TC analyse van de uitvoering.
- Als meer dan één turnster in dezelfde wedstrijd hetzelfde nieuwe element uitvoeren zal het element vernoemd worden naar al deze turnsters.
- De federatie van de turnster heeft de verantwoordelijkheid om een video van het voorgestelde element in te leveren bij de FIG TC President zo snel als mogelijk ná de wedstrijd. Daarnaast zal de wedstrijd TD de officiële video, originele video en de tekeningen aangeleverd door de coach en alle details over de voorlopige evaluatie.

7.3 Samenstellingseisen (SE) 2.00

Samenstellingseisen worden omschreven in de resp. toestel artikelen. Een maximum van 2.00 is mogelijk.

- a) Alleen elementen uit de elemententabel kunnen SE vervullen.
- b) Een element kan meer dan één SE vervullen, maar het element mag niet herhaald worden om een andere SE te vervullen.

7.4 Verbindingswaarde (VW) & Bonus

Verbindingswaarde wordt bereikt door unieke combinaties van elementen op BO, BA en VL.

- a) Elementen die gebruikt worden voor VW hoeven NIET perse te behoren tot de 8 tellende MW . Alle elementen moeten komen uit de elemententabel
- b) Verbindingswaarde op BO, BA en VL wordt gewaardeerd op:
 - +0.10
 - +0.20
 - +0.30 (mogelijk)
- c) Formules voor VW & Bonus worden omschreven in de resp. toestel artikelen in deel 3, secties 11, 12 en 13

- d) Gedevalueerde elementen kunnen worden gebruikt voor VW & Bonus.
- e) Om te worden toegekend moet het element worden uitgevoerd zonder val of volgens de toestel specifieke regels.

7.4.1 Directe en indirecte Verbindingen

Alle verbindingen moeten **direct** zijn.

Alleen op Vloer kunnen acrobatische verbindingen **indirect** zijn.

Directe Verbindingen zijn die waarin elementen worden uitgevoerd zonder

- a) stop tussen de elementen
- b) extra stap tussen de elementen
- c) dat de voet de balk raakt tussen de elementen
- d) balansverstoring tussen de elementen
- e) duidelijke uitstrekking van benen/heupen in het 1^e element vóór afzet van het 2^e element
- f) extra/overdreven armzwaaien

Indirecte Verbindingen (*uitsluitend in acrobatische series op vloer*) zijn verbindingen waarbij direct verbonden acrobatische elementen met vluchtfase en steun van de handen (*uit Groep 3 zoals arabier, flik-flak, enz. als voorbereidende elementen*) worden uitgevoerd tussen salto's.

De erkenning van directe of indirecte verbindingen op VL moet in het voordeel van de turnster zijn.

De volgorde van elementen binnen een verbinding is vrij op BA, VL en BO (*tenzij er een bijzondere eis wordt gesteld aan de toekenning van VW*).

7.4.2 Herhaling van elementen voor Verbindingswaarde (SB op BA)

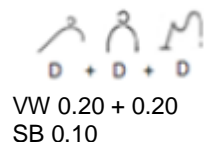
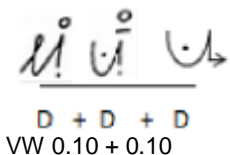
- a) Elementen mogen niet herhaald worden in een andere verbinding voor verbindingswaarde
- Erkenning gebeurt in chronologische volgorde
- b) Dezelfde elementen op BO, Acrobatische elementen op BA en VL mogen 2 keer in dezelfde verbinding worden uitgevoerd. Danselementen mogen niet herhaald worden,

Voorbeelden :

- Brug Ongelijk – Tkatchev 2x of Stalder met 1/1 draai 2x
- Balk – vrije overslag 2x of Flik-flak met 1/1 draai 2x
- Vloer – indirecte of directe verbinding van tempo salto 2x met dubbel salto achterwaart gehoekt

- c) Met de directe verbinding van 3 of meer elementen, mag het 2^e element worden gebruikt:
- De 1^e keer als het laatste element van de verbinding en
 - De 2^e keer als het 1^e element om een nieuwe verbinding te beginnen

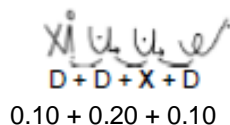
Voorbeelden :



- d) Met de directe verbinding van 3 of meer elementen, moet het herhaalde vluchtelement op BO, of de salto op BA & VL direct verbonden zijn. Verbindingswaarde wordt toegekend voor alle verbindingen.

Voorbeelden:

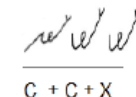
Brug Ongelijk
Totale VW + 0.40



Het vluchtelement  mag worden gebruikt als :


- De eerste keer als het 2^e element in een verbinding
- De tweede keer als de verbinding van 2 dezelfde vluchtelementen
- De derde keer als het 1^e element waarmee een nieuwe verbinding begint

Balk



Totale VW +0.10 +0.10 = 0.20

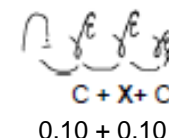
Totale SB + 0.10


Salto  mag worden gebruikt als:

- De 1^e keer als de verbinding tussen 2 salto's
- De 2^e keer als het 1^e element waarmee een nieuwe verbinding begint

Vloer

Totale VW + 0.20



Salto  mag worden gebruikt als:

- De 1^e keer als de verbinding tussen 2 salto's
- De 2^e keer als het 1^e element waarmee een nieuwe verbinding begint

7.4.3 Afsprong Bonus

Op Brug, Balk en Vloer, een Bonus van **0.20** zal toegekend worden aan een afsprong met een D waarde of hoger.

Om de Bonus toegekend te krijgen moet de afsprong uitgevoerd worden zonder val.

VL: om de Bonus te krijgen moet de laatste acrolijn worden uitgevoerd zonder val.

SECTIE 8 – Voorschriften van toepassing op de E-score

8.1 Beschrijving van de E-Score 10.00 (*Uitvoering*)

Voor perfectie in uitvoering, verbinding en artistieke presentatie, kan de turnster een score van **10.00** verdienen.

De E-score omvat aftrekken voor fouten in:

- Uitvoering
- Artistieke presentatie

8.2 Beoordeling door de E juryleden

De E juryleden zullen de oefening beoordelen en onafhankelijk de aftrekken vaststellen.

Iedere oefening wordt beoordeeld met de verwachting van een perfecte uitvoering als referentiekader.

Alle afwijkingen van deze verwachting worden afgetrokken.

Aftrekken voor fouten in uitvoering en artistieke presentatie worden opgeteld en dan in mindering gebracht op 10.00 punten, om de E-score te bepalen.

Sectie 8.3 – Tabel voor algemene fouten en straffen

Fouten		Klein	Middel	Groot	Zeer Groot
		0.10	0.30	0.50	1.00 of meer
Door E & R Panel juryleden					
Uitvoeringsfouten					
– Gebogen armen of gebogen knieën	per keer	X	X	X	
– Geopende benen of knieën	per keer	X	X Schouder breedte of meer		
– Benen gekruist tijdens salto's met schroeven	per keer	X			
– Onvoldoende hoogte van elementen (externe amplitude)	per keer	X	X		
Onvoldoende – Exacte hurk- of hoekhouding in enkele salto's, zonder draai	per keer	X 90° heup/ kniehoek	X >90° heup/ kniehoek		
Onvoldoende – Exacte hurk- of hoekhouding in dubbele salto's, zonder draai	Per keer	X >90° heuphoek			
– Onvoldoende gestrekt blijven van het lichaam (te vroeg hoeken)	per keer	X	X		
– Aarzeling tijdens uitvoering van elementen en verbindingen	per keer	X			
– Poging zonder uitvoering van een element (<i>empty run</i>)	per keer		X		
– Afwijking van de rechte lijn	per keer	X			
Lichaams- en beenhouding tijdens elementen (<i>geen dans</i>)					
– Lichaamslijnen	per keer	X			
– Voeten niet gestrekt/ontspannen	per keer	X			
– Onvoldoende spagaat in acro elementen (niet vlucht)	per keer	X	X		
– Niet voldoen aan de technische vereisten van dans elementen (lichaamshouding) (<i>zie Sec.9 voor de lijst met fouten in danselementen</i>)	per keer	X	X	X	
– Precisie	per keer	X			
– Afsprong te dicht bij het toestel uitvoeren (<i>BO en BA</i>)			X		
Landingsfouten (voor alle elementen incl. de afsprong)		Indien er geen val is mag de maximale aftrek voor de landing niet meer zijn dan 0.80			
– Benen uit elkaar bij de landing	per keer	X			
– Extra armzwaaien		X			
– Gebrek aan evenwicht	per keer	X	X		
– Extra passen, kleine hup	per keer	X			
– Zeer grote pas of sprong (<i>richtlijn–meer dan schouder breedte</i>)	per keer		X		
– Lichaamshoudingfout	per keer	X	X		
– Diepe hurkzit	per keer			X	
– Toucheren/aanraken toestel/matten met handen, maar niet vallen	per keer		X		
– Steun op mat/toestel met 1 of 2 handen	per keer				1.00
– Val op de mat op knieën of heupen	per keer				1.00
– Val op of tegen het toestel	per keer				1.00
– Niet eerst op de voeten landen vanuit een element	per keer				1.00

