



Gymnastiek  
Federatie  
Vlaanderen vzw



**ALTIS** VZW

[AltisHulshout.be](http://AltisHulshout.be)

## **INTERCLUB ALTIS HULSHOUT** **TUM DMT MT**

**Aan het bestuur**  
**Aan de trainers tumbling**  
**Aan de trainers trampoline**

Beste bestuur  
Beste trainers

Op **zaterdag 28 november en zondag 29 november 2009** vindt te Hulshout de 20<sup>ste</sup> interclubwedstrijd plaats. De wedstrijd zal doorgaan in de Gemeentelijke Sportivahal, Industriepark 5 te Hulshout. De wegbeschrijving sturen we door naar de ingeschreven clubs.

Hierbij vindt U meer informatie met betrekking tot deze 3 wedstrijden die zullen georganiseerd worden. Inschrijven kan per discipline en per categorie dmv. :

Bijgevoegde inschrijvingsformulieren

Via e-mail: [interclub@AltisHulshout.be](mailto:interclub@AltisHulshout.be)

Per post bij : Jos Van De Sande  
Heibaan 184  
2235 HULSHOUT  
☎ 0495/21.16.01

Zetel : De Wever Emiel  
Secretariaat : Haepers Greet  
Bank : Argenta 979-6124683-11

Heibaan 36 2235 HULSHOUT  
Torenerf 8 2235 HULSHOUT  
Ondernemingsnr.: 419577458

[info@AltisHulshout.be](mailto:info@AltisHulshout.be)

# Wedstrijdschema :

*DIT IS EEN VOORLOPIG SCHEMA. DE JUISTE UURREGELING WORDT DOORGESTUURD  
IN DE WEEK VOOR DE WEDSTRIJD*

## Zaterdag 28 november

Vanaf 08u00 : opwarming en wedstrijden tumbling Recre@Tumbling en DMT C  
08u30 : juryvergadering  
Vanaf 14u00 : opwarming en wedstrijden tumbling B en DMT B + A  
14u15 : juryvergadering

## Zondag 29 november

Vanaf 08u00 : opwarming en wedstrijden tumbling C en mini-trampoline C  
08u30 : juryvergadering  
Vanaf 14u00 : opwarming en wedstrijden tumbling A en mini-trampoline B + A  
14u15 : juryvergadering

Een schema met de juiste uren van opwarming en wedstrijd wordt tijdens de week vóór de wedstrijd aan de deelnemende clubs doorgemailed.

Mogen wij u vragen ons de inschrijvingen te bezorgen voor 10 november 2009. Aangezien het succes van de vorige jaren is het mogelijk dat bij een te groot aantal inschrijvingen, de inschrijvingen die ons als laatste bereiken geweigerd worden. Voor de medailles en dergelijke zouden wij de clubs willen vragen om bij de inschrijving ook € 3 per deelnemer, per discipline, inschrijvingsgeld te storten op rekening:

**979-6124683-11** met vermelding “**interclub**” en de clubnaam. Clubs die een jurylid leveren krijgen een korting van € 0,50 per deelnemer/halve dag.

### **Gelieve ook per discipline juryleden te vermelden bij de inschrijving.**

Voor meer informatie aangaande deze wedstrijd kan u steeds terecht bij:

website : [interclub.AltisHulshout.be](http://interclub.AltisHulshout.be)  
Email : [interclub@AltisHulshout.be](mailto:interclub@AltisHulshout.be)

of Van De Sande Jos  
Heibaan 184  
2235 Hulshout  
☎ 0495 / 21.16.01

Hendrik Bens  
Morkhovenseweg 45  
2200 Noorderwijk  
☎ 0496 / 16.88.90

Bestuur en leiding ALTIS vzw

# Wedstrijdinformatie TUMBLING

## CATEGORIEËN:

...	A-NIVEAU	B-NIVEAU	C-NIVEAU	Recre@Tumbling
°2001	Benjamins			Pupillen (blijft op Interclub !)
°2000	Benjamins			
°1999	Miniemen			
°1998	Miniemen			
°1997	Beloften			
°1996	Beloften			
°1995	Juniors			
°1994	Juniors			
°1993	Juniors of Seniors	Seniors		
°1992				
°1991	Seniors			
...				

