



FONDÉE EN 1881

2022 – 2024 CODE of POINTS PUNTENCODE



Ritmische Gymnastiek

Goedgekeurd door het FIG Executive Committee
De Engelse versie is de officiële tekst

Vertaling: Jolanda Sap

"Deze vertaling is toegestaan door de FIG. Echter alleen de Engelse, Franse, Russische, Spaanse en Duitse teksten zijn officieel geldig."

DEEL 2

GROEPSOEFENINGEN

A.	ALGEMEEN	134
1.	WEDSTRIJDEN EN PROGRAMMA'S	134
2.	AANTAL GYMNASTEN	134
3.	TIJDWAARNEMING	1355
4.	JURY'S	1355
5.	CIJFER PROTESTEN	138
6.	JURYVERGADERING	138
7.	OP DE VLOER KOMEN	138
8.	VLOER	139
9.	MATERIAAL	1402
10.	GEBROKEN MATERIAAL OF MATERIAAL DAT AAN HET PLAFOND BLIJFT HANGEN	142
11.	KLEDING VAN GYMNASTEN	143
12.	EISEN VOOR DE MUZIKALE BEGELEIDING	144
13.	DISCIPLINE VAN DE GYMNASTEN	144
14.	DISCIPLINE VAN DE COACHES	145
15.	AFTREKKEN DOOR HET TIJD-, LIJN- EN VERANTWOORDELIJKE JURYLID VOOR GROEPSOEFENINGEN	146
B.	MOEILIKHEID (D) GROEPSOEFENINGEN	147
1.	OVERZICHT MOEILIKHEID	147
2.	LICHAAMSMOEILIKHEDEN (DB)	148
3.	FUNDAMENTELE EN NIET FUNDAMENTELE TECHNIEKGROEPEN	155
4.	MOEILIKHEDEN MET WISSEL (DE)	164
5.	DYNAMISCHE ELEMENTEN MET ROTATIE (R)	173
6.	SAMENWERKINGSMOEILIKHEDEN (DC) (DIFFICULTY WITH COLLABORATIONS)	182
7.	MOEILIKHEID CIJFER (D)	198
C.	ARTISTIEK (A) GROEPSOEFENINGEN	199
1.	BEOORDELING DOOR DE JURYLEDEN VAN HET PANEL ARTISTIEK	199
2.	ARTISTIEKE STRUCTUUR EN UITVOERING: DOELSTELLINGEN VAN DE COMPOSITIE	199
3.	KARAKTER	200
4.	DANSPAS COMBINATIES	201
5.	LICHAAMS EXPRESSIE	202
6.	DYNAMISCHE VERANDERINGEN: MAKEN VAN CONTRASTEN	203
7.	LICHAAMS- EN MATERIAALEFFECTEN	203
8.	COLLECTIEVE WERK	204
9.	FORMATIES	204
10.	EENHEID	205
11.	VERBINDINGEN	205
12.	RITME	205
13.	LICHAAMSCONSTRUCTIES/GELIFTE POSITIES	206
14.	START- EN EIND POSITIES	207
15.	ARTISTIEKE FOUTEN GROEP	208
D.	UITVOERING (E) GROEPSOEFENINGEN	210
1.	BEOORDELING DOOR DE JURYLEDEN VAN HET PANEL UITVOERING	210
2.	TECHNISCHE FOUTEN	211
3.	TECHNIEK LICHAAM	213
4.	TECHNIEK MATERIAAL	213
E.	BIJLAGE	216
1.	MATERIAAL PROGRAMMA	216
2.	TECHNISCH PROGRAMMA VOOR JUNIOREN - GROEPSOEFENINGEN	217
3.	LICHAAMSMOEILIKHEID (DB)	219
4.	WISSELMOEILIKHEDEN	222
5.	DYNAMISCHE ELEMENTEN MET ROTATIE (R)	222
6.	MATERIAALMOEILIKHEID (DA)	223
7.	CIJFER MOEILIKHEID (D):	224
8.	ARTISTIEK EN UITVOERING	224
9.	TECHNISCHE FOUTEN: TOUW	225

DEEL 2 - GROEPSOEFENINGEN

A. ALGEMEEN

1. WEDSTRIJDEN EN PROGRAMMA'S

1.1. **Officiële Kampioenschappen van de Ritmische Gymnastiek en wedstrijdprogramma's:** Individuele-, Groep- en Teamwedstrijden

1.1.1. Het algemene programma voor de senior groepen bestaat uit 2 oefeningen (zie het FIG Materiaal Programma voor Senior groepen in de bijlage):

- Oefening met één materiaaltipe (5)
- Oefening met twee materiaaltipes (3+2)

1.1.2. Het programma voor Junior Groepen bestaat gewoonlijk uit 2 oefeningen, elke met een enkel materiaal. Het FIG Materiaalprogramma voor het huidige jaar beschrijft het materiaal dat vereist is voor iedere oefening (zie het FIG Materiaalprogramma for junior groepen in de bijlage).

1.1.3. Een groepsoefening voor senioren en junioren duurt minimaal 2'15" en maximaal 2'30."

1.1.4. Structuur van de groepswedstrijden:

1.1.4.1. Algemene wedstrijd en kwalificatie voor de finale groepen, teamranking: 2 oefeningen

- Oefening met één materiaaltipe (5)
- Oefening met twee materiaaltipes (3+2)

1.1.4.2. Teamranking: wordt verkregen door de 8 beste cijfers op te tellen van de individuele gymnasten van het team plus twee oefeningen van de groep.

1.1.4.3. Groep finales:

- Oefening met één materiaaltipe (5)
- Oefening met twee materiaaltipes (3+2)

Voor meer details betreffende de officiële FIG wedstrijden, zie de Technische Regels (Sec.1 en Sec.3).

2. AANTAL GYMNASTEN

2.1. **Officiële Kampioenschappen van de ritmische gymnastiek met groepsoefeningen:** Elke nationale Federatie (Bond) mag 5 of 6 gymnasten inschrijven voor het totale programma van de groepsoefeningen. In het geval dat er 6 gymnasten zijn ingeschreven moeten zij alle 6 aan minimaal één oefening deelnemen. (Zie Technische Regels Sect.1 en Sect.3)

2.2. Iedere groepsoefening moet worden uitgevoerd met 5 gymnasten; de resterende gymnaste mag in de wedstrijdhal aanwezig zijn tijdens het uitvoeren van de oefening (in het geval van een incident van één van haar partners).

2.2.1. Wanneer een gymnaste van de groep de vloer verlaat tijdens de oefening met een geldige reden mag zij worden vervangen door een reserve gymnaste. Het verantwoordelijk jurylid—voorzitter van de Superior Jury, de afgevaardigde van de Technische Commissie of hoofd jurylid—moet bevestigen dat de gymnaste de vloer heeft verlaten met een toegestane reden: blessure of ziekte:

- **Aftrek** door het Lijn Jurylid: 0.30 punt voor de groepsgymnaste(n) die de vloer verlaat tijdens de oefening

2.2.2. Wanneer de gymnaste de vloer verlaat met een ongeldige reden:

- **Aftrek:** 0.50 punt voor niet toegestaan "gebruik van een reserve gymnaste"
- **Aftrek** door het Lijn Jurylid : 0.30 punt voor de groepsgymnaste(n) die de vloer verlaten tijdens de oefening

2.2.3. De oefening zal niet beoordeeld worden wanneer de gymnaste die de groep heeft verlaten met een geldige reden, niet vervangen wordt.

2.2.4. De oefening zal niet beoordeeld worden wanneer de gymnaste de groep heeft verlaten zonder geldige reden.

3. TIJDWAARNEMING

3.1. De stopwatch start wanneer de eerste gymnaste van de groep begint te bewegen en stopt wanneer de laatste gymnaste van de groep totaal bewegingsloos is.

NB: Een kleine muzikale introductie zonder lichaams-en/of materiaalbeweging, die niet langer dan 4 seconden duurt, is toegestaan.

3.2. Tijdwaarneming van alle oefeningen (start van oefening, duur van de oefening) wordt gedaan in eenheden van een volle seconde.

- **Aftrek door het Tijd Jurylid: 0.05 punt voor elke seconde meer of minder, geteld in eenheden van volle seconden. Voorbeeld: 2'30.72 = geen aftrek; 2'31 = aftrek -0.05**

4. JURY'S

4.1. Jurysamenstelling voor officiële kampioenschappen en andere wedstrijden

4.1.1. Superior Jury: zie Technische Reglement Sect.1 en Sect.3

4.1.2. Jury Panels voor de Groep

Voor officiële FIG-wedstrijden (Wereldkampioenschappen en Olympische Spelen) bestaat iedere Jury uit 3 groepen van juryleden: **D** - Panel (**Difficulty, Moeilijkheid**), **A** - Panel (**Artistry, Artistiek**) en **E** - Panel (**Execution, Uitvoering**).

De Difficulty, Artistry en Execution juryleden worden geloot en aangewezen door de Technische Commissie van de FIG in overeenstemming met de Technische Regels en Jury Regels van de FIG.

4.1.3. Samenstelling van de Jury Panels voor groep

4.1.3.1. Jury Panel Moeilijkheid (D): 4 juryleden, verdeeld in 2 subgroepen:

- Subgroep 1 (D): 2 juryleden (**DB1, DB2**) werken onafhankelijk van elkaar en geven 1 **DB** cijfer.
- Subgroep 2 (D): 2 juryleden (**DA1, DA2**) werken onafhankelijk van elkaar en geven 1 **DA** cijfer.

4.1.3.2. Jury Panel Artistiek (A): 4 juryleden (**A1, A2, A3, A4**)

4.1.3.3. Jury Panel Uitvoering (E): 4 juryleden (**E1, E2, E3, E4**)

4.1.4. Taken van het D-Panel

- 4.1.4.1. **De eerste subgroep (DB)** schrijft de inhoud van de oefening op in symbolen, beoordeelt het aantal en de technische waarde van de lichaamsmoeilijkheden (**DB**), het aantal en de technische waarde van de dynamische elementen met rotatie (**R**) en de aanwezigheid van **W**. Zij beoordelen de hele oefening onafhankelijk van elkaar, zonder overleg en geven vervolgens één gezamenlijke **DB** cijfer.
- 4.1.4.2. **De tweede subgroep (DA)** schrijft de inhoud van de oefening op in symbolen, beoordeelt het aantal en de technische waarde van de Moeilijkheden met Materiaal (**DA**) en de aanwezigheid van elementen uit de vereiste Fundamentele Materiaaltechnieken, en de minimaal vereiste manieren van samenwerken. Zij beoordelen de hele oefening onafhankelijk van elkaar, zonder overleg en geven vervolgens één gezamenlijk **DA** cijfer.
- 4.1.4.3. **Jurydocumentatie:** Aan het eind van de rotatie/wedstrijd is het mogelijk dat het hoofd van de Superior Jury de beschreven inhoud van de oefeningen in symbolen opvraagt en wil inzien. Hierbij dient het nummer en de naam van de gymnaste, alsmede het land en materiaal te zijn aangegeven .

4.1.5. Eindcijfer D: de som van de **DB** en **DA** cijfers.

4.1.6. Taken van het A-Panel

- 4.1.6.1 **4 juryleden (A1, A2, A3, A4)** beoordelen de artistieke fouten door aftrek, bepalen de totale aftrek onafhankelijk van elkaar en zonder met de andere juryleden te overleggen; het hoogste en het laagste cijfer vallen af en de 2 overgebleven cijfers worden gemiddeld om tot het uiteindelijke **A**-cijfer te komen.
- 4.1.6.2 **Eindcijfer A:** de som van de artistieke aftrekken wordt afgetrokken van **10.00 punten**.

4.1.7. Taken van het E-Panel

- 4.1.7.1 **4 juryleden (E1, E2, E3, E4)** beoordelen de technische fouten door aftrek, bepalen de totale aftrek onafhankelijk van elkaar en zonder met de andere juryleden te overleggen; het hoogste en de laagste cijfer vallen af en de 2 overgebleven cijfers worden gemiddeld om tot het uiteindelijke **E**-cijfer te komen.
- 4.1.7.2 **Eindcijfer E:** de som van de technische aftrekken wordt afgetrokken van de **10.00 punten**

4.1.8. Taken van Tijd en Lijn juryleden

4.1.8.1. Tijd en Lijn Juryleden worden geloot onder de gebrevetteerde juryleden.

4.1.8.2. **Tijd Juryleden (1 or 2)** moeten:

- De duur van de oefening controleren
- Tijdsoverschrijdingen en het tekort of teveel aan seconden noteren of invoeren in de computer
- De tijdsduur van de oefening en het teveel of tekort aan seconden aangeven aan het hoofd van de jury
- Wanneer de gymnaste haar materiaal verliest aan het eind van de oefening en niet terugkomt op de vloer omdat de muziek gestopt is, registreert het Tijd Jurylid het moment dat de gymnaste haar materiaal oppakt als laatste moment.

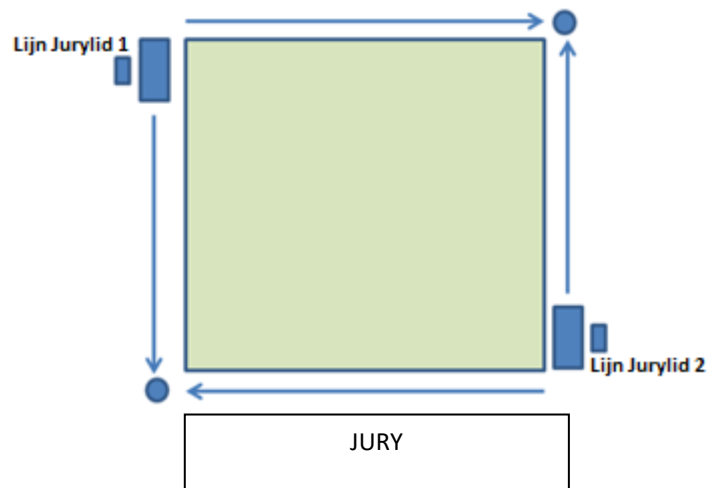
4.1.8.3. Lijn Juryleden (2) moeten:

- Vaststellen of de grens van de officiële vloer wordt overschreden door het materiaal, door de gymnaste met één of twee voeten, of elk deel van het lichaam of dat het materiaal de vloer volledig verlaat
- Vlag opsteken voor ieder materiaal en/of lichaam(sdeel) dat de vloer overschrijdt of verlaat
- Vlag opsteken wanneer een groepsgymnaste verandert van officiële vloer of de vloer verlaat tijdens de oefening
- Opschrijven en indienen van de overtreding en aan het hoofd van de jury geven

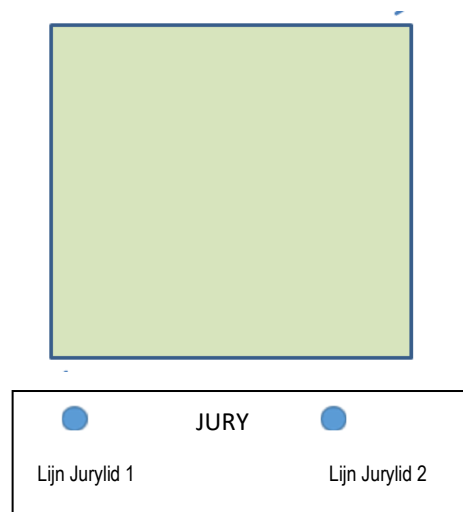
4.1.8.4. Op verzoek van de Superior Jury: wanneer de coach twijfelt aan de aftrek voor Tijd en/of Lijn aftrek(ken), moet zij een verzoek indienen bij de “Verantwoordelijke Jury” om het te herzien.

4.1.8.5. Positie van de Lijn Juryleden

Voorbeeld 1: Lijn Juryleden zitten in tegenovergestelde hoeken en zijn verantwoordelijk voor de 2 lijnen en de hoek aan hun rechter kant.



Voorbeeld 2: De Lijn juryleden zitten aan de jurytafel en observeren de lijnen op een monitor indien er gebruik wordt gemaakt van een videocamera.



4.1.9. Taken van de Secretaris

De secretarissen moeten kennis hebben van de “Code of Points” en een computer; zij worden over het algemeen aangewezen door het organisatiecomité. Onder supervisie van het hoofd van de Superior Jury zijn zij verantwoordelijk voor het juist ingeven van scores in de computers, de correcte startvolgorde van teams en gymnasten, het bedienen van de rode en groene lampjes en het controleren en invoeren van het correcte eindcijfer op het scherm.

4.1.10. Taken van het “Verantwoordelijk Jurylid”

Alle aftrekken uit de tabel (#15) zullen worden gecontroleerd en gegeven worden door het Verantwoordelijke Jurylid: het hoofd van de Superior Jury, de afgevaardigde van de Technische Commissie of het hoofd van de jury.

4.1.11. Voor alle andere details betreffende de jury, hun structuur of taken, zie Technische Reglement, Sectie 1, Reg. 7 en “Juryleden Regels” (Judges Rules).

4.2. Berekening eindcijfer

De regels voor het bepalen van het eindcijfer zijn voor alle wedstrijdvormen hetzelfde.

(All-Around wedstrijden voor groepen, finales voor groepen).

Het eindcijfer van een oefening komt tot stand door optelling van het D cijfer, A cijfer en E cijfer. Eventuele extra aftrek wordt van dit eindcijfer afgetrokken.

5. **CIJFER PROTESTEN** (Zie Technische Reglement, Sect. 1, Art. 8.4 Protesten tegen het cijfer).

6. **JURYVERGADERING**

- Voor ieder officieel FIG kampioenschap, zal de Technische Commissie een vergadering organiseren om de deelnemende juryleden te informeren over de jury organisatie.
- Voor alle andere kampioenschappen of toernooien kan het Organisatie Comité een dergelijke vergadering organiseren.
- Alle juryleden zijn verplicht om aanwezig te zijn op de juryinstructie en/of vergadering, tijdens de hele duur van de wedstrijd, en de prijsuitreikingen aan het eind van de wedstrijd.

Voor meer details over juryleden en jureren van wedstrijden, zie het Technisch Reglement (Sec.1, Reg.7, Sec.3, Algemeen Judges’ Rules en Specifiek Judges’ Rules).

7. **OP DE VLOER KOMEN**

Groepen moeten snel opmarcheren op de officiële vloer zonder muzikale begeleiding en direct de startpositie innemen

- **Aftrek:** 0.50 punt wanneer niet voldaan wordt aan deze eis (door het Verantwoordelijk Jurylid: hoofd van de Superior Jury, de afgevaardigde van de Technische Commissie of het hoofd van de jury: zie #4.1.10).

8. VLOER

8.1. De officiële vloer van 13 x 13 m (**buitenkant van de lijn**) is verplicht. De werkvloer moet voldoen aan de FIG standaard (zie Technisch Reglement Sec.1).

8.2. Ieder deel van het lichaam of materiaal dat buiten de officiële vloer de grond raakt wordt bestraft.:

Aftrek door het Lijn Jurylid: 0.30 punt iedere keer voor iedere groepsgymnaste of ieder materiaal

8.3. Iedere gymnaste die of het materiaal dat de officiële vloer verlaat wordt bestraft:

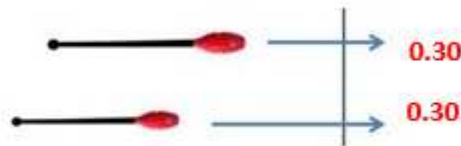
Aftrek door het Lijn Jurylid: 0.30 punt voor de gymnaste buiten de vloer

Aftrek door het Lijn Jurylid: 0.30 punt voor het materiaal buiten de vloer

8.4. Verlies van materiaal buiten de vloer:

8.4.1. **Verlies** van beide knotsen **na elkaar** buiten de officiële vloer:

Aftrek door het Lijn Jurylid: 0.30 punt voor de eerste knots + 0.30 punt voor de volgende knots



8.4.2. **Gelijktijdig verlies** van twee of meer materialen op **hetzelfde moment** buiten **dezelfde lijn**: twee knotsen vallen samen op hetzelfde moment buiten de vloer bij dezelfde lijn/ twee of meer materialen zijn in elkaar geklikt/vastgezet en verlaten de officiële vloer op hetzelfde moment.:

Aftrek door het Lijn Jurylid: 0.30 punt eenmalig, als één materiaal



8.4.3. **Gelijktijdig verlies** van twee of meer materialen op **hetzelfde moment** buiten **twee verschillende lijnen**:

Twee knotsen vallen samen op hetzelfde moment, buiten twee verschillende lijnen.

Aftrek door het Lijn Jurylid : 0.30 + 0.30 punt

8.4.4. **Gelijktijdig verlies** van twee of meer in elkaar geklikte/vastgezette materialen (zelfde of verschillende materialen) buiten de officiële vloer

Aftrek door het Lijn Jurylid: 0.30 punt



8.4.5. Gelijktijdig verlies van 2 of meer materialen (zelfde of verschillend materiaal) buiten de officiële vloer

Aftrek door het Lijn Jurylid voor elk materiaal dat buiten de vloer komt



8.5. De groep wordt niet bestraft in de volgende gevallen; echter, aftrek vindt plaats zoals beschreven in punten # 8.2-8.4:

- Materiaal en/of gymnaste raakt de lijn
- Materiaal buiten de officiële vloer zonder de grond te raken
- Materiaal valt aan het eind van de laatste beweging van de oefening
- Materiaal verlaat de officiële vloer na het eind van de oefening en het einde van de muziek
- Onbruikbaar materiaal wordt buiten de officiële vloer gelegd
- Gebroken materiaal wordt buiten de officiële vloer gelegd
- Materiaal dat blijft hangen aan het plafond (balken, lichten, scorebord, etc.)

8.6. Iedere oefening moet in zijn geheel worden uitgevoerd op de officiële vloer:

- 8.6.1.** Wanneer een gymnaste de oefening beëindigt buiten de officiële vloer zal de aftrek worden gegeven volgens # 8.3.
- 8.6.2.** Iedere moeilijkheid die begonnen wordt buiten de officiële vloer kan niet beoordeeld worden (tijdens of aan het eind van de oefening).
- 8.6.3.** Wanneer de moeilijkheid begonnen wordt binnen de officiële vloer en eindigt buiten de officiële vloer wordt de moeilijkheid wel beoordeeld.

9. MATERIAAL

9.1 Normen-Controle

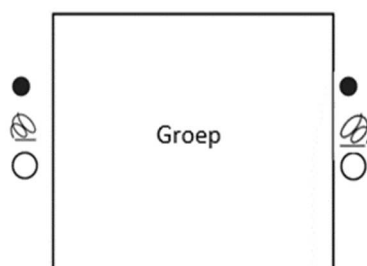
- 9.1.1.** Normen en kenmerken van elk materiaal staan vermeld in de *FIG Materiaal Normen*.
- 9.1.2.** Elk materiaal gebruikt door iedere gymnaste van de groep moet zowel het firma logo bevatten als het logo "FIG approved" op specifieke plaatsen van elk materiaal (Hoepel, Bal, Knotsen, Lint). Een groep zonder goedgekeurd materiaal mag niet deelnemen.
- 9.1.3.** Het materiaal van de groep moet gelijk zijn (gewicht, grootte en vorm); alleen de kleur mag verschillend zijn.
- 9.1.4.** Op verzoek van de Superior Jury, kan ieder materiaal gecontroleerd worden voordat de groep de wedstrijdhal betreedt of aan het eind van een oefening en/of na een willekeurige loting door de materiaalcontrole

9.2. Reservemateriaal: Plaatsing rondom de vloer

- 9.2.1. Reservemateriaal rond de officiële vloer is toegestaan (volgens het materiaalprogramma van elk jaar).
- 9.2.2. Het Organisatiecomité moet een set van identieke materialen neerleggen (de complete set van materialen die door de groepen gebruikt worden voor die wedstrijd) langs twee zijden van de officiële vloer om door een groep te gebruiken.

De lijn direct voor de juryleden wordt open gelaten en ook de lijn van de officiële vloer, waar de gymnasten de vloer betreden. Materiaal moet naast elkaar worden neergelegd.

Voorbeeld:



- 9.2.3. Wanneer gedurende de oefening het materiaal valt en de officiële vloer **verlaat**, is het gebruik van reservemateriaal toegestaan.

Aftrek door het Lijn Jurylid: 0.30 punt voor het materiaal dat de vloer verlaat

- 9.2.4. De gymnasten mogen alleen het reservemateriaal gebruiken dat om de wedstrijdvloer geplaatst is voorafgaande aan de oefening.

Aftrek: 0.50 punt voor gebruik materiaal dat niet van tevoren is neergelegd

- 9.2.5. Een groep mag het maximale aantal reservematerialen gebruiken dat rondom de vloer ligt met alle aftrekken die daarvoor nodig zijn

Voorbeeld: Twee hoepels zijn neergelegd door het Organisatiecomité zoals bovenstaand plaatje: Een groep mag beide gebruiken wanneer dat nodig is in 1 oefening.

Aftrek: 0.50 punt wanneer de gymnaste haar eigen materiaal weer gebruikt nadat het reservemateriaal dat rond de officiële vloer ligt al gebruikt is.

- 9.2.6. Wanneer **het materiaal valt gedurende de oefening, maar de wedstrijdvloer niet verlaat**, is het gebruik van reservemateriaal niet toegestaan; de gymnaste moet haar eigen materiaal van binnen de officiële vloer gebruiken.

Aftrek: 0.50 voor niet toegestaan gebruik van reservemateriaal

- 9.2.7. Het materiaal valt en verlaat de vloer en **komt vanzelf weer terug naar de officiële wedstrijdvloer**

Aftrek door het Lijn Jurylid 0.30 punt voor materiaal dat **de wedstrijdvloer verlaat**

Aftrek: 0.30 punt wanneer de gymnaste, nadat ze het reservemateriaal heeft genomen, haar eigen vanzelf teruggekeerde materiaal niet van de officiële wedstrijdvloer verwijderd heeft.

- 9.2.8. Wanneer **het materiaal valt en de vloer verlaat**, vervolgens wordt teruggegeven aan de gymnaste door een coach of elk ander persoon:

Aftrek: 0.50 punt voor niet toegestane teruggave van het materiaal

9.3. Onbruikbaar materiaal (VB: knopen in het lint)

- 9.3.1. Voor de start van de oefening, wanneer een gymnaste merkt dat haar materiaal onbruikbaar is (**Voorbeeld:** knopen in het lint) mag zij reservemateriaal gebruiken van het neergelegde materiaal zonder de wedstrijd te vertragen.

Geen Aftrek voor gebruik van reservemateriaal

- 9.3.2. Voor de start van de oefening, wanneer een gymnaste merkt dat haar materiaal onbruikbaar is (**Voorbeeld:** knopen in de lint) en ze besluit de knopen eruit te halen of ze pakt reservemateriaal met vertraging van de wedstrijd:

Aftrek: 0.50 punt voor te lange voorbereiding met vertraging van de wedstrijd

- 9.3.3. Gedurende de oefening wordt het materiaal onbruikbaar: gebruik van reserveateriaal is toegestaan

Geen Aftrek voor gebruik reservemateriaal

- 9.3.4. Wanneer het reservemateriaal breekt gedurende de oefening moet de groep de oefening stoppen. Na toestemming van het Verantwoordelijke Jurylid mag de groep haar oefening herhalen aan het eind van de rotatie of volgens de beslissing van het Verantwoordelijk Jurylid

10. GEBROKEN MATERIAAL OF MATERIAAL DAT AAN HET PLAFOND BLIJFT HANGEN

- 10.1. De groep wordt niet bestraft voor gebroken materiaal en wordt alleen bestraft voor de hieruit volgende technische fouten.

- 10.2. Wanneer het materiaal breekt gedurende een oefening zal de groep niet toegestaan worden om de oefening opnieuw te beginnen.

- 10.3. In dit geval kan de groep:

- De oefening stoppen
- Het gebroken materiaal buiten de officiële wedstrijdvloer leggen (**geen aftrek**) en de oefening vervolgen met een reservemateriaal.

- 10.4. Een groep zal niet worden bestraft voor materiaal dat aan het plafond blijft hangen en wordt alleen bestraft voor de hieruit volgende technische fouten.

- 10.5. Wanneer het materiaal blijft hangen aan het plafond gedurende een oefening mag de groep niet de oefening opnieuw starten.

- 10.6. In dit geval kan de groep:

- De oefening stoppen
- Reservemateriaal pakken (**geen aftrek**) en de oefening voortzetten

- 10.7. Wanneer de groep **de oefening stopt** vanwege gebroken materiaal of materiaal dat aan het plafond is blijven hangen wordt de oefening beoordeeld op de volgende manier:

- Moeilijkheden die al correct uitgevoerd zijn worden opgeteld
- Aftrekken worden gegeven voor ontbrekende vereiste moeilijkheden/elementen die niet zijn uitgevoerd
- Artistiek geeft 0.00 punten
- Technische uitvoering geeft 0.00 punten

10.8. Wanneer de groep **de oefening stopt** vanwege gebroken materiaal of materiaal dat aan het plafond blijft hangen **aan het eind van de oefening (laatste beweging)** zal de oefening als volgt beoordeeld worden:

- Moeilijkheden die al correct uitgevoerd zijn worden opgeteld
- Artistiek geeft de aftrekken
- Uitvoering geeft alle aftrekken gedurende de oefening genoteerd, inclusief “verlies van materiaal (geen contact) aan het eind van de oefening”.

11. KLEDING VAN GYMNASTEN

11.1 Eisen voor gymnastiepakjes

- Een correct gymnastiepakje moet van ondoorzichtig materiaal zijn, daarom moeten pakjes met kant gevoerd zijn (van de romp tot de borst). Bekkengebied (met of zonder rokje) moet bedekt zijn met ondoorzichtig materiaal tot aan de heupen; een klein kanten stukje of doorschijnende stof voor de verbinding/ decoratie wordt toegestaan.
- De stijl van de neklijn van de voor- en achterkant van het pakje is vrij
- Pakjes kunnen met of zonder mouwen zijn: pakjes met smalle bandjes zijn ook toegestaan
- De pakjes mogen niet te hoog uitgesneden zijn: ondergoed gedragen onder het pakje mag niet zichtbaar zijn en onder het pakje uitsteken.
- Het pakje moet strak tegen het lichaam zitten zodat de juryleden de correcte positie/houding van alle lichaamsdelen kunnen beoordelen.
- Het pakje moet uit één stuk zijn. Het is niet toegestaan om een pakje te dragen met apart toegevoegde “sokken”, “handschoenen”, decoratieve beenwarmers, riem, etc.
- De pakjes van de groepsgymnasten moeten gelijk zijn (van hetzelfde materiaal, stijl, ontwerp en kleur). Wanneer de pakjes gemaakt zijn van stof met een patroon erop mogen er kleine verschillen zijn als gevolg van de snit van de stof.

