

INHOUD

Artikel F1	Vacant
Artikel F2	Schoonspringaccommodaties
Artikel F3	Wedstrijdterrein
Artikel F4	Sprongcode
Artikel F5	Moeilijkheidsfactor
Artikel F6	Gelimiteerde en ongelimiteerde sprongen
Artikel F7	Algemene wedstrijd bepalingen
Artikel F8	Leeftijdsbepalingen
Artikel F9	Soorten wedstrijden
Artikel F10	Leeftijdsgroepwedstrijden
Artikel F11	Wedstrijden voor alle leeftijden
Artikel F12	Wedstrijden synchroonspringen
Artikel F13	Niveauspringen en diplomaspringen
Artikel F14	Wedstrijden voor masters
Artikel F15	De scheidsrechter
Artikel F16	Beoordelingsmethode
Artikel F17	Uitvoering van de sprongen
Artikel F18	Protesten
Artikel F19	Proces-verbaal
Artikel F20	Nationale kampioenschappen
Artikel F21	Mogelijkheid van administratief beroep
Artikel F22	Slotbepaling

Bijlagen:

FI	Voorbeelden van sprongen
FII	Formule en componenten voor het berekenen van moeilijkheidsfactoren
FIII	Sprongentabel
FIV	Wedstrijdprogramma's
	Programma 1: Leeftijdsgroepwedstrijden
	Programma 2: Wedstrijden voor alle leeftijden
	Programma 3: Wedstrijden synchroonspringen
	Programma 4: Niveauspringen
	Programma 5: Diplomaspringen
	Programma 6: Wedstrijden voor beginners
	Programma 7: Wedstrijden voor deelnemers zonder startvergunningen
FV	Kwalificatie-eisen voor nationale kampioenschappen
FVI	Criteria voor KNZB prestatiedailles
FVII	Jurysamenstelling voor specifieke wedstrijden en samenvatting van beslissingen van scheidsrechter en beoordelaars.
FVIII	Procedures voor benoemen, bevorderen en afvoeren van schoonspringofficials
FIX	Specificaties voor schoonspringaccommodaties
FX	Maatschets en tabel voor schoonspringaccommodaties

Afdeling F (schoonspringen) dient te worden gelezen in combinatie met Afdeling C (algemeen sportreglement) en afdeling H (masters).

Artikel F1 Vacant

Artikel F2 Schoonspringaccommodaties

- 2.1 Schoonspringaccommodaties, die na maart 1991 zijn of worden gebouwd, dienen te voldoen aan de minimum specificaties zoals deze zijn vastgesteld door de FINA en zijn opgenomen in bijlage FIX.
- 2.2 Voor alle wedstrijden, die vallen onder de categorie van nationale kampioenschappen en internationale wedstrijden, moeten de gebruikte schoonspringinstallaties voldoen aan de voorschriften van de FINA.
- 2.3 De te gebruiken springinstallaties en accommodaties moeten bij nationale kampioenschappen vooraf door of namens het bondsbestuur in orde zijn bevonden conform de in dit artikel genoemde eisen.
- 2.4 Het bondsbestuur kan ontheffing verlenen voor één of meerdere op schoonspringaccommodaties betrekking hebbende bepalingen.
- 2.5 Voor schoonspringwedstrijden mag de watertemperatuur niet lager zijn dan 26°C.

