



Criteria Nationale instroomtest t.b.v. selectie voor de Oranje Selectie

Onderstaande criteria gelden voor turnsters die zich via de NIT willen plaatsen voor de Oranje selectie.

Tijdens de test wordt naar potentie gekeken en de mogelijkheid om te komen tot de gewenste D- en E-scores. Deze weging geldt voor 2^e jaars junioren (voor de NIT van december) en 1^e en 2^e jaars senioren (voor de NIT van juni/juli, december).

Benchmark top 8 met het team:

	AA	VT	UB	BB	FX
D-score		5,0	5,7	5,4	5,2
E-score		9,0	8,2	7,8	8,0
Totaal	54,3	14,0	13,9	13,2	13,2

Specificatie van de criteria per toestel.

Mocht de hieronder gevraagde D-score tijdens een wedstrijd zijn geturnd, dan voldoet het opsturen/tonen van een filmpje van deze oefening.

Sprong

Op sprong moet je minimaal een 5,0 kunnen laten zien.

Omstandigheden: plank, pegasus, kuil met mat op wedstrijdhoogte.

Brug

Wij verwachten dat je een 5,2 D-score tijdens een wedstrijd hebt laten zien. De 0,5 extra (om tot de 5,7 te komen) kan tijdens een NIT worden getoond. Mocht de 5,2 oefening nog niet in een wedstrijd geturnd zijn, dan verwachten wij dat deze tijdens de NIT (mogelijk in delen) wordt getoond.

Ze^{er} gewenst:

- Afsprong D

Balk

Wij verwachten dat je een 5,4 D-score tijdens een wedstrijd hebt laten zien.

Mocht dit niet het geval zijn dan kan je tijdens de NIT je perspectief (in oefeningsdelen) laten zien.

Ze^{er} gewenst (voor zover nog niet in je wedstrijd-oefening):

- Afsprong D
- Acro-serie van 3 elementen.

Perspectief wordt bijvoorkeur op een hoge balk (met matje) geturnd.



Vloer

Trainingsomstandigheden: tumblingbaan naar valmat gelijk niveau of de vloer met matje.

Wij verwachten dat jij een D-score van 5,0 in een wedstrijd hebt laten zien. Deze kan tijdens de NIT met perspectief worden aangevuld tot minimaal (een zekere) 5,2. Mocht je op een wedstrijd nog geen 5,0 D-score hebben geturnd dan kan je deze (in delen) tijdens de NIT laten zien.

Algemeen

- Er zullen juryleden zijn aan wie de turnster haar oefeningen en perspectief elementen kan laten zien.
- Het verdient de voorkeur om te werken in volledige oefeningen of delen.
- Wanneer je meer kan dan wordt gevraagd dit graag laten zien.
- De jury bepaalt de D-score en maakt een inschatting van de E-score.
- Scores worden na de test niet (direct) bekend gemaakt.
- Er wordt gekeken naar de stijl van turnen.
- Alle turnsters die meedoen aan de NIT zijn bespreekgevallen.