

Werkboek  
seizoen 2023 – 2024

Turnen Dames  
Friesland



**Koninklijke Nederlandse Gymnastiek Unie**

**RTCTD FRYSLAN**

## Inhoudsopgave

INLEIDING .....	3
DE COMMISSIE .....	4
Communicatie RTC TD Fryslân .....	4
DE WEDSTRIJDGROEPEN .....	5
Wedstrijdgroep II (Onderbouw).....	5
Wedstrijdgroep III (Middenbouw) .....	5
Wedstrijdgroep IV (Bovenbouw) .....	6
Wedstrijdgroep V (Middenbouw en Bovenbouw).....	6
Juryzaken .....	7
PROMOTIE / DEGRADATIE REGELING .....	8
DE WEDSTRIJDEN .....	8
Inschrijven .....	8
Declaraties inzake wedstrijden.....	9
REGIO FRIESLAND .....	10
Toestelbepalingen.....	11
Vloermuziek .....	12
Rayon Noord Oost .....	16
Rayon Zuid Oost.....	19
Rayon West.....	22

## INLEIDING

In dit werkboek vindt u voor de regio Friesland de informatie voor het seizoen 2023-2024 ten aanzien van Turnen Dames.

Ook dit seizoen is een wedstrijdprogramma samengesteld waarbij zoveel als mogelijk rekening is gehouden met de landelijke en districtskalender, andere disciplines en schoolvakanties. Wel met dien verstande dat er op de eerste zaterdag van een schoolvakantie er een wedstrijd gepland zal kunnen zijn.

De wedstrijden onder auspiciën van de KNGU kunnen zowel op zaterdag als zondag georganiseerd worden. Voor onze regio is het voor individuele turnsters nog steeds mogelijk om bij opgave een verzoek te doen wanneer zij vanwege geloofsbezwaar niet op zondag willen turnen. Of dit verzoek gehonoreerd kan worden kunnen we ook dit seizoen niet garanderen. Overwegingen van organisatorische aard zijn daarbij van toepassing.

Het is in ieder geval niet mogelijk om een hele vereniging niet op zondag te laten turnen.

Ook dit seizoen is er nog steeds speciale aandacht vereist voor het feit dat inschrijven verplicht is via het digitale loket van de KNGU. Zorg ervoor dat u alle gegevens bij de hand heeft van uw turnsters, trainers en juryleden. Alleen volledig ingevulde inschrijvingen worden in behandeling genomen. Vanaf dit seizoen moeten ook de juryleden via het loket worden ingeschreven.

Net zoals vorige seizoenen zal ook dit seizoen het loket maar éénmaal open gaan. Voor de wedstrijdgroepen II, III, IV en V moeten alle turnsters in één keer ingeschreven worden.

Wij wensen een ieder veel plezier bij de wedstrijden.

De RTC TD

## DE COMMISSIE

Dit seizoen bestaat de commissie uit de volgende vrijwilligers.

Rayon Noord Oost	Yneke Bruinsma en Anita Zuidersma
Rayon Zuid Oost	Mireille Eindhoven, Thomas Wiebe Swart, Laurien Bleuel
Rayon West	Wynande Schippers
Juryzaken	Maria Woudstra en Mireille Eindhoven
Voorzitter	Vacant
Secretaris	Vacant

### Communicatie RTC TD Fryslân

Het contact met de RTC TD Fryslân verloopt ook dit seizoen uitsluitend via de mail.  
Vragen via sociale media of telefonisch worden niet beantwoord.



De verschillende mailadressen van de RTC TD Fryslân zijn:

Voor algemene vragen:

[wg.td.fr@noord.kngu.nl](mailto:wg.td.fr@noord.kngu.nl)

Voor juryvragen:

[juryzaken.rtctdfriesland@gmail.com](mailto:juryzaken.rtctdfriesland@gmail.com)

Voor vragen aan het rayon

- Noord Oost [rayonnoordoost@gmail.com](mailto:rayonnoordoost@gmail.com)
- Zuid Oost [rayonzuidoost.fr@gmail.com](mailto:rayonzuidoost.fr@gmail.com)
- West [rayonwest.fr@gmail.com](mailto:rayonwest.fr@gmail.com)

Er zal ook via facebook informatie gedeeld worden.



