

Q&A Nieuw Reglement

Breedtesport (okt. 2025)

Beste trainers, coaches en juryleden,

Bedankt voor het insturen van de vele vragen! We merken dat er veel betrokkenheid en interesse is, en dat helpt ons om zaken duidelijker uit te leggen. Met deze nieuwsbrief hopen we meer helderheid te bieden rondom de nieuwe regels, zodat iedereen met plezier en vertrouwen kan werken aan een goed en succesvol seizoen!

Met sportieve groet,

Acrogym Breedtesport

SUP 1 (Junior, Senior)

1. **Vraag:** Voor SUP 1 mag je een keuze element uit de FIG tabellen gebruiken. Welke tabellen zijn dit?

Antwoord: De FIG tabellen kan je vinden onder de volgende link: <https://www.gymnastics.sport/site/rules/#8> document: 1.6 2025-2028 ACRO Table of Difficulty.

2. **Vraag:** Moet bij 1A, trio SUP 1&2 de spagaat uitgevoerd worden zonder handen steunend?

Antwoord: Nee, de spagaat mag met de handen van de bovenpartner steunend op de handen van de onderpartners worden uitgevoerd. De splithang (pancake) moet worden uitgevoerd met de handen van de bovenpartner op zijn/haar enkels/voeten/onderbenen.

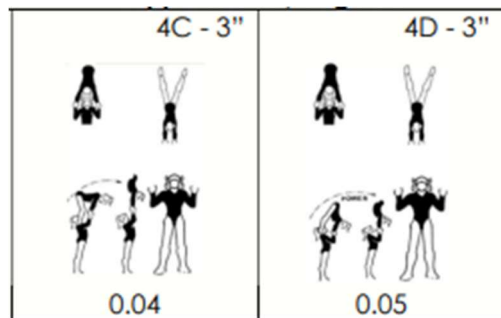


3. **Vraag:** Mag je bij SUP 1 duo een lage splithang uitvoeren uit het FIG reglement en deze verbinden met de hoge splithang uit rij 1?

Antwoord: Ja, dat mag!

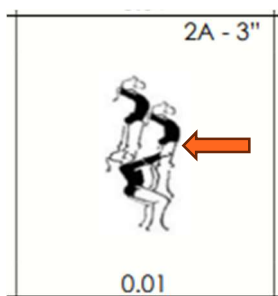
4. **Vraag:** Bij de parenbalans SUP 1: waarom wordt er onderscheid gemaakt tussen element 4C en 4D? Bij de FIG wordt dit namelijk gezien als hetzelfde element en krijgen ze dezelfde waarde.

Antwoord: Dit onderscheid is bewust gemaakt om het heffen naar handstand (en de voorbereiding daarop) binnen de breedtesport te stimuleren en krijgt dus meer waarde.

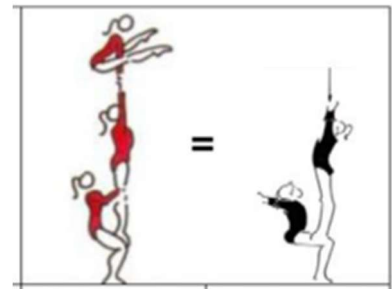


5. **Vraag:** Mag de triotoren 2A in SUP 1 ook uitgevoerd worden terwijl de middenpartner andersom staat? Dus BP/MP gezichten naar elkaar? Om op deze manier de combinatie met de handstand 4B te kunnen maken?

Antwoord: Ja, dat mag!



Voorbeeld uit FIG nieuwsbrief:

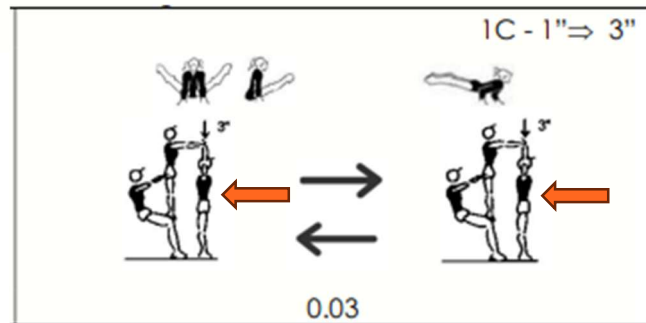


6. **Vraag:** Bij SUP 1 is het bij een kwartet verplicht om ook een FIG element te kiezen. Wat wordt daarin verwacht bij een kwartet, aangezien dames kwartet niet bestaat in de ABC lijn?