11.1.1. Het is toegestaan om te dragen:

- Lange kousen(legging) over of onder het gymnastiepakje
- Een pakje op volle lengte, uit één stuk, op de voorwaarde dat het goed aansluit.
- De lengte en kleuren van de stof aan de benen moet aan beide zijden gelijk zijn (de harlekijn look is niet toegestaan), alleen de snit (decoraties) mag verschillend zijn.
- Een rokje dat niet verder dan over het bekken valt over het pakje, de legging of het hele pak
- De stijl van het rokje (snit of decoraties) is vrij, maar het idee van een Ballet “tutu” is niet toegestaan
- Gymnasten kunnen hun oefeningen doen met blote voeten of op teentjes

NB: geen aftrek door het Verantwoordelijke Jurylid, wanneer de teentjes tijdens de oefeningen ongewild uitgaan.

11.1.2. Decoratieve toevoegingen of details op het pakje zijn toegestaan:

- Decoratieve details mogen niet de veiligheid van de gymnaste in gevaar brengen. Het is niet toegestaan om de pakjes te voorzien van lichtjes (LED)
- Ontwerpen van pakjes met woorden of symbolen zijn toegestaan mits het aan de ethische standaard voldoet en gebaseerd is op de RG COP

- 11.1.3. Ieder gymnastiekpakje wordt gecontroleerd voordat de gymnasten de wedstrijdhal betreden. Wanneer het wedstrijdpakje van de groep/gymnaste(n) niet voldoet aan de eisen:

Aftrek: 0.30 punt, eenmalig voor de groep wanneer aan deze regel niet wordt voldaan

- 11.2. Het is verboden om grote en bungelende sieraden te dragen die de veiligheid van de gymnaste in gevaar brengen. Piercings zijn niet toegestaan.

Aftrek: 0.30 punt, eenmalig voor de groep wanneer aan deze regel niet wordt voldaan

- 11.3. De haarstijl moet netjes en compact zijn. Decoratieve details zijn toegestaan, maar zij mogen niet te groot zijn en de veiligheid van de gymnaste in gevaar brengen. Haardecoraties moeten dichtbij het knotje of het haar zijn.

Aftrek: 0.30 punt, eenmalig voor de groep wanneer aan deze regel niet wordt voldaan

- 11.4. Make-up moet helder en licht zijn (overdreven, theatrale maskers/make-up is niet toegestaan).

Aftrek: 0.30 punt, eenmalig voor de groep wanneer aan deze regel niet wordt voldaan

- 11.5. Embleem of reclame moet volgens de officiële normen van het evenement zijn.

Aftrek: 0.30 punt, eenmalig voor de groep wanneer aan deze regel niet wordt voldaan

- 11.6. Bandages of ondersteunende delen moeten van huidskleur zijn en mogen niet van een andere kleur zijn.

Aftrek: 0.30 punt, eenmalig voor de groep wanneer aan deze regel niet wordt voldaan

12. EISEN VOOR DE MUZIKALE BEGELEIDING

- 12.1. Een geluidssignaal mag aan de muziek voorafgaan

- 12.2. Ieder muziekstuk moet op een aparte, van hoge kwaliteit zijnde CD of USB zijn opgenomen of geupload worden op het internet volgens de aanwijzingen (Directives) en het werkplan van de officiële kampioenschappen en de FIG-wedstrijden. Wanneer de organisatie vraagt de muziek te uploaden mogen de deelnemende landen in de wedstrijd altijd gebruik maken van de CD/USB, wanneer zij dat willen.

De volgende informatie moet op de CD of USB-bestand geschreven worden:

- Land (de 3 hoofdletters die gebruikt worden door de FIG om het land van de groep aan te geven)
- Materiaal in symbool of tekst
- Elke muziek moet op een aparte CD/USB worden aangeleverd, inclusief alle betreffende informatie.

- 12.3. In het geval dat de muziek niet correct wordt afgespeeld (verkeerde muziek, muziek verstoord, of onderbroken, etc.) is het de verantwoordelijkheid van de groep(en) om de oefening te stoppen zodra de groep(en) merk(en) dat de muziek niet correct is. Na toestemming van het Verantwoordelijke jurylid kan de groep de wedstrijdvloer verlaten en terugkeren en opnieuw starten met de juiste muziek, wanneer deze weer opgeroepen wordt. Een protest voor incorrecte muziek na het voltooien van de oefening wordt niet geaccepteerd.

13. DISCIPLINE VAN DE GYMNASTEN

- 13.1. De groepsgymnasten mogen zich alleen presenteren op de wedstrijdvloer wanneer zij opgeroepen worden door de wedstrijdspeaker of wanneer het groene licht brandt.

Aftrek: 0.50 punt voor te vroeg (voor de oproep) of te laat verschijnen van de groep op de wedstrijdvloer. De Superior Jury controleert de oorzaak van de vertraging (door een fout van de organisatie of discipline van de groepsgymnasten)

- 13.2.** Het is niet toegestaan om in de wedstrijdhal de warming-up te doen
Aftrek: 0.50 punt wanneer aan deze regel niet wordt voldaan
- 13.3.** Voor het presenteren met het verkeerde materiaal volgens de startvolgorde, geldt het volgende:
De groep zal worden gevraagd de vloer te verlaten en bij haar volgende beurt te starten met het goede/volgende materiaal
Ze zullen de oefening met het gemiste materiaal doen aan het einde van de ronde en hiervoor aftrek krijgen. **Aftrek :** 0.50 voor die oefening
- 13.4.** Een groep mag een oefening alleen opnieuw starten in het geval van “force majeure”, een fout van de organisatie en bevestigd door het Verantwoordelijke Jurylid. **Voorbeeld:** elektriciteitsstoring, geluidsinstallatie fout, etc.
- 13.5.** Tijdens een groepsoefening mogen de gymnasten niet verbaal met elkaar communiceren
Aftrek: 0.50 punt wanneer aan deze regel niet wordt voldaan

14. DISCIPLINE VAN DE COACHES

Gedurende de actuele uitvoering van de oefening mag de coach van de groep (of ieder ander lid van de delegatie) op geen enkele manier communiceren met de groepsgymnasten, de muzikant, of de juryleden

Aftrek: 0.50 punt wanneer aan deze regel niet wordt voldaan




15. AFTREKKEN DOOR HET TIJD-, LIJN- EN VERANTWOORDELIJKE JURYLID VOOR GROEPSOEFENINGEN

Het totaal van deze aftrekken wordt afgetrokken van het eindcijfer

Aftrek door het Tijd Jurylid		
1	Voor iedere seconde teveel (te lang) of te weinig(te kort) (gerekend in volle seconde-eenheden) op de tijd van de oefening	0.05
Aftrek door het Lijn Jurylid		
1	Voor ieder deel van het lichaam of materiaal dat de grond raakt buiten de officiële wedstrijdvloer	0.30
2	Voor de gymnaste of het materiaal dat de officiële wedstrijdvloer verlaat	0.30
3	Wanneer de gymnaste de oefening eindigt buiten de officiële wedstrijdvloer	0.30
Aftrek door het Verantwoordelijke Jurylid		
1	Voor gebruik van materiaal dat niet van tevoren is neergelegd	0.50
2	Voor niet toegestaan gebruik van reservemateriaal (het oorspronkelijke materiaal ligt op de officiële wedstrijdvloer)	0.50
3	Na het nemen van reservemateriaal, komt het oorspronkelijke materiaal van de gymnaste terug op de wedstrijdvloer, en de gymnaste haalt dit niet weg.	0.30
4	Voor gebruik van materiaal, dat wordt aangereikt: is niet toegestaan	0.50
5	Voor zeer lange voorbereiding van de oefening, waardoor de wedstrijd wordt vertraagd	0.50
6	Kleding van de groepsgymnaste(n) voldoet niet aan de regels (één keer), alsmede verschillende kleuren van teentjes	0.30
7	Voor niet toegestane sieraden of piercings (één keer)	0.30
8	Voor haarstijl die niet aan de officiële normen voldoet (één keer)	0.30
9	Voor make-up die niet aan de officiële normen voldoet (één keer)	0.30
10	Voor embleem of reclame die niet aan de officiële normen voldoet (één keer)	0.30
11	Bandages of ondersteunende materialen die niet voldoen aan de regels (één keer)	0.30
12	Voor te vroege of te late presentatie van de groep(en) op de vloer	0.50
13	Voor gymnaste(n), die de warming up doet(doen) in de wedstrijdhal	0.50
14	Verkeerde materiaal gekozen volgens de startvolgorde; aftrek wordt eenmalig afgetrokken van het eindcijfer van de oefening die in de verkeerde volgorde gedaan werd	0.50
15	Het verschijnen van de groep(en) op de officiële vloer is niet volgens de regels	0.50
16	Voor de groepsgymnasten die onderling verbaal met elkaar communiceren	0.50
17	Voor een groepsgymnaste die de vloer verlaat tijdens de oefening	0.30
18	Voor "het gebruik van een reserve gymnaste" wanneer de gymnaste om een ongeldige reden de groep verlaat	0.50
19	Voor de coach die op enige wijze communiceert met de groepsgymnaste(n) of de juryleden	0.50


1. OVERZICHT MOEILIKHEID

- 1.1. Een groep moet alleen die elementen doen die zij veilig kan uitvoeren met een hoge graad van esthetiek en technische bekwaamheid.
- 1.2. Erg matig uitgevoerde elementen zullen niet worden erkend door de moeilijkheid (D) jury en worden bestraft door de uitvoering (E) jury.
- 1.3. Er zijn twee componenten van moeilijkheid:
 - 1.3.1. Lichaamsmoeilijkheid (DB) bestaat uit:
 - o Moeilijkheid zonder wissels (DB)
 - o Moeilijkheid met wissel (DE) (Difficulty Exchanges)
 - o Dynamische elementen met rotatie (R)
 - 1.3.2. Materiaalmoeilijkheid (DA) bestaat uit:
 - o Moeilijkheden met samenwerking (DC) (Difficulty with Collaboration)
- 1.4. De componenten van moeilijkheid die alleen specifiek zijn voor groepsoefeningen:
 - Wissels (DE) van het materiaal tussen de gymnasten
 - Samenwerking (DC) tussen de gymnasten en het materiaal
- 1.5. Eisen voor moeilijkheid:

Componenten moeilijkheid			
Lichaamsmoeilijkheid Verbonden met materiaaltechnische elementen DB Maximaal 10 DB/DE (2 keuze) in volgorde van uitvoeren		Materiaalmoeilijkheid DA	
Moeilijkheid zonder wissel DB Minimaal 4	Moeilijkheid met wissel DE Minimaal 4	Moeilijkheid met Samenwerking DC minimaal 9 maximaal 18 (in volgorde van uitvoeren)	
Speciale Eisen			
Lichaamsmoeilijkheidsgroepen: Sprongen  minimaal 1 Evenwichten  minimaal 1 Rotaties  minimaal 1	Totale lichaamswel: W minimaal 2		
Dynamische Elementen met Rotatie - R Maximaal 1			

- 1.6. De juryleden Moeilijkheid herkennen en registreren moeilijkheden in de volgorde van uitvoeren onafhankelijk of ze geldig zijn of niet:
- **De eerste subgroep D-juryleden (DB):** beoordeelt het aantal en de technische waarde van moeilijkheden zonder wissel (**DB**), moeilijkheden met wissel (**DE**), het aantal en de technische waarde van dynamische elementen met rotatie (**R**) en erkent of de **W** uitgevoerd zijn tijdens de oefening. De juryleden noteren alle elementen in symbolen.
 - **De tweede subgroep D-juryleden (DA):** beoordeelt het aantal en de technische waarde van moeilijkheden met samenwerking (**DC**) en de aanwezigheid van elementen uit de vereiste fundamentele materiaaltechnieken en de minimaal vereiste manieren van samenwerken. De juryleden noteren de elementen in symbolen.
- 1.7. Aftrekken voor het ontbreken van het minimum aantal vereiste moeilijkheden of het niet voldoen aan de speciale eisen worden alleen toegepast als er helemaal geen poging is gedaan om het moeilijkheidselement te doen.
- 1.8. De volgorde van de moeilijkheden is niet gelimiteerd maar de verdeling van de moeilijkheden dient te voldoen aan het choreografisch principe dat de moeilijkheden goed verdeeld moeten worden met logische verbindingselementen in **harmonie met het karakter van de muziek**.

2. LICHAAMSMOEILIKHEDEN (DB)

2.1. **Definitie:** DB elementen zijn Sprong, Evenwicht en Rotatie elementen uit de tabellen Moeilijkheid in de Code of Points ().

2.1.1. Alle **DB** elementen die gelden voor de individuele oefeningen gelden ook voor de groepsoefeningen (Zie de tabellen van moeilijkheid # 9, 11, 13 van individuele oefeningen).

2.1.2. In het geval dat er een verschil is tussen de tekstuele beschrijving van de **DB** en het tekeningetje (plaatje) in de **DB tabellen**, geldt de tekst.

2.1.3. Procedure voor een nieuwe **DB**: **(Zie individueel # 2.1.2)**

2.2. Eisen:

2.2.1. **Minimaal 4, Maximaal 6** uitgevoerde **DB** in volgorde van uitvoeren **zullen worden geteld**.

2.2.2. Minder dan minimaal **4 DB**: **Aftrek** door de eerste subgroep (**D**) juryleden: 0.30 punt.

2.2.3. Wanneer een groep meer dan **6 DB** elementen uitvoert, worden de extra **DB** boven de limiet **niet geteld (geen aftrek)**.

Uitleg	
<i>Wanneer een groepsoefening 3 DB heeft en 7 DE (Totaal: 10 moeilijkheden), is er dan een aftrek voor minder dan 4 uitgevoerde DB?</i>	<i>Ja, er is een algemene aftrek van 0.30 (#2.2.2) voor minder dan 4 uitgevoerde DB en slechts maximaal 6 DE in volgorde van uitvoeren kunnen worden beoordeeld.</i>
<i>Kan een Groep 9 DE + 0 DB uitvoeren, met 0.30 aftrek voor minder dan 4 DB?</i>	<i>Het maximale aantal van getelde moeilijkheden is 10, met minimaal 4 DB en 4 DE (en twee keuze). Zelfs wanneer de groep 0 DB uitvoert met een aftrek van 0.30 voor minder dan 4 DB zoals in #2.2.2, is het niet mogelijk om boven het aantal van 6 DE uit te gaan zoals in #1.5.</i>




2.2.4. Om geldig te zijn moet de DB worden uitgevoerd door alle 5 gymnasten. Moeilijkheden zijn niet geldig wanneer zij niet worden uitgevoerd door alle 5 gymnasten, door een compositiefout of door een technische fout van één of meerdere gymnasten.

2.2.4.1. In een groepsoefening mogen 1-2 gymnasten 1 of meer **DB** uitvoeren (bijvoorbeeld: tijdens een samenwerking, tijdens verbindingen tussen elementen) met als doel de choreografie te verbeteren of de artistieke structuur van de compositie te ondersteunen. Deze **DB** wordt niet genoteerd en niet beoordeeld als **DB**.

2.2.5. De DB mag worden uitgevoerd:

- Tegelijkertijd of snel achter elkaar
- Door de 5 gymnasten samen of in subgroepen
- Met dezelfde of verschillende types en waardes voor alle 5 gymnasten (voor gecombineerde moeilijkheden, zie #2.8.6.)

2.2.6. Minimaal 1 element uit iedere lichaamsmoeilijkheden groep moet aanwezig zijn en **tegelijkertijd uitgevoerd worden door** alle 5 gymnasten:

- Sprongen 
- Evenwichten 
- Rotaties 

2.2.6.1. Deze vereiste moeilijkheden (minimaal één van iedere lichaamsgroep) **mogen geïsoleerd zijn of uitgevoerd als een gecombineerde moeilijkheid, maar met beide DB uit één lichaamsgroep (niet in R of DE).**

2.2.6.2. Het ontbreken van **1 element van** elke lichaamsmoeilijkheden groep: **af trek** door de eerste subgroep (**D**) juryleden: 0.30 punt.

2.2.6.3. Wanneer de **DB** niet tegelijkertijd wordt uitgevoerd kan de **DB** geldig zijn, wanneer deze wordt uitgevoerd volgens de definitie. **Af trek** door de eerste subgroep (**D**) juryleden: 0.30 punt voor iedere keer.

Uitleg	
Wanneer een DB snel achter elkaar wordt uitgevoerd, wordt deze dan bestraft?	# 2.2.6 geeft aan, dat minimaal 1 element uit iedere lichaamsmoeilijkheden groep aanwezig moet zijn en dat deze tegelijkertijd moet worden uitgevoerd door alle 5 gymnasten; deze mag dus niet in subgroepen worden uitgevoerd. Af trek 0.30 wanneer niet aan deze eis wordt voldaan

2.2.6.4. De andere mogelijke **DB** (tot een maximum van 3) mag ook uitgevoerd worden:

- gelijktijdig
- snel achter elkaar
- in subgroepen
- in **R**
- in **DE**

2.2.6.5. De gelijktijdige uitvoering van 3 of meerdere verschillende **DB** door alle 5 gymnasten is niet toegestaan. In dit geval zal de **DB** niet geldig zijn.

Uitleg/voorbeelden
3 verschillende DB tegelijkertijd uitgevoerd is niet toegestaan; voorbeeld: <ul style="list-style-type: none"> • 3 gymnasten: «draaispagaat» sprong • 1 gymnaste «kozakken» sprong • 1 gymnaste totale lichaamswel met spiraal ("Tonneau")

2.2.7. Elke **DB** wordt één keer geteld. Wanneer de **DB** wordt herhaald is de moeilijkheid niet geldig (**geen aftrek**)

2.2.8. Het is mogelijk om 2 of meer identieke (zelfde vorm) sprongen of pirouettes in **serie** uit te voeren:

- **elke** sprong of pirouet in de serie wordt apart beoordeeld
- **elke** sprong of pirouet in de serie telt als 1 sprong- of pirouet moeilijkheid

Uitleg	
Zelfde vormen	Elementen worden gezien als <u>dezelfde</u> als ze in hetzelfde vakje zijn ondergebracht in de moeilijkheid tabellen
Verschillende vormen	Elementen worden gezien als <u>verschillend</u> als ze in <u>verschillende</u> vakjes van de moeilijkheid tabellen zijn ondergebracht, inclusief elementen in dezelfde familie, maar in verschillende vakjes

2.3. **Waarde: DB** zijn geldig wanneer ze uitgevoerd worden volgens de technische eisen uit de moeilijkheid tabellen (# 9, 11, 13).

Uitleg	
Wanneer één van de groepsgymnasten het evenwicht niet minimaal 1 seconde vasthoudt, is dan de DB geldig?	Zelfde principe als bij de individuele oefeningen: DB is geldig en een uitvoeringsfout van 0.30

2.4. De laagste waarde van een **DB** die uitgevoerd wordt door één van de gymnasten bepaalt de waarde van de **DB** voor de groep.

2.5. Beoordeling van **DB** wordt gedaan aan de hand van de zichtbare lichaamsvormen: om geldig te zijn moet de **DB** worden uitgevoerd met **een gefixeerde en duidelijke vorm**, dat betekent: *het lichaam, de benen en alle bijbehorende lichaamsdelen moeten in de correcte houding zijn om de geldige DB vorm te herkennen.*

Voorbeelden:

- 180° spagaat houding;
- Aanraking van het been (ieder deel) voor moeilijkheden met achteroverbuigen van de romp;
- Gesloten ring-houding;
- Herte-houding,
- Etc.

2.5.1. Wanneer de vorm herkenbaar is met een **kleine afwijking** van 10° of minder van een of meer lichaamsdelen, is de **DB** geldig met een uitvoeringsfout

Aftrek: 0.10 voor een kleine afwijking voor elk incorrect lichaamsdeel

2.5.2. Wanneer de vorm herkenbaar is met een **medium afwijking** van 11-20° van een of meer lichaamsdelen is de **DB** geldig met een uitvoeringsfout

Aftrek: 0.30 voor een medium afwijking voor elk incorrect lichaamsdeel

2.5.3. Wanneer de vorm niet voldoende herkenbaar is met een **grote afwijking** van meer dan 20° van één of meer lichaamsdelen, is de **DB** NIET geldig en wordt er een uitvoeringsaftrek gegeven.

Aftrek: 0.50 voor elk incorrect lichaamsdeel.

2.5.3.1. **Uitzondering:** het criterium “achteroverbuigen van de romp” tijdens sprongen uitgevoerd met een grote afwijking zal een uitvoeringsaftrek krijgen, maar de basiswaarde van de sprong kan geldig zijn, wanneer deze sprong in de tabel voorkomt zonder “achteroverbuigen”, uiteraard uitgevoerd met de basis karakteristieken.

Uitleg	
<i>Hoe kunnen de juryleden het verschil begrijpen tussen 10^o afwijking en 11^o afwijking?</i>	<i>De hoeken zijn slechts een indicatie. Juryleden zullen leren denken in termen van kleine, middelmatige en grote aftrekken</i>

2.6. Wanneer de **DB** door **alle 5 gymnasten** wordt uitgevoerd met een **kleine of medium afwijking** door iedere gymnaste wordt **de waarde van de DB** niet veranderd. Wanneer de **DB** onvoldoende herkend wordt met een grote afwijking (door 1 gymnaste) is de moeilijkheid **niet geldig**.

2.7. **DB** moet uitgevoerd worden met minimaal 1 **materiaalelement uit de fundamentele materiaaltechnieken** behorend bij dat materiaal en/of uit de niet-fundamentele materiaaltechnieken.

2.7.1. **DB** is in verbinding met een materiaaltechnisch element (fundamenteel en/of niet-fundamenteel) wanneer het materiaaltechnische element **uitgevoerd wordt aan het begin, tijdens, of tegen het eind van de DB**.

2.7.1.1. **Een geïsoleerde DB onder de vlucht van een hoge gooi of "Boomerang" is geldig als:**

- Een geïsoleerde **DB** onder de vlucht van een hoge gooi of "Boomerang" van het materiaal is geldig in de oefening op voorwaarde dat de DB uitgevoerd wordt volgens de basiskenmerken die nodig zijn om de DB geldig te doen zijn.
- Een geïsoleerde **DB** uitgevoerd onder een kleine gooi is NIET geldig.
- Een geïsoleerde **DB** "onder de vlucht" is een type behandeling van het materiaal: daarom mag dat slechts één keer worden uitgevoerd in iedere oefening, ongeacht het type van gooien/boomerang
- Wanneer een geïsoleerde **DB** uitgevoerd wordt onder de vlucht, is het niet mogelijk om nog een andere **DB van elke waarde** uit te voeren bij het gooien en/of vangen.
- Wanneer het materiaal valt na de **DB** onder de vlucht, is de **DB** NIET geldig
- **Er mag geen Gecombineerde Moeilijkheid uitgevoerd worden "onder de vlucht" van het materiaal**
- **Serie van sprongen:** gooien van het materiaal tijdens de eerste **DB**, tweede **DB** onder de vlucht en vangen tijdens de derde **DB**. Wanneer het materiaal valt bij de derde **DB** in de serie, zijn de tweede en de derde **DB** NIET geldig. Alleen de eerste **DB** uitgevoerd met de gooi van het materiaal is geldig. Deze serie is ook nog mogelijk wanneer er al een geïsoleerde **DB** één keer onder de vlucht is uitgevoerd.

2.7.2. Wanneer het materiaaltechnisch element identiek wordt uitgevoerd bij 2 **DB**, is de tweede **DB** in de volgorde van de uitvoering niet geldig (**geen aftrek**). **Uitzondering** voor een serie van identieke sprongen of pirouettes

2.8. Gecombineerde lichaamsmoeilijkheden: 2 lichaamsmoeilijkheden die uitgevoerd worden in een verbonden opeenvolgende manier.

Iedere **DB** moet uit de tabellen van de lichaamsmoeilijkheden komen (# 9, 11, 13).

- 2.8.1. Moelijkheden in een gecombineerde moeilijkheid mogen uit verschillende lichaamsgroepen komen of uit dezelfde lichaamsgroep, maar moeten **verschillende vormen** hebben.
- 2.8.2. De eerste **DB** in de gecombineerde **DB** bepaalt tot welke lichaamsgroep deze behoort.
- 2.8.3. Wanneer een gymnaste 3 lichaamsmoeilijkheden op een geldige manier combineert, worden de eerste 2 moeilijkheden geteld als een gecombineerde moeilijkheid, en de derde moeilijkheid als een geïsoleerde **DB**.
- 2.8.4. Iedere van de 2 **DB** van de gecombineerde lichaamsmoeilijkheid moet ieder worden uitgevoerd met één materiaalelement uit de fundamentele en/of niet-fundamentele materiaaltechnieken. (2 verschillende materiaalelementen, één voor iedere DB)
- 2.8.5. **Gecombineerde lichaamsmoeilijkheden tellen als 1 DB.**
- 2.8.6. Alle 5 gymnasten moeten dezelfde 2 **DB** identiek en gelijktijdig uitvoeren in de gecombineerde moeilijkheid. De gecombineerde lichaamsmoeilijkheid is niet geldig, wanneer niet aan deze eis is voldaan (**geen aftrek**)
- 2.8.7. **Er mag slechts 1 gecombineerde lichaamsmoeilijkheid uitgevoerd worden in een oefening:**
 - Slechts 1 gecombineerde lichaamsmoeilijkheid wordt beoordeeld
 - Extra gecombineerde **DB** zullen beoordeeld worden als geïsoleerde **DB** (**geen aftrek**)
- 2.8.8. De **waarde** van een gecombineerde lichaamsmoeilijkheid is de waardes van elke aparte **DB** opgeteld, op de voorwaarde dat de verbinding uitgevoerd wordt volgens de eisen (# 2.8.11-2.8.15)
- 2.8.9. Wanneer de eisen voor de verbinding niet worden gerespecteerd worden de 2 **DB** beoordeeld als geïsoleerde **DB** en geteld wanneer zij volgens de betreffende eisen voor iedere DB zijn uitgevoerd.
- 2.8.10. **DB**, gebruikt in een gecombineerde **DB** mag niet herhaald worden als geïsoleerde **DB** of in een andere gecombineerde **DB**; **een herhaling van een DB is NIET geldig.**
- 2.8.11. **Gecombineerde lichaamsmoeilijkheden met sprong mogen worden uitgevoerd op de volgende manier:**
 - Sprong + Sprong
 - Sprong + Evenwicht (of omgekeerd)
 - Sprong + Rotatie (of omgekeerd)
 - Zonder verandering van standbeen of extra pas tussen de moeilijkheden, noodzakelijkerwijs met een plié tussen de sprong en evenwicht of rotatie (of omgekeerd)
 - Met evenwicht alleen in relevé
 - Met rotatie alleen in relevé (pirouet)
- 2.8.11.1. Iedere sprong die uitgevoerd wordt met afzet van of landen op 2 voeten is niet toegestaan in een gecombineerde lichaamsmoeilijkheid.
- 2.8.11.2. Sprong moeilijkheid #26 “twee of drie opeenvolgende spagaatsprongen met verandering van afzetbeen” kan NIET worden gebruikt met een andere moeilijkheid voor een gecombineerde moeilijkheid.

2.8.12. Gecombineerde lichaamsmoeilijkheden met evenwicht en evenwicht moeten worden uitgevoerd:

- Zonder verandering van standbeen, hiel neerzetten, plié of extra pas tussen de moeilijkheden
- Met beide **DB** en de verbinding in relevé

- 2.8.12.1. Evenwichten #4-5, #9-10, #12-15, #18 met hulp van hand mag gebruikt worden als een deel van een gecombineerde moeilijkheid, het andere evenwicht moet dan met verandering in romphouding of verandering van beenrichting zijn.
- 2.8.12.2. Evenwicht met “langzame draai” mag NIET gebruikt worden voor een gecombineerde moeilijkheid
- 2.8.12.3. Evenwichten (#19-26) uitgevoerd op andere delen van het lichaam of evenwichten op platte voet zijn niet geschikt voor gecombineerde moeilijkheden.
- 2.8.12.4. Dynamische evenwichten (#27, 28 en #30-34) mogen niet gebruikt worden met andere moeilijkheden voor een gecombineerde moeilijkheid.
- 2.8.12.5. Evenwicht #29 Fouetté: Deze moeilijkheid kan uitgevoerd worden als **het eerste deel** van de gecombineerde moeilijkheid, wanneer de verbinding van het evenwicht na het fouetté evenwicht wordt uitgevoerd in relevé blijvend zonder de hiel neer te zetten en zonder plié.