Sectie 8.3 – Tabel voor algemene fouten en straffen

Fouten		Klein	Middel	Groot	Zeer Groot
		0.10	0.30	0.50	1.00 of meer
Door D-Panel juryleden (D1 en D2)					
– Uitvoering van een verbinding met val Uitvoering van afsprong met val	BO/BA/VL				Geen VW, geen SB (BA), geen bonus
– Niet eerst op de voeten of in de voorgeschreven positie landen vanuit een element	per keer				Geen MW/VW/SE, Geen SB (BA) & geen afsprong bonus
– Afzet buiten de lijnen (<i>volledig buiten de lijnen</i>)	VL				Geen MW/VW/SE
– Niet presenteren aan het D-Panel aan het begin en/of einde van de oefening	Per turnster, per toestel		X		Van de Eindscore
– Hulpverlening (helpen)	BO/BA/VL per keer				1.00 van de eindscore - - Als coach de turnster helpt nadat het element voltooid is, geen VW & geen Afspr – Als coach turnster helpt om een element uit te voeren, dan ook geen MW, VW, SE & geen afsprong bonus.
– Niet toegestaan aanwezigheid van de coach	Per turnster, per toestel			X	Van de Eindscore
Door D-Panel juryleden (D1 en D2) met melding aan de HWJ, of door de HWJ					
Onregelmatigheden aan het toestel door:					
– Niet op de juiste wijze gebruiken van de veiligheidskraag bij Yurchenko sprong (zie 10.4.3)	Per turnster, per toestel				Ongeldige sprong "0"
– De extra landingsmat niet gebruiken	Per turnster, per toestel			X	Van de Eindscore
– Het plaatsen van de springplank op een niet toegestane ondergrond	Per turnster, per toestel			X	
– Het gebruik van niet toegestane extra matten	Per turnster, per toestel			X	
– Het verplaatsen van de extra landingsmat tijdens oefening of verplaatsen naar een ongeoorloofd balkeinde	Per turnster, per toestel			X	
Door de HWJ van de Eindscore af - Melding van het D-Panel aan de HWJ					
– Ongeoorloofd veranderen van de afmetingen van het toestel	Per turnster, per toestel			X	Van de Eindscore
– Herschikken, toevoegen of verwijderen van veren uit de springplank	Per turnster, per toestel			X	
– Incorrect gebruik van magnesium of schade toebrengen aan het toestel	Per turnster, per toestel			X	
Door de HWJ van de Eindscore af - Melding van het D-Panel aan de HWJ					
Gedrag van de turnster					
– Incorrecte of onesthetische beschermkussens	Per turnster, per toestel		X		0,3 per turnster/toestel van de eindscore (wordt eenmalig toegepast bij toestel waar het als eerst is geconstateerd.
– Ontbrekend of niet op de juiste plaats aangebracht nationaal embleem	Per turnster, per toestel		X		In Kwalificatie, Meerkamp-finale en Teamfinales eenmalige aftrek bij het toestel waar het als eerst is geconstateerd. In Toestelfinales van de toestelscore
– Ontbrekend startnummer	Per turnster, per toestel		X		
– Incorrect wedstrijdtenue –turnpakje, sieraden, kleur bandage etc.	Per turnster, per toestel		X		
– Incorrecte reclame	Per Team Per turnster, per toestel		X		Van de eindscore op het betreffende toestel indien verzocht door de verantwoordelijke organisatie
– Onsportief gedrag	Per turnster, per toestel		X		Van de Eindscore
– Niet toegestaan oponthoud op het podium	Per turnster, per toestel		X		Van de Eindscore
– Terugkeren op het podium nadat de oefening is beëindigd	Per turnster, per toestel		X		Van de Eindscore
– Spreken met juryleden in functie tijdens de wedstrijd	Per turnster, per toestel		X		Van de Eindscore
– Teamturnsters turnen in de verkeerde wedstrijdvolgorde	Per Team				1.00 P. In Kwalificatie en Teamfinales van het teamtotaal op het betreffende toestel
– Geen identieke turnpakjes (<i>voor turnsters van hetzelfde team</i>)	Per Team				1.00 P. In Kwalificatie en Teamfinales eenmalige aftrek bij het toestel waar het als eerst is geconstateerd

Sectie 8.3 – Tabel voor algemene fouten en straffen

Fouten		Klein	Middel	Groot	Zeer Groot
		0.10	0.30	0.50	1.00 of meer
– Wedstrijd niet af kunnen maken wegens afwezigheid op de wedstrijdvloer					Diskwalificatie
– Schuldig aan oponthoud of onderbreking van de wedstrijd					Diskwalificatie
Met schriftelijke melding van de tijdwaarneemster aan het D-Panel					
Opmerking: De aftrek zal toegepast worden als de tijd overschreden is met één seconde.					
– Flagranter overschrijding van de warming up tijd (na waarschuwing) • Voor individuele turnsters	Per team Per turnster, per toestel		X		Van de Eindscore
– Niet binnen 30 sec. na het groene licht beginnen	Per turnster, per toestel		X		
– Niet binnen 60 sec. aan de oefening beginnen	Per turnster, per toestel	Het recht om aan de oefening te beginnen is beëindigd			
– Tijdoverschrijding (balk en vloer)	Per turnster, per toestel	X			
– Oefening beginnen bij rood licht	Per turnster, per toestel				“0”
– Overschrijding toegestane onderbrekingstijd/valtijd (BO en BA) – Overschrijding onderbrekingstijd/valtijd (meer dan 60 seconden)	Per turnster, per toestel		X		Oefening beëindigd

Door de HWJ	Kaartensysteem Voor officiële FIG en bij de FIG geregistreerde wedstrijden
Gedrag van de coach zonder directe impact op het resultaat/prestatie van de turnster/team	
– Onsportief gedrag (geldt voor alle fases van de wedstrijd en trainingen)	1 ^e Keer – Gele kaart voor de coach (waarschuwing) 2 ^e Keer – Rode kaart en verwijdering van de coach uit de wedstrijd en/of trainingshal
– Ander schandelijk, ongedisciplineerd en grof gedrag (geldt voor alle fases van de wedstrijd en trainingen)	Onmiddellijke Rode Kaart en verwijdering van de coach uit de wedstrijd en/of trainingshal
Gedrag van de coach met directe impact op het resultaat/prestatie van de turnster/team	
– Onsportief gedrag (geldt voor alle fases van de wedstrijd), bv ongeoorloofd verlaten of onderbreken van de wedstrijd, praten tegen juryleden in functie tijdens de wedstrijd; uitgezonderd is het melden van een protest aan het D1 jurylid. direct praten tegen de turnster, signalen geven, roepen, aanmoedigen of dergelijk tijdens de oefening	1 ^e Keer – 0.50 aftrek (per turnster/team per toestel) en Gele Kaart voor de coach (waarschuwing) 1 ^e Keer – 1.00 aftrek (per turnster/team per toestel) en Gele Kaart voor de coach (waarschuwing) indien de coach op agressieve toon spreekt tegen de juryleden in functie 2 ^e Keer – 1.00 aftrek (per turnster/team per toestel), Rode Kaart en verwijdering van de coach van de wedstrijdvloer*
– Ander schandelijk, ongedisciplineerd en grof gedrag (geldt voor alle fases van de wedstrijd)bv Incorrecte aanwezigheid van voorgeschreven personen in de arena tijdens de wedstrijd en/of tijdens de voorbereiding op de toestellen etc.	1.00 aftrek (per turnster/team per toestel), onmiddellijke Rode Kaart en verwijdering van de coach van de wedstrijdvloer*

Opmerking: Indien 1 of 2 coaches van een team verwijderd zijn uit de arena, is het mogelijk om die coach **eenmalig** te vervangen door een andere coach in de gehele wedstrijd (bv Kwalificatiewedstrijd)

1^e Overtreding = Gele Kaart

2^e Overtreding = Rode Kaart, en wordt de coach uitgesloten van alle verdere fases van de wedstrijd.

* Indien er slechts 1 coach aanwezig is, dan mag die coach in de wedstrijd blijven maar wordt uitgesloten voor accreditatie bij de eerstvolgende Wereldkampioenschappen of Olympische Spelen.

SECTIE 9 – Technische Richtlijnen

Om MW te geven moet er aan specifieke technische eisen worden voldaan. Alle richtlijnen voor hoeken/graden voor het voltooien van elementen zijn bij benadering en zijn bedoeld om te dienen als richtlijn.

9.1 ALLE TOESTELLEN

Lichaamshoudingen

Gehurkt

- < 90° heup- en kniehoek in salto en dans elementen

Gehoekt

- < 90° heuphoek in salto en dans elementen

Gestrekt

- Alle lichaamsdelen in één lijn



Erkenning van lichaamshoudingen in enkele en dubbele salto's zonder LA draai

<p>Gehoekte salto wordt gehurkt</p>	<p>D-Panel Als in de gehoekte salto de kniehoek < 135° – Geef gehurkte salto</p>
<p>Gehurkte salto wordt gestrekt</p>	<p>D-Panel Als de heupen geopend zijn (180°) – Geef gestrekte salto</p>
<p>Gestekte positie wordt gehoekt</p>	<p>D-Panel Als de heupen gehoekt zijn – Geef gehoekte salto</p> <p>Een beetje holle houding in de borstkas of lichte buiging in de lichaamshouding is acceptabel</p>

9.1.1 Erkenning van elementen

a) Gestrekt

- De gestrekte houding moet aangehouden worden gedurende het grootste deel van de salto:
 - Enkele salto's
 - Dubbele salto's op VL en dubbele salto afsprongen bij BO
 - Bij SP (salto's)
- Indien er **GEEN** sprake is van een gestrekte positie dan wordt de houding gehoekt in:
 - elementen zonder schroef/draai op BO, BA en VL
 - Een lichte buiging in de heupen (tot 30°) is toegestaan bij SP zonder lengteas draai

9.1.2 Landingen van enkele salto's met schroeven

- In elementen met schroef uitgevoerd
 - Als op- en afsprongen bij BO en BA
 - Tijdens de oefening op BA en VL
 - Alle landingen op SP moet de draai volledig gemaakt zijn, anders wordt **een ander element** uit de Waarderingsvoorschriften toegekend.

Opmerking: de plaatsing van de voorste voet is bepalend voor het toekennen van de MW

b) Voor onderrotatie *

- 3/1 draai wordt 2½ draai
- 2½ draai wordt 2/1 draai
- 2/1 draai wordt 1½ draai
- 1½ draai wordt 1/1 draai

* **Vloer:** Indien een salto met draai direct verbonden is met een andere salto en in de eerste salto is de draai niet volledig afgemaakt (maar de turnster is wel in staat om door te gaan met het volgende element), dan wordt het eerste element NIET afgewaardeerd.