Het benjaminprogramma van Gymfed wordt **niet** opgenomen in de wedstrijd!  
De Benjamins die deelnamen aan het I-niveau kunnen deelnemen aan de C, B of A wedstrijd.

## PROGRAMMA:

### Recre@Tum :

- De gymnast voert drie verschillende reeksen uit, die gekozen worden uit de lijst voor het Recre@Tumbling
- Beoordeling: volgens reglement Recre@Tumbling (GYMFED 2009-2010)
- Reeksen: zie bijgevoegde lijst

### C-niveau :

- De gymnast voert drie verschillende reeksen uit, die gekozen worden uit de lijst voor het C-kampioenschap
- Beoordeling: volgens reglement C-niveau (GYMFED 2009-2010)
- Reeksen: zie bijgevoegde lijst

**B-niveau :**

- Beoordeling : volgens reglement B-niveau (GYMFED 2009-2010)
- Let op: nieuwe moeilijkheidswaarden worden gebruikt!

**A-niveau :**

- Beoordeling : volgens reglement A-niveau (GYMFED 2009-2010)
- Enkel voorrondes: 1 saltoreeks en 1 schroefreeks
- Let op: nieuwe moeilijkheidswaarden worden gebruikt!

**LIJST MET REEKSEN****Reeksen Recre@Tumbling**

Groep 0 Anders dan Recre@Tum!	Groep 1	Groep 2	Groep 3	Groep 4	Groep 5
3 eenvoudige delen	3 delen zonder salto	3 delen met salto	4 delen zonder salto	5 delen zonder salto	4 delen met salto
SW:7,0	SW: 8,0	SW: 8,5	SW: 9,0	SW: 9,5	SW: 10
XXX	X (f	(f - o	X (ff	X (fff	(ff - o
X(X	Ω (f	(f - <	Ω X (f	Ω X (ff	(ff - <
(( (	(ff	(f - /	Ω (ff	Ω (fff	(ff - /
		. - o (f	(fff	(ffff	. - o (ff
		. - < (f			. - < (ff

Als op één of ander moment wordt afgeweken van de bovenstaande reeksen, stopt de reeks bij de eerste vastgelegde afwijking. Het maximum voor uitvoering, volgens de uitgevoerde delen is dan:

4 delen met salto	10,0
5 delen zonder salto	9,5
4 delen zonder salto	9,0
3 delen met salto	8,5
3 delen zonder salto	8,0
3 delen zonder flik/salto	7,0
2 delen	5,0
1 deel	2,5

## Reeksen Tumbling C

Startwaarde 8.0	Startwaarde 9.0			Startwaarde 10	
Reeks zonder salto	Reeksen met 1 salto			Reeksen met 2 salto's	
Groep 1	Groep 2	Groep 3	Groep 4	Groep 5	Groep 6
(ffff)	(fff-o	.-o(fff	(^fff	(^ff-o	.-o(ff-o
	(fff-<	.-<(fff	(f^ff	(^ff-<	.-o(ff-<
	(fff-/		(ff^f	(^ff-/	.-o(ff-/
				(f^f-o	.-<(ff-o
				(f^f-<	.-<(ff-<
				(f^f-/	.-<(ff-/

Let op! De gymnast mag geen 2 reeksen uit dezelfde groep springen!

Als op één of ander moment wordt afgeweken van de bovenstaande reeksen, stopt de reeks bij de eerste vastgelegde afwijking. Het maximum voor uitvoering, volgens de uitgevoerde delen is dan:

5 delen met 2 salto's	10,0
5 delen met 1 salto	9,0
5 delen zonder salto	8,0
4 delen met salto	8,0
4 delen zonder salto	7,0
3 delen met salto	7,0
3 delen zonder salto	6,0
2 delen	5,0
1 deel	2,5

# Wedstrijdinformatie DMT

## CATEGORIEËN:

	A-NIVEAU	B-NIVEAU	Recre@
...	Pupillen (I-niveau)		Pupillen
°2001			
°2000	Benjamins (I-niveau)		Benjamins
°1999	Miniemen	Miniemen	Miniemen
°1998			
°1997	Beloften	Beloften	Beloften
°1996			
°1995	Juniors	Juniors	Juniors
°1994			
°1993	Juniors of Seniors	Seniors	Seniors
°1992	Seniors		
°1991			
...			

Het benjaminprogramma van Gymfed wordt vanaf dit jaar wel opgenomen in de wedstrijd!