2.8.13. Gecombineerde lichaamsmoeilijkheid met evenwicht (eerste) en rotatie (tweede) moet worden uitgevoerd :

- Zonder verandering van standbeen of extra pas tussen de moeilijkheden
- Met mogelijk neerzetten van de hiel en plié tijdens de verbinding
- Met beide **DB** in relevé

2.8.14. Gecombineerde lichaamsmoeilijkheid met rotatie (eerste) en evenwicht (tweede) moet worden uitgevoerd:

- Zonder verandering van standbeen of extra pas tussen de moeilijkheden
- Met beide **DB** in relevé
- Zonder neerzetten van de hiel of plié tijdens de verbinding

2.8.15. Gecombineerde lichaamsmoeilijkheid met rotatie en rotatie moet worden uitgevoerd:









- Zonder verandering van standbeen of extra pas tussen de moeilijkheden
- Met beide **DB** in relevé
- Zonder neerzetten van de hiel of plié tijdens de verbinding

- 2.8.15.1. Rotatie moeilijkheid #24 fouetté kan uitgevoerd worden als een deel van een gecombineerde moeilijkheid, wanneer na de fouetté pirouet, de verbinding met de andere pirouet in relevé wordt uitgevoerd
- 2.8.15.2. Rotatie moeilijkheid #25 Duikersdraai kan uitgevoerd worden als een deel van een gecombineerde moeilijkheid, wanneer de duikersdraai zelf en de verbinding met de andere pirouet in relevé en zonder neerzetten van de hiel wordt uitgevoerd.
- 2.8.15.3. Rotatie moeilijkheden #26 Penche en #27 Sakura, die uitgevoerd worden op platte voet, mogen gebruikt worden als **tweede deel** van de gecombineerde moeilijkheid met pirouetten. De verbinding moet worden uitgevoerd zonder verandering van standbeen en zonder extra pas tussen de moeilijkheden, zonder plié of onderbreking of de rotatie te starten op platte voet, zoals in een “langzame draai”. Pirouet in relevé en rotatie op de platte voet moeten van verschillende vorm zijn.
- 2.8.15.4. Rotaties die uitgevoerd worden op andere delen van het lichaam (#28-33) zijn NIET geschikt voor gecombineerde moeilijkheden.
- 2.8.15.5. Rotaties in relevé (pirouetten) die meer dan één vorm hebben (#10-TR, #18-GA, #20-GZ) zijn NIET geschikt voor gecombineerde moeilijkheden

- 2.9. Voor het geldig zijn van de **DB** moet deze worden uitgevoerd ZONDER de volgende technische fouten:
- Een grote verandering in de basiskarakteristieken specifiek voor iedere groep van **DB**
 - Verlies van evenwicht met steun op één of beide handen of op het materiaal
 - Totaal verlies van evenwicht met val van de gymnaste tijdens de uitvoering van de **DB**
 - Verlies van materiaal tijdens de **DB**
 - Materiaal behandeling niet uitgevoerd volgens de definitie
- 2.10. Iedere oefening moet **2 volledige lichaamswellen (W)** bevatten. Een volledige lichaamswel is een opvolgende aanspanning en ontspanning van alle spieren van het lichaam, als een “ketting” van lichaamsdelen, zoals een “elektrische stroom”, van het hoofd, via romp en bekken, naar de voeten (of vice-versa). De deelname van de armen wordt bepaald door de materiaalbehandeling en/of de choreografie.
- 2.10.1. Iedere **volledige lichaamswel (W)** moet identiek worden uitgevoerd door alle 5 gymnasten
- 2.10.2. Iedere lichaamswel (W) mag worden uitgevoerd:
- Tegelijkertijd of snel achter elkaar
 - Door de 5 gymnasten samen of in subgroepen
- 2.10.3. De volledige lichaamswellen kunnen uit de moeilijkheidstabel van de CoP komen: tabel 11 (#28) en tabel 13 (#4); een fundamenteel of niet-fundamenteel materiaalelement is vereist voor volledige lichaamswellen, die een **DB** zijn en in de **DB** tabellen staan.
- 2.10.4. Volledige lichaamswellen die modificaties (aanpassingen) van **DB** wellen zijn (**verschillende vlakken, startposities, beenposities, armbewegingen, etc.**) kunnen worden uitgevoerd op voorwaarde dat de wel uitgevoerd wordt door het hele lichaam.
- 2.10.5. Volledige lichaamswellen die modificaties (aanpassingen) van **DB** wellen zijn vereisen geen fundamentele of niet-fundamentele materiaalelementen: het materiaal moet in beweging zijn (niet statisch). Deze typen van volledige lichaamswellen (modificaties van **DB**) mogen herhaald worden.
- 2.10.6. Een oefening met minder dan **2 volledige lichaamswellen moet worden bestraft met 0.30 voor iedere gemiste wel.**

3. FUNDAMENTELE EN NIET-FUNDAMENTELE MATERIAALTECHNISCHE GROEPEN

3.1. Definitie:

- 3.1.1. Ieder materiaal (, , , ) heeft 4 fundamentele materiaaltechnische elementen. Ieder element staat in een eigen vakje in tabel # 3.6.
- 3.1.2. Ieder materiaal (, , , ) heeft niet-fundamentele materiaaltechnische elementen. Ieder element staat in een eigen vakje in Tabel # 3.6; # 3.7

3.2. Eisen :

3.2.1 Alle fundamentele materiaaltechnische elementen zijn niet vereist voor de groepsoefening

3.2.2. Iedere groepsoefening moet een minimaal aantal van specifieke fundamentele materiaaltechnische elementen hebben (zie # 3.6), die om geldig te zijn door alle gymnasten tegelijkertijd of snel na elkaar worden uitgevoerd (zie # 3.3)

Voorbeelden:

- **Zelfde materiaal:** 2 gymnasten voeren een lange rol uit. Direct daarna voeren de 3 andere gymnasten een lange rol uit. Dit wordt geteld als 1 fundamenteel materiaaltechnisch element van lange rol.
- **Gemengd materiaal:** 2 gymnasten voeren een achtbeweging uit. Tegelijkertijd voeren 3 gymnasten spiralen uit. Dit wordt geteld als 1 fundamenteel materiaaltechnisch element/fundamenteel met achtbeweging + 1 materiaaltechnisch element met spiralen.

3.2.3 Om de vereiste specifieke fundamentele materiaalelementen voor een **DB** geldig te maken, moeten zij verschillend zijn (#2.7.2.). Anders kunnen specifieke fundamentele materiaal elementen herhaald zijn/hetzelfde zijn.

Aftrek: 0.30 voor ieder ontbrekend specifiek fundamenteel materiaaltechnisch element/fundamenteel materiaaltechnisch element dat niet tegelijk wordt uitgevoerd of snel na elkaar.

3.2.3.1. De aftrek voor het ontbreken van het minimaal vereiste aantal fundamentele materiaaltechnische elementen wordt toegepast wanneer minstens 1 gymnaste van de groep het fundamentele materiaaltechnisch element niet geprobeerd heeft.

3.3. Specifieke fundamentele materiaaltechnische elementen mogen worden uitgevoerd tijdens danspas combinaties (**S**); moeilijkheden zonder wissel (**DB**); moeilijkheden met wissel (**DE**); moeilijkheden van samenwerking (**DC**) of verbindende elementen tussen de moeilijkheden.

3.4. Bepaalde materiaaltechnische elementen bevatten twee acties om geldig te zijn (gooien in enige vorm en vangen). Zij kunnen geteld worden als slechts één **DB** of **DA** element; zulke elementen bevatten:








- Stuit van de Bal
- Kleine gooi/vangen van een materiaal (en alle variaties, zie # 3.7.2)
- Stuiten van een materiaal (behalve bal) van de vloer
- Echappé (loslaten) van het lint
- Boomerang (terugtrekgooi) van het lint





3.5. "Hoge gooi" en "vangen van een hoge gooi" zijn twee verschillende materiaalgroepen ("bases"). Wanneer een "hoge gooi" correct wordt uitgevoerd voor een **DB** of **DA** element maar het deel "vangen van een hoge gooi" resulteert in verlies van het materiaal, is de basis "hoge gooi" geldig en de basis "vangen van een hoge gooi" is NIET geldig.

3.6. OVERZICHTSTABELLEN VAN FUNDAMENTELE EN NIET-FUNDAMENTELE TECHNISCHE GROEPEN, SPECIFIEK VOOR IEDER MATERIAAL









3.6.1. HOEPEL



Vereist # per oefening	Specifiek fundamentele en fundamentele materiaaltechnische groepen	Niet-fundamentele materiaaltechnische groepen
2	 Lange rol van de hoepel over minimaal twee grote lichaamssegmenten	 Rol van de hoepel op de vloer
2	 Rotatie (min. 1) van de hoepel om zijn as om de vingers of om of op een lichaamsdeel	 Rotatie (min.1) op de vloer om de as
-	 Rotatie (min. 1) van de hoepel om de hand of om een lichaamsdeel (kreitsen)	
-	 Door de hoepel gaan met het gehele of een deel van het lichaam (twee grote lichaamssegmenten)	 Stuit op de vloer na een hoge gooi en direct vangen met gebruik van verschillende lichaamsdelen (niet de handen)

Uitleg	
<i>De technische elementen met hoepel (met en zonder gooi) moeten worden uitgevoerd in verschillende vlakken, richtingen en om verschillende assen</i>	
	<ul style="list-style-type: none"> Minimaal twee grote lichaamssegmenten moeten door de hoepel gaan: Voorbeeld: hoofd/nek + romp; armen + romp; romp + benen, etc. Het is mogelijk om met het hele lichaam in en uit (door) de hoepel te gaan of alleen erin te gaan zonder eruit te gaan of vice versa
	Lange rol: de hoepel moet over minimaal twee grote lichaamssegmenten gaan zonder onderbreking Voorbeeld: van de rechter hand naar de linker hand over het lichaam; romp en benen; arm + rug, etc.
	Rotatie (min. 1) op de vloer om de as: Tijdens de rotatie van de hoepel op de vloer mogen de vingers/hand van de gymnaste in contact zijn met de hoepel of het mag een "vrije" rotatie van de hoepel zijn
	De rol mag klein of groot zijn en mag worden uitgevoerd tijdens iedere fase van de DB: aan het begin, tijdens of tegen het einde van de DB


3.6.2. BAL

Vereist # per oefening	Specifiek fundamentele en fundamentele materiaaltechnische groepen	Niet-fundamentele materiaaltechnische groepen
2	 Lange rol van de bal over minimaal twee grote lichaamssegmenten	 <ul style="list-style-type: none"> • Rol van de bal op de vloer • Rol van het lichaam over de bal op de vloer  <ul style="list-style-type: none"> • Serie van 3 rollen: een combinatie van kleine rollen • Serie (min.3) van begeleide kleine rollen over de vloer of over het lichaam
2	 Achtfiguren van de bal met cirkelbewegingen van de arm(en)	 <ul style="list-style-type: none"> • "Flip-over" beweging van de bal • Rotatie(s) van de hand(en) om de bal • Vrije rotatie(s) van de bal op een lichaamsdeel, inclusief de vrije rotatie van de bal op de top van een vinger
-	 Vangen van de bal met één hand	 Stuit op de vloer na een hoge gooi en direct vangen met gebruik van verschillende lichaamsdelen (niet de handen)
-	 Stuiten: <ul style="list-style-type: none"> • Serie (min.3) van kleine stuitjes (onder knie niveau) op de vloer • Één hoge stuit (knie niveau of hoger) op de vloer 	

Uitleg










Behandeling van de bal vastgehouden met 2 handen is niet typisch voor dit materiaal en mag daarom niet overheersen in de oefening




De uitvoering van alle technieken met de bal op de hand is alleen correct wanneer de vingers op een natuurlijke manier worden gehouden en de bal de onderarm niet raakt

	Kleine rol	Lange rol
	Over minimaal één lichaamssegment Voorbeelden van één lichaamssegment: hand tot schouder; schouder tot schouder; voet tot knie, etc. NB: kleine rollen zijn alleen geldig in een serie van 3	Over minimaal twee grote lichaamssegmenten zonder onderbreking Voorbeelden: van de rechter naar de linker hand over het lichaam; romp en been(en); arm + rug, etc.
	Achtfiguren van de bal met cirkelbewegingen van de arm(en): twee opeenvolgende cirkels van de arm(en) moeten volledig worden uitgevoerd.	
	Moet van een hoge gooi zijn (niet van een kleine gooitje/loslaten/stoot) zonder hulp van het lichaam of de tweede hand	
	Rotaties van de hand(en) om de bal (minimaal 1 rotatie vereist): <ul style="list-style-type: none"> • Een rotatiebeweging van de hand om de bal, waarbij de vingers van de hand op een natuurlijke manier tegen elkaar liggen; • De bal is steeds in contact met de hand (er is geen vluchtfase). • Rotatie(s) moeten worden uitgevoerd met de hele hand (niet alleen met de vingertoppen) 	
	Vrije rotatie(s) van de bal op een lichaamsdeel (minimaal 1 rotatie vereist)	
	<ul style="list-style-type: none"> • Rol van de bal op de vloer • Rol van het lichaam over de bal op de vloer: deze rol mag klein of groot zijn 	

3.6.3. KNOTSEN
















Vereist # per oefening	Specifiek fundamentele en fundamentele materiaaltechnische groepen	Niet-fundamentele materiaaltechnische groepen
2	 Molentje(s): één molentje bestaat uit minimaal 4-6 kreitsen van de knotsen achter elkaar aan, waarbij afwisselend de polsen/handen iedere keer kruisen en ontkruisen. De knotsen worden vastgehouden aan de knopjes.	 <ul style="list-style-type: none"> vrije rotaties van 1 of 2 twee knotsen (los of aan elkaar) op of om een lichaamsdeel of om een andere knots Tikken (min.1)
2	 Kleine gooitjes van de twee (losse) knotsen met 360° rotatie en vangen: Samen tegelijk of na elkaar.	 Kleine gooitjes van twee vastgeklikte knotsen.
-	 Asymmetrische bewegingen van de twee knotsen.	 Lange rol over minimaal twee grote lichaamssegmenten met 1 of 2 knotsen.  Rol van 1 of 2 knotsen op een lichaamsdeel of op de vloer.
-	 Kreitsen (min. 1) met beide knotsen, tegelijk of na elkaar, één knots in iedere hand, bij het knopje vastgehouden .	 <ul style="list-style-type: none"> Serie (min.3) van kreitsen met 1 knots Kreitsen (min. 1) van beide knotsen vastgehouden in één hand

Uitleg	
<p>Het typische technische kenmerk is het werken met twee knotsen tegelijk, in iedere hand één knots, en dit werk zou moeten overheersen in de compositie. Iedere andere vorm van vasthouden van de knotsen mag niet overheersen, zoals het vasthouden van de knotsen bij de hals of buik, of 2 knotsen in elkaar geklikt.</p> <p>Tikken, rollen, roteren, stuiten, of glijbewegingen mogen ook niet overheersen in de compositie.</p>	
	<ul style="list-style-type: none"> Een "molentje" bestaat uit minimaal 4 kreitsen van de knotsen (Voorbeeld: 2 aan iedere kant) achter elkaar aan en iedere keer afwisselend kruisen en ontkruisen van de polsen. De handen moeten zo dicht mogelijk bij elkaar worden gehouden. Molentjes kunnen uitgevoerd worden in het horizontale of verticale vlak: <ul style="list-style-type: none"> Verticale Molentjes - de kreitsinzet kan of naar boven of naar beneden zijn. Horizontale Molentjes - de kreitsinzet kan naar links of naar rechts zijn. Molentjes kunnen als een setje van twee of drie uitgevoerd worden: <ul style="list-style-type: none"> Setje van twee (dubbele) molentjes – min. 4 kreitsen achter elkaar aan van de knotsen (2 aan iedere kant). Polsen/handen kruisen en dan ontkruisen. Setje van drie (drievoudige) molentjes - 6 kreitsen achter elkaar aan van de knotsen (3 aan iedere kant met iedere keer kruisen van de handen)
	<ul style="list-style-type: none"> Moeten worden uitgevoerd met bewegingen van verschillende vorm en amplitude <u>en</u> werkvlakken of richting van iedere knots In iedere hand een knots (geen gooien) Asymmetrische en "cascade" gooien van twee knotsen (niet vastgeklikt aan elkaar) worden NIET gezien als asymmetrische bewegingen Kreitsen achter elkaar aan of uitgevoerd in verschillende richtingen worden niet gezien als asymmetrische bewegingen omdat ze dezelfde vorm hebben en dezelfde amplitude NB: Geldt niet voor grote asymmetrische gooien van twee knotsen.
	<p>Rol van één of twee knotsen op een deel van het lichaam of op de vloer</p> <p>Rol van een knots: rotatie beweging om de as</p>

3.6.4. LINT



Vereist # per oefening	Specifieke fundamentele en fundamentele materiaaltechnische groepen	Niet-fundamentele materiaaltechnische groepen
2	 <ul style="list-style-type: none"> Spiralen (min. 4-5 rondjes), bij elkaar en op dezelfde hoogte in de lucht of op de vloer <p>EN/OF</p>  <ul style="list-style-type: none"> “Swordsman” (min. 4-5 rondjes, in de rondjes gaan en terug) 	 <ul style="list-style-type: none"> Roterende beweging van het lintstokje om de hand Omwickelen (en terug) Beweging van het lint om een lichaamsdeel door het stokje vast te houden met verschillende delen van het lichaam (hand, nek, knie, elleboog) tijdens lichaamsbewegingen of -moeilijkheden met rotatie (niet tijdens “langzame draai”) Medium rondzwaai van het lint Spiralen op de vloer om het stokje
2	 <p>Serpentines (zigzagjes) (min. 4-5 golven), dicht bij elkaar en op dezelfde hoogte in de lucht of op de vloer</p>	<ul style="list-style-type: none"> Medium rondzwaai van het lint Spiralen op de vloer om het stokje
-	 <p>“Boomerang”(“terugtrekgooi”): loslaten en terugtrekken van het stokje door het lint vast te houden, en vangen van het stokje</p>	 Lange rol van het lintstokje over minimaal twee grote lichaamssegmenten  Rol van het lintstokje over een lichaamsdeel
-	 <p>“Echappé”: rotatie van het stokje in de lucht</p>	 Door of over het patroon van het lint gaan met het hele of een deel van het lichaam

Uitleg	
<p>Alle elementen die niet specifiek zijn voor de techniek met het lint mogen niet overheersen in de compositie (Voorbeeld: omwickelen en terug, glijden van het stokje, loslaten/stoten)</p> <p>Na het gooien moet het lint over het algemeen worden gevangen aan het eind van het stokje; het is echter toegestaan om bewust bij het lint te vangen binnen een zone van ongeveer 50cm van het verbindingstukje, zodanig dat dit een logische verbinding vormt naar de volgende beweging of de eindpositie</p>	
	<p>“Swordsman”: het hele stokje samen met de arm gaat in het lintpatroon (spiralen)</p> <p>(Het stokje is als een zwaard); het stokje uit het patroon halen kan op verschillende manieren: terugtrekken van de arm/stokje of met klein gooitje/echappé.</p>
	<ul style="list-style-type: none"> Loslaten (gooi) van het stokje in de lucht of over de vloer: het einde van het lint wordt vastgehouden door de hand(en) of een ander lichaamsdeel, gevolgd door een terugtrekkende beweging met of zonder stuiten van het stokje op de vloer (in geval van de “Boomerang” in de lucht), en dan het stokje vangen Bij het loslaten van het stokje mag het lint door een hand glijden of langs het lichaam (zonder dat het materiaal wordt losgelaten door de hand) of helemaal loslaten van het lint voordat gelijk daarna het eindje gepakt wordt om terug te trekken Een element dat alleen maar een terugtrek moment van het lint heeft (zonder een gooi/loslaat moment) valt niet onder de definitie van “Boomerang”
	<ul style="list-style-type: none"> Minimaal 2 grote lichaamssegmenten moeten door het patroon van het lint gaan (Voorbeeld: hoofd/nek + romp; armen + romp; romp + benen, etc.) Door of over het patroon van het lint gaan kan als volgt: met het hele lichaam in en uit het patroon; of in het patroon gaan zonder eruit te gaan of vice versa.
	<p>“Echappe” is een vorm van een kleine gooi waarbij het stokje een rotatie in de lucht maakt. Deze techniek met de rotatie van het stokje in de lucht is ook mogelijk voor een hoge gooi en zal, afhankelijk van de hoogte, als een hoge gooi beoordeeld worden (niet als echappé)</p>

3.7. OVERZICHTSTABELLEN VAN NIET-FUNDAMENTELE MATERIAALTECHNISCHE ELEMENTEN,

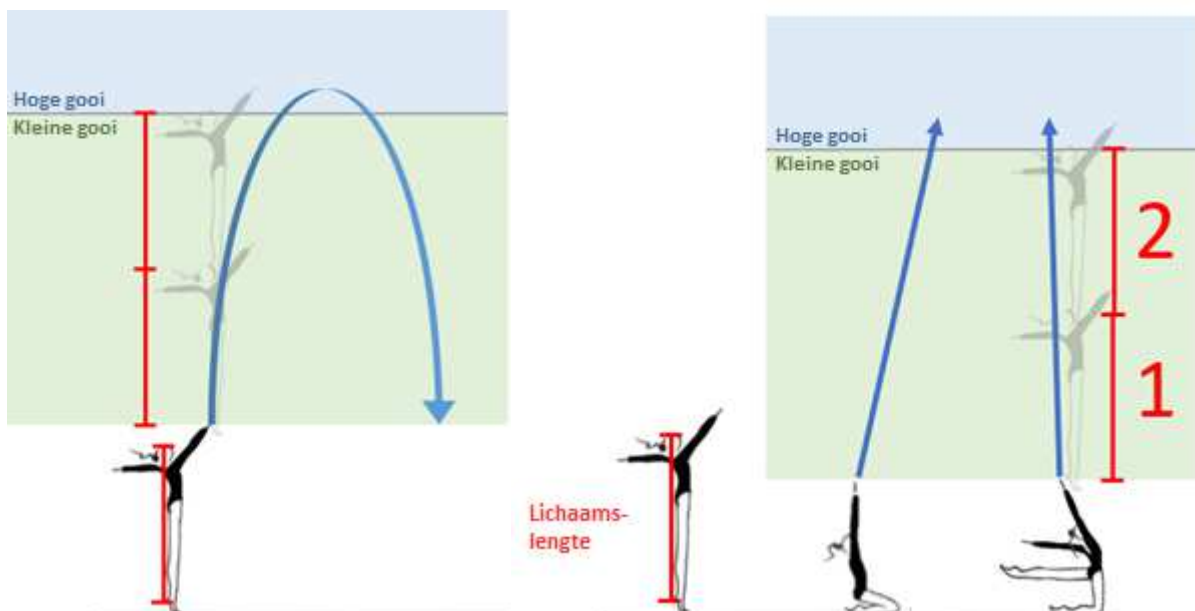
GELDIG VOOR ALLE MATERIALEN: ○ ; ● ; † ; ⊗

3.7.1. Hoge gooien en vangen van het materiaal

↗	Hoge gooi van het materiaal: <i>meer dan 2 keer de lengte van de staande gymnaste</i>
↗↗	Hoge gooi van 2 knotsen
↓	Vangen van het materiaal vanuit de vluchtfase van een hoge gooi
↓↓	Vangen van 2 knotsen vanuit de vluchtfase van een hoge gooi

Uitleg	
Wat betekent vangen «vanuit de vluchtfase»?	Wanneer het materiaal gegooid is, is dat in vrije vlucht in de lucht. Vangen is dan het materiaal van zijn vlucht uit de lucht halen. Wanneer de gymnaste bewust het materiaal laat stuiten op de vloer, voordat zij het materiaal pakt, behoort dat niet tot vangen van het materiaal, maar bij stuiten .
Kun je de hoogte van gooien uitleggen: vanuit welk punt wordt de hoogte van de gooi gemeten?	De hoogte van de gooi wordt gemeten vanaf het punt waar het materiaal wordt losgelaten.

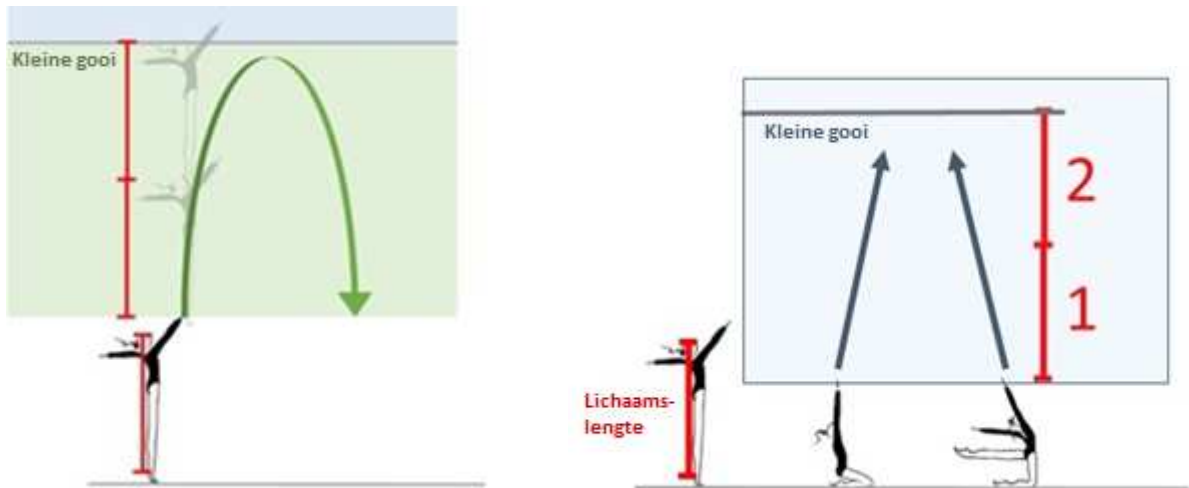
Voorbeeld 1: Hoge gooi



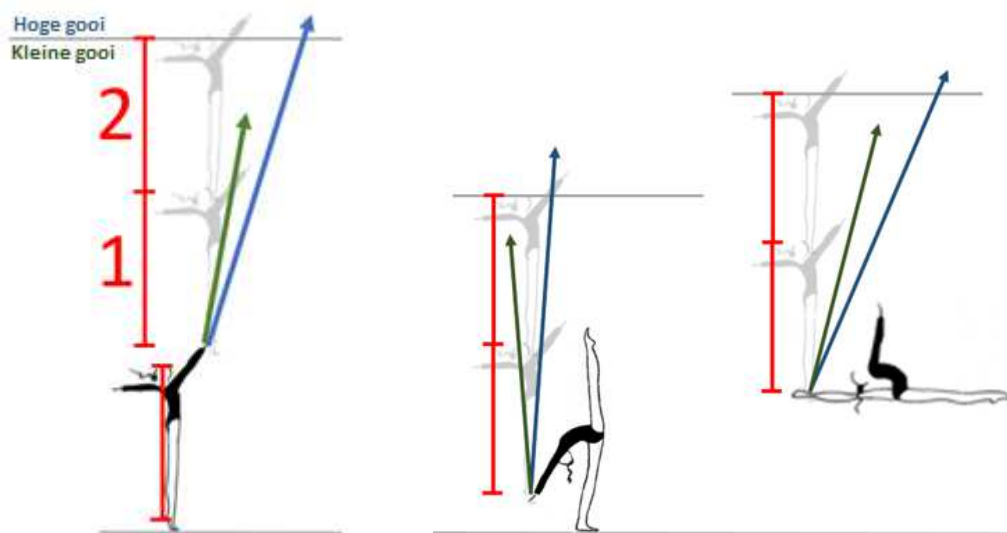
3.7.2. GOOIEN EN VANGEN VAN HET MATERIAAL : KLEINE GOOIEN

→	<p>Kleine gooi en vangen van het materiaal vanuit de vluchtfase: dichtbij het lichaam, niet meer dan 2 keer de lengte van de staande gymnaste:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Met gooi/loslaten/stoot in de lucht • Met stuit op het lichaam • Met materiaal dat van een hoogte is losgelaten (vrije val) • Voor gooi van één knots: met of zonder 360° rotatie
---	--

Voorbeeld 2: Kleine gooi





Voorbeeld 3. Hoogte van gooien: hoge vs. kleine gooien wanneer het lichaam beweegt tijdens de gooi



3.7.3. DB ONDER DE VLUCHT VAN HET MATERIAAL OF BOOMERANG

	<p>DB uitgevoerd onder de vlucht van het materiaal tijdens een hoge gooi of boomerang</p>
--	---

3.7.4. MATERIAAL BEHANDELING betekent dat het materiaal in beweging moet zijn

	<ul style="list-style-type: none"> • Grote rondzwaaien(cirkels) • Achtfiguren (niet voor bal) • Overpakken van het materiaal om een lichaamsdeel of onder het been(de benen) van de hand of een lichaamsdeel naar een andere hand of lichaamsdeel • Overpakken zonder hulp van de hand(en) met minstens twee lichaamsdelen (niet de handen) • Over het materiaal gaan met het hele lichaam of een deel van het lichaam zonder overpakken van het materiaal van de ene hand of lichaamsdeel naar de andere hand of lichaamsdeel
Uitleg	
	<p><i>Middelmatige of grote rondzwaai: materiaal moet een hele cirkel maken van 360°</i></p> <p><i>Achtfiguren (achtzwaaien): twee opeenvolgende hele cirkels moeten worden uitgevoerd</i></p>

3.8. INSTABIEL EVENWICHT: Een complexe relatie tussen lichaam en materiaal met risico van verlies van materiaal (zie bij de individuele oefeningen # 3.7.5.)

3.9. Statisch materiaal

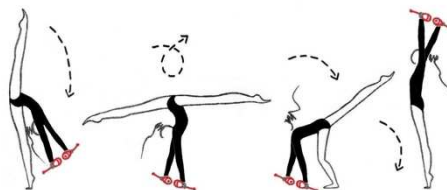
3.9.1. Het materiaal moet in beweging zijn of in een positie van “instabiel evenwicht”, niet eenvoudig vastgehouden/geklemd voor langere tijd

3.9.2. Statisch materiaal is materiaal dat vastgehouden/geklemd wordt:

- "Materiaal vastgehouden" betekent dat het materiaal stevig vastgehouden wordt met 1 of 2 handen/door een lichaamsdeel (niet in een instabiele positie)
- Materiaal vastgehouden “voor langere tijd” betekent **langer dan 4 seconden** vastgehouden

3.9.3. Statisch steunen op het materiaal (compositie- of uitvoeringsfout) is niet toegestaan. Het is echter toegestaan om pre-acrobatische elementen uit te voeren met materiaal dat plat ligt tussen de hand en de vloer voor korte tijd (**niet langer dan 4 seconden**).

Voorbeeld: overslag achterover met steun op twee handen, de knotsen liggen plat op de vloer in beide handen (het pre-acrobatisch element mag ook uitgevoerd worden met steun op één hand met dezelfde positie van de knots)

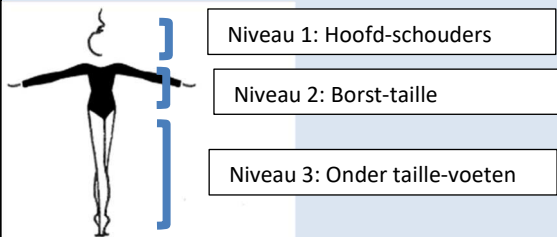


3.9.4. Een pre-acrobatisch element dat uitgevoerd wordt door geheel te steunen op het materiaal zonder contact van een lichaamsdeel met de vloer is NIET toegestaan. Pre-acrobatische elementen die op deze manier worden uitgevoerd zijn NIET geldig als een criterium van de betreffende moeilijkheid



3.10.

Materiaaltechnische elementen moeten verschillend zijn tijdens DB:

Uitleg	
<p>Materiaalelementen zijn verschillend wanneer zij worden uitgevoerd:</p>	In verschillende vlakken
	In verschillende richtingen
	Op verschillende niveau's
	
	<p>Met verschillende amplitude: Materiaalbehandeling met de hand/pols geeft een kleine amplitude Materiaalbehandeling met de elleboog geeft een middelmatige amplitude Materiaalbehandeling met de hele arm, soms samen met de romp geeft een grote amplitude</p>
	Op, door of over verschillende lichaamsdelen
Verskillende technieken van gooien	
<p>Voorbeeld: een gymnaste doet een stuit van de bal onder de benen tijdens een spagaatsprong van de rechter- naar de linker hand en daarna tijdens een evenwicht een stuit van de bal voor. Deze stuiten worden als verschillend gezien omdat ze in verschillende richtingen worden uitgevoerd.</p>	

3.10.1. Identieke materiaalelementen

3.10.1.1. **DB** met identieke materiaal elementen zijn niet geldig; de eerste **DB** met het materiaalelement (in volgorde van uitvoeren) zal worden beoordeeld. (**geen aftrek**).

Voorbeeld: De gymnaste voert dezelfde stuit van de bal uit tijdens een sprong en vervolgens tijdens een evenwicht: dan is het evenwicht **NIET** geldig

Voorbeeld: De gymnaste voert spiralen van het lint uit tijdens een pirouet en vervolgens in een ander deel van de oefening doet zij dezelfde spiralen tijdens een andere pirouet: dan is de tweede pirouet (in volgorde van uitvoering) **NIET** geldig

Voorbeeld: De gymnaste voert een draaisprong uit onder de vlucht van het materiaal en dan vervolgens in een ander deel van de oefening voert zij een pirouet uit onder de vlucht van het materiaal: dan is de pirouet **NIET** geldig

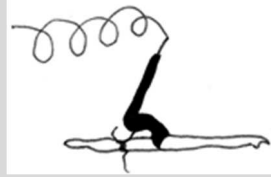

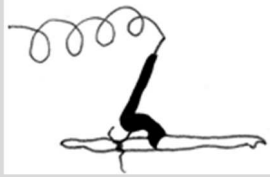
3.10.1.2. Identieke materiaal elementen die uitgevoerd worden bij twee verschillende **DB** (van dezelfde of verschillende lichaamsgroepen) worden **niet** gezien als "verschillende" materiaal elementen.

