



Dutch  
Gymnastics

# Presentatie gegeven bij de brevetverlenging turnen dames 3 (TD3)

- Cyclus 2025-2028
- Najaar 2025
- [TD3 BV Showcase](#): via deze link kom je bij de showcase met de video's behorende bij deze presentatie.

# Incorrect wedstrijdtenue

## Incorrect wedstrijdtenue:

- Compressiemouwen | kousen dragen tijdens de wedstrijd
- Afgeplakte compressiemouwen | kousen worden evenmin geaccepteerd
- Bandages niet in huidskleur
- Turnpakjes met mouwen <4cm of rugpand lager dan schouderblad



0.30 neutrale aftrek

# Algemeen

Als de coach helpt NA het element (bv vlucht element brug):

- Geef WEL moeilijkheidswaarde/samenstellingseis
- Geef GEEN verbinding of afsprong bonus
- Geef 1.0 Neutrale-aftrek



# Te korte oefening

Let op:

Hoeveelheid elementen die voor MW tellen, en aantal uitgevoerde elementen kan verschillen

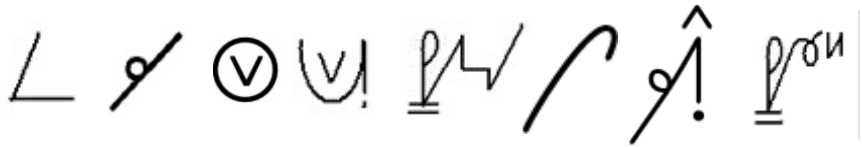
- Danselementen onder hetzelfde nummer tellen wel mee voor de te korte oefening
- Acro-elementen ná de laatste acrolijn tellen wel mee voor de te korte oefening
- Elementen zonder waarde (herhaalde elementen, of elementen niet in de elemententabel) tellen niet mee voor de te korte oefening

# Te korte oefening

Let op:

Hoeveelheid elementen die voor MW tellen, en aantal uitgevoerde elementen kan verschillen

- Op BO wordt de regel van de rootskill elementen niet toegepast voor de te korte oefening



MW: 1C, 1B, 4A → geen afsprong = 4<sup>e</sup> in de rootskill

- Op BA en VL wordt er bij tekorte oefening geen rekening gehouden met het min/max acro en dans principe.

# Algemeen sectie 7

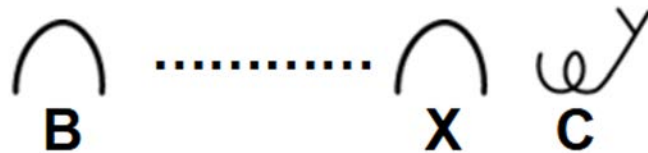
- Een element mag meer dan 1 SE vervullen

BO

 ✓ Vlucht zelfde ligger  
✓ Verschillende grepen

- Een element kan **niet** herhaald worden om een SE te vervullen

BA

  
B      X      C

X Geen SE – acroserie



**DG**

**Dutch  
Gymnastics**

# Jurybrevetverlenging TD3

## Sprong

# Bonus sprong (toestelfinale)

Bonus 0.20 wordt opgeteld bij het eindcijfer

Supplement B t/m D (TD3):

- Saltosprongen uit verschillende spronggroepen OF (B)
- Salto's met verschillende LA draai (aantal graden) (B)
- 2 verschillende salto sprongen (hoek + hurk of  $\frac{1}{2}$  dr. + hurk) (C, D)
- 2 verschillende spronggroepen (D)

Let op: er geldt een maximum D-score bij sprong.  
Sprongen van hogere waarde mogen geturnd worden, maar krijgen maar de max. D-score vermeld bij het supplement.

# Toestelspecifieke aftrek

| Slechte techniek:   | 0.10 | 0.30         | 0.50 |
|---|------|--------------|------|
| Missende graden in lengteasdraai<br>- Groep 1 met 180° draai (Half in)<br>- Groep 3 met 90° draai (Tsukahara) | >45° | >90°<br>>45° |      |
| Lichaamslijnen heup hoek/arch   | X    | X            |      |
| Handen niet naast elkaar (gr 1,2,5)   | X    |              |      |
| Gebogen armen/schouderhoek  | X    | X            | X    |
| Snap  | X    | X            |      |

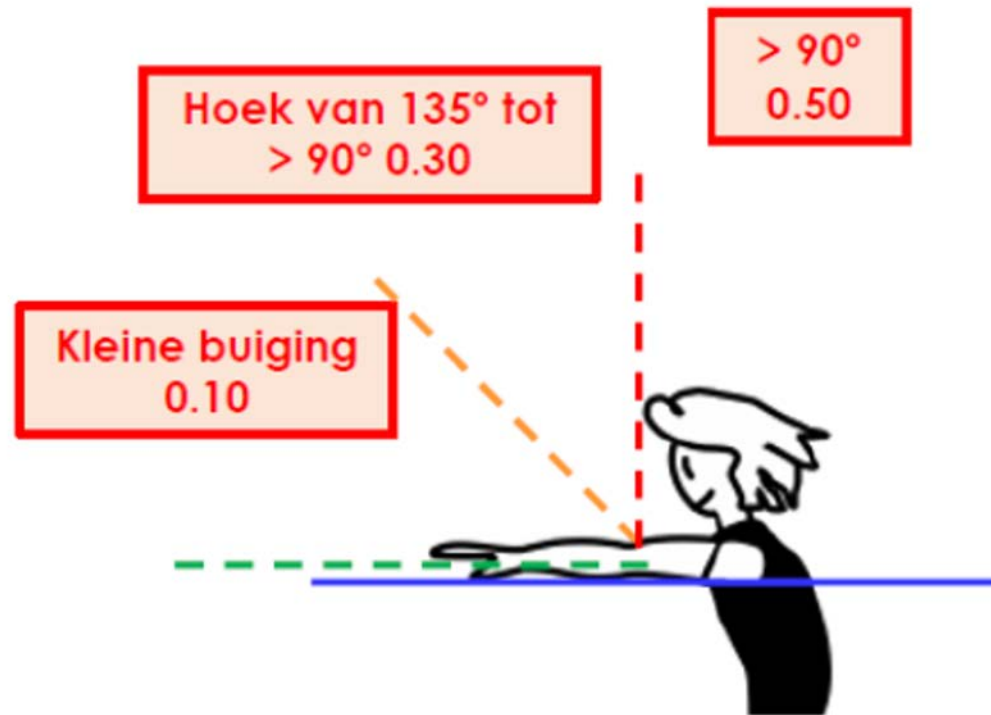
Nieuw!

Gebogen armen/schouderhoek wordt in 1 aftrek samengevoegd

# Toestelspecifieke aftrek

Nieuw!

