

Wedstrijdniveaus

Op trampoline en dubbel minitrampoline zijn er twee wedstrijd niveaus:

- Nationaal (vergelijkbaar met C niveau KNGU / GYMFED)
- Internationaal

Specifiek voor het onderdeel tumbling wordt er onderscheid gemaakt in drie wedstrijd niveaus:

- Nationaal C (nagenoeg identiek aan C niveau GYMFED)
- Nationaal B (nagenoeg identiek aan B niveau GYMFED)
- Internationaal

Leeftijdscategorieën

Instap / Benjamins geboren in 2002 of later (alleen nationaal niveau)
Pupil / Miniemen: geboren in 2000 of 2001
Jeugd / Beloften: geboren in 1998 of 1999
Junior: geboren in 1995, 1996 of 1997
Senior: geboren in 1994 of eerder

Indien er onvoldoende deelnemers zijn ingeschreven voor een bepaalde leeftijdscategorie behoudt de organisatie zich het recht voor categorieën samen te voegen. Betreffende informatie zal tijdig op de website verschijnen.

Reglement & Materiaal

Deelname is alleen mogelijk voor leden van een nationale bond die aangesloten is bij de FIG. Op alle onderdelen is het FIG-reglement van toepassing. Er zal uitsluitend gebruik gemaakt worden van toestellen die voldoen aan de FIG-eisen. Specifieke vereisten voor de verschillende categorieën zijn opgenomen in de bijlagen per onderdeel.

Jury

Iedere deelnemende vereniging dient minimaal één jurylid, per onderdeel waaraan wordt deelgenomen, te leveren. Bij meer dan 10 deelnemers per onderdeel levert de vereniging een tweede jurylid, bij meer dan 20 deelnemers een derde jurylid. Het is gewenst dat juryleden in het bezit zijn van een geldig FIG of nationaal jurybrevet. Juryleden ontvangen een dagvergoeding van 20,- euro en krijgen tijdens de wedstrijd eten en drinken. Jury is van harte welkom op het feest.

Inschrijfgeld

Het inschrijfgeld voor de Forza Cup bedraagt 7,50 euro per springer per onderdeel. Een springer kan aan maximaal twee onderdelen deelnemen. Gelieve het bedrag voor 25 juni over te maken op rekening nummer: 38.05.63.185 t.n.v. Forza Gymnastica Goes. IBAN nummer: NL58 RABO 0380 5631 85. Contante betaling van het inschrijfgeld kan op de dag van aankomst vóór aanvang van de wedstrijd.

Overnachting

Er zijn verschillende mogelijkheden om te overnachten in Goes:

- [Camping Sportpunt Zeeland](#) (dit is naast de wedstrijdhal) Tel.: + 31 (0)113 - 233388
- [Hotel Goes](#) -- vanaf de snelweg bij de afslag Goes. Tel.: + 31 (0)113 - 315800
- [Hotel Terminus](#) -- naast het station van Goes. Tel.: + 31 (0)113 - 230085
- [Grand Cafe – Hotel Jersey](#) -- grote markt van Goes Tel.: + 31 (0)113 - 232323
- [B & B Den Frisschen Romer](#) -- haven van Goes Tel.: + 31 (0)113 - 253982
- [B & B Goes](#) -- achter het NS station Tel.: + 31 (0)6 - 10116510
- [Motel Cafe - De Caisson](#) – aan de snelweg naar Goes Tel.: + 31 (0)113 - 341619

Meer informatie over overnachtingsmogelijkheden via het [VVV](#). Tel.: + 31 (0)113 – 235990

Catering

Na uw overnachting is er op zaterdag en zondagochtend de mogelijkheid om te ontbijten in het restaurant van het Sportpunt Zeeland voor een bedrag van 7,50 per persoon per ontbijt.

Feest

Aansluitend op het toernooi is er op zaterdagavond een tropical swimming party in het zwemparadijs van Sportpunt Zeeland. Deelname hieraan kan ook worden aangegeven op bijgaand formulier en kost 5,00 euro per persoon.

Aansprakelijkheid

Door de vereniging Forza Gymnastica wordt, tenzij dit aan opzet en/of grove nalatigheid van de medewerkers van de vereniging is te wijten, geen aansprakelijkheid aanvaard voor schade ten gevolge van overlijden, letsel, ongevallen, kwetsing, verlies of diefstal veroorzaakt aan de deelnemer(s) tijdens of ten gevolge van het internationaal toernooi op 30 juni 2012.

Deelname en informatie

Alle informatie en inschrijfformulieren kunt u vinden op onze website <http://www.forzacup.nl>
Inschrijven voor 1 juni 2012.