3.10.1.3. Identieke materiaalelementen die eerst worden uitgevoerd met de linker en later met de rechter hand worden **niet** gezien als "verschillende" materiaal elementen.

3.10.1.4. Voor “fouetté” evenwicht is één fundamenteel of niet-fundamenteel materiaaltechnisch element vereist in een willekeurige fase van het evenwicht om de **DB geldig te maken, dat mag geen herhaling zijn, zie #3.10.1**; wanneer aan deze eis wordt voldaan is het ook mogelijk om meer materiaalelementen uit te voeren.

3.10.2. Speciale eisen van de materiaaltechnische elementen die worden uitgevoerd in een serie van sprongen of pirouettes:

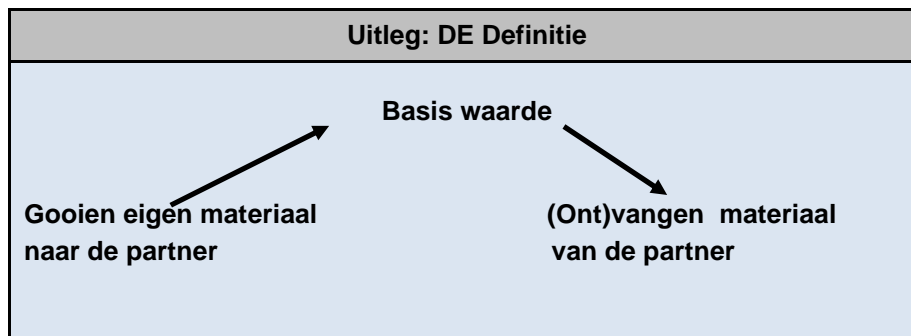
Het is mogelijk om de identieke materiaalbehandeling te herhalen tijdens een serie van sprongen en pirouettes: iedere sprong of pirouet in de serie wordt apart beoordeeld

Voorbeeld: serie van sprongen		
		
Geldig: 0.50	Geldig: 0.50	Geldig: 0.50

4. MOEILIKHEDEN MET WISSEL (DE)

4.1. **Definitie:** Een wissel van het materiaal door een hoge en/of lange gooi, waarbij **alle 5 gymnasten moeten deelnemen aan twee acties:**

- **Gooien** van haar eigen materiaal naar de partner
- **Ontvangen** van het materiaal van de partner



4.1.1. **DE** zijn alleen geldig wanneer de wissel van het materiaal tussen de gymnasten uitgevoerd worden door een **hoge, lange of grote gooi (geen “boomerang”)**. Een wissel die noch hoog, noch lang is wordt niet als geldig beschouwd.

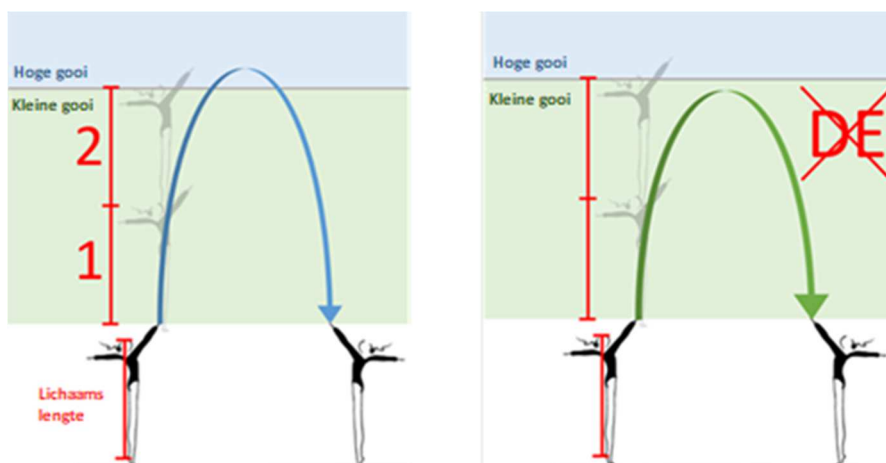
4.1.2. **Manieren van gooien:**

de hoogte/afstand wordt gemeten vanaf het punt waar het materiaal is losgelaten.

4.1.2.1. **Hoge gooien worden bepaald door de vereiste hoogte (meer dan twee maal de lengte van de gymnaste).**

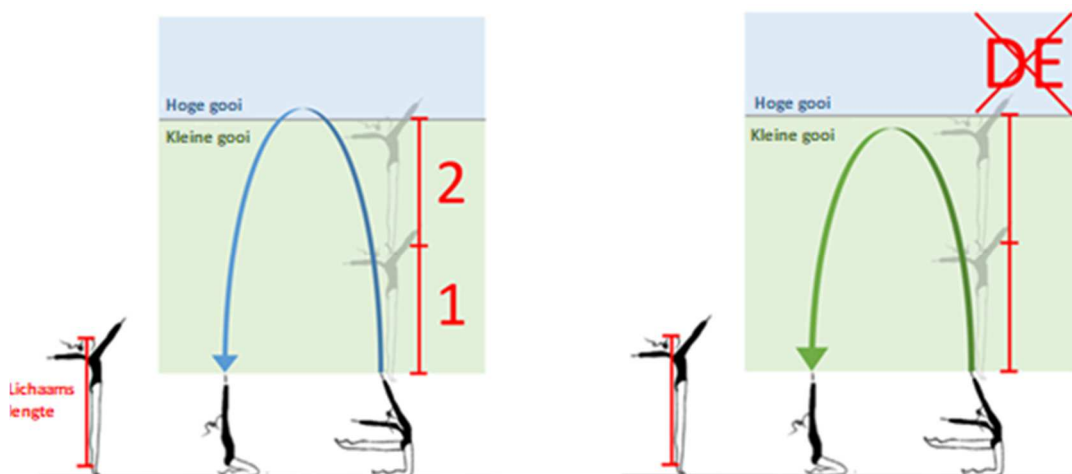
Voorbeeld: Hoge gooi:

DE met een hoge gooi van het materiaal vanuit stand (meer dan twee maal de lengte van de gymnaste)

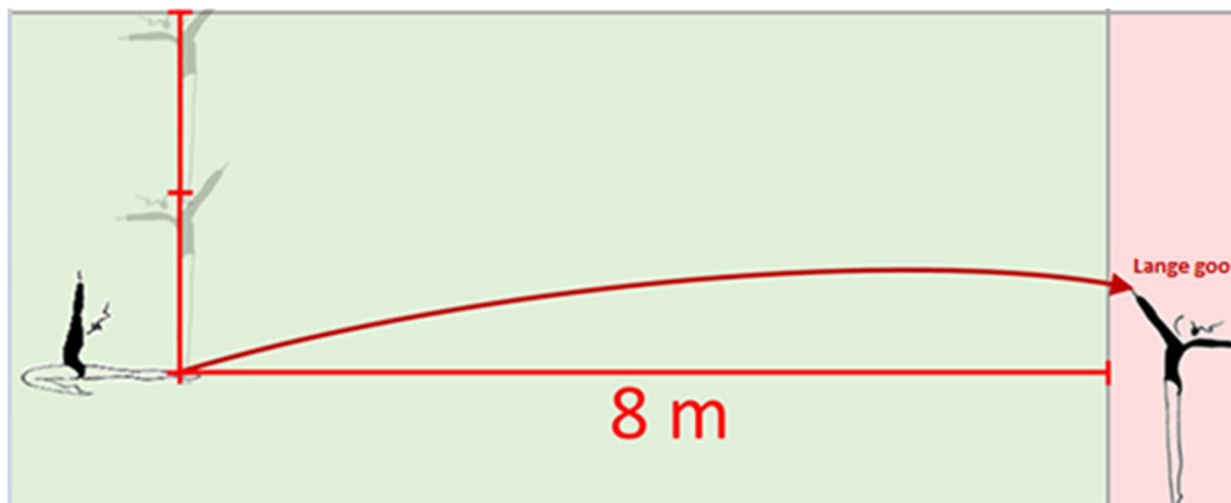


Voorbeeld: Hoge gooi vanuit knieënstand

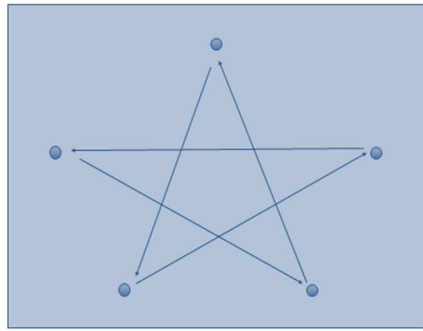
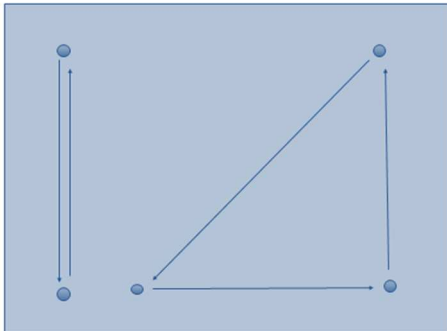
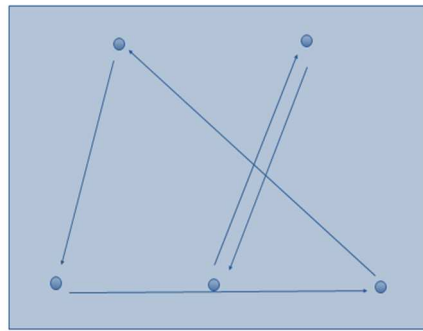
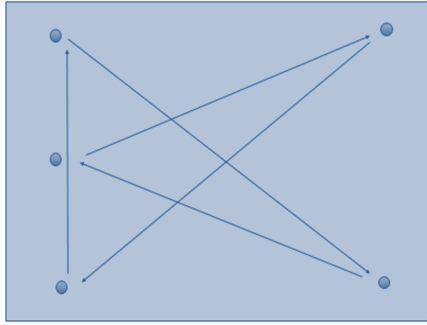
DE met hoge gooi van het materiaal vanuit knieënstand (meer dan twee maal de lengte van de gymnaste)



4.1.2.2. Lange gooien worden bepaald door de afstand van minimaal 8 meter tussen de gymnasten. De afstand van 8 meter moet tussen die gymnasten die het materiaal met elkaar wisselen aanwezig zijn op het moment van gooien en/of op het moment van vangen van het materiaal

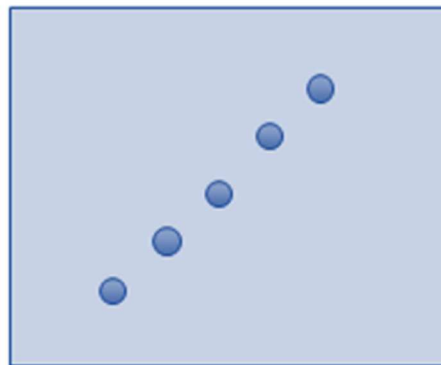
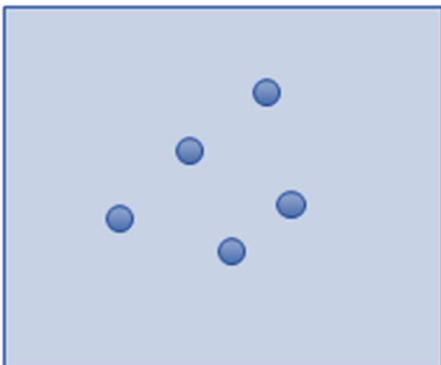
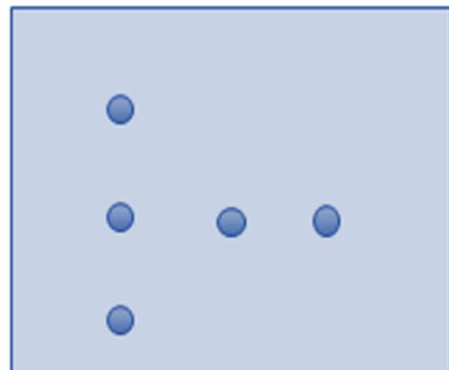
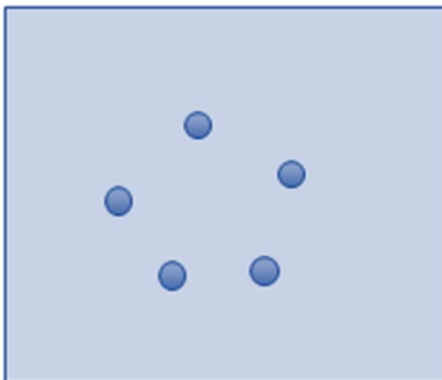


Voorbeelden van formaties met 8 meter (onafhankelijk van de hoogte)



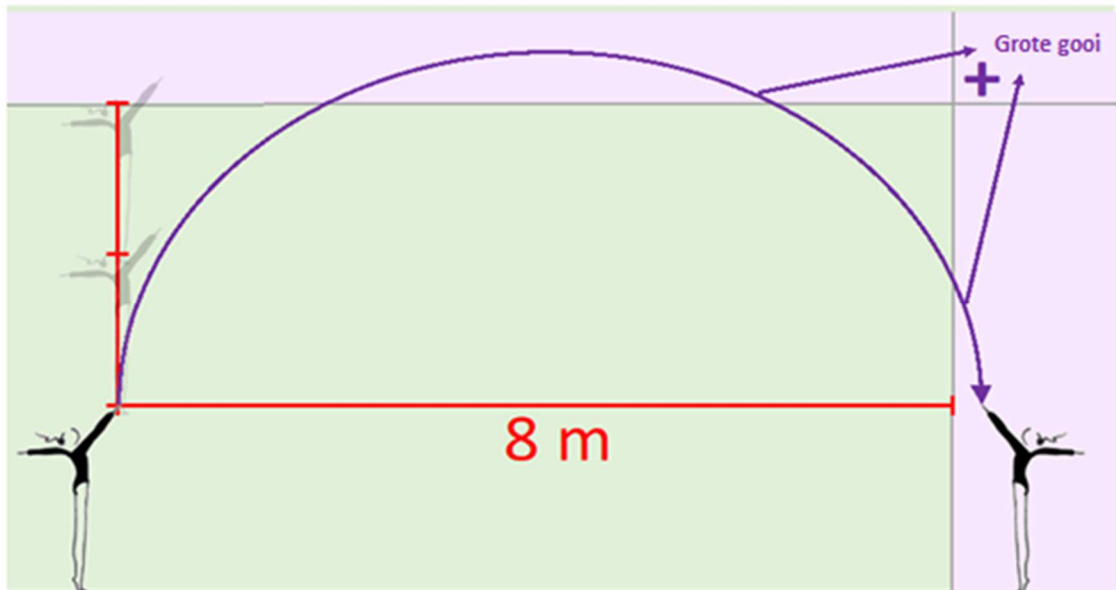
Etc.

Voorbeelden van formaties zonder een afstand van 8 meter



Etc.

4.1.2.3. Grote gooien hebben meer dan twee maal de lengte van de gymnaste EN minimaal 8 meter tussen de gymnasten. De afstand van 8 meter moet tussen de gymnasten zijn die met elkaar wisselen bij het moment van gooien en/of het moment van vangen



Uitleg/ Voorbeelden	
<p>Wanneer 5 gymnasten het materiaal proberen te gooien met een afstand van 8 meter, uitgevoerd in subgroepen en met lage hoogte (minder dan twee maal de lengte van de gymnaste), maar 2 gymnasten in een subgroep hebben een afstand van minder dan 8 meter. Is de DE geldig?</p>	<p>Nee, de DE is niet geldig.</p> <p>Wanneer de gooi niet hoog is, moeten alle 5 gymnasten de gooi met een afstand van 8 meter uitvoeren.</p>





4.1.3. Wisselmoeilijkheden met 1 type materiaal mogen worden uitgevoerd door 5 gymnasten samen of in subgroepen:

- Met dezelfde of verschillende hoogte van gooien van het materiaal
- Met de gymnasten op de plaats blijvend of verplaatsend
- Om een geldige **DE** uit te voeren in subgroepen moet de eerste subgroep het materiaal vangen voordat de tweede subgroep het materiaal gooit.

4.1.4. Wisselmoeilijkheden met 2 type materialen mogen worden uitgevoerd door 5 gymnasten samen of in subgroepen:

- Met dezelfde of verschillende hoogtes van de gooien van het materiaal
- Met de gymnaste op de plaats blijvend of verplaatsend
- Om een geldige **DE** uit te voeren in subgroepen moet de eerste subgroep het materiaal vangen voordat de tweede subgroep het materiaal gooit
- Om een geldige **DE** uit te voeren in subgroepen moet elke subgroep hetzelfde materiaal hebben (voorbeeld: **subgroep 1:** 3 linten; **subgroep 2:** 2 ballen)

Uitleg/ Voorbeelden	
<p>De 5 gymnasten gooien het materiaal in subgroepen: de eerste subgroep: 2 gymnasten op een afstand van 8 meter en "lage" hoogte (minder dan twee maal de lengte van de gymnaste) en daarna de tweede subgroep: 3 gymnasten voeren een wissel uit met een hoge gooi. Is de DE geldig?</p>	<p>Ja, de DE is geldig.</p> <p>Het is mogelijk om de wissel met verschillende hoogtes van de gooien van het materiaal uit te voeren met 5 gymnasten samen of in subgroepen na elkaar</p>

Uitleg: Wisseling van het materiaal tussen de gymnasten	
Bal 	Wanneer de bal met 2 handen gevangen wordt (onafhankelijk van het aantal gymnasten), is de wisselmoeilijkheid geldig met een uitvoerings af trek, die iedere keer wordt toegepast
Knotsen 	<ul style="list-style-type: none"> Wisselmoeilijkheid is geldig met de gooi van 1 knots en met een gooi van 2 knotsen De gooi van 2 vastgeklikte knotsen wordt beschouwd als een gooi met 1 knots.
Lint 	<ul style="list-style-type: none"> Een wissel door het gooien van het lint is alleen geldig wanneer het materiaal in zijn geheel voor enige tijd vrij in de ruimte is (geen "boomerang" ) Wanneer er gewisseld wordt met linten moeten de gymnasten over het algemeen het materiaal bij het einde van het stokje vangen. Het is echter toegestaan om bedoeld te vangen bij het lint zelf binnen een zone van ongeveer 50 cm vanaf de verbinding, mits dit vangen gerechtvaardigd is voor de volgende beweging of het eindstandje

4.2. Eisen:

4.2.1. Minimaal 4, Maximaal 6 DE (beoordeeld in volgorde van uitvoeren) zullen worden geteld

4.2.1.1. Wanneer aan de eis van – minimaal 4 DE niet wordt voldaan:

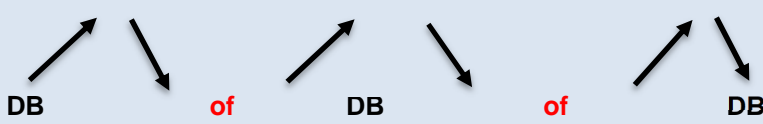
Aftrek door de eerste subgroep (D) juryleden: 0.30 punt.

Wanneer de groep **meer dan 6 DE** elementen uitvoert, zullen de extra **DE** boven de limiet niet beoordeeld worden. (**geen aftrek**)

4.2.1.2. Een geïsoleerde lichaamsmoeilijkheid (DB) van elke waarde mag **bij het gooien of onder de vlucht of bij het vangen van de DE worden uitgevoerd**. De **DB** en de **DE** worden beide beoordeeld en worden geregistreerd in het totale aantal van **DB** en **DE**:

- Het is niet mogelijk om een gecombineerde moeilijkheid uit te voeren tijdens een **DE**
- Wanneer meer dan één **DB** tijdens de wissel wordt uitgevoerd wordt alleen de eerste **DB** beoordeeld en geteld bij het totaal aantal van **DB**. De **DE** is geldig.

4.2.1.3. **DB uitgevoerd in een DE is alleen geldig wanneer dezelfde DB uitgevoerd wordt door alle 5 gymnasten.**

Uitleg/ Voorbeelden	
DB elke waarde	Lichaamsmoeilijkheid (DB) mag eenmalig tijdens een DE worden uitgevoerd: Tijdens de gooi OF Onder de vlucht OF Bij het vangen 
	DB van rotatie of in een positie op de vloer mag alleen als DB geteld worden

4.2.1.4. Een **DB** die uitgevoerd wordt als lichaamsmoeilijkheid zonder wissel mag niet herhaald worden in een wisselmoeilijkheid. Een herhaling is niet geldig (geen aftrek) en telt mee voor het totaal aantal van **DB**.

4.2.1.5. **DE** zal **NIET** geldig zijn in de volgende gevallen:

- Niet alle 5 gymnasten nemen deel aan de acties van gooien en vangen
- Er is niet voldaan aan de eis van de hoogte of afstand van de gooi
- Een boomerang wordt uitgevoerd bij de gooi
- **DE** die gelijktijdig in subgroepen wordt uitgevoerd
- Een gecombineerde moeilijkheid uitgevoerd in een **DE**

4.3. Waarde van de DE

4.3.1. **Basis waarde van wisselmoeilijkheid (hoge of lange gooi en vangen door alle 5 gymnasten): 0.20.**

4.3.2. De wissels voor alle 5 gymnasten mogen van dezelfde waarde zijn of van verschillende waardes: de laagste waarde van **DE** die uitgevoerd wordt door één van de gymnasten bepaalt de waarde van de **DE voor de groep**.







4.3.3. De waarde van de **DE** mag worden verhoogd door aanvullende criteria. Aanvullende criteria zijn alleen geldig wanneer ze identiek zijn uitgevoerd door alle 5 gymnasten op de volgende manier:



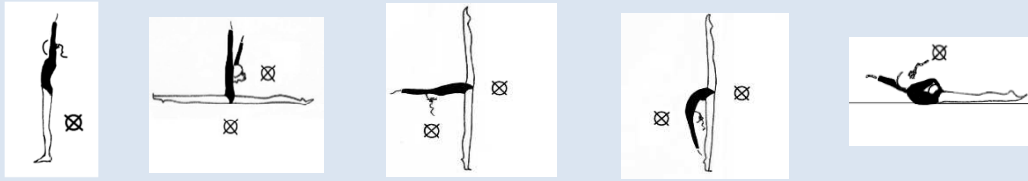







- Wanneer uitgevoerd met hetzelfde materiaal (bv: 5 hoepels): identieke uitvoering (dat betekent: 5 hoepels worden op dezelfde manier gevangen “zonder hulp van de handen”)
- Wanneer uitgevoerd met verschillende materialen (bv: 3 linten en 2 ballen):
 - identieke criteria, uitgevoerd met elk materiaal (dat betekent: 3 linten die identiek gevangen worden “buiten het gezichtsveld” en 2 ballen die identiek gevangen worden “zonder hulp van de handen”)
 - Hetzelfde aantal criteria voor ieder type materiaal moet worden uitgevoerd bij het gooien en /of het vangen
- Rotatie: identiek uitgevoerd door alle 5 gymnasten bij het gooien, onder de vlucht, of tijdens het vangen (zie # 4.4).





4.3.4. Criteria die worden uitgevoerd direct voor het gooien van het materiaal of direct na het vangen horen niet bij de waarde van de **DE**.

4.3.5. Een identieke herhaling van dezelfde criteria mag niet uitgevoerd worden en herhaling van dezelfde criteria zal niet beoordeeld worden (**geen aftrek**). De wissel kan wel geldig zijn.

4.4. Overzichtstabel van aanvullende criteria voor DE tijdens gooien, onder de vlucht van het materiaal en vangen van het materiaal


Symbol	Algemene criteria voor alle materialen
	Grote gooi (afstand van 8 meter en dubbele hoogte)
	Buiten het gezichtsveld
	Zonder hulp van de handen
	Rotatie
	Onder het been/de benen
	Positie op de vloer

Symbool	Waarde	Uitleg: Algemene aanvullende criteria voor DE
	0.20	<p>Grote gooi (afstand van 8 meter en dubbele hoogte)</p> <ul style="list-style-type: none"> De afstand moet tijdens de gooi en/of tijdens het vangen van het materiaal zijn De afstand moet tussen die gymnasten zijn die met elkaar wisselen. Eén keer per DE geldig
	0.10	<p>Buiten het gezichtsveld</p> <p>Voorbeelden van de zones/posities die worden gezien als “buiten het gezichtsveld”:</p>  <p>Voor gooien en/of vangen buiten het gezichtsveld:</p> <ul style="list-style-type: none"> In een achterover gebogen positie of een rotatie element achterover: de gooiarm en/of vangarm moet voorbij de verticale positie zijn Niet geldig voor bal, die in twee handen achter de nek wordt gevangen met twee gebogen armen Elementen die uitgevoerd worden voor – of zijwaarts van het lichaam zijn NIET geldig voor dit criterium, zelfs wanneer de romp ver achterover gebogen is Indien een gymnaste op de vloer ligt met het gezicht naar boven kunnen haar armen niet voorbij de verticale lijn gaan en is dus deze positie niet “buiten het gezichtsveld” 
	0.10	<p>Zonder hulp van de handen</p> <p>NIET geldig voor:</p> <ul style="list-style-type: none"> direct vangen in rotatie om de arm (); gemengd vangen (); gooien /vangen van het materiaal op de handrug(gen)
	0.10	<p>Rotatie</p> <ul style="list-style-type: none"> Tijdens de gooi en/of tijdens het vangen van de wissel, alsook onder de vlucht van het materiaal: <ul style="list-style-type: none"> elke rotatie moet minimaal 360° zijn elke rotatie moet verschillend zijn Rotatie criteria tijdens het vangen zijn alleen geldig wanneer deze worden uitgevoerd samen met één van de volgende criteria <p style="text-align: center;"> en/of </p> Dit criterium geldt voor pre-acrobatische rotaties (# 6.5.9.1.) en verticale rotaties (# 6.5.9.2.) Dit criterium is niet geldig voor een DB die al een rotatie in zich heeft

	<p>0.10</p>	<p>Onder het/de benen</p> <p>Het gooien en/of het vangen wordt uitgevoerd onder het been/de benen in een complexe relatie tussen het lichaam en het materiaalhip performed under de leg/ legs.</p> <p>Voorbeelden:</p>  <p>ETC</p>
	<p>0.10</p>	<p>Positie op de vloer</p> <p>Gooien en/of vangen in een liggende positie op de vloer van het begin tot het einde van het element: de hele romp moet plat op de vloer liggen onafhankelijk of het ruglig, zijlig of buiklig is.</p> <p>Voorbeelden:</p>  <div data-bbox="1134 925 1273 1070" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>Ongeldige positie op de vloer:</p> </div> <p>Etc.</p>

4.5. Overzichtstabel van aanvullende specifieke criteria voor DE tijdens gooien / vangen van het materiaal


Symbol	Specifieke criteria voor de gooi + 0.10 iedere keer	Symbol	Specifieke criteria voor het vangen + 0.10 iedere keer
	Door de hoepel gaan () met het hele lichaam of een deel van het lichaam tijdens het gooien. Minimaal twee grote lichaamssegmenten moeten door de hoepel gaan. Voorbeeld: hoofd + romp; armen + romp; romp + benen, etc.		Door de hoepel gaan () met het hele lichaam of een deel van het lichaam tijdens het vangen. Minimaal twee grote lichaamssegmenten moeten door de hoepel gaan. Voorbeeld: hoofd + romp; armen + romp; romp + benen, etc.
	Gooi na stuiten op de vloer Gooi na rollen op de vloer		Direct door-gooien: direct, zonder een stop – alle materialen Direct doorstuiten op het lichaam: zonder stop, vanaf ieder lichaamsdeel behalve de arm(en) of hand(en): alle materialen ("Stuit" criterium is niet geldig wanneer de stuit op de arm(en) of hand(en) is: dit type van vangen is geldig voor \neq)
			Stuit op de vloer en direct opvangen: materiaal direct van de vloer opvangen, alleen geldig wanneer dit uitgevoerd is met \neq voor hoepel, bal Stuit niet hoger dan knie niveau
	Gooi met rotatie om de as (hoepel)		Vangen met direct rollen van materiaal over het lichaam Niet geldig: aanvullend criterium \neq wanneer gevangen op de arm/hand (onafhankelijk van de positie van de palm)
	Gooi van 2 losse knotsen (): <ul style="list-style-type: none"> • Tegelijk • Asymmetrisch: • "Cascade" (dubbele of drievoudige) <p><i>Asymmetrische gooien kunnen uitgevoerd worden met één of twee handen op hetzelfde moment. De bewegingen van de twee knotsen tijdens de vluchtfase moeten van verschillende vorm of amplitude zijn (één gooi hoger dan de andere), en in een verschillend vlak of richting.</i></p> <p>Cascade" gooien (dubbele of drievoudige): 2 knotsen moeten tegelijkertijd in de lucht zijn tijdens een deel van de "cascade" gooi</p>		Vangen van 2 losse knotsen () tegelijk
			Vangen van de bal () met één hand (zonder extra hulp van het lichaam, inclusief de tweede hand) Vangen van een knots () in één hand die de andere knots vasthoudt
			Direct vangen van de hoepel () in rotatie op een ander lichaamsdeel Aanvullend criterium \neq zonder handen niet geldig voor rotatie om de arm
			Gemengd vangen van de knotsen () Aanvullend criterium \neq niet geldig

- 4.5.1. **“Direct doorgooien/ doorstuiten** (zonder stop, vanaf verschillende lichaamsdelen of de vloer” ():
 - De her-gooi/ her-stuit is deel van de hoofdactie van DE (deel van de begingooi voor de wissel); het is dus verplicht om de her-gooi/her-stuit te vangen om de **DE** geldig te laten zijn.
 - Criteria die uitgevoerd worden tijdens de her-gooi/her-stuit zijn geldig
 - Criteria tijdens het vangen van het materiaal na de her-gooi/her-stuit worden niet beoordeeld als een deel van de **DE**

4.5.1.1. **“Boomerang” van het lint is niet geldig voor het criterium “her-gooi” in DE**

4.5.2. **Gooi van twee losse knotsen: dit criterium** wordt slecht één keer gegeven voor een gooi die wordt uitgevoerd als asymmetrisch of in cascade of tegelijkertijd.

NB: Het vangen van twee losse knotsen wordt alleen gegeven bij gelijktijdig vangen van de knotsen

4.5.3. **“Direct vangen van de hoepel op een ander lichaamsdeel** (): indien uitgevoerd **met gebruik van elleboog of nek of been, etc. (niet de arm)** zal dit criterium geldig zijn en ook het aanvullende criterium “zonder hulp van handen”.