RTC TD Fryslân

## DE WEDSTRIJDGROEPEN

Onderstaand overzicht op kleurniveau de indeling en de mogelijke doorstroming naar een volgende wedstrijd

			rayon	Regio plaatsing	Regio FK
II	Instap	geel	2		
III	Pupillen	groen	2		2
IV	Jeugd tot en met senior	rood		2	3
V	Pupillen tot en met senior	rose		2	2 of 3

### Wedstrijdgroep II (Onderbouw)

<b>instap</b>
2017/2016/2015
Oefenstof onderbouw Geen wedstrijden, maar meetmomenten

In wedstrijdgroep II wordt gebruik gemaakt van de onderbouw oefenstof. Er wordt gewerkt met trajecten. Wij noemen het nog steeds wedstrijdgroep 2, maar er zijn geen wedstrijden meer, het zijn meetmomenten.

### Wedstrijdgroep III (Middenbouw)

pupil I	pupil II	Pupil III
2014	2013	2012
6	6	6
7	7	7

Voor wedstrijdgroep III wordt gebruik gemaakt van de middenbouw oefenstof. De wedstrijden worden geturnd in teams van 3-6 turnsters. De turnsters kunnen zich plaatsen voor de teamfinale en een individuele finale.

### Wedstrijdgroep IV (Bovenbouw)

jeugd	junior	senior
2011/2010	2009/2008/2007	2006<
F	F	F
G	G	G
H	H	

### Wedstrijdgroep V (Middenbouw en Bovenbouw)

pupil I	pupil II	pupil III	jeugd	junior	senior
2014	2013	2012	2011/2010	2009/2008/2007	2006<
4	4	4	E	D	C
5	5	5		E	D
					E

**LET OP:** indelingen kunnen afhankelijk van de inschrijvingen nog worden gewijzigd!

**LET OP:** voor senior C geldt dat er minimaal 6 ingeschreven turnsters moeten zijn. Bij minder dan 6 turnsters zal deze categorie niet geturnd worden op WG5.

Voor wedstrijdgroep V wordt voor niveaus 5 en 4 gebruik gemaakt van de middenbouw oefenstof. De wedstrijden worden geturnd in teams van 3-6 turnsters. De turnsters kunnen zich plaatsen voor de teamfinale en een individuele finale.

Voor wedstrijdgroepen IV en V supplementen C t/m H is de landelijke keuzeoefenstof leidend. De plaatsingswedstrijden zijn individuele wedstrijden. De turnsters kunnen zich plaatsen voor een individuele finale en een toestelfinale.

Alle landelijke oefenstof is te vinden op de site van de KNGU.

**LET OP: er zijn wijzigingen in 2023-2024!!!**

NTS oefenstof

<https://dutchgymnastics.nl/trainers-en-coaches/wedstrijdzaken/turnen-dames/documenten>

**Raadpleeg regelmatig deze pagina.**

**Dan mis je eventuele wijzigingen of aanpassingen niet!**

## Juryzaken

In het seizoen 2023-2024 is het verplicht om juryleden te leveren.

Supplementen G en H: TD1 brevet

Supplementen F, E, D: minimaal TD2 brevet

Supplement C: minimaal TD3 brevet

Middenbouw 6 en 7: minimaal TD1 brevet

Middenbouw 4 en 5: minimaal TD2 brevet

Onderbouw: Bij voorkeur TD1, maar dit is niet verplicht. Neem contact op met je eigen rayon bij vragen.

Aantal op te geven juryleden:

1-9 turnsters: 1 jurylid

10-18 turnsters: 2 juryleden

19 turnsters of meer: 3 juryleden

Worden er geen juryleden opgegeven, dan kan er alleen buiten mededinging worden deelgenomen en zal er een boete opgelegd worden.

Worden er te weinig juryleden opgegeven, dan is het in eerste instantie aan de vereniging om te bepalen wie er buiten mededinging meedoen. Maken zij de keuze niet, dan doet de RTCTD dat.

De juryleden worden opgegeven via het loket. Juryleden die bij jouw club ingeschreven staan worden weergegeven. Wil je een jurylid opgeven dat geen lid is van jouw club, dan kan je dat doen met het relatienummer van dat jurylid. Vraag dat dan tijdig op bij het betreffende jurylid.

Voor het jureren op de Friese Kampioenschappen wordt contact opgenomen met de verenigingen/juryleden.