Gebogen armen/schouderhoek wordt in 1 aftrek samengevoegd



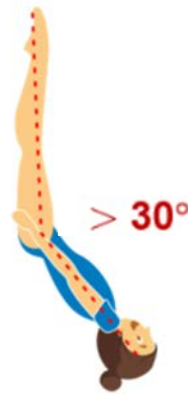
# Toekennen houding in salto's (zonder draai)

Streksalto:

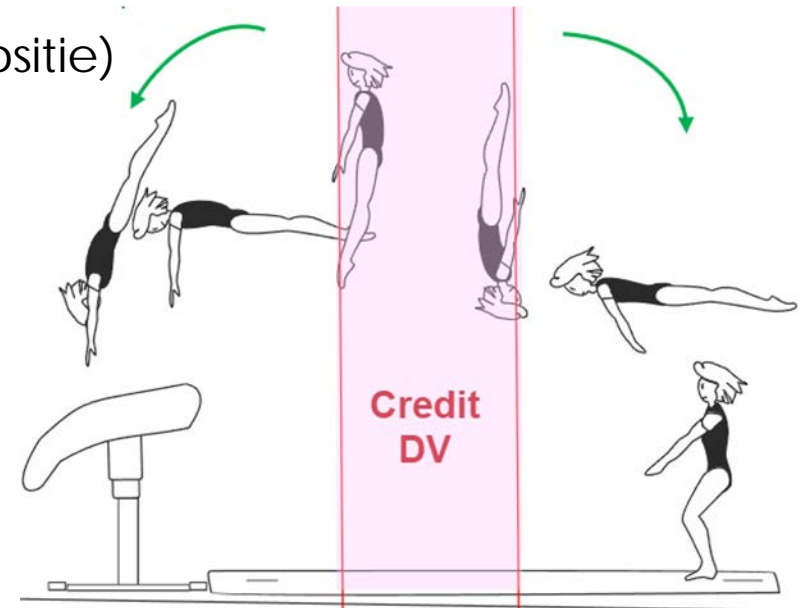
- Heupen moeten gestrekt zijn
- Heuphoek mag tot  $30^\circ$  afwijken
- Meerderheid van de sprong (van rechtop tot omgekeerde positie)



Strek



Hoek





**DG**

**Dutch  
Gymnastics**

# Jurybrevetverlenging TD3

## Brug

# Algemeen

MW:

- Omcirkel de 8 (of 7 of 6) hoogste elementen (INCLUSIEF de afsprong!)

Reminder

SE:

- De opzwaai eis moet EXACT gehaald worden, anders geen SE
- opzwaai eis mag voldaan worden door elke opzwaai die in de oefening geturnd wordt

Rootskill:

- Slechts 3 elementen van dezelfde 'rootskill' worden in chronologische volgorde geteld.
- Afhankelijk van het element en de richting van de rotatie van het element (VO vs AO | zolendraai of losom)
- Herhaalde elementen tellen mee voor beoordeling rootskill\*
- Kippen, reuzen en opzwaaien vallen niet onder de rootskill regel



\* MW: 2B, 4A → geen afsprong = 4<sup>e</sup> in de rootskill

# Wijziging: Specifieke aftrekken

| Fouten  | 0.10 | 0.30 | 0.50 |
|---|------|------|------|
| - Springen van LL naar HL (BB supplement A en B en MB supplement 7) |      |      | ●    |
| - Hang aan HL, voet plaatsen op LL en de LL vastpakken              |      |      | ●    |
| - Meer dan 2 dezelfde elementen direct verbonden met de afsprong    | ●    |      |      |



# Gesloten opzwaai (SE+E-aftrek)

Reminder

## Gesloten opzwaai (tot handstand)

### D-jury

#### Supplement B

Binnen 30° van de verticaal **Geen MW**  
Wel eis

#### Supplement C

Binnen 45° van de verticaal **Geen MW**  
Wel eis

#### Supplement D

Binnen 90° van de verticaal **Geen MW**  
Wel eis

### E-jury (A/B)

> 10° - 30° **Geen aftrek**

> 30° - 45° **-/- 0.10**

> 45° **-/- 0.30**

### E-jury (C)

> 10° - 45° **Geen aftrek**

> 45° - 60° **-/- 0.10**

> 60° **-/- 0.30**

### E-jury (D)

> 10° - 90° **Geen aftrek**

> 90° - 105° **-/- 0.10**

> 105° **-/- 0.30**

# Gesloten opzwaai (SE+E-aftrek)

Reminder

## Gespreide opzwaai (tot handstand)

D-jury

Supplement B

Binnen 30° van de verticaal **Geen MW**  
Wel eis

Supplement C | D

Binnen 30° van de verticaal **Geen MW**  
Wel eis

E-jury (A/B/C/D)

> 10° - 30° **Geen aftrek**

> 30° - 45° -/- **0.10**

>45° -/- **0.30**

# Cirkelelementen tot handstand **zonder draai**

D-jury (Indien element voltooid is)

|                             |            |
|-----------------------------|------------|
| >10° voor de verticaal      | Geen MW    |
| Binnen 10° van de verticaal | Geef MW    |
| >10° na de verticaal        | 1 MW lager |

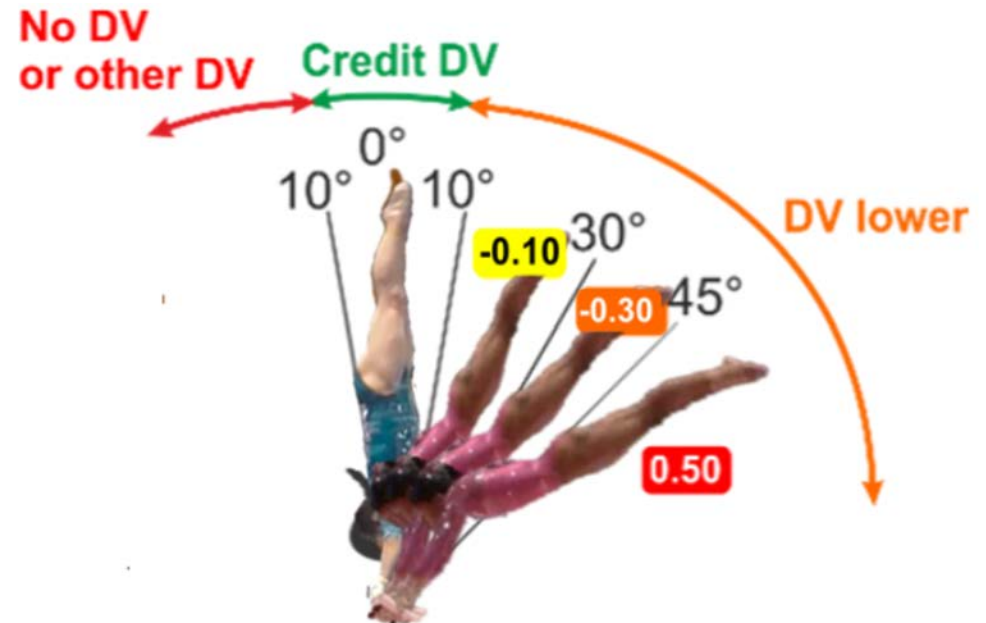
E-jury (bovenbouw)

|             |          |
|-------------|----------|
| > 10° - 30° | -/- 0.10 |
| > 30° - 45° | -/- 0.30 |
| > 45°       | -/- 0.50 |

E-jury (middenbouw)

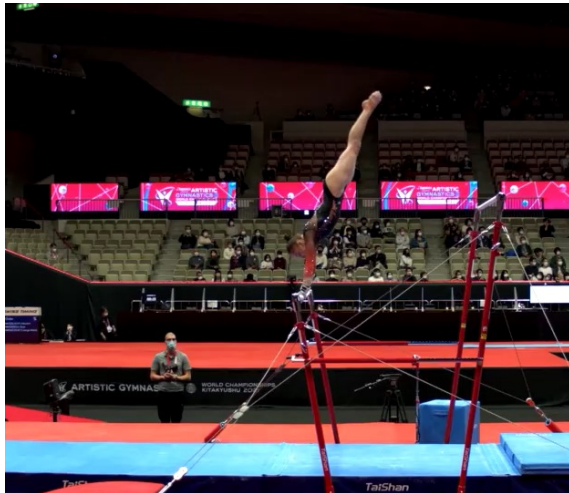
|             |                 |
|-------------|-----------------|
| > 10° - 45° | -/- Geen aftrek |
| > 45° - 90° | -/- 0.10        |
| > 90°       | -/- 0.30        |

Element is voltooid als alle lichaamsdelen verticaal in één lijn zijn



# Cirkelelementen/reuzenzwaaien **zonder** draai

U! N! M! L! X! Y! Z!