Artikel F3 Wedstrijdterrein

- 3.1 Onder wedstrijdterrein wordt verstaan dat gedeelte van het zwembad waar de wedstrijd casu quo het evenement plaatsvindt inclusief de volledige schoonspringaccommodatie, alsmede het terrein waar de jury casu quo toezichthoudende instantie haar werkzaamheden verricht en het terrein waar de eventuele prijzen casu quo aandenken worden uitgereikt (zie ook het sponsoring reglement artikel 8 lid 5).
- 3.2 De beoordelaars krijgen van de scheidsrechter gescheiden plaatsen aan weerszijden van de springplank(en) of de toren toegewezen. Wanneer dit onuitvoerbaar is of de scheidsrechter dit niet wenselijk acht kunnen de beoordelaars langs één zijde van het bassin worden opgesteld.
- 3.3 Een beoordelaar mag in geen geval van plaats veranderen, tenzij dit op aanwijzing van de scheidsrechter gebeurt en dan alleen onder buitengewone omstandigheden.
- 3.4 De zitplaatsen van de beoordelaars moeten aan duidelijke nummers herkenbaar zijn.
- 3.5 Voor 1-meterwedstrijden worden gewone stoelen gebruikt en voor 3-meter- en torenwedstrijden is het aan te bevelen, dat de zitplaatsen voor de beoordelaars zich niet lager dan 1,5 m en niet hoger dan 2,0 m boven het wateroppervlak bevinden.
- 3.6 Voor alle deelnemers, trainers en officials dienen zitplaatsen beschikbaar te zijn van waaruit ze behoorlijk zicht hebben op de trainingen en wedstrijden. Deze zitplaatsen dienen zich zo mogelijk langs de zijkant van het bassin te bevinden.

Artikel F4 Sprongcode

- 4.1 Alle sprongen zijn benoemd met een sprongcode bestaande uit drie of vier cijfers gevolgd door één letter.
- 4.2 Het eerste cijfer staat voor de groep, waartoe de sprong behoort:
1=voorwaarts, 2=achterwaarts, 3=contra, 4=binnenwaarts, 5=schroef en 6=handstand.
- 4.3 Het derde cijfer staat voor het aantal halve salto's: 1=halve salto, 2=één salto, 3=anderhalve salto, enzovoorts.
- 4.4 In de voorwaartse, achterwaartse, contra en binnenwaartse groep staat een één (1) als tweede cijfer voor zweefsalto. Als er geen sprake is van een zweefsalto is het tweede cijfer in deze groepen een nul (0).
- 4.5 Bij sprongen uit handstand (groep 6) staat het tweede cijfer voor de afzetricting:
1 = voorwaarts, 2 = achterwaarts en 3 = contra.
- 4.6 Bij schroefsprongen (groep 5) staat het tweede cijfer voor de afzetricting als aangegeven in artikel 4.2.
- 4.7 In de groep voor sprongen met schroef dan wel voor sprongen uit handstand staat het vierde cijfer voor het aantal halve schroeven: 1=halve schroef, 2=één schroef, 3=anderhalve schroef, enz.

- 4.8 De letters in de sprongcode staan voor de houding, waarin de sprong wordt uitgevoerd: A = gestrekt, B = gehoekt, C = gehurkt en D = vrije houding (vrij wil zeggen elke combinatie van de andere houdingen, de vrije houding mag alleen worden toegepast bij schroefsprongen).
- 4.9 Voor schroefsprongen met meer dan anderhalve salto is de houding gehoekt (B) of gehurkt (C) indien gedurende tenminste één hele salto de hoek- respectievelijk de hurkhouding duidelijk wordt getoond. De houding tijdens de schroef wordt hierbij buiten beschouwing gelaten.
- 4.10 Voor schroefsprongen met één of anderhalve salto wordt alleen de vrije houding (D) toegepast

Artikel F5 Moeilijkheidsfactor

- 5.1 Van elke sprong kan de moeilijkheidsfactor worden berekend met de formule:
 $MOEILIKHEIDSFACITOR = A + B + C + D + E$
(de waarden van de componenten A tot en met E in deze formule zijn in bijlage FII in tabelvorm aangegeven.)
- 5.2 Als richtlijn is in bijlage FIII een tabel opgenomen met sprongen, waarvan de sprongcode en de moeilijkheidsfactor zijn geregistreerd.
- 5.3 Elke sprong die voor een wedstrijd wordt opgevoerd en nog niet in de sprongtabel voorkomt moet bij de scheidsrechter schriftelijk worden aangemeld. De scheidsrechter stelt de juiste sprongcode en moeilijkheidsfactor in overeenstemming met dit reglement vast.

