



Werkplan Micro Teamgym IAG

's-Hertogenbosch, Nederland – 27 mei 2017

<http://www.iagsportevent.nl/>



Algemene informatie

Voor de 5^e keer zal het IAG evenement plaatsvinden.

De Maaspoorthal en de Flik-Flak hal te Den Bosch zal van 25 mei t/m 28 mei 2017 in het teken staan van sport op internationaal niveau. Maar je kunt ook zelf in de ringen hangen, een workshop dansen volgen of genieten van bandjes en optredens op het Open Podium. Trainers vergroten hun kennis op het coachcongres, turnfans nemen deel aan een van de vele sportkampen en als dag bezoeker kun je deelnemen aan de ruim 300 workshops verdeeld over vier dagen. Het programma is iedere dag gevuld met allerlei activiteiten voor jong en oud, klik voor het programma en de vele mogelijkheden op: <http://www.iagsportevent.nl>

Er is dit jaar voor gekozen om met een kleine microteamgym wedstrijd te beginnen met een internationaal reglement. De wedstrijd voor het groepsspringen is open voor regionale, nationale en internationale springers. Per vereniging mag men twee teams per niveau per categorie inschrijven. Daarbij zullen de eerste teams toegelaten worden en de tweede teams op een reserve lijst geplaatst worden. Na sluiting van de inschrijfdatum zal dan bekeken worden of er nog ruimte is in het schema om tweede teams toe te laten. We streven naar een wedstrijd met tegenstanders, niet naar een onderlinge wedstrijd. De wedstrijd heeft geen enkel raakvlak met de discipline groepsspringen van de KNGU.

Het Micro Teamgym reglement van het UEG 2015 zal zoveel mogelijk worden nagestreefd. Hieronder volgt een beschrijving van de wedstrijdvorm:

<http://www.ekteamgym.nl/iag-2017/>

De wedstrijd zal bestaan uit twee onderdelen:

Airtrack: Hier worden 3 series op gesprongen.

Minitrampoline/Minitrampoline pegases: Hier worden in totaal 3 sprongen op gesprongen

De tijdslimiet per onderdeel is 2 minuten en 30 seconden, de sprongen/series zullen op muziek worden uitgevoerd.

De volgende teams kunnen deelnemen:

JUNIOR	dames/heren/mix	geb. jaar 2001 – 2004	A/B niveau
SENIOR	dames/heren/mix	geb. jaar 2001 of eerder	A/B niveau

De teamsamenstelling is als volgt:

Een team bestaat uit drie tot vijf springers. Dit team mag niet van samenstelling wisselen per onderdeel. Iedere serie/sprongbeurt wordt gesprongen door drie springers. Bij gemixte teams is er een mixverhouding 1:2 of 2:1. Dit mag per serie wisselend zijn.

De muziek zal door de wedstrijd commissie aangeleverd worden. Tevens wordt er afgewisseld met een andere discipline. Tijdens de wedstrijdronde van de andere discipline kan al worden ingesprongen. Men komt gezamenlijk opmarcheren.

Er zullen twee MD trampolines (Dorade, BOSAN MD40) aanwezig zijn en een vlindertrampoline.

Technische regels

De eisen per onderdeel zijn als volgt:

Airtrack:

- men eindigt het laatste element op de landingsmat;
- een serie bestaat uit minimaal drie of maximaal vijf elementen, (bij de JUNIOR categorie bestaat het minimum uit twee elementen);
- van de drie series moet één serie uit volledig voorwaartse en één serie uit volledig achterwaartse elementen bestaan;
- de eerste van de drie series bestaat uit een teambeurt (allemaal hetzelfde, mag ook een volledig voorwaartse of achterwaartse serie zijn);
- de druk van de airtrack is voor junioren 50 mbar en voor senioren 60 mbar;
- de volgende springer mag pas starten als de vorige geland is op de landingsmat;
- de waardes van de drie elementen met de hoogste score worden geteld, herhalingen binnen dezelfde beurt worden als een '0'-sprong gezien.

Minitrampoline/Minitrampoline Pegases

- de sprong(en) op pegases moet/moeten een steunsprong(en) te zijn;
- men is vrij in de verdeling mini/mini pegases mits beide onderdelen maar benut worden;
- de eerste van de drie series bestaat uit een teambeurt.