4.6. **Om geldig te zijn moet de DE uitgevoerd worden** door alle 5 gymnasten zonder één van de volgende uitvoeringsfouten:

- Verlies van het materiaal tijdens de **DE**
- Evenwichtsverlies met steun op de handen of op het materiaal of val van de gymnaste tijdens **DE**
- Botsen van de gymnasten
- Botsen van het materiaal

Uitleg	
<i>Een DE met een onzuivere baan met een aftrek van 0.30 of 0.50, is de DE geldig?</i>	<i>Ja, DE is geldig (zie # 4.6. en 4.2.1.5 wanneer de DE niet geldig is)</i>
<i>Wanneer een gymnaste een knoop heeft tijdens de wisselmoeilijkheid, is de DE geldig</i>	<i>Ja, DE is geldig (zie # 4.6. en 4.2.1.5 wanneer de DE niet geldig is)</i>

5. DYNAMISCHE ELEMENTEN MET ROTATIE (R)

5.1. **Definitie:** een combinatie van een hoge gooi, 2 of meer dynamische elementen met rotatie en vangen van het materiaal.

5.2. **Eisen:** maximaal 1 R zal worden geteld

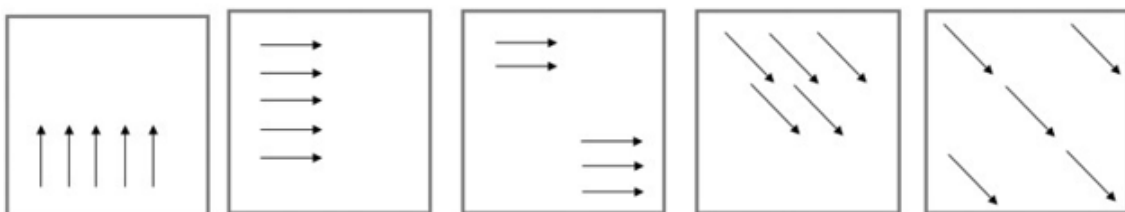
5.2.1. Wanneer er meer dan 1 R wordt uitgevoerd wordt alleen de eerste R beoordeeld (**geen aftrek**)

5.2.2. **Rotaties in R moeten identiek zijn voor alle groepsgymnasten**

5.2.3. R mag uitgevoerd worden door de groepsgymnasten:

- tegelijkertijd
- snel na elkaar
- in subgroepen

5.2.3.1. Wanneer de **R tegelijkertijd** of **snel na elkaar** door de groepsgymnasten wordt uitgevoerd moeten alle 5 gymnasten de R in **dezelfde richting** uitvoeren.

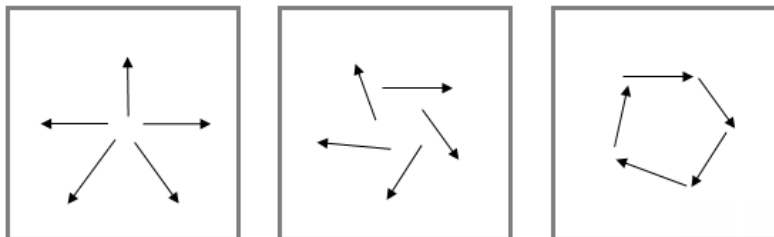


ETC.

Uitleg	
Wanneer 1 gymnaste incorrect gooit en haar pad afwijkt van de geplande richting, wat dan?	Wanneer de R bedoeld is in dezelfde richting (choreografische bedoeling) maar een onzuivere baan (technische fout) veroorzaakt door de afwijkende richting van de gymnaste is deze R geldig met uitvoeringsafrekken voor onzuivere baan en andere consequenties (formatie, etc).

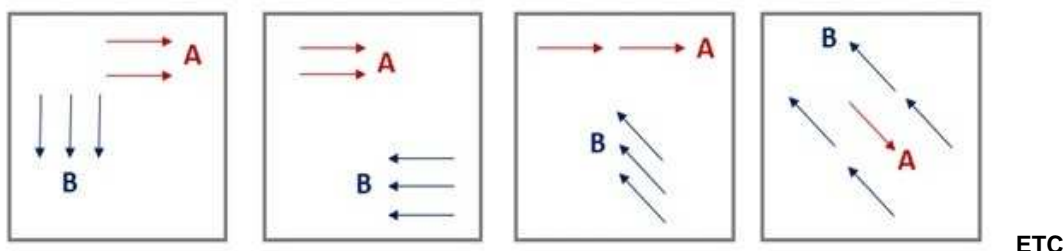
5.2.3.2. Wanneer groepsgymnasten een cirkel formatie uitvoeren tegelijkertijd of snel na elkaar hebben alle gymnasten verschillende richtingen van bewegen en is de **R niet geldig**.

Voorbeeld 2: Verschillende richtingen



5.2.3.3. Wanneer de **R** uitgevoerd wordt door de groepsgymnasten **in subgroepen**, mag iedere subgroep een **aparte richting** gebruiken. Alle gymnasten in één subgroep moeten verplaatsen in dezelfde richting; wanneer gymnasten in subgroep **A** de **R** beëindigen, starten de gymnasten in subgroep **B** de **R**. Wanneer niet aan deze eis is voldaan, is de **R** niet geldig.

Voorbeeld 3: R uitgevoerd in subgroepen



5.2.4. Een **R** moet drie componenten hebben en zal alleen geldig zijn wanneer deze drie componenten worden uitgevoerd door alle 5 gymnasten van de groep:

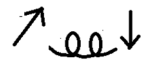
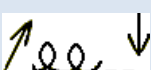


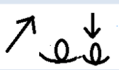


5.2.4.1. **Hoge gooi** van het materiaal (**meer dan twee keer de lengte van de gymnaste**), uitgevoerd vóór de eerste rotatie of tijdens de eerste rotatie (#3.7.1). **Een kleine gooi is niet geldig**.

5.2.4.2. **Minimaal twee complete dynamische elementen van lichaamsrotatie (“basis rotaties”)**

- Minimaal twee basis rotaties van elk 360° moeten worden uitgevoerd onder de vlucht van het materiaal
- De twee basis rotaties moeten worden uitgevoerd zonder onderbreking (gedefinieerd als extra passen tussen de twee rotaties) in enige fase van de **R**
- Voor extra passen gezet voor of na de twee geldige basis rotaties door een onzuivere baan van het materiaal: **R is geldig** , **E** geeft aftrek

5.2.4.3. Vangen van het materiaal na de laatste rotatie of gecoördineerd met een fase van de laatste rotatie.

- **NB voor hoepel en bal:** het materiaal mag direct na een stuit op de vloer worden gevangen, op voorwaarde dat de stuit niet hoger is dan kniehoogte en het vangen zonder handen gebeurt
- **NB voor lint:** ieder gedeelte van het stokje mag gevangen worden voor een geldige R (mogelijk wel uitvoeringsaftrek voor niet correct vangen van het stokje)

Uitleg: eisen		
R element	Uitleg	Geldigheid
	Hoge gooi, twee basis rotaties onder de vlucht, vangen	R2
	Hoge gooi, twee basis rotaties onder de vlucht, twee passen, vangen	R2: Voldoet aan de eisen; E aftrek 0.30 voor niet onzuivere baan met twee passen
	Hoge gooi, één basis rotatie onder de vlucht, vangen	Niet geldig: Slechts één rotatie onder de vlucht
	Hoge gooi tijdens een rotatie, vangen tijdens een rotatie	Niet geldig Geen rotatie onder de vlucht
	Hoge gooi, eerste basis rotatie onder de vlucht, vangen in de tweede basis rotatie	Niet geldig Slechts één rotatie onder de vlucht
	Hoge gooi tijdens de eerste rotatie, één rotatie onder de vlucht, vangen	Niet geldig Slechts één rotatie onder de vlucht
	Hoge gooi, eerste basis rotatie, extra passen, tweede basis rotatie, vangen	Niet geldig: Onderbreking(twee extra passen) tussen de twee basis rotaties, E aftrek 0.30 voor onzuivere baan met 2 passen

5.3. Basis rotaties

Twee **basis rotaties** van het lichaam moeten worden uitgevoerd:

- Onder de vlucht van het materiaal
- Met een **volledige 360° voor iedere rotatie**
- Zonder onderbreking (extra passen tussen de twee rotaties)
- Om een willekeurige as
- Met of zonder naar de vloer gaan
- Met of zonder verandering van de as van lichaamsrotatie

5.4. Types van lichaamsrotaties: de twee basis rotaties en elke extra rotatie mogen komen uit de volgende groepen van volledige 360° rotatie elementen met de bijbehorende tabellen:

- Pre-acrobatische elementen
- Verticale rotaties (ook een DB met rotatie van 360° of meer met een waarde van 0.10)
- **DB** met rotaties van 360° of meer met een waarde van 0.20 of meer (Zie **DB** tabellen # 9; 13)

5.4.1. Herhaling van een **DB** is niet toegestaan, behalve in het geval van een serie (#2.2.7-2.2.8): een reeds uitgevoerde geïsoleerde **DB** mag niet herhaald worden als **DB** criterium bij een **R** (criterium niet geldig). Een **DB** die uitgevoerd is tijdens een **R** mag niet herhaald worden tijdens een **DE**.

5.4.2. Een **DB** die bestaat uit meerdere rotaties vanuit een enkele impuls telt als één rotatie, behalve duikersdraaien die met een tussenpas worden uitgevoerd (zie # 5.9.3.1)

5.4.3. Pre-acrobatische elementen (zie individuele oefeningen # 4.3.2)

5.4.4. Wanneer een gymnaste de as verandert of de techniek van de lichaamsrotatie tijdens een pre-acrobatisch element bepaalt de eerste fase van de lichaamsrotatie de classificatie van het pre-acrobatisch element.

Voorbeeld: Voorwaartse overslag zijwaarts eindigend als een radslag = voorwaartse overslag

Voorbeeld: Zijwaartse rotatie met romp achterovergebogen, eindigend in rollen over de borst = zijwaartse rotatie

5.4.5. Pre-acrobatische elementen mogen worden gebruikt in een **R**, dezelfde voor alle 5 gymnasten geïsoleerd, in een serie, of herhaald in één **R**, in elke volgorde.

5.4.6. Iedere groep van pre-acrobatische elementen mag één keer gebruikt worden in **R** of **DE**; **dezelfde** pre-acrobatische groep mag niet in **R** en **DE** gebruikt worden

5.4.7. Alle groepen van toegestane pre-acrobatische elementen kunnen worden opgenomen in de oefening op de voorwaarde dat ze worden uitgevoerd als een doorgaande beweging zonder vluchtfase of een fixatie in de handstand positie **behalve voor een korte pauze (max.1 seconde) om het materiaal te vangen tijdens het element.**

5.4.8. Vluchtfase of fixatie in een handstandpositie (**meer dan 1 seconde**) zijn niet toegestane technieken van pre-acrobatische elementen. Pre-acrobatische elementen die uitgevoerd worden met een niet toegestane techniek zijn niet geldig. **Uitvoeringsafrek** 0.30.

5.4.9. Verticale rotaties (zie individuele oefeningen # 4.3.6)


5.4.10. Verticale rotaties mogen gebruikt worden in een **R**, dezelfde voor alle 5 gymnasten, geïsoleerd, in een serie, of herhaald binnen dezelfde **R** in elke volgorde.

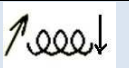

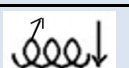
5.5. **Waarde:** de basis waarde (minimaal twee basis rotaties met een volledige 360° voor iedere rotatie) van **R: 0.20**

5.6. De basis waarde van **R** kan verhoogd worden door het gebruik van aanvullende criteria. Aanvullende (extra) criteria kunnen worden uitgevoerd tijdens de gooi, onder de vlucht en/of tijdens het vangen van het materiaal



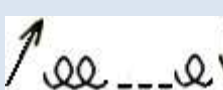
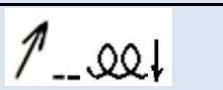
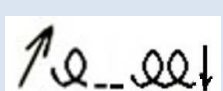
5.6.1. De waarde van **R** wordt bepaald door het laagste aantal rotaties en het laagste aantal criteria dat uitgevoerd wordt door de 5 gymnasten.

5.7. Overzichtstabel van aanvullende criteria voor **R** tijdens de gooi en de vlucht van het materiaal


Tijdens de vlucht van het materiaal	
Symbol	Aanvullende criteria R +0.10 of +0.20 iedere keer
R3 R4 etc.	Een extra volledige 360° rotatie van het lichaam om een as bij de gooi ,onder de vlucht van het materiaal of met het vangen uitgevoerd in een fase van de laatste rotatie
	Verandering van de as van de lichaamsrotatie of verandering van het niveau tijdens de rotaties In iedere R is slechts één criterium geldig: de verandering van de as of die van het niveau - niet beide Twee niveau's: 1. vlucht/stand en 2. vloer
Serie +0.20	Een serie van drie of meer identieke, ononderbroken pre-acrobatische rotaties om de frontale of de sagitale as (#4.3.2), onder de vlucht ; voor duikersdraaien (in alle richtingen) en draaisprongen, zie #5.9.3.1.

Uitleg: Aanvullende criteria voor R tijdens de vlucht van het materiaal		
R element	Uitleg	Waarde
	Hoge gooi, drie chainé rotaties onder de vlucht, vangen	R3
	Hoge gooi, drie rollen onder de vlucht, vangen	R3 + 0.20 Serie van rotaties om de horizontale as
	Hoge gooi tijdens de 1e basis rotatie, twee rotaties onder de vlucht, vangen	R3






5.7.1. Extra rotaties worden beoordeeld na de twee basis rotaties en zullen geldig zijn zelfs met extra passen: alle criteria die correct worden uitgevoerd zullen geldig zijn met een **uitvoeringsaf trek**: voor onzuivere vluchtbaan en eventuele andere technische fouten.

Uitleg		
	Hoge gooi, drie rotaties onder de vlucht, drie passen, vangen	R3 Voldaan aan de eisen; E aftrek 0.50 voor onzuivere vluchtbaan met drie passen
	Hoge gooi, twee basis rotaties zonder onderbreking, gevolgd door 2 passen en een derde rotatie, vangen	R3 + E aftrek 0.30 voor onzuivere vluchtbaan met twee passen
	Hoge gooi, twee basis rotaties zonder onderbreking, gevolgd door drie passen en een derde rotatie, vangen	R3 + E aftrek 0.50 voor onzuivere vluchtbaan met drie passen
	Hoge gooi, twee passen, gevolgd door twee rotaties, vangen	R2 + E aftrek 0.30 voor onzuivere vluchtbaan met twee passen
	Hoge gooi, één rotatie, gevolgd door twee passen, twee rotaties, vangen	R2 + E aftrek 0.30 voor onzuivere vluchtbaan met twee passen, extra rotaties worden slechts beoordeeld NA twee basis rotaties

5.7.2. Een rotatie die begonnen wordt na het vangen van het materiaal is NIET geldig

Uitleg		
	Hoge gooi, twee basis rotaties onder de vlucht, vangen van het materiaal, gevolgd door een derde rotatie	R2

5.8. Overzichtstabel van algemene aanvullende criteria voor R tijdens het gooien en vangen van het materiaal

Symbol	Algemene criteria voor alle materialen + 0.10 iedere keer	
	Buiten het gezichtsveld	
	Zonder hulp van de handen	
	Vangen tijdens een rotatie:	
	<ul style="list-style-type: none"> Alleen geldig, wanneer uitgevoerd met beide criteria  en  	



Onder het been/de benen

Uitleg: algemene aanvullende criteria voor R

	<p>Buiten het gezichtsveld</p> <p>Voorbeelden van de zones/posities die worden gezien als “buiten het gezichtsveld”:</p>
	<p>Voor gooien en/of vangen buiten het gezichtsveld:</p> <ul style="list-style-type: none"> • In een achterover gebogen positie of een rotatie element achterover: de gooiarm en/of vangarm moet voorbij de verticale positie zijn • Niet geldig voor bal, die in twee handen achter de nek wordt gevangen met twee gebogen armen • Elementen die uitgevoerd worden voor – of zijwaarts van het lichaam zijn NIET geldig voor dit criterium, zelfs wanneer de romp ver achterover gebogen is • Indien een gymnaste op de vloer ligt met het gezicht naar boven kunnen haar armen niet voorbij de verticale lijn gaan en is dus deze positie niet “buiten het gezichtsveld”
	<p>Zonder hulp van de handen</p> <p>NIET geldig voor:</p> <ul style="list-style-type: none"> • direct vangen in rotatie om de arm (○); • gemengd vangen (↓↑); • gooien /vangen van het materiaal op de handrug(gen)

Uitleg: algemene aanvullende criteria voor R “tijdens” het vangen van het materiaal

R element	Uitleg	Waarde
	<i>Hoge gooi, twee basis rotaties onder de vlucht, vangen tijdens een derde rotatie buiten het gezichtsveld zonder handen</i>	<p><i>R3 +</i> </p> <p><i>0.3+ 0.10+0.10+0.10=0.60</i></p>

5.9 Overzichtstabel van specifieke aanvullende criteria voor R tijdens gooien en vangen van het materiaal


Symbool	Specifieke criteria voor de gooi + 0.10 iedere keer	Symbool	Specifieke criteria voor het vangen + 0.10 iedere keer
	<p>Door de hoepel gaan () met het hele lichaam of een deel van het lichaam tijdens het gooien. Minimaal twee grote lichaamssegmenten moeten door de hoepel gaan</p> <p>Voorbeeld: hoofd + romp; armen + romp; romp + benen, etc.</p>		<p>Door de hoepel gaan () met het hele lichaam of een deel van het lichaam tijdens het vangen. Minimaal twee grote lichaamssegmenten moeten door de hoepel gaan</p> <p>Voorbeeld: hoofd + romp; armen + romp; romp + benen, etc.</p>
	<p>Gooi na stuiten op de vloer</p> <p>Gooi na rollen op de vloer</p>		<p>Direct door-gooien: direct, zonder een stop – alle materialen</p> <p>Direct doorstuiten op het lichaam: zonder stop, vanaf ieder lichaamsdeel behalve de arm(en) of hand(en): alle materialen</p> <p>(“Stuit” criterium is niet geldig wanneer de stuit op de arm(en) of hand(en) is: dit type van vangen is geldig voor \neq)</p>
			<p>Stuit op de vloer en direct opvangen: materiaal direct van de vloer opvangen, alleen geldig wanneer dit uitgevoerd is met \neq voor hoepel, bal</p> <p>Stuit niet hoger dan knie niveau</p>
	<p>Gooi met rotatie om de as (hoepel)</p>		<p>Vangen met direct rollen van materiaal over het lichaam</p> <p>Niet geldig: aanvullend criterium \neq wanneer gevangen op de arm/hand (onafhankelijk van de positie van de handpalm)</p>
	<p>Gooi van 2 losse knotsen ():</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tegelijk • Asymmetrisch: • “Cascade” (dubbele of drievoudige) <p><i>Asymmetrische gooien kunnen uitgevoerd worden met één of twee handen op hetzelfde moment. De bewegingen van de twee knotsen tijdens de vluchtfase moeten van verschillende vorm of amplitude zijn (één gooi hoger dan de andere), en in een verschillend vlak of richting.</i></p> <p>“Cascade” gooien (dubbele of drievoudige): twee knotsen moeten</p>		<p>Vangen van 2 losse knotsen () tegelijk</p>
			<p>Vangen van de bal () met één hand (zonder extra hulp van het lichaam, inclusief de tweede hand)</p> <p>Vangen van een knots () in één hand die de andere knots vasthoudt</p>
			<p>Direct vangen van de hoepel () in rotatie op een ander lichaamsdeel</p> <p>Aanvullend criterium \neq zonder handen niet geldig voor rotatie om de arm</p>

	<i>tegelijktijd in de lucht zijn tijdens een deel van de "cascade" gooi, onafhankelijk van de start van de eerste rotatie</i>	↓	Gemengd vangen van de knotsen () Aanvullend criterium \neq niet geldig
DB	Gooien in DB (waarde 0.20 of meer) met rotatie 360⁰ of meer. Het is niet toegestaan om een DB uit te voeren zonder rotatie	DB	Vangen in DB (waarde 0.20 of meer) met rotatie van 360⁰ of meer. Het is niet toegestaan om een DB zonder rotatie uit te voeren

Uitleg: basis rotaties voor cascade


Cascade gooi is de gooi van twee knotsen, één na de ander met beide knotsen in de lucht op enig moment.

Het vangen van één knots kan voor de start van de basisrotaties zijn, de andere knots wordt dan gevangen aan het eind van de basisrotaties of tijdens de laatste rotatie van de **R**. Of, de eerste knots kan gevangen worden tijdens de basisrotaties op voorwaarde dat er geen onderbreking is in de twee basis rotaties als gevolg van het vangen van de knotsen.

5.9.1. "Direct doorgooien/ doorstuiten (zonder stop, vanaf verschillende lichaamsdelen of de vloer" ()):



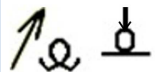

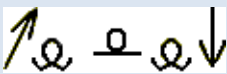

- De her-gooi/ her-stuit is deel van de hoofdactie van **R** (deel van de begingooi voor **R**); het is dus verplicht om de her-gooi/her-stuit te vangen om de **R** geldig te laten zijn.
- Criteria die uitgevoerd worden tijdens de her-gooi/her-stuit zijn geldig
- **Criteria tijdens het vangen van het materiaal na de her-gooi/her-stuit worden niet beoordeeld als een deel van de R (ook niet als DA)** omdat in de meeste gevallen de hoogte van de her-gooi/her-stuit niet dezelfde is als die van de originele gooi

5.9.1.1. "Boomerang" van het lint is niet geldig voor het criterium "her-gooi" in **R**; Een **R** is niet geldig met een "Boomerang" op enig moment (gooi of her-gooi)

5.9.2. "Direct vangen van de hoepel op een ander lichaamsdeel (): indien uitgevoerd **met gebruik van elleboog of nek of been, etc. (niet de arm)** zal dit criterium geldig zijn en ook het aanvullende criterium "zonder hulp van handen".

5.9.3. DB met rotatie 360⁰ of meer met een waarde van 0.20 of meer mag maximaal **één keer in iedere R** voorkomen en zal geldig zijn als een element van rotatie en **DB**:

- De **DB** met rotatie **360⁰ of meer met een waarde van 0.20 of meer** kan worden uitgevoerd **tijdens de gooi of het vangen** van het materiaal.
- Wanneer de **DB** uitgevoerd is tijdens de gooi, maar het materiaal valt aan het einde van de **R**, dan is de **DB** nog wel geldig (**R** niet geldig)
- Het is niet mogelijk om een **DB** zonder rotatie in te voegen
- Herhaling van een **DB** is niet toegestaan, behalve in het geval van een serie (#2.2.7-2.2.8): een **DB** die geïsoleerd uitgevoerd is mag niet als **DB** criterium worden herhaald voor **R** (criterium niet geldig). Een **DB** die gebruikt is tijdens een **R** mag niet herhaald worden tijdens een **DE**.

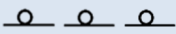


Uitleg: DB met rotatie in R		
R element	Uitleg	Waarde
	Hoge gooi tijdens de eerste rotatie (DB), twee basis rotaties onder de vlucht, vangen	R3 + DB 0.30+0.10=0.40 1 DB geldig
	Hoge gooi, twee basis rotaties onder de vlucht, vangen tijdens de derde rotatie van DB	R3 + DB 0.30+0.10=0.40 1 DB geldig
	Hoge gooi, de eerste rotatie onder de vlucht, vangen tijdens de tweede rotatie(DB)	R niet geldig Er ontbreken twee basis rotaties onder de vlucht 1 DB geldig
	Hoge gooi tijdens de eerste rotatie (DB), de tweede rotatie onder de vlucht, vangen	R niet geldig Er ontbreken twee basis rotaties onder de vlucht 1 DB geldig
	Hoge gooi, de eerste rotatie onder de vlucht, de tweede rotatie onder de vlucht (DB), de derde rotatie onder de vlucht, vangen	R niet geldig (# 4.8.4) DB niet geldig
	Hoge gooi, attitude pirouet twee rotaties (720°) onder de vlucht, vangen	R niet geldig: (# 4.3.1) 1 DB geldig onder de vlucht (# 2.4.1)

5.9.3.1. **Serie van drie identieke DB met rotatie: Draaisprongen en duikersdraaien (in willekeurige richtingen)**

DB: waarde van de R wordt verhoogd met 0.20 voor de serie (# zie 5.7)

Alleen een serie van draaisprongen en/of duikersdraaien kunnen ieder in één R in de oefening gebruikt worden, indien ze worden uitgevoerd op de volgende manier:

- **Draaisprongen:** gooi van het materiaal tijdens de eerste **DB**, tweede **DB** onder de vlucht en vangen tijdens de derde **DB** (zie #2.7.1.1.)
- **Duikersdraaien:** gooi van het materiaal voor of tijdens de eerste **DB**, tweede **DB** onder de vlucht en vangen tijdens de derde **DB** of direct erna

Voorbeelden/uitleg: serie van 3 identieke DB met rotatie in R		
R element	Uitleg	Waarde
	Hoge gooi tijdens de eerste draaisprong, draaisprong onder de vlucht en vangen in de derde draaisprong	DB + R3 + serie 0,10 + 0.30 + 0.20 = 0.60 3 DB
	Hoge gooi, eerste duikersdraai (pas), tweede duikersdraai (pas), vangen tijdens derde duikersdraai	R3 + serie + DB 0.30 + 0.20 + 0.10 = 0.60 3 DB
	Hoge gooi, eerste duikersdraai, tweede duikersdraai, derde duikersdraai (geen tussenpas), vangen	R3 + serie 0.30 + 0.20 = 0.50 1 DB
Etc.		

5.10. R zal niet geldig zijn in de volgende gevallen:

- Met een kleine gooi van het materiaal
- Bij het ontbreken van twee volledige basis rotaties onder de vlucht
- De rotaties die uitgevoerd worden door iedere gymnaste van de groep zijn niet gelijk
- Niet volledig 360° voor iedere basis rotatie
- Onderbreking tussen de twee basis rotaties
- Verlies van materiaal
- Vangen van het lint aan het materiaal (in plaats van het lintstokje)
- **R uitgevoerd met twee DB**, één bij de gooi en één bij het vangen (behalve in een serie)
- **R uitgevoerd met DB** zonder rotatie
- **DB** uitgevoerd onder de vlucht (behalve in een serie)
- Vangen van het materiaal na het einde van de muziek
- Pre-acrobatische elementen uitgevoerd met een niet toegestane techniek
- Aan de eisen voor richtingen van bewegen door de 5 gymnasten/subgroepen wordt niet voldaan

6. SAMENWERKINGSMOEILIKHEDEN (DC) (Difficulty with collaborations)

6.1. Definitie: De groepsoefening wordt gedefinieerd door het **coöperatieve werk** waarbij iedere gymnaste een samenwerking heeft met één of meer materialmen en met één of meer partners

Samenwerkingsmoeilijkheden vereisen een harmonieuze coördinatie tussen de gymnasten, uitgevoerd:

- Door alle 5 gymnasten samen of in subgroepen (tweetal, trio etc.)
- Met een variatie aan verplaatsingen, richtingen en formaties
- Met of zonder direct contact met de partners (lichaam of materiaal)
- Met of zonder rotatie
- Met de mogelijkheid om de één of meerdere gymnasten te liften
- Met de mogelijkheid om te steunen op het materiaal of de gymnasten

6.2. Manieren van samenwerken

6.2.1. De volgende zijn verschillende manieren van samenwerken:

6.2.1.1. Samenwerking zonder hoge of lange gooien van het materiaal (**CC**)

6.2.1.2. Samenwerking met hoge gooien van het materiaal en dynamische lichaamsrotaties tijdens de vlucht van het materiaal (**CR**)

6.2.1.3. Samenwerking met gooien van meerdere materialen (C↗)

6.2.1.4. Samenwerking met vangen van meerdere materialen (C↘)

6.2.1.5. Samenwerking met liften/steunen van de gymnaste (**CL**)

6.2.2. De groep mag beslissen welke manieren van samenwerking worden uitgevoerd in de oefening met de eis van:

- Minimaal drie CC
- Minimaal **drie CR**.
- Minimaal drie geïsoleerde C↗ / C↘ (voor deze eis wordt de verdeling tussen geïsoleerde C↗ en geïsoleerde C↘ bepaald door de groep: mag dan niet worden gecombineerd met **CR**)

Aftrek : 0.30 punt voor elke ontbrekende vereiste samenwerking van #6.2.2.

6.3. Eisen: minimaal 9 (zie #6.2.2.), maximaal 18 DC, worden beoordeeld in chronologische volgorde

6.3.1. Wanneer een groep meer dan 18 DC uitvoert wordt de extra DC niet geteld (geen aftrek)

6.3.2. Deelname: een samenwerking is geldig wanneer deze succesvol is voltooid door alle 5 gymnasten. De samenwerking komt tot een einde wanneer de gymnaste(n) de hoofdactie(s) heeft uitgevoerd en tot slot haar materiaal heeft gevangen (de eindgooi of het vangen van de her-gooi is voltooid en gevangen).

Een nieuwe samenwerking begint pas wanneer de samenwerkingsmoeilijkheid daarvoor beëindigd is zoals beschreven.

6.3.3. Om geldig te zijn moeten alle 5 gymnasten, zelfs met verschillende rollen, deelnemen aan (betrokken zijn bij) de samenwerkingsactie(s) met elkaar:

- Met direct contact,
- Erover, eronder en erdoor gaan, zonder contact
- Door middel van het materiaal

6.3.4. Werken in subgroepen

6.3.4.1. Subgroepen moeten dezelfde DC uitvoeren; de laagste waarde die uitgevoerd wordt door een subgroep bepaalt de waarde van de samenwerking voor de groep.

6.3.4.2. Twee subgroepen moeten aan elkaar gelinkt worden om een “enkele” samenwerking te vormen: de verbinding kan gemaakt worden door een gooi of rol van het materiaal tussen de twee subgroepen. De laagste waarde die uitgevoerd wordt door een subgroep zal geldig zijn.

6.3.4.3. Het is mogelijk om de uitvoering van een “enkele” samenwerking te splitsen in twee subgroepen met een identieke manier van bewegen (rotatie, passage, etc.) zodat ze samen voldoen aan de definitie van de “hoofd” samenwerking: in dit geval (identieke bewegingen) is een “link” niet vereist.

Samenwerkingen die uitgevoerd worden in subgroepen
Uitleg/ Voorbeelden
<i>Als 3 gymnasten een samenwerkingsvorm uitvoeren en tegelijkertijd voeren twee andere gymnasten een andere samenwerkingsvorm uit, dan gelden deze niet-verbonden/verschillende subgroepen niet als een enkele vorm van samenwerking omdat niet alle 5 gymnasten deelnemen aan een gemeenschappelijke samenwerkingsvorm.</i>

6.4. Samenwerken zonder hoge of lange gooien van het materiaal (CC)

6.4.1. Definitie: alle 5 gymnasten van de groep creëren een relatie direct (door contact tussen de gymnaste(n)) en /of door het materiaal: kleine gooi, rollen over het lichaam of op de vloer, terugkaatsen, stuit, duwen, glijden door het materiaal gaan, etc.

