

# Supplementen Keuze Oefenstof vanaf 2017



## Supplement A – Senior divisie 1

### D Score

**Moeilijkheidswaarde** 8 hoogste waarde elementen  
 $A (0.1) - B (0.2) - C (0.3) - D (0.4) - E (0.5) **$   
 Minimaal 3 acro elementen en minimaal 3 dans elementen  
 op balk en vloer  
**Samenstellingseisen** max. 2.00  
**Verbindingswaarde** 0.10 of 0.20 per keer

### E Score

**max. 10.00**  
**Technische Uitvoering** Uitvoering  
 Artistieke presentatie op balk en vloer

\*\*F, G en H elementen mogen geturnd worden voor MW, VW en SE, maar worden geteld als E elementen

### Samenstellingseisen

#### Sprong - Meerkamp

1. Er moet 1 sprong uitgevoerd worden.

#### Sprong – Toestelfinale en Kwalificatie voor een toestelfinale

- Er moeten 2 sprongen uitgevoerd worden; dit moeten verschillende sprongen zijn. De sprongen mogen wel uit dezelfde spronggroep komen.
- Het eindcijfer is het gemiddelde van de 2 sprongen. De eerste sprong geldt voor de meerkamp.

#### Brug Ongelijk

- Vluchtelement van lage ligger naar hoge ligger 0.50
- Vluchtelement van hoge naar lage ligger of aan dezelfde ligger 0.50
- Verschillende grepen (geen opzwaai en op- en afsprong mogen niet gebruikt worden) 0.50
- Een element met lengteasdraai van minimaal 180° in de oefening (op- en afsprong mogen niet gebruikt worden) 0.50

#### Balk – SE 1 t/m 4 moeten op de Balk geturnd worden

- Een verbinding van minimaal 2 verschillende danselementen, waarvan één sprong met 180° beenspreiding in dwars-/zijwaartse spagaat of spreidhoekpositie 0.50
- Een draai uit groep 3 0.50
- Een acrobatische verbinding van minimaal 2 vluchtelementen 0.50
- Acrobatische elementen in verschillende richtingen (achterwaarts en voor-/zijwaarts) 0.50

#### Vloer – SE 2 t/m 4 moeten in een acrolijn geturnd worden

- Een danspassage samengesteld uit 2 verschillende sprongen of huppen, direct of indirect verbonden, met minimaal 1 sprong met 180° beenspreiding in dwars-/zijwaartse spagaat of spreidhoekpositie 0.50
- Salto met lengteas draai van 360° 0.50
- Salto met dubbele breedte as draai of een acrolijn met 2 salto's 0.50
- Salto voorwaarts en achterwaarts (geen aerials) 0.50

## Verbindingswaarde

Brug Ongelijk	0.10	0.20
Dezelfde of verschillende elementen	B + C	C + C of hoger B + D of hoger
<b>De volgorde waarin de elementen in de verbinding worden geturnd is vrij.</b>		
Balk	0.10	0.20
Acro met vlucht – het mogen dezelfde elementen zijn	B + B	B + C of hoger
Dans – 2 verschillende elementen	B + B A + C	B + C of hoger A + D of hoger
Draaien – 2 verschillende elementen	A + B of hoger	
Mix	B + B A + C	B + C of hoger A + D of hoger
Seriebonus – alle combinaties van acro- en danselementen zijn mogelijk – maximaal 2 dezelfde acro elementen achter elkaar	A + B + B	
<b>De volgorde waarin de elementen worden geturnd in de verbindingen is vrij.</b>		
Vloer	0.10	0.20
Salto's direct – het mogen dezelfde salto's zijn	A + B	B + B of hoger A + C of hoger
Salto's indirect – het mogen dezelfde salto's zijn	B + B A + A + B A + C	B + C of hoger A + A + C A + D of hoger
<b>Indirecte verbindingen</b> zijn die verbindingen waarin direct verbonden acrobatische elementen met vluchtfase en handensteun (zoals arabier, flick-flack, overslag etc. als voorbereidende elementen) worden uitgevoerd tussen de salto's.		
Dans – 2 verschillende elementen	B + C	C + C of hoger
Draaien – 2 verschillende elementen	B + B of hoger	
<b>De volgorde waarin de elementen worden geturnd in bovenstaande verbindingen is vrij.</b>		
Mix uitgevoerd in de aangegeven volgorde:	B-salto + A-dans	C-salto of hoger + A-dans