Algemene regels:

- er mogen geen herhalingen in de series en beurten voorkomen;
- in de tweede en derde serie moet een juiste opbouw van moeilijkheidswaarden zijn. De tweede sprongbeurt mag wel lager in waarde zijn dan de teambeurt. De derde sprongbeurt moet dan gelijk of hoger zijn in waarde dan de tweede;
- er dienen een of (bij voorkeur) twee trainers op de landingsmat te staan;
- triple salto's mogen gesprongen worden, maar dit moet wel vooraf worden aangegeven bij de organisatie
- men hoeft zich niet aan en af te melden bij de jury. De eerste springer en laatste springer strekken zich uit;
- zodra de muziek start, mag er gesprongen worden;
- enkelvoudige salto's horen voor dubbele salto's en dubbele salto's voor triple salto's te worden uitgevoerd, ook al is de waarde van de sprong meer waard.

Minimale waarde A niveau en daarmee gelijk de maximale waarde B niveau

Klasse:	Airtrack:	Minitrampoline	Hoogte springtoestel:
Junior <i>(dames/heren/mix)</i>	Minimale gemiddelde waarde per serie 1,95	Minimaal streksalto 3/2 draai.	Vanaf 135 cm Verhogen per 10 cm
Senior <i>(dames/heren/mix)</i>	Minimale gemiddelde waarde per serie 2,30	Minimaal 2 series met dubbele breedte-as rotaties	Vanaf 145 cm Verhogen per 10cm

Voorbeelden maximale waarde:

- Een senior team springt op minitrampoline twee series met een dubbele salto, dan mag deze uitkomen in de categorie A of B. De waarde op airtrack kan dan bepalend zijn of het team uitkomt in A of B.
- Een junior team springt als moeilijkste serie streksalto 3/2 draai op minitrampoline en op airtrack is de gemiddelde waarde per serie 2,0. Dit team moet dan uitkomen in de categorie A.
- Een senior team springt op minitrampoline één serie met een dubbele rotatie, op airtrack is de gemiddelde waarde per serie 2,40. Dit team komt dan uit in de categorie A.
- Een team in de categorie B mag een hogere waarde springen maar deze wordt dan afgewaardeerd naar de maximale waarde.

Score:

Er zijn drie scores die bij elkaar opgeteld worden

- Uitgangswaarde/moeilijkheid
- Uitvoering
- Samenstelling

Moeilijkheid:

De moeilijkheid is opgebouwd uit het optellen van de individuele waardes per serie en die score wordt gedeeld door het aantal (drie)sprongseries dat wordt gemaakt. Hieruit volgt de gemiddelde moeilijkheidswaarde per serie.

Voorbeeld:

Sprong 1	Waarde	Opmerking
Dubbelsalto gehurkt	0,55	Teamronde (iedereen springt hetzelfde)
Dubbelsalto gehurkt	0,55	
Dubbelsalto gehurkt	0,55	
Totaal serie 1	1,65	

Sprong 2	Waarde	Opmerking
Dubbelsalto gehurkt ½ draai	0,65	
Dubbelsalto gehoekt ½ draai	0,65	
Dubbelsalto gehoekt ½ draai	0,85	
Totaal serie 2	2,15	

Sprong 3	Waarde	Opmerking
Tsukahara gehurkt	0,70	Met springtoestel
Tsukahara gehurkt	0,70	
Tsukahara gestrekt	1,00	
Totaal serie 3	2,40	

Gemiddelde waarde 3 series	$(1,65+2,15+2,40)/3=2,1$
----------------------------	--------------------------

Uitvoering:

Voor elke serie zijn 10 punten waarvan de aftrek afgehaald wordt. Na het springen van de drie series wordt de gemiddelde waarde van de uitvoering genomen. Dit is de uitvoeringsscore.

Voorbeeld:

Sprong 1	Aftrek	Opmerking
Dubbelsalto gehurkt	0,2	Netjes
Dubbelsalto gehurkt	2,5	Val met extra aftrek
Dubbelsalto gehurkt	0,8	Slordig
Totaal uitvoering serie 1	$10-3,5=6,5$	

Sprong 2	Aftrek	Opmerking
Dubbelsalto gehurkt ½ draai	0,3	
Dubbelsalto gehoekt ½ draai	0,4	
Dubbelsalto gehoekt ½ draai	0,5	
Totaal uitvoering serie 2	$10-1,2=8,8$	

Sprong 3	Aftrek	Opmerking
Tsukahara gehurkt	0,4	Met springtoestel
Tsukahara gehurkt	0,2	
Tsukahara gestrekt	1,2	
Totaal uitvoering serie 3	$10-1,8=8,2$	

Gemiddelde uitvoeringswaarde 3 series	$(6,5+8,8+8,2)/3=7,8$
---------------------------------------	-----------------------

Samenstelling:

Voor de samenstelling krijg je 2,0 punten. Hier worden samenstellingsfouten van afgehaald.

