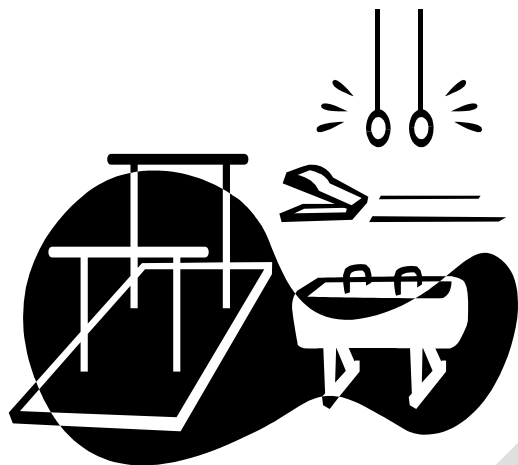


# Rayon Zaanstreek-Waterland



## Werkboek 2013-2014

K N G U

Rayon Zaanstreek-Waterland

Regio NH - District Midwest



<b>Auteur(s)</b>	Rayoncommissie Z/W
<b>Datum</b>	6 september 2013
<b>Versie</b>	HB
<b>Status</b>	<b>Concept 1</b>
<b>Document</b>	Werkboek 2013-2014

# Rayon Zaanstreek-Waterland

Rayon Zaanstreek-Waterland .....	1
<b>1. Voorwoord .....</b>	<b>3</b>
<b>2. Algemeen. ....</b>	<b>4</b>
2.1. Uitgangspunten van het Rayon. ....	4
2.2. Taken van de commissie. ....	4
2.3. Overlegstructuur.....	5
2.4. Informatie. ....	5
2.6. Inschrijvingen. ....	6
2.7. Inschrijfgeld en entree.....	7
2.8. Deelname, Niveau en Leeftijd.....	7
2.9. Beoordeling. ....	8
2.10. Muziek. ....	8
2.11. Prijzen. ....	8
2.12. Geschillen en extra bepalingen. ....	8
<b>3. Wedstrijdprogramma.....</b>	<b>9</b>
3.1. Activiteiten. ....	9
3.2. Organisatie.....	9
3.3. Vakanties.....	10
3.4. Aanmelding Juryleden. ....	10
<b>4. Activiteiten.....</b>	<b>11</b>
4.1. Recreatie wedstrijden. ....	12
4.2. Competitie. ....	18
4.3. Volleybal.....	21
4.4. Toestelkampioenschappen.....	22
4.5. Wedstrijd Ringenzwaaien. ....	24
4.6. Het Springfestijn (versie april 2013).....	25
<b>5. Adressen.....</b>	<b>30</b>
5.1. De aangesloten verenigingen. ....	30
5.2. Rayoncommissieleden.....	31

## 1. Voorwoord

Aan de besturen van de aangesloten verenigingen.

Dames, Heren,

Voor u ligt het werkboek 2013-2014 van het Rayon Zaanstreek Waterland.

- In het Algemene gedeelte (**hoofdstuk 2**) worden de werkwijze en taken van de commissieleden uitgelegd. Ook worden in dit deel de algemene bepalingen beschreven, waaraan wij en u zich moeten houden bij het organiseren en houden van wedstrijden. Deze regels zijn deels aan ons opgelegd door de KNGU en deels onderling afgesproken op de Algemene Rayonvergaderingen. Ook alle regels omtrent het inschrijven voor de activiteiten worden hier genoemd.
- In het deel Wedstrijdprogramma (**hoofdstuk 3**) krijgt u de Activiteiten (3.1) van ons als apart document toegestuurd (het wedstrijdprogramma van dit seizoen). Hierdoor verkrijgt u een snel overzicht van alle activiteiten en vakanties. De nummers van de activiteiten verwijzen naar hoofdstuk 4, waarin de activiteiten zelf beschreven worden.
- In het **hoofdstuk 4** Activiteiten worden de activiteiten op nummer zelf beschreven. De inschrijfformulieren per activiteit zijn niet meer in het werkboek opgenomen. Zij worden naar de verenigingen toegestuurd.
- Tenslotte zijn in **hoofdstuk 5** Adressen de aangesloten verenigingen genoemd en staat ook de Rayoncommissie vermeld.  
Het is de bedoeling dat een vereniging maar maximaal drie correspondentie adressen heeft; één algemeen secretariaat adres (bestuurszaken), één correspondentieadres voor TC-zaken (wedstrijdzaken), één correspondentieadres voor Jury-zaken (jurycoördinator).

***Leiding en andere leden dienen door de vereniging zelf te worden geïnformeerd.***

- Voor het Rayon hebben we de volgende mailadressen aangemaakt:

Voor bestuurszaken:

[voorzitter@turnrayonZW.nl](mailto:voorzitter@turnrayonZW.nl)

[secretariaat@turnrayonZW.nl](mailto:secretariaat@turnrayonZW.nl)

[penningmeester@turnrayonZW.nl](mailto:penningmeester@turnrayonZW.nl)

Voor wedstrijd zaken:

[wedstrijdzaken@turnrayonZW.nl](mailto:wedstrijdzaken@turnrayonZW.nl)

[juryzaken@turnrayonZW.nl](mailto:juryzaken@turnrayonZW.nl)

[inschrijvingen@turnrayonZW.nl](mailto:inschrijvingen@turnrayonZW.nl)

Met vriendelijke groeten,

Rayoncommissie Zaanstreek/Waterland.

## 2. Algemeen.

### 2.1. Uitgangspunten van het Rayon.

Het organiseren van ontmoetingen en wedstrijden is een taak van alle verenigingen, die aangesloten zijn bij het Rayon. **Iedere vereniging, die gebruik wil maken van de geboden mogelijkheden, zal in verhouding (deelnemers en gebruik) tot andere verenigingen een ongeveer gelijke bijdrage moeten leveren.**

Onder bijdrage kan worden verstaan het organiseren of mee organiseren van activiteiten, het leveren van commissieleden, juryleden, wedstrijdverantwoordelijken, e.d.

De Rayoncommissie heeft een spilfunctie, d.w.z. het horen en zien van mogelijkheden en moeilijkheden en ervoor zorgen dat de nodige stappen worden genomen.

### 2.2. Taken van de commissie.

*Voorzitter:*

- leiden van de Rayonvergaderingen
- volgen van de gemaakte afspraken
- opvangen en bespreekbaar maken van signalen
- vertegenwoordigen van het Rayon inzake de algemene zaken

*Secretariaat:*

- verslag van de Rayonvergaderingen
- samenstellen jaarverslag
- contactpersoon

*Penningmeester:*

- opstellen begroting
- beheer van de geldmiddelen
- opstellen financieel verslag
- innen inschrijfgelden via incasso door de bond

*Jurycoördinator:*

- coördinatie juryzaken
- vertegenwoordigen Rayon inzake juryzaken (vergadering 1/2x per jaar)
- opstellen werkprogramma
- verantwoordelijk voor de juryindeling voor alle wedstrijden van het Rayon (ca. 2 avonden per wedstrijd + in de week voor de wedstrijd e-mail en eventuele verschuivingen verwerken)
- verantwoordelijk voor het doorgeven van juryleden voor de doorstroom Regiowedstrijden
- vragen beantwoorden juryleden en op de hoogte houden eventuele bijscholingen
- lijst bijhouden van werkzaamheden juryleden per vereniging

### *Technisch leden Wedstrijdzaken:*

- coördinatie technische zaken (in de gaten houden KNGU-zaken, oefenstof, evt. organisatie infodag)
- vertegenwoordigen Rayon inzake technische zaken (naar Regiovergaderingen)
- opstellen werkprogramma en regelen / vastleggen zalen
- maken van de wedstrijdingeling voor alle wedstrijden van het Rayon
- coördinatie voor alle wedstrijden van het Rayon
- bepalen en doorgeven van deelnemers naar Regiowedstrijden (dames)
- contactpersoon voor Regiowedstrijden (doorgeven doorstromers, regelen vervangers)
- bestellen van prijzen en diploma's
- maken van telprogramma's

### **2.3. Overlegstructuur.**

Twee keer per jaar wordt er een Algemene Rayonvergadering georganiseerd. Tijdens deze vergaderingen worden de verplichte onderwerpen van de algemene vergadering besproken. Op de vergadering in het begin van het jaar wordt het werkprogramma doorgenomen en de wedstrijden onder de verenigingen verdeeld. Tijdens de vergaderingen kunnen altijd onderwerpen besproken worden, die van algemeen belang zijn. Direct voor de start van het seizoen is er een vergadering om de laatste details te bespreken.

- maart : Voorjaarsvergadering. Een algemene vergadering + werkprogramma
- september : Najaarsvergadering. Aan het begin van het seizoen.

Op deze vergaderingen wordt van **elke** vereniging minimaal één beslissingsbevoegd bestuurslid verwacht, om ons te steunen op het uitgezette beleid. Zonder boven genoemde is de mogelijkheid er, dat er voor uw vereniging een verplichting wordt afgesproken.