## Supplement B – Junior divisie 1 & Senior divisie 2

### D Score

**Moeilijkheidswaarde** 8 hoogste waarde elementen  
 $A (0.1) - B (0.2) - C (0.3) - D (0.4) **$   
 Minimaal 3 acro elementen en minimaal 3 dans elementen  
 op balk en vloer  
**Samenstellingseisen** max. 2.00  
**Verbindingswaarde** 0.10 of 0.20 per keer

### E Score

**Technische Uitvoering** **max. 10.00**  
 Uitvoering  
 Artistieke presentatie op balk en vloer

\*\*E, F, G en H elementen mogen geturnd worden voor MW, VW en SE, maar worden geteld als D elementen

### Samenstellingseisen

#### Sprong – Meerkamp

1. Er moet 1 sprong uitgevoerd worden.

#### Sprong – Toestelfinale en Kwalificatie voor een toestelfinale

1. Er moeten 2 sprongen uitgevoerd worden; dit moeten verschillende sprongen zijn. De sprongen mogen wel uit dezelfde spronggroep komen.
2. Het eindcijfer is het gemiddelde van de 2 sprongen. De eerste sprong geldt voor de meerkamp.

#### Brug Ongelijk

1. Vluchtelement van hoge ligger naar lage ligger of van lage ligger naar hoge ligger 0.50
2. Een gespreide of gesloten opzwaai tot handstand met/zonder draai (max. afwijking 30°) (ergens in de oefening) 0.50
3. Een cirkelement uit groep 2, 4 of 5 door of tot handstand (max. afwijking van de verticaal van 30°) 0.50
4. Een element met lengteasdraai van minimaal 180° in de oefening (op- en afsprong mogen niet gebruikt worden) 0.50

#### Balk - SE 1 t/m 4 moeten op de Balk geturnd worden

1. Een verbinding van minimaal 2 verschillende danselementen, waarvan één sprong met 180° beenspreiding in dwars-/zijwaartse spagaat of spreidhoekpositie 0.50
2. Een draai uit groep 3 0.50
3. Een acrobatische verbinding van minimaal 2 elementen, waarvan tenminste 1 element met vlucht 0.50
4. Acrobatische elementen in verschillende richtingen (achterwaarts en voor-/zijwaarts) 0.50

#### Vloer – SE 2 t/m 4 moeten in een acrolijn geturnd worden

1. Een danspassage samengesteld uit 2 verschillende sprongen of huppen, direct of indirect verbonden, met minimaal 1 sprong met 180° beenspreiding in dwars-/zijwaartse spagaat of spreidhoekpositie 0.50
2. Salto met lengteas draai van 360° 0.50
3. Een acrolijn met 2 salto's 0.50
4. Salto voorwaarts en achterwaarts (geen aerals) 0.50

## Verbindingswaarde

Brug Ongelijk	0.10	0.20
Dezelfde of verschillende elementen	B + B B + C	C + C of hoger B + D of hoger
<b>De volgorde waarin de elementen in de verbinding worden geturnd is vrij.</b>		
Balk	0.10	0.20
Acro met vlucht – het mogen dezelfde elementen zijn	B + B	B + C of hoger
Dans – 2 verschillende elementen	B + B A + C	B + C of hoger A + D of hoger
Draaien – 2 verschillende elementen	A + B of hoger	
Mix	B + B A + C	B + C of hoger A + D of hoger
Seriebonus – alle combinaties van acro- en danselementen zijn mogelijk – maximaal 2 dezelfde acro elementen achter elkaar	A + B + B	
<b>De volgorde waarin de elementen in de verbinding worden geturnd is vrij.</b>		
Vloer	0.10	0.20
Salto's direct – het mogen dezelfde salto's zijn	A + B	B + B of hoger A + C of hoger
Salto's indirect – het mogen dezelfde salto's zijn	B + B A + A + B A + C	B + C of hoger A + A + C A + D of hoger
<b>Indirecte verbindingen</b> zijn die verbindingen waarin direct verbonden acrobatische elementen met vluchtfase en handensteun (zoals arabier, flick-flack, overslag etc. als voorbereidende elementen) worden uitgevoerd tussen de salto's.		
Dans – 2 verschillende elementen	B + B A + C	B + C of hoger
Draaien – 2 verschillende elementen	B + B of hoger	
<b>De volgorde waarin de elementen worden geturnd in bovenstaande verbindingen is vrij.</b>		
Mix uitgevoerd in de aangegeven volgorde:	B-salto + A-dans	C-salto of hoger + A-dans