Antwoord: Er wordt verwacht dat ook een dameskwartet een element uit de FIG tabellen kiest, conform de speciale vereisten van het niveau.

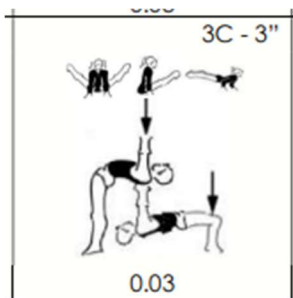
7. **Vraag:** Kwartetten balans SUP 1, 1C. Wat is de juiste uitvoering in deze motion voor de OP die op de benen van de andere OP staat. Wanneer de motion wordt gedaan, gaat de BP tegen het hoofd van de OP aan. Mag de OP het hoofd opzij doen? Moet ze inhurken?

Antwoord: Bij het uitvoeren van deze motion mag de OP het hoofd opzij doen, maar het inhurken bij een motion geeft technische aftrek. Het is wel toegestaan dat de partner waarop de motion uitgevoerd wordt, met het gezicht de andere kant op staat (stilistische variatie op het element).



8. **Vraag:** Kwartetten balans SUP 1, 3C Qua afstand is dit element niet haalbaar voor de 2e OP, ze kan wel met bogen benen in een half tafeltje liggen, maar de verhouding klopt niet. De benen zijn namelijk langer dan armen. Hoe uit te voeren?

Antwoord: De uitvoering vraagt wanneer de verhoudingen tussen de onderpartners niet geheel kloppen meer lenigheid en flexibiliteit in de rug van de middenpartner.



9. **Vraag:** In de balansoefening bij SUP 1 moet elke partner 3 individuele elementen uitvoeren met een vrije keus uit de categorieën flexibiliteit, kracht en balans, of behendigheid. Maakt het niet dan uit dat één partner 2 of 3x uit dezelfde categorie een individueel element uitvoert? En hoeven ze niet meer, zoals vorig jaar, uit alle categorieën een individueel elementen uitvoeren door het hele team?

Antwoord: In de speciale vereisten staat dat de keuze uit de categorieën kracht en balans, lenigheid en behendigheid volledig vrij is. Dit betekent dat een partner ook 3 individuele elementen uit dezelfde (balans) categorie mag uitvoeren. Het is dus niet langer verplicht om alle categorieën aan bod te laten komen. De keuzevrijheid is groter geworden, mede omdat er geen moeilijkheidswaarde gegeven wordt aan individuele elementen.

10. **Vraag:** In het reglement is te vinden bij 20.6 dat er maximaal 4 elementen/piramides mogen per oefening. Echter moeten teams (SUP 1) uit alle 4 de rijen een element kiezen én een element kiezen uit de FIG tabellen. Is dit een typefout en moet dit maximaal 5 zijn, of moet ik deze regel anders lezen?

Antwoord: De regel van maximaal 4 piramides klopt (20.6 gaat alleen over groepen). In SUP 1 kiezen bv. trio's uit rij 1 t/m 3, 2 verplichte elementen. Daarnaast kiezen zij 1 verplicht handstand element en 1 keuze element uit de FIG tabellen. Dat zijn in totaal 4 elementen/piramides.

11. **Vraag:** Kwartetten SUP1 dynamisch: klopt het dat er geen enkele basket achterover in de tabellen staat? Of mag je in rij 3 ook basket ao doen i.p.v. voorover? In rij 3 mag je dubbele toss immers ook voorover doen i.p.v. achterover op basis van pagina 5.

Antwoord: Dat klopt, er staan momenteel geen baskets achterover in de tabellen. Deze zullen in een volgende versie van de moeilijkheidstabellen worden toegevoegd. Het voorbeeld dat je noemt is echter niet toegestaan, omdat de essentie van het element verandert wanneer de draairichting van de salto wordt aangepast.