NB: deze manier van samenwerken is niet geldig voor een hoge of lange gooi

6.4.2. De CC samenwerkingen mogen samen uitgevoerd worden of in subgroepen.

6.4.3. De basis waarde van CC is **0.30**.

6.4.4. Samenwerkingen CC bestaan uit relaties met **minimaal 3 identieke acties van samenwerken met het lichaam of samenwerken met het materiaal, achter elkaar uitgevoerd:**

- 1 gymnaste voert een identieke actie uit minimaal drie keer achter elkaar (minimaal drie acties) *OF*
- enkele gymnasten voeren een identieke actie uit achter elkaar met een totaal van drie acties

6.4.4.1. Geldige acties die uitgevoerd kunnen worden met:

- Verdeling van het materiaal
- Liftende/steunende acties op de gymnasten of het materiaal
- Overpakken van het materiaal van de ene naar de andere gymnaste
- Teruggeven/ doorgeven van het materiaal

6.4.4.2. Pre-acrobatische elementen kunnen worden gebruikt in **CC**: dezelfde pre-acrobatische elementgroep mag één keer gebruikt worden in **CC** en één keer in **CR**

6.4.4.3. Deze **CC** kan verhoogd worden door aanvullende criteria te gebruiken wanneer deze identiek worden uitgevoerd door de gymnaste(n) die deelnemen aan de belangrijkste actie(s), volgens #6.4.4: elk criterium + 0.10 één keer per **CC**

Symbol	Ieder criterium + 0.10, één keer per CC
⊗	Buiten het gezichtsveld
≠	Zonder hulp van de handen

Uitleg: aanvullende criteria voor samenwerking CC

⊗	<p>Buiten het gezichtsveld</p> <p><i>Voorbeelden, etc.</i></p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">     </div> <p>NB: Elementen die uitgevoerd worden aan voor- of aan de zijkant van het lichaam gelden niet voor dit criterium, zelfs niet wanneer de romp achterover gebogen is</p>
≠	<p>Zonder hulp van de handen</p> <p><i>Het materiaal</i> moet een zelfstandige technische beweging maken, die kan worden begonnen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • door de inzet van een ander deel van het lichaam • door de inzet van de hand(en), maar daarna moet het materiaal een zelfstandige complete beweging maken zonder hand(en) <p>NIET geldig voor “zonder hulp van de handen” tijdens de hoofd actie met:</p> <ul style="list-style-type: none"> • direct vangen van een kleine gooi in rotatie om de arm (○); • gemengd vangen van een kleine gooi (∪); • kleine gooi /vangen van het materiaal op de handrug(gen)

6.4.4.4. Aanvullende geldige acties die uitgevoerd kunnen worden met:

- Passeren over, onder of door de partners of hun materiaal
- Maken van een constructie in relatie tot het materiaal, dat een beeld vormt met alle 5 materialen duidelijk 1 seconde gefixeerd. Dit geldt als een **CC**; **Uitzondering: vereist is één beeld van alle vijf gymnasten en materialen** (niet minimaal 3). De start- en eindpositie van de oefening mag niet gebruikt worden voor dit type van **DC**
- Deze acties mogen niet verhoogd worden door criteria

6.5. Samenwerking met hoge/lange/grote gooien van het materiaal en dynamische lichaamsrotaties tijdens de vlucht van het materiaal (CR)

6.5.1. Eisen voor de gooi en het vangen bij een CR:

6.5.1.1. **Hoge gooi:** meer dan twee keer de lengte van de gymnaste

6.5.1.2. **Lange gooi:** afstand van 8 meter

6.5.1.3. **Grote gooi:** hoog en lang

6.5.2. **Definitie van een CR:** één of meerdere gymnasten voeren de volgende volgorde van elementen uit, als zijnde de "hoofd actie":

6.5.2.1. Een hoge/lange/grote gooi van haar eigen materiaal door één van de gymnasten, *gevolgd door*

6.5.2.2. Een dynamische lichaamsrotatie tijdens de vlucht van het materiaal met verlies van visuele controle van het materiaal, *gevolgd door*

6.5.2.3. Direct vangen van het eigen materiaal of dat van de partner na het dynamische lichaamsrotatie element tijdens de vlucht van het materiaal met verlies van visuele controle van het materiaal

6.5.3. De samenwerking eindigt wanneer de gymnaste(n) na het uitvoeren van de hoofd actie(s) uiteindelijk het materiaal vangt (de eindgooi of het vangen van een hergooi heeft plaatsgevonden).

6.5.4. Gooi van het materiaal bij een CR

6.5.4.1. De **gooi** van het eigen materiaal van de gymnaste duidt het begin van de **CR** aan

6.5.4.2. De **gooi** van het materiaal mag worden uitgevoerd direct naar de partner of naar de gymnaste zelf

6.5.4.3. De gooi mag worden uitgevoerd tijdens een rotatie met als doel een aanvullend criterium bij de gooi te maken; er moet echter worden voldaan aan de basis definitie zoals in # 6.5.2.2 (**een rotatie onder de vlucht**) en de rotatie zelf bij het gooien heeft geen toegevoegde waarde.

6.5.5. Vangen van het materiaal bij een CR

6.5.5.1. Het vangen van het eigen materiaal of het materiaal van de partner wordt uitgevoerd direct na het dynamisch rotatie element

6.5.5.2. Voor het vangen van het materiaal van de partner direct na het dynamisch rotatie element: het materiaal moet in de vlucht zijn van een hoge/lange/grote gooi terwijl de gymnaste een rotatie uitvoert en niet gegooid worden nadat de gymnaste de rotatie heeft beëindigd; anders is de samenwerking niet geldig.



6.5.5.3. Een rotatie kan worden opgenomen als een deel van het vangen met als doel een aanvullend criterium bij het vangen te maken; er moet echter worden voldaan aan de basis definitie zoals in #6.5.2.2 (**een rotatie onder de vlucht**) en de rotatie zelf bij het vangen heeft geen toegevoegde waarde.



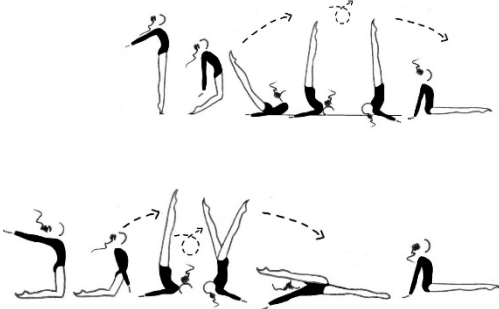
6.5.5.4. Het vangen van het materiaal door de gymnaste(n) die de hoofd actie uitvoert geeft het einde van de **CR** aan. Een nieuw type samenwerking zal niet beoordeeld worden voordat het einde van de voorgaande samenwerking heeft plaatsgevonden.

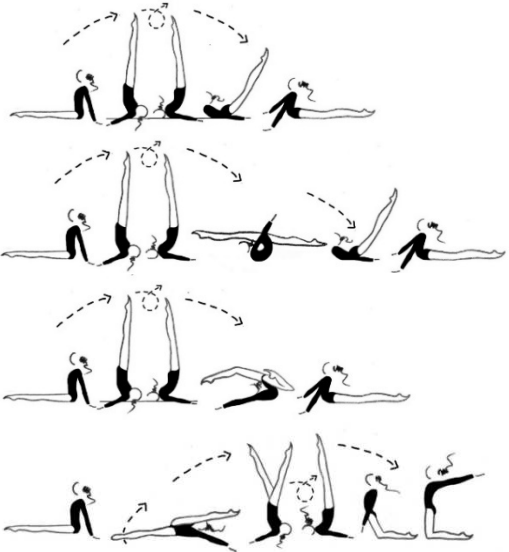
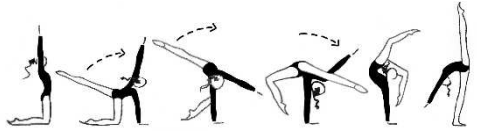

6.5.5.5. Het vangen van het materiaal kan ook door een stuit of een rol van het materiaal zijn (met als doel een aanvullende criterium bij het vangen te maken) op de voorwaarde dat de stuit of rol wordt gevangen; de samenwerking eindigt wanneer het de stuit of rol van het materiaal volledig is uitgevoerd

- 6.5.6. Dynamische rotatie elementen in een CR: Typen van lichaamsrotaties:** mogen elke versie van de volgende groepen van rotatie elementen zijn die opgenomen zijn in de corresponderende tabellen van:
- Pre-acrobatische elementen
 - Verticale rotaties
 - **DB** met rotaties van 360° of meer (zie **DB** tabellen # 9; 13)
- 6.5.7.** Elke groep van pre-acrobatische elementen mag **één keer in een CR** gebruikt worden, geïsoleerd, in een serie of herhaald binnen de **CR** zelf in willekeurige volgorde.
- 6.5.7.1.** Wanneer de groep van pre-acrobatische elementen **herhaald wordt** (geïsoleerd of in een serie) in een **andere CR** (onafhankelijk van de verschillende variatie) **is deze CR niet geldig.**
- 6.5.7.2.** Iedere groep van pre-acrobatische elementen mag worden uitgevoerd op de vloer en met hulp van de partners/op de partner(s). Deze worden beschouwd als verschillende elementen.
- 6.5.7.3.** Dezelfde groep van pre-acrobatisch elementen mag één keer worden gebruikt in een **CC** en één keer in een **CR**
- 6.5.8.** Alle groepen van toegestane pre-acrobatische elementen mogen worden gebruikt in de oefening op de voorwaarde dat ze worden uitgevoerd zonder vluchtfase of fixatie in een handstand positie **behalve voor een kort moment (niet meer dan 1 seconde) om het materiaal te vangen tijdens het element.**
- 6.5.9.** Vluchtfase of fixatie in de handstand (**meer dan 1 seconde**) zijn NIET toegestane technieken van pre-acrobatische elementen. In dit geval is het pre-acrobatische element NIET geldig.
Uitvoeringsaftrek 0.30.

6.5.9.1. Pre-acrobatische elementen

Nr	Groep	Voorbeelden van mogelijkheden van variatie	
1	Overslag voorwaarts	<p>Startpositie:</p> <p>Steunpunt:</p> <p>Eindpositie:</p> <p>Been bewegingen:</p>	<p>stand, knieënstand, zit, etc.</p> <p>één hand, twee handen, ellebogen, hoofd, etc.</p> <p>stand, knieënstand, zit, etc.</p> <p>spagaatpositie voor, split, benen samen op enig moment, wissel van benen, ronde-beweging, cabriole/tikken, fietsen, etc, met gestrekte of gebogen knie(en)</p> <p>Voorbeelden van mogelijke variaties:</p> 
2	Overslag achterwaarts	<p>Startpositie:</p> <p>Steunpunt:</p> <p>Eindpositie:</p> <p>Been bewegingen:</p>	<p>stand, knieënstand, zit, etc.</p> <p>één hand, twee handen, ellebogen, hoofd, etc.</p> <p>stand, knieënstand, zit, etc.</p> <p>spagaatpositie voor, split, benen gesloten op enig moment, benen wisselen, ronde-beweging, cabriole/tikken, fietsen, etc, met gestrekte of gebogen knie(en)</p> <p>Voorbeelden van een mogelijke variatie:</p> 
3	Radslag	<p>Startpositie:</p> <p>Steunpunt:</p> <p>Eindpositie:</p> <p>Been bewegingen:</p>	<p>stand, knieënstand, etc.</p> <p>één hand, twee handen, ellebogen, hoofd, borst, nek, etc.</p> <p>stand, knieënstand, zit, etc.</p> <p>split, benen gesloten op enig moment, benen wisselen, tikken, met gestrekte of gebogen knie(en)</p>
4	Rol voorwaarts	<p>Startpositie:</p> <p>Techniek:</p> <p>Eindpositie:</p> <p>Been bewegingen:</p>	<p>stand, knieënstand, etc.</p> <p>over het hoofd, over één schouder, etc.</p> <p>stand, knieënstand, zit, door de split, etc.</p> <p>benen gesloten, na elkaar, in split, etc, met gestrekte of gebogen knie(en)</p>

5	Rol achterwaarts	<p>Startpositie: stand, knieënstand, zit, etc.</p> <p>Techniek: over het hoofd, over één schouder, etc.</p> <p>Eindpositie: stand, knieënstand, zit, door split, herte-positie, etc.</p> <p>Been bewegingen: benen gesloten, na elkaar, split, etc, met gestrekte of gebogen knie(en)</p>
6	Borstrol voorwaarts	<p>Startpositie: stand, knieënstand, (rug)lig, etc.</p> <p>Eindpositie: stand, knieënstand, door split, etc.</p> <p>Been beweging: Benen gesloten, na elkaar, split, etc, met gestrekte of gebogen knie(en)</p> <p>Voorbeelden van mogelijke variaties:</p> 
7	Borstrol achterwaarts	<p>Startpositie: stand, knieënstand, etc.</p> <p>Eindpositie: lig, knieënstand, door split, etc.</p> <p>Been beweging: benen gesloten, na elkaar, split, etc, met gestrekte of gebogen knie(en)</p> <p>Voorbeeld van een mogelijke variatie:</p> 
8	Schouderrol voorwaarts (Fish flop) (achteroverbuigend voorwaarts rollen op de borst, over een schouder gaand, verder rollen over de rug)	<p>Startpositie: stand, knieënstand, etc.</p> <p>Eindpositie: zit, etc.</p> <p>Been beweging: benen gesloten, na elkaar, met split, fietsen, etc, met gestrekte of gebogen knie(en)</p> <p>Voorbeelden van mogelijke variaties:</p> 

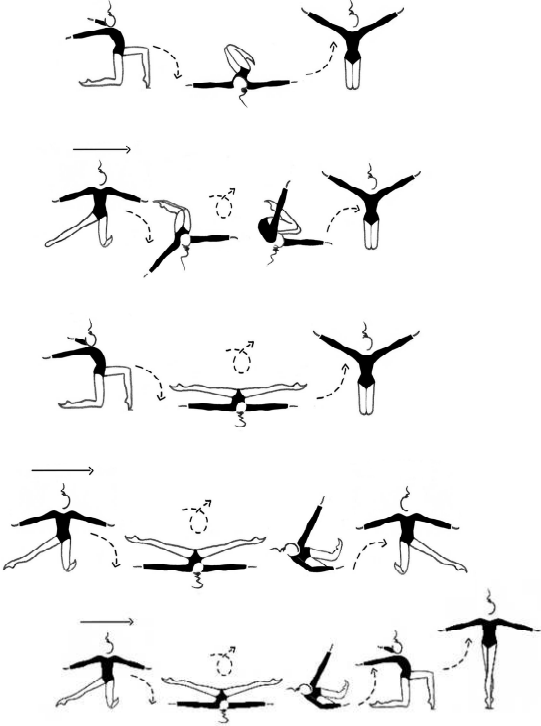
<p>9</p>	<p>Schouderrol achterwaarts (Fish flop)</p> <p>(rol naar de rug, over een schouder gaand, verder achteroverbuigend rollen over de borst)</p>	<p>Startpositie: stand, zit, etc.</p> <p>Eindpositie: lig, knieënstand, met split, etc.</p> <p>Been beweging: benen gesloten, na elkaar, met split, fietsen, etc, met gestrekte of gebogen knie(en)</p> <p>Voorbeelden van mogelijke variaties</p> 
<p>10</p>	<p>Zijwaartse rotatie (lateraal) door een bruggetje gaand, eindigen met een zwaai van de benen naar spagaat</p>	<p>Startpositie: knieënstand, stand, etc</p> <p>Eindpositie: stand</p> <p>Been beweging: spagaat met achteroverbuigen naar stand</p> <p>Voorbeeld van een mogelijke variatie:</p> 
<p>11</p>	<p>Zijwaartse rotatie (lateraal) met achteroverbuigen romp</p>	<p>Startpositie: stand, knieënstand, etc.</p> <p>Steunpunt: één hand, twee handen, ellebogen, borst, etc.</p> <p>Steunmogelijkheden: via bruggetje op 1-2 benen, of met de benen van de vloer</p> <p>Eindpositie: stand, knieënstand, lig, etc.</p> <p>Been bewegingen: benen gesloten, na elkaar, met spagaat of split, etc, met gestrekte of gebogen knie(en)</p> <p>Voorbeelden van mogelijke variaties:</p> 

12	Duiksprong	Vlucht: met 180° spagaat, zonder 180° spagaat
		Techniek: recht, over een schouder, etc.
		Eindpositie: stand, knieënstand, door split, etc.
		Been bewegingen: gebogen knieën, gestrekte knieën, benen na elkaar (in de rol)
13	Rotatie met geheven been (zoals in een duikersdraai, maar geen DB)	Middelste fase: met de romp horizontaal of lager, met of zonder steun op de handen
		Eindpositie: romp gebogen/rechtop in verschillende richtingen, eindigen op de vloer, etc.
		Been bewegingen: met gebogen knie(en) op enig moment, of met gestrekte knie(en) (maar geen duikersdraai DB)

NB Over duiksprong: Dit pre-acrobatische element bestaat uit een sprong (**vluchtfase is vereist; spagaat is niet vereist**) met de romp voorovergebogen direct gevolgd door één rol. De vluchtfase is deel van het rotatie element

6.5.9.2. Verticale rotaties

Nr	Groep	Voorbeelden van mogelijkheden van variaties
1	<u>Vlucht:</u> sprongen/hupjes met draai	Vrij gekozen beenpositie (gestrekt of gebogen) tijdens de vlucht
2	<u>Stand (2 voeten):</u> draaiende passen of rotatie op 2 voeten op de vloer	Vrij gekozen been en/of romp posities met gefixeerde vorm of dynamische vorm
3	<u>Stand (1 voet):</u> Rotatie op 1 voet op de vloer	Vrij gekozen been en/of romp posities met gefixeerde vorm of dynamische vorm
4	<u>Zit:</u> Laterale (zijwaartse) rol, met of zonder splitbeweging van de benen	Romp rechtop: de rotatie kan vanuit stand beginnen of vanuit zit, maar altijd eindigen in een positie op de vloer. Vrij gekozen been positie, met eventueel split beweging (spreiden) van de benen

5	<p>Lig: Laterale (zijwaartse) rol</p>	<p>Het lichaam draait zijwaarts (lateraal), van het begin tot het eind van de rotatie op de rug liggend. Vrij gekozen been positie</p> <p>Voorbeelden van mogelijke variaties:</p> 
---	---	---

6.5.10 Waarde van een CR: 0.10

6.5.10.1. De basis waarde van een **CR** kan verhoogd worden door het gebruik van aanvullende criteria





6.5.10.2. Om de aanvullende criteria geldig te laten zijn moeten deze uitgevoerd worden door de gymnaste(n) die de hoofd actie uitvoeren en deze wordt één keer gegeven per samenwerking (alleen bij de gooi of alleen bij het vangen) in chronologische volgorde. Om geldig te zijn moeten eventuele criteria identiek uitgevoerd worden door alle roterende gymnaste(n).











- Wanneer uitgevoerd met **hetzelfde materiaal** (bv: twee ballen): identieke uitvoering (bv: twee ballen worden identiek gevangen “zonder hulp van de handen”)
- Wanneer uitgevoerd met verschillende materialen (bv: één bal en één hoepel): Identieke criteria, uitgevoerd met verschillende materialen (bv: bal en hoepel worden gevangen “zonder hulp van de handen”)



6.5.11. Tabel van aanvullende criteria voor een CR

Symbol	Criteria voor elke gymnaste die de hoofdactie uitvoert: +0.10, één keer per CR
CR2 of CR3	Voor iedere extra gymnaste die aan de hoofdactie deelneemt
NB	Om geldig te zijn moeten de gymnasten die de hoofdactie uitvoeren identieke rotatie(s) uitvoeren, tegelijk of snel na elkaar, en iedere gymnaste van de hoofdactie moet een materiaal vangen

Symbol	Criteria alleen voor CR (gymnaste(n) die de hoofdactie uitvoeren)
Serie +0.20, onafhankelijk van aantal gymnasten	2 of meer identieke, ononderbroken pre-acrobatische elementen om de frontale of sagitale as, duikersdraaien (in enige richting) uitgevoerd onder de vlucht

Symbol	Algemene criteria tijdens het gooien of vangen van het materiaal: +0.10, één keer per CR
	Buiten het gezichtsveld voor de gymnaste(n) die de hoofdactie van de samenwerking uitvoeren
	Zonder de hulp van de handen voor de gymnaste(n) die de hoofdactie van de samenwerking uitvoeren
	Onder het been/de benen) voor de gymnaste(n) die de hoofdactie van de samenwerking uitvoeren
	Vangen in een lange rol over minimaal 2 lichaamssegmenten, voor de gymnaste(n) die de hoofd actie van de samenwerking uitvoeren
NB	Wanneer de gymnaste(n) die de hoofd actie uitvoert in de uitvoering van gooien of vangen met criteria wordt geholpen door een partner moeten beide gymnasten het criterium uitvoeren, zodat deze CR geldig is

Uitleg/ Voorbeelden: één keer per CR	
 CR2	0.30
  CR2	0.40
CR2  	0.40
 CR2 	0.30
 CR2  	0.30

Symbool	Algemene criteria onder de vlucht van het materiaal: +0.10, één keer per CR
	<p>Passeren over, onder of door één of meerdere materialen en/of gymnastes, één keer</p> <p><u>Passeren over een obstakel:</u></p> <p>Wanneer het obstakel het materiaal is:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Materiaal moet worden opgetild tot minstens de kniehoogte van de gymnaste die staand gefixeerd staat • Het materiaal beweegt vrij over de vloer <p>Wanneer het obstakel de gymnaste(n) is/zijn:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Passeren over een constructie van lichaamsdelen van minimal 2 gymnasten • Passeren over het midden van minimaal 1 gymnaste (bv.staand, zittend, liggend) <p><u>Passeren onder een obstakel:</u></p> <p>Wanneer het obstakel het materiaal is:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Eén of meer materialen, die vastgehouden worden door minimal 2 gymnasten • (niet geldig voor passerren onder de vlucht van het materiaal) <p>Wanneer het obstakel een gymnaste(n) is/zijn:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Een constructie van lichaamssegmenten van minimal 2 gymnasten • Een gelifte gymnaste • Een gymnaste in de vlucht <p><u>Passeren door:</u> materiaal of gymnasten</p>
Symbool	Specifieke criteria onder de vlucht van het materiaal: +0.30, één keer per CR
	<p>Passeren door het materiaal van een partner tijdens de vlucht van dat material (materiaal wordt niet vastgehouden door partners en ook niet door een passerende gymnaste) en wordt in de vlucht gevangen door een andere gymnaste</p>

6.6. Samenwerking met hoge/lange/grote gooien van meerdere materialen (C↗)

6.6.1. Definitie: Tegelijkertijd uitvoeren van een **hoge gooi (meer dan 2 keer de lengte van de gymnaste) of lange gooi (min. 8m) van twee of meer materialen** die door één gymnaste gegooid worden naar haar partners (niet naar haarzelf), uitgevoerd op één van de volgende manieren:

6.6.1.1. Twee materialen die in tegengestelde richting worden gegooid

6.6.1.1.1. Tegengestelde richtingen: ieder materiaal wordt in een richting gegooid die 180° tegengesteld is aan het andere.

6.6.1.2. Drie of meer materialen worden in dezelfde of tegengestelde richting gegooid: mogen in een vastgeklikte constructie gegooid worden op de voorwaarde dat het minimaal drie materialen zijn

6.6.1.3. Het aantal materialen dat door dezelfde gymnaste gegooid moet worden om de C↗ geldig te laten zijn:

- Minimaal 2 materialen
- 2 losse knotsen + 1 extra materiaal (2 losse knotsen worden gezien als één materiaal). **Voorbeeld:** 2 losse knotsen



- 1 knots + 1 extra materiaal (in een oefening met twee materiaal types)
- 2 vastgeklikte knotsen + 1 extra materiaal (2 vastgeklikte knotsen worden gezien als één materiaal). **Voorbeeld:**



- 2 vastgeklikte knotsen (1 materiaal) + 2 vastgeklikte knotsen (1 materiaal) zijn geldig wanneer zij in tegengestelde richtingen worden gegooid. **Voorbeeld:**



- De knotsen kunnen vastgeklikt zijn en gegooid worden in een enkele constructie (ieder paar van 2 vastgeklikte knotsen wordt gezien als één materiaal).

Voorbeeld:



6.6.2. Waarde: wordt één keer gegeven, onafhankelijk van het aantal gymnasten dat de gooi(en) uitvoert

6.6.2.1. Geïsoleerde samenwerking C↗: **Waarde 0.30:** indien alle vijf gymnasten betrokken zijn bij de gooi van het materiaal, inclusief de hulp van een partner bij gooi, en/of vangen van het materiaal

- Drie of meer materialen die in dezelfde of tegengestelde richting worden gegooid: mogen worden gegooid in een samengevoegde constructie op de voorwaarde dat er 3 materialen zijn

6.6.2.2. Gecombineerd met CR: Waarde 0.30: Wanneer de **gooi van meerdere materialen** door de gymnaste wordt uitgevoerd die de hoofd actie in een **CR** maakt: de waarde van de C↗ wordt opgeteld bij de waarde van **CR**. Dit is dan één samenwerking.

- Twee materialen in tegengestelde richting van elkaar gegooid: niet geldig met vastgeklikt materiaal

- Drie of meer materialen in dezelfde of tegengestelde richting gegooid: mogen in een vastgeklikte constructie gegooid worden op de voorwaarde dat er minimaal drie materialen zijn

6.6.2.3. De basiswaarde van een **samenwerking met gooien van meerdere materialen** $C \nearrow$ kan worden verhoogd met aanvullende criteria:

Symbol	Aanvullende criteria voor $C \nearrow$ + 0.10 bij het gooien
\otimes	Gooi van één/meerdere materialen buiten het gezichtsveld
\neq	Gooi van één/meerdere materialenzonder hulp van de handen
\diagup	Gooi van één/meerdere materialen onder het been/de benen

6.7. Samenwerking met vangen van meerdere materialen ($C \Downarrow$)

6.7.1. **Definitie: tegelijkertijd of snel achter elkaar vangen van meerdere materialen van een hoge gooi (meer dan 2 keer de lengte van een gymnaste) of lange gooi (min. 8m) van twee of meer materialen die ontvangen zijn van haar partners (niet van haarzelf).**

6.7.1.1. Het is niet mogelijk om hetzelfde materiaal te gooien voor een $C \nearrow$ en tevens te vangen voor een ($C \Downarrow$)

6.7.2. **Waarde:** wordt één keer gegeven, onafhankelijk van het aantal gymnasten dat het vangen uitvoert

6.7.2.1. **Geïsoleerde samenwerking ($C \Downarrow$): Waarde 0.30:** indien alle vijf gymnasten betrokken zijn bij het vangen van het materiaal, inclusief de hulp van een partner bij het gooien, en/of vangen van het materiaal

- Twee materialen die tegelijkertijd worden gevangen van verschillende partners: de gymnaste moet twee materialen vangen, niet één enkele constructie van meerdere materialen. De twee materialen kunnen ieder één los materiaal zijn, twee aparte sets van vastgeklikte knotsen, twee aparte constructies, of een combinatie van deze.

6.7.2.2. **Gecombineerd met CR: Waarde 0.30 ($C \Downarrow$):** indien het vangen van meerdere materialen wordt uitgevoerd door een gymnaste die de hoofd actie van de **CR** uitvoert: de waarde wordt opgeteld bij de waarde van de **CR**. Dit is dan één samenwerking.