D-jury



Geen MW



E-jury



TZ - 0.50

E-jury



Val - 1.00



Indien deze elementen niet de 10° voor de verticaal hebben bereikt, wordt er geen MW toegekend

# Vluchtelement van HL tot HS op LL

Reminder

## 8.4.2 vlucht elementen van HL tot HS op LL

D-jury

Indien element voltooid is:

>10° voor de verticaal

Geen MW

binnen 10° van de verticaal

Geef MW

>10° na de verticaal

1 MW lager

E-jury

> 10° - 30°

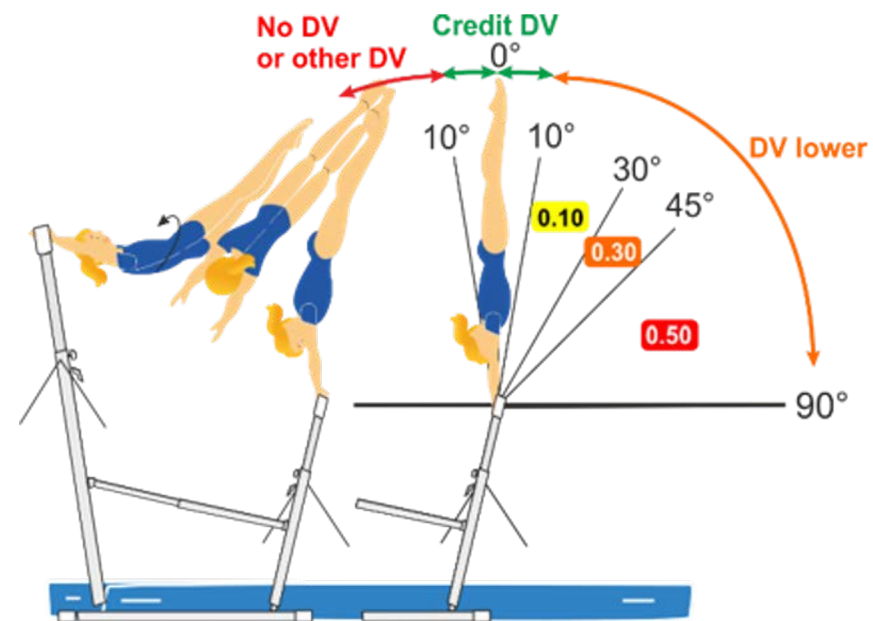
-/- 0.10

> 30° - 45°

-/- 0.30

> 45°

-/- 0.50



# Elementen tot handstand met draai, die teruggaan

## 8.4.4 Zwaaien – elementen met draai die teruggaan in tegengestelde richting:

### D-jury

Indien element voltooid is:  
Binnen 10° van de verticaal

> 10° voor de verticaal

### E-jury

> 10° - 30°      -/- 0.10

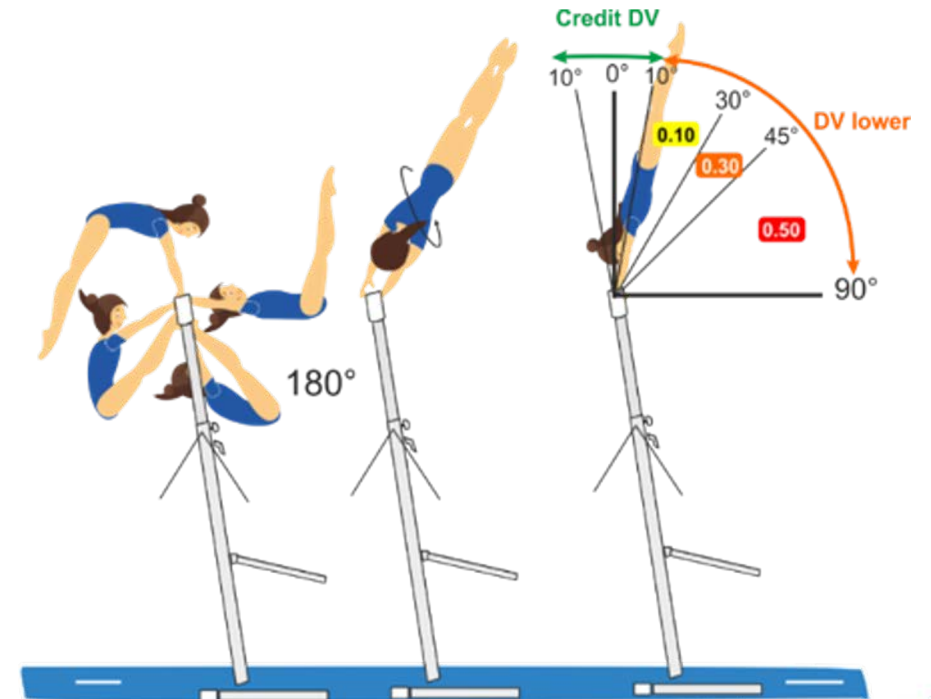
> 30° - 45°      -/- 0.30

> 45°              -/- 0.50

Geef MW

1 MW lager

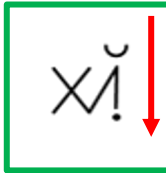
л̣і х̣і ѱ̣і ѱ̣і



# Zwaaien met draai



D-jury devalueer naar A  
(niet door of over HS gegaan)



D-jury devalueer naar B  
(niet door of over HS gegaan)



Alle lichaamsdelen moeten boven horizontaal zijn geweest.  
Zo niet, dan geen MW en de beweging wordt als loze zwaai gezien

# Elementen tot handstand met draai, die doorgaan

Erken altijd MW als de cirkelementen door de verticaal gaan

## D-jury

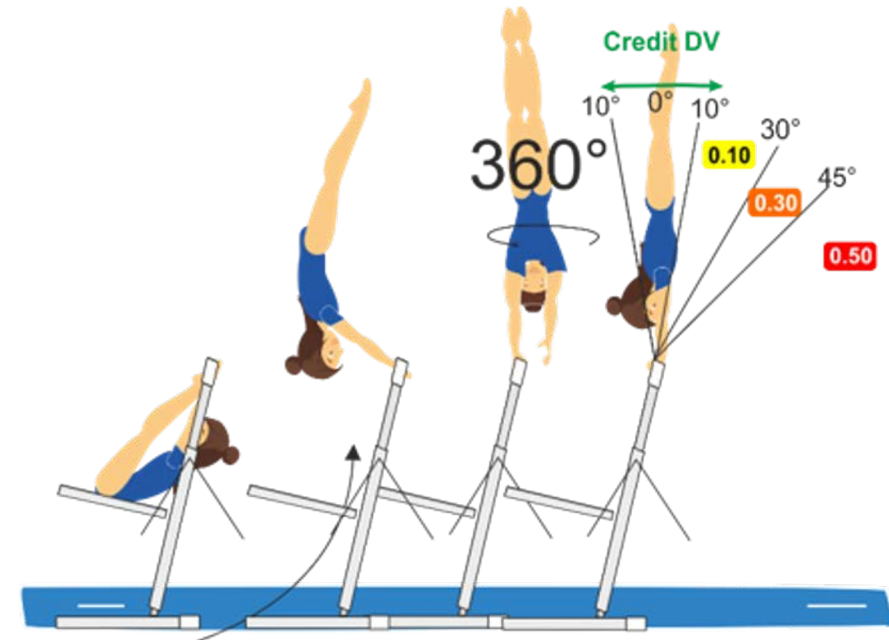
1. Als de draai voltooid is binnen  $10^\circ$  van de verticaal (beide zijden)
2. Als de draai voltooid is **NA** de handstand Geef MW

|                                    |         |
|------------------------------------|---------|
| > $10^\circ$ voor de verticaal     | Geen MW |
| Binnen $10^\circ$ van de verticaal | Geef MW |
| > $10^\circ$ na de verticaal       | Geef MW |