## Supplement C – Jeugd 2 divisie 1 & Junior divisie 2 & Senior divisie 3

<b>D Score</b>	
<b>Moelijkheidswaarde</b>	8 hoogste waarde elementen A (0.1) – B (0.2) – C (0.3) ** Minimaal 3 acro elementen en minimaal 3 dans elementen op balk en vloer
<b>Samenstellingseisen</b>	max. 2.00
<b>Verbindingswaarde</b>	0.10 of 0.20 per keer
<b>E Score</b>	
<b>Technische Uitvoering</b>	<b>max. 10.00</b> Uitvoering Artistieke presentatie op balk en vloer

\*\* D, E, F, G en H elementen mogen geturnd worden voor MW, VW en SE, maar worden geteld als C elementen

### Samenstellingseisen

#### Sprong - Meerkamp

- Er moet 1 sprong uitgevoerd worden.

#### Sprong – Toestelfinale en Kwalificatie voor een toestelfinale

- Er moeten 2 sprongen uitgevoerd worden; dit moeten verschillende sprongen zijn. De sprongen mogen wel uit dezelfde spronggroep komen.
- Het eindcijfer is het gemiddelde van de 2 sprongen. De eerste sprong geldt voor de meerkamp.

#### Brug Ongelijk

- Vluchtelement van hoge ligger naar lage ligger of van lage ligger naar hoge ligger 0.50
- Gesloten of gespreide opzwaai tot handstand met/zonder draai (max. afwijking 30°) of gesloten opzwaai min. 45° boven horizontaal (ergens in de oefening) 0.50
- Een cirkelement uit groep 2, 3, 4 of 5 van minimaal B waarde (geen vlucht) 0.50
- Een element met lengteasdraai van minimaal 180° in de oefening (op- en afsprong mogen niet gebruikt worden) 0.50

#### Balk - SE 1 t/m 4 moeten op de Balk geturnd worden

- Een verbinding van minimaal 2 verschillende danselementen, waarvan één sprong met 180° beenspreiding in dwars-/zijwaartse spagaat of spreidhoekpositie 0.50
- Een draai uit groep 3 0.50
- Een acrobatische verbinding van minimaal 2 elementen(mogen zonder vlucht zijn) 0.50
- Acrobatische elementen in verschillende richtingen (achterwaarts en voor-/zijwaarts) 0.50

#### Vloer - SE 2 t/m 4 moeten in een acrolijn geturnd worden

- Een danspassage samengesteld uit 2 verschillende sprongen of huppen, direct of indirect verbonden, waarvan 1 sprong met 180° beenspreiding in dwars-/zijwaartse spagaat of spreidhoekpositie 0.50
- Salto met lengteas draai van 180° 0.50
- Een acrolijn met 1 streksalto 0.50
- Salto voorwaarts en achterwaarts (geen aerals) 0.50

