

In deze nieuwsbrief tref je de wijzigingen aan behorend bij het Nederlands Wedstrijdreglement ABC. De wijzigingen (geel gearceerd) zijn **onder voorbehoud** en gaan in per 1 augustus 2026.

Zoals in de vorige nieuwsbrief al stond, heeft de werkgroep juryzaken gekeken naar de huidige eisen en beperkingen van het ABC-niveau. Op basis daarvan gaan we een aantal wijzigingen doorvoeren. Het doel is om de overstap vanuit supplement 1 naar de C-lijn logischer te maken en de doorstroming van het C-niveau naar het B-niveau soepeler te laten verlopen. Daarnaast nog een aantal limiet- en leeftijdswijzigingen.

Wedstrijdinformatie

Wijziging artikel 30: Limieten

Niveau	Limiet
Senioren	Minimaal 72 punten
Junioren	Minimaal 72 punten
Jeugd	Minimaal 72 punten
Pre-jeugd	Minimaal 47 punten
A-pupil	Minimaal 23 punten
B-niveau	Minimaal 46 punten
C-niveau	Minimaal 45 punten

Wedstrijdreglement

Wijziging artikel 2: disciplines en wedstrijden

- 2.2**
- C-junior niveau (leeftijd 9 t/m 18 jaar in het jaar van de wedstrijd);
 - B-junior niveau (leeftijd 10 t/m 20 jaar in het jaar van de wedstrijd).

Wijziging artikel 17: samenstelling van oefeningen

17.13

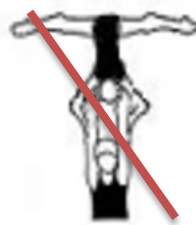
	C-niveau duo's/trio's		B-niveau duo's		B-niveau trio's	
	min	max	min	max	min	max
Balans	30	50	45	65	50	70
Dynamisch	20	40	35	55	40	60

Wijziging artikel 19: speciale vereisten balansoefening voor paren

19.2

Er moet in het A/B-niveau minimaal 1 handstand met maximaal 2 contactpunten uitgevoerd worden door de bovenpartner, gekozen uit de handstandtabel van de moeilijkheidstabellen. Als aan deze speciale vereiste niet wordt voldaan, volgt een aftrek van 1,0.

Er moet in het C-niveau minimaal 1 handstand met maximaal 4 contactpunten uitgevoerd worden door de bovenpartner, gekozen uit de handstandtabel van de moeilijkheidstabellen. Als aan deze speciale vereiste niet wordt voldaan, volgt een aftrek van 1,0. Zie afbeeldingen hieronder voor een voorbeeld van een handstand met 4 contactpunten.

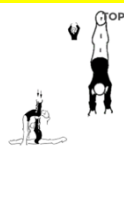


De eindhouding van het tempo-element zoals hiernaast is afgebeeld wordt niet gezien als handstand.

NL-19.2D De (balans) oefening (van paren) bevat minimaal 1 partnerelement met een motion van de bovenpartner en/of onderpartner. Als niet voldaan wordt aan deze speciale vereiste, volgt een aftrek van 1,0 punt.

Wijziging artikel 20: speciale vereisten balansoefening voor groepen
Aanvullende speciale vereisten voor de balansoefening groepen A- en B-niveau.

20.3 De bovenpartner (niet de middenpartner werkend als bovenpartner) een handstand met twee contactpunten, gekozen uit de handstandtabel van de moeilijkheidstabellen, uitvoeren op minimaal één piramide. Als niet aan deze speciale vereiste wordt voldaan, volgt een aftrek van 1,0 punt. In het C-niveau moet de bovenpartner (niet de middenpartner werkend als bovenpartner) een handstand met maximaal 4 contactpunten, gekozen uit de handstandtabel (zie pagina 15 ToD, waar alle categorieën van handstanden staan) van de moeilijkheidstabellen, uitvoeren op minimaal één piramide. Als niet aan deze speciale vereiste wordt voldaan, volgt een aftrek van 1,0 punt. Zie afbeeldingen hieronder voor een voorbeeld van een handstand met 4 contactpunten.



1	3
54/TS 24	
59/A3	



De eindhouding van het tempo-element zoals hiernaast is afgebeeld wordt niet gezien als handstand.

Beperkingen voor groepen A-, B- en C-niveau

Toevoeging Het staan op de handen op de grond (uitgevoerd door de midden- of bovenpartner) wordt verboden en krijgt geen moeilijkheidswaarde en telt niet mee voor de speciale vereisten. Dit geldt niet voor staan op één been, y-stand of zweefstand. Zie afbeelding voor een voorbeeld van een element met staan op de handen op de grond.



Wijziging artikel 23: speciale vereisten voor dynamische oefeningen

NL-23.2B en NL-23.2C: aanvullende speciale vereisten dynamische elementen paren en groepen in B-niveau wordt samengevoegd tot onderstaande speciale vereiste:

De oefening bevat minimaal één partnerelement met een salto achterover of voorover vanuit een verticale starthouding met tenminste 4/4 breedte-as rotatie. Als niet voldaan wordt aan deze speciale vereiste, volgt een aftrek van 1,0.

NL-23.2E: Aanvullende speciale vereisten dynamische elementen paren in B- en C-niveau:

Alleen in het C-niveau bevat de oefening minimaal één partner- element met een toss-up tot (hand)stand in de handen. Als niet voldaan wordt aan deze speciale vereiste, volgt een aftrek van 1,0.

In B-niveau is de toss-up optioneel, maar niet verplicht.