***Reglement springfestijn 2023***

Rayon Zaanstreek-Waterland

Het springfestijn is een sportieve wedstrijd voor groepen ter afsluiting van het seizoen.

LEEFTIJDSCATEGORIEËN

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

HOE WERKT HET?

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.

Voor aanvang van de wedstrijd op elk onderdeel, wordt er gelegenheid gegeven om in te springen (5 minuten). 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 moet ook aangegeven zijn de waarde van de sprong en de samenstellingseis.

**De 8 wedstrijd sprongen dienen binnen 10 minuten gesprongen te worden.**

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

Er mag een groepsleiding aanwezig zijn om de sprongen op te lezen, die staat aan het begin van de aanloop.

WELKE TOESTELLEN?

De volgende toestellen worden uitgevoerd tijdens het springfestijn. Zie het overzicht hieronder voor alle eisen en bijzonderheden.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Toestel:*** | ***Eisen:*** | ***Bijzonderheden:*** |
| Airtrack of lange mat  | 8 sprongen waarvan 2 series synchroon  | \* lange mat enkel voor mini’s en pupillen niveau 3 |
| Mini trampoline  | 8 sprongen  | \* bij de mini’s mag de aanloop over een bank |
| Kast met springplank | 4 breedte & 4 lengte sprongen | \* bij mini’s -2 delen en met plankoline\* pupillen -1 deel en plank\* turn(st)ers gehele kast en plank |
| Kast met trampoline  | 4 breedte & 4 lengte sprongen | \* alleen voor mini’s en pupillen\* bij de mini’s mag de aanloop over een bank |
| Pegasus met trampoline | 8 sprongen | \* alleen voor turn(st)ers. \* verplichte hoogte 1.35m |

NIVEAUS

Deelname is mogelijk vanuit verschillende niveaus. Per toestel mag een ander niveau gekozen worden:

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

Niveau 2:  7A sprongen en 1B sprong (6A en 2B mag ook)

Niveau 3:  8A sprongen

WAARDERING SPRONGEN

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

|  |
| --- |
| * **B-sprongen**
 |
| Lange mat en airtrack | Kast – plank of tramp | Pegasus - tramp | Minitrampoline  |
| StutZweefradslag Overslag FlikflakFlakflikBoogje vw/awLosse radslagSalto+ moeilijker  | Dievensprong Los over Kop/Nekkip over Arabier over Overslag af/over(Tip)salto af/over+ moeilijker  | Los overKop/Nekkip over Arabier over Overslag over (Tip)salto af/overKeren+ moeilijker  | 1/1 draai lengteasSalto Barani + moeilijker  |

**\* een keuzesprong telt als B-sprong wanneer de helft van alle deelnemers+1 een B-sprong heeft gemaakt.**

SAMENSTELLINGSEISEN

Per toestel zijn er twee samenstellingseisen. Iedere ontbrekende eis geeft een aftrek van 5 punten. **Een eis geldt pas wanneer de helft van de groep+1 de sprong gemaakt heeft.** Bij oneven deelnemers wordt dit naar boven afgerond (dus bij 9 moeten er 6 de sprong gemaakt hebben).

Er mogen twee keuzesprongen gemaakt worden. Bij deze keuzesprongen hebben de turn(st)ers de mogelijkheid om zelf een sprong te kiezen. De sprongen mogen bij iedereen anders zijn, maar dit is niet verplicht.

Niveau 1:

|  |  |
| --- | --- |
| ***Toestel:*** | ***Samenstellingseisen:*** |
| Airtrack of lange mat  | SE1: Directe serie van 3 elementen waarvan 1 arabierSE2: Overslag (B) |
| Mini trampoline  | SE1: Hurksalto (B)SE2: Barani (B) \* \*mini’s: barani (B) of arabier op de mat (A) |
| Kast met springplank\* (\*mini’s plankoline) | SE1: breedte > overslag (B)SE2: lengte > arabier over (B)\* \*mini’s: arabier over (B) of overslag af (B) |
| Kast met trampoline (mini’s en pupillen) | SE1: breedte > arabier over (B)SE2: lengte > overslag over (B)\*\*mini’s: overslag over (B) of overslag af (B) |
| Trampoline pegasus (turn(st)ers) | SE1: Overslag (B)SE2: Arabier over (B)   |