Informatie is online te vinden op:

Algemene informatie:

<https://dutchgymnastics.nl/trainers-en-coaches/wedstrijdzaken/turnen-dames>

Informatie inzake reglementen:

<https://dutchgymnastics.nl/trainers-en-coaches/wedstrijdzaken/turnen-dames/documenten>

Informatie inzake opleidingen en bijscholingen:

<https://dutchgymnastics.nl/trainers-en-coaches/opleidingen>

## PROMOTIE / DEGRADATIE REGELING

We volgen de landelijke regeling. Dit betekent voor de bovenbouw dat de turnsters die op de hoogst haalbare finale het podium hebben gehaald een niveau omhoog moeten. Turnsters die op het individuele FK 1<sup>e</sup>, 2<sup>e</sup>, of 3<sup>e</sup> zijn geworden moeten dus een niveau omhoog (uitgezonderd Senior C, Junior D en Senior D). Alle andere turnsters mogen vrij inschrijven.

Voor de middenbouw is er geen promotie/degradatieregeling.

## DE WEDSTRIJDEN

Op de volgende pagina's treft u de informatie aan van de wedstrijden in onze regio. Wedstrijdgroepen II en III zijn per rayon aangegeven, wedstrijdgroepen IV en V zijn voor regio Friesland aangegeven.

### Inschrijven

Inschrijven van de wedstrijden kan uitsluitend via <https://cms.kngu.nl/login>, het inschrijfsysteem van de KNGU. Laat altijd een controlemail sturen vanuit het systeem.

Voor deelname aan wedstrijden is inschrijfgeld verschuldigd. De verschuldigde bedragen worden per automatische incasso geïncasseerd. De inschrijfgelden zijn per wedstrijd vermeld.

De opgaves gaan niet meer per wedstrijd, maar per niveau/divisie. Kijk goed waar je je turnster inschrijft. Correct inschrijven is de verantwoordelijkheid van de club.

Rechts in het scherm kan een gebied gekozen worden:

WG2/3

Noord Oost → gebied Rayon Noord Oost

Zuid Oost → gebied Rayon Zuid Oost

West → gebied Rayon Zuid West

WG4/WG5 → gebied Friesland

Bovenbouw gaat per divisie.

	3 <sup>e</sup> divisie	4 <sup>e</sup> divisie	5 <sup>e</sup> divisie	6 <sup>e</sup> divisie	7 <sup>e</sup> divisie
Jeugd	E	F	G	H	
Junior	D	E	F	G	H
Senior	C	D	E	F	G

LET OP:

In het loket is het niet mogelijk om 7<sup>e</sup> divisie aan te vinken. Er staan daardoor 2x een 6<sup>e</sup> divisie senior en 2x een 6<sup>e</sup> divisie junior wedstrijd in. In de naam helemaal links staat wel 7<sup>e</sup> divisie. Dus:

N-FR BB Individueel 6e divisie Senior = Senior F

N-FR BB Individueel 7e divisie (Junior H en Senior G) Senior = Senior G

N-FR BB Individueel 6e divisie Junior = Junior G

N-FR BB Individueel 7e divisie (Junior H en Senior G) Junior = Junior H



## Declaraties inzake wedstrijden

Voor het indienen van declaraties door vrijwilligers of verenigingen kunnen de declaratieformulieren op de KNGU-site gebruikt worden.

Deze declaratieformulieren zijn te vinden op: <https://dutchgymnastics.nl/kngu/declaraties>  
Lees eerst goed de invulinstructie !!

Ten aanzien van de declaraties moet een kostenplaats en een kostendrager ingevuld worden:

De kostenplaats van Turnen Dames is: **112500**

De kostendragers zijn te vinden op de site:

<https://dutchgymnastics.nl/trainers-en-coaches/wedstrijdzaken/harmonisatie-en-kostendragers>

Wedstrijden  
seizoen 2023 – 2024

Turnen Dames  
Regio Friesland



## Toestelbepalingen

Hier de regels met betrekking tot de toestellen op de wedstrijden in de regio Friesland. LET OP: dit wijkt soms af van het KNGU reglement. Wat hier staat, geldt!