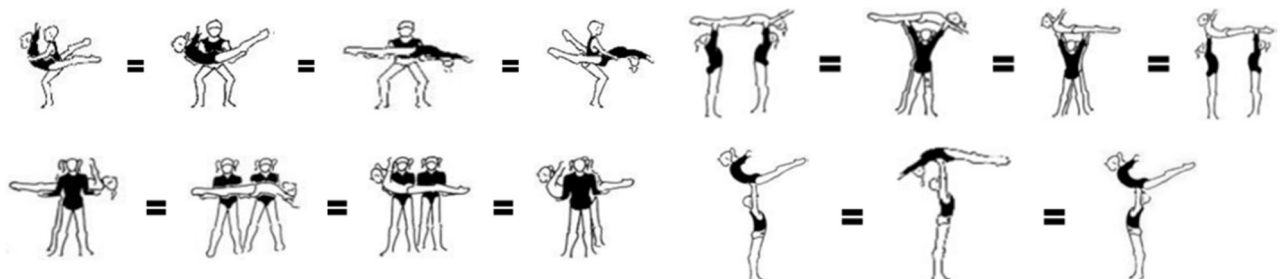
SUP 2 (Jeugd, Junior, Senior)

12. **Vraag:** Op p.5 van de moeilijkheidstabellen staat vermeld dat vliegtuigje v.o. hetzelfde is als vliegtuigje a.o. Betekent dit dan ook dat bij bijv. element 6B (p.22 duo SUP 2) ook vanuit vliegtuigje v.o. uitgevoerd mag worden met 1/4 rotatie a.o tot stand?

Antwoord: Het voorbeeld dat je noemt is niet toegestaan, omdat de essentie van het element verandert wanneer de draairichting van de salto wordt aangepast. In de nieuwe versie van de moeilijkheidstabellen zullen deze elementen worden toegevoegd.

13. **Vraag:** In de eisen van SUP 1 en 2 staat dat je niet meer dan 2 of 3 (afhankelijk van het niveau) horizontale catches mag uitvoeren. Wat bedoelen ze precies met horizontale catches? Bedoelen ze dan alleen de landing tot catches of alleen de starthouding? Of allebei? (Voorbeeld: In SUP 2 mag mijn team de volgende elementen uitvoeren: 4B, 5B en 6B? Of niet, omdat 4B ook telt als horizontale catch omdat de starthouding vanuit een catch is?)

Antwoord: Bij deze regel gaat het altijd om de eindhouding (want het is een catch). Met horizontale catches worden de volgende eindhoudingen bedoeld:



14. **Vraag:** In SUP 2, rij 6. Klopt het dat deze elementen mogen worden uitgevoerd met óf een beginhouding basket óf een beginhouding toss?

Antwoord: Ja, dat klopt!



15. **Vraag:** Paren SUP 2, element 5D. Is dit element ook mogelijk met een andere starthouding? Beengooien met 1 been omhoog?

Antwoord: Nee, dat is niet toegestaan en is een andere starthouding. Er mag alleen bij armen of heupen vastgehouden worden.



16. **Vraag:** SUP 2, trio, 5E. Mag dit element ook een toss vanuit schouderzit zijn? Dan wordt het een salto voorover. Deze houding staat wel in rij 6 als optie (variant) maar dan is het een achterover salto.

Antwoord: Nee, dat is niet toegestaan. De essentie van het element (achterover i.p.v. voorover) veranderd (zie ook vraag 12).



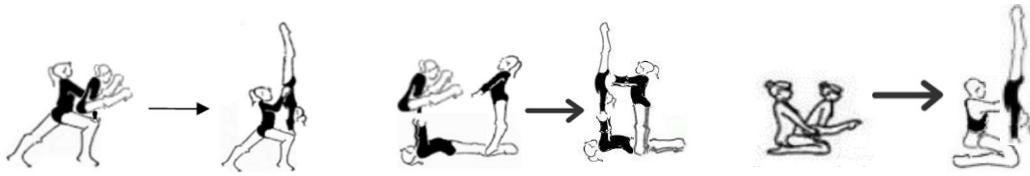
SUP 3 (Jeugd, Junior, Senior)

17. **Vraag:** Is het bij SUP 3 combinatie (trio), rij 4 onderdeel 4F de bedoeling dat de top van spreidhoek zelfstandig heft naar handstand of mag de middenpartner hierbij helpen?

Antwoord: Gedurende het hele element mag de onderpartner de bovenpartner uitsluitend bij **de zij, heupen of bovenbenen** vasthouden. Dat geldt voor **alle** hef elementen met ondersteuning van de onderpartner.