Artikel F6 Gelimiteerde en ongelimiteerde sprongen

- 6.1 Bij een wedstrijdonderdeel zijn alle sprongen van een deelnemer verschillend van elkaar.
- 6.2 Elke deelnemer maakt een bepaald aantal sprongen uit verschillende groepen, waarvan de som van de moeilijkheidsfactoren is begrensd (de zogenaamde gelimiteerde sprongen) en/of een aantal sprongen, eveneens uit verschillende groepen, maar dan zonder begrenzing (de zogenaamde ongelimiteerde of vrije sprongen).
- 6.3 Gelimiteerde sprongen mogen niet als ongelimiteerde sprongen worden herhaald.
- 6.4 Alle sprongen met hetzelfde nummer worden als dezelfde sprong aangemerkt.
- 6.5 Wanneer in bepaalde gevallen rechtstandige sprongen en valduiken zijn toegestaan, mogen deze alleen als gelimiteerde sprongen worden gekozen.

Artikel F7 Algemene wedstrijd bepalingen

- 7.1 Alle nationale wedstrijden dienen volgens dit reglement te worden gehouden. Voor in Nederland te houden internationale wedstrijden geldt het FINA-reglement.
- 7.2 Bij alle wedstrijden in Nederland dienen de juryleden tenminste de bevoegdheid 7 en de leden van het secretariaat de bevoegdheid T te bezitten.
Bij internationale wedstrijden in Nederland, nationale kampioenschappen en daarmee door het bondsbestuur gelijk te stellen wedstrijden moet de scheidsrechter de bevoegdheid 5 en moeten de beoordelaars allen de bevoegdheid 6 hebben, tenzij het bondsbestuur toestemming verleend om ook beoordelaars met bevoegdheid 7 in te schakelen.
Het bondsbestuur kan voor specifieke wedstrijden nadere eisen stellen aan de bevoegdheden die de jury moet hebben (zie bijlage F VII).
- 7.3 Bij internationale wedstrijden in Nederland, nationale kampioenschappen en daarmee door het bondsbestuur gelijk te stellen wedstrijden is een computerprogramma voor het maken van juryanalyses gewenst.
- 7.4 De springinstallaties dienen op de dagen van de wedstrijd voor de deelnemers beschikbaar te zijn. Op de dagen voorafgaand aan de wedstrijd wordt voldoende gelegenheid gegeven op de wedstrijdsspringplanken en -platforms te oefenen.

7.5 Inschrijvingen

- 7.5.1 Voor wedstrijden in Nederland moet een daarvoor ingeschreven springer voor de in de aankondiging vermelde sluitingsdatum de volledig en duidelijk ingevulde en ondertekende officiële springlijsten voor alle te houden wedstrijden bij de wedstrijdorganisatie inleveren.

- 7.5.2 Bij het niet tijdig inleveren van de springlijsten wordt een springer niet tot de wedstrijd toegelaten.
- 7.5.3 Elke deelnemer is verantwoordelijk voor de juistheid van zijn/haar springlijsten.
- 7.5.4 Binnen 3 uur voor het begin van een wedstrijd kunnen geen wijzigingen meer in behandeling worden genomen, tenzij een andere regeling is getroffen.
- 7.5.5 Bij 1m-plankspringen mag een deelnemer binnen 3 uur voor het begin van de (halve) finale van een toernooi de springlijst wijzigen, op voorwaarde dat de gewijzigde springlijst binnen één uur na het beëindigen van de voorgaande deelwedstrijd bij het secretariaat wordt ingeleverd. Indien de springer niet binnen de gestelde tijd een nieuwe springlijst inlevert moet de springer dezelfde sprongen uitvoeren als in de voorgaande deelwedstrijd.
- 7.5.6 Bij 3m-plankspringen, torenwedstrijden en wedstrijden synchroonspringen waarbij de kwalificatiewedstrijd wordt gesprongen op dezelfde dag als de (halve) finale mag een nieuwe springlijst binnen één uur na het beëindigen van de kwalificatiewedstrijd bij het secretariaat worden ingeleverd.
- 7.5.7 Deelnemers aan de finale 3m-plankspringen of torenspringen kunnen tot uiterlijk één uur na de halve finale nieuwe springlijsten inleveren.
- 7.5.8 Op de springlijst moet van elke sprong, in de volgorde waarin de sprongen worden uitgevoerd, zijn aangegeven:
- het nummer van de sprong;
 - de uitvoering van de sprong, dat wil zeggen (A) gestrekt, (B) gehoekt, (C) gehurkt of (D) vrije houding;
 - de hoogte van de springplank of het platform;
 - de moeilijkheidsfactor volgens de geldende formule.