### SPRONG

- Spronghoogtes zijn vastgesteld in het NTS-reglement. Hiervan mag niet worden afgeweken.
- **Supplement 7 (middenbouw) springt op een verhoogd vlak van 90 cm.**
- Jeugd (bovenbouw) mag kiezen voor trampolineplank of plank. De uitgangswaarde blijft dan hetzelfde. De hoogte van de pegases is hetzelfde voor trampolineplank en plank. Er mag ook gekozen worden voor trampoline, dan wordt de uitgangswaarde verlaagd met 1.0p. De pegases moet dan 10cm hoger gesteld worden.

### BRUG

- De brug zal in wedstrijdgroepen 3 op dezelfde hoogte als altijd staan, te weten: lage legger 1.70m vanaf de grond, hoge legger 2.50m vanaf de grond.
- Bij WG4 en WG5 hangt het af van waar de wedstrijd is en of er een toestelpakket is. Is er een toestelpakket, zal de brug voor de junioren en senioren 5 cm hoger geplaatst worden en hij mag nog 10cm hoger.
- Is er geen toestelpakket, dan zijn we afhankelijk van de aanwezige brug. Deze kan niet altijd naar de gewenste hoogte gesteld worden.
- Afsprongen van de HL moeten altijd op de valmat of dempingsmat (toestelpakket) plaatsvinden. Afsprongen van de LL mogen ook op de 20cm matten of dunne matjes plaatsvinden. Afzet vanaf de valmat of dempingsmat aan de LL is bij de BB niet toegestaan en geeft een aftrek van 0,5.
- Bij wedstrijdgroep 3 zullen er per brug 2 valmatten achter elkaar onder de brug liggen.
- Een plank mag in alle niveaus en in alle leeftijdscategorieën worden gebruikt voor de opsprong (bij WG3 op de valmat).

### BALK

- Balkhoogte voor de categorieën
  - o Pupillen : 90 cm boven de matten.
  - o Jeugd t/m senior : 1.05 m boven de matten.

N.B: Met 'matten' wordt in beide gevallen de matten bedoeld die onder de balk liggen, en niet de landingsmat voor de afsprong.

## VLOER

- Op wedstrijden waar een verende vloer aanwezig is mag géén springplank worden gebruikt voor de vloeroefening van de bovenbouw. Als bij de middenbouw bij een element staat aangegeven dat het met plank uitgevoerd mag worden, mag het wel.
- WG3 turnt de vloeroefening op een airtumbling of lange mat (beide moeten aanwezig zijn en geplaatst worden). Turnsters mogen kiezen waar ze hun oefening op uitvoeren, tijdens de oefening mag er niet gewisseld worden.  
Op de airtumbling mag geen plank geplaatst worden.

### Tenslotte:

In onvoorziene situaties beslissen het Hoofd wedstrijdjury en de wedstrijdleiding.

## Vloermuziek

De vloermuziek kan gemaild worden naar: [turnendamesmuziek@gmail.com](mailto:turnendamesmuziek@gmail.com), of aangeleverd via WeTransfer.

### **Mail**

Geef in de onderwerpregel aan of er in de mail muziek zit voor WG4 **OF** WG5 **OF** WG4 en WG5.

### **Naam**

De muziekjes moeten de volgende naam hebben:

Categorie - Clubnaam - Voornaam Achternaam

Bijvoorbeeld:

Senior F - Kwiek - Ingrid de Boer

MB4 - Kwiek - Jannie Dijkstra

Heeft de muziek een andere naam, dan wordt het niet verwerkt en krijg je een mail terug met alleen de tekst: Incorrecte bestandsnaam.

Denk ook om de spaties, sorteren werkt met of zonder spaties niet hetzelfde, wat het lastig maakt om muziekjes terug te vinden.

Wijzigt een muziekje in het seizoen? Stuur dan een nieuwe, met achter de bestandsnaam: NIEUW.

Laat je de ouders/turnsters zelf de muziekjes mailen, geef dit dan even duidelijk aan hen door.  
Voor FK's hoeven de muziekjes niet opnieuw aangeleverd te worden.

Als Middenbouwturnsters niet op muziek turnen, meld dit dan ook even. Als een heel team dezelfde muziek heeft, moet er per turnster wel apart een muziekje aangeleverd worden.

### **Bestandstype**

De muziek moet .mp3 zijn. Andere bestandstypen worden niet ondersteund.

### **Duur muziek**

Er zit een maximum aan de lengte van de muziekjes, muziek die langer duurt dan voorgeschreven levert de turnster aftrek op!