## E-jury

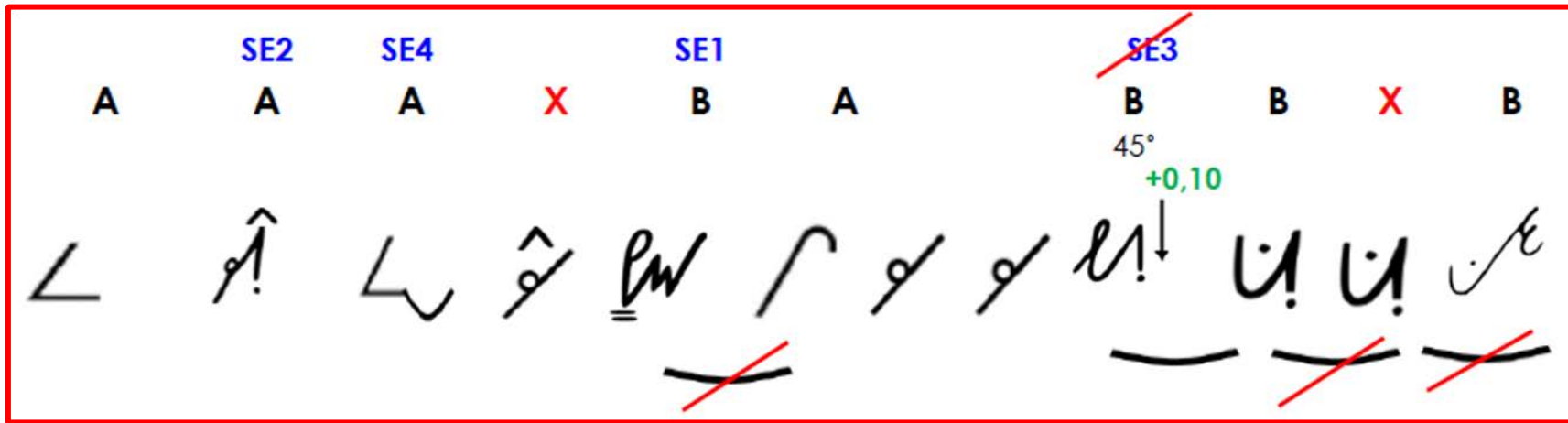
(voltooiing van de draai)

|                           |          |
|---------------------------|----------|
| > $10^\circ$ - $30^\circ$ | -/- 0.10 |
| > $30^\circ$ - $45^\circ$ | -/- 0.30 |
| > $45^\circ$              | -/- 0.50 |





Wat is de D-score van deze brugoefening in supplement B?



|                 |             |            |      |
|-----------------|-------------|------------|------|
| <b>D-score:</b> | <b>2.80</b> | 4B         | 0.80 |
|                 |             | 4A         | 0.40 |
| Afsprong        | B           |            |      |
| Overig          | BBB         |            |      |
|                 | AAAA        | <b>MW:</b> | 1.20 |
|                 |             | <b>SE:</b> | 1.50 |
|                 |             | <b>VW:</b> | 0.10 |
|                 |             | <b>AB:</b> | 0.00 |

Let op:

- Als er een tussenzwaai/val ná de verbinding is, dan geef je geen VW
- Je mag een herhaald element slechts 2 keer gebruiken in een verbinding. In dit geval geef je geen VW voor de reus-reus verbinding, omdat je de reus dan voor een 'derde' keer moet gebruiken → eerst bij losom-reus (1), daarna reus (2)- reus (3).



**Dutch  
Gymnastics**

# Jurybrevetverlenging TD3

## Balk

# Algemeen

Reminder




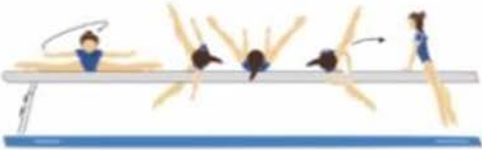

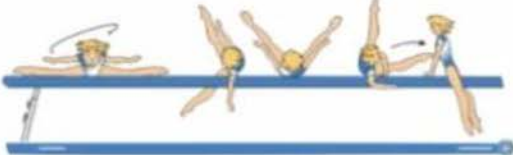
MW:

- Onderstreep de 3 (bij B en C) of 2 bij (suppl.) hoogste acro-elementen (INCLUSIEF de afsprong!)
- Omcirkel de 3 hoogste gymnastische elementen
- Omcirkel/onderstreep dan nog 2 voor suppl. B t/m D overige hoogste elementen

VW en SB:

- Moet een doorgaande beweging gezien worden (zonder wiebel/ extra inzet)
- Acro-elementen mogen herhaald worden in DEZELFDE verbinding.
- Uitzondering: flikflak, arabier, overslag; die mag 1 keer in een andere verbinding geturnd worden voor VW/SB
- Gymnastische elementen krijgen bij herhaling geen MW/VW

# Verduidelijking element balk

| Table of elements |   |  |                               |   |
|-------------------|---|--|-------------------------------|---|
| 4.306             |    |    | without hand support          | C |
| 4.207             |    |    | roll swd with hand support    | B |
| 4.307             |  |  | roll swd without hand support | C |

# Verduidelijking element balk

## (1.207) Koprol opsprong

- Vloeiend (geen stop) en tot zit of stand: dan B
  - anders A-element
- SE2 alleen vervuld als B-element
- Alleen als opsprong, niet op de balk zelf (daar is het een TA)



# Wijziging: Artistieke aftrekken

Nieuw!

Artistieke aftrekken Supplement A t/m D en 1 t/m 3

| Fouten   | 0.10                            | 0.20                       |
|--|---------------------------------|----------------------------|
| <b>Artistieke presentatie</b>  |                                 |                            |
| - Onvoldoende artistieke van de uitvoering gedurende de oefening: <ul style="list-style-type: none"><li>• Slechte lichaamshouding (hoofd, schouders, romp)</li><li>• Onvoldoende amplitude van bewegingen</li><li>• Onvoldoende gebruik van verschillende lichaamsdelen</li><li>• Onvoldoende amplitude in beenzwaaien</li><li>• Slecht voetenwerk<ul style="list-style-type: none"><li>○ Voeten niet gestrekt/ontspannen/ingedraaid</li><li>○ Slecht werk in relevé</li></ul></li></ul> | •<br>•<br>•<br>•<br>•<br>•<br>• | •<br><br><br><br><br><br>• |
| - Ritme & Tempo<br><i>Onvoldoende variatie in ritme en tempo</i><br><i>Losse elementen en bewegingen (gebrek aan vloeiende overgangen)</i>   | •                               | •                          |
| <b>Samenstelling</b>   |                                 |                            |
| - Opsprong zonder MW<br><i>(Alle opsprongen zonder MW worden als "A" erkend, uitgezonderd overheffen één been tot zit, ophurken, simpele sprong tot zit of knie of landen op 1 of 2 voeten)</i>  | •                               |                            |
| - Onvoldoende gebruik van het gehele toestel: <ul style="list-style-type: none"><li>• Gebrek aan zijwaartse bewegingen (<i>geen MW</i>)</li><li>• Geen combinatie van bewegingen/elementen dicht bij de balk waarbij een deel van de romp (<i>inclusief dij, knie of hoofd</i>) dat de balk raakt (<i>niet noodzakelijkerwijs een element</i>)</li></ul>   | •<br>•                          |                            |
| - Eenzijdig gebruik van elementen: <ul style="list-style-type: none"><li>• Meer dan één 1/2 draai op 2 voeten met gestrekte benen gedurende de oefening</li></ul>  | •                               |                            |

# Wijziging: Artistieke aftrekken

Nieuw!

