

Nederland weer naar het EK Teamgym?

Sinds 2010 is het tweejaarlijkse Teamgym kampioenschap voor clubteams gepromoveerd tot een officieel EK voor landenteams. Zoals bij velen bekend zal zijn, is Teamgym de enige mogelijkheid om binnen het groepsspringen 'internationaal' te gaan. En in 2012 is Nederland dan ook voor het eerst aanwezig geweest op het EK in Aarhus (Denemarken) met een damesteam.

Deze fantastische ervaring willen we in 2014 herhalen wanneer het EK Teamgym in IJsland gehouden zal worden. Daarvoor zijn we echter afhankelijk van het enthousiasme van individuele sporters uit het land! Het is namelijk van wezenlijk belang dat we een team opbouwen met voldoende niveau en daarvoor hebben we **topspring(st)ers en turn(st)ers** nodig van verschillende verenigingen.

De LTC Groepsspringen wil bij voldoende aanmeldingen en voldoende gebleken niveau bij selectie/kwalificatie Nederlandse teams inschrijven in alle categorieën. Maar zij kan (net als bij andere productgroepen zoals acro, ritmisch, aerobics) geen financiële bijdrage aan dit project leveren aangezien de KNGU alleen de onderdelen turnen dames/ turnen heren en grote trampolinespringen ondersteund.

Voor wie niet bekend is met het verschijnsel Teamgym: dit is een teamwedstrijd waarin een vrije oefening op muziek, tumblingspringen (lijkt tussen air- en normale tumbling) en minitrampoline met en zonder springtoestel gecombineerd worden (op beide onderdelen 3 series). (Zie een voorbeeld van een topteam in de bijgaande link: <http://www.youtube.com/watch?v=SqELEMnfp24>) Ook kun je de site nog eens bekijken van het team dat in 2012 heeft meegedaan. www.ekteamgym2012.nl

Een team bestaat uit minimaal 6 en maximaal 12 personen, waarbij niet iedereen aan alle onderdelen hoeft deel te nemen, maar iedereen wel minimaal mee moet doen met de vrije oefening. Er kan deelgenomen worden in de categorieën dames, heren of mix bij senioren (vanaf 16 jaar geb. in 1998 en ouder) of junioren (13 t/m 17 jaar, dus geboren t/m 1999)

Het is wel een officieel EK is, dus moet de KNGU wel goedkeuring verlenen en de inschrijving van het team / de teams regelen. Dit betekent plastisch uitgedrukt: we gaan niet naar IJsland om daar als programmavulling te dienen. Eventuele teams moeten wel een realistische kans maken de finale te halen! Om dit te bereiken hebben we per team op elk van de springonderdelen minimaal 8 mensen nodig van voldoende niveau (zie verderop voor de voorgestelde vaardigheden aan het begin van dit traject).

Aangezien we nu op krap anderhalf jaar voor het volgende EK zitten, willen we op relatief korte termijn weten of we voldoende **enthousiaste, getalenteerde turners/springers turnsters/springsters** bij elkaar kunnen krijgen om een serieus trainingstraject mee te starten. Waar moet je dan aan denken? Dit staat hieronder uitgewerkt:

- Een minimaal niveau op minitramp en/of tumbling (zie instroomeisen)
- Training van tumbling en/of minitramp grotendeels binnen de eigen vereniging (we gaan ervan uit dat dit niets extra's kost)

- 1 keer per 2 weken een trainingssessie voor de vrije oefening (waarschijnlijk met overnachting, dus 2 trainingen, op vrijdagavond/ zaterdagochtend of zaterdagavond/zondagochtend). Bij 2 trainingscentra betekent dat 1 keer reizen per 4 weken. We rekenen hierbij op wederzijdse huisvesting om de kosten te drukken. Ook gaan we ervan uit dat de thuisvereniging de locatie kosteloos ter beschikking stelt.
- Perfectioneren van de aangeboden oefenstof voor de vrije oefening in de thuissituatie tussen de centrale trainingssessies in. (Uit analyse is gebleken dat we een hoger punt voor de vrije oefening moeten halen om enige kans te maken op een finaleplek en dit lukt alleen door een hogere mate van perfectie in de uitvoering te leggen)
- Regelmatige feedback naar centrale organisatie op de progressie van de oefenstof (springen en tumbling) via youtube
- Indien er geen sponsoring gevonden wordt dan zijn de kosten per persoon tussen 750 en 1000 euro (trainingskosten dans, transportkosten trainingen, kosten voor het EK). Uiteraard proberen we de kosten zo laag mogelijk te houden. Door goede fondswerving van het team dat vorig jaar gegaan is hebben de gymnasten zelf niet meer dan 150 euro per persoon aan het totale traject hoeven te besteden. Dit is echter geen garantie dat het de komende keer net zo goed zal lukken en is mede afhankelijk van het zelf ook actief zoeken naar (persoonlijke) sponsoren.
- Wedstrijdkleding en trainingspakken (waarschijnlijk) te leen van de KNGU .

Minimaal huidig niveau:

Heren tumbling: arabier flikflak dubbel schroef, overslag streksalto hele draai, dubbel salto achterwaarts of dubbel twist minimaal in oefensituatie, beheersing van uitstapsalto. Evt. Barani – temposalto-schroeven

(bij mixteam afvaardiging, kun je ook kijken bij de eisen van dames tumbling.)

Heren minitramp: dubbel strek half, dubbel hurk anderhalf

Heren minitramp springtoestel: gestrekte tsukahara of overslag streksalto met ½ draai

Dames tumbling: arabier flikflak anderhalve schroef, overslag streksalto hele draai, een combinatie van salto's met draaien, beheersing van uitstapsalto, evt. barani – temposalto -schroeven

Dames minitramp: dubbel hoek half, vrije tsukahara gehoekt

Dames minitramp springtoestel: stabiele gehoekte tsukahara of overslag hurksalto (met ½ draai)

Nota bene: Het kan interessant te zijn je te melden óók als je niet op alle toestellen de minimale eis haalt! We gaan immers voor de teamprestatie en de mate waarin je hierin zelf kunt/zult bijdragen is minder belangrijk.

Nota bene 2: We zijn heel bewust ook op zoek naar (oud) turn(st)ers om het niveau op tumbling op een hoger peil te krijgen dan afgelopen EK.

Interesse? Meld je dan voor **10 juni** aan bij het secretariaat van de productgroep (email: groepsspringen@hotmail.nl).

Tijdens het grote NK in Ahoy willen we een informatiesessie organiseren voor alle belangstellenden. Jullie ontvangen daarover t.z.t. bericht.

Graag het volgende doorgeven: naam, geboortedatum, vereniging, welke eisen beheers je (indien meer, doorgeven aub) , (opgeven betekent ook kosten dragen, als er niet voldoende sponsoren te vinden zijn.

Kinderen onder de 18 jaar moeten de mail door hun ouders terug laten sturen.

Aan de hand van de opgaven en een selectiedatum kunnen we kijken, of en met welke teams we gaan trainen voor dit gebeuren. Besef ook goed dat er aardig wat inzet, en doorzettingsvermogen van je wordt gevraagd, maar hiervoor krijg je wel een onvergetelijke ervaring terug.

Mocht jij of je ouders nog vragen hebben dan kun je natuurlijk ook altijd mailen naar groepsspringen@hotmail.nl

Verspreid dit bericht op zoveel mogelijk verschillende plaatsen. Het zou zonde zijn, wanneer niet iedereen op de hoogte gehouden wordt en dat die persoon daardoor de boot mist.