## PROGRAMMA:

<b>RECREA-NIVEAU</b>	3 vrije doorgangen met min. over de drie doorgangen en max. per element:		
		Min. over 3 doorgangen	Max. per element
	Pupillen	/	<b>Maximum 0.7</b>
	Benjamins	/	<b>Maximum 0.7</b>
	Miniemen	<b>Minimum 1 salto</b>	<b>Maximum 0.7</b>
	Beloften	<b>Minimum 2 salto's</b>	<b>Maximum 1.2</b>
	Juniors	<b>Minimum 3 salto's</b>	<b>Maximum 1.2</b>
	Seniors	<b>Minimum 3 salto's</b>	<b>Maximum 1.2</b>
<p>Wanneer de uitgevoerde moeilijkheidswaarde hoger is dan maximaal toegelaten, dan krijgt de gymnast de maximale moeilijkheidswaarde toegekend.</p> <p>Sprongen zonder moeilijkheidswaarde die herhaald worden in dezelfde springzone, krijgen een bestraffing van 0.5 ptn. per jurylid voor uitvoering.</p> <p>Bestrafing voor het niet aantal gesprongen salto's: -0.7 ptn. Per niet gesprongen salto.</p>			

<b>I-NIVEAU</b>	3 vrije doorgangen met min. per doorgang en max. per element:		
		Min. per doorgang	Max. per element
	Pupillen	<b>Minimum 0.5</b>	<b>Maximum 0.7</b>
	Benjamins	<b>Minimum 0.5</b>	<b>Maximum 1.2</b>
<p>Indien, bij volledige reeksen, de minimale moeilijkheid niet wordt gesprongen, wordt dit bestraft met 0,1 pt. per jurylid voor uitvoering en dit per 0,1 pt. onder de minimale moeilijkheid. De maximale bestraffing voor deze fout bedraagt 0,5 ptn. per jurylid voor uitvoering.</p> <p>Een herhaling (moeilijkheid valt weg) wordt niet gezien als een onderbreking van de reeks. Bovenstaande regel blijft dus gelden.</p> <p>Bij overschrijding van het maximum per element, wordt de maximale waarde per element toegekend</p>			

<b>B-NIVEAU</b>	3 vrije doorgangen met min. over de drie doorgangen en max. per element:		
		Min. over 3 doorgangen	Max. per element
	Miniemen	<b>Minimum 2 salto's</b>	<b>Maximum 1.2</b>
	Beloften	<b>Minimum 3 salto's</b>	<b>Maximum 2.0</b>
	Seniors	<b>Minimum 5 salto's</b>	<b>Maximum 2.4</b>
	<p>Indien, bij volledige reeksen, de minimale moeilijkheid niet wordt gesprongen, wordt dit bestraft met 0,1 pt. per jurylid voor uitvoering en dit per 0,1 pt. onder de minimale moeilijkheid. De maximale bestraffing voor deze fout bedraagt 0,5 ptn. per jurylid voor uitvoering.</p> <p>Een herhaling (moeilijkheid valt weg) wordt niet gezien als een onderbreking van de reeks. Bovenstaande regel blijft dus gelden.</p> <p>Bij overschrijding van het maximum per element, wordt de maximale waarde per element toegekend</p>		

<b>A-NIVEAU</b>	4 vrije doorgangen met min. per doorgang en max. per element. Uitgezonderd de miniemen, zij springen maar 3 doorgangen. Er worden geen finales gesprongen:		
		Min. per doorgang	Max. per element
	Miniemen	<b>Minimum 1.2</b>	<b>Maximum 3.6</b>
	Beloften	<b>Minimum 1.6</b>	<b>Maximum 4.4</b>
	Seniors	<b>Minimum 2.5</b>	/
	<p>Indien, bij volledige reeksen, de minimale moeilijkheid niet wordt gesprongen, wordt dit bestraft met 0,1 pt. per jurylid voor uitvoering en dit per 0,1 pt. onder de minimale moeilijkheid. De maximale bestraffing voor deze fout bedraagt 0,5 ptn. per jurylid voor uitvoering.</p> <p>Een herhaling (moeilijkheid valt weg) wordt niet gezien als een onderbreking van de reeks. Bovenstaande regel blijft dus gelden.</p> <p>Bij overschrijding van het maximum per element, wordt de maximale waarde per element toegekend</p>		

## BEOORDELING:

De beoordeling op uitvoering gebeurt volgens **GYMFED-reglement 2009-2012**.