Specifieke toestelaftrekken MB + BB

| Fouten   | 0.10       | 0.30 | 0.50 |
|--|------------|------|------|
| – Slecht ritme in verbinding ( <i>met MW</i> )                             | ● Per keer |      |      |
| <b>Overmatige voorbereiding</b>  |            |      |      |
| – Aanpassing ( <i>stappen zonder choreografie en onnodige bewegingen</i> ) | ● Per keer |      |      |
| – Overmatige armzwaai voor danselementen                                   | ● Per keer |      |      |
| – Pauze (toepassen na 2 sec.)  | ● Per keer |      |      |
| – Extra steun met het been tegen de zijkant van de balk                    |            | ●    |      |
| – De balk vastpakken om een val te voorkomen                               |            |      | ●    |
| – Extra bewegingen om evenwicht te bewaren                                 | ●          | ●    | ●    |

# Wijziging: Artistieke aftrekken

Lichaamshouding (Body posture):

Ideale houding: Hoofd OP, Schouders NEER, Borstkast UIT, Buik IN

- Indien 0/1 onvoldoende/missend is geen aftrek
- Indien 2 onvoldoende/missend dan 0.1 aftrek
- Indien 3/4 onvoldoende/missend dan 0.2 aftrek

Ritme en tempo (vloeiendheid):

Ritme is afwisseling tussen snel en langzaam tempo. Vloeiendheid betekent dat er geen stopjes, extra inzetten, lange wachtpauzes zijn.

- Indien 1 aspect mist dan 0.1 aftrek
- Indien beide aspecten missen dan 0.2 aftrek

# Totale aftrekken bij balans

Nieuw!

➤ Indien meerdere balans verstoringen tegelijkertijd zijn, is de hoogste aftrek bepalend

Balans 0.10 + toucheren balk 0.30 = 0.40

Balans 0.30 + toucheren balk 0.30 = 0.50

Balans 0.50 + toucheren balk 0.30 = 0.50

Balans 0.10 + balk vasthouden 0.50 = 0.50 (vasthouden is bepalend)

Balans 0.30 + balk vasthouden 0.50 = 0.50 (vasthouden is bepalend)

Balans 0.50 + balk vasthouden 0.50 = 0.50 (vasthouden is bepalend)



LET OP! Zonder val is de balansaftrek maximaal 0.50

# Pirouetten – Erkenning

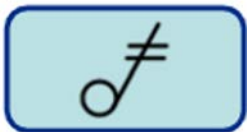


- Erken MW als heupen en schouders volledig gedraaid zijn vóór het plaatsen van het vrije been
- Het vrije been mag vóór of achter neergezet worden.
- Het vrije been hoeft de balk niet geraakt te hebben
- Als in de hurkzitdraai het vrije been op de balk is geplaatst voordat heupen en schouders de draai voltooid hebben, geef een ander element uit de code
- Niet meer dan 1 pirouette in hurkzithouding (wolfturn) wordt toegekend in chronologische volgorde

# Pirouetten – specifieke beenhouding



➤ Het vrije been vastgehouden in spagaat voor 360°



➤ Het vrije been **niet** vastgehouden in spagaat voor 360°

# Pirouetten – Duikdraai

## Duikdraai



## Eisen

De graden van de draai wordt bepaald op het moment dat de voet is geplaatst aan het eind van de duikdraai.

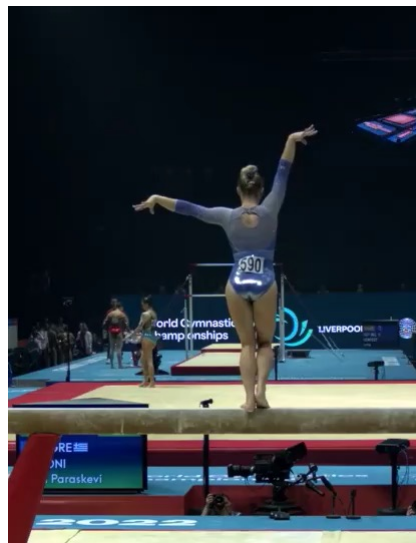
- Heupen en schouders zijn bepalend voorafgaand van het plaatsen van het vrije been
- Het zakken van de hak is niet bepalend voor de technische uitvoering van de duikdraai
- 180° spagaat



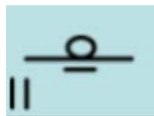
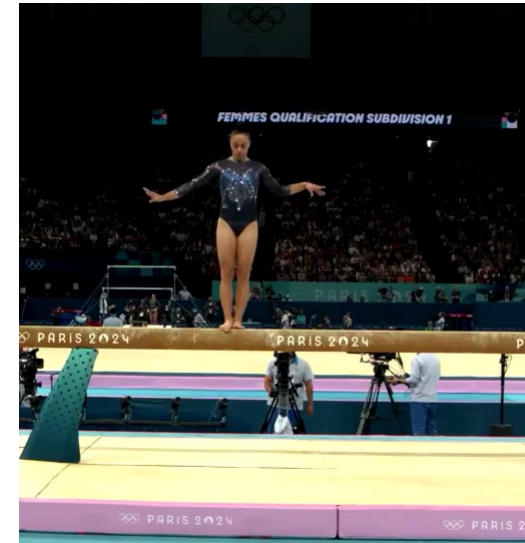
# Sprongen met 180° draai

Reminder

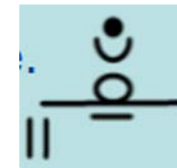
In sprongen met ½ draai (180°) moet de voorgeschreven positie aan de start of aan het eind bereikt zijn



Het element wordt afgewaardeerd naar een spagaatsprong dwars met B waarde indien sprake is van een grotere afwijking dan 30°



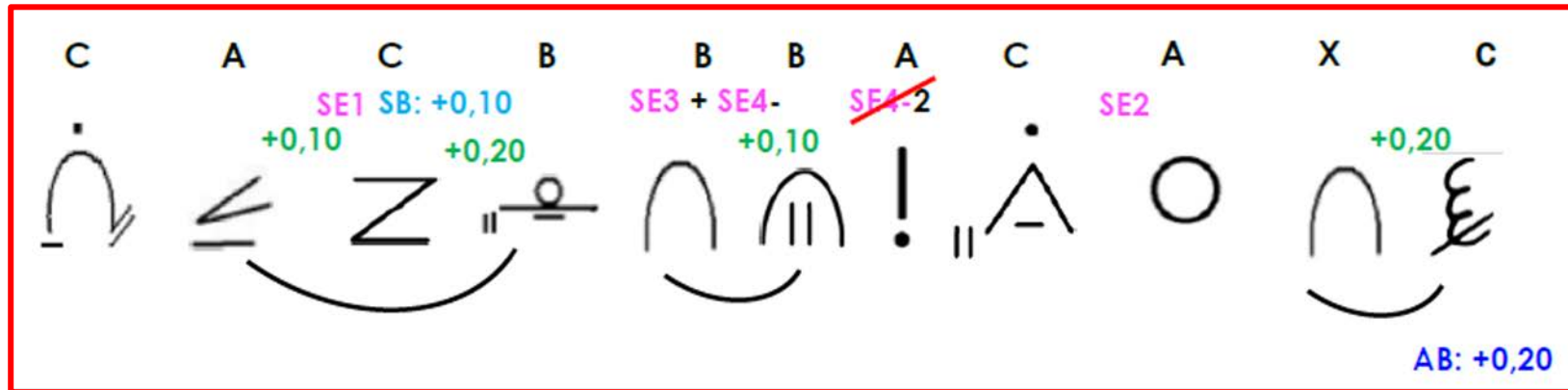
Een kleine afwijking is toegestaan. Deze mag niet groter zijn dan 30°



Wat is de D-score van deze balkoefening in supplement B?