## Verbindingswaarde

<b>Brug Ongelijk</b>	<b>0.10</b>	<b>0.20</b>
Dezelfde of verschillende elementen	B + B	B + C of hoger
<b>De volgorde waarin de elementen in de verbinding worden geturnd is vrij.</b>		
<b>Balk</b>	<b>0.10</b>	<b>0.20</b>
Acro – minimaal 1 element met vlucht – het mogen dezelfde elementen zijn	A + B B + B	A + C of hoger B + C of hoger
Dans – 2 verschillende elementen	B + B A + C	B + C of hoger
Draaien – 2 verschillende elementen	A + B of hoger	
Mix	A + B	B + B of hoger A + C of hoger
Seriebonus – alle combinaties van acro- en danselementen zijn mogelijk – maximaal 2 dezelfde acro elementen achter elkaar	A + A + B	
<b>De volgorde waarin de elementen in de verbinding worden geturnd is vrij.</b>		
<b>Vloer</b>	<b>0.10</b>	<b>0.20</b>
Salto's direct – het mogen dezelfde salto's zijn	A + A	A + B of hoger
Salto's indirect – het mogen dezelfde salto's zijn	A + B	B + B of hoger A + C of hoger
<b>Indirecte verbindingen</b> zijn die verbindingen waarin direct verbonden acrobatische elementen met vluchtfase en handensteun (zoals arabier, flick-flack, overslag etc. als voorbereidende elementen) worden uitgevoerd tussen de salto's.		
Dans – 2 verschillende elementen	B + B A + C	B + C of hoger
Draaien – 2 verschillende elementen	B + B of hoger	
<b>De volgorde waarin de elementen worden geturnd in bovenstaande verbindingen is vrij.</b>		
Mix uitgevoerd in de aangegeven volgorde:	A-salto + A-dans	B-salto of hoger + A-dans



## Supplement D – Jeugd 2 divisie 2 & Junior divisie 3 & Senior divisie 4

<b>D Score</b>	
<b>Moeilijkheidswaarde</b>	7 hoogste waarde elementen* A (0.1) – B (0.2) – C (0.3) ** Minimaal 2 acro elementen en minimaal 3 dans elementen op balk en vloer
<b>Samenstellingseisen</b>	max. 2.00
<b>Verbindingswaarde</b>	0.10 of 0.20 per keer
<b>E Score</b>	
<b>Technische Uitvoering</b>	<b>max. 10.00</b> Uitvoering Artistieke presentatie op balk en vloer

\* senioren 4e divisie: de hoogste 6 waarde-elementen aan Brug Ongelijk

\*\* D, E, F, G en H elementen mogen geturnd worden voor MW, VW en SE, maar worden geteld als C elementen

### Samenstellingseisen

#### Sprong - Meerkamp Jeugd 2 & Junior:

- Er moet 1 sprong uitgevoerd worden.

#### Sprong - Meerkamp Senior:

- Er moeten 2 sprongen uitgevoerd worden; dit mogen dezelfde sprongen zijn. Het eindcijfer is het gemiddelde van de 2 sprongen.

#### Sprong – Toestelfinale en Kwalificatie voor een toestelfinale

- Er moeten 2 sprongen uitgevoerd worden; dit moeten verschillende sprongen zijn. De sprongen mogen wel uit dezelfde spronggroep komen.
- Het eindcijfer is het gemiddelde van de 2 sprongen. Voor Jeugd 2 en Junior geldt dat de eerste sprong telt voor de meerkamp.

#### Brug Ongelijk

- |   |      |
|---|------|
| 1. 2 verschillende kippen   | 0.50 |
| 2. Een gesloten opzwaai minimaal horizontaal (ergens in de oefening)  | 0.50 |
| 3. Een cirkelement uit groep 2, 4 of 5 (geen vlucht)  | 0.50 |
| 4. Een element met lengteasdraai van minimaal 180° in de oefening of opsprong (afsprong mag niet gebruikt worden) | 0.50 |

#### Balk - SE 1 t/m 4 moeten op de Balk geturnd worden

- |   |      |
|---|------|
| 1. Een verbinding van minimaal 2 verschillende danselementen, waarvan één sprong met 180° beenspreiding in dwars-/zijwaartse spagaat of spreidhoekpositie | 0.50 |
| 2. Een draai uit groep 3  | 0.50 |
| 3. Twee verschillende acrobatische elementen  | 0.50 |
| 4. Een acrobatisch element door of tot handstand  | 0.50 |

#### Vloer - SE 2 t/m 4 moeten in een acrolijn geturnd worden

- |   |      |
|---|------|
| 1. Een danspassage samengesteld uit 2 verschillende sprongen of huppen, direct of indirect verbonden, met minimaal 1 sprong met 180° beenspreiding in dwars-/zijwaartse spagaat of spreidhoekpositie. | 0.50 |
| 2. Gestrekte salto voorwaarts of achterwaarts of een salto met lengte as draai van 180°   | 0.50 |
| 3. Salto voorwaarts   | 0.50 |
| 4. Salto achterwaarts   | 0.50 |