Voorstellen / aanmeldingen / bezwaren van verenigingen kunnen ten alle tijden ingediend worden bij [secretariaat@turnrayonZW.nl](mailto:secretariaat@turnrayonZW.nl). De Rayoncommissie zal dit behandelen als ingekomen stuk binnen de Commissievergadering. Indien de Rayoncommissie er niet uitkomt, zal deze behandeld worden op de Voor- of Najaarsvergadering.

### **2.4. Informatie.**

Het bestuur zorgt er jaarlijks voor dat de verenigingen voldoende informatie ontvangen in de vorm van een werkboek. Dit minibookwerkje wordt bij voorkeur elektronisch aangeleverd per E-mail of op aanvraag op papier of USB-stick. Dit werkboek bevat de volgende informatie;

- Een algemeen gedeelte waarin de werkwijze van de Rayoncommissie wordt uitgelegd.
- Een overzicht van de geplande Rayon-activiteiten aangevuld met de KNGU-activiteiten.
- Een beschrijving van de activiteiten en de wijze waarop men zich kan inschrijven.
- Een adressenlijst van alle aangesloten verenigingen en de Rayoncommissie.

### 2.5. Algemene bepalingen.

Het Rayon Zaanstreek Waterland is op zich gehouden aan de algemene bepalingen van het District Midwest van de KNGU. Het één en ander is beschreven in een meerjarenplan, dat te vinden is op de website van het district (zie [www.midwest.kngu.nl](http://www.midwest.kngu.nl))

Tevens is het Rayon gehouden aan de bepalingen van de diverse "productgroepen", zeker bij wedstrijden die onder de productgroepen zelf vallen.

Voor evenementen / wedstrijden op Rayonniveau gelden onderstaande regels en richtlijnen;

**De wedstrijdingeling wordt 2 weken voor de wedstrijddag verzonden en verenigingen kunnen binnen 3 dagen aangeven wat er mogelijk niet goed is vermeld. Daarna is er geen mogelijkheid meer om te wijzigen of nog aan te vullen in verband met afzeggingen.**

### 2.6. Inschrijvingen.

De inschrijfformulieren worden naar de verenigingen toegezonden. U dient alleen dit formulier te gebruiken ! De reden hiervoor is, dat de formulieren dan niet meer behoeven te worden overgeschreven. Dit voorkomt veel werk en verkleint tevens de kans op fouten in de spelling van de namen van de deelnemers/sters. De aanmelding van de juryleden dient gelijktijdig worden gedaan met de aanmelding van de deelnemers, waarvoor een speciaal inschrijfformulier gekoppeld is aan de opgave van de deelnemers. Zie regels 3.3.

Bij de inschrijving moeten de individuele personen op het betreffende inschrijfformulier ingevuld worden. Het gehele seizoen dient de turn(st)er in hetzelfde niveau uit te komen (dit geldt niet voor onze Recreatiewedstrijden, Toestelkampioenschappen en de wedstrijd Ringzwaaien).

**Dames:** Voor ALLE wedstrijden moet men zich inschrijven bij **het KNGU-loket**. U dient daar **goed** aan te geven voor welke wedstrijden ingeschreven wordt (Rayon/Regio) !

De Regio organiseert voor de ere, 1<sup>e</sup> t/m 3<sup>e</sup> divisie wedstrijden. Het Rayon organiseert een Competitie (3 wedstrijden) voor de 4<sup>e</sup>, 5<sup>e</sup> en 6<sup>e</sup> divisie (i.v.m. doorstroming naar de Regio). Voor de 7<sup>e</sup> divisie en lager worden 2 wedstrijden door het Rayon georganiseerd (Recreatiewedstrijden).

**Heren:** Voor ALLE wedstrijden moet men zich inschrijven bij **het KNGU-loket**. U dient daar **goed** aan te geven voor welke wedstrijden ingeschreven wordt (Rayon/Regio) !

De Regio organiseert voor de ere, 1<sup>e</sup> t/m 6<sup>e</sup> divisie wedstrijden. Het Rayon organiseert een Competitie (3 wedstrijden) voor de 3<sup>e</sup> t/m 8<sup>e</sup> divisie (zie schema). Zij hebben geen doorstromingsmogelijkheden n.a.v. de Competitie. U kunt voor Regiowedstrijden apart direct inschrijven bij PGTH.

**Stuur evt. een kopie van de inschrijving naar:** [inschrijvingen@turnrayonZW.nl](mailto:inschrijvingen@turnrayonZW.nl)

Dan kunnen wij controleren of het goed is gegaan.

Bij vragen naar aanleiding van bovenstaande, kunt u altijd Bob bellen die bereikbaar is avonds na 20.00 uur en tot 23.00 uur. 075-771 7218 of 06-48 12 62 62 .

### 2.7. Inschrijfgeld en entree.

Voor alle Rayonactiviteiten wordt inschrijfgeld gevraagd. Deze kosten zijn vermeld in het overzicht van de activiteiten. De hoogte van de inschrijfgelden worden enerzijds bepaald door het District en anderzijds bepaald door de vergadering van het Rayon. De kosten worden automatisch afgeschreven via een doorlopende machtiging aan het district en vóór de wedstrijden geïnd.

Bij elke Competitiewedstrijd betaalt het publiek entree. De hoogte van deze bedragen worden in het overzicht vermeld en jaarlijks vastgesteld in de Rayonvergadering.

### 2.8. Deelname, Niveau en Leeftijd.

Voor alle wedstrijden geldt, dat de deelnemers/sters lid moeten zijn van de KNGU en slechts uit mogen komen voor één vereniging per discipline. Na inschrijving worden de deelnemers/sters ingedeeld in niveau en leeftijdscategorieën.

Voor de **Dames** is een promotie-degradatie regeling van kracht, die u kunt vinden op de KNGU-site.

Voor de **Heren** geldt binnen ons Rayon, dat de Rayonkampioen moet promoveren (indien er meer dan 6 deelnemers waren). De laatst geëindigde turner mag degraderen.

De behaalde resultaten op Landelijke c.q. Regiowedstrijden gelden voor de Rayonwedstrijden.

**Let goed op of voor jouw turn(st)ers een bepaalde promotie-degradatie regeling geldt ! Het geldt ook voor de recreatieve turn(st)ers !**

Het Rayon heeft dit jaar een bestand gemaakt n.a.v. de P/D-regeling met de turn(st)ers van afgelopen seizoen. Deze is naar de verenigingen toegezonden.

#### Categorieën

Voor het seizoen 2013/2014 gelden de volgende categorieën:

#### Meisjes/Dames

Pré-instap	geboren 2006
Instap	geboren 2005
Pupil 1	geboren 2004
Pupil 2	geboren 2003
Jeugd 1	geboren 2002
Jeugd 2	geboren 2001
Junior	geboren 2000 + 1999
Senior	geboren 1998 en eerder.

#### Jongens/Heren

Benjamin	geboren 2006
Instap	geboren 2005 + 2004
Pupil	geboren 2003 + 2002
Jeugd	geboren 2001 + 2000
Junior 1	geboren 1999 + 1998
Junior 2	geboren 1997 + 1996
Senior	geboren 1995 en eerder

### 2.9. Beoordeling.

Bij elke wedstrijd wordt er gejureerd volgens de laatste normen van de KNGU door gebrevetteerde juryleden. Iedere vereniging, die deelneemt, levert tenminste 1 gebrevetteerd jurylid en bij veel inschrijvingen zoveel meer als bepaald wordt door de coördinator (bij opgave geldt per 5 deelnemers/sters, één jurylid = 1 wedstrijdronde). De juryleden dienen zorg te dragen dat hun brevet niet verloopt door regelmatig naar cursussen en bijscholingen te gaan die door de KNGU worden gehouden.

### 2.10. Muziek.

De muziek voor de *verplichte oefenstof* wordt geleverd door de organiserende vereniging.

De muziek voor de *keuze oefenstof* van de turnsters voor de vrije oefening, moet voor elke turnster apart op een CD worden aangeleverd. **De muziek mag dus niet nogmaals gebruikt worden voor een andere deelnemer (deze moet dan zonder muziek haar oefening doen).** Zorg voor de aanwezigheid van een **back-up bestand (extra cd, maar kan ook een USB-stick met MP3-bestand zijn bij Rayonwedstrijden).**

De CD moet voorzien zijn van naam, wedstrijdnummer en naam van de vereniging.

De organisatie van een wedstrijd verzorgt het afdraaien van de muziek. Na afloop van de wedstrijd kunt u de CD's weer terug in ontvangst nemen/ophalen.

### 2.11. Prijzen.

Bij deelname van 1,2,3 personen, resp. groepen	1 prijs
Bij deelname van 4,5 personen, resp. groepen	2 prijzen
Bij deelname van 6 of meer personen, resp. groepen	3 prijzen

Indien er in een categorie erg veel deelname is kan ervoor gekozen worden om 4 of 5 prijzen uit te reiken.