- De bovenpartner begint met een spreidhoek van 1 seconde. Dit kan **met of zonder** ondersteuning van de onderpartner.

- Vervolgens beweegt de bovenpartner middels heffen naar een handstand. Tijdens deze motion **moet** de onderpartner ondersteuning bieden, terwijl de bovenpartner duidelijke controle toont.



18. **Vraag:** SUP 3, combinatie trio, element 1E: op het plaatje staan de onderpartners tegenover elkaar. Is dit de bedoeling of is het gewoon de bedoeling dat ze naast elkaar schouder aan schouder staan?

Antwoord: Deze houdingen worden als hetzelfde gezien, conform de FIG.



SUP 4 en 5 (Pupil, Jeugd, Junior, Senior)

19. **Vraag:** Mag je in SUP 4 (en 5) een eigen oefening maken of komt er een verplichte oefening?

Antwoord: In SUP 4 (en 5) mag er een eigen oefening gemaakt worden. Er komen geen verplichte oefeningen zoals in de E-instap uit de vorige cyclus. Uiteraard mogen deze oefeningen wel gebruikt worden.

20. **Vraag:** Waarom is gekozen dat SUP 5 alleen maar uit duo's kan bestaan?

Antwoord: Dit mede gebaseerd op het FIG Age Group Program, waarin jonge sporters altijd in paren starten. Dit is bewust zo gekozen: in duo's leren kinderen de basis van vertrouwen, balans en samenwerking op een veilige manier. Grotere formaties (trio's of viertallen) zijn technisch uitdagender en fysiek zwaarder. Door eerst in paren te beginnen, bouwen sporters een stevig fundament waarmee ze later veilig kunnen doorgroeien.

21. **Vraag:** Mag een brug met een hurkje ook i.p.v. een tafeltje met hurkje worden uitgevoerd?

Antwoord: Er bestaat in de moeilijkheidstabellen geen bruggetje met hurksteun. Het element moet worden uitgevoerd zoals dit plaatje:



Overige vragen

22. **Vraag:** Moeten de elementen op volgorde van de rijen uitgevoerd worden in de oefening, of mag er begonnen worden met een element uit, bijvoorbeeld, rij 5?
Antwoord: De elementen hoeven niet op volgorde van de rijen uitgevoerd te worden, de keuze van volgorde is vrij.
23. **Vraag:** Wat is de reden dat jullie hebben gekozen voor minder variatie in elementen?
Antwoord: We hebben hiervoor gekozen om een duidelijkere opbouw in de elementen te creëren. Zo sluiten ze beter aan op de doorstroom naar een hoger niveau (en uiteindelijk het ABC-niveau). Door het toevoegen van rijen zijn de nieuwe moeilijkheidstabellen toegankelijker en overzichtelijker. Alle elementen staan nu per rij, waardoor houdingen van onder- en bovenpartner niet meer apart gezocht hoeven te worden. Dit verkleint de kans op fouten op het wedstrijdblad én maakt voor sporters duidelijker wat zij moeten beheersen om door te stromen naar een hoger niveau.
24. **Vraag:** Moet iedere piramide vanaf de grond af aan opgebouwd worden? Of mogen we nog steeds combineren?
Antwoord: Piramides hoeven niet apart vanaf de grond opgebouwd te worden. Rijen (of elementen uit FIG, SUP 1) mogen met elkaar verbonden of gecombineerd worden.
25. **Vraag:** In het geval van een trio, mogen de onderpartners nog wel wisselen per element wie er onder of midden is? Zolang de bovenpartner gelijk is?
Antwoord: Ja, dat klopt. De midden/onderpartner mag wisselend zijn, zolang de bovenpartner maar gelijk blijft.
26. **Vraag:** Artikel 41.2. Wordt artistiek nu beoordeeld van 0 tot 10? Dit is toch juist aangepast naar 5 tot 10?
Antwoord: Nee, artistiek wordt nog steeds beoordeeld met een eindcijfer tussen de 5 en 10. In een volgende versie van het reglement zal dit worden aangepast.
27. **Vraag:** Is er al bekend welke limieten er zijn om in aanmerking te komen voor een doorstroming?
Antwoord: Nee, de limieten voor doorstroming zijn nog niet bekend. Deze zullen bekend gemaakt worden voordat de eerste districtswedstrijden van start gaan.