7.6 Startvolgorde

- 7.6.1 Voor de eerste wedstrijd van elke categorie wordt de volgorde waarin de deelnemers springen door loting bepaald. De startvolgorde bij eventuele (halve) finales, indien er een kwalificatiewedstrijd is gehouden, is bij het desbetreffende wedstrijdonderdeel geregeld.
- 7.6.2 In (halve) finales waarvoor meer springers zich met hetzelfde puntentotaal hebben geplaatst wordt de startvolgorde van deze springers door loting bepaald.
- 7.6.3 De loting voor de volgorde van de springers moet in het openbaar gebeuren. Plaats en tijdstip van de loting moeten in de officiële wedstrijdaankondiging worden bekend gemaakt. Zo mogelijk dient de loting elektronisch te gebeuren.
- 7.6.4 In elke ronde moeten de deelnemers allen in volgorde hun sprong uitvoeren.
- 7.6.5 Een wedstrijd omvat het aantal sprongen per deelnemer, zoals in bijlage FIV is omschreven.
- 7.6.6 Wanneer het totale aantal sprongen van een wedstrijdonderdeel te groot is moet dit wedstrijdonderdeel zodanig worden onderbroken dat elke deelwedstrijd hoogstens 210 sprongen omvat. Indien voor een groot wedstrijdonderdeel twee verschillende jurygroepen worden ingezet, behoeft dit onderdeel niet te worden opgesplitst. De jurygroepen wisselen op een moment in de wedstrijd waarop alle springers een gelijk aantal sprongen hebben gemaakt.

7.7 Plaatsing

- 7.7.1 Wanneer een springer of paar (bij synchroonspringen) niet in staat is om aan een (halve) finale deel te nemen, zal de eerstvolgend geplaatste deelnemer of paar uit het voorafgaande wedstrijdonderdeel worden toegelaten.
- 7.7.2 Wanneer meer springers of paren (bij synchroonspringen) zich met een gelijk aantal punten voor de laatste plaats van het volgende wedstrijdonderdeel kwalificeren, worden zij allen toegelaten.

Artikel F8 Leeftijdsoepalingen

- 8.1 Een leeftijdsgroep geldt van 1 januari tot en met 31 december en wordt bepaald door de leeftijd van de deelnemer op 31 december ten 24.00 uur van het jaar van de wedstrijd.
- 8.2 Leeftijdsgroepen (FINA):
 - Leeftijdsgroep A: 16,17 en 18 jaar;
 - Leeftijdsgroep B: 14 en 15 jaar;
 - Leeftijdsgroep C: 12 en 13 jaar.
- 8.3 Voor wedstrijden in Nederland gelden bovendien de leeftijdsgroepen:
 - Leeftijdsgroep S: 19 jaar en ouder;
 - Leeftijdsgroep C: 13 jaar en jonger (of 12 en 13 jaar indien ook gesprongen wordt in leeftijdsgroep D);
 - Leeftijdsgroep D: 11 jaar en jonger.
- 8.4 Masters: 25 jaar en ouder (ingedeeld volgens het masters reglement).

Artikel F9 Soorten wedstrijden

9.1 In verenigings- of nationaal verband kunnen schoonspringers, mits daarbij aan de gestelde eisen wordt voldaan, deelnemen aan de volgende wedstrijden (zie ook bijlage FIV):

- programma 1: leeftijdsgroepwedstrijden;
- programma 2: wedstrijden voor alle leeftijden;
- programma 3: wedstrijden synchroonspringen;
- programma 4: niveauspringen;
- programma 5: diplomaspringen;
- programma 6: wedstrijden voor beginners;
- programma 7: wedstrijden voor deelnemers zonder startvergunning;
- programma 8: wedstrijden voor masters

De programma's 1, en 2 en 3 zijn eveneens van toepassing op nationale kampioenschappen.