Hiervoor hanteren wij **binnen het Rayon** de volgende regel;

Bij deelname van 11 t/m 20 personen, resp. groepen	4 prijzen
Bij deelname 21 en meer personen, resp. groepen	5 prijzen

Bij een grote deelname per categorie (meer dan 30 personen), probeert de Rayoncommissie tijdens de Rayonwedstrijden de groep in 2-en te splitsen.

### 2.12. Geschillen en extra bepalingen.

Voor zover dit reglement niet volledig is, beslist de commissie van het Rayon of diens vertegenwoordiger ter plaatse. Beroep op deze beslissing is alleen mogelijk op de eerst daarop volgende rayonvergadering, waar de aanwezige verenigingen het eindoordeel uit zullen spreken.

De Rayoncommissie behoudt zich het recht voor om zo nodig af te wijken van de in dit werkboek opgenomen bepalingen. Eventuele veranderingen worden voor de inschrijfdatum ter kennis gebracht aan de verenigingen.

Dit mits de gegevens ons ter beschikking staan.

Bij te geringe deelname is de Rayoncommissie gemachtigd categorieën of niveaus samen te voegen of een wedstrijd te annuleren.



### 3. Wedstrijdprogramma.

#### 3.1. Activiteiten.

Een overzicht van het wedstrijdprogramma wordt apart als bijlage meegezonden.

Hierbij de uiterste inschrijfdatum van de activiteiten.

- Recreatie wedstrijden (4.1) – Inschrijven voor 14 november 2013 (1<sup>e</sup> wedstrijd)  
– Inschrijven voor 15 februari 2014 (2<sup>e</sup> wedstrijd)
- Competitie (4.2) – **Inschrijven voor 1 oktober 2013**
- Volleybal (4.3) – Inschrijven voor 13 februari 2014
- Toestelkampioenschappen & Wedstrijd Pre-Instap (4.4) – Inschrijven voor 13 maart 2014
- Wedstrijd Ringenzwaaien (4.5) – Inschrijven voor 10 april 2014
- Springfestijn (4.6) – Inschrijven voor 21 mei 2014

**Stuur evt. een kopie van de inschrijving naar;** [inschrijvingen@turnrayonZW.nl](mailto:inschrijvingen@turnrayonZW.nl)

Dan kunnen wij controleren of het goed is gegaan.

Inschrijvingen van juryleden dienen gestuurd te worden naar [juryzaken@turnrayonZW.nl](mailto:juryzaken@turnrayonZW.nl)

#### 3.2. Organisatie.

Het organiseren van ontmoetingen en wedstrijden is een taak van alle verenigingen, die aangesloten zijn bij het Rayon. Iedere vereniging, die gebruik wil maken van de geboden mogelijkheden, zal in verhouding (deelnemers en gebruik) tot andere verenigingen een ongeveer gelijke bijdrage moeten leveren (= afgesproken tijdens de Voorjaarsvergadering 2013).

Tijdens de Algemene Rayonvergaderingen worden de wedstrijden c.q. taken verdeeld onder de verenigingen. De Rayoncommissie regelt de algemene dingen zoals wedstrijdindeling, computerprogramma, prijzen, etc. voor de betreffende wedstrijd.

**De daadwerkelijke wedstrijdorganisatie ligt in handen van één of soms meerdere verenigingen, die gezamenlijk daarover afspraken maken wie, wat, en welke taak voor zijn rekening neemt. Advies van de Rayoncommissie: indien er meerdere verenigingen bij de organisatie betrokken zijn; plan een overleg met alle afgevaardigden minstens 1 maand voor de betreffende wedstrijd. Een werkboek t.a.v. organisatie wedstrijden kan evt. verkregen worden bij het Rayon.**

Na afloop kan de onkostenvergoeding **binnen 4 weken na de wedstrijd** ingediend worden bij de penningmeester van het Rayon. **Graag 1 totale onkostenvergoeding per wedstrijd !**

**Latere declaraties worden niet meer in behandeling genomen !**

### 3.3. Vakanties.

Vakanties 2013-2014

25-8-2013	Zomervakantie einde (VO)
19/27-10-2013	Herfstvakantie
21-12-2013/5-1-2014	Kerstvakantie
22-2/2-3-2014	Voorjaarsvakantie
18-4-2014	Goede vrijdag
20-4+21/4-2014	Pasen
26-4/5-5-2014	Meivakantie
29-5-2014	Hemelvaart
8-6/9-6-2014	Pinksteren
5-7/17/8-2014	Zomervakantie

Wij (de Rayoncommissie) streven er naar, om zo min mogelijk wedstrijden c.q. activiteiten tijdens de schoolvakanties plaats te laten vinden.

### 3.4. Aanmelding Juryleden.

Om de organisatie van wedstrijden goed te kunnen laten verlopen, zijn wij helaas genoodzaakt maatregelen te nemen t.a.v. het leveren van juryleden.

**Het uitgangspunt is dat een jurylid minimaal 2 wedstrijd rondes inzetbaar is.**

**Het principe is dat per 5 deelnemers 1 jurylid voor 1 wedstrijdronde geleverd wordt. Blijft een jurylid de hele dag (4 wedstrijd rondes), dan betekent dat "4 juryleden" (dus 20 deelnemers) enz.**

- Indien een jurylid maar 1 wedstrijdronde wil jureren, dan moet de vereniging een extra jurylid opgegeven worden voor de andere ronde.  
**Dus niet 2 juryleden voor hetzelfde dagdeel / dezelfde wedstrijd !**
- De organisatie van de wedstrijd zorgt voor het uitbetalen van de gemaakte reiskosten. Echter indien een vereniging 2 juryleden opgeeft voor 2x 1 wedstrijd, wordt maar 1x reiskosten uitbetaald. Één van de twee juryleden zou dan de reiskosten kunnen declareren bij de vereniging voor wie gejureerd wordt.

De aanmelding van de juryleden dient gelijktijdig te worden gedaan met de aanmelding van de deelnemers. **De gegevens van de juryleden dient de vereniging te sturen naar [juryzaken@turnrayonZW.nl](mailto:juryzaken@turnrayonZW.nl) !**

De verenigingen zijn zelf verantwoordelijk voor het vinden van juryleden, die voor hun vereniging willen gaan jureren. **De verenigingen dienen te overleggen met hun juryleden over hun inzetbaarheid.** Zij dienen ook zelf voor adequate vervanging te zorgen, indien een jurylid niet kan, en men moet daar de coördinator juryzaken via [juryzaken@turnrayonZW.nl](mailto:juryzaken@turnrayonZW.nl) van op de hoogte stellen.

## 4. Activiteiten.

### 4.0. Vergaderingen.

De voor- en najaarsvergaderingen worden georganiseerd door de Rayoncommissie en vinden plaats in de sportkantine van K.& V. te Zaandam.

In beide vergaderingen worden alle verenigingen verwacht aanwezig te zijn en er kunnen zaken aan de orde worden gesteld met de daarbij behorende consequenties.

Op deze vergaderingen wordt van **elke** vereniging minimaal één beslissingsbevoegd bestuurslid verwacht, om ons te steunen op het uitgezette beleid. Zonder boven genoemde is de mogelijkheid er, dat er voor uw vereniging een verplichting wordt afgesproken.

Op de *Voorjaarsvergadering* worden de bekende zaken als Jaarverslag, Financieel verslag, de Begroting e.d op de agenda behandeld, maar ook worden daar de wedstrijden voor het komend seizoen verdeeld onder de verenigingen.

Op de *Najaarsvergadering* worden alle punten nog eens doorgesproken. De inschrijfgelden worden behandeld aan de hand van het financieel overzicht van het afgelopen seizoen en vastgesteld. En er worden “de puntjes op de i” gezet voor het komende wedstrijdseizoen (technische zaken). **Daarom zou het handig zijn als ook op deze vergadering minimaal één technische leiding van de vereniging aanwezig is.**

#### 4.1. Recreatie wedstrijden.

##### Deelname

De recreatiewedstrijden worden georganiseerd voor individuele turnsters en turners. Deelname aan deze wedstrijden is alleen mogelijk voor die verenigingsleden die **NIET** uitkomen in de Competitie.

**Dames;** Dit zijn individuele wedstrijden voor turnsters geboren in 2007 en eerder. Wij turnen op de wedstrijden met de **"oude" oefenstof van niveau 9 t/m 12 (versie NTS 2009).**

**Voor de Jeugd/Junior/Senior is er een nieuwe Recreatieve Keuze-oefenstof gemaakt door het Rayon.**

**Heren;** Dit zijn individuele wedstrijden voor turners geboren in 2007 en eerder. Wij turnen op de wedstrijden met de **NIEUWE oefenstof van niveau 11 t/m niveau 15 (versie NTS 2013).**

Zodra de inschrijvingen bekend en verwerkt zijn, worden de verenigingen ingedeeld.

Bij te geringe deelname is de Rayoncommissie gemachtigd categorieën of niveaus samen te voegen.

Er worden 2 wedstrijden gehouden. Na elke wedstrijd wordt een eindklassement (punteaantal) opgemaakt.

