

Reglement – Minitrampoline (Showspringen) 2023-2024

Algemene bepalingen:

- Er wordt **alleen** gesprongen in de categorie **schoolteam**. In deze categorie mogen dus leerlingen uit alle leerjaren deelnemen.
- Leerlingen mogen zowel deelnemen aan het Showspringen als ook aan het Groepsspringen (zie reglement Groepsspringen!).
- Een team bestaat uit minimaal acht en maximaal zestien leerlingen.
- Bij zeven leerlingen of minder in een team volgt 1,00 punt aftrek per sprongbeurt.
- Er is geen indeling naar sekse. Een team kan bestaan uit jongens en meisjes, uit alleen jongens of uit alleen meisjes.
- Een leerling mag tijdens de wedstrijddag maar uitkomen voor één showspring- team.

De Olympic Moves spelregels:

- Een groep springt minimaal acht en maximaal tien sprongseries.
- Van het aantal sprongen dat een team maakt mogen er maximaal vier sprongen naar keuze uitgevoerd worden.
- Onder een sprongserie wordt verstaan dat elke leerling van de groep eenmaal heeft gesprongen. Elke sprongbeurt moet goed herkenbaar zijn.
- **Vaste serie:** alle leerlingen van het team maken in een serie dezelfde sprong, een keuze uit categorie A, B, C, D, E en F. Het reglement schrijft niet voor welke sprong dat moet zijn, de keuze is aan de docent.
- **Vrije serie:** elke deelnemer mag individueel uitmaken welke sprong hij/zij springt.
- Elk team levert bij aanmelding op de wedstrijddag een sprongbriefje in. Dit om de jury beter voorbereid hun werk te laten doen.
- Anders dan bij het groepsspringen, mag een sprong bij het showspringen éénmalig herhaald worden in de vrije serie. Dus springt een team een salto in de vaste serie, dan mogen (een gedeelte van) de leerlingen de sprong ook herhalen bij de vrije serie.
- Een sprong zonder object is verschillend van een sprong met object. Dus er mag een salto vaste serie zonder object in zitten en een salto vaste serie met object.
- Bij de twee punten hierboven is het dus in theorie toegestaan om bijvoorbeeld 4x een salto te springen. (2x zonder object, één keer vast, één keer vrij en 2x met kast, één keer vast en één keer vrij)
- Wanneer een sprong (sprongen) niet in de sprongtabel voorkomt (voorkomen), zal de jury voor aanvang van de wedstrijddag die alsnog in een categorie indelen.
- Een optreden mag maximaal tien minuten duren. (Aftrek zie bij "technische puntaftrek")



- Bij de start wordt de tijd opgenomen, na negen minuten volgt een waarschuwingssignaal.
- Er kan met of zonder toestellen gesprongen worden, ook levende hindernissen zijn toegestaan. **Het springobject moet minstens 1 meter hoog en/of diep zijn. Voldoet het springobject niet aan deze afmeting wordt de sprong berekend als een sprong zonder springobject.** Bij elke sprongserie mogen meerdere minitrampolines gebruikt worden. **Het springobject mag verend zijn zoals bv. een tafelluchtkussen.**
- Tijdens het optreden mag zowel de richting als de situatie worden veranderd.
- Een team mag op muziek springen (zie onderdeel showelement).
- Het gebruik van speciale effecten (licht, etc.) dient vooraf met de organisatie te worden besproken en goedgekeurd.
- Vlak voor het optreden kunnen groepen nog (in een aparte ruimte) inspringen. Ook hier gelden de veiligheidsmaatregelen. Inspringen zonder de begeleider(s) van de school is niet toegestaan.
- **Eventuele decoratiestukken dienen na afloop weer terug mee naar huis genomen te worden en mogen niet (ongevraagd) achterblijven op de locatie!**

Materiaal:

- De organisatie stelt in ieder geval twee minitrampolines, vier landingsmatten en een kast ter beschikking voor het showspringen. Daarbij communiceert de organisatie ruim van tevoren welke **extra** materialen zij ter beschikking hebben die gebruikt kunnen worden (bijv. bok, lange mat, kleine matjes, airtrack/tumblingbaan, etc).
- Scholen mogen ook hun eigen materiaal meenemen, maar dit dient wel ter controle worden voorgelegd aan de wedstrijdorganisatie.