## Verbindingswaarde

<b>Brug Ongelijk</b>	<b>0.10</b>	<b>0.20</b>
Dezelfde of verschillende	A + B	B + B of hoger A + C of hoger
<b>De volgorde waarin de elementen in de verbinding worden geturnd is vrij.</b>		
<b>Balk</b>	<b>0.10</b>	<b>0.20</b>
Acro met of zonder vlucht – het mogen dezelfde elementen zijn	A + B	B + B of hoger A + C of hoger
Dans – 2 verschillende elementen	A + B	B + B of hoger A + C of hoger
Mix	A + B	B + B of hoger A + C of hoger
<b>De volgorde waarin de elementen in de verbinding worden geturnd is vrij.</b>		
<b>Vloer</b>	<b>0.10</b>	<b>0.20</b>
Salto's direct of indirect – het mogen dezelfde salto's zijn	A + A	A + B of hoger
<b>Indirecte verbindingen</b> zijn die verbindingen waarin direct verbonden acrobatische elementen met vluchtfase en handensteun (zoals arabier, flick-flack, overslag etc. als voorbereidende elementen) worden uitgevoerd tussen de salto's.		
Acro direct – 2 elementen met vlucht waarvan 1 salto	A + B of hoger	
Dans – 2 verschillende elementen	A + B	B + B of hoger A + C of hoger
Draaien – 2 verschillende elementen	A + B of hoger	
<b>De volgorde waarin de elementen worden geturnd in bovenstaande verbindingen is vrij.</b>		
Mix uitgevoerd in de aangegeven volgorde:	A-acro vlucht + A-dans	A-salto of hoger + A-dans



## Supplement E – Jeugd 2 divisie 3 & Junior divisie 4 & Senior divisie 5

<b>D Score</b>	
<b>Moeilijkheidswaarde</b>	7 hoogste waarde elementen TA (0.1) – A (0.1) – B (0.2) ** Minimaal 2 acro elementen en minimaal 3 dans elementen op balk en vloer
<b>Samenstellingseisen</b>	max. 2.00
<b>Verbindingswaarde</b>	0.10 of 0.20 per keer
<b>E Score</b>	
<b>Technische Uitvoering</b>	<b>max. 10.00</b> Uitvoering Artistieke presentatie op balk en vloer

\*\* C, D, E, F, G en H elementen mogen geturnd worden voor MW, VW en SE, maar worden geteld als B elementen

### Samenstellingseisen

#### Sprong - Meerkamp Jeugd 2:

1. Er moet 1 sprong uitgevoerd worden.

#### Sprong - Meerkamp Junior & Senior:

1. Er moeten 2 sprongen uitgevoerd worden; dit mogen dezelfde of verschillende sprongen zijn. Het eindcijfer is het gemiddelde van de 2 sprongen.

#### Sprong – Toestelfinale en Kwalificatie voor een toestelfinale

1. Er moeten 2 sprongen uitgevoerd worden; dit moeten verschillende sprongen zijn. De sprongen mogen wel uit dezelfde spronggroep komen.
2. Het eindcijfer is het gemiddelde van de 2 sprongen. Voor Jeugd 2 geldt dat de eerste sprong telt voor de meerkamp.

### Brug Ongelijk

- |   |      |
|---|------|
| 1. 1 kip  | 0.50 |
| 2. Gesloten opzwaai minimaal horizontaal (ergens in de oefening)  | 0.50 |
| 3. Een cirkelement uit groep 2, 4 of 5 van minimaal A waarde (geen vluchtelement)   | 0.50 |
| 4. Een element met lengteasdraai van minimaal 180° in de oefening of opsprong (afsprong mag niet gebruikt worden) of een 2 <sup>e</sup> verschillende kip | 0.50 |

### Balk - SE 1 t/m 4 moeten op de Balk geturnd worden

- |  |      |
|--|------|
| 1. Een verbinding van minimaal 2 verschillende danselementen, waarvan één sprong met 180° beenspreiding in dwars-/zijwaartse spagaat of spreidhoekpositie. | 0.50 |
| 2. Een draai uit groep 3   | 0.50 |
| 3. Een acrobatisch element van minimaal A waarde   | 0.50 |
| 4. Een acrobatisch element door of tot handstand   | 0.50 |

