

Reglement Clubkampioenschappen

(versie 2018)

De clubkampioenschappen bestaan uit de volgende toestellen:

Dames

- Lange mat
- Balk
- Brug ongelijk
- Minitramp of kast

Heren

- Lange mat
- Rekstok
- Brug gelijk
- Minitramp of kast

De deelnemers mogen maar één sprong toestel doen, men moet dus **een keuze maken** tussen minitrampoline of kast.

Leeftijdscategorieën

- 5 / 6 jaar
- 7 / 8 jaar
- 9 / 10 jaar
- 11 / 12 jaar
- 13 / 14 / 15 / 16 / 17 jaar
- 18 jaar en ouder

Oefenstof

De oefenstof is per leeftijdscategorie opgebouwd uit een aantal verplichte basiselementen. Het turnen van al deze elementen geeft een 6,0 voor de D-score (de score voor de moeilijkheid van de oefening). Daarnaast staan per oefening pluselementen beschreven, die ofwel in plaats van het basiselement geturnd worden, of kunnen worden toegevoegd aan de oefening. Hiermee kan de D-score worden verhoogd met 0,5 pt per pluselement. De D-score wordt gemiddeld met de E-score (de score voor de uitvoering van de oefening).

De oefeningen moeten zelfstandig en in de beschreven volgorde worden uitgevoerd.

- Verplicht onderdeel niet geturnd geeft een aftrek van 0,5 pt op de D-score
- Vangen / corrigeren: het onderdeel telt niet. Dit geeft 0,5 pt aftrek op de D-score
- Voorzeggen mag alleen bij de jongste deelnemers (5/6 en 7/8 jaar). Bij hogere leeftijden geeft dit een aftrek van 0,5 pt.
- Deelnemers van 11 jaar en ouder hebben recht op 5 minuten inturnen per toestel (per groep)

