

# **Werkboek District Noord**

## **Turnen dames**

**Seizoen 2025 – 2026**



## Inhoud

|  |    |
|--|----|
| 1. Voorwoord                                   | 3  |
| 2. Wedstrijdplanning                           | 4  |
| 3. Plaatsingsregeling                          | 4  |
| 4. Promotie- en degradatie regeling            | 5  |
| 5. Muziek                                      | 5  |
| 6. Juryzaken                                   | 6  |
| 7. Inschrijfgelden                             | 7  |
| 8. Algemene regels                             | 7  |
| 9. Leeftijdscategorieën bovenbouw turnen dames | 10 |



## 1. Voorwoord

Voor u ligt het werkboek Turnen Dames van de KNGU District Noord voor het seizoen 2025-2026 waarin veel te lezen is over het komende seizoen en de wedstrijden die wij willen organiseren met en voor jullie.

De informatie in dit werkboek is met de grootste zorgvuldigheid samengesteld, desondanks kan het voorkomen dat er nog wijzigingen optreden. Zorg er als bestuur voor dat je eventuele mails ook zo snel mogelijk doorstuurt naar de leiding zodat men tijdig op de hoogte is van eventuele wijzigingen. Wij maken daarbij gebruik van emailadressen uit het CRM. Draag er dus ook zorg voor dat de mails bij de juiste personen terecht komt en dat de gegevens correct zijn. Verzoeken tot aanpassing van e-mailadressen worden niet in behandeling genomen.

Wij als District Noord organiseren 3 wedstrijd weekenden voor de volgende niveaus:

- Teamwedstrijd Middenbouw niveau 2, alleen bij voldoende teams
- Teamwedstrijd Middenbouw niveau 3
- Teamwedstrijd Bovenbouw supplement D
- Individuele meerkamp Jeugd supplement E
- Individuele meerkamp Jeugd supplement D
- Individuele meerkamp Junior supplement D
- Individuele meerkamp Senior supplement D
- Individuele meerkamp Senior supplement C

Afhankelijk van de inschrijvingen worden er 2 of 3 wedstrijden per niveau aangeboden

Alle informatie over de wedstrijden en de uitslagen zullen ook op <https://dutchgymnastics.nl/wedstrijden-en-uitslagen> komen te staan.

## 2. Wedstrijdplanning

| Datum             | Plaats          | Activiteit   | Uiterste inschrijfdatum             |
|-------------------|-----------------|--|-------------------------------------|
| 15 en 16 nov 2025 | Vries           | 1 <sup>e</sup> wedstrijd Noord<br>Teams MB niveau 2, 3, Teams supplement D, meerkamp supplement D, jeugd E en senior C           | 30-09-2025                          |
| 06 en 07 dec 2025 | Nog niet bekend | 2 <sup>e</sup> plaatsingswedstrijd Noord<br>Teams MB niveau 2, 3, Teams supplement D, meerkamp supplement D, jeugd E en senior C | 30-09-2025                          |
| 17 en 18 jan 2026 | Nog niet bekend | 3 <sup>e</sup> plaatsingswedstrijd Noord<br>Teams MB niveau 2, 3, Teams supplement D, meerkamp supplement D, jeugd E en senior C | 30-09-2025                          |
| 2026              | Nog niet bekend | Toestelfinale MB niveau 2, 3<br>Supplement D, jeugd E en senior C  | Plaatsing via districts wedstrijden |
| 2026              | Nog niet bekend | Toestelfinale Supplement A, B<br>(alleen voor turnsters van District Noord)  | Van 09-03-2026 t/m 31-03-2026       |

## 3. Plaatsingsregeling

Teams supplement D en jeugd en junior supplement D en senior supplement C kunnen zich via de district wedstrijden plaatsen voor de landelijke wedstrijden. De laatste 2 wedstrijden tellen mee voor de doorstroming, dit gebeurt aan de hand van ranking punten die ieder turnster cq team toegekend krijgt. Voor de district kampioenschappen tellen alle wedstrijden



#### 4. Promotie en/of degradatieregeling

Deze regeling is geldig voor alle individuele, onder auspiciën van de KNGU, georganiseerde wedstrijden met ingang van 1 oktober 2025 voor wedstrijden in het seizoen 2025 / 2026.

De leeftijdscategorie Pupil (middenbouw) wordt gezien als voorbereidend. De keuze van niveau is in deze leeftijdscategorie ieder jaar vrij. Sporters kunnen zich op deze wijze de eerste jaren van hun turncarrière ontwikkelen.

De keuze van niveau in de leeftijdscategorieën Jeugd, Junior en Senior is ieder jaar vrij.

Uitzondering op deze regel is een sporter die in de 1e, 2e, 3e, 4e, 5e of 6e divisie een 1e, 2e of 3e plaats behaald heeft bij de individuele meerkampfinale of een 1e, 2e of 3e plaats behaald heeft in de totale seizoensranking in het voorafgaande seizoen. Deze sporters dienen - ongeacht de behaalde score - het daaropvolgende seizoen minimaal één niveau hoger uit te komen.