- Twee materialen die tegelijkertijd worden gevangen van verschillende partners: niet geldig voor vastgeklikt materiaal

6.7.2.3. De basiswaarde van een **samenwerking met vangen van meerdere materialen** ($C \Downarrow$) kan worden verhoogd met aanvullende criteria

Symbol	Aanvullende criteria voor $C \Downarrow$ + 0.10 bij het vangen
\otimes	Vangen van één/meerdere materialen buiten het gezichtsveld
\neq	Vangen van één/meerdere materialen zonder hulp van de handen
\diagup	Vangen van één/meerdere materialen onder het been/de benen

Gecombineerde samenwerking		
Uitleg/ Voorbeelden		
CR CR2	0.30	1 samenwerking
CR C↗ + CR2	0,10+0.30+0.20	1 samenwerking
CR CR C↗ + CR CR CR2	0.20+0.30+0,20 Criteria bij de gooi, 1 keer gegeven	1 samenwerking
CR CR CR2 + C↘ CR	0.10+0.10+0.20+0.30 Criteria bij het gooien <u>of</u> het vangen	1 samenwerking

6.8. C↗ / C↘ mogen maximaal drie keer in een oefening worden gecombineerd met CR, extra gecombineerde samenwerkingen zullen niet beoordeeld worden (extra CR + meerdere materialen gooien/vangen = 0.00)

6.9. Samenwerking met liften/steunen van de gymnaste (CL)

- 6.9.1. Liften/ steunen** is een mogelijke (niet vereiste) manier van samenwerken in de groepsoefeningen, die wordt uitgevoerd door de gymnaste(n) te liften (op te tillen) en vast te houden op een bepaald geheven niveau.
- 6.9.2.** Liften (**CL**) kan worden uitgevoerd in verschillende posities van de opgetilde gymnaste in de ruimte, opgetild boven schouderhoogte van de partners in staande positie.
NB: wanneer een gymnaste een rotatie uitvoert, ondersteund door haar partner en uitgevoerd onder schouderhoogte van de partner in staande positie, wordt dit niet beschouwd als een samenwerking met liften (**CL**).
- 6.9.3.** Gymnasten mogen niet langer dan 4 seconden worden opgetild of “gedragen”, startend vanaf het moment dat het optillen wordt ingezet. Gymnasten mogen niet gegooid worden, afgezet, gesleept of geduwd in enige fase van het liften.
- 6.9.4. Waarde:** wordt één keer gegeven, onafhankelijk van het aantal gymnasten dat gelift wordt.
- 6.9.4.1. Geïsoleerde samenwerkingen (CL): Waarde 0.20:** indien alle vijf gymnasten betrokken zijn bij de lift/steun van de gymnaste, inclusief een partner optillen of opgetild/gesteund worden

6.10. Samenwerkingen zijn geldig wanneer deze worden uitgevoerd door alle 5 gymnasten zonder de volgende fouten:

- Niet alle 5 gymnasten nemen deel aan de samenwerkingsactie(s)
- Verlies van materiaal, alsmede 1 of 2 knotsen
- Verlies van evenwicht met steun op de hand of het materiaal of val van de gymnaste
- Botsen van de gymnasten
- Botsen van het materiaal
- Gymnaste of materiaal beweegt niet of gymnaste is zonder materiaal, elke **meer dan 4 seconden**
- Een gymnaste in een gelifte positie voor meer dan 4 seconden
- Verboden element
- Pre-acrobatische elementen met niet toegestane techniek (**Voorbeeld:** rollen met vluchtfase)
- **DC** die niet uitgevoerd wordt volgens de definitie

Uitleg: moeilijkheid samenwerking	
<i>Is een samenwerkingsmoeilijkheid geldig met een knoop in het lint?</i>	<i>Zie #6.9. De samenwerkingsmoeilijkheid zal geldig zijn wanneer de moeilijkheid voldoet aan de eisen. Een uitvoeringsaf trek zal worden toegepast.</i>
<i>Is een samenwerkingsmoeilijkheid geldig wanneer de bal met twee handen gevangen wordt tijdens de hoofdactie?</i>	
<i>Is een samenwerkingsmoeilijkheid geldig wanneer de hoepel incorrect gevangen wordt met ongewild contact met het lichaam?</i>	
<i>Is een samenwerkingsmoeilijkheid geldig wanneer— na de hoofd actie—een gymnaste het materiaal vangt vanuit de lucht met twee of meer passen?</i>	

6.11. Verboden elementen met samenwerking

- Acties of posities door te leunen op één of meerdere partners zonder contact met de vloer, **langer dan 4 seconden vastgehouden**
- Dragen of slepen van een gymnaste over de vloer **langer dan 4 seconden**
- Lopen – met meer dan twee steunmomenten - over één of meerdere gymnasten gegroepeerd bij elkaar
- Split of spagaat op de vloer, met een stop in die positie
- Steunen op één of twee handen of op de onderarmen zonder enig ander contact met de vloer zonder overslag/radslag en met een stop in de verticale positie.
- Rotatie elementen die met een vluchtfase worden uitgevoerd
- Vormen van piramides

7. **MOEILIKHEID CIJFER (D):** De D-Juryleden beoordelen de moeilijkheden, kennen het deelcijfer toe en geven de mogelijke aftrekken, respectievelijk:

7.6. De eerste D subgroep juryleden (DB)

Moeilijkheid	Minimaal	Aftrek 0.30
Moeilijkheden zonder wissel (DB) in volgorde van uitvoeren	Minimaal 4	<ul style="list-style-type: none"> • Minder dan 4 DB uitgevoerd • Minder dan 1 moeilijkheid van elke lichaamsgroep (\wedge, T, ϕ): aftrek voor iedere ontbrekende lichaamsgroep • 1 moeilijkheid van iedere lichaamsgroep die niet tegelijkertijd of zeer snel na elkaar wordt uitgevoerd (niet in subgroepen) door alle 5 gymnasten
Moeilijkheden met wissel (DE): in volgorde van uitvoeren	Minimaal 4	Minder dan 4 uitgevoerde DE
Volledige lichaamswellen (W)	Minimaal 2	Aftrek voor iedere ontbrekende W

7.7. De tweede D subgroep juryleden (DA)

Moeilijkheid	Minimaal/Maximaal	Aftrek 0.30
Samenwerking CC	Minimaal 3	Aftrek voor iedere ontbrekende CC
Samenwerking CR	Minimaal 3	Aftrek voor iedere ontbrekende CR
Samenwerking $c \nearrow / c \searrow$	Minimaal 3	Aftrek voor iedere ontbrekende $c \nearrow / c \searrow$
Specifieke fundamentele materiaal elementen	Minimaal 2 van elk	Aftrek voor iedere ontbrekende Aftrek voor ieder specifiek fundamenteel materiaalelement, dat niet tegelijkertijd of snel achter elkaar wordt uitgevoerd

1. BEOORDELING DOOR DE JURYLEDEN VAN HET PANEL ARTISTIEK

- 1.1. De juryleden van het Panel Artistiek (A) beoordelen de compositie en de artistieke uitvoering (prestatie) vanuit de standaard van esthetische perfectie.
- 1.2. De A-juryleden houden zich niet bezig met de moeilijkheid van een oefening. De jury is verplicht om evenveel af te trekken voor fouten van dezelfde grootte, onafhankelijk van de moeilijkheid van het element.
- 1.3. Juryleden van het A-Panel moeten op de hoogte blijven van de hedendaagse ritmische gymnastiek. Zij moeten weten wat de meest actuele prestatieverwachtingen voor een compositie zijn en zij moeten weten hoe de normen veranderen al naar gelang de sport zich evolueert. In deze context moeten ze ook weten wat de mogelijkheden zijn, wat redelijkerwijs te verwachten is, wat een uitzondering is en wat bijzonder is.
- 1.4. **Het eindcijfer A:** de som van de artistieke aftrekken wordt van **10.00 punten afgetrokken**

2. ARTISTIEKE STRUCTUUR EN UITVOERING: DOELSTELLINGEN VAN DE COMPOSITIE

- 2.1. Ritmische gymnastiek wordt bepaald door een unieke compositie die gebaseerd is op een specifieke muziekkeuze. De specifieke muziek bepaalt de keuzes van alle bewegingen en alle componenten van de compositie zijn zo gemaakt dat ze in harmonieuze relatie tot elkaar staan.
- 2.2. De muziek inspireert de choreografie door het tempo, het thema van de bewegingen en de structuur van de compositie vast te stellen; het is geen achtergrond voor lichaams- en materiaal elementen.
- 2.3. Bij het selecteren van de muziek moet er gelet worden op het volgende:
 - Het karakter van de muziek moet passen bij de leeftijd, het technisch niveau en de artistieke kwaliteiten van de gymnaste, met respect voor de ethische normen
 - De muziek zou de gymnaste in staat moeten stellen op haar best te presteren
 - De muziek zou moeten helpen de best mogelijke uitvoering te laten zien
- 2.4. Geluiden met een niet-typisch muzikaal karakter voor ritmische gymnastiek zijn verboden (**voorbeelden:** sirenes, auto motoren, etc.)
- 2.5. Een muzikale introductie van maximaal 4 seconden is toegestaan, voordat de gymnaste haar eerste beweging maakt; een muzikale introductie van **meer dan 4 seconden wordt bestraft.**

2.6. Artistieke uitmuntendheid wordt bereikt wanneer de structuur van de compositie en de artistieke uitvoering van het begin tot het einde van de oefening een bepaald idee (het verhaal in de oefening) weergegeven door de volgende componenten duidelijk en volledig uit te werken:

- Het karakter van de bewegingsstijl is te zien in de danspassen en ook in de verbindingselementen tussen de moeilijkheden of in de moeilijkheden zelf
- Expressiviteit in de bewegingen
- Contrasten in tempo, karakter en intensiteit van de bewegingen van zowel het materiaal als het lichaam die overeenkomen met de contrasten in de muziek
- Strategische plaatsing van specifieke lichaams- en materiaal bewegingen op specifieke muzikale accenten of zinnen om een impact of effect te creëren: kenmerkende bewuste visuele indrukken gecreëerd voor de kijker (dwz.: een moment dat bedoeld is om een visueel memorabel “moment” in de uitvoering te creëren)
- Verbindingen tussen bewegingen of moeilijkheden die bewust en strategisch gemaakt zijn om op een vloeiende, harmonieuze manier de ene beweging in de andere beweging te laten overlopen
- Variatie in de relaties tussen lichaam en materiaal van de 5 gymnasten, gecreëerd door hun formaties, organisatie van het collectieve werk en de uitgevoerde manieren van samenwerken.

2.7. BEOORDELING

- Er wordt geen aftrek gegeven wanneer de artistieke component de prioriteit heeft en volledig gerealiseerd wordt in de gehele compositie van het begin tot het eind.
- Artistieke componenten die niet volledig zijn uitgewerkt of alleen uitgewerkt in enkele fases zullen worden bestraft.
- Fouten in de relatie tussen bewegen en ritme of onlogische verbindingen zullen elke keer bestraft worden.

3. KARAKTER

3.1. De bewegingen hebben een duidelijk bepaalde stijl. Deze stijl benadrukt de unieke interpretatie van het karakter van de muziek door de groep; deze stijl of dit karakter van de beweging is uitgewerkt van het begin tot het einde van de oefening.

3.2. Dit identificeerbare karakter wordt herkend door de lichaams- en materiaalbewegingen tijdens de hele oefening, inclusief:

- Preparatie bewegingen voor de moeilijkheden
- Overgangs bewegingen tussen de moeilijkheden
- Tijdens **DB** en/of na het einde van **DB**
- Tijdens **CC**
- Lichaamswellen
- Gestileerde, verbindende passen, die **DB**, **DE**, **R** en **DC** aan elkaar linken
- Onder de gooien/tijdens de vlucht van het materiaal tijdens **DE/DC**
- Tijdens het vangen
- Tijdens rotatie elementen
- Verandering van niveaus
- Verbindende materiaalelementen die het ritme en karakter benadrukken

3.3. Veranderingen in het karakter van de muziek moeten worden weergegeven door veranderingen in het karakter van de bewegingen; deze veranderingen moeten harmonieus worden verbonden.

3.4. De danspas combinaties worden beoordeeld op hun eigen specifieke kenmerken; daarom horen zij niet bij de beoordeling van “karakter van beweging”.

4. DANSPAS COMBINATIES

4.1. Een danspas combinatie is een specifieke opeenvolging van bewegingen met het lichaam en het materiaal met als doel de stilistische interpretatie van de muziek uit te drukken: daarom moet de **danspas combinatie een bepaald karakter** hebben in de beweging. De choreografie van de danspas combinatie wordt gemaakt volgens het **karakter, ritme, tempo en de accenten van de muziek**.

De gestileerde bewegingen van de lichaamssegmenten, het tempo en intensiteit van de bewegingen en de keuze van manieren van verplaatsen moeten zorgvuldig gekozen worden voor de specifieke muziek waarop de oefening wordt uitgevoerd.

De opbouw van de bewegingen moet ernaar streven om alle lichaamssegmenten erbij te betrekken, passend bij de specifieke muziek, inclusief het hoofd, de schouders, handen, armen, heupen, benen voeten, etc.

4.2. Iedere compositie moet **minimaal 2 danspas combinaties** hebben.

4.3. Om geldig te zijn moet iedere danspas combinatie uitgevoerd worden met de volgende eisen: afwezigheid van één van de volgende eisen in elke danspas combinatie zal de combinatie ongeldig maken en er zal aftrek worden gegeven (zie tabel #16):

- Minimale duur van **8 seconden met het materiaal in beweging**: vanaf de eerste dansbeweging moeten alle passen duidelijk en goed zichtbaar zijn voor de gehele duur van 8 seconden.
- Tijdens het vereiste minimum van 8 seconden mogen geen grote gooien en pre-acrobatische elementen worden uitgevoerd. Een serie passen met karakter, die uitgevoerd wordt gedurende minder dan 8 seconden als gevolg van de structuur van de compositie of door de aanwezigheid van **CC** element(en), die het karakter van de beweging onderbreken, is niet geldig als danspas combinatie.
- **Duidelijk bepaald karakter:**

4.3.1. Een duidelijk bepaald karakter van beweging: passen die een stijl of bewegingsthema weergeven, zoals, maar niet beperkt tot:

- *Alle klassieke danspassen*
- *Alle ballroom danspassen*
- *Alle folklore danspassen*
- *Alle moderne danspassen*
- *Etc.*

4.3.2. Danspas combinaties moeten een variatie aan bewegingen bevatten, die specifiek gebruikt worden voor choreografische doeleinden zoals karakter en effect. Een **DB** zoals een “cabriole” sprong, “passé” evenwicht, etc. die hun basis hebben in de traditionele dans met een waarde van 0.10 mogen gebruikt worden.

- **Bewegingen in harmonie met het ritme**
- **2 manieren van verplaatsen:** de manier van verplaatsen (de wijze waarop ze over de vloer beweegt) moet gevarieerd en divers zijn, in harmonie met de specifieke stijl van de muziek en het karakter van de bewegingen, en niet algemene bewegingen over de vloer (zoals wandelen, stappen, hardlopen) met materiaalbehandeling.

4.4. Een danspas combinaties is NIET geldig in de volgende gevallen:

- Minder dan 8 seconden van dans uitgevoerd volgens #4.3.1.- #4.3.2
- Statisch materiaal
- Hoge gooi tijdens de **S**
- Pre-acrobatische elementen tijdens de **S**
- **R** tijdens de **S**
- Verlies van materiaal tijdens de 8 opeenvolgende seconden
- Verlies van evenwicht met steun op één of twee handen of op het materiaal
- Totaal verlies van evenwicht met val van de gymnaste tijdens de 8 seconden
- De gehele combinatie uitgevoerd op de vloer

Uitleg

Wanneer een groep de 8 seconden vol maakt met alle eisen zoals in #4.3, en een lid van de groep verliest het materiaal daarna, voldoet de groep aan de definitie en is de danspas combinatie geldig met de bijbehorende technische aftrekken.

Wanneer een groep 16 seconden danspassen uitvoert mag dat geteld worden als 2 combinaties, indien zij beide de vereisten hebben van #4.3, binnen die 16 seconden. Wanneer de duur van de 16 seconden alleen 1 set van eisen bevat, is dit slechts één danspascombinatie.

5. LICHAAMS EXPRESSIE

5.1. Een groep verandert een gestructureerde oefening in een artistiek optreden door middel van haar expressiviteit.

5.2. Lichaamsexpressie is een eenheid van intensiteit en kracht met schoonheid en elegantie in de bewegingen

5.3. Schoonheid en finesse kunnen worden uitgedrukt door de volledige deelname van verschillende lichaamssegmenten (hoofd, schouders, romp, borstkas, handen, armen, benen, maar ook het gezicht) op de volgende manieren:

- Soepele, vloeiende, en/of subtiele bewegingen, die karakter overbrengen
- Benadrukken van de accenten
- Intensiteit van het karakter van de bewegingen

5.3.1. Ongeacht de fysieke afmetingen of lengte van de gymnasten dienen de bewegingen van de lichaamssegmenten uitgevoerd te worden met maximale actieradius, breedte en extensie (amplitude)

5.3.2. De gymnasten hebben een expressieve, energieke verbinding met de muziek, die het publiek betreft bij haar optreden.

5.3.3. Een optreden waarbij de intensiteit van de lichaams- en gezichtsuitdrukking niet zichtbaar of niet goed uitgewerkt is (dat betekent: een beperkte vaardigheid om een uitgewerkte interpretatie van de muziek en de compositie weer te geven) en/of er is sprake van het ontbreken van balans in de intensiteit van de energie onder de 5 gymnasten als een expressief geheel, dan wordt dit bestraft.

6. DYNAMISCHE VERANDERINGEN: MAKEN VAN CONTRASTEN

- 6.1. Een compositie die gemaakt is op een specifiek muziekstuk maakt gebruik van veranderingen in tempo en intensiteit om een bepaald verhaal weer te geven en visuele effecten te creëren, die herkend worden door de kijkers.
- 6.2. Zowel het tempo en de intensiteit van de bewegingen van de groep als die van hun materiaal zouden de veranderingen in tempo en dynamiek van de muziek moeten weergeven. Gebrek aan contrast in tempo kan monotonie creëren en zorgt voor verlies van interesse van de kijker.
- 6.3. Contrasten in tempo en intensiteit van bewegen in harmonie met veranderingen in de muziek, of om een special effect te creëren (inclusief korte strategische pauzes), moeten aanwezig zijn tijdens de gehele oefening.
- 6.4. **Dynamische veranderingen kunnen worden gemaakt door contrast in tempo en intensiteit van bewegen van 1 of meerdere gymnasten**
 - 6.4.1. Minimaal 1 dynamische verandering moet worden gemaakt door alle 5 gymnasten samen
 - 6.4.2. De overige minimaal 2 vereiste dynamische veranderingen mogen gemaakt worden door 1-5 gymnasten afhankelijk van de muziek en de choreografie, zolang dit moment van contrast visueel herkend kan worden door de jury.
 - 6.4.3. Meer dan 3 dynamische veranderingen worden aanbevolen voor hun visuele impact, mits de muziek en de choreografie deze contrasten ondersteunt
- 6.5. **Composities met minder dan 3 dynamische veranderingen, inclusief 1 dynamische verandering door alle 5 gymnasten uitgevoerd, zullen worden bestraft (zie tabel #16).**

7. LICHAAMS- EN MATERIAALEFFECTEN

- 7.1. De eenheid van specifieke elementen met specifieke accenten zorgt voor een effect dat herkenbaar is voor de kijker; het doel van zulke effecten is om bij te dragen aan een originele samenhang tussen bepaalde muziek en specifieke bewegingen, die uitgewerkt wordt door de groep (dat betekent een unieke compositie, te onderscheiden van alle andere composities, omdat de verbanden tussen de bewegingen vervaardigd zijn voor ieder specifiek muziekstuk).
 - Zowel simpele als complexe bewegingen kunnen zorgen voor een bepaald effect, wanneer ze worden uitgevoerd met een duidelijk doel, namelijk: het benadrukken van een specifiek moment in de muziek.
 - Hieronder volgen enkele mogelijke voorbeelden van manieren om effecten te creëren wanneer ze gecoördineerd worden met specifieke accenten/zinnen in de muziek (slechts voorbeelden, niet alleen maar deze voorbeelden):
- 7.1.1. **DB, DE, DC, R** worden neergezet op specifieke muzikale accenten, die sterk en duidelijk zijn en die het beste passen bij de energie en de intensiteit van de moeilijkheid
- 7.1.2. De meest unieke elementen worden geplaatst op de meest interessante accenten of zinnen in de muziek om een maximale impact te hebben en zo de relatie van muziek en beweging te benadrukken
- 7.1.3. Het maken van een verband of materiaalbeweging die onverwacht is (een “verrassingseffect” in contrast met dat wat voorspelbaar is)
 - 7.1.3.1. Lichaamsbewegingen en/of materiaalbewegingen maken visuele beelden in harmonie met muzikale momenten; beelden mogen statisch zijn zoals in een gefixeerd beeld of dynamisch als integraal deel van de **DC**

- 7.1.3.2. Specifieke organisatie van het collectieve werk uniek getimed met muzikale hoogtepunten
- 7.1.3.3. Relaties tussen gymnasten gecreëerd in subgroepen: de lichaamssegmenten van de gymnasten (benen, armen) zijn met elkaar verbonden met een choreografisch doel en /of hun lichamen vormen een thematische, dynamische relatie met elkaar, die het karakter versterkt en ook de groepsidentiteit verhoogt door de onderling verbonden bewegingen
- 7.1.3.4. Choreografische verbindingen tussen moeilijkheden
- 7.1.3.5. De verschillende banen en richtingen van materiaalelementen (voorbeeld: heel hoog, voorwaarts, zijwaarts, laag, etc.), alsmede de vlakken van het materiaal moeten worden gebruikt met specifieke accenten of zinnen in de muziek om ieder materiaalelement op een unieke manier uit te laten komen

7.2. Een compositie zonder 2 lichaams- en/of materiaaleffecten met muziek zal worden bestraft (zie tabel #16).

7.2.1. Dynamische veranderingen zorgen van nature al voor een eigen effect en worden apart beoordeeld: daarom zijn deze niet voldoende om aan de specifieke eis te voldoen.

8. COLLECTIEVE WERK

8.1. Organisatie van het collectieve werk

- Het typische karakter van de groepsoefening is de deelname van iedere gymnaste in het homogene werk van de groep met de bezieling van samenwerking
- Iedere compositie moet gevarieerde manieren van de organisatie van het collectieve werk bevatten.

Uitleg Manieren van het collectief bewegen
1. Synchronisatie: tegelijkertijd uitvoeren van dezelfde bewegingen met dezelfde amplitude, snelheid, dynamiek, etc.
2. “Chorale” uitvoering: tegelijkertijd uitvoeren van verschillende bewegingen (door de 5 gymnasten of in subgroepen) met verschillende amplitude of snelheid of richting
3. Snelle opeenvolging of “canon”: uitgevoerd door de 5 gymnasten (of subgroepen), de een na de ander. De beweging begint direct na of tijdens dezelfde beweging van de voorgaande gymnaste of subgroep.
4. Contrast: uitgevoerd door de 5 gymnasten (of subgroepen) met contrast in snelheid (langzaam-snel) of intensiteit (krachtig-zacht) of niveau (staand-op de vloer) of richting of beweging (met pauze-continu)

- Hoewel de verschillende manieren van het collectief werk kunnen worden georganiseerd in elk van de componenten van moeilijkheid (**DB, DE, W**, fundamentele materiaalelementen, **R, DC**), is het een vereiste dat minimaal één van iedere manier van organisatie in het collectieve werk aanwezig moet zijn in de **artistieke componenten:** danspassen, dynamische veranderingen, verbindingen tussen moeilijkheden/verplaatsingen tussen de formaties, etc.
- Minder dan 1 van ieder van de 4 organisatiestructuren aanwezig in de artistieke componenten zal worden bestraft.

9. FORMATIES

9.1. Formaties moeten worden gecreëerd met een variatie in het volgende:

- *Geplaceerd op verschillende delen van de vloer: midden, hoeken, diagonalen, lijnen*
- *Patronen: cirkels, lijnen in alle richtingen, driehoeken, etc..*
- *Amplitude: grootte/diepte van het patroon (wijd, gesloten, etc.).*

9.2. Formaties waarbij die variatie ontbreekt zullen worden bestraft voor onvoldoende variatie in de patronen en/of amplitude van de formaties (disbalans tussen wijde en gesloten formaties) of wanneer de formatie hetzelfde blijft op dezelfde plaats voor meer dan 2 moeilijkheden achter elkaar

10. EENHEID

Het doel van het creëren van een harmonieus verband tussen alle artistieke componenten samen is om een samenhangend verhaal te vormen. De continuïteit van de bewegingen met lichaamsexpressie van het begin tot het eind zorgt voor harmonie en eenheid. Een of meerdere grote technische fout(en), die de eenheid van de compositie onderbreken doordat de gymnaste wordt gedwongen om de uitvoering te stoppen of een artistiek beeld gedurende enkele seconden op te schorten, wordt één keer bestraft met een algemene aftrek aan het eind van de oefening.

11. VERBINDINGEN

- 11.1. Een verbinding is een "link" tussen twee bewegingen of moeilijkheden.
- 11.2. Alle bewegingen moeten een logische, bewuste samenhang met elkaar hebben, zodat één beweging/element om een doelmatige overgang heeft naar de volgende beweging.
- 11.3. Deze "links" tussen de bewegingen geven ook de kans om het karakter van de compositie te versterken.
- 11.4. De elementen moeten soepel en logisch met elkaar verbonden zijn zonder langdurige voorbereidingen of onnodige stops, die het karakter van de compositie niet ondersteunen of geen special effect hebben.
- 11.5. Elementen die gerangschikt zijn zonder een duidelijk doel leiden tot een reeks onsamenhangende acties, die verhinderen dat het verhaal volledig uitgewerkt kan worden alsook de unieke identiteit van de compositie tegenhouden. Dergelijke verbindingen worden gedefinieerd als:
- Moeilijkheden met elkaar verbonden zonder duidelijke samenhang
 - Overgangen van de ene beweging of moeilijkheid naar de andere die abrupt, onlogisch of langdurig zijn
 - Overgangen tussen formaties die uitgevoerd worden als veranderen van positie op de vloer zonder enige choreografische relevantie
- 11.6. Goed uitgewerkte verbindingen en /of verbindende passen zijn nodig om harmonie en vloeiendheid te creëren; een compositie die opgebouwd is als een serie van onsamenhangende elementen wordt bestraft. **Onlogische verbindingen zullen iedere keer worden bestraft met 0.1 tot maximaal 2.00 punten.**

12. RITME

- 12.1. Zowel de bewegingen van de groep als de materiaalbewegingen moeten precies overeenkomen met de muzikale accenten en de muzikale zinnen: zowel de groep- als de materiaalbewegingen moeten het tempo/de snelheid van de muziek benadrukken.
- 12.2. Bewegingen die naast de accenten worden uitgevoerd of niet meegaan met het tempo dat door de muziek wordt bepaald worden **iedere keer bestraft met 0.10 tot maximaal 2.00 punten. Voorbeelden:**
- Wanneer de bewegingen duidelijk benadrukt worden voor of na de accenten
 - Wanneer een duidelijk accent in de muziek "wordt overgeslagen" en niet benadrukt wordt door de beweging
 - Wanneer bewegingen onbedoeld "achter de muziek aan lopen"
 - Wanneer het tempo verandert en de gymnaste in het midden van langzamere bewegingen is en de verandering in snelheid niet kan weergeven (uit het ritme)
- 12.3. Het einde van de compositie moet precies samenvallen met het einde van de muziek. Wanneer een gymnaste haar oefening voltooit en haar laatste houding aanneemt voor het einde van de muziek of geëindigd is na de muziek, wordt dit gebrek aan harmonie tussen muziek en beweging aan het einde van de oefening bestraft.

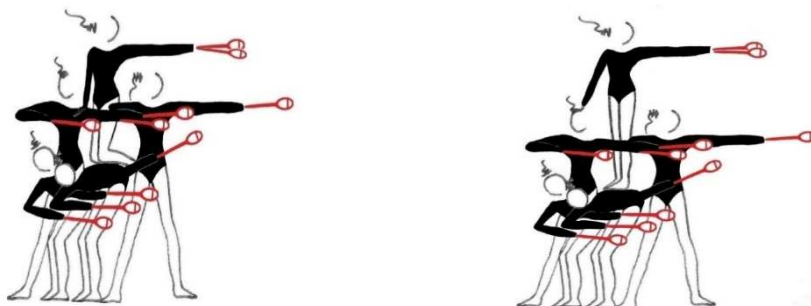
13. LICHAAMSCONSTRUCTIES/GELIFTE POSITIES

13.1. Aan het begin of aan het einde van de oefening is het mogelijk om elementen of houdingen te gebruiken waarbij één gymnaste opgetild is van de vloer met behulp van of op andere gymnaste(n) of materiaal, op de voorwaarde dat:

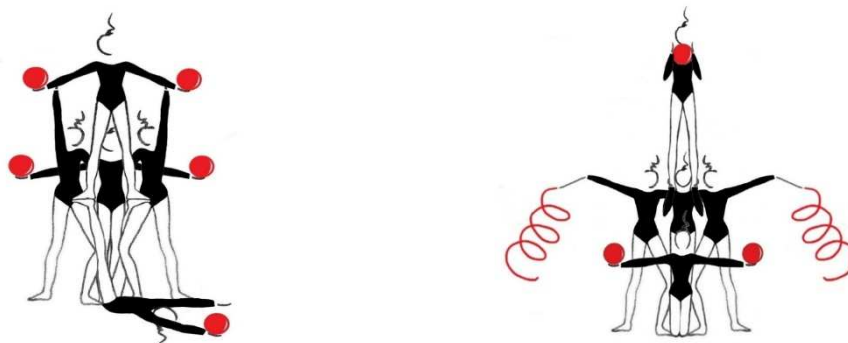
- **Maximaal 1 gymnaste** van de vloer **wordt opgetild** per element
- De gymnaste opgetild is van de vloer voor max. **4 seconden**:
 - **Start positie: Max. 4 seconden** vanaf de eerste beweging van de eerste gymnaste totdat de opgetilde gymnaste weer op de vloer komt
 - **Eind positie: Max. 4 seconden** vanaf het moment dat de gymnaste de vloer verlaat tot de laatste beweging van de laatste gymnaste
- De opgetilde gymnaste kan worden gelift of klimt zelf in de gelifte positie, maar mag niet in de lucht gegooid worden, springen of naar beneden vallen vanuit de gelifte positie
- De opgetilde gymnaste mag niet enige variatie van een handstand uitvoeren of elleboog steun of neksteun; buiten deze is de positie of beweging vrij
- Iedere ondersteunende gymnaste moet de voeten, knieën of rug op de grond hebben en mag niet in een vorm van bruggetje staan

13.2. Een constructie die langer wordt vastgehouden dan 4 seconden en/of niet aan de eisen/definitie voldoet wordt bestraft.

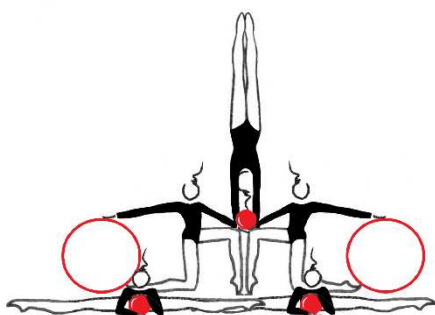
Voorbeeld 1: toegestane posities



Voorbeeld 2: toegestane posities



Voorbeeld 3: niet toegestane posities



14. START- en EIND POSITIES

- 14.1. **Aan het begin van de oefening** mogen één of meerdere gymnasten zonder contact met het materiaal zijn. Dit fragment van de oefening mag niet langer dan **4 seconden** duren.
- 14.2. Wanneer het materiaal en de gymnasten niet tegelijkertijd starten moeten de verschillende bewegingen elkaar snel opvolgen binnen een **maximum van 4 seconden** om één of meerdere statische momenten van de gymnasten/materiaal te voorkomen.
- 14.3. **Tijdens de oefening** mogen één of meerdere gymnasten niet langer **dan 4 seconden** zonder materiaal zijn. In dit geval wordt deze compositiefout bestraft.
- 14.4. **Aan het eind van de oefening** is het mogelijk dat een gymnaste in contact is met één of meerdere materialen of deze vasthoudt. In dit geval mogen één of meerdere gymnasten zonder materiaal in de eindpositie zijn

15. ARTISTIEKE FOUTEN GROEP

Aftrekken	0.30	0.50	1.00
KARAKTER van BEWEGEN	Meerderheid van de oefening: <ul style="list-style-type: none"> • aanwezig in de meeste, maar niet in alle verbindingen • ontbreekt alleen bij sommige, maar niet bij alle D elementen 	Sommige delen van de oefening: <ul style="list-style-type: none"> • aanwezig bij sommige verbindingen • ontbreekt bij de D elementen 	Alleen aanwezig in de danspassen (niet bij verbindingen of D elementen)
DANSPASSEN		Ontbreken van 1 danspas combinatie met ritme en karakter	Ontbreken van 2 danspas combinaties met ritme en karakter
LICHAAMSEXPRESSIE	Minder uitgewerkt in de oefening: <ul style="list-style-type: none"> • gedeeltelijke deelname van lichaams segmenten aan de bewegingen en/of • disbalans in de intensiteit van energie tussen alle 5 gymnasten als expressieve eenheid 	Niet uitgewerkt in de oefening: <ul style="list-style-type: none"> • onvoldoende deelname van de lichaamssegmenten en/of • ontbreken van de intensiteit in de energie tussen alle 5 gymnasten als expressieve eenheid 	
DYNAMISCHE VERANDERINGEN	2 dynamische veranderingen uitgevoerd	1 dynamische verandering uitgevoerd	Geen dynamische veranderingen uitgevoerd
LICHAAM/MATERIAAL EFFECTEN	Minder dan 2 specifieke elementen gecoördineerd met specifieke accenten/ muzikale zinnen in de muziek, die een visuele impact creëren, bereikt door: <ul style="list-style-type: none"> • Lichaam en/of materiaal constructie die visuele beelden creëert in harmonie met muziek • Collectieve werk • Verbanden in subgroepen • Choreografische verbindingen tussen moeilijkheden 	Geen specifieke elementen gecoördineerd met specifieke accenten/ muzikale zinnen in de muziek, die een visuele impact creëren, bereikt door: <ul style="list-style-type: none"> • Lichaam en/of materiaal constructie • Collectieve werk • Verbanden in subgroepen • Choreografische verbindingen tussen moeilijkheden 	
COLLECTIEVE WERK	Ontbreken van 1 van elke manier van 4 vereiste manieren van collectief werk (aftrek voor elke manier die ontbreekt): 1. Synchroon bewegen 2. canon, 3. contrast, 4. choraal		
FORMATIES	Onvoldoende variatie in de patronen en/of amplitude van de formaties (disbalans tussen wijd en gesloten), en/of dezelfde formatie op dezelfde plaats voor meer dan 2 moeilijkheden achter elkaar		
EENHEID	Eenheid/harmonie/continuïteit van de compositie is verbroken door ernstige technische onderbrekingen		

VERBINDINGEN	Aftrekken									
	0.10	0.20	0.30	0.40	0.50	0.60	0.70	0.80	0.90	1.00
	1.10	1.20	1.30	1.40	1.50	1.60	1.70	1.80	1.90	2.00
RITME	Aftrekken									
	0.10	0.20	0.30	0.40	0.50	0.60	0.70	0.80	0.90	1.00
	1.10	1.20	1.30	1.40	1.50	1.60	1.70	1.80	1.90	2.00
Aftrekken	0.30			0.50		0.70			1.00	
MUZIEK Muziek- beweging aan het eind van de oefening				Gebrek aan harmonie tussen de muziek en de beweging aan het eind van de oefening						
MUZIEKNORMEN	Muziek niet volgens de regels/een muzikale introductie van meer dan 4 seconden									
LICHAAMSCONSTRUCTIES GELIFTE POSITIES				Meer dan 4 seconden in een opgetilde constructie en/of niet toegestane constructie						
CONTACT MET GYMNASTEN EN MATERIAAL	Eén of meerdere gymnasten zijn zonder materiaal meer dan 4 sec. (compositiefout)			Wanneer één of meerdere materialen niet in contact zijn met gymnasten in begin- of eindpositie						

1. BEOORDELING DOOR DE JURYLEDEN VAN HET PANEL UITVOERING

- 1.1. De juryleden van het panel uitvoering (E) eisen dat de elementen uitgevoerd worden met esthetische en technische perfectie.
- 1.2. Van de groepsgymnasten wordt verwacht dat zij alleen die elementen in haar oefening zal opnemen die zij in volledige veiligheid kan uitvoeren en met een hoge graad van technische meesterschap. Alle afwijkingen van die verwachting zullen worden bestraft door de E- juryleden.
- 1.3. De E- juryleden houden zich niet bezig met de moeilijkheid van een oefening. De jury is verplicht om hetzelfde af te trekken voor fouten van dezelfde grootte, ongeacht van de moeilijkheid van het element of de verbinding.
- 1.4. Juryleden van het E-panel moeten op de hoogte blijven van de hedendaagse ritmische gymnastiek. Zij moeten ten alle tijden weten wat de meest actuele prestatieverwachtingen voor een element zouden moeten zijn, en zij moeten weten hoe de normen veranderen al naar gelang de sport evolueert. In deze context moeten ze ook weten wat de mogelijkheden zijn, wat redelijkerwijs te verwachten is, wat een uitzondering is en wat bijzonder is.
- 1.5. Alle afwijkingen van de correcte uitvoering worden beschouwd als technische fouten en moeten als zodanig door de juryleden worden beoordeeld. De hoeveelheid van de aftrek voor kleine, middelmatige en grote fouten wordt bepaald door de graad van afwijking van de correcte uitvoering. De volgende aftrekken worden toegepast voor elke zichtbare technische afwijking van de verwachte uitvoering:
- **Kleine fout 0.10:** elke minimale of kleine afwijking van de perfecte uitvoering
 - **Middelmatige fout 0.30:** elke duidelijke of significante afwijking van de perfecte uitvoering
 - **Grote fout 0.50 of meer:** elke belangrijke of ernstige afwijking van de perfecte uitvoering

NB: Uitvoeringsfouten moeten iedere keer worden afgetrokken en voor ieder fout uitgevoerd element

- 1.6. **Het eindcijfer E:** De som van de technische aftrekken wordt afgetrokken van **10.00 punten**.