Tot ziens op 30 juni 2012

Met vriendelijke groeten,

Forza Gymnastica
p/a Martin Wissekerke
Duizendbladstraat 51
4461MN Goes
telefoon 0113 - 567307 / 06 – 51376975.
e-mail: info@forzacup.nl

Trampoline:

In het niveau **nationaal** wordt een verplichte en een vrije oefening gesprongen. Beide scores worden opgeteld tot een eindscore. Er is geen finale. Een oefening bestaat uit 10 verschillende sprongen met per categorie een aantal verplichte sprongen:

Nationaal	Verplichte sprongen in verplichte oefening	Max. Mlh.
Instap / benjamins	salto a.o. C of barani C buik of ruglanding	3,0
Pupil / miniemen	salto a.o. C barani C buik of ruglanding	4,0
Jeugd / beloften	salto a.o. B barani B buik of ruglanding	5,0
junior	salto a.o. A barani vrij $\frac{3}{4}$ salto a.o. of v.o.	6,0
senior	salto a.o. A barani A $\frac{3}{4}$ salto a.o. of v.o.	7,0

Op **internationaal** niveau springt iedereen voorronde met een verplichte en een vrije oefening. Beide scores worden opgeteld en de beste 8 springers kwalificeren zich voor de finale. Bij minder dan 10 deelnemers gaan er 5 springers door naar de finale. De finale begint op nul en daarin wordt 1 vrije oefening gesprongen.

internationaal	Verplichte oef.
Pupil / miniemen	barani (vrij) salto a.o. A salto a.o. B $\frac{3}{4}$ salto v.o. tot rug of $\frac{3}{4}$ salto a.o. tot buik (vrij)
Jeugd / beloften	10 verschillende sprongen waarvan 9 met minimaal 270 graden salto rotatie. $\frac{3}{4}$ salto a.o. tot buik (vrij) cody salto achterover A salto achterover met volledige schroef baby fliffes B
junior (FIG B)	10 verschillende sprongen waarvan 9 met minimaal 270 graden salto rotatie 1 sprong tot buik of ruglanding 1 sprong vanaf buik of rug in combinatie met eis 1. 1 dubbel salto vo of ao met of zonder schroef 1 sprong met minimaal een schroef van 540 graden
senior (FIG A)	De oefening bestaat uit 10 verschillende sprongen, elk met een minimale saltorotatie van 270 graden. Van 2 sprongen zal de moeilijkheid opgeteld worden bij de uitvoeringsscore om zo de totale score van de verplichte oefening te bepalen. De oefening moet ingevuld worden op het sprongformulier en de twee sprongen waarvan de moeilijkheid meetelt moeten aangemerkt worden met een asterisk. Deze 2 sprongen mogen niet herhaald worden in de keuze oefening, anders zal de moeilijkheid daarvan niet meetellen.

Tumbling:

In het niveau **nationaal C** worden 3 verschillende series gesprongen. De tabel met mogelijke series is hieronder terug te vinden. Er is geen finale.

Instap / benjamins	Mogelijkheid om te kiezen uit groep 1 t/m 5
Pupil / miniemen	Mogelijkheid om te kiezen uit groep 1 t/m 6
Jeugd / beloften	Mogelijkheid om te kiezen uit groep 1 t/m 8
junior	Mogelijkheid om te kiezen uit groep 1 t/m 11
senior	Mogelijkheid om te kiezen uit groep 1 t/m 11

- De gymnast mag geen 2 reeksen uit dezelfde groep springen. Indien dit wel gedaan wordt, krijgt de gymnast voor die serie geen bonus.
- Bij identieke reeksen (volledige reeksen) wordt een 0 gegeven voor de herhaalde reeks.
- Er hoeven geen wedstrijdformulieren ingeleverd te worden.
- Er worden geen tussenstappen toegelaten.
- Het is toegestaan om het laatste deel in tegengestelde richting uit te voeren.
- Uitvoering wordt op 10 punten gejureerd. Er kan max.1.0 punt per uitgevoerd deel afgetrokken worden voor een slechte uitvoering.
- De totaalscore van een serie is de som van 3 uitvoeringsscores en de bonus.