Veiligheidsmaatregelen:

- Bij alle breedte-as sprongen moet er per mat een beveiligers op de landingsmat staan.
- Ook in de inspringruimtes geldt dat bij breedte-as sprongen een beveiligers op de landingsmat moet staan. Als er bij het inspringen niet op de mat gestaan wordt, mag de desbetreffende groep niet deelnemen aan de wedstrijd.
- Tijdens de wedstrijd is er een “floormanager” aanwezig die de docent vooraf aanspreekt als blijkt dat er geen beveiligers aanwezig is bij het springen. Verder zal de floormanager van de jury een seintje krijgen om de docent tijdens de uitvoering nogmaals aan te spreken en in het uiterste geval zal de uitvoering door de jury stilgelegd worden.
- Per sprongronde dat er niet op de mat is gestaan zal er **één punt aftrek** gegeven worden **op het eindcijfer**.
- De verantwoordelijke docent LO kan door één of meerdere beveiligers geassisteerd worden. Dit hoeft noodzakelijkerwijs geen docent LO te zijn, het mag ook een leerling zijn die goed kan vangen. Dit is echter wel de verantwoording van de docent Lo!



- **Het is verplicht, en van vanzelfsprekend, dat een actieve houding belangrijk is bij de 'vanger'. Echter geeft elke vorm van hulpverleners/ vangen 0,2 punt of 0,4 punt technische aftrek.**

Beoordelingscriteria:

De prestaties van het team worden beoordeeld op:

- a) Kwaliteit, maximaal 20 punten
- b) Compositie, maximaal 10 punten
- c) Moeilijkheid, maximaal 12 punten

A) Voor de **kwiteit** wordt gelet op:

1. Sprongen met een ruime, lange en hoge zweef of zweeffase, afhankelijk van de sprong.
2. Sprongen, waarbij sprake is van balans in de zweef en de landing gecontroleerd plaatsvindt.
3. Bij sprongen waarbij met de handen afgezet moet worden, moet duidelijk sprake zijn van de afzet ten behoeve van de tweede zweeffase.

De 20 punten voor kwaliteit worden omgerekend aan de hand van het aantal springers. Zie hiervoor de beoordelingsformulieren op www.olympicmoves.nl. Daarin wordt een formule gebruikt, zodat de teams met verschillende aantal springers/sprongen gelijk worden beoordeeld.

B) Voor de **compositie** wordt gelet op:

- Logische opbouw (2,5 punt). Indien er geen logische opbouw in het nummer zit, dus geen goede volgorde van A tot E niveau een maximale aftrek tot 2,5 punten.
- Show-element (3,0 punt). Geen of nauwelijks show-element, maximale aftrek tot 3,0 punten. (items zoals dans/artistiek/kleding/acro etc.)
- Tempo-Ritme (2,5 punt). Geen tempo en/of variaties in richting aanwezig tijdens de sprongen (er vallen te veel gaten) maximaal tot 2,5 punten aftrek.(variaties en dynamisch)
- Originaliteit. Amusementswaarde ontbreekt maximaal tot 2,0 punten aftrek.(uitstraling etc)



Aanvulling op deze puntentelling bij compositie:

- Logische opbouw:
 - Alleen met of zonder toestellen springen geeft 0,5 punt aftrek.
 - Indien er geen variatie in de sprongen zit (hurken / strekken / spreiden) geeft dat tot 1,0 punt aftrek.
 - Indien er geen logische opbouw aanwezig is volgt tot 1,0 punt aftrek. (Men moet dus van makkelijke naar moeilijke sprongen springen. Logische opbouw kan ook binnen één categorie zijn).
- Show-element:
 - Geen speciale aandacht voor kleding geeft tot 1,0 punt aftrek. (Mag ook uniforme turnkleding zijn, echter moet wel in het thema passen).
 - Geen demo-element verwerkt in de demonstratie geeft tot 1,5 punt aftrek. (Denk aan dans, acro, jongleren, freestyle, tumblingbaan).
 - Geen artistieke uitvoering (uitvoering komt niet overeen met de muziek) geeft tot 0,5 punt aftrek.
 - Geen gebruik van muziek geeft tot 0,5 punt aftrek.
- Iedereen die mee springt in de demonstratie is verplicht ook mee te doen aan een demo- element. Iedereen die mee doet aan een demo- element is ook verplicht mee te springen in de demonstratie. Wanneer dit niet gebeurt zullen er geen punten worden toegekend als demo- element. Met uitzondering van een geblesseerde deelnemer (een deelnemer die bv alleen het show- element kan uitvoeren en niet de sprongen), dit dient voor de wedstrijd doorgegeven te worden aan de jury!
- Tempo-Ritme:
 - Geen duidelijk begin en einde van een sprongserie geeft tot 0,5 punt aftrek.
 - Geen kop-romp-staart van de hele show geeft tot 1,0 punt aftrek.
 - Geen tempo in de sprongserie geeft tot 1,0 punt aftrek.
- Originaliteit:
 - Amusementswaarde ontbreekt geeft tot 1,0 punt aftrek.
 - Geen andere items / toestellen gebruikt dan standaard geeft tot 1,0 punt aftrek.

