

Helpdesk NTS Reglement Turnen Dames 2017-2018

Algemeen:

In de toestelbepalingen bij balk is de volgende informatie toegevoegd bij het gebruik van matten: Voor de veiligheid van de turnsters dient de vloer rondom en onder de evenwichtsbalk en de landingsplaats volledig bedekt te zijn met matten van minimaal 0.12 meter of 0.20 meter dikte. Indien niet voldoende matten in de accommodatie aanwezig zijn, waardoor enkel met matten van 0.05 meter dikte kan worden gewerkt, dient de balk 0.15 meter lager geplaatst te worden. Gemeten vanaf de vloer betreft dit respectievelijk 0.85 meter en 1.10 meter.

Brug keuze:

Toelichting Samenstellingsaftrek & Toestel aftrekken

De liggerwissel moet uitgevoerd worden met een element uit de Elemententabel.

Voor supplement D geldt dat de liggerwissel mag plaatsvinden met het element zolendraai. Indien de liggerwissel met een niet bestaand element (bijvoorbeeld ophurken met liggerwissel (= TA) – TA elementen tellen niet voor supplement D) plaats vindt, volgt -0.50 aftrek.

Voor supplement A t/m C is het element zolendraai geen liggerwissel en volgt de aftrek van -0,50 voor Springen met afzet van 2 voeten vanaf de LL naar HL.

De zolendraai wordt als volgt beoordeeld voor de verschillende supplementen:

Zolendraai	Supplement A t/m D	Supplement E t/m H
Zowel gehurkt als gehoekt krijgt A-waarde met aftrek voor gebogen benen	A-waarde (5.108): 0,10/0,30/0,50 aftrek voor gebogen benen (Indien daarna liggerwissel: 0,50 aftrek A t/m C)	A-waarde (5.108): 0,10/0,30/0,50 aftrek voor gebogen benen OF TA-waarde (5.008) indien met liggerwissel

Voor wat betreft de verbindingswaarde in de verschillende supplementen voor de verbinding:

Gehoekte zolendraai – pendelkip aan de HL

- Supplement A t/m C: 2x A-element + 0.50 aftrek voor 'springen naar HL vanaf 2 voeten'
- Supplement D : 2x A-element (geen aftrek voor 'springen naar HL vanaf 2 voeten')
- Supplement E : 2x A-element, geen VW (want elementen niet direct verbonden vanwege sprong naar HL vanaf 2 voeten **OF** TA-zolendraai + A (geen VW, rekenen in het voordeel van de turnster)
- Supplement F, G, H: TA-zolendraai + A
Geef SE-3, liggerwissel vanuit element (F en G)
Geef 0.10 VW voor TA + A

Balk voorgeschreven oefenstof

Toelichting opsprong Jeugd 1 N2, N3 en N4:

Indien men kan kiezen uit een opsprong uit de Elemententabel, dan dient de uitvoering te voldoen aan de omschrijving van dit element. Voor de niveaus N2, N3 en N4 is opsprong met B-waarde een plus-element. Er mag ook een opsprong met C-waarde geturnd worden en dit geeft net als een opsprong met B-waarde een bonus van +0,30. Een opsprong met D-waarde is niet toegestaan.

Balk keuze:

Toelichting Samenstellingseis 3 supplement A t/m C: Acrobatische verbinding op de balk

De acrobatische elementen mogen hetzelfde of verschillend zijn om de eis te kunnen behalen.

Vraag: Voor supplement A t/m D zijn TA-elementen niet toegestaan. Worden op balk gymnastische sprongen met TA waarde uitgevoerd in parallelstand geldige A elementen voor A t/m D?

Nee, deze elementen tellen niet in supplement A, B, C en D omdat in deze niveaus TA-elementen niet bestaan en niet-bestaande elementen niet opgewaardeerd kunnen worden.