### Vloer

- |   |      |
|---|------|
| 1. Een danspassage samengesteld uit 2 verschillende sprongen of huppen, direct of indirect verbonden, met minimaal 1 sprong met 180° beenspreiding in dwars-/zijwaartse spagaat of spreidhoekpositie. | 0.50 |
| 2. Salto voorwaarts of achterwaarts   | 0.50 |
| 3. Een acrolijn met minimaal 2 verschillende vluchtelementen  | 0.50 |
| 4. Een acrobatisch element met vlucht en handensteun voor-/zijwaarts en achterwaarts  | 0.50 |

### Verbindingswaarde

<b>Brug Ongelijk</b>	<b>0.10</b>	<b>0.20</b>
Dezelfde of verschillende	A + A	A + B of hoger
<b>De volgorde waarin de elementen in de verbinding worden geturnd is vrij.</b>		
<b>Balk</b>	<b>0.10</b>	<b>0.20</b>
Acro met of zonder vlucht – het mogen dezelfde elementen zijn	A + A	A + B of hoger
Dans – 2 verschillende elementen	A + A	A + B of hoger
Mix	A + A	A + B of hoger
<b>De volgorde waarin de elementen in de verbinding worden geturnd is vrij.</b>		
<b>Vloer</b>	<b>0.10</b>	<b>0.20</b>
Acro– 2 elementen met vlucht waarvan minimaal 1 salto	A + A	A + B of hoger
Dans – 2 verschillende elementen	A + A	A + B of hoger
<b>De volgorde waarin de elementen worden geturnd in bovenstaande verbindingen is vrij.</b>		
Mix uitgevoerd in de aangegeven volgorde:	A-acro met vlucht of hoger + A-dans	



## Supplement F – Jeugd 2 divisie 4 & Junior divisie 5 & Senior divisie 6

<b>D Score</b>	
<b>Moeilijkheidswaarde</b>	7 hoogste waarde elementen TA (0.1) – A (0.1) – B (0.2) ** Minimaal 2 acro elementen en minimaal 3 dans elementen op balk en vloer
<b>Samenstellingseisen</b>	max. 2.00
<b>Verbindingswaarde</b>	0.10 per keer
<b>E Score</b>	
<b>Technische Uitvoering</b>	<b>max. 10.00</b> Uitvoering Artistieke Presentatie op balk en vloer

\*\* C, D, E, F, G en H elementen mogen geturnd worden voor MW, VW en SE, maar worden geteld als B elementen

### Samenstellingseisen

#### Sprong - Meerkamp

- Er moeten 2 sprongen uitgevoerd worden; dit mogen dezelfde sprongen zijn.
- Het eindcijfer is het gemiddelde van de 2 sprongen

#### Sprong – Toestelfinale en Kwalificatie voor een toestelfinale

- Er moeten 2 sprongen uitgevoerd worden; dit moeten verschillende sprongen zijn. De sprongen mogen wel uit dezelfde spronggroep komen.
- Het eindcijfer is het gemiddelde van de 2 sprongen.

#### Brug Ongelijk

- |   |      |
|---|------|
| 1. 1 kip  | 0.50 |
| 2. Gesloten opzwaai minimaal horizontaal (ergens in de oefening)                  | 0.50 |
| 3. Een cirkelement uit groep 2, 4 of 5 van minimaal A waarde (geen vluchtelement) | 0.50 |
| 4. Een liggerwissel vanuit een element  | 0.50 |

#### Balk - SE 1 t/m 4 moeten op de Balk geturnd worden

- |   |      |
|---|------|
| 1. Een verbinding van minimaal 2 verschillende danselementen, waarvan één sprong met 135° beenspreiding in dwars-/zijwaartse spagaat of spreidhoekpositie | 0.50 |
| 2. Een draai uit groep 3  | 0.50 |
| 3. Een acrobatische element van minimaal A waarde   | 0.50 |
| 4. Een acrobatisch element door of tot handstand  | 0.50 |