Wat is de D-score van deze balkoefening in supplement B?



|                |      |           |      |
|----------------|------|-----------|------|
| <b>D-score</b> | 4.30 | 4C        | 1.20 |
|                |      | 3B        | 0.60 |
| Afsprong       | C    | 1A        | 0.10 |
| Acro           | CC   |           |      |
| Dans           | CCB  | <b>MW</b> | 1.90 |
| Keuze          | BA   | <b>SE</b> | 1.50 |
|                |      | <b>VW</b> | 0.60 |
|                |      | <b>AB</b> | 0.20 |
|                |      | <b>SB</b> | 0.10 |

Let op:

- Handstanden en houdingen, mogen niet gebruikt worden om aan een SE te voldoen (Supplement B | C).
- De flikflak mag in een andere verbinding eenmaal gebruikt worden voor VW, maar krijgt niet nogmaals MW.



**Dutch  
Gymnastics**

# Jurybrevetverlenging TD3

## Vloer

# Algemeen

Reminder

MW:

- Onderstreep de 3 (of 2 bij suppl. D) hoogste acro-elementen (INCLUSIEF de afsprong!)
- Omcirkel de 3 hoogste gymnastische elementen
- Omcirkel/onderstreep dan nog 2 overige hoogste elementen

Acrolijn:

- Minimaal 2 direct verbonden acro-elementen waarvan 1 salto (suppl. B t/m D)
- Alle acro-elementen ná de laatste acrolijn krijgen geen waarde
- Indien maar 1 acrolijn, dan volgt 0.5 neutrale aftrek voor geen afsprong



# Gymnastische sprong Bonus

Nieuw!

Geen VW waarde meer voor DIRECTE gymnastische sprong verbindingen

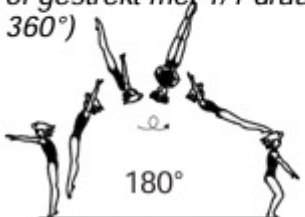


- Wel Bonus voor sprongen van bepaalde waarde
  - Supplement B/C C of hoger = 0.1
  - Supplement D B of hoger = 0.1
- VW voor pirouette-verbindingen blijft bestaan
- Maximaal 2 verbonden elementen krijgen VW
  - Indien drie pirouettes direct verbonden, dan geen VW voor de laatste verbinding

# Gewijzigde elementwaarde

|   |  |         |                     |
|---|--|---------|---------------------|
|  |  | # 1.112 | <b>B</b> → <b>A</b> |
|  |  | # 1.212 | <b>C</b> → <b>B</b> |

Been moet gedurende de draai OP heuphoogte zijn

# Ongewijzigde elementwaarde

| B  |   |
|--|---|
| 5.201  |   |
| <i>Salto achterover gestrekt met ½ draai, of salto achterover gehurkt of gestrekt met 1/1 draai (180° of 360°)</i> |   |
|                                   | ⌚ |
|                                   | ⌚ |
|                                  | ⌚ |

Salto a.o. gehurkt met halve draai staat niet meer in de elemententabel

Krijgt WEL B-waarde

# Wijziging: Artistieke aftrekken

Nieuw!

Artistieke aftrekken Supplement A t/m D en 1 t/m 3

| Fouten  | 0.10                  | 0.20   | 0.30   |
|---|-----------------------|--------|--------|
| <b>Artistieke uitvoering:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Slechte lichaamshouding (hoofd, schouders, romp)</li><li>• Slecht voetenwerk (voeten niet gepunt/ontspannen/naar binnen gedraaid)</li><li>• Onvoldoende amplitude van de bewegingen</li><li>• Onvoldoende gebruik van het gehele lichaam</li><li>• Onvoldoende complexiteit van bewegingen (<i>een complexe beweging is een beweging die trainingstijd, coördinatie en voorbereiding vereist</i>)</li></ul> | •<br>•<br>•<br>•<br>• | •      |        |
| <b>Muzikaliteit:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Slechte expressieve uitvoering met betrekking tot de stijl van de muziek</li><li>• Gebrek aan connectiviteit van de muziek met de beweging, gedeeltelijk of gedurende de hele oefening</li><li>• Gebrek aan synchronisatie tussen beweging en muzikale beat aan het einde van de</li></ul>   | •<br>•<br>•           | •<br>• | •<br>• |
| <b>Muziek:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Slechte bewerking van de muziek</li></ul>  | •                     |        |        |
| <b>Samenstelling:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Slechte choreografie in de hoek/gebrek aan afwisseling</li><li>• Ontbrekende beweging dichtbij de vloer (<i>inclusief minimaal romp, of dij, of knie of hoofd</i>)</li></ul>  | •<br>•                |        |        |

# Wijziging: Artistieke aftrekken

Nieuw!

Specifieke toestelaftrekken MB + BB

| Fouten  | 0.10                                   |
|---|--|
| <b>Overmatige voorbereiding</b> <ul style="list-style-type: none"><li>– Aanpassingen (<i>stappen zonder choreografie</i>)</li><li>– Overdreven armbewegingen voor danselementen</li><li>– Pauze (<i>toepassen na 2 seconden</i>)</li></ul>  | per keer ●<br>per keer ●<br>per keer ● |
| <b>Verdeling van elementen</b> <ul style="list-style-type: none"><li>– Oefening begint direct met een acro lijn/acro element</li><li>– Opvolgende acrolijn uitgevoerd na de voorgaande acrolijn over dezelfde diagonaal zonder tussengevoegde choreografie (lange acrolijn toegestaan)</li><li>– Meer dan 1 opvolgende acrolijn</li><li>– Oefening eindigt met acro-element (geen choreografie na laatste acrolijn)</li></ul> | ●<br>per keer ●<br>per keer ●<br>●     |

# Wijziging: Artistieke aftrekken

Expressieve beleving mbt de muziek :

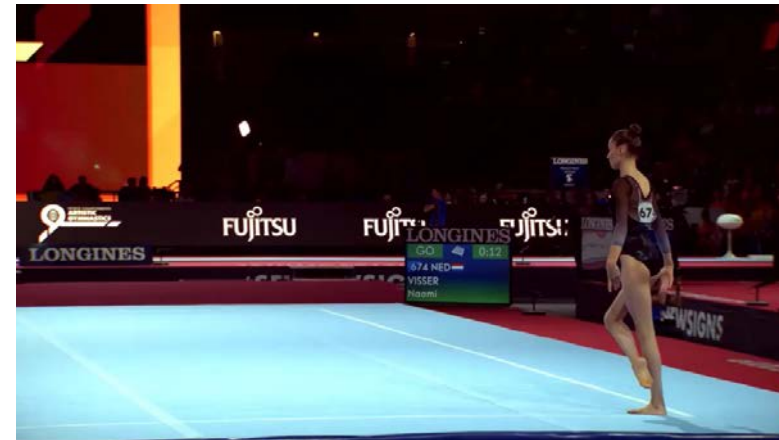
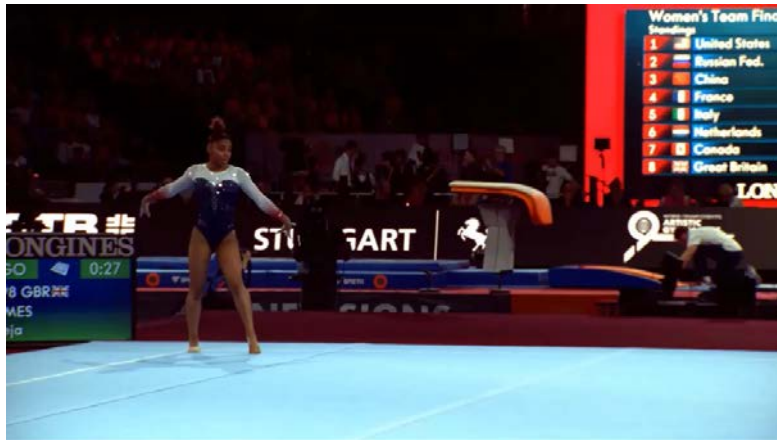
- Waar let je op: gezichtsuitdrukking, lichaamstaal, beweging (en muziek) komen overeen met de stijl en energie van de muziek
  - Indien 1 onvoldoende/missend is 0.10 aftrek
  - Indien 2 onvoldoende/missend dan 0.20 aftrek
  - Indien 3 onvoldoende/missend dan 0.30 aftrek