Supplementen G en H: 1.10

Supplementen E en F: 1.20

Supplementen C en D: 1.30

Supplementen 4 en 5: 1.20

Is het niet mogelijk de muziek digitaal aan te leveren? Geef dit dan ook even door.

Neem de muziek wel mee op USB of cd, voor het geval er iets mis gaat.

Muziek moet uiterlijk **2 weken voor de wedstrijd** aangeleverd worden.

## Turnen dames

## Wedstrijdgroep IV

	Datum	Locatie	Vereniging	Kostendrager
Plaatsingswedstrijd 1	20/21 januari 2024	Drachten (vloer)	DGC	7201723
Plaatsingswedstrijd 2	16/17 maart 2024	Joure (turnhal)	CSC	7201723
Fk Individueel	25 mei 2024	Wolvega (vloer)	Kwiek	7201725
FK Toestel	15 juni 2024	Buitenpost (pakket)	MAAS	7201728
FK Teams	16 juni 2024	Buitenpost (pakket)	MAAS	7201729
Opgave	loket open	1 oktober 2023		
	loket sluit	31 oktober 2023 (23:59)		
Harmonisatie	Deze wedstrijd valt onder de harmonisatie: <a href="https://dutchgymnastics.nl/trainers-en-coaches/wedstrijdzaken/harmonisatie-en-kostendragers?stage=Live">https://dutchgymnastics.nl/trainers-en-coaches/wedstrijdzaken/harmonisatie-en-kostendragers?stage=Live</a>			
Inschrijfgeld	€ 16,50 per deelnemer per wedstrijd			
	Voor supplementen G en H is TD1 genoeg. Worden er turnsters in supplement F opgegeven, dan moet er ook een TD2 jurylid worden opgegeven.			
	Programma's worden niet naar de juryleden zelf gestuurd, verenigingen dienen dit zelf met hun juryleden te communiceren.			
Bijzonderheden	<u>Juryleden moeten ingeschreven worden in het inschrijfsysteem.</u>			
NTS Oefenstof	<a href="https://dutchgymnastics.nl/trainers-en-coaches/wedstrijdzaken/turnen-dames/documenten-turnen-dames">https://dutchgymnastics.nl/trainers-en-coaches/wedstrijdzaken/turnen-dames/documenten-turnen-dames</a>			

De turnsters turnen een **vierkamp** (sprong, brug, balk en vloer)

### Doorstroming naar Friese Kampioenschappen

Aan de hand van deelname aan de plaatsingswedstrijden kan plaatsing voor de Friese Kampioenschappen individueel en toestel worden verdiend.  
Een turnster kan zich alleen plaatsen voor de Friese Kampioenschappen indien aan beide plaatsingswedstrijden is deelgenomen en op beide wedstrijden 4 toestellen zijn geturnd.  
Het FK Teams kent vrije inschrijving.

2023


Wedstrijdgroep IV

2024

jeugd	junior	senior
2011/2010	2009/2008/2007	2006<
F	F	F
G	G	G
H	H	

## Turnen dames

## Wedstrijdgroep V

	Datum	Locatie	Vereniging	Kostendrager
Plaatsingswedstrijd 1	27/28 januari 2024	Makkum (pakket)	DES / Hanzestad	7201724
Plaatsingswedstrijd 2	23/24 maart 2024	Heerenveen (turnhal)	CSC '45	7201724
FK Individueel (BB)	20 april 2024	Drachten (vloer)	DGC	7201727
FK Individueel (MB)	25 mei 2024	Wolvega (vloer)	Kwiek	7201725
FK Toestel	15 juni 2024	Buitenpost (pakket)	MAAS	7201728
FK Teams (BB)	16 juni 2024	Buitenpost (pakket)	MAAS	7201729
FK Teams (MB)	20 april 2024	Drachten (vloer)	DGC	7201727
Opgave	loket open	1 oktober 2023		
	loket sluit	31 oktober 2023 (23:59)		
Harmonisatie	Deze wedstrijd valt onder de harmonisatie: <a href="https://dutchgymnastics.nl/trainers-en-coaches/wedstrijdzaken/harmonisatie-en-kostendragers?stage=Live">https://dutchgymnastics.nl/trainers-en-coaches/wedstrijdzaken/harmonisatie-en-kostendragers?stage=Live</a>			
Inschrijfgeld	€ 16,50 per deelnemer per wedstrijd			
	Juryleden die worden opgegeven moeten ten minste TD2 of TD3 hebben..			
	Programma's worden niet naar de juryleden zelf gestuurd, verenigingen dienen dit zelf met hun juryleden te communiceren.			
Bijzonderheden	<u>Juryleden moeten ingeschreven worden in het inschrijfsysteem.</u> <a href="https://dutchgymnastics.nl/trainers-en-coaches/wedstrijdzaken/turnen-dames/documenten-turnen-dames">https://dutchgymnastics.nl/trainers-en-coaches/wedstrijdzaken/turnen-dames/documenten-turnen-dames</a>			
NTS Oefenstof	<a href="https://dutchgymnastics.nl/trainers-en-coaches/wedstrijdzaken/turnen-dames/documenten-turnen-dames">https://dutchgymnastics.nl/trainers-en-coaches/wedstrijdzaken/turnen-dames/documenten-turnen-dames</a>			