#### Vloer

- |  |      |
|--|------|
| 1. Een danspassage samengesteld uit 2 verschillende sprongen of huppen, direct of indirect verbonden, waarvan 1 sprong met 135° beenspreiding in dwars-/zijwaartse spagaat of spreidhoekpositie. Tenminste 1 sprong moet minimaal A waarde hebben. | 0.50 |
| 2. Salto voor-/zijwaarts of achterwaarts   | 0.50 |
| 3. Een acrolijn met minimaal 2 verschillende vluchtelementen   | 0.50 |
| 4. Een acrobatisch element met handensteun voor-/zijwaarts en achterwaarts<br>Tenminste 1 element met vlucht   | 0.50 |

## Verbindingswaarde

<b>Brug Ongelijk</b>	<b>0.10</b>
Dezelfde of verschillende	TA + A of hoger
<b>De volgorde waarin de elementen in de verbinding worden geturnd is vrij.</b>	
<b>Balk</b>	<b>0.10</b>
Acro met of zonder vlucht – het mogen dezelfde elementen zijn	TA + A of hoger
Dans – 2 verschillende elementen	TA + A of hoger
Mix	TA + A of hoger
<b>De volgorde waarin de elementen in de verbinding worden geturnd is vrij.</b>	
<b>Vloer</b>	<b>0.10</b>
Acro – 2 elementen met vlucht	A + A of hoger
Dans – 2 verschillende elementen	TA + A of hoger
<b>De volgorde waarin de elementen worden geturnd in bovenstaande verbindingen is vrij.</b>	
Mix uitgevoerd in de aangegeven volgorde	TA-acro of hoger + A-dans A-acro of hoger + TA-dans



## Supplement G – Jeugd 2 divisie 5 & Junior divisie 6 & Senior divisie 6

<b>D Score</b>	
<b>Moeilijkheidswaarde</b>	6 hoogste waarde elementen TA (0.1) – A (0.1) ** Minimaal 2 acro elementen en minimaal 3 dans elementen op balk en vloer
<b>Samenstellingseisen</b>	max. 2.00
<b>Verbindingswaarde</b>	0.10 per keer
<b>E Score</b>	
<b>Technische Uitvoering</b>	<b>max. 10.00</b> Uitvoering Artistieke presentatie op balk en vloer

\*\* B, C, D, E, F, G en H elementen mogen geturnd worden voor MW, VW en SE, maar worden geteld als A elementen

### Samenstellingseisen

#### Sprong - Meerkamp

- Er moeten 2 sprongen uitgevoerd worden; dit mogen dezelfde of verschillende sprongen zijn.
- Het eindcijfer is het gemiddelde van de 2 sprongen

#### Sprong – Toestelfinale en Kwalificatie voor een toestelfinale

- Er moeten 2 sprongen uitgevoerd worden; dit moeten verschillende sprongen zijn. De sprongen mogen wel uit dezelfde spronggroep komen.
- Het eindcijfer is het gemiddelde van de 2 sprongen.

#### Brug Ongelijk

- |  |      |
|--|------|
| 1. 1 strekhangzwaai 30° onder horizontaal                        | 0.50 |
| 2. Gesloten opzwaai minimaal horizontaal (ergens in de oefening) | 0.50 |
| 3. Een cirkelement uit groep 2, 4 of 5 (geen vluchtelement)      | 0.50 |
| 4. Een liggerwissel vanuit een element                           | 0.50 |

#### Balk - SE 1 t/m 4 moeten op de Balk geturnd worden

- |  |      |
|--|------|
| 1. Een verbinding van minimaal 2 verschillende danselementen, waarvan één sprong met 135° beenspreiding in dwars-/zijwaartse spagaat of spreidhoekpositie. | 0.50 |
| 2. Een draai uit groep 3   | 0.50 |
| 3. Een acrobatisch element   | 0.50 |
| 4. Een acrobatisch element door of tot handstand   | 0.50 |

#### Vloer

- |   |      |
|---|------|
| 1. Een danspassage samengesteld uit 2 verschillende sprongen of huppen, waarvan één sprong met 135° beenspreiding, direct of indirect verbonden | 0.50 |
| 2. Een acrobatisch element voor-/zijwaarts  | 0.50 |
| 3. Een acrobatisch element achterwaarts   | 0.50 |
| 4. Een acrolijn met minimaal 2 verschillende elementen, waarvan tenminste 1 met vlucht  | 0.50 |