9.1.3 Vallen bij de landing

- landing met de voeten eerst – MW toekennen
- zonder landing met de voeten eerst – Geen MW toekennen

9.2 BALK EN VLOER

9.2.1 Erkenning van MW voor draaien op één been zijn in eenheden van:

- 180° voor Balk
- 360° voor vloer
- De draai moet volledig gemaakt zijn, anders wordt een ander element uit de Waarderingsvoorschriften toegekend.
- De positie van de schouders en de heupen zijn bepalend anders wordt een ander element uit de Waarderingsvoorschriften toegekend.

Principes voor draaien:

- Draaien moeten op de tenen worden uitgevoerd.
- Draaien moeten een vaste en duidelijke vorm hebben tijdens de hele draai.
- Een gestrekt of gebogen standbeen (choreografie) verandert de MW niet.
- Voor draaien op 1 been waar het vrije been in een specifieke positie moet zijn, moet deze positie vastgehouden worden gedurende de hele draai.
- Als het vrije been niet in de voorgeschreven positie is, geef dan een ander element uit de Waarderingsvoorschriften.

a) Onderrotatie op het standbeen:

Voorbeeld:



9.2.2 Erkenning van MW voor sprongen met afzet van 2 voeten, van 1 voet op 1 voet, huppen met draaien zijn in eenheden van:

- 180° voor Balk en Vloer (spagaat, spreidhoek en ring elementen)
- 360° voor Vloer

Verschillende technieken bij sprongen met 1/1 draaien (360°) zijn toegestaan; hoeken, hurken, spreiden van de benen kan in het begin, midden of aan het eind van de draai getoond worden (*tenzij er een speciale eis wordt gesteld aan het element*).

Bij sprongen met ½ draai (180°) moet de voorgeschreven positie behaald worden aan het begin of einde van de draai.

Voor onder rotatie van 30° moet een ander element uit de Waarderingsvoorschriften worden toegekend.

De positie van de schouders en heupen is bepalend.

Voorbeeld :

BA/VL		wordt		indien duidelijke spreidhoek positie wordt getoond
- VL		wordt		
- VL		wordt		
- BA		wordt		

- Een extra ¼ draai maakt het element niet anders

Definities:

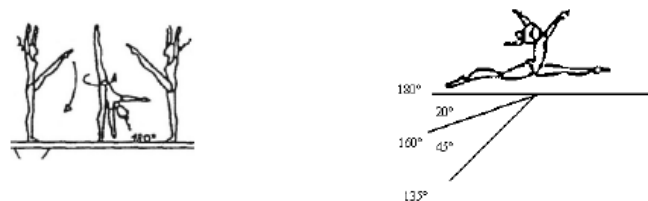
Sprongen (leaps) – afzet van 1 voet en landen op de andere voet of landing op 2 voeten

Huppen – afzet van 1 voet en landen op dezelfde voet of op 2 voeten (180° beenspreiding is niet vereist)

Sprongen (jumps) – afzet van 2 voeten en landen op 1 of 2 voeten

9.2.3 VEREISTEN VOOR BEENSPREIDING

Voor het ontbreken van graden in beenspreiding in sprongen en draaien



Onvoldoende beenspreiding:

- >0° - 20°
- >20° - 45°
- >45°

Kleine fout
Medium fout
geef een ander element uit de Waarderingsvoorschriften of geen MW

9.3 EISEN VOOR SPECIFIEKE DANSELEMENTEN

Zweefstanden (4.102)



- Eis:**
- 180° beenspreiding

- D-Panel**
- < 180° beenspreiding geen MW

Voorbeeld voor de draaien met voorgeschreven beenhouding



- Eis:**
- Het vrije been vw en aw boven horizontaal gedurende de draai

- D-Panel**
- Vrije been onder horizontaal geef een ander element

Hurksprong met/zonder draai



- Eisen:**
- Heuphoek kleiner dan 90°
 - Knieën boven horizontaal

- D-Panel**
- > 135° heup/kniehoek geen MW of andere MW

- E-Panel**
- Knieën op horizontaal - Kleine fout
 - Knieën onder horizontaal - Medium fout

Hurkhuksprong met/zonder draai



- Eisen:**
- Heuphoek kleiner dan 90°
 - Gestrekte been boven horizontaal

- D-Panel**
- > 135° heuphoek geen MW of andere MW

- E-Panel**
- Gestrekte been op horizontaal - Kleine fout
 - Gestrekte been onder horizontaal - Kleine/medium fout

Kattesprong met/zonder draai



- Eisen:**
- Beenwissel
 - Knieën boven horizontaal
 - Beoordeel de laagste kniepositie

- D-Panel**
- > 135° heup/kniehoek - Geen MW, of andere MW
 - Gebrek aan beenwissel - Hurksprong

- E-Panel**
- Een/beide benen op horizontaal - Kleine fout
 - Een/beide benen onder horizontaal - Medium fout

Spreidhuksprong met/zonder draai



- Eis:**
- Beide benen moeten boven horizontaal zijn

- D-Panel**
- > 135° heuphoek - Geen MW of andere MW

- E-Panel**
- Verkeerde(ongelijke) beenpositie - Kleine fout
 - Benen op horizontaal - Kleine fout
 - Benen onder horizontaal - Medium fout

Ringsprong

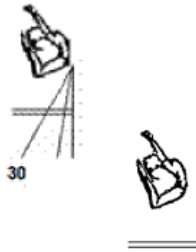


- Eisen:**
- Bovenlichaam buigt aw en het hoofd achterover
 - 180° beenspreiding in de diagonaal
 - Achterste voet tot de kruin

- D-Panel**
- Bovenlichaam niet gebogen en hoofd niet achterover - Spagaatspr. of Sissone
 - Achterste voet onder kruin van het hoofd - Spagaatspr. of Sissone
 - Geen beenspreiding - Geen MW

- E-Panel**
- Onvoldoende buiging bovenlichaam - Kleine fout
 - Achterste voet op hoofdhoogte - Kleine fout
 - Achterste voet op schouderhoogte - Medium fout

Schaapsprong



Eis:

- Bovenlichaam buigt aw en het hoofd achterover met de voeten tot de kruin
- Heupstrekking

D-Panel

- Bovenlichaam niet gebogen en hoofd niet achterover geen MW
- Voeten onder schouderhoogte geen MW

E-Panel

- Onvoldoende buiging bovenlichaam -Kleine fout
- Voeten op hoofdhoogte of lager -Kleine fout
- Onvoldoende heupstrekking -Kleine fout
- Onvoldoende gebogen benen ($\leq 90^\circ$) -Kleine fout

Yang Bo



Eis:

- Bovenlichaam buigt ver aw en het hoofd achterover
- Oversplit met voorste been minimaal horizontaal

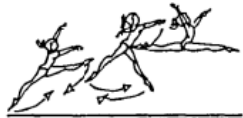
D-Panel

- Bovenlichaam niet gebogen en hoofd niet achterover Spagaatspr. of Sissone
- Voorste been onder horizontaal Ringsprong

E-Panel

- Onvoldoende buiging bovenlichaam -Kleine fout
- Geen oversplit maar wel beide benen op horizontaal -Kleine fout

Wisselspagaatsprong



Eis:

- Voorzwaai vrije been min. 45°
- Voorzwaai met gestrekt been

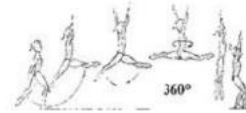
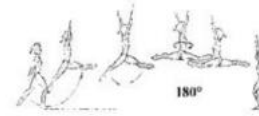
D-Panel

- Onvold. zwaai met vrije been Spagaatsprong

E-Panel

- Voorzwaai vrije been onder 45° -Kleine fout
- Voorzwaai met gebogen been - Kleine/medium fout

Wisselspagaatsprong met draai



Eis:

- Voorzwaai vrije been min. 45°
- Voorzwaai met gestrekt been
- Voorwaartse splithouding moet getoond worden

D-Panel

- Onvold. zwaai met vrije been Spagaatsprong met draai

- Onvold. draai in $\underline{\text{Z}}$ wordt $\underline{\text{Z}}$ of $\underline{\text{ZA}}$

- Onvold. draai in $\underline{\text{O}}$ wordt $\underline{\text{Z}}$ of $\underline{\text{ZA}}$

E-Panel

- Voorzwaai vrije been onder 45° - Kleine fout
- Voorzwaai met gebogen been - Kleine/medium fout

(Wissel)spagaatsprong tot ring (met/zonder draai)



Eisen:

- Bovenlichaam buigt aw en het hoofd achterover
- 180° beenspreiding
- Voorste been op horizontaal en achterste voet tot de kruin
- De draai wordt uitgevoerd nadat ringpositie is getoond

D-Panel

- Bovenlichaam niet gebogen en hoofd niet achterover (Wissel)Spagaatsprong
- Achterste voet onder kruin van het hoofd (Wissel)Spagaatsprong
- Verkeerde timing van de draai (Wissel)Spagaatsprong met draai

E-panel

- Onvoldoende buiging bovenlichaam - Kleine fout
- Voorste been onder horizontaal - Kleine fout
- Voorste been onder horizontaal - Medium fout (ong. 45°)
- Achterste voet op hoofdhoogte - Kleine fout
- Achterste voet op schouderhoogte - Kleine fout
- Achterste been gestrekt - Kleine fout

Afwijking van de ideale technische uitvoering kunnen klein, medium of groot zijn (lichaamshouding).

De aftrekken voor lichaamshouding:

- gebrek aan beenspreiding
- gebogen benen
- Niet gestrekte tenen
- Geopende benen
- aftrekken voor lichaamshouding voor specifieke elementen (zie 9.3)
- Onesthetische lichaamspositie of technische afwijkingen van elementen van de perfecte uitvoering.

Opmerking:

Een kleine afwijking van de ideale uitvoering is 0.10 aftrek.