Artikel F10 Leeftijdsgroepwedstrijden

10.1 Zonder uitzondering mogen de deelnemers alleen in hun eigen leeftijdsgroep uitkomen.

10.2 Ongeacht het aantal deelnemers bestaat elke leeftijdsgroepwedstrijd alleen uit een finale.

10.3 De wedstrijd bestaat uit twee delen respectievelijk deel één met gelimiteerde sprongen en deel twee met ongelimiteerde sprongen.

Artikel F11 Wedstrijden voor alle leeftijden

11.1 1m-plankspringen (toernooi)

11.1.1 de wedstrijdvorm is :

- een kwalificatiewedstrijd;
- een halve finale;
- een finale.

Elk onderdeel bestaat voor de dames uit 5 en voor de heren uit 6 ongelimiteerde sprongen.

11.1.2 De 12 best geplaatste springers van de kwalificatiewedstrijd komen tegen elkaar uit in een toernooi bestaande uit een halve finale en een finale.

11.1.3 De startvolgorde in een (halve) finale is gelijk aan de omgekeerde volgorde van de in de kwalificatiewedstrijd behaalde puntentotalen.

11.1.4 De halve finale omvat 2 groepen van elk 6 springers.

- Groep A met de op de even plaatsen geëindigde springers en
- Groep B met de op de oneven plaatsen geëindigde springers.

Groep A start als eerste.

11.1.5 Uit elke halve finale gaan de drie best geplaatste springers door naar de finale.

11.1.6 De rangorde wordt als volgt bepaald:

- voor de finalisten gelden de puntentotalen van de finale; de winnaar van het toernooi is degene met het hoogste puntentotaal;
- voor degenen, die in de halve finale werden geëlimineerd, gelden de puntentotalen van de halve finale;
- voor degenen, die in de kwalificatiewedstrijd werden geëlimineerd, gelden de puntentotalen van de kwalificatiewedstrijd.

11.2 3m-plank springen of torenspringen

11.2.1 De wedstrijdvorm is:

- indien er meer dan 18 deelnemers zijn een kwalificatiewedstrijd met ongelimiteerde sprongen;
- een halve finale met gelimiteerde sprongen;
- een finale met ongelimiteerde sprongen.

11.2.2 Na de kwalificatiewedstrijd worden per categorie de achttien best geplaatste springers toegelaten tot de halve finale. Nadat de puntentotalen van de eventuele kwalificatiewedstrijd en die van de halve finale bij elkaar zijn opgeteld gaan de twaalf best geplaatste springers door naar de finale.

11.2.3 De startvolgorde in de halve finale is gelijk aan de omgekeerde volgorde van de behaalde plaats in de kwalificatiewedstrijd. Indien de halve finale het eerste onderdeel is, wordt de volgorde door loting bepaald.

11.2.4 De startvolgorde in de finale is gelijk aan de omgekeerde volgorde, waarin de deelnemers zich voor de finale hebben weten te plaatsen.

11.2.5 De rangorde wordt als volgt bepaald:

- Voor de finalisten worden de in de halve finale behaalde puntentotalen voor de gelimiteerde sprongen opgeteld bij de in de finale behaalde puntentotalen. Winnaar is degene met het hoogste puntentotaal.
- Voor degenen in de halve finale, die de finale niet halen, worden de in de kwalificatiewedstrijd behaalde puntentotalen opgeteld bij de puntentotalen van de halve finale. Indien geen kwalificatiewedstrijd wordt gehouden bepalen alleen de punten van de halve finale de beste twaalf springers.
- De overige springers eindigen in rangorde volgens de in de kwalificatiewedstrijd behaalde puntentotalen.

Artikel F12 Wedstrijden synchroonspringen

12.1 De wedstrijdvorm is;

- een kwalificatiewedstrijd indien er meer paren deelnemen dan het aantal dat mag deelnemen aan de finale;
- een finale.