Gebrek aan connectiviteit van de muziek tot de oefening (gedeeltelijk of gedurende de hele oefening)

- Afwisseling tussen snel en langzaam tempo. Let op de accenten in de muziek. Zonder stopjes, extra inzetten, lange wachtpauzes.
  - Indien af en toe onvoldoende dan 0.10 aftrek
  - Indien groot gedeelte van de tijd mist dan 0.20 aftrek
  - Indien volledig ontbreekt (achtergrond muziek) dan 0.30 aftrek

# Erkenning van salto's met schroef

De voorste voet is bepalend voor het toekennen van de MW



Indien de enkele salto met schroef niet precies landt, wordt een **ander** element uit de code erkent

Als een salto met schroef direct wordt verbonden met een volgende salto, wordt de **eerste salto** bij onvoldoende schroef (en turnster kan de volgende salto turnen), niet afgewaardeerd

# Sprongen met draaien

## Eisen MW:

- Voltooiing van de draai binnen 30°
- Exacte lichaamshouding (been horizontaal | spagaat | attitude)

Landing op 2 voeten



Als wordt geland op 2 voeten, dan is de voorste voet beslissend voor het bepalen of de draai volledig is

Nieuw!

Landing op 1 voet



Als wordt geland op 1 voet zijn de heupen en schouders beslissend

# Pirouetten – Erkenning

- **NIET VERGETEN**  
schouders en heupen zijn bepalend
- Hier zijn de heupen en schouders volledig gedraaid, hoewel de turnster een stap zijwaarts plaatst

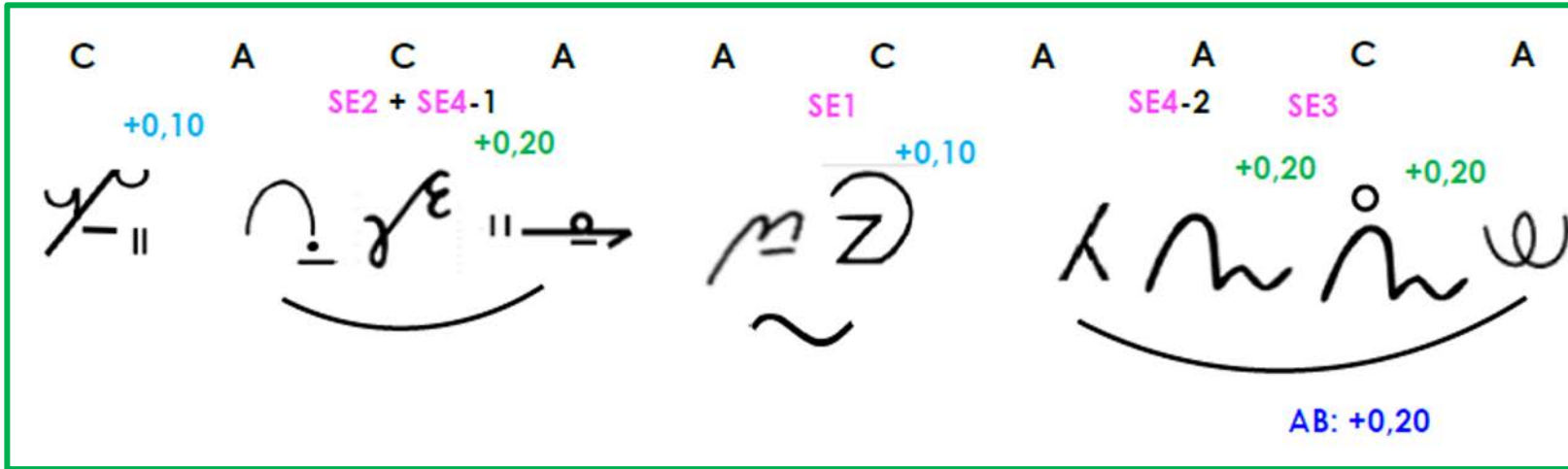


Let op: Bij de pirouette in hurkhoekzit/wolfturn, indien je 'uit pirouette valt' en eindigt op de grond, krijg je alleen 0.3 aftrek en niet een heel punt zoals bij een normale val.

Wat is de D-score van deze vloeroefening in supplement B?

$\frac{y}{-||}$   $\curvearrowright \frac{y}{\epsilon}$   $\rightarrow$   $\frac{m}{\sim} \frac{z}{\sim}$   $\text{knin}^e$

Wat is de D-score van deze vloeroefening in supplement B?



|                 |             |            |      |
|-----------------|-------------|------------|------|
| <b>D-score:</b> | <b>4.60</b> | 4C         | 1.20 |
|                 |             | 4A         | 0.40 |
| Afsprong        | C           |            |      |
| Acro            | CA          |            |      |
| Dans            | CCA         |            |      |
| Overig          | AA          | <b>MW:</b> | 1.60 |
|                 |             | <b>SE:</b> | 2.00 |
|                 |             | <b>VW:</b> | 0.60 |
|                 |             | <b>AB:</b> | 0.20 |
|                 |             | <b>B:</b>  | 0.20 |

Let op:

- Temposalto 1/1 schroef a.o. (oftewel een schroefsalto a.o. gevolgd door een salto a.o.) krijgt C-waarde.
- Voor de afsprongbonus geldt de waarde van de salto met de hoogste waarde, niet per sé de laatste salto.



**DG**

**Dutch  
Gymnastics**

# Jurybrevetverlenging

## Middenbouw

# Wijzigingen Middenbouw

Nieuw!

Alle supplementen middenbouw zijn aangepast !!!

- Samenstellingselementen: allemaal 0.5 waard
  - Bonus blijft 0.3
- Aanlopen sprong: 3 aanlopen toegestaan. Per extra aanloop, 1 punt neutrale aftrek
  - Totale neutrale aftrek bij 3 aanlopen voor een sprong = 2 punten! (en niet 3 zoals eerder).
- Geen balkhoudingenserie meer
  - Wel artistieke aftrek volgens betreffende artistieke checklist van supplement.
- SE1 (danspassage) op vloer moet met **INDIRECTE** gymnastische sprongen
- **Niet nieuw:**
  - BO indien zowel losom handstand (C) als losom (B) geturnd worden, krijgen ze beide waarde
  - Geldt alleen voor BO: indien een serie elementen door een val is onderbroken, mag deze in het geheel worden herhaald voor de SE

Reminder

# Algemeen Middenbouw

Reminder

## MW

- 6 hoogste elementen (afsprong is NIET verplicht)
  - Geen minimum acro/gymnastisch.
  - Let op: D (of hoger) mag niet geturnd worden. Alleen aerals op balk en pirouetten op vloer en balk (krijgen dan waarde C)

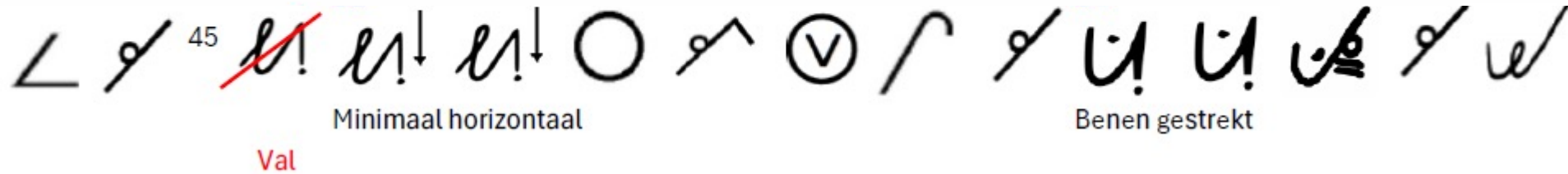
## SE/Bonus

- De bonus kan de SE vervangen, je krijgt dan zowel de waarde van de SE als de Bonus.