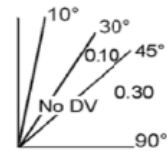
Een medium afwijking van de ideale uitvoering is 0.30 aftrek

Bij een grote afwijking van de ideale uitvoering is de aftrek 0.50 (zie sectie 8.3)

9.4 BRUG ONGELIJK

- De handstandpositie wordt als bereikt beschouwd als alle lichaamsdelen op één lijn zijn in de verticaal

9.4.1 Opzwaai tot handstand



D-Panel

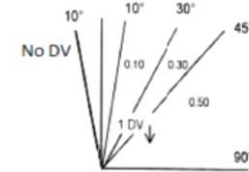
Indien het element klaar is

- Binnen 10° van de verticaal geef MW
- > 10° geen MW

E-Panel

- > 30° - 45° - 0.10
- > 45° - 0.30

9.4.2 Cirkelementen tot handstand zonder draai & Vluchtelementen van HL tot handstand op LL



D-Panel

Indien het element klaar is

- > 10° voor de verticaal geen MW
- > 10° na de verticaal 1 MW lager

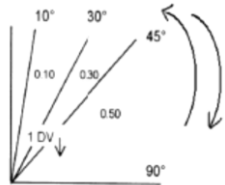
E-Panel

- > 10° - 30° - 0.10
- > 30° - 45° - 0.30
- > 45° - 0.50



9.4.3 Zwaaien – elementen met draai die:

- De handstand niet bereiken
- Niet door de verticaal gaan
- Een doorgaande beweging na de draai in tegengestelde richting hebben



D-Panel

Indien het element klaar is

- Binnen 10° van de verticaal geef MW
- > 10° vóór de verticaal 1 MW lager dan cirkelement met draai tot handstand

E-Panel

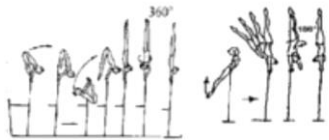
- > 10° - 30° - 0.10
- > 30° - 45° - 0.30
- > 45° - 0.50



Zwaai elementen met ½ draai (180°):

Alle lichaamsdelen moeten de horizontaal bereiken om MW te krijgen, anders wordt er geen MW toegekend (loze zwaai)

9.4.4. Cirkelementen met draai tot handstand en opzwaaien met draai tot handstand



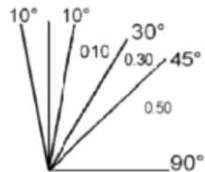
D-Panel

Indien het element klaar is

- Binnen 10° van de verticaal (één van *beide zijden*) geef MW

E-Panel

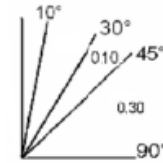
- > 10° - 30° - 0.10
- > 30° - 45° - 0.30
- > 45° - 0.50



Indien hetzelfde element zowel als zwaai en als cirkelement met draai wordt uitgevoerd, wordt het slechts éénmaal geteld in chronologische volgorde.

9.4.5 VEREISTEN VOOR GESELECTEERDE BO ELEMENTEN

“Adler” element (5.501)



D-Panel

Element is klaar

- Binnen 30° van de verticaal geef MW
- > 30° 1 MW lager

E-Panel

- > 30° - 45° - 0.10
- > 45° - 0.30

Uitvoeringsafrekken voor fouten in lichaamshoudingen moeten tezamen genomen worden met de afrekken die vastgesteld zijn voor amplitude in elementen.



DEEL III
TOESTELLEN

SECTIES 10-13

DEEL III TOESTELLEN

SECTIE 10 – SPRONG

10.1 Algemeen

De turnster is verplicht één of twee sprongen van de sprongtabel uit te voeren, afhankelijk van de eisen voor de betreffende wedstrijd.

De aanlooplengte is maximaal 25 meter, gemeten vanaf de voorkant van het toestel tot de binnenkant van het blok dat is vastgemaakt aan het eind van de aanloopbaan.

- De sprong begint met een aanloop, aankomst en afzet van de plank met twee voeten vanuit
 - Een voorwaartse positie of
 - Een achterwaartse positie
- Er mag geen sprong ingediend worden met een zijwaartse landing.
- Alle sprongen moeten uitgevoerd worden met afstoot van beide handen van de sprongtafel.
- De turnster is verplicht de veiligheidskraag, die door de organisatie ter beschikking is gesteld, correct te gebruiken voor arabier-sprongen.
- Het handplaatsingsmatje mag alleen voor Yurchenko sprongen gebruikt worden.
- Alle sprongen hebben een nummer.
- De turnster is verantwoordelijk voor het aangeven van de voorgenomen sprong voordat ze begint met elke sprong (*handmatig of elektronisch*).
- Zodra het D1 jurylid groen licht of een signaal geeft, voert de turnster de eerste sprong uit en gaat vervolgens terug naar het einde van de aanloopbaan om het nummer van de tweede sprong aan te geven.
- Vanaf de afzet worden de volgende sprongfasen beoordeeld:
 - Eerste vluchtfase
 - Afstootfase
 - Tweede vluchtfase en landing

10.2 Aanlopen

Extra aanlopen zijn als volgt toegestaan, met aftrek van 1.00 voor een aanloop zonder sprong (indien turnster de plank of het toestel niet heeft aangeraakt).

- Indien 1 sprong wordt gevraagd, is een tweede aanloop toegestaan met aftrek.
- Een derde aanloop is **niet toegestaan**
- Indien 2 sprongen worden gevraagd, is een derde aanloop toegestaan met aftrek
- Een vierde aanloop is **niet toegestaan**.

Het D-Panel brengt de aftrek in mindering op de eindscore van de uitgevoerde sprong.

10.3 Spronggroepen

De sprongen zijn ingedeeld in de volgende groepen :

- Groep 1 –** Sprongen zonder salto (*Overslag, Yamashita, Arabier*) met of zonder lengteas draai in de 1^e en/of 2^e vluchtfase
- Groep 2 –** Overslag voorwaarts met of zonder 1/1 draai (360°) in de 1^e vluchtfase – salto voorwaarts of achterwaarts met of zonder lengteas draai in de 2^e vluchtfase.
- Groep 3 –** Overslag met ¼ - ½ draai (90°-180°) in de 1^e vluchtfase (*Tsukahara*) – salto achterwaarts met of zonder lengteas draai in de 2^e vluchtfase
- Groep 4 –** Arabier (*Yurchenko*) met of zonder ¾ draai (270°) in de 1^e vluchtfase – salto achterwaarts met of zonder lengteas draai in de 2^e vluchtfase.
- Groep 5 –** Arabier met ½ draai (180°) in de 1^e vluchtfase – salto voorwaarts of achterwaarts met of zonder lengteas draai in de 2^e vluchtfase.

10.4 EISEN

- Het nummer van de **voorgenomen** sprong moet (handmatig of elektronisch) worden aangegeven voordat de sprong wordt uitgevoerd.
- In de **Kwalificatie, Team Finale en All Around Finale**:
Er moet **één** sprong uitgevoerd worden.
 - In de **Kwalificatie** telt de score van de 1^e sprong voor de Teamscore en/of de All-around score.
 - Een turnster die zich wenst te kwalificeren voor de **Toestelfinale** moet **2** sprongen uitvoeren volgens onderstaande **Toestelfinale Regels**.
- **Toestelfinale**
 - De turnster moet 2 sprongen uitvoeren, waarvan de score gemiddeld wordt voor de Eindscore
 - De 2 sprongen moeten uit verschillende spronggroepen komen
 - De 2 sprongen moeten een verschillende 2^e vluchtfase hebben

Voorbeeld:

1. Als de eerste sprong uit groep 4 komt
Arabier met flik-flak en gestrekte salto achterwaarts met 2 ½ draai
Dan zouden de keuzes voor de 2^e sprong zijn:
 - *Gestrekte Tsukahara met 2/1 draai of*
 - *Overslag met 1/1 draai*
2. Als de eerste sprong uit groep 2 komt
Overslag met gehurkte salto
Dan zouden de keuzes voor de 2^e sprong zijn:
 - *Arabier met flik-flak en gestrekte salto achterwaarts of*
 - *Gehoekte Tsukahara*

Opmerking: Overslag met gehurkte dubbel salto
Indien de 2^e salto niet compleet is omdat de turnster tegelijkertijd op voeten en enig ander lichaamsdeel landt, wordt de sprong erkend als Overslag met gehurkte salto

10.4.1 Zone markeringen

Ter oriëntatie voor richtingsafwijkingen, zal er een zone op de landingsmat worden aangebracht. De turnster moet landen en de sprong beëindigen tot een stabiele stand in deze zone.

De D1 Jury (*met schriftelijke melding van de Lijnjury*) brengt aftrekken voor het afwijken van de rechte lijn als volgt op de eindscore in mindering:

- Landen of stappen buiten de zone met 1 voet/hand (of deel ervan) - 0.10
- Landen of stappen buiten de zone met 2 voeten/handen (of deel ervan) of met een ander lichaamsdeel - 0.30

10.4.2 Specifieke Toestel Aftrekken (D-Panel)

Aftrek wordt genomen van de Eindscore van de uitgevoerde sprong

- Aanloop langer dan 25 meter - 0.50
- Aanloop zonder een het uitvoeren van een sprong - 1.00
- Steun (afstootfase) met slechts één hand - 2.00
- In de kwalificatie voor de toestelfinales en Toestelfinales
 - Indien er één sprong is uitgevoerd
 - Indien één van de twee sprongen een "0" krijgt (zie 10.4.3)

Berekening van de Eindscore:

De scores van de uitgevoerde sprongen gedeeld door 2 = de Eindscore

- Wanneer de 2 sprongen niet van een verschillende groep zijn of geen verschillende 2^e vluchtfase laten zien

Berekening van de Eindscore:

(Eindscore Sprong 1) + (Eindscore Sprong 2 - 2.00) gedeeld door 2 = Eind Score

10.4.3 Uitvoeren van ongeldige sprongen (0.00 punten)*

- Sprong wordt uitgevoerd zonder steunfase, d.w.z. er is geen enkele handplaatsing.
- Geen veiligheidskraag gebruiken bij Yurchenko sprongen.
- Hulp tijdens de sprong.
- Niet eerst op de voeten landen.
- De sprong is zo slecht uitgevoerd dat die niet herkenbaar is, of de turnster zet met haar voeten af van het springtoestel.
- De turnster voert een niet toegestane sprong uit (gespreide benen, een niet toegestaan voorbereidend element, opzettelijk landen in zijwaartse positie).
- De tweede sprong in de kwalificatie voor toestelfinale of in de toestelfinale is een herhaling van de eerste sprong.