C) Voor de Moeilijkheidsgraad wordt gelet op:

- Bij een vaste serie, springt iedereen dezelfde sprong, dus dan is de gemiddelde waarde van de ronde gelijk aan de sprong die gesprongen wordt. Bijvoorbeeld bij een hurksalto 0,4 punt, want dit is een B sprong. Bij een vrije sprong geldt: elke deelnemer mag individueel uitmaken welke sprong hij / zij springt. Worden er 2 B sprongen, 6 C sprongen, 3 D sprongen en 1 E sprong gesprongen, dan wordt deze serie aangemerkt als een C sprongbeurt en levert dus 0,62 punten op. Immers: $2 \times 0,4 + 6 \times 0,6 + 3 \times 0,8 + 1 \times 1,0 = 7,4 / 12 = 0,62$. Deze waarde wordt afgerond op 2 decimalen.
- Bij voorkeur jureren twee juryleden op kwaliteit en extra aftrekpunten. Zij nemen het gemiddelde aantal fouten om de kwaliteit score te berekenen. Minimaal één (ander)



jurylid jureert de compositie en moeilijkheid. Uiteindelijk komen alle beoordelingstabellen samen tot een laatste eindscoretabel.

- Het team dat in de finale wint wordt in die categorie Nederlands schoolkampioen showspringen.

Punten aftrek:

Technische aftrek van 0,1 per springer per sprong:

- Geopende benen.
- 1/1 (of meer) draai onvolledig na salto vorm.
- Onvoldoende beenspreiding.
- Onvoldoende buiging van de knieën.
- Kromme knieën.
- Kleine balansverstoring.
- Foutieve arm/hoofd/romphouding.
- Onvoldoende zweefmoment in zweeffase één en/of twee.

Technische aftrek van 0,2 per springer per sprong:

- Onvoldoende hoogte.
- Halve draai onvolledig gemaakt.
- Balansverstoring.
- Onvoldoende afzet van handen (overslag en/of tipsalto).
- Foutieve landing op één voet.
- Val op knieën en/of billen na de landing.
 - Foutieve landing (1 of meer stappen).

Technische aftrek van 0,3 per springer per sprong:

- Geopende benen bij de sprongen (streksprong/salto's enz.)
- Val op knieën of billen voordat de voeten zijn geplaatst.
- **Elke vorm van hulpverlening tijdens de sprong geeft 0,4 technische aftrek.**
- **Elke vorm van hulpverlening/ vangen tijdens de landing geeft 0,2 technische aftrek.**

Extra aftrek technische fouten:

- Afwijkende sprongen in de "vaste" serie (0,5 punt aftrek per beurt)
- Onderbrekingen tussen twee sprongseries van meer dan dertig seconden geeft puntaftrek (0,5 punt aftrek)

Van het eindcijfer kwaliteit mag ook nog worden afgetrokken voor:

- Te veel/weinig sprongbeurten. (1,0 punt aftrek. Minimaal 8 en maximaal 10 sprongbeurten. Dus 19 ipv 20 punten als uitgangswaarde)



- Meer dan vier keuze beurten geeft 1,0 punt aftrek (dus 18 i.p.v. 20 punten uitgangswaarde).
- Tijdoverschrijding geeft 2,0 punten aftrek van het EINDCIJFER!
- Bij zeven leerlingen of minder in een team volgt 1,00 punt aftrek per sprongbeurt.

Situaties, waarin het reglement niet voorziet, worden altijd ter beoordeling aan de organisatie en de voorzitter van de jury voorgelegd. Hun beslissing is bindend!

De sprongtabel zonder object en de sprongtabel met object kun je vinden op de volgende pagina's.

Sprongen die niet vermeld staan in de sprongtabel moeten ruim van tevoren aangevraagd worden bij de wedstrijdleiding (niet pas op de dag zelf!). De wedstrijdleiding zal in overleg met de jury de waarde van de sprong bepalen.