Samenstellingsfouten kunnen zijn:

- Onjuiste volgorde van sprongen (niet in volgorde van moeilijkheid)
- Springen met een springer te weinig/te veel
- Afwijkende sprong in de (eerste) teamronde
- Meer tijd dan aangegeven muziek gebruiken
- Het maken van een 0 sprong (niet landen met voeten eerst)
- Het niet landen op landingsmat bij airtrack
- Het maken van te weinig/te veel onderdelen bij airtrack
- Het niet maken van een steunsprong bij minitrampoline + pegases
- Het niet gebruiken van een ronde met en een ronde zonder springtoestel bij minitrampoline
- Het niet uitvoeren van een voorwaartse en/of achterwaartse serie op airtrack
- Een herhalende sprong/serie (deze heeft ook uitgangswaarde 0)
- Niet terugrennen naar begin van de aanloopbaan
- Niet als groep terugrennen naar begin van de aanloopbaan

De uiteindelijke score wordt bepaald door de uitgangswaarde, de uitvoering en de samenstelling bij elkaar op te tellen. In dit voorbeeld zou de eindscore zijn:

Uitgangswaarde	Uitvoering	Samenstelling	Eindscore
2,1	7,8	2,0	11,9




















































Het team met de hoogste score heeft gewonnen. Bij weinig aanmeldingen per categorie zijn wij helaas genoodzaakt om categorieën samen te voegen.

Waardes Airtrack:

Vanuit de basiswaarden kan de waarde van elk element berekend worden. De meest voorkomende elementen staan ook in de waarde tabel.

Richting	Basis element	Waarde
Voorwaarts	Radslag	0,05
	(losse) Overslag of FlakFlik	0,20
	Salto voorwaarts	0,25
	Dubbel salto voorwaarts	0,80
Achterwaarts	Arabier	0,10
	FlikFlak	0,15
	Temposalto	0,20
	Salto achterover	0,20
	Twist salto	0,25
	Dubbel salto achterover	0,60
	Dubbel twist salto achterover	0,70
Triple achterover	1,60	

Houding/draai	Enkelvoudige salto's	Dubbele salto's	Triple salto's
Hoek (per salto)	0,05	0,10	0,10
Strek (per salto)	0,10	0,15	0,25
Halve (180°) draai (per halve draai)	0,05	0,10	0,15
Extra waarde per volledige draai (360°)	0,05	0,05	0,10
Serie met meerdere dubbele salto's		0,20	

Forward Elements				Backward Elements							
Tfw1	Cartwheel		0.05	Tfw18	Double Straight		1.10	Tbw14	Double Tuck		0.60
Tfw2	Handspring		0.20	Tfw19	Pike Half out		1.10	Tbw15	Tuck Half out		0.70
Tfw3	Flyspring		0.20	Tfw20	Tuck 1.5 out		1.15	Tbw16	Double Arabian		0.70
Tfw4	Tuck		0.25	Tfw21	Straight Half out		1.20	Tbw17	Double Pike		0.80
Tfw5	Tuck Half		0.30	Tfw22	Roundoff		0.10	Tbw18	Tuck Full		0.85
Tfw6	Pike		0.30	Tfw23	Flic Flack		0.15	Tbw19	Pike Half		0.90
Tfw7	Pike Half		0.35	Tfw24	Tuck		0.20	Tbw20	Double Straight		0.90
Tfw8	Straight		0.35	Tfw25	Whipback salto		0.20	Tbw21	Tuck 1.5 Twist		0.95
Tfw9	Tuck Full		0.40	Tfw26	Arabian salto		0.25	Tbw22	Straight Half out		1.00
Tfw10	Straight Half		0.40	Tfw27	Pike		0.25	Tbw23	Tuck 2.0 Twist		1.10
Tfw11	Straight Full		0.50	Tfw28	Tuck Full		0.35	Tbw24	Straight Full out		1.15
Tfw12	1.5 Twist		0.55	Tfw29	Straight Half		0.35	Tbw25	1.5 Twist out		1.25
Tfw13	2.0 Twist		0.65	Tfw30	Straight Full		0.45	Tbw26	2.0 Twist out		1.40
Tfw14	Double Tuck		0.80	Tfw31	2.5 Twist		0.65	Tbw27	2.5 Twist out		1.50
Tfw15	Tuck Half out		0.90	Tfw32	3.0 Twist		0.50	Tbw28	3.0 Twist out		1.65
Tfw16	Double Pike		1.00	Tfw33	Triple Tuck		1.60	Tbw29	Triple Tuck		1.60
Tfw17	Tuck Full out		1.05	Tfw34	2.0 Twist		0.60	Tbw30	Triple Pike		1.90
				Tfw35	2.5 Twist		0.65	Tbw31	Triple Tuck Full		2.00
