* **Opmerking :** “0” score wordt door het D-Panel vastgesteld
Er vindt geen beoordeling door het E-Panel plaats.

Voor iedere sprong die met een “0” beoordeeld wordt, zal er door het D-Panel en de Toestel Supervisor een video beoordeling volgen.

10.5 Werkwijze van cijfertoekenning

D-Panel:

Zij voeren de Moeilijkheidswaarde van de sprong in en tonen het symbool van de erkende sprong op het bord aan de E juryleden (*indien die afwijkt van de aangegeven sprong*).

De score van de eerste sprong moet bekend gemaakt worden voordat de turnster de tweede sprong uitvoert.

E-Panel:

Uitvoeringsaftrekken (sectie 8) moeten tezamen met de hiernaast vermelde specifieke toestelafrekken toegepast worden.

10.6 Specifieke Toestel Aftrekken (E-Panel)

Fouten	0.10	0.30	0.50
Eerste vluchtfase			
– Voor missende graden in de LA draai gedurende de			
• Groep 1 met ½ (180°) draai	≤45°	≤	
• Groep 3 met ¼ draai		≤45°	
• Groep 4 met ¾ (270°) draai	≤45°		
• Groep 1 of 2 met 1/1 draai (360°)	≤	≤	>
– Slechte techniek			
• Heuphoek	X	X	
• Holle houding	X	X	
• Gebogen knieën	X	X	X
• Geopende benen of knieën	X	X	
Afstootfase			
– Slechte techniek			
• Niet naast elkaar of ongelijke handplaatsing bij sprongen uit groep 1, 2 en 5 (<i>n.v.t. voor gestrekte salto vw met LA</i>)	X	X	
• Gebogen armen	X	X	X
• Schouderhoek	X	X	
• Niet door de verticaal gaan	X		
• De voorgeschreven LA draai te vroeg begonnen (<i>op het toestel</i>)	X	X	
Tweede vluchtfase			
– Overdreven ‘snap’ beweging	X	X	
– Hoogte	X	X	X
– Zuiverheid van de lengteas draai (<i>incl. Cuervo sprongen</i>)	X		
vbgff			
• Exacte hurk/hoekhouding in salto's	X	X	
• Exacte hurk/hoekhouding in salto's met LA draai	X		
Niet gestrekt blijven van het lichaam	X		X
• Onvoldoende en/of te late uitstrekking (<i>bij gehurkte en</i>)	X		
• Gebogen knieën	X	X	
• – Geopende benen of knieën	X	X	
– – Onderrotatie van de salto zonder val	X	X	X
Met val	X	X	
Verte (<i>onvoldoende lengte</i>)	X		
• Dynamiek		X	
– Landingsaftrekken	X	X	
–	X	X	
Zie Sectie 8			

SECTIE 11 – BRUG ONGELIJK

11.1 Algemeen

De beoordeling van de oefening begint bij de afzet van de plank of mat. Extra hulpstukken onder de plank (bv een extra plank) zijn **niet** toegestaan.

a) Opsprongen

- Indien de turnster bij haar eerste poging de plank of het toestel heeft aangeraakt, of onder het toestel is doorgelopen :
 - Aftrek - 1.00 (E-Panel)
 - Ze moet haar oefening beginnen
 - De opsprong krijgt geen moeilijkheidswaarde
- Indien de turnster bij haar eerste poging de plank of toestel **niet** heeft aangeraakt en **niet** onder het toestel is doorgelopen, mag zij een tweede poging doen (*met aftrek*)
 - Aftrek - 1.00 (D-Panel)
- Een derde poging is niet toegestaan

De turnster mag **niet** onder de lage ligger door rennen/lopen om de opsprong uit te voeren (zie 2.4). Presenteren en onder de LL doorlopen mag wel om de oefening te beginnen.

Het D-Panel neemt de aftrek van de Eind Score.

b) Valtijd

Voor een onderbreking van de oefening door een val, is een pauze van 30 seconden toegestaan.

Indien de turnster de toegestane tijd om de oefening te hervatten overschrijdt, zal een neutrale aftrek van 0.30 P worden toegepast indien zij verder gaat met haar oefening.

- De tijdopname start wanneer de turnster na de val weer op haar voeten staat.
- De verstrekte tijd tijdens de val wordt in seconden op het scorebord weergegeven.
- Een waarschuwingssignaal (gong) zal worden gegeven bij
 - 10 seconden
 - 20 seconden en weer bij
 - 30 seconden tijdlimiet
- De oefening wordt officieel hervat als de voeten de vloer verlaten.
- Indien de turnster niet binnen de 60 seconden tijdlimiet de oefening heeft hervat, wordt de oefening als beëindigd beschouwd.

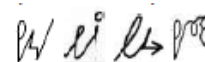
Het is niet noodzakelijk om de jury te groeten bij het hervatten van de oefening na een val.

11.2 Inhoud en samenstelling van de oefening

De maximum 8 hoogste waarde elementen inclusief de afsprong worden geteld voor MW.

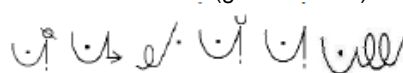
- Geen afsprong: - 0.50 van de Eindscore (D-Panel)
- Slechts 3 elementen uit dezelfde "rootskill" * (*uitgezonderd kippen, reuzenzwaaien vw/aw en opzwaaien tot handstand*) worden geteld voor MW, SE en VW, geteld in chronologische volgorde.
* de "rootskill" wordt bepaald door hoe het element begint en de richting van de rotatie (aw of vw)

Voorbeeld 1:



B D E X (geen waarde)

Voorbeeld 2:



D D D B B D

Voorbeeld 3:



D B C X (geen waarde)

- Op- en afsprongen worden meegeteld in het aantal elementen met dezelfde rootskill.
- Elementen die geen MW krijgen (door niet voldoen aan de technische vereisten) tellen niet mee in het aantal elementen met dezelfde rootskill.

Slechts één 'Tkatchev' type element zonder draai in één lijn van de elemententabel zal toegekend worden.

De waarde elementen moeten een variatie tonen van de volgende bewegingscategorieën:

a) Cirkelbewegingen en zwaaien

- Reuzendraaien achterwaarts
- Reuzendraaien voorwaarts
- Zwaaien en vrije heupdraaien
- Stalders voor- en achterwaarts
- Zolendraaien voor- en achterwaarts

b) Vluchtelementen

- Vlucht van HL naar LL en andersom
- Contra vlucht (over de ligger)
- Sprongen
- Hechten
- Salto's

11.3 Samenstellingseisen (SE) – D-Panel 2.00P

- | | | |
|--|------|------|
| 1. Vluchtelement van HL naar LL | geef | 0.50 |
| 2. Vluchtelement aan dezelfde ligger | geef | 0.50 |
| 3. Verschillende grepen (geen opzwaai, op- of afsprong) | geef | 0.50 |
| 4. Een niet vluchtelement met min.360° draai (geen opsprong) | geef | 0.50 |

11.4 Verbindingswaarde (VW) – D-Panel

- a) Verbindingswaarde kan gegeven worden voor directe verbindingen.
 b) De VW wordt bij de D-Score geteld.

Formules voor direct verbindingen

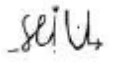
0.10	0.20
D + D (of meer)	D (vlucht zelfde ligger of van LL naar HL) + C of meer (op HL en moet in deze volgorde worden uitgevoerd) E + E (1 element met vlucht) F + D (beide vlucht elementen)

Opmerking: C/D elementen moeten of vlucht of minimaal ½ draai (180°) bevatten

- a) Een element kan binnen dezelfde directe verbinding 2 keer uitgevoerd worden, maar mag **NIET** een 2^e keer MW krijgen.
- b) Vlucht elementen zijn elementen met zichtbare vlucht
- Van HL tot vastpakken aan de LL (of andersom)
 - Met contra vlucht (over de ligger), sprong, hecht of salto met herpakken aan dezelfde ligger of andere ligger
 - Uitgevoerd als afsprong

NB: gesprongen greepwissels met/ zonder 180°-360° draaien worden **NIET** als vlucht elementen beschouwd.

- c) Deze directe verbindingen kunnen worden uitgevoerd als een:
- Opsprong verbinding
(elementen uit gr. 1 worden niet gezien als vlucht element)

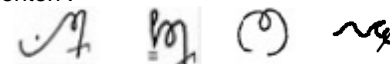
Voorbeeld :  D + D = 0.10

- Verbinding in de oefening
- Afsprong verbinding

- d) Als er een **loze zwaai** of **tussenzwaai** tussen twee (2) elementen wordt uitgevoerd, of na het tweede/laatste element, zal er geen VW worden toegekend.

- **Loze zwaai** = een zwaai voorwaarts of achterwaarts zonder uitvoering van een element uit de tabel, voordat de zwaai de tegengestelde kant opgaat.

Uitzondering: 'Shaposhnikova' achtige elementen met/zonder 1/1 draai en de volgende elementen :



NB: als een kip wordt uitgevoerd na een Shaposhnikova-achtig element met/zonder 1/1 draai – pas aftrek voor een loze zwaai toe.

- **Tussenzwaai** = zwaai of achteropzwaai vanuit streksteun en/of een strekhangzwaai voor en achter, die niet nodig is om het volgende element te kunnen uitvoeren.