Overtreding van bovenstaande regeling heeft diskwalificatie van de betrokken sporter tot gevolg.

De inschrijving gaat ook dit jaar via het KNGU loket. De exacte regeling hiervoor is ook nu ingevuld.

[Let goed op de inschrijfdata!](#)

#### 5. Muziek

Insturen van de muziek kan eenmalig worden gedaan tenzij de muziek gedurende het seizoen wijzigt.

Het mailadres hiervoor is : [muziek@turnennoord.nl](mailto:muziek@turnennoord.nl)

Voor iedere turnster dient een apart MP3 bestand ingeleverd te worden, waarbij de bestandsnaam als volgt moet zijn:

Nr. Turnster - Naam Turnster

Bijvoorbeeld: 43 – Wendy van Dijk

Muziek dat niet op de juiste wijze is ingeleverd, wordt niet geaccepteerd. In dat geval turnt de betreffende turnster zonder muziek.

## 6. Juryzaken

Verenigingen zijn verplicht voor alle wedstrijden juryleden te leveren. De aanwezigheid van de juryleden is een verantwoordelijkheid van de vereniging. • Per wedstrijd dienen de juryleden apart opgegeven te worden

Het blijft ten alle tijden de verantwoordelijkheid van de vereniging dat er voldoende juryleden geleverd worden. Wanneer er geen of te weinig juryleden geleverd worden, zullen de turnsters van de betreffende vereniging buiten mededinging deelnemen aan de wedstrijd. Onderstaande tekst is staat in het Huishoudelijk Reglement van de KNGU.

### **Buiten mededinging, gevolgen en boete**

*De KNGU heeft in het Huishoudelijk Reglement (HHR) een bepaling opgenomen, waardoor technische commissies in staat zijn om gymclubs verantwoordelijk te houden voor het niet aanleveren van juryleden. Een Technisch Reglement of handboek, moet daarop een aanvulling zijn. Gymclubs die geen juryleden aanleveren, moeten met alle sporters deelnemen buiten mededinging en ontvangen een boete per ontbrekend jurylid. Gymclubs die te weinig juryleden aanleveren, moeten naar verhouding met sporters deelnemen buiten mededinging en ontvangen een boete per ontbrekend jurylid.*

### **Sporters buiten mededinging naar verhouding** (zie ook HR 3.3.03 lid

5) <https://dutchgymnastics.nl/kngu/organisatie/kerndocumenten/huishoudelijk-reglement/?stage=Live>

*Het totale aantal aan te leveren juryleden per wedstrijd(dag), wordt bepaald door de DTC en RC. De handboeken omvatten een bepaling waarin de verhouding van het aantal aan te leveren juryleden ten aanzien van het aantal deelnemende clubleden, wordt omschreven.*

### **Te laat aanleveren**

*De termijn die gesteld wordt vanuit het district/de werkgroep wordt gehanteerd voor het aanleveren van juryleden. Bij te laat aanleveren worden de buiten mededinging regel en boete volgens afspraak gehanteerd. In het handboek kun je de data van aanleveren juryleden terug vinden.*

### **Maatwerk**

*Op de uitvoering van de maatregel zoals omschreven in [HR 3.3.03 lid 6](#), kan maatwerk geboden worden. Namelijk, een DTC of RC kan in overleg met de desbetreffende club afspraken maken over extra inzet van juryleden op andere wedstrijddagen.*

### **Buiten mededinging bij gemixte teams**

*In het geval van een mixteam waarbij een deel van het team BM moet meedoen, kijkt de technische commissie eerst of de overige sporters van het team aan een ander team kunnen worden toegevoegd. En er dus uiteindelijk een team ontstaat die buiten mededinging meedoet. Dit kan wel alleen bij de eerste wedstrijd van het seizoen. Is dit niet mogelijk dan worden de scores van de sporters die buiten mededinging meedoen niet meegenomen in de totaalscore van het team.*



## 8. Algemene wedstrijdregels

Voor de wedstrijden zijn algemene wedstrijdregels vastgesteld door de TCTD, waaraan sporters, trainers en bezoekers zich dienen te houden. Deze algemene regels zijn onderstaand weergegeven en zijn van toepassing op sporters, trainers en bezoekers van de wedstrijden.

