

Document instroom, doorstroom en uitstroom selecties Turnen dames (cyclus 2025-2028)

De cyclus 2028 kent een gefaseerde opbouw waarbij doel is een teamkwalificatie voor én team- en individuele prestatie op de Olympische spelen Los Angeles 2028. Dit document voorziet in de voorwaarden en eisen op basis waarvan turnsters deel kunnen uitmaken van de nationale selecties. De nationale selectie indeling draagt bij aan de realisatie van de doelstelling voor deze cyclus, met in de komende jaren alvast een voorbereiding op de volgende Olympische cyclus.

Bij elke selectie wordt omschreven wat de doelstelling van de betreffende selectie is met de bijbehorende richtlijnen op basis waarvan je kunt instromen en de richtlijnen op basis waarvan je doorstroomt en eventueel uitstroomt. De beoordeling van de selectie, eventuele in- door- en uitstroom vindt 1x per jaar plaats, in overleg met de KNGU-coaches. De Technisch Directeur(TD) is eindverantwoordelijk voor de samenstelling van de selecties.

Op basis van de genoemde voorwaarden en eisen in dit document worden de Oranje- en Jong Oranje selectie 2026 vastgesteld. Jaarlijks wordt dit document aangepast met de voorwaarden en eisen voor de daarop volgende periode. Selecties lopen van 1 januari t/m 31 januari het jaar daarop. Bij het(eerder) behalen van de gevraagde eisen, kan een turnster direct worden opgenomen in de selectie; dit dient altijd bevestigd te worden door de TD. Bij bijzondere omstandigheden (bijv. langdurige blessure) kan de TD altijd een maatwerkbeslissing nemen.

Oranjeselectie

Maximaal 12 turnsters totaal (Kernteam en Instroomteam)

1. Kernteam 2026

Doelstelling:

Vorbereiden en focus aanbrengen op de Olympische Spelen van Los Angeles. Turnsters in deze groep zijn overwegend allrounders die het vizier op de OS 2028 hebben. Door het selecte gezelschap is het mogelijk om op individuele basis focus, behoeftes en doelstellingen aan te brengen. Deze groep functioneert ook in meerdere opzichten (technisch niveau, trainingsgedrag en lifestyle) als "lat" en voorbeeldfunctie voor de andere turnsters.

Instroomrichtlijnen Kernteam:

- Leeftijd: Minimaal 3^e-jaars senior, of op uitnodiging van de Bondcoach
- Technisch niveau voor "nieuwe instromers":
 - o Minimaal 52,000 punten met een richtscore D-waarde van 20 punten behaald tijdens de NK 2025 en/of KNGU-wedstrijd in Heerenveen op 14 november 2025.
 - o Voor toestelspecialisten geldt een minimale eis:
 - bij twee toestellen is de instroomeis 27,500 punten
 - bij drie toestellen is de instroomeis 39,500 punten
 - o Wedstrijdscores uit bovenstaande twee wedstrijden in één wedstrijd behaald.
- Technisch niveau voor reeds bestaande Kernteamleden:
Zie hierboven.
- Potentie/groei: voldoet aan de verwachting dat zij binnen deze cyclus kan uitgroeien tot een finale-/medaillekandidaat op Olympisch niveau met daarbij een toestelcombinatie wat kan bijdragen aan de teamdoelstelling.
- Topsporterovereenkomst:
Om te kunnen worden opgenomen in de Oranjeselectie dient de turnster een topsporterovereenkomst te ondertekenen, alvorens het selectielidmaatschap van kracht wordt.
- Competenties: De turnster is in staat om:
 - o Focus op haar eigen ontwikkeling te behouden zonder daarmee het teambelang te belemmeren
 - o Is in staat om te presteren met het aangewezen coachteam
 - o Actief bij te dragen aan de prestatieverbetering van haar collega turnsters
 - o Discipline te hebben binnen de aangereikte structuur
 - o Bij te dragen aan een positieve prestatiecultuur, zowel binnen als buiten de trainingen
 - o Te presteren onder druk
 - o Haar eigen ontwikkeling te sturen (sturing op haar sterktes)
 - o Open staan voor feedback vanuit de gehele (coach-)staf Turnen Dames van de KNGU
 - o Beschikken over zelfkennis

Commitment: (sterke betrokkenheid bij het eigen én het teamdoel)

- De turnster gaat volledig voor Los Angeles 2028.
- Zij is fulltime beschikbaar voor wedstrijd- en trainingsprogramma, inclusief S&C, voedings- en overige begeleiding.
- Neemt deel aan het centrale trainingsprogramma.
- De turnster geeft aan bereid te zijn zich in te zetten voor het teamdoel van de KNGU.

Uitstroomrichtlijnen:

- Niet kunnen voldoen aan genoemde competenties.
- Onvoldoende ontwikkeling in prestatieprogressie en inhoud programma (D-score).
- Veranderde commitment en verzwakking van de focus op Los Angeles.
- Niet houden aan de bepalingen van de Topsportovereenkomst
- Onsportief/onprofessioneel gedrag

Voor elk adspirant-Oranje-selectielid geldt, dat zij een Topsportovereenkomst tekent alvorens definitief in de selectie wordt opgenomen.