11.5 Samenstellingsaftrekken (E-Panel)

Fouten	0.10	0.30	0.50
– Springen van LL naar HL			X
– Hang aan de HL, voet plaatsen op de LL en de LL vastpakken			X
– Meer dan 2 dezelfde elementen direct verbonden met de afsprong	X		

11.6 Specifieke Toestel Aftrekken

Fouten <i>Zonder val kan de maximale uitvoeringsaftrek per element niet de 0.80 overschrijden.</i>	0.10	0.30	0.50 of meer
– Lichaamslijnen in HS en opzwaai tot HS	X	X	
– Aanpassing van de handpositie	X		
– Toucheren mat		X	
– Hard raken van het toestel met de voeten			0.50
– Hard raken van de mat met de voeten (val)			1.00
– Niet karakteristiek element <i>(elementen met afzet van 2 voeten of dijen)</i>			0.50
– Slecht ritme in elementen	X		
– Onvoldoende hoogte in vluchtelementen	X	X	
– Onderrotatie van vluchtelementen	X		
– Onvoldoende strekking in kippen	X		
– Tussenzwaai			0.50
– Loze zwaai			0.50
– Hoek van voltooiing van elementen	X	X	X
Amplitude van:			
– zwaaien vw of aw onder horizontaal opzwaaien	X X	X	
– Overdreven buiging van het heupgewricht tijdens beenslag (Afspr)	X	X	

11.7 OPMERKINGEN

Vallen –

Vluchtelementen

- Met herpakken met beide handen (korte/tijdelijke hang of steun) aan de ligger, dan wordt de MW toegekend.
- Zonder herpakken met beide handen aan de ligger - geen toekenning van MW.


Afsprongen

- Er is helemaal geen poging tot het maken van een afsprong

Beoordeling:

- Geen MW – slechts 7 elementen tellen (*D-Panel*)
- 0.50 p. aftrek voor 'geen afsprong' (*D-Panel*)
- Val – 1.00 p. of pas landingsaftrekken toe als er geen val is (*E-Panel*)
- Indien de turnster er weer opklimt om een afsprong te doen, dan geen aftrek voor 'geen afsprong'

- Als de afsprong is begonnen

Voorbeeld:  waarbij de salto is ingezet (niet eerst op voeten geland)

Beoordeling:

- Geen MW – slechts 7 elementen tellen (*D-Panel*)
- Val – 1.00 p. (*E-Panel*)

Opsprongen

- Deze kunnen voldoen aan SE 1 voor vlucht van HL naar LL.
- Elementen die als opsprong worden uitgevoerd mogen in de oefening worden herhaald (of andersom) maar krijgen slechts eenmaal MW.

SECTIE 12 – BALK

ARTISTIEKE PRESENTATIE

Artisticiteit in de uitvoering

Een artistieke uitvoering is een uitvoering waarin de turnster laat zien de mogelijkheid te hebben om haar balkoefening te transformeren van een goed gestructureerde samenstelling naar een optreden met uitbeelding. Om dat te doen moet de turnster creativiteit, zelfvertrouwen, persoonlijke stijl en een perfecte techniek tonen.

Het is niet 'wat' een turnster uitvoert, maar 'hoe' zij het uitvoert.

Samenstelling en choreografie

De samenstelling van een balkoefening is gebaseerd op de schat aan bewegingen, zowel gymnastisch en artistiek, van de turnster als ook op de choreografie van die elementen in relatie tot de balk, terwijl er een sterk gevoel van ritme en aanpassing in tempo vastgesteld wordt. Het is het in evenwicht houden van elementen met moeilijkheidswaarde met artistieke componenten teneinde een onafgebroken 'flow' te creëren, een samenhangend geheel.

Het ontwerp, de structuur en samenstelling van de oefening omvat:

- Een rijke en gevarieerde selectie van elementen uit de verschillende structuurgroepen van de elementen tabel
- Veranderingen in hoogte (op en neer)
- Veranderingen in richting (voorwaarts, achterwaarts en zijwaarts)
- Veranderingen in ritme en tempo
- Creatieve of originele bewegingen en overgangen

Dit is 'wat' ze uitvoert.

Ritme en Tempo

Het ritme en tempo (snelheid/maat) moet gevarieerd zijn, soms levendig, soms langzaam, maar voornamelijk dynamisch en bovenal ononderbroken.

De overgang tussen de bewegingen en elementen moet soepel en vloeiend zijn:

- Zonder onnodige stops of
- Langgerekte voorbereidende bewegingen vóór elementen

De oefening mag geen serie van niet verbonden elementen zijn.

12.1 ALGEMEEN

De beoordeling van de oefening begint bij de afzet van de plank of de mat. Extra lagen onder de plank (zoals een extra plank of matje) zijn **niet** toegestaan

a) Opsprongen

- Indien de turnster bij haar eerste poging de plank of het toestel heeft aangeraakt
 - Aftrek 1.00
 - Ze moet haar oefening beginnen
 - De opsprong krijgt geen moeilijkheidswaarde toegekend
 - De aftrek voor 'geen opsprong uit de elemententabel' wordt toegepast (E-panel)
- Een 2^e poging tot opsprong (*met aftrek*) wordt toegestaan indien de turnster de plank of het toestel niet heeft aangeraakt
 - Aftrek 1.00 (D-Panel)
- Een 3^e poging is niet toegestaan

Het D-Panel brengt de aftrek in mindering op de Eind Score.

b) Tijd

De duur van de balkoefening mag niet langer zijn dan 1:30 minuut (90 seconden)

- De tijdwaarneemster 1 (*Assistent*) begint met de tijdopname wanneer de voeten van de turnster de plank of mat verlaten. Ze stopt met de tijdopname wanneer de turnster de mat raakt bij de beëindiging van haar balkoefening.
- Een signaal zal worden gegeven tien (10) seconden vóór de maximale tijdslimiet en nogmaals bij de maximale tijdslimiet (1:30) om aan te geven dat de oefening beëindigd moet worden.
- Indien de turnster de afsprong landt **tijdens** het geluid van het tweede signaal, dan volgt er **geen** aftrek.
- Indien de turnster de afsprong landt **na** het geluid van het tweede signaal, volgt er een aftrek voor tijdsoverschrijding

De aftrek voor tijdsoverschrijding wordt toegepast indien de oefening 1.31 minuten (91 seconde) of meer is - 0.10

- Elementen die na de maximale tijdslimiet geturnd worden, worden door de D Jury erkend en door de E Jury beoordeeld

- Tijdsoverschrijdingen worden schriftelijk gemeld door de betreffende tijdwaarnemster aan de D Jury van het toestel en die brengt de aftrek in mindering op de eindscore.

c) Valtijd

Voor onderbreking van de oefening veroorzaakt door een val van het toestel, is een onderbrekingstijd van 10 seconden toegestaan.

Indien de turnster de toegestane tijd om aan de oefening te herbeginnen overschrijdt, zal een neutrale aftrek van 0.30 P worden toegepast indien zij verder gaat met haar oefening.

- tijdwaarnemster 2 begint met de tijdopname als de turnster na de val weer op de voeten staat
- De duur van de valtijd wordt apart opgenomen; deze tijd zal **niet** bij de totaal tijd van de oefening worden opgeteld.
- De valtijd eindigt wanneer de turnster afzet van de mat om de balk te beklimmen.
- Het is niet noodzakelijk om de jury te groeten bij het herbeginnen van de oefening na een val.
- Na het beklimmen van de balk wordt de tijdopname door tijdwaarnemster 1 hervat met de eerste beweging ter voortzetting van de oefening.
- De verstreken valtijd wordt in seconden op het scorebord aangegeven.
- Een akoestisch signaal (gong) zal worden gebruikt om
 - de 10-seconden-tijdlimiet aan te geven.
- Indien de turnster niet binnen de 60 seconden aan de oefening is herbegonnen, wordt de oefening als beëindigd beschouwd

12.2 Inhoud van de oefening

De maximaal 8 moeilijkste elementen, inclusief afsprong worden voor MW geteld.

- Geen Afsprong: -0.50 van de Eindscore (D-Panel)

Binnen de 8 tellende elementen moet een minimum zijn van:

- 3 dans elementen
 - 3 acro elementen
- En 2 elementen naar keuze

12.3 Samenstellingseisen (SE) – D-Panel 2.00

1. een verbinding van minimaal 2 **verschillende** dans elementen, waarvan één sprong met 180° beenspreiding in spagaat (voor- of zijwaarts) of spreidhoekpositie geef 0.50
2. een draai (groep 3) óf rollen/Flairs * geef 0.50
3. een acrobatische verbinding van min. 2 vluchtelementen**, waarvan één salto (*mogen dezelfde elementen zijn*) geef 0.50
4. acro elementen in verschillende richtingen (vw/zw en aw) geef 0.50

***Elementen: 1.303, 1.403, 1.304, 1.207, 1.308, 1.514, 4.105 4.203, 4.204, 4.304, 4.305, 4.206, 4.306, 4.307, 5.405, 5.505 kunnen SE#2 vervullen.**

**vluchtelement met of zonder steun van de handen

Opmerking:

- SE 1, 2 (draai), 3 & 4 moeten op de balk geturnd worden
- Handstanden en houdingen mogen niet worden gebruikt om aan de SE te voldoen.
- Rollen kunnen enkel gebruikt worden om SE 2 te vervullen.

12.4 Verbindingswaarde (VW) en Serie Bonus (SB) – D-Panel

- a) Verbindingswaarde kan worden gegeven voor directe verbindingen
- b) De **Verbindingswaarde** en **Serie Bonus** (SB) worden toegevoegd aan de D-Score
- c) **Serie Bonus** zal worden gegeven voor een verbinding van 3 of meer elementen.
- d) Geen verbindingswaarde wordt toegekend als de balk vast gepakt wordt.