SPRONGTABEL zonder object SHOWSPRINGEN	
A 0,2 pnt	A.1. Streksprong A.2. Hurksprong A.3. Skatesprong A.4. Spreidsprong A.5. Hoeksprong A.6. Spreidhoeksprong <i>Voor alle A sprongen geldt: + ½ draai om de lengte-as is 0,1 punt extra.</i>
B 0,4 pnt	B.1. Streksprong 1/1 draai B.2. Hurksalto B.3. Vormen van salto achterover met insprong van ½ draai om de lengte-as B.4. Hoeksalto B.5. Zweefsalto <i>Voor sprongen B.2. en B.3. geldt: + ½ draai om de lengte-as is 0,1 punt extra.</i> <i>Voor sprong B.4. geldt: Spreidhoek levert 0,1 punt extra op.</i>
C 0,6 pnt	C.1. Streksalto C.2. Loopsalto C.3. Hurksalto 1/1 draai C.4. Hoeksalto 1/1 draai C.5. Barani C.6. Rodeo flip (Salto v.o. waarbij in holle positie de enkels worden vastgepakt) <i>Voor sprongen C.1. en C.5. geldt: + ½ draai om de lengte-as is 0,1 punt extra.</i>
D 0,8 pnt	D.1. Contra salto gehurkt D.2. Streksalto 1/1 draai D.3. Suzoeki gehurkt <i>Voor sprongen D.1. en D.3. geldt: gehoekt is 0,1 punt extra.</i>
E 1,0 pnt	E.1. Streksalto 1 1/2 draai E.2. Dubbele salto gehurkt
F 1,2 pnt	F.1. Baralto F.2. Dubbele salto gehoekt

SPRONGTABEL met object SHOWSPRINGEN	
A 0,2 pnt	<p>A.1. Hurksprong op – streksprong af A.2. Streksprong op – streksprong af A.3. Skatesprong op – streksprong af A.4. Spreidsprong op – streksprong af A.5. Overspreiden A.6. Doorhurken A.7. Spreidsprong via toestel</p> <p><i>Voor A1 ,A2, A3 en A4 sprongen geldt: iedere sprong af + ½ draai om de lengte-as is 0,1 punt extra.</i></p>
B 0,4 pnt	<p>B.1. Arabier B.2. Overslag B.3. Radslag (zijwaartse overslag) B.4. Tip hurksalto</p> <p><i>Voor Hollander (zijwaartse overslag met ¼ draai voorwaarts) geldt 0,1 extra. Voor sprongen B.1., B.2. en B.4. geldt: + ½ draai om de lengte-as is 0,1 punt extra. Voor sprongen B.1. en B.2. geldt: + Hip tip is 0,1 extra.</i></p>
C 0,6 pnt	<p>C.1. Streksprong op – salto af C.2. Tip hoeksalto C.3. Yamashita C.4. Hip tip arabier + ½ draai C.5. Hip tip overslag + ½ draai C.6. Hurksalto C.7. Hoeksalto C.8. Zweefsalto</p> <p><i>Voor sprongen C.2., C.3., C.6. en C.7. geldt: + ½ draai om de lengte-as is 0,1 punt extra.</i></p>

<p>D</p> <p>0,8 pnt</p>	<p>D.1. Overslag ½ draai in ½ draai uit</p> <p>D.2. Tip hurksalto 1/1 draai uit</p> <p>D.3. Tip hoeksalto 1/1 draai uit</p> <p>D.4. Streksalto</p> <p>D.5. Loopsalto</p> <p>D.6. Barani</p> <p>D.7. Hurksalto 1/1 draai</p> <p>D.8. Hoeksalto 1/1 draai</p> <p><i>Voor D5 en D7 sprongen geldt: + ½ draai uit is 0,1 punt extra</i></p>
<p>E</p> <p>1,0 pnt</p>	<p>E.1. Salto op, direct gevolgd door salto af</p> <p>E.2. Tip dubbele salto gehurkt</p> <p>E.3. Streksalto 1/1 draai</p> <p>E.4. Suzoeki gehurkt</p>
<p>F</p> <p>1,2 pnt</p>	<p>F.1. Tip dubbele salto gehoekt</p> <p>F.2. Handstand overslag gevolgd door salto gehurkt</p> <p>F.3. Tsukahara gehurkt</p> <p>F.4. Suzoeki gehoekt</p>

Sprongen die niet vermeld staan in de sprongtabel moeten ruim van tevoren aangevraagd worden bij de wedstrijdleiding (niet pas op de dag zelf!). De wedstrijdleiding zal in overleg met de jury de waarde van de sprong bepalen.