Niveau 2:

|  |  |
| --- | --- |
| ***Toestel:*** | ***Samenstellingseisen:*** |
| Airtrack of lange mat  | SE1: Handstanddoorrol (A)SE2: Aanloop arabier ½ draai-radslag (A) |
| Mini trampoline  | SE1: Spreidhoeksprong (A)SE2: Hurksalto (B) |
| Kast met springplank\* (\*mini’s plankoline) | SE1: breedte > wendsprong (A) of arabier (B)SE2: lengte > overslag af of over (B) |
| Kast met trampoline (mini’s en pupillen) | SE1: breedte > overslag (B)SE2: lengte > opspringen-spreidhoeksprong af (A) |
| Trampoline pegasus (turn(st)ers) | SE1: Opspringen-spreidhoeksprong af (A)SE2: Overslag  (B) |

Niveau 3:

|  |  |
| --- | --- |
| ***Toestel:*** | ***Samenstellingseisen:*** |
| Airtrack of lange mat  | SE1: Handstand (A)SE2: Radslag (A) |
| Mini trampoline  | SE1: Spreidsprong (A)SE2: ½ draai sprong (A) |
| Kast met springplank\* (\*mini’s plankoline) | SE1: breedte > wendsprong (A)SE2: lengte > koprol over (A) |
| Kast met trampoline (mini’s en pupillen) | SE1: breedte > wendsprong (A)SE2: lengte > opspringen-spreidsprong af (A) |
| Trampoline pegasus (turn(st)ers) | SE1: Los op-½ draai sprong af (A)SE2: Doorhurken of overspreiden (A) |

BONUS

Bonus wordt toegekend voor **originaliteit of extra moeilijkheid** bijvoorbeeld:

* Wanneer de helft van de groep+1 bij de keuze een sprong doet die niet eerder gedaan is gedaan.
* Of wanneer er bij de keuze (de helft van de groep+1) allemaal seriesprongen worden gedaan (bij N1 moet er dan minstens een salto in de seriesprong zitten.
* Wanneer er een originele groepssprong wordt gemaakt.

**JURERING**

***Inhoud (8 sprongen, 5 punten per sprong) = 40.00***

***Uitvoering (8 sprongen, 5 punten per sprong) = 40.00***

***Samenstelling = 10.00***

***Bonus = 10.00***

 ***100.00***

Per sprong is dus maximaal 10.00 punten te verdienen (5 inhoud, 5 uitvoering) en daarnaast is nog 10 punten voor de samenstelling en 10 punten bonus voor originaliteit/extra moeilijkheid te verdienen. Jurering op 1 decimaal per sprong.

Bij te weinig gemaakte beurten, uitgangswaarde (UW) met 10.00 verminderen (dus bij 7 sprongen i.p.v. 8 UW naar max. 90.00)

***Uitvoering (40.00) Aftrek:***

Val, per keer 1

Hulpverlenen per keer 1

Niet maken van een sprong, per keer 1

Maken van een afwijkende sprong, per keer 1

Tempostoring/afwezigheid, per sprong 1

Netheid/technische uitvoering, per sprongbeurt 1

 Max 5.

**Samenstelling (10.00)**

Samenstellingseis niet uitgevoerd 5

Te veel keuze beurten 5

Overheersing van een bepaalde sprong/sprongtechniek 2

Onjuist opbouw van moeilijk 2

**Bonus (10.00) wordt als team gegeven, niet 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 + 1 moet een sprong maken om te tellen, dit betekent dat minimaal 5 springers de sprong moeten uitvoeren. Ze springen lange mat, niveau 2.*

Sprong 1: gemaakt en zeer netjes (handstanddoorrol SE1) 9.5

Sprong 2: gemaakt en netjes 8.3

Sprong 3: gemaakt en netjes 8.5

Sprong 4: gemaakt maar veel slordigheden 7.0

Sprong 5: (SE2: arabier ½ draai radslag) door 4 springers gemaakt, 1.0

3 geweigerd of gevallen, (geen technische waarden van 5.00;

3 punten aftrek vallen/weigeren; 1 overig)

Sprong 6: gemaakt en goede uitvoering 8.8

Sprong 7 gemaakt en goede uitvoering 9.0

Sprong 8: gemaakt en redelijke uitvoering 7.9

       -------------

 60.0

Samenstelling: gemiste SE2 (dus i.p.v. 10.00 punten wordt het 5.00 punten) 5.0

Bonus: goede uitvoering en origineel 8.0

      --------------

 **Eindscore 73.0**