Formules voor directe verbindingen

ACROBATISCH	
0.10	0.20
2 acro vluchtelementen, incl. Opsprong, excl. Afsprong Alle verbindingen moeten 'rebounding' zijn*	
C + C	C/D + D (of meer)
B + E	B + D (beide elementen in vw richting)
	B + F
<p>Serie Bonus (SB) van + 0.10 P.</p> <p>Wordt toegekend aan dans/mix en acro series (*rebounding en non-rebounding) van B + B + C of meer, in elke volgorde, incl. Op- en Afsprong (min. C), en toegevoegd aan VW</p> <p>Voorbeeld 1: B+B+C = + 0.10 serie bonus D+B+C = + 0.10 serie bonus</p> <p>Voorbeeld 2: C+C+C = 2 x 0.10 VW + 0.10 serie bonus Totaal 0.30</p> <p>Om SB te krijgen:</p> <ul style="list-style-type: none"> Mogen acro elementen zonder vlucht van min. B waarde worden gebruikt (uitgezonderd houdingen) Mag hetzelfde element (met/zonder vlucht) in de verbinding herhaald worden 	

* Verbindingen met rebounding effect maken gebruik van de vering van het toestel en ontwikkelen snelheid in één richting.

- Landing (op 2 voeten) vanuit het 1^e vluchtelement met handensteun gevolgd door **onmiddellijke** afzet/rebound naar het 2^e element, of
- Landing vanuit het 1^e vluchtelement (met/zonder handensteun) op 1 been en het vrije been bijplaatsen met **onmiddellijke** rebound met 2 benen naar het 2^e element

DANS & MIX (alleen met acro vlucht elementen), exclusief de afsprong	
0.1	0.2
C + C of meer (dans) A + C (alleen draaien) B + D (mix)	D + D of meer

Opmerking: draaien moeten worden uitgevoerd op hetzelfde standbeen (korte demi-plié is toegestaan), of met een tussenpas om de volgende draai op het tegengesteld been uit te voeren (korte demi-plié op 1 of 2 voeten is NIET toegestaan)

De volgende **acrobatisc** **B elementen** met handensteun en vlucht

- Flick-flack met gesloten benen
- Loop flick-flack
- Auerbach flick-flack
- Arabier
- Overslag voorover

Mogen in een 2^e verbinding uitgevoerd worden om VW en SB te krijgen, echter krijgen geen 2^e keer MW.

12.5 Aftrekken voor artistieke presentatie en choreografie (E-Panel)

Fouten	0.10
Artistieke presentatie – Onvoldoende artistiekiteit in de uitvoering gedurende de gehele oefening <ul style="list-style-type: none"> • Onjuiste/onvoldoende lichaamshouding (hoofd, schouders, romp) X • Onvoldoende amplitude (maximale verlenging van de bewegingen) X • Onvoldoende amplitude van been-zwaai of schop X • Voet houding <ul style="list-style-type: none"> ○ Voeten niet gepunt/geflex/ingedraaid X ○ Onvoldoende werken in relevé X • Onvoldoende gebruik van het gehele lichaam X – Ritme en tempo <ul style="list-style-type: none"> • Onvoldoende variatie in ritme en tempo tijdens bewegingen (geen MW) X • Uitvoering van de gehele oefening als een serie van niet verbonden elementen en bewegingen (<i>gebrek aan vlotheid</i>) X 	
Samenstelling – Opsprong zonder MW <i>(alle opsprongen zonder MW zullen als A worden erkend, uitgezonderd één been over spreiden tot zit, ophurken, simpele sprong tot zit of knie, of landen op één of twee voeten)</i> X – Onvoldoende gebruik van het gehele toestel: <ul style="list-style-type: none"> • Gebrek aan zijwaartse bewegingen (Geen MW) X • Geen combinatie van bewegingen/elementen dicht bij de balk waarbij een deel van de romp (incl. dijbeen, knie of hoofd) de balk raakt (<i>niet noodzakelijkwijfs een element</i>) X 	
– Eenzijdig gebruik van elementen Meer dan één ½ draai op 2 voeten met gestrekte benen gedurende de oefening X	

12.6 Specifieke Toestel Aftrekken (E-Panel)

Fouten	0.10	0.30	0.50
– Slecht ritme in verbindingen (met MW)	X p/ keer		
Overdrevten voorbereiding – Aanpassingen (<i>onnodige stappen en onnodige bewegingen</i>) X – Overdrevten armbewegingen voor danselementen X – Pauze (toepassen bij 2 sec.) p. keer X p. keer			
– Extra steun met het been tegen de zijkant van de balk		X	
• De balk vastpakken om een val te voorkomen			0.50
– Extra bewegingen om evenwicht te bewaren	X	X	X

Afsprong:

- a) Als de salto voor de afsprong nog **niet** is begonnen (geen inzet van rotatie) en een val doet zich voor, of

Voorbeeld 1:  met afspringen

Beoordeling:

- Geen MW – slechts 7 elementen tellen (*D-Panel*)
- 0.50 p. aftrek voor 'geen afsprong' (*D-Panel*)
- Val – 1.00 p. (*E-Panel*)
- Indien ze erop klimt om een afsprong uit te voeren, geen aftrek voor 'geen afsprong'

- b) Als de salto voor de afsprong is begonnen en dan doet zich een val voor

Voorbeeld 2:  salto is begonnen, maar niet eerst op de voeten geland

Beoordeling:

- Geen MW – slechts 7 elementen tellen (*D-Panel*)
- Val – 1.00 p. (*E-Panel*)

12.7 OPMERKINGEN

Vallen – Acro en Dans elementen



Acro en Dans elementen moet terugkomen op de balk met voet of romp om MW toegekend te krijgen.

- a) **Met** landing op 1 of 2 voeten of in de voorgeschreven positie op de balk
 - MW wordt toegekend
- b) **Zonder** landing op 1 of 2 voeten of in de voorgeschreven positie op de balk
 - MW wordt niet toegekend (*element mag opnieuw uitgevoerd worden om MW te krijgen*)

Opsprongen

- Voor de opsprong mag slechts één acrobatisch element geturnd worden.
- Sommige elementen kunnen als opsprong vermeld staan (rollen, handstanden en houdingen) en kunnen in de oefeningen geturnd worden (of visa versa), maar krijgen eenmalig MW.

Houdingselementen


- a) Handstanden (zonder LA) & houdingen moeten om MW te krijgen, minimaal 2 sec. aangehouden worden, indien voorgeschreven in de elemententabel. Als het element niet 2 sec. aangehouden wordt en het niet als een ander element in de Code staat, wordt 1 MW lager of geen MW toegekend. (*handstand- of houdingspositie moet bereikt zijn*).
- b) Voor SE, VW en SB mogen acro houdingen (*met vlucht*) gebruikt worden als het laatste element in een acro serie of mix verbinding
- c) Als bij de elementen  en  de handstand **niet** 2 seconden aangehouden wordt, wordt het 1 MW lager gewaardeerd.
 - Als de turnster hetzelfde element nogmaals uitvoert en de handstand 2 sec. aanhoudt – geen MW geven

Onodi Tick-Tack



- Mag alleen als laatste element van een verbinding worden geturnd om SE voor een acro serie te vervullen en voor het verkrijgen van VW
- Kan voor SB overal in de verbinding gebruikt worden
- Wordt beschouwd als het zelfde element als de Onodi.

Specifieke elementen

-  De handen moeten in dwarsstand geplaatst worden



handen naast elkaar in dwarsstand geplaatst - Correct



indien met de voorste hand de draai volledig is gemaakt – pas aftrekken voor precisie toe



Handen in parallelstand geplaatst – pas aftrekken voor precisie toe

SECTIE 13 – VLOER

ARTISTIEKE PRESENTATIE

Artisticiteit in de uitvoering

Een artistieke uitvoering is een uitvoering waarin de turnster laat zien de mogelijkheid te hebben om haar vloeroefening te transformeren van een goed gestructureerde samenstelling naar een artistieke uitvoering. Om dat te doen moet de turnster een sterke choreografische flow, artisticiteit, expressie, muzikaliteit en een perfecte techniek tonen.

Het voornaamste doel is een unieke en goed uitgebalanceerde artistieke gymnastische samenstelling te creëren en presenteren door het combineren van lichaamsbewegingen en expressie van de turnster in harmonie met het thema en karakter van de muziek.

Samenstelling en choreografie

De **samenstelling** van een vloeroefening is gebaseerd op zowel de schat aan bewegingen van de turnster als de choreografie van die elementen en bewegingen, dat wil zeggen het indelen van de lichaamsbewegingen, zowel gymnastisch en artistisch, in ruimte en tijd in relatie tot de vloer en in harmonie met de gekozen muziek.

De **choreografie** moet zich zo ontwikkelen dat de ene beweging vloeiend overgaat in de volgende in contrast met snelheid en intensiteit.

Creatieve choreografie, dat wil zeggen de originaliteit van de samenstelling van elementen en bewegingen, betekent dat de oefening zo is samengesteld en uitgevoerd dat er sprake is van nieuwe ideeën, vormen, interpretaties en originaliteit, daarbij na- apen en monotonie vermijgend.

Het ontwerp, de structuur en samenstelling van de oefening omvat:

- Een rijke en gevarieerde selectie van elementen uit de verschillende structuurgroepen van de elementen tabel
- Veranderingen in hoogte (op en neer)
- Veranderingen in richting (vw, aw, zw en bochten)
- Creatieve of originele bewegingen, verbindingen en overgangen in acrolijnen

Dit is 'wat' ze uitvoert.

Expressie

Expressie kan in het algemeen worden gedefinieerd als de houding en emoties die de turnster tentoonstelt met haar gezicht en lichaam. Hieronder valt ook hoe een turnster zich in het algemeen presenteert aan en verbinding maakt met de jury en het publiek, alsmede haar vermogen om haar expressie te controleren gedurende de uitvoering van de moeilijkste en meest complexe bewegingen. Het is ook haar vermogen om een rol of karakter te spelen gedurende de uitvoering. Bovendien moet naast de technische uitvoering, de artistieke harmonie en vrouwelijke sierlijkheid in acht worden genomen.

Het is niet alleen "wat" een turnster uitvoert, maar ook "hoe" ze haar oefening uitvoert.

