



GS
FRYSLÂN

INFORMATIE SEIZOEN 2024-2025

Groepsspringen Friesland

Groepsspringen E niveau

Datum: Zaterdag 9 november 2024
Plaats: Sporthal "De Doelstien" in Dokkum
Organisatie: Werkgroep i.s.m. GYM Academy Dokkum
Contact/vragen: groepspringen.noord.dg@gmail.com
Sluiting inschrijving: 30 september 2024 (24:00 uur)



Algemene info

Aangepast dit jaar is de oefenstof voor **instap**. De oefenstof voor instap is bijgevoegd in bijlage 1.

Deelname

Inschrijven voor deze wedstrijd is mogelijk via het KNGU loket, 14 september t/m 30 september (24:00 uur). Let goed op de verschillende leeftijdscategorieën!

De inschrijving staat open voor clubs uit de hele regio Friesland. Denk er bij inschrijving aan dat E een wedstrijd is waar een (recreatieve) springer met één training per week aan mee kan doen. Train je meer, schrijf je dan in voor onze C wedstrijd.

Sporters mogen per seizoen maar op één niveau uitkomen. Schrijf je in voor deze wedstrijd dan is het niet mogelijk mee te doen met de wedstrijd op 16 of 23 november 2024. Het inschrijfgeld € 20,90 per team per toestel, geschiedt door middel van een doorlopende incasso van de KNGU.

De teams doornummers bij inschrijving!

Bijv.

GVV 1 – junioren

GVV 2 – senioren

GVV 3 – jeugd

GVV 4 – jeugd

Vergeet niet **minimaal één bevoegd jurylid** op te geven, tegelijkertijd met de inschrijving. Bij deelname van 6 teams of meer is het verplicht twee juryleden op te geven. Mocht uw jurylid onverhoopt afmelden dan is uw club verplicht een ander jurylid te regelen.

Alle informatie over de wedstrijd, zoals wedstrijdschema en informatie worden ook op de KNGU website geplaatst. Tot max. 5 dagen van te voren kan het schema nog worden gewijzigd, kijk dus regelmatig!

Bij grote wijzigingen wordt de opgegeven trainer per e-mail op de hoogte gesteld.

Deelnamemogelijkheden E niveau

	instap	jeugd	junior	senior
	2019-2018	2017-2013	2012-2008	2007 en eerder
Minitramp	X	X	X	X
Lange mat	X	X	X	X
Plankoline kast	X	X		
Plank kast			X	X
Minitramp kast		X		
Minitramp springtoestel			X	X

- *Het is niet verplicht op te geven voor alle toestellen.*
- *Er worden prijzen uitgereikt per toestel.*

Groepsspringen D niveau

Datum: Zaterdag 16 november 2024
Plaats: Sporthal "De Fûgelkamp" in Harkema
Organisatie: Werkgroep i.s.m. Turnlust Drogeham
Contact/vragen: groepspringen.noord.dg@gmail.com
Sluiting inschrijving: 30 september 2024 (24:00 uur)



Algemene info

Vanaf volgend seizoen zal er vanuit de KNGU nieuwe oefenstof E/D gepresenteerd worden. Deze wedstrijd werken we nog met de huidige oefenstof.

Deelname

Inschrijven voor deze wedstrijd is mogelijk via het KNGU loket, 14 september t/m 30 september (24:00 uur). Let goed op de verschillende leeftijdscategorieën!

De inschrijving staat open voor clubs uit de hele regio Friesland. Denk er bij inschrijving aan dat D een wedstrijd is waar een (recreatieve) springer met één training per week aan mee kan doen. Train je meer, schrijf je dan in voor onze C wedstrijd.

Sporters mogen per seizoen maar op één niveau uitkomen. Schrijf je in voor deze wedstrijd dan is het niet mogelijk mee te doen met de wedstrijd op 9 of 23 november 2024

Het inschrijfgeld € 20,90 per team per toestel, geschiedt door middel van een doorlopende incasso van de KNGU.

De teams doornummers bij inschrijving!

Bijv.

GVV 1 – junioren

GVV 2 – senioren

GVV 3 – jeugd

GVV 4 – jeugd

Vergeet niet **minimaal één bevoegd jurylid** op te geven, tegelijkertijd met de inschrijving. Bij deelname van 6 teams of meer is het verplicht twee juryleden op te geven. Mocht uw jurylid onverhoopt afmelden dan is uw club verplicht een ander jurylid te regelen.