- 1- De turnsters dienen een half uur voor aanvang van de warming up aanwezig te zijn, tenzij anders aangegeven.
- 2- Tijdens de warming up (zonder toestellen) worden bij de wedstrijdtafel de wedstrijdnummers opgehaald en de niet aanwezige turnsters afgemeld.
- 3- Wedstrijdnummers dienen vóór de prijsuitreiking ingeleverd te worden bij de wedstrijdtafel. Wanneer nummers niet of niet schoon (dus zonder lijm- of stift/penresten) zijn ingeleverd, zal er € 2,50 per verloren/niet juist ingeleverd wedstrijdnummer in rekening worden gebracht bij de betreffende club.
- 4- Inturnen geschiedt volgens schema en op aanwijzing van de wedstrijdleiding. De turnster heeft recht op inturntijd op alle toestellen. De inturntijd bij sprong, balk en vloer is minimaal 30 seconden per turnster en bij brug 50 seconden per turnster.
- 5- Gedurende de wedstrijd mogen de turnsters om hun spieren warm te houden niet op/tussen de toestellen (matten horen bij de toestellen!).
- 6- Uitsluitend deelnemers en leiding mogen zich op de wedstrijdvloer bevinden. Supporters en anderen dienen op de tribune plaats te nemen.
- 7- De turnster dient tijdig bij het toestel klaar te staan. Voorafgaand aan de oefening dient het wedstrijdnummer getoond te worden. Niet tijdig klaarstaan of het niet presenteren van het wedstrijdnummer leidt tot uitsluiting voor het betreffende toestel.
- 8- Het aantal begeleiders op de wedstrijdvloer per vereniging is twee. Indien door een vereniging aan meer dan twee toestellen tegelijk wordt geturnd, mag per extra toestel een extra begeleider worden ingezet.
- 9- Tijdens de wedstrijd dient van iedere deelnemende vereniging één train(st)er met geldig brevet aanwezig te zijn. Hij of zij is verantwoordelijk voor de deelnemende turnsters van zijn of haar vereniging.
- 10- Deelnemers aan wedstrijden dienen correcte kleding te dragen. De wedstrijdkleding dient te voldoen aan sportieve en ethische principes. Bij teamwedstrijden dient de kleding uniform te zijn.
- 11- Wanneer een team bestaat uit turnsters van verschillende verenigingen, hoeven zij binnen het district niet uniform gekleed te gaan.
- 12- Trainers en begeleiders dienen gekleed te gaan in correcte sportkleding, niet zijnde een spijkerbroek, blote buik/croptops en hempjes met spaghetti bandjes. Wanneer trainers en begeleiders niet gepast gekleed zijn, en daar een klacht over binnenkomt bij de hoofdwedstrijdleiding, mag aan de betreffende persoon gevraagd worden van de wedstrijdvloer af te gaan.

- 13-Het is toegestaan om reclame te voeren op wedstrijdleding mits men zich houdt aan de door de KNGU gestelde regels t.a.v. sponsoring en reclame.
- 14-Het is train(st)ers tijdens de wedstrijd niet toegestaan rechtstreeks contact te zoeken met de jury. Informeren naar de uitgangswaarde kan uitsluitend via het hoofd wedstrijdjury.
- 15-Foto- en video-opnames uitsluitend maken vanaf de tribune. Opnames mogen niet gebruikt worden om bezwaar in te dienen.
- 16-Foto- en video-opnames dienen te worden gemaakt met inachtneming van de AVG maatregelen. Daarom enkel uw eigen dochter/turnster op beeld zetten en niet zonder toestemming een ander filmen/fotograferen. Indien inbreuk wordt gemaakt op deze regel, kan diegene hierop worden aangesproken en gevraagd het betreffende materiaal te verwijderen. Na één waarschuwing kan diegene worden verwijderd uit de wedstrijdhal.
- 17-Tijdens de wedstrijd is het verboden om bij het fotograferen gebruik te maken van een flitser.
- 18-Ongeveer 15 minuten na de wedstrijd/prijsuitreiking kunnen de train(st)ers de uitslagenlijsten bekijken bij de wedstrijdtafel. De uitslagen worden zo spoedig mogelijk online geplaatst.
- 19-Daar waar de wedstrijdregels niet in voorzien, beslist de Technische Commissie Turnen Dames en/of de hoofdwedstrijdleiding.

## 9. Leeftijdscategorieën bovenbouw turnen dames

De verschuiving van de leeftijdscategorieën vindt komende jaren plaats volgens onderstaand schema:

| Seizoen            | 2024-2025 | 2025-2026 |
|--------------------|-----------|-----------|
| jaar               | 2025      | 2026      |
|                    |           |           |
| <b>Geboren in:</b> |           |           |
| <b>2016</b>        |           |           |
| <b>2015</b>        |           |           |
| <b>2014</b>        |           |           |
| <b>2013</b>        |           | Jeugd     |
| <b>2012</b>        | Jeugd     | Jeugd     |
| <b>2011</b>        | Jeugd     | Junior    |
| <b>2010</b>        | Junior    | Junior    |
| <b>2009</b>        | Junior    | Junior    |
| <b>2008</b>        | Junior    | Senior    |
| <b>2007</b>        | Senior    | Senior    |
| <b>2006</b>        | Senior    | Senior    |
| <b>2005</b>        | Senior    | Senior    |
| <b>2004</b>        | Senior    | Senior    |
| <b>2003</b>        | Senior    | Senior    |
| <b>2002</b>        | Senior    | Senior    |

De werkgroep turnen dames District Noord