Groep 1		Groep 2		Groep 3		Groep 4		Groep 5		Groep 6	
Serie	bonus	Serie	bonus	Serie	bonus	Serie	bonus	Serie	bonus	Serie	bonus
.-o (f	0,5	(fff	2,5	.-o (ff	3,0	(ff-o	3,5	(ffff	5,0	(^fff	5,5
.-< (f	0,5			.-< (ff	3,0	(ff-<	4,0			(f^ff	5,5
(f-o	1,0					(ff-/	4,5			(ff^f	5,5
(f-<	1,5										
(f-/	2,0										

Groep 7		Groep 8		Groep 9		Groep 10		Groep 11	
Serie	bonus	Serie	bonus	Serie	bonus	Serie	bonus	Serie	bonus
.-o (fff	6,0	(fff-o	6,5	.-o (ff-o	8,0	.-o (ff-/	9,0	(^ff-<	9,5
.-< (fff	6,0	(fff-<	7,0	.-< (ff-o	8,0	.-< (ff-/	9,0	(f^f-<	9,5
		(fff-/	7,5	.-o (ff-<	8,5	(^ff-o	9,0	(^ff-/	10,0
				.-< (ff-<	8,5	(f^f-o	9,0	(f^f-/	10,0

- Series niet overeenkomend met series uit de tabel worden als volgt beoordeeld:

	bonus	Max. voor uitvoering
4 delen met salto	3,0	9,0
4 delen zonder salto	2,0	9,0
3 delen met salto	1,0	8,0
3 delen zonder salto	0,0	8,0
2 delen	0,0	5,0
1 deel	0,0	2,5

Tumbling:

In het niveau **nationaal B** worden 3 verschillende, zelf vrij samen te stellen, series van 7 delen gesprongen. Er is geen finale.

- Iedere serie dient minimaal twee salto's te bevatten. Voor pupillen/Miniemen geldt een minimum van 1 salto per serie.
- Arabier, flik-flak en tempo salto worden niet als een herhaling beschouwd.
- Salto's binnen de serie mogen herhaald worden indien ze voorafgegaan worden door een verschillend element.
- De moeilijkheidswaarde van de onderdelen is volgens de FIG code.
(Uitgezonderd : tempo salto, barani & schroeven) tempo salto = 0,5 punt, barani = 0,7 punt.
Schroeven: 0,2 punt per halve schroef tot 360°, van 360° tot 720° = 0,3 punt per halve schroef.
- De 3 series mogen niet met dezelfde sprong eindigen, hierop geldt een juryaftrek van 1,0 punt per jurylid van uitvoering.
- Het is toegestaan om het laatste deel in tegengestelde richting uit te voeren.
- De 3 series mogen niet 3 keer met dezelfde sprong beginnen, hierop geldt een juryaftrek van 1,0 punt per jurylid van uitvoering.
- Bij identieke series (volledige series) wordt een 0 gegeven voor de herhaalde serie.
- Als de maximale moeilijkheid per sprong of het maximaal aantal salto's overschreden wordt, wordt er geen moeilijkheid toegekend aan die betreffende sprong.

Nationaal B	Maximum aantal salto's	Max. Mlh. Per deel
Pupil / miniemen	3	0,7
Jeugd / beloften	4	0,9
Junior en Senior		1,5

- Voor elke ontbrekende salto bij een volledige serie geldt een aftrek van 1.0 pt per jurylid van uitvoering.
- De uit te voeren series worden voor de wedstrijd opgegeven.
- Wanneer er minder dan 7 delen worden gesprongen is het maximale uitvoeringscijfer:

delen	Max.
6	9,0
5	8,0
4	7,0
3	6,0
Minder dan 3	0,0

Tumbling:

Internationaal niveau:

Pupil / Miniemen en Jeugd / Beloften

- 2 vrije series van 8 delen
- Minimaal 2 salto's per serie voor de pupillen/miniemen.
- Minimaal 3 salto's per serie voor de jeugd/beloften.
- Elke serie moet eindigen met een salto.
- Het eerste en het achtste deel van de tweede serie mogen geen herhaling zijn van het eerste en het achtste deel van de eerste serie. Eenzelfde eindelement mag wel geturnd worden indien het voorafgaande deel verschillend is.
- Als het eerste of laatste deel een herhaling is, wordt er geen moeilijkheidswaarde toegekend voor dat onderdeel.
- Arabier, flik-flak en tempo salto worden niet als herhalingen beschouwd.

Junior en Senior

Vorronde:

- 2 series van 8 delen

1^e serie = salto serie: geen enkel element mag meer dan 180 graden schroefrotatie bevatten.

2^e serie = schroef serie: min. 2 salto's met elk minimaal 360 graden schroefrotatie of meer. Het achtste deel telt niet voor de moeilijkheid als deze geen 360 graden schroefrotatie bevat.