Uitleg
<i>De aftrekken in de blauwe vakjes geven aan dat één straf (aftrek) van deze lijn kan worden gebuikt voor een technische fout</i>

2. TECHNISCHE FOUTEN

3. TECHNIEK VAN DE LICHAAMSBEWEGINGEN			
Alle aftrekken uit de tabellen worden één keer gegeven, ongeacht het aantal gymnasten met een fout (algemene aftrekken), tenzij anders aangegeven in dikgedrukte letters (deze fouten worden voor iedere gymnaste gegeven)			
Aftrekken	Klein 0.10	Middelmatig 0.30	Groot 0.50 of meer
Algemeen	Incomplete beweging of onvoldoende amplitude in de vorm van de wel		
	Incomplete beweging of gebrek aan amplitude in de vorm van pre-acrobatische elementen		
	Aanpassen van de houding van het lichaam (voorbeeld: in evenwichten, in rotaties op platte voet of op een ander lichaamsdeel, etc.)		
Basistechniek	Verkeerde houding van een lichaamssegment tijdens een lichaamsbeweging (elke keer): de onjuiste houding van voet/relevé- en/of knie, gebogen elleboog, geheven of asymmetrische schouders, verkeerde houding van een lichaamssegment tijdens R, etc.		
	Verlies van evenwicht: extra beweging zonder verplaatsing	Verlies van evenwicht: extra beweging met verplaatsing	Verlies van evenwicht met steun op 1 of 2 hand(en) of op het materiaal Totaal verlies van evenwicht met val: 0.70 (iedere gymnaste)
Sprongen	Zware landing	Verkeerde landing: zichtbaar achterovergebogen bij de laatste fase van de landing	
	Verkeerde vorm met kleine afwijking	Verkeerde vorm met middelmatige afwijking	Verkeerde vorm met grote afwijking
Evenwichten	Verkeerde vorm met kleine afwijking	Verkeerde vorm met middelmatige afwijking	Verkeerde vorm met grote afwijking
		Vorm niet minimaal 1 seconde vastgehouden De as van het lichaam is niet verticaal en eindigen met één onbedoelde pas	
Rotaties (Iedere aftrek wordt één keer per rotatie DB toegepast)	Verkeerde vorm met kleine afwijking	Verkeerde vorm met middelmatige afwijking	Verkeerde vorm met grote afwijking
	Ongewild neerzetten van de hiel tijdens een pirouet	De as van het lichaam niet verticaal en eindigen met één onbedoelde pas	
	Hupje(s)		
Pre-acrobatische elementen en elementen van de verticale rotatie groepen	Zware landing	Niet-toegestane techniek van pre-acrobatische elementen	
		Lopen in de handstandhouding (2 of meer steunveranderingen)	
Synchronisatie	Gebrek aan synchronisatie tussen de individuele beweging en die van de groep		

Formaties	Onzuivere lijn(en) binnen de formaties		
------------------	--	--	--

4. TECHNIEK MET HET MATERIAAL			
Aftrekken	Klein 0.10	Middelmatig 0.30	Groot 0.50 of meer
Botsen	Botsing tussen de gymnasten/materialen (+alle consequenties)		
Algemeen Verlies van het materiaal <i>(Voor het verlies van 2 knotsen achter elkaar: het jurylid zal één keer de aftrek geven, gebaseerd op het totaal aantal passen dat nodig is om de verste knots op te pakken)</i>			Verlies en oppakken van het materiaal zonder verplaatsing (iedere gymnaste)
			Verlies en oppakken van het materiaal na 1-2 passen: 0.70 (iedere gymnaste)
			Verlies en oppakken van het materiaal na 3 of meer passen: 1.00 (iedere gymnaste)
			Verlies van het materiaal buiten de vloer (onafhankelijk van de afstand) 1.00 (iedere gymnaste)
			Verlies van het materiaal dat de vloer niet verlaat en gebruik van reservemateriaal: 1.00 (iedere gymnaste)
			Verlies van materiaal, geen contact met het materiaal aan het eind van de oefening: 1.00 (iedere gymnaste)
Techniek <i>(voor vangen met onzuivere baan van 2 gymnasten: de jury zal 1x aftrek geven gebaseerd op het hoogste aantal stappen)</i>	Onzuivere baan van het materiaal en vangen uit de lucht met 1 pas of aanpassing van positie/houding om het materiaal te vangen	Onzuivere baan van het materiaal en vangen uit de lucht met 2 passen om het materiaal te vangen	Onzuivere baan en vangen uit de lucht met 3 or meer passen (chassé) om het materiaal te vangen
	Vangen met ongewilde hulp van de andere hand (uitzondering voor bal: vangen buiten het gezichtsveld)	Verkeerd vangen met ongewild contact met het lichaam	
		Statisch materiaal **	
		Tijdens samenwerkingen duidelijke immobiliteit van één of meerdere materialen voor meer dan 4 sec. (ongeacht het aantal gymnasten)	

** Statisch materiaal (groepsoefeningen moeilijkheid #3.9)

Uitleg
<i>De aftrek voor onzuivere (on nauwkeurige) baan wordt gegeven, wanneer een duidelijke technische fout zichtbaar is als gevolg van een onzuivere gooi. Dit zou kunnen, wanneer 1 of meerdere gymnasten moeten rennen of wanneer ze de bedoelde richting moeten aanpassen om het materiaal toch te kunnen vangen.</i>

Aftrekken	Klein 0.10	Middelmatig 0.30	Groot 0.50 of meer
Hoepel ○			
Basistechniek	Verkeerde behandeling of vangen van de hoepel: verandering in het werkvlak, vibraties, onregelmatige rotaties om de verticale as (iedere keer)		
	Vangen na gooien: contact met de onderarm	Vangen na gooien: contact met de arm	
	Ongewilde , niet complete rol over het lichaam		
	Verkeerde rol met stuit		
	Glijden naar de arm tijdens kreitsen		
		Door de hoepel gaan: voeten blijven in de hoepel hangen	

Bal ●			
Basistechniek	Verkeerde behandeling: Bal tegen de onderarm gehouden ("geklemd") of zichtbaar door de vingers geknepen (iedere keer)		
	Ongewilde, niet complete rol over het lichaam		
	Verkeerde rol met stuit		
	Vangen met hulp van de andere hand (uitzondering: vangen buiten het gezichtsveld)		
Knotsen ††			
Basistechniek	Verkeerde behandeling: Onregelmatige beweging, armen te ver uit elkaar tijdens de molentjes, onderbreking van de beweging tijdens kreitsen, etc. (iedere keer)		
	Verandering van synchronisatie in de rotatie van de 2 knotsen tijdens het gooien en vangen		
	Gebrek aan precisie in de werkvlakken van de knotsen tijdens asymmetrische bewegingen		

Lint 

Basistechniek	Ongewild verkeerd vangen		
	Verandering van het lintpatroon: Serpentines, spiralen, spiralen te ver van elkaar, niet op dezelfde hoogte, amplitude, etc. (iedere keer)		
	Ongewild contact met het lichaam	Ongewild omwikkelen om het lichaam of een lichaamsdeel of om het stokje zonder onderbreking	Ongewild omwikkelen om het lichaam of een lichaamsdeel of om het stokje met onderbreking
	Verkeerde behandeling: onnauwkeurig over het lint gaan, of stokje overpakken, lintstokje ongewild in het midden vastgehouden, niet correcte verbinding tussen de patronen, klappen van het lint (iedere keer)		
	Kleine knoop met minimale invloed op de lintbehandeling		Middelmatige/grote knoop: duidelijke invloed op de lintbehandeling
	Het einde van het lint blijft ongewild op de vloer liggen tijdens de uitvoering van de patronen, gooien, échappés (loslaten), etc. (tot 1 meter)	Deel van het lint blijft ongewild op de vloer liggen tijdens de uitvoering van patronen, gooien, échappés, etc. (meer dan 1 meter)	

Uitleg en voorbeelden: afwijkingen in de lichaamsmoeilijkheden

Iedere aftrek zal apart worden gegeven voor elke fout. Wanneer een lichaamsmoeilijkheid twee verkeerde vormen heeft, wordt de aftrek gegeven voor iedere afwijking van de identificeerbare vorm.

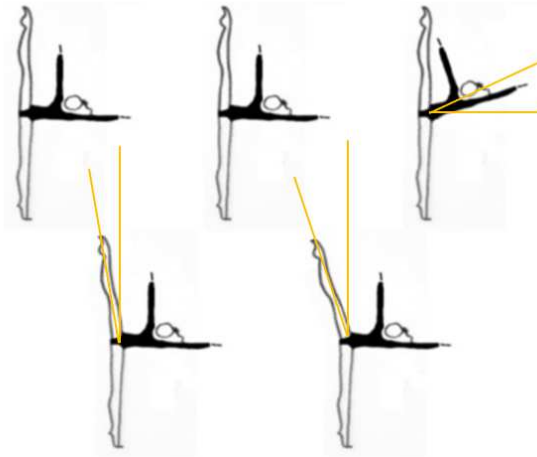


Middelmatige afwijking van de lichaamssegmenten (bovenste been en romp)

Aftrek:

0.30+0.30

Voorbeeld



Uitleg: Evenwicht niet gefixeerd en ongewilde pas

Wanneer tijdens het evenwicht de volgende fouten gemaakt worden:

- Vorm niet gehouden voor minimaal 1 seconde.
- As van het lichaam niet verticaal en eindigen met 1 ongewilde pas.

Aftrek is 0.30 + 0.30 (ongeacht het aantal gymnasten)










Uitleg: Knoop in het lint (blauwe vakje)

Wanneer een klein knoopje in het lint komt en even daarna wordt dit een middelmatige/grote knoop, wordt er één aftrek voor een knoop gegeven (de hogere aftrek).








E. BIJLAGE

1. MATERIAAL PROGRAMMA

SENIOR: 2 oefeningen

2022 – 2024	5 	3  2 
2025	5 	3  2 
2026 – 2028	5 	3  2 paar 




JUNIOR: 2 oefeningen

2022 – 2023	5 	5 
2024 – 2025	5 paar 	5 
2026 - 2027	5 	5 
2028- 2029	5 	5 

2. TECHNISCH PROGRAMMA VOOR JUNIOREN - GROEPSOEFENINGEN

- 2.1. **Algemeen:** Alle algemene normen voor de Senioren groepen gelden ook voor de Junioren groepen
- 2.1.1. **Programma voor groep gymnasten:** het programma voor Junior groep gymnasten bestaat gewoonlijk uit 2 oefeningen: Ritmische gymnastiek materiaal programma: 2 oefeningen met 5 identieke materialen.
- 2.1.2. Elke oefening duurt minimaal 2'15" en maximaal 2'30."
- 2.1.3. Normen en kenmerken van elk materiaal voor junioren worden uitgelegd in de "*FIG Materiaal Normen*".
- 2.1.3.1. Junior gymnasten mogen met een senioren lint deelnemen.
- 2.1.4. Op verzoek van de Superior Jury kan ieder materiaal gecontroleerd worden voordat de gymnasten de wedstrijdhal betreden of aan het eind van een oefening en/of na een willekeurige loting door de materiaalcontrole. Het is niet toegestaan voor de groep om deel te nemen met niet goedgekeurd materiaal.
- 2.2. **Eisen voor de moeilijkheid voor groepsoefeningen van junioren: De gymnasten moet alleen elementen doen die ze veilig kunnen uitvoeren met een hoge graad van esthetische en technische vaardigheid**
- 2.2.1. Er zijn twee componenten van groepscomplexiteit:
- 2.2.1.1. Lichaamsmoeilijkheid (**DB**) bestaat uit:
- Moeilijkheid zonder wissel (**DB**)
 - Moeilijkheid met wissel (**DE**)
 - Dynamische elementen met rotatie (**R**)
- 2.2.1.2. Materiaalmoeilijkheid (**DA**) bestaat uit:
- Moeilijkheid met samenwerking(**DC**)
- 2.2.2. De moeilijkheidscomponenten die specifiek voor de groepsoefening zijn:
- **Wissels (DE)** van het materiaal tussen de gymnasten
 - **Samenwerkingen (DC)** tussen de gymnasten en het materiaal

2.3. Eisen voor moeilijkheid

Componenten Moeilijkheid		
Lichaamsmoeilijkheden (DB) Maximaal DB/DE 8 (2 keuze) in volgorde van uitvoeren		Materiaalmoeilijkheden (DC) in volgorde van uitvoeren Moeilijkheden met samenwerking(DC) minimaal 6, maximaal 15 (in volgorde van uitvoeren)
Moeilijkheden zonder wissel DB Minimaal 3	Moeilijkheden met wissel DE Minimaal 3	
Speciale Eisen		
Lichaamsmoeilijkheidsgroepen: Sprongen  minimaal 1 Evenwichten  minimaal 1 Rotaties  minimaal 1	Totale lichaamswellen: W minimaal 2	
Dynamische elementen met rotatie (R) maximaal 1		

2.4. De juryleden moeilijkheid herkennen en registreren de moeilijkheden in volgorde van uitvoeren onafhankelijk of ze geldig zijn of niet:

- **De eerste subgroep D- juryleden (DB):** beoordeelt het aantal en de waarde van moeilijkheden zonder wissel (**DB**), moeilijkheden met wissel (**DE**), het aantal en de waarde van dynamische elementen met rotatie (**R**), erkent of de **W** uitgevoerd zijn tijdens de oefening. Juryleden noteren alle elementen in symbolen.
- **De tweede subgroep D-juryleden (DA):** beoordeelt het aantal en de waarde van de moeilijkheden met samenwerking (**DC**) en de aanwezigheid van elementen uit de vereiste fundamentele materiaaltechnieken en de minimaal vereiste manieren van samenwerken. Juryleden noteren alle elementen in symbolen.

2.5. De volgorde van uitvoeren van moeilijkheden is niet gelimiteerd, maar de verdeling van de moeilijkheden dient te voldoen aan het choreografisch principe, dat de moeilijkheden goed verdeeld moeten worden met logische verbindingselementen en bewegingen in harmonie met het karakter van de muziek.

2.6. Aftrekken voor het ontbreken van het minimum aantal vereiste moeilijkheden of het niet voldoen aan de speciale eisen worden alleen toegepast als er helemaal geen poging is gedaan om het moeilijkheidselement te doen.

3. LICHAAMSMOEILIKHEID (DB)

3.1. **Eisen: max. 8 DB/DE in volgorde van uitvoeren** in de oefening zullen worden geteld. In het geval dat er meer **DB** zijn dan vereist zijn de extra moeilijkheden niet geldig (**geen aftrek**)

3.2. Alle algemene normen voor senioren groep **DB** zijn ook geldig voor de junior groep **DB**, met uitzondering van het volgende:

- 3.2.1. **Een** gecombineerde lichaamsmoeilijkheid is niet toegestaan.
- 3.2.2. Het is mogelijk om **slechts één** "langzame draai" uit te voeren op platte voet of in relevé.
- 3.2.3. Het Technische Comité adviseert geen **DB** op de knie uit te voeren voor junior gymnasten..

3.3. Fundamentele of niet-fundamentele materiaaltechnische elementen







3.3.1. Eisen:






Iedere oefening moet ook een minimum aantal hebben van specifiek fundamentele materiaaltechnische elementen die uitgevoerd worden door alle 5 gymnasten (zie senior groep #3.6).

3.3.2. Het programma van de FIG wedstrijden voor junioren groepen gebruikt ook het touw



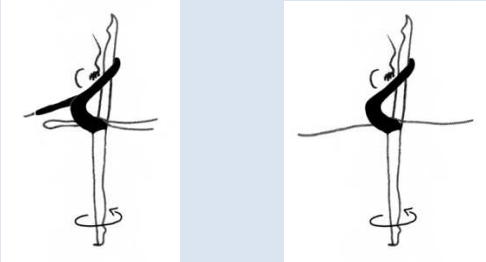
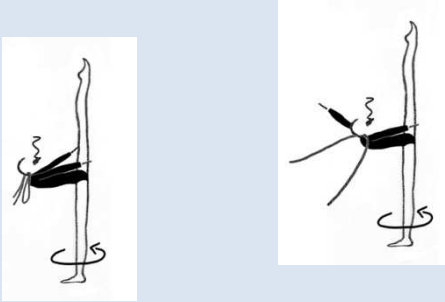

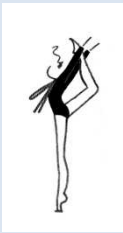
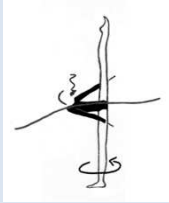
3.3.3. Overzichtstabel van fundamentele en niet-fundamentele technische groepen, specifiek voor touw

TOUW 

Vereiste # per oefening	Specifieke fundamentele en fundamenteel materiaaltechnisch groepen	Niet-fundamentele materiaaltechnisch groepen	
2	 Met het hele of gedeelte van het lichaam door het open touw gaand, dat voor-, achter-, zijwaarts draait; ook met: <ul style="list-style-type: none"> • Touw in 2en of meer gevouwen • Dubbele rotatie van het touw 	 <ul style="list-style-type: none"> • Rotatie (min. 1), touw dubbel gevouwen (in één of 2 handen) • Rotaties (min.3), touw in 3en of 4en gevouwen • Vrije rotatie (min. 1) om een lichaamsdeel • Rotatie (min. 1) van het uitgestrekte open touw, vastgehouden in midden of aan 1 knopje • Molentjes (touw open, vastgehouden in midden of aan 1 knopje, in 2en of meer gevouwen) Zie knotsen 3.6.3 	
2	 <ul style="list-style-type: none"> • Loslaten en vangen van het knopje, met of zonder rotatie (bv: echappé) • Vrije rotaties van het touw, dat aan één knopje wordt vastgehouden (bv: spiralen) 		
-	 Hupjes door het touw : <ul style="list-style-type: none"> • Serie (min. 3): touw draait voor-, achter-, of zijwaarts. 		 <ul style="list-style-type: none"> • Omwickelen om of "ont"wickelen van een lichaamsdeel • Spiralen met dubbel touw
-	 Vangen van open touw met in iedere hand een knopje zonder hulp van een ander lichaamsdeel		

Uitleg	
<p>Het touw kan open gehouden worden, gevouwen in 2, 3 of 4en (door 1 of 2 handen vastgehouden), maar de basistechniek is het open touw met in iedere hand 1 knopje tijdens sprongen en hupjes, die moeten worden uitgevoerd in alle richtingen: voor-, zij-, achterwaarts, met draaien, etc.</p>	
<p>Elementen zoals omwikkelen, stuiten, molenbewegingen, als ook de bewegingen met het dubbelgevouwen of geknoopte touw zijn niet typisch voor dit materiaal; daarom mogen zij ook niet overheersen in de compositie.</p>	
	<ul style="list-style-type: none"> • Minimaal twee grote lichaamssegmenten (Voorbeeld: hoofd + romp; armen + romp; romp + benen, etc.) moeten door het touw bewegen. • De beweging door het touw kan zijn: het hele lichaam in en uit, of in het touw gaan zonder eruit te gaan, of vice versa
	<p>Echappé is een beweging met 2 acties:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Loslaten van een knopje van het touw • Vangen van het knopje van het touw door een hand of een ander lichaamsdeel na een halve rotatie van het touw • Een DB is geldig wanneer of het loslaten of het vangen (niet beide) wordt uitgevoerd tijdens de DB
	<p>Vangen van het open touw na een gooi moet worden uitgevoerd met in iedere hand een knopje zonder hulp van de voet, knie of ander lichaamsdeel. De gooi mag hoog of klein zijn.</p>
	<p>Spiralen variaties:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Loslaten ("echappé"), gevolgd door meerdere (2 of meer) spiralende rotaties van één einde van het touw en vangen van het knopje met de hand of een ander lichaamsdeel • Gestrekt open touw vastgehouden door één hand vanuit de voorgaande beweging (beweging van open touw, vangen, van de vloer, etc.) doorgaand met spiralende rotaties (2 of meer) van één einde van het touw, vangen met hand(en) of ander lichaamsdeel. • Een DB is geldig wanneer de gooi of het vangen of de meerdere spiralen (2 of meer) worden uitgevoerd tijdens de DB
	<p>Omwikkelen om het lichaam(sdeel)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Het is mogelijk om tijdens de DB het touw te omwikkelen en "af"wickelen: deze technieken worden gezien als verschillende behandelingen van het materiaal






3.3.4. Instabiele evenwichtsposities voor touw die als gelijk worden gezien:

Uitleg	
 	<p>Open of dubbel touw half balancerend achter de rug of hangend op een lichaamsdeel tijdens een DB met rotatie worden als dezelfde instabiele evenwichtsposities gezien</p> <p>Voorbeeld 1</p>  <p>Voorbeeld 2</p> 
	<p>Ongeldige instabiele evenwichtsposities:</p>  <p>Touw dat op de nek hangt tijdens een evenwicht</p>  <p>Open touw dat op de rug is geplaatst</p>

4. WISSELMOEILIJKHEDEN: algemene normen voor de senior groep DE zijn ook geldig voor de junior groep

4.1. **Definitie:** een combinatie van een hoge gooi, 2 of meer dynamische elementen met rotatie en vangen van het materiaal

Overzichtstabel van aanvullende specifieke criteria voor DE tijdens gooien en vangen van het touw (specifiek voor junioren)

Symbol	Specifieke criteria voor het gooien + 0.10 elke keer	Symbol	Specifieke criteria voor het vangen + 0.10 elke keer
	Door het touw gaan met het hele of een deel van het lichaam tijdens de gooi. Minimaal twee grote lichaamssegmenten gaan door het touw heen Voorbeeld: hoofd + romp; armen + romp; romp + benen, etc.		
	Hoge gooi van het uitgestrekte open touw, bij een knopje vastgehouden		Vangen van het touw met in iedere hand een knopje
	Hoge gooi van het uitgestrekte open touw, vastgehouden in het midden		Gemengd vangen van het touw Extra criterium: ≠ niet geldig

5. DYNAMISCHE ELEMENTEN MET ROTATIE (R)

5.1. **Definitie:** een combinatie van een hoge gooi, 2 of meer dynamische elementen met rotatie en vangen van het materiaal

5.2. Eisen:






5.2.1. **Maximaal 1 R** in de oefening zal worden beoordeeld

5.2.2. Alle algemene normen voor senior groep **R** zijn ook geldig voor junior groep



5.2.3. Het vangen van het touw mag op de volgende manieren worden uitgevoerd: de **R** is niet geldig wanneer slechts één knopje van het touw gevangen wordt.

- Eén knopje in iedere hand zonder hulp van een lichaamsdeel
- Gemengd vangen
- De knopjes van het touw samengeknoot (vastgezet)



5.2.4. Dynamische elementen met rotatie (R): criteria voor touw (specifiek voor junioren):

Symbol	Specifieke criteria voor het gooien + 0.10 elke keer	Symbol	Specifieke criteria voor het vangen + 0.10 elke keer
	<p>Door het touw gaan met het hele of een deel van het lichaam tijdens de gooi.</p> <p>Minimaal twee grote lichaamssegmenten gaan door het touw heen</p> <p>Voorbeeld: hoofd + romp; armen + romp; romp + benen, etc.</p>		
	Hoge gooi van het uitgestrekte open touw, bij een knopje vastgehouden		Vangen van het touw met in iedere hand een knopje
	Hoge gooi van het uitgestrekte open touw, vastgehouden in het midden		<p>Gemengd vangen van het touw</p> <p>Extra criterium: \neq niet geldig</p>

6. MATERIAALMOEILIKHEID (DA)

- 6.1.** Alle algemene normen voor de senior groep **DA** zijn ook geldig voor de junior groep, met uitzondering van het volgende:
- 6.2. Eisen: Minimaal 6, maximaal 15 moeilijkheden van samenwerking (DC), beoordeeld in chronologische volgorde.**
- 6.3.** De groep mag besluiten welke manieren van samenwerking uit te voeren in een oefening met de eis van minimaal twee **CC** en minimaal 2 **CR**, en twee  of 

Aftrek: 0.30 punt voor ieder ontbrekende vereiste samenwerking van # 6.3

- 6.3.1. Wanneer een groep meer dan 15 **DC** uitvoert dan worden de extra **DC** niet geteld (**geen aftrek**)
- 6.3.2.  of  kunnen worden gecombineerd met **CR**, maximaal twee keer in de oefening: extra gecombineerde samenwerkingen worden niet beoordeeld
- 6.3.3. Maximaal 5 CR elementen in volgorde van uitvoeren mogen worden uitgevoerd met twee eindjes/knopjes samengeknoopt: extra CR elementen met de knopjes vastgezet zijn niet meer geldig als CR.

7. CIJFER MOEILIKHEID (D):

De D-juryleden beoordelen de moeilijkheden, kennen het deeltcijfer toe en geven de mogelijke aftrekken, respectievelijk:

7.1. De eerste subgroep D-juryleden (DB)

Moeilijkheid	Minimaal/maximaal	Aftrek 0.30
Lichaamsmoeilijkheden zonder wissel (DB)	Minimaal 3	<ul style="list-style-type: none">Minder dan 3 DB uitgevoerdMinder dan 1 lichaamsmoeilijkheid van elke lichaamsgroep (\wedge, \top, \circ): aftrek voor iedere ontbrekende moeilijkheid1 moeilijkheid van iedere lichaamsgroep niet tegelijkertijd uitgevoerd of snel achter elkaar (niet in subgroepen) door alle 5 gymnasten
Moeilijkheden met wissel (DE): in volgorde van uitvoeren	Minimaal 3	Minder dan 3 DE uitgevoerd
Volledige lichaamswellen (W)	Minimaal 2	Aftrek voor iedere ontbrekende W
“Langzame draai” evenwicht	Maximaal 1 in relevé of op platte voet	Meer dan 1 “langzame draai” evenwicht

7.2. De tweede subgroep D-juryleden (DA)


Moeilijkheid DC	Minimaal/maximaal	Aftrek 0.30
Samenwerkingen CC	Minimaal 2	Aftrek voor iedere ontbrekende CC
Samenwerkingen CR	Minimaal 2	Aftrek voor iedere ontbrekende CR
Samenwerkingen $c \nearrow$ / $c \Downarrow$	Minimaal 2	Aftrek voor iedere ontbrekende $c \nearrow$ / $c \Downarrow$
Specifieke fundamentele materiaal elementen	Minimaal 2 van elke	Voor iedere ontbrekende

8. ARTISTIEK en UITVOERING

Alle normen voor artistiek en alle normen voor uitvoering voor senioren groepsoefeningen zijn ook geldig voor junioren groepsoefeningen

9. TECHNISCHE FOUTEN: Touw

Alle aftrekken in de tabel worden iedere keer gegeven, ongeacht het aantal gymnasten dat de fout maakt (algemene aftrek)

Touw 			
Aftrekken	Klein 0.10	Middelmatig 0.30	Groot 0.50 of meer
Basis techniek	Verkeerde behandeling: amplitude, vorm, werkvlak, of het touw niet aan de knopjes vastgehouden (elke keer)		
	Verlies van één knopje van het touw met een korte stop in de oefening		
		Voet blijft hangen in het touw tijdens sprongen of hupjes	
	Ongewild contact van het touw met het lichaam	Ongewilde omwikkelingen om het lichaam of een deel van het lichaam zonder een onderbreking in de oefening	Ongewilde omwikkelingen om het lichaam of een deel van het lichaam met een onderbreking in de oefening
	Knoop zonder onderbreking in de oefening		Knoop met onderbreking in de oefening

Met dank aan Etteke Mojet en Martine van den Berg voor het kritisch meelezen en de correcties