## Verbindingswaarde

<b>Brug Ongelijk</b>	<b>0.10</b>
Dezelfde of verschillende	TA + A of hoger
<b>De volgorde waarin de elementen in de verbinding worden geturnd is vrij.</b>	
<b>Balk</b>	<b>0.10</b>
Dans – 2 verschillende elementen	TA + A of hoger
Mix	TA + A of hoger
<b>De volgorde waarin de elementen in de verbinding worden geturnd is vrij.</b>	
<b>Vloer</b>	<b>0.10</b>
Acro – 2 elementen met vlucht	A + A of hoger
Dans – 2 verschillende elementen	TA + A of hoger
<b>De volgorde waarin de elementen worden geturnd in bovenstaande verbindingen is vrij.</b>	
Mix uitgevoerd in de aangegeven volgorde	TA-acro of hoger + A-dans
	A-acro of hoger + TA-dans





## Supplement H – Jeugd 2 divisie 6 & Junior divisie 6

### D Score

**Moeilijkheidswaarde** 5 hoogste waarde elementen op brug  
6 hoogste waarde elementen op balk en vloer  
TA (0.1) – A (0.1) \*\*  
Minimaal 2 acro elementen en minimaal 3 dans elementen  
op balk en vloer

**Samenstellingseisen** max. 2.00

**Verbindingswaarde** 0.10 per keer

### E Score

**max. 10.00**

#### Technische Uitvoering

Uitvoering

Artistieke presentatie op balk en vloer

\*\* B, C, D, E, F, G en H elementen mogen geturnd worden voor MW, VW en SE, maar worden geteld als A elementen

### Samenstellingseisen

#### Sprong - Meerkamp

1. Er moeten 2 sprongen uitgevoerd worden; dit mogen dezelfde of verschillende sprongen zijn.
2. Het eindcijfer is het gemiddelde van de 2 sprongen

#### Sprong – Toestelfinale en Kwalificatie voor een toestelfinale

1. Er moeten 2 sprongen uitgevoerd worden; dit moeten verschillende sprongen zijn. De sprongen mogen wel uit dezelfde spronggroep komen.
2. Het eindcijfer is het gemiddelde van de 2 sprongen.

#### Brug Ongelijk

1. 1 strekhangzwaai 30° onder horizontaal 0.50
2. Een element aan de lage ligger 0.50
3. Een cirkelement uit groep 2, 4 of 5 (geen vluchtelement) 0.50
4. Een element aan de hoge ligger of naar de hoge ligger (geen afsprong) 0.50

\* neerspringen van de hoge ligger om de afsprong vanaf de lage ligger uit te voeren is toegestaan

#### Balk - SE 1 t/m 4 moeten op de Balk geturnd worden

1. Een verbinding van minimaal 2 verschillende danselementen, waarvan één sprong met 135° beenspreiding in dwars-/zijwaartse spagaat of spreidhoekpositie. 0.50
2. Een draai uit groep 3 0.50
3. Een acrobatisch element 0.50
4. Een houdingselement (zweefhouding / (hand)stand) 0.50

#### Vloer

1. Een danspassage samengesteld uit 2 verschillende sprongen of huppen, waarvan één sprong met 135° beenspreiding, direct of indirect verbonden 0.50
2. Een acrobatisch element met vlucht 0.50
3. Een acrobatisch element voor-/zijwaarts en achterwaarts 0.50
4. Een dansdraai van 360° op 1 been of gesprongen 0.50

## Verbindingswaarde

<b>Brug Ongelijk</b>	<b>0.10</b>
Dezelfde of verschillende	TA + A of hoger
<b>De volgorde waarin de elementen in de verbinding worden geturnd is vrij.</b>	
<b>Balk</b>	<b>0.10</b>
Dans – 2 verschillende elementen	TA + TA of hoger
Mix	TA + TA of hoger
<b>De volgorde waarin de elementen in de verbinding worden geturnd is vrij.</b>	
<b>Vloer</b>	<b>0.10</b>
Acro – minimaal 1 element met vlucht	TA + A of hoger
Dans – 2 verschillende elementen	TA + A of hoger
<b>De volgorde waarin de elementen worden geturnd in bovenstaande verbindingen is vrij.</b>	
Mix uitgevoerd in de aangegeven volgorde	TA-acro of hoger + TA-dans TA-acro of hoger + A-dans