# Wedstrijdinformatie MINI-TRAMPOLINE

## CATEGORIEËN:

	A-NIVEAU	B-NIVEAU	C-NIVEAU
...	Benjamins	Benjamins	Pupillen
°2001			Benjamins
°2000	Miniemen	Miniemen	Miniemen
°1999			Miniemen
°1998	Beloften	Beloften	Beloften
°1997			Beloften
°1996	Juniors	Juniors	Juniors
°1995			Juniors
°1994	Seniors	Seniors	Seniors
°1993			Seniors
°1992			Seniors
°1991			Seniors
...			

## PROGRAMMA:

C-NIVEAU	5 verschillende sprongen met een maximum moeilijkheid per sprong:													
	<table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>Max. per element</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Pupillen</td> <td><b>Maximum 0.5</b></td> </tr> <tr> <td>Benjamins</td> <td><b>Maximum 0.6</b></td> </tr> <tr> <td>Miniemen</td> <td><b>Maximum 0.7</b></td> </tr> <tr> <td>Beloften</td> <td><b>Maximum 0.7</b></td> </tr> <tr> <td>Juniors</td> <td><b>Maximum 1.2</b></td> </tr> <tr> <td>Seniors</td> <td><b>Maximum 1.2</b></td> </tr> </tbody> </table> <p>Wanneer de uitgevoerde moeilijkheidswaarde hoger is dan maximaal toegelaten, dan krijgt de gymnast de maximale moeilijkheidswaarde toegekend.</p> <p>Sprongen zonder moeilijkheidswaarde die herhaald worden krijgen een bestraffing van 0.5 ptn. per jurylid voor uitvoering.</p>		Max. per element	Pupillen	<b>Maximum 0.5</b>	Benjamins	<b>Maximum 0.6</b>	Miniemen	<b>Maximum 0.7</b>	Beloften	<b>Maximum 0.7</b>	Juniors	<b>Maximum 1.2</b>	Seniors
	Max. per element													
Pupillen	<b>Maximum 0.5</b>													
Benjamins	<b>Maximum 0.6</b>													
Miniemen	<b>Maximum 0.7</b>													
Beloften	<b>Maximum 0.7</b>													
Juniors	<b>Maximum 1.2</b>													
Seniors	<b>Maximum 1.2</b>													

<b>B-NIVEAU</b>	5 verschillende sprongen met een maximum moeilijkheid per sprong:												
	<table border="1"> <tr> <td></td> <td>Max. per sprong</td> </tr> <tr> <td>Benjamins</td> <td><b>Maximum 0.7</b></td> </tr> <tr> <td>Miniemen</td> <td><b>Maximum 0.8</b></td> </tr> <tr> <td>Beloften</td> <td><b>Maximum 1.2</b></td> </tr> <tr> <td>Juniors</td> <td><b>Maximum 1.9</b></td> </tr> <tr> <td>Seniors</td> <td><b>Maximum 2.0</b></td> </tr> </table>		Max. per sprong	Benjamins	<b>Maximum 0.7</b>	Miniemen	<b>Maximum 0.8</b>	Beloften	<b>Maximum 1.2</b>	Juniors	<b>Maximum 1.9</b>	Seniors	<b>Maximum 2.0</b>
		Max. per sprong											
	Benjamins	<b>Maximum 0.7</b>											
	Miniemen	<b>Maximum 0.8</b>											
	Beloften	<b>Maximum 1.2</b>											
	Juniors	<b>Maximum 1.9</b>											
Seniors	<b>Maximum 2.0</b>												
Sprongen zonder moeilijkheidswaarde die herhaald worden, krijgen een bestraffing van 0.5 ptn. per jurylid voor uitvoering.													

<b>A-NIVEAU</b>	<p>5 verschillende sprongen. De maximum moeilijkheid is onbeperkt voor alle categorieën in het A-niveau.</p> <p>Sprongen zonder moeilijkheidswaarde die herhaald worden, krijgen een bestraffing van 0.5 ptn. per jurylid voor uitvoering.</p>
-----------------	--

## **BEOORDELING:**

De beoordeling op de uitvoering gebeurt op 10 punten per sprong.