In supplement E t/m H kan een TA-element, welke in parallelstand wordt uitgevoerd, wel opgewaardeerd worden naar een A-element.

Vraag en toelichting bij de aftrek op balk voor opsprong zonder MW:

In supplement A,B,C en D hebben TA elementen geen MW. Betekent dit, dat als een turnster in supplement A,B,C of D een TA opsprong doet (behalve ophurken en overspreiden tot zit) deze geteld wordt als A-element?

Ja, dat klopt. Alle opsprongen die niet in de NTS Elemententabel staan mogen als A worden geteld door de juryleden. Dit kunnen dus ook TA-elementen zijn, aangezien deze elementen niet mee tellen voor supplement A t/m D. De uitzonderingen zijn inderdaad ophurken en overspreiden/heffen tot rijzit; indien een turnster in supplement A t/m D kiest voor één van de twee opsprongen volgt een aftrek van 0.10 voor een opsprong zonder MW.

Vloer voorgeschreven oefenstof

Toelichting uitvoering handstand heffen / kaatsen in N-niveaus:

Vanuit ligsteun wordt handstand heffen of kaats tot handstand gevraagd. Dit mag zowel met gesloten als gespreide benen uitgevoerd worden.

Vraag handstand doorrol D-niveaus: Indien een turnster na de handstand doorrol even voor aan de grond aan raakt of toucheert met handen, voordat ze terugrolt naar kaars, is dit dan een val?

Handen mogen in principe niet aan de grond (actieve hurkzit als het tot hurkzit moet; handen dan voor of zij of hoog maar niet aan de grond). Toucheren is inderdaad geen aftrek, maar als het gewicht op de handen is, het dus steunen wordt of afzetten/ terugduwen voor kaars, dan zou het als val gerekend kunnen worden.

Vloer keuze oefenstof

Toelichting Samenstellingseis 1: een danspassage samengesteld uit twee verschillende sprongen of huppen, direct of indirect verbonden (met snelle passen, kleine sprongetjes, huppen, chassées en chaîné draaien), waarvan één sprong met beenspreiding.

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

Toelichting Acrolijnen:

Alle acro-elementen NA de laatste acrolijn worden niet geteld voor de moeilijkheidswaarde en kunnen daardoor geen samenstellingseis vervullen of verbindingswaarde krijgen. De afsprong is de laatst tellende acrolijn en er wordt geen afsprong erkend als er 1 acrolijn wordt uitgevoerd.

Voorbeeld series supplement D:

Arabier-flick flack-hurksalto a.o. & salto v.o. gestrekt - sisonne

Er wordt 1 acrolijn geturnd, waardoor de salto voorover gestrekt geen moeilijkheidswaarde krijgt en er ook geen verbinding wordt geteld. Er is geen afsprong geturnd.

Voorbeeld series supplement F:

Arabier-flick flack & salto voorover gehurkt & boogje achterover-hurkhoeksprong

Er worden 2 acrolijnen geturnd. Het boogje achterover na de 2^e acrolijn krijgt geen moeilijkheidswaarde en dus ook geen verbindingswaarde.

Voorbeeld series supplement D:

Arabier-flick flack-hurksalto a.o. & salto voorover gestrekt – sisonne & arabier-streksalto a.o.

Er worden twee acrolijnen geturnd en de salto voorover gestrekt wordt uitgevoerd voor de laatste acrolijn. In dit geval telt de salto voorover gestrekt mee voor de moeilijkheidswaarde.

Vraag: Kan een hechtrol uitgevoerd worden als element binnen een acrolijn?

De hechtzweefrol (3.102) mag beoordeeld worden als acrobatisch element met vlucht en kan uitgevoerd worden binnen een acrolijn. Echter is een zweefrol geen acrobatisch element met vlucht én voor alle duidelijkheid een zweefrol is niet hetzelfde als een slechte hechtzweefrol en zal dus ook niet als A beoordeeld worden met aftrek.