Let op !

Deelname aan een EK en of WK betekent niet automatisch verlenging van selectielidmaatschap c.q. een opname in de selectie. TD kan op basis van resultaten behaald op EK/WK een turnster toevoegen aan de selectie.

Kernteamleden komen in aanmerking voor een NOC*NSF Topsportstatus (A- of Selectiestatus). E.e.a. afhankelijk van het aantal beschikbare statussen.

2. Instroomteam Los Angeles

Doelstelling:

Een zichtbare groep turnsters creëren die wat betreft leeftijd en potentie kansrijk zijn om een bijdrage te gaan leveren aan de Olympische doelstelling gedurende deze Olympische cyclus dan wel in de eerstvolgende Olympische cyclus, maar op dit moment nog onvoldoende niveau hebben.

Instroomrichtlijnen:

- Leeftijd: 2010, 2009, 2008, 2007
- Technisch niveau:
 - o Geboren in 2010: 48,500 punten behaald tijdens de NK 2025 en/of KNGU-wedstrijd in Heerenveen op 14 november 2025.
 - o Geboren 2009: 49,500 punten behaald tijdens de NK 2025 en/of KNGU-wedstrijd in Heerenveen op 14 november 2025.
 - o Geboren 2008: 50,000 punten behaald tijdens de NK 2025 en/of KNGU-wedstrijd Heerenveen op 14 november 2025
 - o Geboren 2007: 51,500 punten behaald tijdens de NK 2025 en/of KNGU-wedstrijd in Heerenveen op 14 november 2025
- Potentie/groei: Voldoet aan de verwachting dat zij deze cyclus een bijdrage kan gaan leveren aan de gestelde teamdoelstelling van de KNGU en kan doorgroeien naar het niveau van minimaal 52,000.
- Topsporterovereenkomst:
Om te kunnen worden opgenomen in de Oranjeselectie dient de turnster een topsporterovereenkomst te ondertekenen.
- Competenties:
 - o Staat open voor aangereikte ontwikkeldoelen en te maken keuzes in programma (D-score)
 - o Communiqueert over eigen sterktes/ zwaktes/ onzekerheden/ zekerheden
 - o Draagt bij aan een positieve prestatiecultuur, zowel binnen als buiten de trainings- en wedstrijdsituatie
 - o Steunt openlijk haar collega-turnsters binnen het programma
 - o Toont doorzettingsvermogen/daadkracht/adaptief vermogen
- Commitment:
 - o Zij is fulltime beschikbaar voor wedstrijd- en trainingsprogramma, inclusief S&C, voedings- en overige begeleiding.
 - o Neemt deel aan het centrale trainingsprogramma

Uitstroomrichtlijnen:

- Niet kunnen voldoen aan genoemde competenties.
- Onvoldoende ontwikkeling in prestatieprogressie en ontwikkeling inhoud programma (D-score).
- Veranderd commitment.
- Niet houden aan de bepalingen van de Topsportovereenkomst
- Onsportief/onprofessioneel gedrag



Voor elk adspirant-Oranje-selectielid geldt, dat zij een Topsportovereenkomst tekent alvorens definitief in de selectie wordt opgenomen.

Instroomteamleden kunnen in aanmerking komen voor een NOC*NSF Topsportstatus (Selectiestatus) of NOC*NSF Talentstatus. E.e.a. afhankelijk van het aantal beschikbare statussen.

Centrumturnsters.

Deze groep turnsters, niet zijnde een selectie, sluit qua niveau aan op het niveau van het instroomteam, maar heeft nog niet de daadwerkelijke norm behaald.

Turnsters die de onderstaande limiet hebben behaald, kunnen worden uitgenodigd deel uit te maken van de groep 'centrumturnsters.' Hier kunnen geen rechten aan worden ontleend. Met turnsters worden maatwerkafspraken gemaakt t.a.v. het programma in overleg met de centrumcoaches.

Instroomrichtlijnen:

- Leeftijd: 2010, 2009, 2008
- Technisch niveau:
 - o Geboren in 2010:
 - 48,000 punten hebben behaald tijdens de NK 2025 en/of KNGU-wedstrijd in Heerenveen op 14 november 2025.
 - o Geboren in 2009:
 - 49,000 punten hebben behaald tijdens de NK 2025 en/of KNGU-wedstrijd in Heerenveen op 14 november 2025.
 - o Geboren in 2008:
 - 49,500 punten hebben behaald tijdens de NK 2025 en/of KNGU-wedstrijd in Heerenveen op 14 november 2025.
 - o Geboren in 2007 en eerder:

Ter beoordeling aan de TD en op voordracht KNGU-coach. De persoonlijke coach kan dit aandragen en overleggen met een KNGU-coach. De KNGU coach besluit dan of de turnster wordt voorgedragen en overlegd dit in de stuurgroep. De TD maakt het uiteindelijke besluit.