De turnsters turnen een **vierkamp** (sprong, brug, balk en vloer)

### Doorstroming naar Friese Kampioenschappen

Aan de hand van deelname aan de plaatsingswedstrijden kan plaatsing voor de Friese Kampioenschappen individueel en toestel worden verdiend.  
 Een turnster kan zich alleen plaatsen voor de Friese Kampioenschappen indien aan beide plaatsingswedstrijden is deelgenomen en als op beide wedstrijden 4 toestellen zijn geturnd.  
 Het FK Teams (BB) kent vrije inschrijving.  
 Voor de middenbouw zijn er **geen** toestelfinales.

2023

Wedstrijdgroep V

2024

pupil I	pupil II	pupil III	jeugd	junior	senior
2014	2013	2012	2011/2010	2009/2008/2007	2006<
4	4	4	E	D	C
5	5	5		E	D
					E

# Wedstrijden seizoen 2023 – 2024

# Turnen Dames Rayon Noord Oost





## Turnen dames

## Wedstrijdgroep II

	Datum	Locatie	Vereniging	Kostendrager
Meetmoment 1	NNB			7201765
Meetmoment 2	NNB			7201765
Opgave	loket open loket sluit	In overleg		
Inschrijfgeld	€ 11,00 per deelnemer per meetmoment			
	<p>Het organiseren van de meetmomenten in Noord Oost is vanaf dit jaar de verantwoordelijkheid van de verenigingen in Noord Oost, dit wordt niet meer door de RTCTD gedaan. Hier ontvangen zij van de RTCTD Noord Oost apart informatie over. Het draaiboek voor de organisatie van de meetmomenten vind je hier:</p> <p><a href="https://dutchgymnastics.nl/trainers-en-coaches/wedstrijdzaken/turnen-dames/documenten">https://dutchgymnastics.nl/trainers-en-coaches/wedstrijdzaken/turnen-dames/documenten</a></p>			
Bijzonderheden	<p><a href="https://dutchgymnastics.nl/trainers-en-coaches/wedstrijdzaken/turnen-dames/documenten-NTS-Oefenstof">https://dutchgymnastics.nl/trainers-en-coaches/wedstrijdzaken/turnen-dames/documenten-NTS-Oefenstof</a></p>			
NTS Oefenstof	<p><a href="https://dutchgymnastics.nl/trainers-en-coaches/wedstrijdzaken/turnen-dames/documenten-NTS-Oefenstof">https://dutchgymnastics.nl/trainers-en-coaches/wedstrijdzaken/turnen-dames/documenten-NTS-Oefenstof</a></p>			

Na de sluiting van de inschrijving, deelt de Rayoncommissie Noord Oost de opgegeven clubs in in groepen. Die krijgen per groep bericht. Elke groep dient zelf data te prikken, zalen te regelen, programma te maken en wat er verder moet gebeuren.

### Meetmomenten

De turnsters turnen tijdens de meetmomenten trajecten. Welke trajecten er per meetmoment worden aangeboden kunnen de organiserende verenigingen zelf bepalen.

