

MINITRAMPOLINESPRINGEN (INDIVIDUEEL)

**Deze bijlage is van toepassing op landelijke wedstrijden, die georganiseerd worden door
LTC Groepsspringen.**

Algemeen

1. Een individuele wedstrijd minitrampoline bestaat uit drie (3) verschillende vrije sprongen.
2. Deelnemers mogen hun eigen minitrampoline meebrengen. Deze dient voor aanvang van de wedstrijd bij de wedstrijdleiding ter keuring afgegeven te worden.
3. Sprongen via of over personen, geplaatst tussen de minitrampoline en landingsmat, zijn niet toegestaan.
4. Een tweede poging voor een sprong is straffeloos toegestaan zolang de deelnemer de minitrampoline of landingsmat niet heeft aangeraakt.
5. De moeilijkheid van de gemaakte sprongen moet minimaal behoren tot de basiselementen.
6. Bij herhalingen van een sprong wordt de sprong ongeldig en zal dus geen moeilijkheidswaarde en geen uitvoeringswaarde worden gegeven (dus een 0-beurt).
7. Een andere volgorde van sprongen aanhouden dan vermeld op de sprongformulier is toegestaan zonder aftrek van punten.

Hulpverlening

De deelnemer moet zijn sprong uitvoeren zonder hulp van derden. Indien de trainer de deelnemer aanraakt, zal de sprong als ongeldig worden beschouwd en verliest zijn moeilijkheids- en uitvoeringswaarde. (dus een 0-beurt)

Start van een sprong

Elke deelnemer start zijn sprong op aangeven van het hoofdjurylid.

Moeilijkheid

- Aan ieder element wordt een moeilijkheidswaarde toegekend.
- De waarde van elk basiselement kan worden verhoogd door extra moeilijkheid.
- De laagste extra waarde voor lichaamshouding in dubbele salto's wordt toegevoegd.

<i>Basis elementen</i>	<i>Waarde</i>
Salto	0,6 punt
 <i>Speciale waarde</i>	
Streksprong gevolgd door salto achterover	0,8 punt
 <i>Toe te voegen extra waarde</i>	
Hoeken bij enkele salto	0,1 punt
Strekken bij enkele salto	0,2 punt
Bij enkele salto's voor elke 1/2 l.a. draai	0,1 punt
Hoeken bij dubbele salto's per salto	0,1 punt
Strekken bij dubbele salto's per salto	0,3 punt
Bij dubbele salto's voor elke 1/2 l.a. draai	0,3 punt
Hoeken bij drievoudige salto's per salto	0,2 punt
Strekken bij drievoudige salto's per salto	0,5 punt
Bij triple salto's voor elke 1/2 l.a. draai	0,4 punt
Arabier insprong	0,5 punt

Beoordelingssysteem:

Voor de uitvoering van sprong wordt uitgegaan van vier (4) punten. Het eindcijfer van een sprongbeurt bestaat uit het gemiddelde uitvoeringscijfer vermeerderd met het moeilijkheidscijfer.

Voor de einduitslag van de wedstrijd worden de drie eindcijfers opgeteld.

De aanloop en de sprong naar de minitrampoline worden niet beoordeeld, zij zal echter wel gelden als beurt bij het aanraken van de minitrampoline en/of landingsmat.

SPRONGTABEL MINITRAMPOLINESPRINGEN

Streksprong gevolgd door salto gehurkt achterover	0,8 punt
Streksprong gevolgd door salto gehoekt achterover	0,9 punt
Streksprong gevolgd door salto gestrekt achterover	1,0 punt
Salto gehurkt	0,6 punt
Salto gehoekt	0,7 punt
Salto gestrekt	0,8 punt
Salto gehoekt met gespreide benen	0,7 punt
Salto gehurkt met ½ draai om de lengte as	0,7 punt
Salto gehoekt met ½ draai om de lengte as	0,8 punt
Salto gestrekt met ½ draai om de lengte as	0,9 punt
Salto gehurkt met 1 draai om de lengte as	0,8 punt
Salto gehoekt met 1 draai om de lengte as	0,9 punt
Salto gestrekt met 1 draai om de lengte as	1,0 punt
Salto gehurkt met 1 ½ draai om de lengte as	0,9 punt
Salto gehoekt met 1 ½ draai om de lengte as	1,0 punt
Salto gestrekt met 1 ½ draai om de lengte as	1,1 punt
Dubbele salto gehurkt	1,3 punt
Dubbele salto gehoekt	1,5 punt
Dubbele salto gestrekt	1,9 punt
Dubbele salto gehurkt met een ½ draai om de lengte as	1,6 punt
Dubbele salto gehoekt met een ½ draai om de lengte as	1,8 punt
Dubbele salto gestrekt met een ½ draai om de lengte as	2,2 punt
Dubbele salto gehurkt met 1 draai om de lengte as	1,9 punt
Dubbele salto gehoekt met 1 draai om de lengte as	2,1 punt
Dubbele salto gestrekt met 1 draai om de lengte as	2,5 punt
Dubbele salto gehurkt met 1 ½ draai om de lengte as	2,2 punt
Dubbele salto gehoekt met 1 ½ draai om de lengte as	2,4 punt
Dubbele salto gestrekt met 1 ½ draai om de lengte as	2,8 punt
Dubbele salto gestrekt met 2 draai om de lengte as	3,1 punt
Dubbele salto gestrekt met 2 ½ draai om de lengte as	3,4 punt
Dubbele salto gestrekt met 3 draai om de lengte as	3,7 punt
Dubbele salto gestrekt met 3 ½ draai om de lengte as	4,0 punt
Tsukahara	1,6 punt
Tsukahara gehoekt	1,8 punt
Tsukahara gestrekt	2,2 punt
Tsukahara gehurkt met ½ draai	1,9 punt
Tsukahara gehoekt met ½ draai	2,1 punt
Tsukahara gestrekt met ½ draai	2,5 punt
Tsukahara dubbel gehurkt	3,0 punt
Drievoudige salto gehurkt	3,3 punt
Drievoudige salto gehoekt	3,9 punt
Drievoudige salto gestrekt	4,8 punt
Drievoudige salto gehurkt met ½ draai	3,7 punt
Drievoudige salto gehoekt met ½ draai	4,3 punt
Drievoudige salto gestrekt met ½ draai	5,2 punt
Drievoudige salto gehurkt met 1 draai	4,1 punt
Drievoudige salto gehoekt met 1 draai	4,7 punt
Drievoudige salto gestrekt met 1 draai	5,6 punt

N.B.: Barani en streksalto met halve draai worden beschouwd als dezelfde sprong.
Deze mag maar 1x uitgevoerd worden.
Bij meerdere draaien in bovengenoemde twee sprongen is deze regel ook van toepassing.