Muziek

De muziek moet foutloos en zonder abrupte eindes zijn, en moet bijdragen aan een gevoel van eenheid van de volledige samenstelling en uitvoering van de oefening.

Het moet vloeiend zijn en een duidelijk begin en einde hebben. De gekozen muziek moet ook helpen om de unieke karakteristiek en stijl van de turnster naar voren te halen. Het karakter van de muziek moet als leidraad/thema dienen voor de samenstelling van de oefening.

- Er moet een directe wisselwerking zijn tussen de bewegingen en de muziek. De begeleiding moet van persoonlijke toepassing zijn op de turnster en moet bijdragen aan een complete artisticiteit en perfectionering van haar uitvoering.

Muzikaliteit

Muzikaliteit is het vermogen van de turnster om de muziek te interpreteren en niet alleen het ritme en de snelheid te demonstreren, maar ook de flow, vorm, intensiteit en passie.

De muziek moet de uitvoering ondersteunen en door haar bewegingen moet de turnster, het thema van de muziek aan het publiek en de jury duidelijk maken.

13.1 ALGEMEEN

a) Muziek eisen

- De muziek voor de vloeroefening wordt aan de wedstrijdorganisatie gegeven. Van ieder muziekstuk wordt de tijd opgenomen; deze tijd zal geaccordeerd worden door de wedstrijdadministratie en de delegatieleider.
- Het volgende moet vermeld worden:
 - De naam van de turnster en de 3 letters van de landencode zoals die door de FIG worden gebruikt
 - De naam van de componist en/of de titel van de muziek.
- De muzikale begeleiding met orkest, piano of andere instrumenten moet opgenomen zijn
 - Een signaal of toon aan het begin van de opname is toegestaan. Echter, de naam van de turnster mag **niet** worden uitgesproken
 - De menselijke stem mag gebruikt worden als muziekinstrument, zonder woord(en)
 - Voorbeelden van de menselijke stem als toegestaan muziek instrument zijn: neuriën, zang zonder woorden, fluiten, roepen (zonder betekenis)
 - Afwezigheid van muziek of muziek met woorden - 1.00

Opmerking : aftrek wordt door het D-Panel in mindering gebracht op de Eindscore

In geval van twijfel mag de federatie/turnster de muziek bij het WTC indienen voor evaluatie/beoordeling.

b) Tijd

De beoordeling van de oefening begint met de eerste beweging van de turnster. De oefening mag niet langer duren dan 1.30 minuten (90 seconden).

- De tijdwaarneemster begint met de tijdopname wanneer de turnster met de vloeroefening begint met de eerste beweging.
- De tijdwaarneemster stopt met de tijdopname wanneer de turnster haar vloeroefening beëindigt met de laatste houding. De oefening moet tegelijk eindigen met de muziek.
- De aftrek voor tijdoverschrijding wordt gegeven als de oefening langer duurt dan 1:31 min (91 seconden) en meer. - 0.10.
- Elementen die na de 90 sec. tijdslimiet geturnd worden, worden door het D-Panel erkend en door het E-Panel beoordeeld.

c) Begrenzing van de vloer

Overschrijden van het voorgeschreven vloeroppervlakte (12 x 12 m) vloer, d.w.z. de vloer buiten de lijnen aanraken met enig lichaamsdeel leidt tot aftrek.

- Een stap of landing buiten de lijnen met een voet of hand - 0.10
- Stap(pen) buiten de lijnen met beide voeten, beide handen of een lichaamsdeel of landen met beide voeten buiten de lijnen - 0.30

Zowel de overtredingen van de tijd als de lijn worden schriftelijk gerapporteerd door respectievelijk de tijdwaarneemster en de lijnrechter aan het D-Panel, die de aftrek op de eindscore in mindering brengt.

13.2 INHOUD VAN DE OEFENING

De maximaal 8 moeilijkste elementen, inclusief afsprong worden voor de MW geteld.

- Geen Afsprong: -0.50 van de Eindscore (D-Panel)

Binnen de 8 tellende elementen moet een minimum zijn van:

- 3 dans elementen
- 3 acro elementen

En 2 elementen naar keuze

De afsprong is de laatste tellende acrolijn (*geef de hoogste MW*)

- Er wordt geen afsprong erkend als er 1 acrolijn is uitgevoerd

a) Acro lijnen

- Het maximum aantal acrolijnen is 4.
- Alle acro elementen uitgevoerd na de laatste tellende acrolijn worden niet geteld voor MW.
- Een acrolijn bestaat uit minimaal 2 direct verbonden vluchtelementen waarvan één salto
 - Indien niet eerst op de voeten geland wordt uit een salto dan wordt de serie wel gezien als acrolijn.

13.3 Samenstellingseisen (SE) – D-Panel 2.00

1. Een danspassage samengesteld uit twee verschillende sprongen of huppen (uit de elemententabel), direct of indirect verbonden (*met snelle passen, kleine sprongetjes, huppen, chassées en chainé draaien*), waarvan één sprong met 180° dwarsspagaat/zijwaartse spagaat of spreidhoekpositie
geef 0.50

(het doel is om over een grote oppervlakte een lang vloeiend bewegingspatroon te creëren)

- Sprongen met afzet van 2 voeten en draaien zijn niet toegestaan omdat deze statisch zijn. Chainé draaien (1/2 draaien op 2 voeten) zijn toegestaan omdat het voortbewegende passen zijn.
- Sprongen met afzet van 1 voet en huppen moeten op één voet landen indien ze als 1^e element in de danspassage worden uitgevoerd.

2. Salto met LA draai (min 360°) geef 0.50
 3. Salto met dubbele BA geef 0.50
 4. Salto aw en salto vw (*geen aeriels*) in dezelfde of verschillende acrolijn geef 0.50

Opmerking: SE 2, 3 en 4 moeten uitgevoerd worden in een acrolijn.

13.4 Verbindingswaarde (VW) – D-Panel

Verbindingswaarde kan gegeven worden voor indirecte (acrobatische) en directe (acrobatische, mix, pirouette) verbindingen.

De VW wordt opgeteld bij de D-Score.

Formules voor directe en indirecte verbindingen

INDIRECT ACROBATISCH	
0.10	0.20
B/C + D	C + E D + D
A + A + D	A + A + E
DIRECT ACROBATISCH	
A + D	A + E
C + C	C + D
MIX	
D salto + B (dans) E salto + A (dans) <i>(Alleen in deze volgorde)</i>	
VERBINDING VAN DRAAIEN OP 1 BEEN	
D + B	Opmerking: draaien moeten uitgevoerd worden met een pas naar de draai op het andere been <i>(demi-plié is niet toegestaan)</i>

Indirecte verbindingen zijn die verbindingen waarin direct verbonden acrobatische elementen met vluchtfase en handensteun (zoals arabier, flik-flak etc. als voorbereidende elementen) worden uitgevoerd tussen de salto's.

Opmerking: acrobatische elementen die gebruikt worden voor VW zijn altijd zonder handensteun.

13.5 Aftrekken voor artistieke presentatie en samenstelling (E-Panel)

Fouten	0.10	0.30
Artistieke presentatie		
– Onvoldoende artistiekiteit in de uitvoering gedurende de gehele oefening		
• Onjuiste lichaamshouding (hoofd, schouders, romp)	X	
• Onvoldoende amplitude (maximale verlenging van de bewegingen)	X	
• Voet houding		
o Voeten niet gepunt/geflext/ingedraaid	X	
• Inefficiënt gebruik van het gehele lichaam	X	
• Slechte expressieve uitvoering met betrekking tot de stijl van de muziek	X	X
– Uitvoering van de gehele oefening als een serie van niet verbonden elementen en bewegingen (gebrek aan vloeiende overgangen)	X	
Samenstelling		
– Onvoldoende complexiteit of creativiteit van bewegingen: <i>(een complexe en creatieve beweging is er een die trainingstijd, coördinatie en voorafgaande voorbereiding vereist)</i>		
• Gedurende de gehele oefening	X	
• Slechte choreografie in de hoeken/gebrek aan variatie	X	
– Geen beweging dicht bij de vloer waarbij minimaal de romp of het dijbeen of de knie of het hoofd de vloer moet raken	X	
Muziek en Muzikaliteit		
– Bewerking van de muziek <i>(bv. geen opening, slot of accenten)</i>	X	
• Geen structuur in de muziek		
– Muzikaliteit		
• Gebrek aan synchronisatie tussen bewegingen en de beats van de muziek aan het eind van de oefening	X	
• Achtergrondmuziek (de oefening is alleen gedeeltelijk of alleen bij het begin en einde van de oefening verbonden)	X	X

13.6 Specifieke Toestel Aftrekken (E-Panel)

Fouten	0.10
Overdreven voorbereiding	
– Aanpassingen (onnodige stappen)	X p. keer
– Overdreven armbewegingen voor dans elementen	X p. keer
– Pauze (toepassen bij 2 sec.)	X p. keer
Verdeling van elementen	
– Oefening begint direct met een acrolijn/acro element	X
– Aansluitende acrolijn uitgevoerd na de voorgaande acrolijn over dezelfde diagonaal zonder tussengevoegde choreografie <i>(een lange acrolijn is toegestaan)</i>	X p. keer
– Meer dan 1 aansluitende acrolijn	X p. keer
– De oefening eindigt met een acro element (geen choreografie na het laatste acro element)	X

Acrolijnen en Afsprongen

love love & love X

Voorbeeld 1:

slechts 1 acrolijn

Beoordeling:

- Geen MW - er worden 7 elementen geteld (*D-Panel*)
- Geen afsprong – aftrek 0.50 (*D-Panel*)
- Pas landingsaftrekken toe (*E-Panel*)

Voorbeeld 2: a)

M ME

of b)

ME M

slechts 1 acrolijn

Beoordeling:

- Geen MW – er worden 7 elementen geteld (*D-Panel*)
- Geen afsprong – aftrek 0.50 (*D-Panel*)
- Pas landingsaftrekken toe (*E-Panel*)