

Q&A Webinars middenbouw

Vraag	Antwoord
Mogen er extra elementen worden toegevoegd in de oefenstof?	Ja, dat mag. In de SE en bonussen is beschreven welke elementen geturnd moeten worden om deze toe te kunnen kennen. Daarnaast mogen ook andere elementen worden geturnd. Dat kan eventueel MW opleveren in de oefening, maar deze elementen leveren geen SE of Bonus op als ze niet voldoen aan de beschrijving daarvan.
Waar kan ik de toestelbepalingen vinden?	Die staan op de website van DG onder het kopje reglementen.
Waarom is de balkhoudingenserie uit de oefenstof verdwenen?	Dit is gedaan om de artistieke presentatie nog meer te benadrukken. Door de balkhoudingenserie waren sommige trainers in de veronderstelling dat het turnen daarvan voldoende was voor een goede artistieke presentatie. Dat was niet zo. We laten het nu meer vrij zodat de turnster zelf verantwoordelijk is voor haar artistieke presentatie en daar bovendien bewegingen bij kan kiezen die bij haar passen.
Wanneer deel je een turnster in een lager niveau in dan in het vorige seizoen?	Het is altijd belangrijk om naar de ontwikkeling van een turnster te kijken. De middenbouw is gericht op groei en ontwikkeling, niet op presteren. Het is niet nodig dat een turnster aan het begin van een seizoen alle SE en bonussen turnt in haar niveau. Er is dan in dat seizoen bijna geen ontwikkeling meer mogelijk. Lees daarom de inleiding bij de middenbouw supplementen goed. De meeste turnster zullen prima uit de voeten kunnen in hetzelfde niveau als waar ze voorheen in turnden. Maar nogmaals: kijk goed naar de ontwikkeling van de turnster.
Waarom is artistiek eruit gehaald op vloer?	Er is nog steeds sprake van een beoordeling van de artistieke presentatie op vloer. De regels hiervoor staan in artikel 13.5 van het reglement.

Waarom is de oefenstof verzwaard?	De oefenstof is veranderd, maar over het algemeen niet verzwaard. Er zijn enkele andere accenten met het oog op de aansluiting tussen niveaus in de middenbouw en met de bovenbouw. Het aantal SE en bonussen is in de meeste supplementen verminderd, dit is juist een verlichting van de oefenstof die het mogelijk maakt om met meer focus te trainen op bepaalde belangrijke technieken.
Wanneer is een binnenwaartse pirouette voltooid?	De vereisten voor een binnenwaartse pirouette zijn gelijk aan de vereisten voor een "normale" pirouette.
Komt er nog een TA-elementen tabel?	Deze staat op de DG site onder het kopje reglementen.
Zijn er richtlijnen voor het inschrijven in een niveau op basis van het aantal trainingsuren?	De adviezen voor het inschrijven zijn gebaseerd op de ontwikkeling van de turnster. Natuurlijk is er enige samenhang tussen het aantal trainingsuren en het niveau, maar dat is niet het criterium. In het voorwoord bij de middenbouw supplementen staat een advies over het kiezen van het juiste niveau.
Waarom is er weinig verschil in diversiteit in de lagere niveaus?	We denken dat er voldoende verschil is tussen de SE en bonussen van alle niveaus. In veel gevallen is de bonus van het ene niveau de SE van het niveau erboven. Maar het komt ook voor dat sommige SE (bijna) gelijk zijn. De niveaus moeten wel op elkaar aan blijven sluiten en als iedere SE of bonus (veel) zwaarder is dan het onderliggende niveau is doorstroming bijna niet mogelijk.
Supplement F is veel makkelijker dan niveau 4 en 5. Waarom is dat zo?	De geadviseerde doorstroming van MB4 naar 3 ^e divisie (E) of 4 ^e divisie (F) en MB5 naar 4 ^e divisie (F) of 5 ^e divisie (G) sluit in deze oefenstof goed aan.
Mag in niveau 5 en 6 aangeduwd worden om in zwaai te komen.	Ja, dat mag.

Moet acrobatiek nog wel over de diagonaal, of is dat niet noodzakelijk?	Er is geen verplichting om acrolijnen over een diagonaal te turnen.
Moeten de turnster in MB5 op balk ook dichtbij de balk en zijwaarts zoals in de bovenbouw?	De specifieke vereisten voor de artistieke presentatie per niveau staan in artikel 12.5 van het reglement. Je zult daarin zien dat "laag" en "zijwaarts" in alle niveaus verwacht wordt.
Pirouette 1/1 of B in MB3?	Dit is inderdaad onduidelijk omschreven in de oefenstof. Er komt een verduidelijking in de helpdesk.
Is er een voorbeeldfilmpje van de talentenoefenstof beschikbaar?	Nee, maar de talentenoefenstof wordt in een apart document toegelicht. Dat document wordt binnenkort gepubliceerd.
Vanuit MB3 is het mogelijk om door te stromen naar jeugd 2 ^e divisie (D). Waarom mag MB3 geen Tsukahara springen op sprong?	In de MB wordt een beperkt aantal sprongen aangeboden per niveau. In MB3 (en in het geadviseerde vervolg jeugd 2 ^e divisie (D) of jeugd 3 ^e divisie (E)) is het zeker niet algemeen dat turnsters Tsukaharas springen. Afhankelijk van de mogelijkheden op andere toestellen kan ook voor MB2 worden gekozen.
Is dit de definitieve versie?	Ja, eventuele onduidelijkheden zullen in de helpdesk worden toegelicht, en waar nodig in een volgend seizoen worden aangepast.
Er worden steeds 5 SE gevraagd, maar een turnster kan er maar 4. Wat is de aftrek hiervoor?	Er is geen aftrek voor het niet turnen van SE. Als een turnster de SE niet turnt krijgt ze niet de waarde van de SE (0,5) maar er volgt geen verdere aftrek. Niet in de E score en niet in de N score.
Blijft het aan de trainer om de turnster in te delen of komt/bestaat er ook een mogelijkheid tot verplicht promoveren?	In de middenbouw is de inschrijving vrij. Ieder seizoen kan een trainster opnieuw zelf kiezen in welk niveau een turnster wordt ingeschreven. Er is geen sprake van verplichte promotie.
Mag de turnster bijvoorbeeld ook de ene sprong op 1.05 doen en de ander sprong op 1.15?	De turnster moet beide sprongen op dezelfde hoogte springen.
Mag je in plaats van een gecontroleerde kaats ook een gymnastisch element turnen in MB 1 t/m 3 op vloer?	In plaats van de gecontroleerde kaats mag ook een gymnastisch element van A waarde worden geturnd.