**Inschrijving is mogelijk op onderstaande niveaus (zie schema).**

##### Categorieën

Voor het seizoen 2013/2014 gelden de volgende categorieën:

<b><u>Dames</u></b>		<i>4<sup>e</sup> div</i>	<i>5<sup>e</sup> div</i>	<i>6<sup>e</sup> div</i>	<i>7<sup>e</sup> div</i>	<i>8<sup>e</sup> div</i>	<i>9<sup>e</sup> div</i>	<i>10<sup>e</sup> div</i>
Pré-instap	geboren 2007 + 2006	niv 11	niv 12					
Instap	geboren 2005	niv 10	niv 11	niv 12				
Pupil 1	geboren 2004	niv 9*	niv 10	niv 11	niv 12			
Pupil 2	geboren 2003		niv 9*	niv 10	niv 11	niv 12		
Jeugd 1	geboren 2002		RK	niv 9*	niv 10	niv 11	niv 12	
Jeugd 2	geboren 2001		RK	niv 9*	niv 10	niv 11	niv 12	
Junior	geboren 2000 + 1999			RK	niv 9*	niv 10	niv 11	niv 12
Senior	geboren 1997 en eerder				RK	niv 9*	niv 10	niv 11

- niveau = alleen bij 2<sup>e</sup> Recreatie wedstrijd mogelijk. Indien je deze niveaus aan het begin van het seizoen al kan, kan je meedoen met de Competitie. Voor progressie of nieuwe instromers is wel de uitdaging mogelijk bij de 2<sup>e</sup> wedstrijd.
- niveau 9\* = Lange mat oefening (zonder muziek) !
- RK = Recreatieve Keuze-oefenstof voor Jeugd/Junior/Senior van het Rayon (zie verderop in het werkboek).

<u>Heren</u>	<b>NIEUWE OEFENSTOF !</b>	3 <sup>e</sup> div	4 <sup>e</sup> /5 <sup>e</sup> div	6 <sup>e</sup> div	7 <sup>e</sup> div	8 <sup>e</sup> div	9 <sup>e</sup> div	10 <sup>e</sup> div
Benjamin	geboren 2007+2006	niv 11	niv 12	niv 13	niv 14	niv 15		
Instap	geboren 2005+2004	niv 11	niv 12	niv 13	niv 14	niv 15		
Pupil	geboren 2003+2002		niv 11	niv 12	niv 13	niv 14	niv 15	
Jeugd	geboren 2001+2000			niv 11	niv 12	niv 13	niv 14	niv 15
Junior 1	geboren 1999+1998			niv 11	niv 12	niv 13	niv 14	niv 15
Junior 2	geboren 1997+1996			niv 11	niv 12	niv 13	niv 14	niv 15
Senior	geboren 1995 en eerder			niv 11	niv 12	niv 13	niv 14	niv 15

- niveau = alleen bij 2<sup>e</sup> Recreatie wedstrijd mogelijk. Indien je deze niveaus aan het begin van het seizoen al kan, kan je meedoen met de Competitie. Voor progressie of nieuwe instromers is wel de uitdaging mogelijk bij de 2<sup>e</sup> wedstrijd.

### Inschrijving

**ALLE inschrijvingen moeten via het KNGU-loket !!!**

**Stuur evt. een kopie van de inschrijving naar; [inschrijvingen@turnrayonZW.nl](mailto:inschrijvingen@turnrayonZW.nl)**

Dan kunnen wij controleren of het goed is gegaan.

Bij de inschrijving moeten de individuele personen op het juiste formulier ingevuld worden.

**Per wedstrijd moet apart worden ingeschreven, hierdoor mag je ook verschillen van niveau.**

Bij weinig inschrijvingen in bepaalde categorieën zullen deze worden samengevoegd.

**De aanmelding van de juryleden dient gelijktijdig te worden gedaan met de aanmelding van de deelnemers. Zie regels 3.3.. **De gegevens van de juryleden dient de vereniging te sturen naar [juryzaken@turnrayonZW.nl](mailto:juryzaken@turnrayonZW.nl) !****

### Kosten

De kosten voor de recreatiewedstrijd bedragen € 6,- per persoon per wedstrijd.

Bij elke recreatiewedstrijd betaalt het publiek entree. Deze bedraagt € 1,50 voor volwassenen en € 1,00 euro voor kinderen en 65+.

### Organisatie

De verenigingen worden bij de organisatie van de competitiewedstrijden begeleid door de wedstrijdcoördinator van het Rayon.

De uitslagen van de wedstrijden dienen tijdens de wedstrijden in het computerprogramma van het Rayon worden ingevoerd, waarna de uitslag wordt berekend en bekend mag worden gemaakt (WEL OPSLAAN !!!).

De jurybriefjes worden in de uitslag gevouwen en worden daarna nog 2 weken bewaard voor het beantwoorden van vragen.

Computer, uitslagen en de officiële jurybriefjes dienen zo spoedig mogelijk weer in het bezit van de coördinator te worden gegeven.

**Alleen de rayoncommissie stuurt de uitslagen naar de verenigingen en naar de site van Midwest.**

### Beoordeling

Iedere vereniging, die deelneemt, levert ten minste 1 jurylid (voor de gehele dag) en bij veel inschrijvingen zoveel meer als bepaald wordt door de coördinator. De juryleden dienen op de hoogte te zijn van de laatste reglementen en in het bezit te zijn van de oefenstof.

### Voor een goed verloop:

- Zorg dat de kinderen op tijd aanwezig zijn!!
- Op de wedstrijdvloer mogen zich uitsluitend bevinden: deelne(e)m(st)ers met hun leid(st)er, juryleden en wedstrijdleiding. Alle andere aanwezigen dienen plaats te nemen op de tribune.
- Tijdens de wedstrijd mag er niet door de zaal worden gelopen.
- Deelne(e)m(st)ers mogen de wedstrijdvloer betreden op aanwijzing van de wedstrijdleiding.
- Zorg dat de kinderen en hun leiding weten, met wie en in welke groep ze zitten.
- Het is aan te bevelen om de hulpleiding 1 of meer lessen bij te laten wonen, zodat niemand vreemd tegenover de oefenstof staat en men weet waar men moet helpen.
- Het wisselen van toestel gebeurt op teken van de wedstrijdleiding.

## Recreatieve Keuze-oefenstof

voor Jeugd / Junior / Senior turnsters  
(versie september 2013)

### SPRONG

Hoogte Pegasus;

- met plank 1.15 m.
- met minitramp 1.25 m.

Er dient 1x een keuze gemaakt te worden voor plank OF minitramp.

Indien gebruik gemaakt wordt van de reutherplank, dan stijgt de D-score met 1.00 p. (bonus).

2x springen over Pegasus (mogen dezelfde of verschillende sprongen zijn), het gemiddelde telt.

Sprongnummer	Sprong	D-score
0.10	Hurksprong op – Hele draai af	1.60 P.
0.20	Wenden (kwart draai in)	1.60 P.
0.30	Koprol	1.80 P.
0.40	Overspreiden	2.00 P.
1.00	Overslag	2.40 P.
1.01	Overslag halve draai	2.80 P.
1.02	Overslag hele draai	3.20 P.
1.10	Yamashita (overslag met hoeken in de 2 <sup>e</sup> zweeffase)	2.60 P.
1.11	Yamashita halve draai	3.00 P.
1.12	Yamashita hele draai	3.40 P.
1.20	Halve draai in	2.40 P.
1.21	Halve draai in - halve draai uit	3.00 P.
1.22	Halve draai in - hele draai uit	3.40 P.

**BRUG**

De hoogste 8 elementen worden geteld voor de D-score.

Elk element levert ....x 0.2 op voor de D-score (difficulty - moeilijkheidswaarde).

Een element kan maar 1x tellen voor de moeilijkheidswaarde.

Als er twee elementen **direct** achter elkaar geturnd worden, levert dit 0,1 per keer op (bonus).

De E-score (execution – uitvoeringswaarde) gaat altijd uit van 10,00 punten.

	1x	2x	3x
Opsprong (1x)	Opspringen tot steun (mag met plank)	Borstwaartsom 1 been	Borstwaartsom 2 benen
Elementen	Opzwaai verticaal – 30*	Opzwaai 31* – 60*	Opzwaai 61* - 90*
		Buikdraai voorover	
		Buikdraai achterover	
	Benen overheffen – terughurken	Ophurken 1 been	Ophurken 2 benen
	Strekhangzwaai verticaal – 30*	Strekhangzwaai 31* – 60*	Strekhangzwaai 61* - 90*
	Neerspringen na de achterzwaai	Borstwaartsom via strekhangzwaai (3/4 om)	Kip
		Wegzetten vanuit steun tot hang aan h.l.	
Afsprong (1x)	Ondersprong af (gesloten of gespreid) vanuit stand	Ondersprong af (gesloten of gespreid) vanuit steun	Salto af

**BALK (minimaal 2 of maximaal 4 banen)**

Hoogte 1.20 m boven de mat.