- Arabier, flik-flak en tempo salto worden niet als herhalingen beschouwd.
- Salto's mogen herhaald worden indien ze worden voorafgegaan door een verschillend element.
- Herhalingen tussen de twee series van de voorronde onderling zijn niet toegestaan. Herhaling van delen betekent geen moeilijkheidswaarde voor het herhaalde deel.
- Voor elke ontbrekende salto of schroef: -/ - 1,0 pt.
- Salto met meer dan 180 graden schroefrotatie in de salto serie: geen moeilijkheidswaarde voor dat deel.

Finale:

- 2 vrije series van 8 delen.
- Finale series mogen een herhaling zijn van de series uit de voorronde
- Arabier, flik-flak en tempo salto worden niet als herhalingen beschouwd.
- Salto's mogen herhaald worden indien ze worden voorafgegaan door een verschillend onderdeel.
- Herhalingen tussen de twee finale series onderling zijn niet toegestaan. Herhaling van delen betekent geen moeilijkheidswaarde voor het herhaalde deel.
- Voor elke ontbrekende salto of schroef: -/ - 1,0 pt.

Aantal finalisten 5 bij 10 of minder deelnemers, 8 bij meer dan 10 deelnemers per categorie. Springers die zich niet geplaatst hebben voor de finale op basis van de score in de voorronde kunnen alsnog deelnemen aan de finale indien ze bij de beste drie springers zijn in de saltoserie of bij de beste drie in de schroef serie. Finales starten vanaf nul.

Hierbij een overzicht van tumblingelementen met hun symbool en de moeilijkheidswaarde. Voor andere elementen wordt er verwezen naar de FIG code 2010-2012 (editie oktober 2010)

Element	Symbool	Moeilijkheid	B-niveau
Rad	X	0.0	
Overslag	Ω	0.2	
Rondat	(0.2	
Flik	f	0.2	
Temp	^	0.3	0,5
Salto rugwaarts gehurkt	- o	0.5	
Salto rugwaarts gehoekt	-<	0.6	
Salto rugwaarts gestrekt	-/	0.6	
Salto voorwaarts gehurkt	.- o	0.5	
Salto voorwaarts gehoekt	.- <	0.6	
Salto voorwaarts gestrekt	.- /	0.6	
Barani	.1	0.6	0,7
Schroef voorwaarts	.2	0.7	0,9
Rudy (1 ½ schroef voorwaarts)	.3	0.9	1,2
Twistsalto	1	0.6	0,7
Schroef rugwaarts	2	0.7	0,9
1 ½ schroef rugwaarts	3	0.9	1,2
Dubbel schroef rugwaarts	4	1.1	1,5
2 ½ schroef rugwaarts	5	1.4	
Triple schroef rugwaarts	6	1.7	
Dubbel salto rugwaarts gehurkt	-- o	2.0	
Dubbel salto rugwaarts gehoekt	-- <	2.2	
Dubbel salto rugwaarts gestrekt	-- /	2.4	
Dubbel salto voorwaarts gehurkt	.- - o	2.0	
Dubbel salto voorwaarts gehoekt	.- - <	2.2	

Overige moeilijkheid volgens FIG

Dubbel Minitrampoline:

In het niveau **nationaal** worden 3 series gesprongen, de maximale moeilijkheid over de 3 series is hieronder aangegeven. De scores worden opgeteld tot een eindscore. Er is geen finale.

nationaal	Max. Mlh.
Instap / benjamins	2,1
Pupil / miniemen	3,3
Jeugd / beloften	4,2
junior	5,1
senior	5,7

Indien de moeilijkheidswaarde overschreden wordt krijgt de springer voor deze serie de maximale moeilijkheidswaarde toegekend. Sprongen zonder moeilijkheid die herhaald worden in dezelfde springzone krijgen een puntenmindering van 0,5 punt per uitvoeringsjurylid.

Voor Dubbel Minitrampoline nationaal hoeven er geen wedstrijdformulieren ingeleverd te worden.

Op **internationaal** niveau springt iedereen voorronde bestaande uit 2 series, de minimale moeilijkheid in de voorronde is hieronder aangegeven. De scores worden opgeteld en de beste 8 springers kwalificeren zich voor de finale. Bij minder dan 10 deelnemers gaan er 5 springers door naar de finale. De finale begint op nul en daarin worden ook 2 series gesprongen.

internationaal	Min. Mlh.
Pupil / miniemen	2,2
Jeugd / beloften	2,8
Junior	3,4
senior	3,8

Indien bij volledige doorgangen de minimale moeilijkheid niet wordt gesprongen krijgt de springer een puntenmindering van 0,1 per uitvoeringsjurylid en dit per 0,1 onder de minimale moeilijkheid. Sprongen zonder moeilijkheid die herhaald worden in dezelfde springzone krijgen een puntenmindering van 0,5 punt per uitvoeringsjurylid.