2023

Wedstrijdgroep II

2024

instap
2017/2016/2015
Oefenstof onderbouw Geen wedstrijden, maar meetmomenten

## Turnen dames

## Wedstrijdgroep III

	Datum	Locatie	Vereniging	Kostendrager
Plaatsingswedstrijd 1	10 februari 2024	Stiens	SGC Stiens/V&K	7201720
Plaatsingswedstrijd 2	13 april 2024	Ferwert	Turnlust H/MGVV	7201720
FK Individueel	25 mei 2024	Wolvega	Kwiek	7201725
FK Teams	8 juni 2024	Lemmer	Pegasus	7201726
Opgave	loket open	1 oktober 2023		
	loket sluit	31 oktober (23:59)		
Inschrijfgeld	€ 11,00 per deelnemer per wedstrijd			



Juryleden die worden opgegeven moeten ten minste TD1 hebben. TD2/3 is ook goed. Zorg dat met de juryleden is afgestemd over de opgegeven dagen.

### Bijzonderheden

Programma's worden niet naar de juryleden zelf gestuurd, verenigingen dienen dit zelf met hun juryleden te communiceren.

Juryleden moeten ingeschreven worden in het inschrijfsysteem.

### NTS Oefenstof

<https://dutchgymnastics.nl/trainers-en-coaches/wedstrijdzaken/turnen-dames/documenten-turnen-dames>

De turnsters turnen een **vierkamp** (sprong, brug, balk en vloer)

### Doorstroming naar Friese Kampioenschappen

Aan de hand van deelname aan de plaatsingswedstrijden kan plaatsing voor de Friese Kampioenschappen individueel en teams worden verdiend.

Een turnster kan zich alleen plaatsen voor de Friese Kampioenschappen Individueel indien aan beide plaatsingswedstrijden is deelgenomen en op beide wedstrijden 4 toestellen heeft geturnd.

2023

Wedstrijdgroep III

2024

pupil I	pupil II	Pupil III
2014	2013	2012
6	6	6
7	7	7

# Wedstrijden seizoen 2023 – 2024

## Turnen Dames Rayon Zuid Oost



## Turnen dames

## Wedstrijdgroep II

	Datum	Locatie	Vereniging	Kostendrager
Meetmoment 1	NNB			7201765
Meetmoment 2	NNB			7201765
Opgave	loket open loket sluit	In overleg		
Inschrijfgeld	€ 11,00 per deelnemer per meetmoment			



Het organiseren van de meetmomenten in Zuid Oost is de verantwoordelijkheid van de verenigingen in Zuid Oost, dit wordt niet meer door de RTCTD gedaan. Hier ontvangen zij van de RTCTD Zuid Oost apart informatie over. Het draaiboek voor de organisatie van de meetmomenten vind je hier:

<https://dutchgymnastics.nl/trainers-en-coaches/wedstrijdzaken/turnen-dames/documenten>

### Bijzonderheden

#### NTS Oefenstof

<https://dutchgymnastics.nl/trainers-en-coaches/wedstrijdzaken/turnen-dames/documenten-turnen-dames>

In september wordt er geïnventariseerd welke clubs er mee willen den. Zij worden met elkaar in contact gebracht en kunnen dan data plannen. Daarna kan in overleg bepaald worden wanneer het loket open gaat.

#### Meetmomenten

De turnsters turnen tijdens de meetmomenten trajecten. Welke trajecten er per meetmoment worden aangeboden kunnen de organiserende verenigingen zelf bepalen.

2023

Wedstrijdgroep II

2024

instap
2017/2016/2015
Oefenstof onderbouw Geen wedstrijden, maar meetmomenten

## Turnen dames

## Wedstrijdgroep III

	Datum	Locatie	Vereniging	Kostendrager
Plaatsingswedstrijd 1	10 februari 2024	Gorredijk		7201721
Plaatsingswedstrijd 2	9 maart 2024	Nieuwehorne		7201721
FK Individueel	25 mei 2024	Wolvega	Kwiek	7201725
FK Teams	8 juni 2024	Lemmer	Pegasus	7201726
Opgave	loket open	1 oktober 2023		
	loket sluit	31 oktober 2023 (23:59)		
Inschrijfgeld	€ 11,00 per deelnemer per wedstrijd			



Juryleden die worden opgegeven moeten ten minste TD1 hebben. TD2/3 is ook goed. Zorg dat met de juryleden is afgestemd over de opgegeven dagen.

### Bijzonderheden

Programma's worden niet naar de juryleden zelf gestuurd, verenigingen dienen dit zelf met hun juryleden te communiceren.

Juryleden moeten ingeschreven worden in het inschrijfsysteem.