12.2 De voor de organisatie verantwoordelijke instantie zal vooraf bekend stellen hoeveel paren mogen deelnemen aan de finale.

12.3 De best geplaatste paren van de kwalificatiewedstrijd komen tegen elkaar uit in de finale, de relatieve startvolgorde is het omgekeerde van de volgorde waarin de teams zich hebben geplaatst voor de finale.

12.4 De rangorde wordt als volgt bepaald :

- voor de finalisten gelden de puntentotalen van de finale;
- voor de paren die in de kwalificatiewedstrijd werden geëlimineerd, gelden de puntentotalen van de kwalificatiewedstrijd.

12.5 Bij een wedstrijd synchroonspringen gaan twee deelnemers gelijktijdig van de springplanken of de platforms. Het gaat bij deze wedstrijden om de synchroniteit in de uitvoering van de sprongen en de kwaliteit waarmee de springers hun eigen sprong uitvoeren.

12.6 Onder een sprong vooruit wordt verstaan dat bij de aanvangshouding de voorzijde van de springer naar het water is gericht.

Onder een sprong achteruit wordt verstaan dat bij de aanvangshouding de achterzijde van de springer naar het water is gericht.

12.7 Een wedstrijd synchroonspringen voor paren bestaat uit 5 ronden:

- 2 ronden van sprongen met een vaste moeilijkheidsfactor van 2,0 per sprong, ongeacht de berekende waarde ervan en
- 3 ronden met ongelimiteerde sprongen.

12.8 Bij iedere wedstrijd dienen tenminste de volgende sprongcombinaties voor te komen :

- in één ronde door beide springers een sprong vooruit;

- in één ronde door beide springers een sprong achteruit;
 - in één ronde een combinatie van een sprong vooruit en een sprong achteruit.
- 12.9 In elke ronde moet van beide springers de houding en het aantal halve salto's gelijk zijn. Bij het uitvoeren van twee schroefsprongen mag er tevens niet meer dan een halve schroef verschil zijn tussen beide springers.
- 12.10 Sprongen met dezelfde sprongcode mogen niet in één van de andere ronden worden herhaald.
- 12.11 Voor ieder paar ongelimiteerde sprongen geldt een gecombineerde moeilijkheidsfactor. Deze wordt bepaald door de moeilijkheidsfactoren van de afzonderlijke sprongen bij elkaar op te tellen, door twee te delen en het resultaat op een tiende naar boven af te ronden.

Artikel F13 Niveauspringen en diplomaspringen

- 13.1 Schoonspringers kunnen als bewijs van hun springvaardigheid:
- deelnemen aan niveautesten;
 - diploma's behalen.
- 13.2 Naast de mogelijkheid om
- deel te nemen aan niveautesten georganiseerd door de KNZB,
 - diploma's te behalen tijdens wedstrijden,
- kan elke vereniging of kring, die deze evenementen wenst te organiseren, dit schriftelijk aanvragen bij het bondsbestuur.
- 13.3 Dit verzoek moet tenminste drie weken vóór de gewenste datum worden ingediend onder vermelding van de daarvoor uit te nodigen jury.
- 13.4 De jury bestaat uit drie beoordelaars, de scheidsrechter inbegrepen.
- 13.5 Het jurysecretariaat - bij niveauspringen eventueel gevormd door één persoon - draagt zorg voor de administratieve begeleiding van het evenement.
- 13.6 Voor de niveau-testen worden de sprongen vastgesteld door het bondsbestuur en jaarlijks voorafgaande aan het seizoen, waarin het niveauspringen plaats vindt, bekend gemaakt.
- 13.7 Bij diplomaspringen zijn geen rechtstandige sprongen en valduiken toegestaan.
- 13.8 Als bewijs van springvaardigheid kan een springer, die aan de gestelde eisen heeft voldaan, een schoonspringdiploma aanvragen bij het bondsbestuur.

Artikel F14 Wedstrijden voor masters

- 14.1 Het programma van wedstrijden voor masters staat vermeld in het masters reglement.
- 14.2 De criteria voor het beoordelen van sprongen uit het schoonspring reglement zijn eveneens van toepassing op wedstrijden voor masters.