Voorbeeld supplement 3:

- Balk SE/B 2: flikflak is Bonus, Boogje achterover SE.
- Als flikflak geturnd en geen boogje WEL  $0.5 + 0.3 = 0.8$  D-score geven.

Wat is de D-score van deze brugoefening in MB 2?



Wat is de D-score van deze brugoefening in MB 2?

A X X B X A X A A X B X X X A

SE1 SE2 SE3 SE4 SE5

45 Val

B2 Minimaal horizontaal

B4 Benen gestrekt

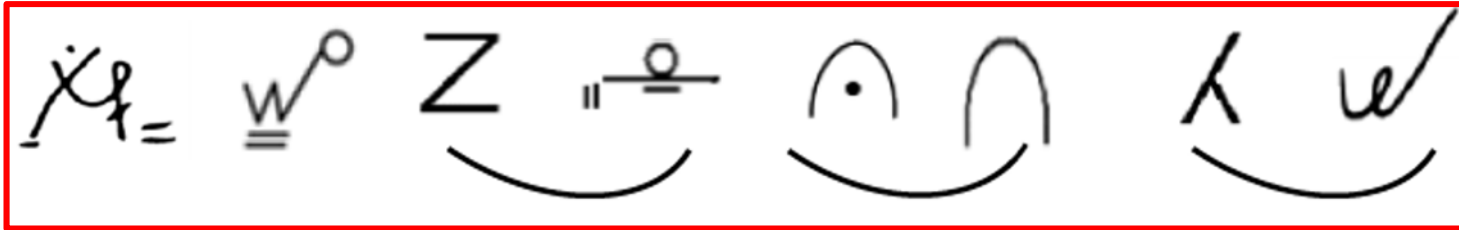
**D-score 3.90**

|                    |      |
|--------------------|------|
| 2B                 | 0.40 |
| 4A                 | 0.40 |
| <b>MW:</b>         | 0.80 |
| <b>SE: 1 f/m 5</b> | 2.50 |
| <b>B: 2, 4</b>     | 0.60 |

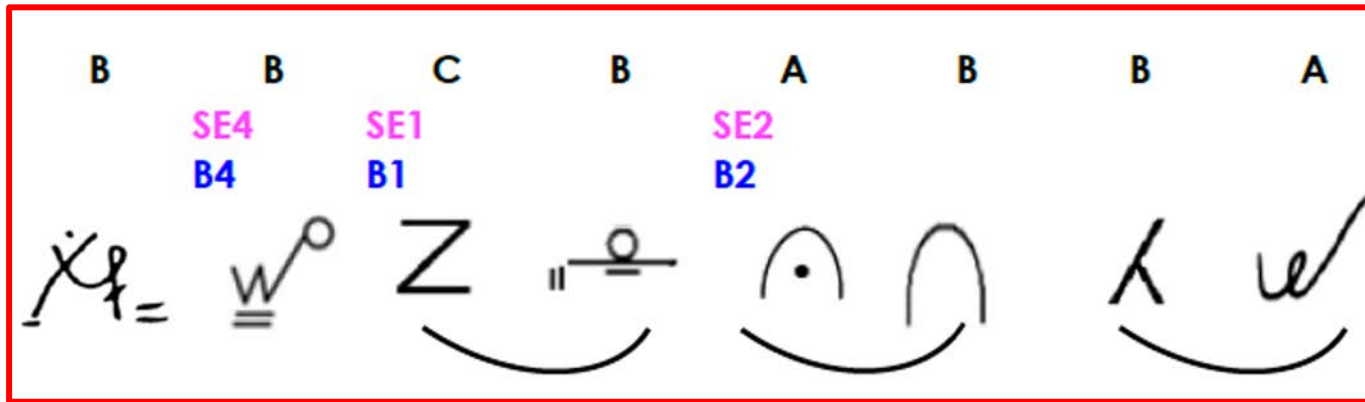
Let op:

- Bij MB2 worden er geen TA-elementen meer geteld
- Voor SE 4 worden de reuzendraaien met kromme benen geturnd, de bonus wordt gegeven bij rechte benen.
- Opzwaai 45° mag ergens in de oefening geturnd worden

Wat is de D-score van deze balkoefening in MB 2?



Wat is de D-score van deze balkoefening in MB 2?



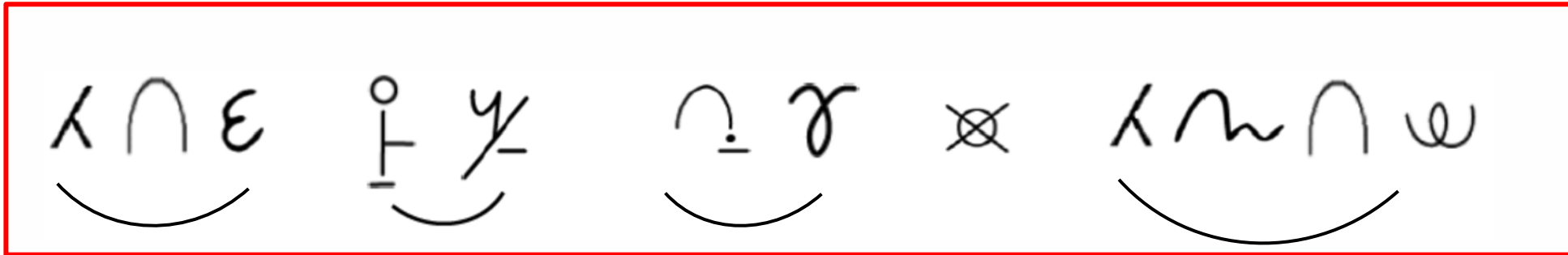
D-score: 3.70

|            |         |      |
|------------|---------|------|
| 1C         |         | 0.30 |
| 5B         |         | 1.00 |
| <b>MW:</b> |         | 1.30 |
| <b>SE:</b> | 1, 2, 4 | 1.50 |
| <b>B:</b>  | 1, 2, 4 | 0.90 |

Let op:

- Bij MB2 hoeft de afsprong niet meegeteld te worden in de elementen voor MW
- SE5/B5 staat HURKsalto af, geen streksalto

Wat is de D-score van deze vloeroefening in MB 2?



Wat is de D-score van deze vloeroefening in MB 2?

Vloer MB 2



|                |      |           |       |
|----------------|------|-----------|-------|
| <b>D-score</b> | 3.40 | 4B        | 0.80  |
|                |      | 2A        | 0.20  |
|                |      | <b>MW</b> | 1.00  |
|                |      | <b>SE</b> | 2.4.5 |
|                |      | <b>B</b>  | 2.4.5 |
|                |      |           | 0.90  |

Let op:

- Gymnastische sprongen DIRECT verbonden dus geen SE 1
- Geen streksalto bij SE 3





**Dutch  
Gymnastics**