

NTS Wedstrijden

Vaak is er veel onduidelijk omtrent wedstrijden waar jouw turntalent aan mee kan doen. We hebben geprobeerd alle belangrijke dingen even kort en duidelijk op een rijtje te zetten.

1. Wedstrijdtoestellen

Er zijn in totaal vier wedstrijdtoestellen, te weten:

- Sprong
- Brug
- Balk
- Vloer

Je moet tijdens een wedstrijd alle toestellen turnen. Bovenstaande volgorde is de officiële volgorde, dat wil zeggen dat je altijd deze volgorde turnt. Dus, begin je bij de brug, dan komt daarna de balk en dan de vloer, als laatste volgt de sprong enz..

2. Leeftijdsindeling

De indeling voor wedstrijden hangt af van twee factoren, leeftijd en niveau. Om te beginnen met leeftijd: afhankelijk van jouw leeftijd ben je instap, pupil I, pupil II enz.. Hieronder een overzicht voor seizoen 2013-2014:

Pre instap	Geboortejaar 2006 en 2007
Instap	Geboortejaar 2005
Pupil 1	Geboortejaar 2004
Pupil 2	Geboortejaar 2003
Jeugd 1	Geboortejaar 2002
Jeugd 2	Geboortejaar 2001
Junior	Geboortejaar 2000 en 1999
Senior	Geboortejaar 1998 en eerder

3. Niveaus

Vanaf augustus 2013 is de oefenstof aangepast en heet nu NTS (Nationaal Turn Systeem) 2013. Hierin staat beschreven waar een oefening aan moet voldoen. Voor Instap tot en met Jeugd 1 is er 'voorgeschreven oefenstof', wat inhoudt dat de oefeningen volledig zijn uitgeschreven. Daarnaast is er voor Jeugd 2 tot en met Senior 'keuze oefenstof'. Hierbij zijn de eisen voor de oefening op papier gezet, maar is de invulling daarvan vrij.

De *voorgeschreven oefenstof* kent de volgende niveaus (van laag naar hoog) D 3, D 2, D 1, N 4, N 3, N 2 en N 1. Ook bestaan er nog R 3, R 2 en R 1. Voor deze niveaus wordt een aparte wedstrijd georganiseerd.

Bij voorgeschreven oefenstof staat er precies op papier wat je moet doen. Als je een onderdeel vergeet krijg je aftrek.

De *keuze oefenstof* kent supplementen, bestaande uit (van laag naar hoog) supplement H t/m A.

Bij keuze oefenstof mogen de turnsters de oefeningen zelf samen stellen, maar je moet wel aan een bepaalde moeilijkheid voldoen (iedereen kan verschillende oefeningen en onderdelen laten zien). De meisjes moeten op de vloer een oefening turnen op muziek.

Zowel bij de keuze oefenstof als de voorgeschreven oefenstof kan er bij sprong gekozen worden tussen springen met plank of met minitrampoline. Echter een sprong met minitrampoline is minder punten waard dan een sprong met plank.

4. Divisie (-indeling)

Om de grote hoeveelheid turnsters in deze niveaus mee te kunnen laten doen, worden er verschillende wedstrijddagen georganiseerd, onderverdeeld in divisies. Er is een (van laag naar hoog) 6^e divisie, 5^e divisie, 4^e divisie, 3^e divisie, 2^e en 1^e divisie en eredivisie en talentendivisie. Daarnaast is er een aparte wedstrijd voor pre instap (6 en 7 jarige wedstrijd) en een recreantenwedstrijd.

Als je bovenstaande criteria samenvoegt, kom je tot een niveau wat je terug vindt in een bepaalde divisie.

Voorgeschreven oefenstof

Instap	Pupil 1	Pupil 2	Jeugd 1	
N1	N1	N1	N1	1e divisie
N2	N2	N2	N2	2 ^e divisie
N3	N3	N3		3 ^e divisie
N4				
D1	D1	D1	D1	4 ^e divisie
D2	D2	D2	D2	5 ^e divisie
D2	D3	D3	D3	6 ^e divisie*

* uitzondering is Instap D 2, dit niveau wordt aangeboden in de 5^e en 6^e divisie.

Keuze oefenstof

Supplement 2013-2014	Jeugd 2	Junior	Senior
	Ere divisie	Ere divisie	Ere divisie
A			1 ^e divisie
B		1 ^e divisie	2 ^e divisie
C	1 ^e divisie	2 ^e divisie	3 ^e divisie
D	2 ^e divisie	3 ^e divisie	4 ^e divisie
E	3 ^e divisie	4 ^e divisie	5 ^e divisie
F	4 ^e divisie	5 ^e divisie	6 ^e divisie
G	5 ^e divisie	6 ^e divisie	6 ^e divisie*
H	6 ^e divisie	6 ^e divisie*	6 ^e divisie*

* extra niveaus

5. Beoordeling

Tijdens de wedstrijd word je beoordeeld door een jury, meestal bestaande uit twee personen. Zij houden jouw oefening bij en kijken of je alle onderdelen gedaan hebt en of je netjes werkt en niet valt.

Jouw cijfer bestaat uit een *D-score* en een *E-score*.

De D-score krijg je voor de inhoud van jouw oefeningen, dus of je alle onderdelen (herkenbaar) hebt geturnd en staat bij voorgeschreven oefenstof vast. Bij keuze oefenstof kun je met bepaalde onderdelen de D-score bij elkaar verdienen. Over het algemeen geldt dat als je een onderdeel vergeet, of bij keuze oefenstof een onderdeel te weinig in jouw oefening hebt, dat dit wordt afgetrokken op de D-score.

De E-score krijg je voor de uitvoering, dus of je netjes werkt en niet valt. Deze gaat altijd uit van 10.00 punten. Als je bijvoorbeeld valt wordt er 1.00 punt afgetrokken of als je een grote wiebel hebt op de balk gaat er 0.50 punt af.

Een cijfer wordt als volgt samengesteld: de D-score is bijvoorbeeld 4.10 en de E-score gaat uit van een 10.00 punten. De D-score en de E score worden bij elkaar opgeteld, dus is de uitgangswaarde: 14.10 punten.