<p>Waarom zijn de D scores op sprong verlaagd?</p>	<p>Op alle toestellen is het aantal SE beperkt en bovendien zijn er geen SE meer waarvoor 1,0 punt gehaald kan worden. Daardoor is de maximale D score voor alle toestellen lager geworden. Voor een evenwichtige opbouw van de meerkamp score is daarom ook de maximale score op sprong verlaagd.</p>
<p>Als je op vloer N3 Bonus wil turnen van de gymnastische sprongen is dan links en rechts een andere sprong? Of moeten dit echt twee verschillende B sprongen zijn met beide afzet 1 been?</p>	<p>Links en rechts zijn geen andere sprong. Het moeten verschillende sprongen uit de elemententabel zijn.</p>
<p>N3 balk: mag elke soort flikflak geturnd worden voor de bonus op balk? (Loopflikflak, flikflak tot rijzit, etc.)</p>	<p>Het is niet specifiek omschreven, dus de keuze is vrij. Ieder soort flikflak is toegestaan.</p>
<p>Welke extra demping mat mag je gebruiken bij sprong ? Is dit de bekende rood gele?</p>	<p>Dit is beschreven in de toestelbepalingen.</p>
<p>Mag je nog steeds 3 matjes gebruiken voor yurchenko sprongen?</p>	<p>Dit is beschreven in de toestelbepalingen.</p>
<p>Waar kan ik de FIG tabel met artistieke aftrekken vinden?</p>	<p>Dat is de tabel in artikel 12.5.1 en 13.5.1 van het reglement.</p>
<p>De bonus bij N6 afsprong balk. De vrije overslag voorover, wat houdt dit in?</p>	<p>Dat is een overslag zonder handplaatsing. Het element is beschreven in de TA elemententabel.</p>
<p>In MB 4, de bonus is 3/4 reus. Maar als je een kip boven doet, kan je die bonus niet halen?</p>	<p>Als je een kip tot steun doet kun je daarna prima een opzwaai doen gevolgd door een 3/4 reus. Daarmee kan ook de bonus gehaald worden.</p>
<p>Rol achterover tot steun, hoe zet je de handen, en moeten de benen gestrekt zijn bij verstrekk?</p>	<p>De rol mag gedaan worden vanuit gehurkte positie. De handplaatsing is vrij.</p>
<p>Hoe kan ik de meiden het beste voorbereiden op de nieuwe oefenstof? Sluit de oefenstof nu beter aan op de groei en op de bovenbouw?</p>	<p>Er zijn zeker veranderingen in de oefenstof, maar de wereld is niet op z'n kop gegaan. De opzet is grotendeels hetzelfde gebleven. De oefenstof maakt een andere voorbereiding niet noodzakelijk. Het is zeker de ambitie dat de oefenstof beter aansluit op de bovenbouw en bovendien voldoende ruimte</p>

	geeft om te groeien, zowel binnen een niveau als van het ene niveau naar het andere.
Is bij de MB3 een zolendraai op brug vereist doordat ze geen TA's meer mogen turnen?	Er is geen verplichting in MB3 om een zolendraai te turnen. Alle A, B of C elementen mogen gebruikt worden om aan de 6 elementen in een oefening te komen.
Wanneer er bekend wordt of de dames op een tumblingbaan of airtrack turnen bij de wedstrijden. In het reglement staat namelijk dat de voorkeur uitgaat naar een tumblingbaan, wat ik snap, maar als er dan toch een airtrack ligt zijn er meer mogelijkheden en daardoor heeft het ook invloed op het niveau waar je de turnster inschrijft.	In de reglementen en de toestelbepalingen staat beschreven wat mag en waar de voorkeur naar uitgaat. Een wedstrijdorganisatie is binnen die bepalingen vrij om keuzes te maken binnen de mogelijkheden die een vereniging (of zaal) heeft. Het is wel belangrijk om hierover vooraf met de deelnemers te communiceren. Een wedstrijdorganisatie kan dat bekendmaken, maar deelnemers mogen er natuurlijk ook gewoon naar vragen. Stel het belang van de turnster daarin centraal.