Alle informatie over de wedstrijd, zoals wedstrijdschema en informatie worden ook op de KNGU website geplaatst. Tot max. 5 dagen van te voren kan het schema nog worden gewijzigd, kijk dus regelmatig!

Bij grote wijzigingen wordt de opgegeven trainer per e-mail op de hoogte gesteld.

Deelnamemogelijkheden D niveau

	jeugd	junior	senior
	2017-2013	2012-2008	2007 en eerder
Minitramp	X	X	X
Lange mat	X	X	X
Plankoline kast	X		
Plank Kast		X	X
Minitramp kast	X		
Minitramp springtoestel		X	X

- Het is niet verplicht op te geven voor alle toestellen.
- Er worden prijzen uitgereikt per toestel.

Groepsspringen A-B-C niveau

Datum:	Zaterdag 23 november 2024
Plaats:	Sporthal "De Doelstien" in Dokkum
Organisatie:	Werkgroep i.s.m. GYM Academy Dokkum
Contact/vragen:	groepspringen.noord.dg@gmail.com
Sluiting inschrijving:	30 september 2024 (24:00 uur)



Algemene info

Een nieuwe werkgroep, nieuwe kansen. Er zijn enkel aanpassingen t.o.v. het vorige seizoen: zo zullen we geen tafel aanbieden.

Deelname

Inschrijven voor deze wedstrijd is mogelijk via het KNGU loket, 14 september t/m 30 september (24:00 uur). Let goed op de verschillende leeftijdscategorieën!

De inschrijving staat open voor clubs uit de hele regio Friesland.

Sporters mogen per seizoen maar op één niveau uitkomen. Schrijf je in voor deze wedstrijd dan is het niet mogelijk mee te doen met de wedstrijd op 9 of 16 november 2024

Het inschrijfgeld € 20,90 per team per toestel, geschiedt door middel van een doorlopende incasso van de KNGU.

De teams doornummeren bij inschrijving!

Bijv.

GVV 1 – junioren

GVV 2 – senioren

GVV 3 – jeugd

GVV 4 – jeugd

Vergeet niet **minimaal één bevoegd jurylid GS 3** op te geven, tegelijkertijd met de inschrijving. Bij deelname van 6 teams of meer is het verplicht twee juryleden op te geven, de tweede mag dit seizoen nog GS 2 zijn. Mocht uw jurylid onverhoopt afmelden dan is uw club verplicht een ander jurylid te regelen.

Alle informatie over de wedstrijd, zoals wedstrijdschema en informatie worden ook op de KNGU website geplaatst. Tot max. 5 dagen van te voren kan het schema nog worden gewijzigd, kijk dus regelmatig!

Bij grote wijzigingen wordt de opgegeven trainer per e-mail op de hoogte gesteld.

Deelnamemogelijkheden A,B,C niveau

	jeugd	junior	senior
	2017-2013	2012-2008	2007 en eerder
Minitramp	X	X	X
Airtrack	X	X	X
Plankoline Kast	X		
Minitramp springtoestel	X	X	X

- *Het is niet verplicht op te geven voor alle toestellen.*
- *Er worden prijzen uitgereikt per toestel.*
- *Na inschrijving wordt er gekeken of er categorieën samengevoegd moeten worden. Dit zal gedaan worden bij weinig inschrijvingen in de betreffende categorie.*

Microteamspringen A-B-C-D-niveau

Datum: Zaterdag 21 december 2024
Plaats: Sporthal "Sportstad" in Heerenveen
Organisatie: Werkgroep i.s.m. CSC"45 Heerenveen
Contact/vragen: groepspringen.noord.dg@gmail.com
Sluiting inschrijving: 31 oktober 2024 (24:00 uur)



Algemene info

Na een succesvolle wedstrijd vorig seizoen staat deze weer op de agenda. Ook ditmaal staat deze wedstrijd open voor teams uit district Noord.

Deelname

Inschrijven voor deze wedstrijd is mogelijk via het KNGU loket, 12 oktober t/m 31 oktober (24:00 uur). Let goed op de verschillende leeftijdscategorieën!

De inschrijving staat open voor clubs uit heel district Noord.

Sporters mogen per seizoen maar op één niveau uitkomen. Schrijf je in voor deze wedstrijd op een niveau dan is het de bedoeling dat je ook landelijk uit gaat komen op hetzelfde niveau in 2024-2025

Het € 19,25 per team per toestel. geschiedt door middel van een doorlopende incasso van de KNGU.