De oefening dient tenminste te bestaan uit;

- 1 opsprong
- 1 gymnastische draai op 1 been
- 2 gymnastische sprongen
- 1 acrobatisch element
- 1 afsprong

De volgorde mag de turnster zelf bepalen.

Indien een eis NIET wordt, geeft dit een aftrek van 0,5 p. (van de eindscore).

De hoogste 8 elementen worden geteld voor de D-score.

Elk element levert ...x 0.2 op voor de D-score (difficulty - moeilijkheidswaarde).

Een element kan maar 1x tellen voor de moeilijkheidswaarde.

Als er twee elementen **direct** achter elkaar geturnd worden, levert dit 0,1 per keer op (bonus).

De E-score (execution – uitvoeringswaarde) gaat altijd uit van 10,00 punten.

	<b>1x</b>	<b>2x</b>	<b>3x</b>
<b>Opsprongen (1x)</b>	Opspringen tot steun, been overheffen	Ophurken	Doorhurken tot ruglingse steun
		Opspreiden	Overspreiden tot spreidhoeksteun
		Oplopen	Los op springen
<b>Gymnastische draai op 1 been (min. 1x)</b>	Passedraai (1/2 pirouette)	Fouetedraai	1/1 Pirouette
<b>Gymnastische houding</b>	Zweefstand 45-90*	Zweefstand 90-180*	
<b>Gymnastische sprongen (min. 2x)</b>	Streksprong	Streksprong ½ dr	
	Wisselsprong	Spreidsprong	
	Kattensprong	Kattensprong ½ dr	
	Schaarsprong 0-45*	Hurksprong	Hurksprong ½ dr
		Schaarsprong 45-90*	
		Sissone 0 – 90*	Sissone 90-180*
	Loopsprong 45-90*	Loopsprong 90-135*	Spagaatsprong 135-180*
<b>Acrobatische elementen (min. 1x)</b>			Hurkhoeksprong
	Vanuit vouwlig opkomen tot hurkzit (½ koprol)	Koprol v.o. tot (spreid)zit	Koprol v.o. tot hurkzit
			Losse rol
	Handstand 90-135*	Handstand 135-180*	Handstand 1 sec
<b>Afsprongen (1x)</b>			Radslag
	Spreid/Hurksprong af	Spreidhoeksprong af	
		Arabier af	Barani af
	Overslag af	Salto af	



**VLOER (minimaal 2 of maximaal 4 banen)**

De oefening dient tenminste te bestaan uit;

- 2 gymnastische sprongen, direct of indirect verbonden
- 1 gymnastische draai op 1 been
- 1 acrobatisch onderdeel met vluchtfase
- 1 acrobatisch onderdeel voorwaarts
- 1 acrobatisch onderdeel achterwaarts

De volgorde mag de turnster zelf bepalen.

Indien een eis NIET wordt, geeft dit een aftrek van 0,5 p. (van de eindscore).

De hoogste 8 elementen worden geteld voor de D-score.

Elk element levert ...x 0.2 op voor de D-score (difficulty - moeilijkheidswaarde).

Een element kan maar 1x tellen voor de moeilijkheidswaarde.

Als er twee elementen **direct** achter elkaar geturnd worden, levert dit 0,1 per keer op (bonus).

De E-score (execution – uitvoeringswaarde) gaat altijd uit van 10,00 punten.

	1x	2x	3x
Gymnastische sprongen (min. 2x)	Streksprong met overstrekking		
	Streksprong ½ dr	Streksprong 1/1 dr	
	Kattensprong	Kattensprong ½ dr	Kattensprong 1/1 dr
	Hurksprong	Hurksprong ½ dr	Hurksprong 1/1 dr
	Spreidsprong		
	Schaarsprong 45-90*		
	Sissone 90-135*	Sissone 135-180*	
	Loopsprong 90-135*	Spagaatsprong 135-180*	
Gymnastische houding	Zweefstand 90-135*	Zweefstand 135-180*	
Gymnastische draai op 1 been (min. 1x)	Fouetedraai		
	½ pirouette	1/1 Pirouette	
Acrobatische elementen (min. 2x)	Koprol v.o.	Losse rol v.o.	
	Koprol a.o.	Koprol a.o. gestrekte armen	Stutrol door de handstand
	Handstand 90-135*	Handstand 135-180*	Handstand 2 sec
		Handstanddoorrol	Boogje v.o.
			Boogje a.o.
Acrobatische elementen met vluchtfase (min. 1x)	Radslag		
		Arabier	Overslag (loop of gesloten) of Flack-flick
			Flick-flack

## 4.2. Competitie.

### Deelname

**Dames;** Dit zijn individuele wedstrijden voor alle leeftijden **4<sup>de</sup> t/m 6<sup>de</sup> divisie**. De eerste 2 wedstrijden tellen voor doorstroming naar de Regio. Hierbij telt het beste plaatsingscijfer van deze 2 wedstrijden. Bij een gelijk aantal, stromen beiden door. **De meisjes/dames van de 7<sup>e</sup> divisie en lager kunnen uitkomen op de Recreatie wedstrijden.**

**Heren;** Dit zijn individuele wedstrijden voor alle leeftijden vanaf de 3<sup>de</sup> divisie t/m niveau 13 (zie schema).

Zodra de inschrijvingen bekend en verwerkt zijn, worden de verenigingen ingedeeld in de Competitie.

Deze indeling blijft voor alle drie de wedstrijden gelden.

**Bij te geringe deelname is de Rayoncommissie gemachtigd categorieën of niveaus samen te voegen.**

Er worden 3 competitieronden gehouden. Na drie wedstrijden wordt een eindklassement (punteenaantal) opgemaakt. Dit is de uiteindelijke Rayonkampioen.

### Inschrijving

**ALLE inschrijvingen moeten via het KNGU-loket !!!**

**Stuur evt. een kopie van de inschrijving naar:** [inschrijvingen@turnrayonZW.nl](mailto:inschrijvingen@turnrayonZW.nl)

Dan kunnen wij controleren of het goed is gegaan.

Het gehele seizoen dient de turn(st)er in hetzelfde niveau uit te komen.

**Dames:** Doorstroming geldt niet voor de leeftijdscategorie Pre-Instap. **Alleen dit seizoen (2013-2014) mogen de Jeugd 1 meisjes ook uitkomen bij de Jeugd 2 = keuze-oefenstof.**

**Heren;** Zij hebben geen doorstromingsmogelijkheden n.a.v. de competitie. U kunt voor Regiowedstrijden van PGTH ook inschrijven bij het KNGU-loket.

**De aanmelding van de juryleden dient gelijktijdig te worden gedaan met de aanmelding van de deelnemers.** Zie regels 3.3.. **De gegevens van de juryleden dient de vereniging te sturen naar [juryzaken@turnrayonZW.nl](mailto:juryzaken@turnrayonZW.nl) !**

### Categorieën

Voor het seizoen 2013/2014 gelden de volgende categorieën:

<b><i>Dames</i></b>		<i>Ere</i>	<i>1<sup>e</sup> div</i>	<i>2<sup>e</sup> div</i>	<i>3<sup>e</sup> div</i>	<i>4<sup>e</sup> div</i>	<i>5<sup>e</sup> div</i>	<i>6<sup>e</sup> div</i>
Pré-instap	geboren 2006			N2	N2	D1	D2	xxx
Instap	geboren 2005	N1	N1	N2	N2	D1	D2	xxx
Pupil 1	geboren 2004	N1	N1	N2	N3	D1	D2	D3
Pupil 2	geboren 2003	N1	N1	N2	N3	D1	D2	D3
Jeugd 1	geboren 2002	N1	N2	N3	N4	D1 of F	D2 of G	D3 of H
Jeugd 2	geboren 2001	FIG	C	D	E	F	G	H
Junior	geboren 2000 + 1999	FIG	B	C	D	E	F	G
Senior	geboren 1998 en eerder	FIG	A	B	C	D	E	F

<u>Heren</u>	<b>NIEUWE OEFENSTOF V11 t/m 15</b>	1 <sup>e</sup> div	2 <sup>e</sup> div	3 <sup>e</sup> div	4 <sup>e</sup> div	5 <sup>e</sup> div	6 <sup>e</sup> div	7 <sup>e</sup> div	8 <sup>e</sup> div
Benjamin	geboren 2006				V11	V13	xxx	xxx	Xxx
Instap	geboren 2005+2004	V9	V10	V11	V12	V13	xxx	xxx	Xxx
Pupil	geboren 2003+2002	V7	V8	V9	V10	V11	V13	xxx	Xxx
Jeugd	geboren 2001+2000	K6/7		K8	K9	K10	V11	xxx	Xxx
Junior 1	geboren 1999+1998	K5	K6/7		K8	K9	K10	xxx	Xxx
Junior 2	geboren 1997+1996	K4		K6/7		K8	K9	K10	Xxx
Senior	geboren 1995 en eerder		K4	K5	K6/7		K8	K9	K10

- *Let op ! Dit houdt in dat bepaalde niveaus in bepaalde leeftijdscategorieën NIET worden aangeboden (zie schema!)*
- *PGTH biedt t/m 6<sup>e</sup> div aan (zie schema). Doorstromen is niet mogelijk, wel ZELF inschrijven voor Regiowedstrijden.*

#### Kosten

De kosten voor de competitie bedragen € 18,- per persoon.