Te behalen punten tijdens de NK 2025 en/of KNGU-wedstrijd in Heerenveen op 14 november 2025:

AA: 51,000 punten

3 toestellen: 39,000 punten

2 toestellen: 27,000 punten
 - o Wedstrijdscores uit bovenstaande twee wedstrijden in één wedstrijd behaald.

Centrumturnsters kunnen in aanmerking komen voor een NOC*NSF Topsportstatus (Selectiestatus) of NOC*NSF Talentstatus. E.e.a. afhankelijk van het aantal beschikbare statussen.

Uitstroomrichtlijnen:

- Onvoldoende ontwikkeling in prestatieprogressie en ontwikkeling inhoud programma (D-score).
- Onsportief/onprofessioneel gedrag

Jong Oranje.

Maximaal 12 turnsters

Doelstelling:

Dit team bundelt de erkende talenten in de juniorenleeftijd (14 en 15 jaar). De focus in nationaal teamverband ligt op voorbereiding tot seniorturnster. Telkens aan het eind van elk kalenderjaar moet de oudste jaargang op niveau zijn en klaar staan om door te stromen naar het instroomteam van de Oranje selectie. Dit team wordt jaarlijks opnieuw samengesteld.

Instroom en Uitstroom

De instroom voor Jong Oranje wordt jaarlijks opnieuw vastgesteld. Hiervoor geldt een minimale leeftijdseis (14 en 15 jaar). Er is geen automatische verlenging binnen deze selectie van toepassing. Instroom in deze selectie kan alleen op voordracht van een van de KNGU-coaches aan de TD, waarna de TD deze voordracht zal bevestigen of afwijzen.

Instroomrichtlijnen:

- Uitkomen in de eredivisie.
- Leeftijd: 14 en 15 jaar (in 2026)
- Technisch niveau:
- 48.000 punten (Oefenstof Eredivisie Jeugd II voor 2012-leeftijd, 2011-leeftijd is conform FIG (CdP 2025 - 2028) hebben behaald tijdens de NK 2025 en/of KNGU-wedstrijd in Heerenveen op 14 november 2025
- Deelgenomen hebben aan de profiel-elemententest op met een richtscore van 100 punten op zondag 30 november 2025 in Rotterdam
- Potentie/groei: Voldoet aan de verwachting dat zij deze of volgende cyclus een bijdrage kan gaan leveren aan de gestelde teamdoelstelling van de KNGU.
- Competenties:
 - o Staat open voor aangereikte ontwikkeldoelen en te maken keuzes in programma (D-score)
 - o Communiceert over eigen sterktes/ zwaktes/ onzekerheden/ zekerheden
 - o Draagt bij aan een positieve prestatiecultuur, zowel binnen als buiten de trainings- en wedstrijdsituatie
 - o Steunt openlijk haar collega-turnsters binnen het programma
 - o Toont doorzettingsvermogen/daadkracht/adaptief vermogen

Uitstroomrichtlijnen:

- Onvoldoende progressie, beoordeeld door de TD in overleg met de betreffende centrumcoach/persoonlijk coach

Turnsters in de Jong Oranje selectie komen in aanmerking voor een NOC*NSF Talentstatus.

Talentpool

Uitgaande van de volgende kenmerken:

- Dicht bij huis
- Plezier in turnen
- Technisch kader werkt volgens vooraf besproken richtlijnen
- Monitoring voortgang turnsters
- Monitoring technisch kader en trainingsomgeving

kennen we een groep turnsters van 11, 12 en 13 jaar oud die, inclusief hun coaches, in aanmerking kunnen komen om te worden opgenomen in zgn. Talentenpool.

Deze drie jaren gaan direct vooraf aan de instroomleeftijd voor Jong Oranje. Het doel van de talentpool is turnsters én hun coaches te begeleiden naar het gewenste niveau om te kunnen instromen in Jong Oranje.

Dit alles doet meer recht aan de fase waarin de betrokken jonge turnsters zich bevinden, zonder de druk van een landelijke selectie.

Er wordt geen Jong Talent selectie meer aangewezen.

Er is geen automatische verlenging binnen deze groep van toepassing. Deze wordt jaarlijks opnieuw vastgesteld.

Instroom in de talentpool kan alleen op voordracht van de persoonlijk coach aan de KNGU-Talentpool coördinator en met een minimaal technisch niveau (85% score leerlijn).

Instroomrichtlijnen:

De talentpool zal jaarlijks worden vastgesteld en er geldt een limiet van 60 turnsters.

Turnsters in Talentpool kunnen in aanmerking komen voor een NOC*NSF Talentstatus.

De werkwijze en specifieke richtlijnen rondom de instroom, doorstroom en uitstroom, wordt in een separaat document omschreven.

Voor de talentpool 2026 volgt communicatie op een later moment.