De teams doornummeren bij inschrijving!

Bijv.

GVV 1 – junioren

GVV 2 – senioren

GVV 3 – jeugd

GVV 4 – jeugd

Vergeet niet **minimaal één bevoegd jurylid GS 3** op te geven, tegelijkertijd met de inschrijving. Bij deelname van 6 teams of meer is het verplicht twee juryleden op te geven, de tweede mag dit seizoen nog GS 2 zijn. Mocht uw jurylid onverhoopt afmelden dan is uw club verplicht een ander jurylid te regelen.

Alle informatie over de wedstrijd, zoals wedstrijdschema en informatie worden ook op de KNGU website geplaatst. Tot max. 5 dagen van te voren kan het schema nog worden gewijzigd, kijk dus regelmatig!

Bij grote wijzigingen wordt de opgegeven trainer per e-mail op de hoogte gesteld.

Deelnamemogelijkheden A,B,C,D,E niveau

	jeugd	junior	senior
	2017-2013	2012-2008	2007 en eerder
Minitramp/Pegasus en Airtrack	X	X	X

- Er worden prijzen per niveau uitgereikt voor de totale uitslag van twee toestellen.
- Na inschrijving wordt er gekeken of er categorieën samengevoegd moeten worden. Dit zal gedaan worden bij weinig inschrijvingen in de betreffende categorie.

INSTAP OEFENSTOF

Lange mat

Koprol vo

Koprol vo streksprong koprol vo

Radslag

Radslag (*tussenhup mag*) radslag

Keuze

Keuze

Plankoline kast *(-1 of 2 delen)*

Ophurk streksprong

Ophurk streksprong

Ophurk spreidsprong

Ophurk spreidsprong

Keuze

Keuze

Minitramp *(eventueel met bank er voor)*

Streksprong

Streksprong

Spreidsprong

Spreid sprong

Keuze

Keuze

- *Keuze mag wat betreft moeilijkheid gelijk zijn aan verplichte series!*
- *Voor keuze krijg je geen extra moeilijkheid waarde!*
- *Uitvoering/techniek elementen vrij maar als groep hetzelfde.*



Onderdeel :		Vereniging:	
Categorie :		Ronde:	Niveau:
deelnemer	Sprong		
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			



Onderdeel :		Vereniging:	
Categorie :		Ronde:	Niveau:
deelnemer	Sprong		
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			



Onderdeel :		Vereniging:	
Categorie :		Ronde:	Niveau:
deelnemer	Sprong		
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			

Promotie

2023/2024 2024/2025

vereniging	categorie	toestel	niveau	niveau
Turnlust H	jeugd	lange mat	E	D
DES/LONGA	jeugd	plankoline kast	E	D
Turnlust H	jeugd	minitrampoline	E	D
CSC "45	juniores	plankoline kast	E	D
SGA	juniores	minitrampoline	E	D
MAAS	juniores	lange mat	E	D

DFS	jeugd	lange mat	D	C
Hanze	jeugd	minitrampoline	D	C
TGD	jeugd	min. Kast	D	C
WSBF	juniores	plank kast	D	C
Hercules O	juniores	minitrampoline	D	C
WSBF	juniores	min. Pegasus	D	C
Hanze	juniores	lange mat	D	C

Hanze	jeugd	minitrampoline	C	B
Turnlust H	juniores	minitrampoline	C	B
MAAS	juniores	minitrampoline	C	B
Pegasus	mix senioren	minitrampoline	C	B
Pegasus	mix senioren	airtrack	C	B
Hanze/Stanfries	mix senioren	tumbling	C	B

GVL/Shell	jeugd	tumbling	B	A
Shell/Hanze	juniores	airtrack	B	A
GVL	senioren	tumbling	B	A
GVL	senioren	min. Pegasus	B	A
Shell/Hanze	juniores	airtrack	B	A

Hierbij de teams die moeten promoveren. Mochten er maar 2 teamleden overblijven dan kan er bij opgave dispensatie worden aangevraagd! Zijn er 3 of meer teamleden dan zal het team moeten promoveren.

Uw aanvraag voor dispensatie kunt u mailen naar: groepspringen.noord.dg@gmail.com

Er zal vanaf dit seizoen deelnemerscontrole plaatsvinden op wedstrijden in Friesland