Bij elke competitiewedstrijd betaalt het publiek entree. Deze bedraagt € 1,50 voor volwassenen en € 1,00 euro voor kinderen en 65+.

#### Organisatie

De verenigingen worden bij de organisatie van de competitiewedstrijden begeleid door de wedstrijdcoördinator van het Rayon.

De uitslagen van de wedstrijden dienen tijdens de wedstrijden in het computerprogramma van het Rayon worden ingevoerd, waarna de uitslag wordt berekend en bekend mag worden gemaakt (WEL OPSLAAN !!!).

De Jurybriefjes worden in de uitslag gevouwen en worden daarna nog 2 weken bewaard voor het beantwoorden van vragen.

Computer, uitslagen en de officiële jurybriefjes dienen zo spoedig mogelijk weer in het bezit van de coördinator te worden gegeven.

**Alleen de rayoncommissie stuurt de uitslagen naar de verenigingen en naar de site van Midwest.**

### Beoordeling

Iedere vereniging, die deelneemt, levert ten minste 1 jurylid en bij veel inschrijvingen zoveel meer als bepaald wordt door de coördinator. De juryleden dienen gebrevetteerd te zijn. De juryleden dienen zorg te dragen dat hun brevet niet is verlopen door regelmatig naar cursussen en bijscholingen te gaan die door de KNGU worden gehouden.

### Voor een goed verloop

- Zorg dat de kinderen op tijd aanwezig zijn!!
- Op de wedstrijdvloer mogen zich uitsluitend bevinden: deelne(e)m(st)ers met hun leid(st)er, juryleden en wedstrijdleiding. Alle andere aanwezigen dienen plaats te nemen op de tribune.
- Tijdens de wedstrijd mag er niet door de zaal worden gelopen.
- Deelne(e)m(st)ers mogen de wedstrijdvloer betreden op aanwijzing van de wedstrijdleiding.
- Zorg dat de kinderen en hun leiding weten, met wie en in welke groep ze zitten.
- Het wisselen van toestel gebeurt op teken van de wedstrijdleiding.

### Doorstroming naar vervolgwedstrijden (PGTD)

Aan de hand van de inschrijvingen wordt door de PGTD bepaald hoeveel deelnemers er door mogen stromen naar de eerste Regionale wedstrijd. Het district zal een dubbele groep creëren van de grootste groep deelnemers (nu dat jeugd 1 & 2 gescheiden zijn).

Zodra wij weten wie er door mogen stromen (aan de hand van het klassement van de eerste 2 competitiewedstrijden), wordt er een bestand gemaakt en verzonden naar alle verenigingen, die daar evt. nog op kunnen reageren. Wij zullen proberen om gelijk vervangers te regelen.

**Tot 2 weken VOOR deze wedstrijd, kan er nog een wijziging aangebracht worden. Na deze datum staan de opgaven vast en zal er dus wel deelnemersbijdrage geïncasseerd worden bij afzegging.**

### 4.3. Volleybal.

<u>Datum</u>	Donderdag 13 maart 2014
<u>Inschrijving</u>	per team (6 spelers, waarvan minimaal 2 dames)
<u>Kosten</u>	€ 25,00 per team <b>(met een minimale inschrijving van 6 teams)</b>
<u>Waar</u>	Sporthal Wormer
<u>Organisatie</u>	in onderling overleg (kampioen van vorig seizoen)

Inschrijvingen naar [inschrijvingen@turnrayonZW.nl](mailto:inschrijvingen@turnrayonZW.nl).

#### WEDSTRIJDREGLEMENT

- De teams dienen ruimschoots voor de aanvang van de wedstrijd aanwezig te zijn.
- Elk team dient uit 6 spelers te bestaan, waarvan minimaal 2 dames.
- Ieder team dient een teller, een scheidsrechter en een scheidsrechtersfluit te verzorgen.
- De scheidsrechter dient het scorebriefje bij de wedstrijdleiding af te halen en op tijd, samen met de teller, bij het desbetreffende veld aanwezig te zijn.
- Elke wedstrijd bestaat uit 1 set van 15 minuten, tussen de wedstrijden dient zo snel mogelijk gewisseld te worden.
- Het einde van de wedstrijden wordt met een centraal geluidssignaal kenbaar gemaakt. De dan gespeelde rally is niet meer van invloed op de puntenstand.
- Per wedstrijd krijgt de winnaar 2 punten, bij gelijke eindstand ontvangen beide teams 1 punt.
- Bij een gelijk puntentotaal in de voorronde bepaalt het scoresaldo de hogere plaats in de poule.
- Bij een gelijk puntentotaal en een gelijk scoresaldo wordt er geloot.
- De plaatsing in de finale is afhankelijk van de eindrangschikking in de voorronde.
- Een speler serveert maximaal 3 keer achter elkaar. Blijft de opslag in het team, dan moet er doorgedraaid worden en serveert de volgende speler.
- Er mag niet hard worden gesmasht.
- Er moet onderhands worden geserveerd.
- Verder zullen de normale spelregels, zoals door de NeVoBo gehanteerd voor een recreantencompetitie, van toepassing zijn.
- De beslissingen van de scheidsrechters zijn tijdens de wedstrijd bindend.
- De speelvelden mogen onder geen beding met buitenschoeisel of sportschoenen met zwarte zolen worden betreden.
- In gevallen waarin dit wedstrijdreglement niet voorziet, beslist de wedstrijdleiding.

#### 4.4. Toestelkampioenschappen en Pré-Instap Rayon en Regio

##### Deelname

**Dames;** Dit is een individuele wedstrijd voor 3<sup>de</sup> en 4<sup>de</sup> divisie niveau. Per toestel valt de titel te verdienen. De turn(st)er met de hoogste score op het toestel per categorie is Toestelkampioen. Afhankelijk van het aantal inschrijvingen kan er een 2e en/of 3e prijs uitgereikt worden.

**Bij te geringe deelname is de Rayoncommissie gemachtigd categorieën of niveaus samen te voegen.**

**Tevens wordt er voor de Pré-instap meisjes van de Regio (niveau N2, D1 en D2) ook een wedstrijd gehouden.**

##### Inschrijving

**Inschrijvingen moeten via het KNGU-loket !!!**

**Stuur evt. een kopie van de inschrijving naar: [inschrijvingen@turnrayonZW.nl](mailto:inschrijvingen@turnrayonZW.nl)**

Dan kunnen wij controleren of het goed is gegaan.

Duidelijk aangeven op welk toestel de persoon deelneemt en in welke **categorie en niveau**. De turn(st)er mag deelnemen in een ander niveau/divisie dan in de competitie.

**Alleen dit seizoen mogen de Jeugd 1 meisjes ook uitkomen bij de Jeugd 2 = keuze-oefenstof.**

**De aanmelding van de juryleden dient gelijktijdig te worden gedaan met de aanmelding van de**

**deelnemers** Zie regels 3.3.. **De gegevens van de juryleden dient de vereniging te sturen naar**

**[juryzaken@turnrayonZW.nl](mailto:juryzaken@turnrayonZW.nl) !**

##### Categorieën

Voor het seizoen 2013/2014 gelden de volgende categorieën:

<b><u>Dames</u></b>		2 <sup>e</sup> div	3 <sup>e</sup> div	4 <sup>e</sup> div	5 <sup>e</sup> div
Pré-instap	geboren 2006	N2	N2/D1	D1	D2
Instap	geboren 2005	N2	N2/D1	D1	
Pupil 1	geboren 2004	N2/3	N3/D1	D1	
Pupil 2	geboren 2003	N2/3	N3/D1	D1	
Jeugd 1	geboren 2002	N3 of D	N4 of E	D1 of F	
Jeugd 2	geboren 2001	D	E	F	
Junior	geboren 2000 + 1999	C	D	E	
Senior	geboren 1998 en eerder	xxx	C	D	

##### Kosten

De kosten voor deze wedstrijd bedragen € 2,00 euro per deelnemster per toestel..

Voor de Pre-Instappers € 8,00 euro per deelnemster voor de gehele wedstrijd.

Bij de wedstrijd betaalt het publiek entree. Deze bedraagt € 1,50 voor volwassenen en € 1,00 voor kinderen en 65+.

### Organisatie

De verenigingen worden bij de organisatie van de competitiewedstrijden begeleid door de wedstrijdcoördinator van het Rayon.

De uitslagen van de wedstrijden dienen tijdens de wedstrijden in het computerprogramma van het Rayon worden ingevoerd, waarna de uitslag wordt berekend en bekend mag worden gemaakt (WEL OPSLAAN!).

