

Groepsspringen 2015 - 2016

	Grspr D-E Noord	Grspr D-E Zuid	Grspr FK D
Datum	31 oktober 2015	7 november 2015	21 november 2015
Organisatie i.s.m.	gv SVD	gv Udiros	gv Udiros
Plaats	Damwoude	Nieuwehorne	Nieuwehorne
Opgeven voor	2 oktober 2015	2 oktober 2015	plaatsing, eerste 6 gr per toestel/categorie

Opgave inschrijven in het KNGU-loket

Inschrijfgeld per groep per onderdeel

Oefenstof Landelijke Oefenstof, uitgave juli 2014 blz 52 t/m 67
zie ook boekje Wedstrijdzaken 2015-2016
oefenstof instappers 7 en 8 jaar toegevoegd (zie onder)

Jury Het is **verplicht juryleden** aan te leveren die ook werkelijk beschikbaar zijn
Bij opgave van meer dan 4 groepen een extra jurylid aanleveren.
Opgaves zonder juryleden worden niet ingeschreven

Let op !! Jeugdgroepen springen plankoline kast
Junioren-Senioren D en E springtoestel (ipv paard)
Oefenstof instap zie onder. Kleine wijziging!

niveau **A, B,C, D, E en instap** 2015-2016

geb.j. leeftijd	instap		junioren							
	09 7	08 8	06 10	05 11	04 12	03 13	02 14	01 15	00 16	
	jeugd				senioren					
		07 9	06 10	05 11	04 12			01 of eerder 15 jaar of ouder		

Toestellen D-E en Instap

- | | |
|---------------------------------|----------------------------|
| a. lange mat | d. minitramp valmat |
| b. plankoline kast (min 1 deel) | e. minitramp kast |
| c. reutherplank kast | f. minitramp springtoestel |

	D-niveau	E-niveau	Instap
instap (geb 2008-2009)			a b d
jeugd (geb. 2004-2007)	a b d e	a b d e	
junioren (geb. 2006-2000)	a c d f	a c d f	
senioren (geb. 2001 of eerder)	a c d f	a c d f	

iedere deelnemer kan per seizoen maar in 1 leeftijdscategorie meedoen

Oefenstof Instappers 7 t/m 8 jaar

reglement als D - E

TOESTELSPRINGEN

KAST/PLANKOLINE - (kast min 1 of 2 delen)

- | | | |
|----|---------|----------------------------|
| 1. | breedte | ophurken, streksprong af |
| 2. | breedte | ophurken, streksprong af |
| 3. | breedte | opspreiden, streksprong af |
| 4. | breedte | opspreiden, streksprong af |
| 5. | breedte | keuze |
| 6. | breedte | keuze |

MINITRAMPOLINE

- | | |
|----|--------------|
| 1. | streksprong |
| 2. | streksprong |
| 3. | spreidsprong |
| 4. | spreidsprong |
| 5. | keuze |
| 6. | keuze |

LANGE MAT

- | | |
|----|--------------------------------------|
| 1. | 2 maal een rol voorover (invallen) |
| 2. | 2 maal een rol achterover (invallen) |
| 3. | 2 maal een vluchtige handenstand |
| 4. | radslag |
| 5. | keuze |
| 6. | keuze |
-