### NTS Oefenstof

<https://dutchgymnastics.nl/trainers-en-coaches/wedstrijdzaken/turnen-dames/documenten-turnen-dames>

De turnsters turnen een **vierkamp** (sprong, brug, balk en vloer)

### Doorstroming naar Friese Kampioenschappen

Aan de hand van deelname aan de plaatsingswedstrijden kan plaatsing voor de Friese Kampioenschappen individueel en teams worden verdiend.

Een turnster kan zich alleen plaatsen voor de Friese Kampioenschappen Individueel indien aan beide plaatsingswedstrijden is deelgenomen en op beide wedstrijden 4 toestellen zijn geturnd.

2023

Wedstrijdgroep III

2024

pupil I	pupil II	Pupil III
2014	2013	2012
6	6	6
7	7	7

Wedstrijden  
seizoen 2023 – 2024

# Turnen Dames Rayon West



## Turnen dames

## Wedstrijdgroep II

	Datum	Locatie	Vereniging	Kostendrager
Meetmoment 1	10-2-2024	NNB		7201765
Meetmoment 2	6-4-2024	Oudehaske	SHELL	7201765
Opgave	loket open			
	loket sluit			
Inschrijfgeld	€ 11,00 per deelnemer per meetmoment			



Er is geen jurybrevet nodig om te kunnen beoordelen bij de meetmomenten. Enige kennis van het turnen is wel aanbevolen. Er kunnen bijvoorbeeld oud-TD1 juryleden ingezet worden, of oudere turnsters. Er is wel een digitale module beschikbaar op:

<https://opleidingen.kngu.nl/campus/gymnastiek-en-turnen/bijscholingen-kss/digitale-kennis-modules>

Module: E-learning Jury Turnen Dames Basis.

### Bijzonderheden

Programma's worden niet naar de juryleden zelf gestuurd, verenigingen dienen dit zelf met hun juryleden te communiceren.

Juryleden moeten ingeschreven worden in het inschrijfsysteem.

### NTS Oefenstof

<https://dutchgymnastics.nl/trainers-en-coaches/wedstrijdzaken/turnen-dames/documenten-turnen-dames>

### Meetmomenten

De turnsters turnen tijdens de meetmomenten trajecten. Welke trajecten er per meetmoment worden aangeboden wordt nog bekend gemaakt.

2023

Wedstrijdgroep II

2024

instap
2017/2016/2015
Oefenstof onderbouw Geen wedstrijden, maar meetmomenten

## Turnen dames

## Wedstrijdgroep III

	Datum	Locatie	Vereniging	Kostendrager
Plaatsingswedstrijd 1	13-1-2024	Lemmer	Pegasus	7201722
Plaatsingswedstrijd 2	9-3-2024	Lemmer	Pegasus	7201722
FK Individueel	25 mei 2024	Wolvega	Kwiek	7201725
FK Teams	8 juni 2024	Lemmer	Pegasus	7201726
Opgave	loket open	1 oktober 2023		
	loket sluit	31 oktober 2023 (23:59)		

Opgave voor alle wedstrijden uitsluitend via het opgaveloket van de KNGU

<https://cms.kngu.nl/login>

**Inschrijfgeld** € 11,00 per deelnemer per wedstrijd



Juryleden die worden opgegeven moeten ten minste TD1 met bijscholing hebben. TD2/3 moet ook een bijscholing gevolgd hebben. Zorg dat met de juryleden is afgestemd over de opgegeven dagen.

### Bijzonderheden

Programma's worden niet naar de juryleden zelf gestuurd, verenigingen dienen dit zelf met hun juryleden te communiceren.

Juryleden moeten ingeschreven worden in het inschrijfsysteem.

### NTS Oefenstof

<https://dutchgymnastics.nl/trainers-en-coaches/wedstrijdzaken/turnen-dames/documenten-turnen-dames>

De turnsters turnen een **vierkamp** (sprong, brug, balk en vloer)

### Doorstroming naar Friese Kampioenschappen

Aan de hand van deelname aan de plaatsingswedstrijden kan plaatsing voor de Friese Kampioenschappen individueel en teams worden verdiend.

Een turnster kan zich alleen plaatsen voor de Friese Kampioenschappen Individueel indien aan beide plaatsingswedstrijden is deelgenomen en op beide wedstrijden 4 toestellen zijn geturnd.

2023

Wedstrijdgroep III

2024

pupil I	pupil II	Pupil III
2014	2013	2012
6	6	6
7	7	7