De Jurybriefjes worden in de uitslag gevouwen en worden daarna nog 2 weken bewaard voor het beantwoorden van vragen.

Computer, uitslagen en de officiële jurybriefjes dienen zo spoedig mogelijk weer in het bezit van de coördinator te worden gegeven.

**Alleen de rayoncommissie stuurt de uitslagen naar de verenigingen en naar de site van Midwest.**

### Beoordeling

Iedere vereniging, die deelneemt, levert ten minste 1 jurylid en bij veel inschrijvingen zoveel meer als bepaald wordt door de coördinator. De juryleden dienen gebrevetteerd te zijn. De juryleden dienen zorg te dragen dat hun brevet niet is verlopen door regelmatig naar cursussen en bijscholingen te gaan die door de KNGU worden gehouden.

### Voor een goed verloop:

- Zorg dat de kinderen op tijd aanwezig zijn!!
- Op de wedstrijdvloer mogen zich uitsluitend bevinden: deelne(e)m(st)ers met hun leid(st)er, juryleden en wedstrijdleiding. Alle andere aanwezigen dienen plaats te nemen op de tribune.
- Tijdens de wedstrijd mag er niet door de zaal worden gelopen.
- Deelne(e)m(st)ers mogen de wedstrijdvloer betreden op aanwijzing van de wedstrijdleiding.
- Zorg dat de kinderen en hun leiding weten, met wie en in welke groep ze zitten.
- Het wisselen van toestel gebeurt op teken van de wedstrijdleiding.

#### 4.5. Wedstrijd Ringenzwaaien.

##### Deelname

Deze wedstrijd is voor jongens en meisjes in alle leeftijdsklassen.

**We maken gebruik van de oefenstof van de KNGU, versie NTS 2004-2008.**

Indien u deze niet meer in uw bezit heeft, kunt u deze opvragen bij de Rayoncommissie.

##### Categorieën

Leeftijdscategorieën voor **Jongens en Meisjes**, seizoen 2013/2014:

Pré-Instap	geboren 2006 + 2007
Instap	geboren 2005
Pupil 1	geboren 2004
Pupil 2	geboren 2003
Jeugd 1	geboren 2002
Jeugd 2	geboren 2001
Junior	geboren 2000 + 1999
Senior	geboren 1998 en eerder

##### Inschrijving

**Inschrijvingen moeten via het KNGU-loket ?**

**Stuur evt. een kopie van de inschrijving naar; [inschrijvingen@turnrayonZW.nl](mailto:inschrijvingen@turnrayonZW.nl)**

Dan kunnen wij controleren of het goed is gegaan.

Bij de inschrijving moeten de individuele personen, met geboortedata en categorie op het juiste formulier ingevuld worden.

**Duidelijk aangeven in welke categorie en niveau de persoon deelneemt !**

Er mag in een ander niveau ingeschreven worden dan evt. gedaan is in de Competitie, de Recreatie-wedstrijden of Toestelkampioenschap.

**>>> Er kan ingeschreven worden in alle niveaus. Indien er niveaus samengevoegd worden, gaat het hoogste niveau van een 10 uit en het lagere van 9.5.**

Bij weinig inschrijvingen in bepaalde categorieën zullen deze worden samengevoegd.

**De aanmelding van de juryleden dient gelijktijdig te worden gedaan met de aanmelding van de deelnemers. Zie regels 3.3.. De gegevens van de juryleden dient de vereniging te sturen naar [juryzaken@turnrayonZW.nl](mailto:juryzaken@turnrayonZW.nl) !**

##### Kosten

De kosten voor deze wedstrijd bedragen € 1,50 per deelnemer en worden via incasso-opdracht geregeld.

##### Jurering

Iedere vereniging, die deelneemt, levert tenminste 1 jurylid (voor de gehele dag) en bij veel inschrijvingen zoveel meer als bepaald wordt door de coördinator.



#### 4.6. Het Springfestijn (versie april 2013)

NB: enige verandering t.o.v. voorgaand reglement is dat de mini's i.p.v. kast/plank, kast/plankoline springen.

##### Deelname

Het springfestijn is een recreatieve wedstrijd voor groepen. Het aantal in te schrijven groepen per vereniging is vrij, evenals de keuze voor 1 of meerdere toestellen.

Een groep bestaat uit 6-11 springers (jongens en/of meisjes), in een van de volgende categorieën:

- Mini's 6-8 jaar
- Pupillen 9-11 jaar
- Turn(st)ers 12 jaar en ouder

Per toestel worden 8 sprongen gemaakt, waarvan 6 door alle groepsleden moeten worden gesprongen en er 2 keuzesprongen zijn. Er moet een opbouw van moeilijkheid in de sprongen zitten.

- **Per groep en per toestel kan men kiezen voor een niveau. Dit graag duidelijk op het inschrijfformulier aangeven !!!**
- **Niveau 3 is echt bedoeld voor de Recreatie-lijn. Kinderen die meer dan 1 uurtje per week turnen, dienen minimaal in niveau 2 of een leeftijdscategorie hoger uit te komen.**

Deelname is mogelijk op de volgende niveaus:

- Niveau 1 minimaal 3B sprongen van de 8 sprongen (mag ook moeilijker, echter dit levert geen hogere uitgangswaarde op dan 3B en 5A sprongen)
- Niveau 2 7A en 1B sprong (6A en 2B mag ook)
- Niveau 3 8A sprongen

Er wordt gesprongen op de volgende toestellen:

- Lange mat minstens 2 beurten synchroon  
(De mat mag verlengd worden met twee kleine matjes)
- Minitrampoline 8 sprongen  
(Bij de mini's mag de aanloop over een bank)
- Plank met Kast (mini's = plankoline) 4 breedte en 4 lengte sprongen  
(Bij de mini's kast -2 delen, bij de pupillen kast -1 deel, turn(st)ers hele kast)
- Minitramp met Kast 4 breedte en 4 lengte sprongen  
(Alleen voor mini's en pupillen. Hele kast. Bij de mini's mag de aanloop over een bank)
- Minitramp met Pegasus 8 sprongen  
(Alleen voor turn(st)ers. Hoogte 1,35 m)

Voor aanvang van de wedstrijd op elk onderdeel, wordt er gelegenheid gegeven om in te springen.

Voor het inspringen dient door de leiding van de groep een lijst bij de jury ingeleverd te worden met daarop de te maken sprongen. Hierop graag ook graag aangeven de waarde van de sprong en/of de samenstellingseis.

De 8 wedstrijdssprongen dienen binnen 10 minuten gesprongen te worden.

**Tijdens de wedstrijd dient de leiding van de groep bij de landingsmat te staan om zorg te dragen voor een veilige landing.**

### Inschrijving

**Inschrijvingen moeten via het KNGU-loket !!!**

**Stuur evt. een kopie van de inschrijving naar; [inschrijvingen@turnrayonZW.nl](mailto:inschrijvingen@turnrayonZW.nl)**

Dan kunnen wij controleren of het goed is gegaan.

### **LET OP !**

- Per groep en per toestel kan men kiezen voor een niveau. Dit graag duidelijk op het inschrijfformulier aangeven !
- Niveau 3 is echt bedoeld voor de Recreatie-lijn. Kinderen die meer dan 1 uurtje per week turnen, dienen minimaal in niveau 2 of een leeftijdscategorie hoger uit te komen.

**De aanmelding van de juryleden dient gelijktijdig te worden gedaan met de aanmelding van de deelnemers** Zie regels 3.3.. **De gegevens van de juryleden dient de vereniging te sturen naar [juryzaken@turnrayonZW.nl](mailto:juryzaken@turnrayonZW.nl) !**

### Kosten

De kosten voor de competitie bedragen **€ 7.50 per groep per onderdeel.**

### Beoordeling

Iedere vereniging, die deelneemt, levert ten minste 1 jurylid en bij veel inschrijvingen zoveel meer als bepaald wordt door de coördinator.

## WAARDERING SPRONGEN

- **A-sprongen** alles makkelijker dan B-sprongen

- **B-sprongen**

<u>Lange mat</u>	<u>Kast - plank of tramp</u>	<u>Pegasus – tramp</u>	<u>Minitrampoline</u>
Stut	Dievensprong	Los over	1/1 draai lengte-as
Zweefradslag	Los over	Kop/Nekkip over	Salto
Overslag	Kop/Nekkip over	Arabier over	Barani
Flick-flack	Arabier over	Overslag over	+ Moeilijker
Boogje vw/aw	Overslag af/over	(Tip)Salto af/over	
Losse radslag	(Tip)Salto af/over	Keren	
Salto	+ Moeilijker	+ Moeilijker	
+ Moeilijker			

Een Keuzesprong telt als B-sprong wanneer de helft van alle deelnemers plus 1, een B-sprong heeft gemaakt.

## SAMENSTELLINGSEISEN

Per toestel zijn er twee samenstellingseisen. Iedere ontbrekende eis geeft een aftrek van 5 pnt. Een eis geldt als gemaakt wanneer de helft van alle deelnemers plus 1 de sprong gemaakt heeft (bij oneven deelnemers wordt dit naar boven afgerond, dus bij 9 moeten 6 de sprong gemaakt hebben).