Appendix A2 - Page 1 of 2

Waardes minitrampoline & minitrampoline springtoestel (pegases):

Vanuit de basiswaarden kan de waarde van elk element berekend worden. De meest voorkomende elementen staan ook in de waarde tabel.

Groep	Basis element	Waarde
Zonder springtoestel (Pegases)	Salto	0,20
	Dubbel salto	0,55
	Triple salto	1,40
Met springtoestel	Overslag	0,40
	Overslag salto	0,80
	Overslag dubbel salto	1,55
	Arabier	0,35
	Overslag ½ in	0,45
	Tsukahara	0,70
	Dubbel Tsukahara	1,55

Houding/draai	Enkelvoudige salto's	Dubbele salto's	Triple salto's
Hoek (per salto)	0,05	0,10	0,10
Strek (per salto)	0,10	0,15	0,20
Halve (180°) draai (per halve draai)	0,05	0,10	0,15
Extra waarde per volledige draai (360°)	0,05	0,05	0,10

Without Vaulting Table				Trw19	Pike Half in	180° V S V	0.85
Trw1	Tuck		0.20	Trw20	Pike Half out	V S V 180	0.85
Trw2	Pike		0.25	Trw21	Double Straight		0.85
Trw3	Tuck Half	 180	0.25	Trw22	Tuck Half in Full out	180  360	0.90
Trw4	Pike Half	 180	0.30	Trw23	Tuck 1.5 Twist out	 540	0.90
Trw5	Straight		0.30	Trw24	Tuck Full in Half out	360  180	0.90
Trw6	Straight Half	 180	0.35	Trw25	Straight In	180 	0.95
Trw7	Straight Full	 360	0.45	Trw26	Straight Out	 180	0.95
Trw8	Straight 1.5 Twist	 540	0.50	Trw27	Str. Half In Full out	180  360	1.20
Trw9	Straight 2.0 Twist	 720	0.60	Trw28	Straight 1.5 out	 540	1.20
Trw10	Straight 2.5 Twist	 900	0.65	Trw29	Str. Full In Half out	360  180	1.20
Trw12	Straight 3.0 Twist	 1080	0.75	Trw30	Str. Full In 1.5 out	360  540	1.45
Trw13	Straight 3.5 Twist	 1260	0.80	Trw31	Straight 3.5 Twist	 1260	1.70
Trw14	Double Tuck		0.55	Trw32	Triple Tuck Half out	 180	1.55
Trw15	Tuck Half in	180 	0.65	Trw33	Triple Pike Half out	 180	1.85
Trw16	Tuck Half out	 180	0.65	Trw34	Triple Full in Half out	360  180	1.95
Trw17	Double Pike	V S V	0.75	Trw35	Triple 2.5 Twist	 900	2.35
Trw18	Double Tuck Full	 360	0.80				

Waardes minitrampoline + springtoestel:

With Vaulting Table Backward Rotation				With Vaulting Table Forward Rotation			
Trb1	90° on - 90° off		0.35	Trf1	Handspring		0.40
Trb2	Half on	$180^{\circ} \curvearrowright = \frown$	0.45	Trf2	Handspring Half	$\curvearrowright = \frown_{180}$	0.45
Trb3	Half on - Half off	$180^{\circ} \curvearrowright = \frown_{180}$	0.50	Trf3	Handspring Full	$\curvearrowright = \frown_{360}$	0.55
Trb4	Half on - Full off	$180^{\circ} \curvearrowright = \frown_{360}$	0.60	Trf4	Handspring 1.5 Twist	$\curvearrowright = \frown_{540}$	0.60
Trb5	Half on - 1.5 off	$180^{\circ} \curvearrowright = \frown_{540}$	0.65	Trf5	Handspring salto fwd	$\curvearrowright = \delta$	0.80
Trb6	Tsukahara	TSU	0.70	Trf6	Tuck Half	$\curvearrowright = \delta_{180}$	0.90
Trb7	Tsukahara Pike	TSU V	0.90	Trf7	Pike	$\curvearrowright = \delta V$	1.00
Trb8	Tsukahara Straight	TSU /	1.00	Trf8	Straight	$\curvearrowright = \delta$	1.10
Trb9	Tsukahara Half	TSU / ₁₈₀	1.10	Trf9	Pike Half	$\curvearrowright = \delta V_{180}$	1.10
Trb10	Full or Kasamatsu	TSU / ₃₆₀	1.25	Trf10	Straight Half	$\curvearrowright = \delta_{180}$	1.20
Trb11	1.5 or Kasam. Half	TSU / ₅₄₀	1.35	Trf11	Straight Full	$\curvearrowright = \delta_{360}$	1.35
Trb12	2.0 or Kasam. Full	TSU / ₇₂₀	1.50	Trf12	Straight 1.5 Twist	$\curvearrowright = \delta_{540}$	1.45
Trb13	2.5 or Kasam. 1.5	TSU / ₉₀₀	1.60	Trf13	Straight 2.0 Twist	$\curvearrowright = \delta_{720}$	1.60
Trb14	3.0 or Kasam. 2.0	TSU / ₁₀₈₀	1.75	Trf14	Straight 2.5 Twist	$\curvearrowright = \delta_{900}$	1.70
Trb15	Double Tsukahara	TSU	1.55	Trf15	Handsp. Double Half	$\curvearrowright = \delta\delta_{180}$	1.70
Trb16	Double Pike	TSU	1.85	Trf16	Double Pike Half	$\curvearrowright = \delta\delta V_{180}$	2.00
Trb17	Double Straight	TSU	2.15	Trf17	Double Straight Half	$\curvearrowright = \delta\delta_{180}$	2.30

Juryleden

De wedstrijd commissie zal zorgen voor voldoende juryleden per baan, uiteraard is het mogelijk om zelf juryleden aan te leveren.

Inschrijven

Het inschrijven gebeurt middels bijgevoegd inschrijfformulier en dient per mail gezonden te worden naar: iag@ekteamgym.nl en naar teamgym@iagsportevent.nl.

Het inschrijfgeld bedraagt €20,- per team en zal geïnd worden via automatische incasso door de IAG organisatie.

Inschrijven is mogelijk tot en met 31 maart 2017

Voorlopig Tijdsschema

Zaterdag 27 mei in de namiddag, aansluitend is er een mooi avondprogramma

Wedstrijdschema

Zo spoedig mogelijk na sluiting van de inschrijftermijn zal het wedstrijdschema aan de deelnemende verenigingen worden toegezonden inclusief op welk muzieknummer zij zullen moeten deelnemen. Een en ander is ook te vinden op www.ekteamgym.nl en de site van IAG

Accreditatie

Het accreditatie systeem identificeert de individuele deelname van de sporters en geeft aan wie, tot welke ruimte toegang heeft. Alle deelnemers, coaches en juryleden zijn verplicht te allen tijde hun accreditatie bij zich te hebben. Voor aanvang van de wedstrijd zal de accreditatie afgehaald moeten worden. Over de tijd zal nog worden gecommuniceerd.

De accreditatie is persoonlijk, niet uitleenbaar en verplicht om toegang te krijgen tot training en competitiehallen, maaltijden en overnachtingen.

Bekijk op de website van het IAG de diverse pakketprijzen www.iagsportevent.nl

Locaties, adressen en contactinformatie

Locatie competitiehal: Maaspoort Sports & Events

Marathonloop 1

5235 AA 's Hertogenbosch

Nederland

Contactpersonen:

Anita Teunissen anitateunissen@solcon.nl

Boy Kuiper boykuiper@msn.com

Dennis Waasdorp waasdorpdennis@gmail.com

Algemeen iag@ekteamgym.nl