### Lange mat

Niv.1	overslag (B)	arabier flick-flack (B)
Niv.2	handstanddoorrol (A)	arabier-1/2 draai-radslag (A)
Niv.3	handstand (A)	radslag (A)

### Minitrampoline

Niv.1	hurksalto (B)	barani (B)
Niv.2	gesloten hoeksprong (A)	hurksalto (B)
Niv.3	½ draai om lengte as (A)	spreidhoeksprong (A)

### Plank Kast

#### breedte

#### lengte

Niv.1	overslag (B)	spreidsprong over (A)
Niv.2	hurksprong over (A)	nekkip af/over (B)
Niv.3	wendsprong over (A)	koprol (A)

### Mini Kast

#### breedte

#### lengte

Niv.1	los over (B)	overslag (B)
Niv.2	overslag (B)	spreidsprong over (A)
Niv.3	wendsprong over (A)	koprol (A)

Mini Pegasus

Niv.1	overslag (B)	arabier (B)
Niv.2	los op (A)	overslag (B)
Niv.3	los op (A)	koprol (A)

**JURERING SPRINGFESTIJN**

<b>Inhoud</b>	<b>(8 sprongen, 5 punten per sprong)</b>	<b>= 40,00</b>
<b>Uitvoering</b>	<b>(8 sprongen, 5 punten per sprong)</b>	<b>= 40,00</b>
<b>Samenstelling</b>		<b>= 10,00</b>
<b>Bonus</b>		<b>= <u>10,00</u></b>
		<b>100,00</b>

Per sprong is dus maximaal 10,00 punten te verdienen (5 inhoud, 5 uitvoering) en daarnaast is in het totaal nog 20 punten voor samenstelling en presentatie te verdienen. Jurering op 1 decimaal per sprong.

Bij te weinig gemaakte beurten, uitgangswaarde (UW) met 10 verminderen (dus bij 7 sprongen i.p.v. 8 UW max. 90).

**Uitvoering (40,00)**

	<b><u>Aftrek</u></b>
Val, per keer	1
Hulpverlening per keer	1
Niet maken van een sprong, per keer	1
Maken van een afwijkende sprong, per keer	1
Tempostoringen/afwezigheid, per sprong	1
Netheid/technische uitvoering, per sprongbeurt	max. 5

**Samenstelling (10,00)**

Samenstellingseis niet uitgevoerd	5
Teveel keuzebeurten	5
Overheersing van een bepaalde sprong/sprongtechniek	2
Onjuiste opbouw van moeilijkheid	2

**Bonus (10,00)**

Wordt aan het team gegeven, niet aan individuele leden	
Virtuositeit / Amplitude	t/m 5
Originaliteit	t/m 5
Presentatie voor en na de oefening	t/m 5
Correcte wedstrijdkleding (groep is hetzelfde gekleed)	t/m 5

### Bijvoorbeeld

Groep telt 7 springers, de helft plus 1 moet een sprong maken om te tellen , dit betekent dat minimaal 5 springers de sprong moeten uitvoeren. Ze springen lange mat op niveau 2.

Sprong 1	<i>gemaakt en zeer netjes (handstanddoorrol SE1<sup>1</sup>)</i>	9,5
Sprong 2	<i>gemaakt en netjes</i>	8,3
Sprong 3	<i>gemaakt en netjes</i>	8,5
Sprong 4	<i>gemaakt, maar veel slordigheden</i>	7,0
Sprong 5	<i>(SE2; arabier-1/2 dr.-radslag) door 4 springers gemaakt, 3 geweigerd of gevallen (geen technische waarde van 5 punten; 3 punten aftrek vallen/weigeren; 1 overig)</i>	1,0
Sprong 6	<i>gemaakt en goede uitvoering</i>	8,8
Sprong 7	<i>gemaakt en goede uitvoering</i>	9,0
Sprong 8	<i>gemaakt en redelijke uitvoering</i>	7,8
		59,9
Samenstelling: <i>gemiste SE2 (dus i.p.v. 10 punten 5 punten)</i>		5,0
Bonus: <i>goede uitvoering, niet echt origineel</i>		8,0
<b>Eindscore</b>		<b>72,9</b>

---

<sup>1</sup> SE1= Samenstellingseis 1.

## **5. Adressen.**

### **5.1. De aangesloten verenigingen.**

<b>Gymnastiekvereniging Brinio te Monnickendam</b>	<a href="http://www.brinio-gym.nl">www.brinio-gym.nl</a>
<b>Gymnastiekvereniging De Beukers te Edam</b>	<a href="http://www.debeukers.nl">www.debeukers.nl</a>
<b>Gymnastiekvereniging C.C.O. te Zaandam</b>	<a href="http://www.ccozaandam.nl">www.ccozaandam.nl</a>
<b>Gymnastiekvereniging D.E.V. te Oostzaan</b>	<a href="http://www.dev-oostzaan.nl">www.dev-oostzaan.nl</a>
<b>Gymnet te Purmerend</b>	<a href="http://www.gymnet.nl">www.gymnet.nl</a>
<b>Gymnastiekvereniging Hercules Beemster te Middenbeemster</b>	<a href="http://www.herculesbeemster.nl">www.herculesbeemster.nl</a>
<b>Gymnastiekvereniging Ilpenstein te Ilpendam</b>	<a href="http://www.ilpenstein.nl">www.ilpenstein.nl</a>
<b>Gymnastiekvereniging Jahn te Westzaan</b>	<a href="http://www.gvjahn.nl">www.gvjahn.nl</a>
<b>Chr. Gymnastiekvereniging Kracht en Vlugheid te Zaandam</b>	<a href="http://www.krachtenflugheid.nl">www.krachtenflugheid.nl</a>
<b>Gymnastiekvereniging Kwiek te Wormer</b>	<a href="http://www.kwiekwormer.dds.nl">www.kwiekwormer.dds.nl</a>
<b>Gymnastiekvereniging Lycurgus Hygiëa te Krommenie</b>	<a href="http://www.LH-krommenie.nl">www.LH-krommenie.nl</a>
<b>Turnvereniging St. Mauritius te Volendam</b>	<a href="http://www.mauritiusvolendam.nl">www.mauritiusvolendam.nl</a>
<b>Gymnastiekvereniging Sparta te Broek in Waterland</b>	<a href="http://www.spartabroekinwaterland.nl">www.spartabroekinwaterland.nl</a>
<b>Gymnastiekvereniging Swift te Assendelft</b>	<a href="http://www.gymverenigingswift.nl">www.gymverenigingswift.nl</a>
<b>Gymnastiekvereniging Wilskracht te Landsmeer</b>	<a href="http://www.wilskrachtlandsmeer.nl">www.wilskrachtlandsmeer.nl</a>
<b>Gymnastiekvereniging Wormerveer 2000 te Wormerveer</b>	<a href="http://www.wormerveer2000.nl">www.wormerveer2000.nl</a>
<b>Gymnastiekvereniging Olympia Oosthuizen</b>	<a href="http://www.olympia-oosthuizen.nl">www.olympia-oosthuizen.nl</a>

## 5.2. Rayoncommissieleden.

### Rayon Zaanstreek/Waterland

voor bestuurszaken e-mail: [voorzitter@turnrayonZW.nl](mailto:voorzitter@turnrayonZW.nl)  
[secretariaat@turnrayonZW.nl](mailto:secretariaat@turnrayonZW.nl)  
[penningmeester@turnrayonZW.nl](mailto:penningmeester@turnrayonZW.nl)

voor wedstrijd zaken e-mail: [wedstrijdzaken@turnrayonZW.nl](mailto:wedstrijdzaken@turnrayonZW.nl)  
[juryzaken@turnrayonZW.nl](mailto:juryzaken@turnrayonZW.nl)  
[inschrijvingen@turnrayonZW.nl](mailto:inschrijvingen@turnrayonZW.nl)

#### **Voorzitter**

Aldo Rus, Zwaluwstraat 12, 1521 XT, Wormerveer, 075 621 9447

#### **Secretaris/Notuliste**

Vacature

Waarnemer Anke de Kruijf tot de overdracht

#### **Penningmeester/Financiële administratie**

Bert van Vuren, Meerkoetstraat 11, 1121 VX Landsmeer 020 – 482 5901

2° Penningmeester Bob Zwaal

#### **Lid Wedstrijdzaken**

Bob Zwaal, Koediep 17, 1509 XW, Zaandam, 075 771 7218 of 06 48 12 62 62

Anke de Kruijf, Boukezoom 36, 1541 PA, Koog aan de Zaan, 06 12 67 11 03

(waarnemer Hanny v/d Dobbelsteen tot de overdracht)

Hanny v/d Dobbelsteen, Spaarndamstraat 16, 1507 KB, Zaandam, 075 616 1997

#### **Lid Jury zaken**

Esther van de Vooren, Ouverture 15, 1507 TP, Zaandam, 075 612 5545