Artikel F15 De scheidsrechter

- 15.1 Door of namens de scheidsrechter zal vóór de wedstrijd worden nagegaan of de te gebruiken springinstallaties en accommodaties in orde zijn.
- 15.2 De scheidsrechter leidt de juryvergadering, waarin hij de juryleden instrueert.
- 15.3 De scheidsrechter dient zodanig plaats te nemen, dat hij de wedstrijd kan leiden en er op toe kan zien, dat de reglementen worden nageleefd.
- 15.4 De scheidsrechter mag voor het waarnemen van de verrichtingen van de springers assistenten aanstellen met minimaal de bevoegdheid 7. Bij synchroonspringen mag de scheidsrechter een hulpscheidsrechter met tenminste de bevoegdheid 6 aanstellen voor het observeren van de uitvoering van de sprongen door één van beide springers.
- 15.5 De scheidsrechter moet de springlijsten (laten) controleren en als een lijst niet aan de voorschriften blijkt te voldoen deze voor het begin van de wedstrijd (laten) verbeteren.
- 15.6 De desbetreffende deelnemer zal zo spoedig mogelijk van de beslissing van de scheidsrechter op de hoogte worden gebracht.
- 15.7 De scheidsrechter mag bij slecht weer of onvoorziene omstandigheden een wedstrijd voor korte tijd onderbreken of een deel ervan opschorten. Zo mogelijk dient dit te gebeuren nadat alle springers een gelijk aantal sprongen hebben uitgevoerd.

- 15.8 De wedstrijd zal worden voortgezet vanaf het punt waar deze werd onderbroken. De resultaten, die voor de onderbreking zijn behaald, worden bewaard voor het vervolg van de wedstrijd ongeacht wanneer deze zal worden gehouden.
- 15.9 Bij harde wind kan de scheidsrechter alle deelnemers toestaan om opnieuw met een sprong te beginnen zonder dat hiervoor punten worden afgetrokken .
- 15.10 Bij internationale wedstrijden, (halve) finales van nationale kampioenschappen en daarmee door het bondsbestuur gelijk te stellen wedstrijden wordt de sprongcode aangegeven op een indicatiebord. Bij het torenspringen zal ook de spronghoogte op het indicatiebord worden getoond. Het bord moet goed zichtbaar zijn voor de springer en de beoordelaars. Het indicatiebord heeft voorrang op de mondelinge aankondiging van de sprong, maar is ondergeschikt aan de springlijst en dient vóór elke sprong door of namens de scheidsrechter te worden geverifieerd. en bij torenspringen de hoogte van de te maken sprong
- 15.11 De scheidsrechter of de officiële omroeper dient voor elke sprong de naam van de springer en de uit te voeren sprong aan te kondigen. Bij internationale wedstrijden gebeurt dit in de taal van het organiserende land. Bij gebruik van verschillende platforms zal de hoogte hiervan eveneens worden vermeld. Wanneer gebruik wordt gemaakt van een indicatiebord blijft de mondelinge aankondiging beperkt tot de naam van de springer en indien nodig, de hoogte waarvan wordt gesprongen.
- 15.12 De mondelinge aankondiging van de sprong mag niet plaatsvinden voordat de springer zich op de springplank of het platform bevindt.
- 15.13 Indien een sprong verkeerd is aangekondigd dient de springer of zijn vertegenwoordiger dit onmiddellijk te laten herstellen, zo mogelijk nog vóór de uitvoering van de sprong.
- 15.14 Wanneer de verkeerd aangekondigde sprong al is uitgevoerd kan de scheidsrechter deze laten vervallen en meteen daarna de sprong opnieuw (laten) aankondigen en doen uitvoeren.
- 15.15 Iedere springer dient voldoende tijd te krijgen voor het voorbereiden en uitvoeren van een sprong. Wanneer de voorbereiding, na een voorafgaande waarschuwing van de scheidsrechter, langer duurt dan 1 minuut krijgt de springer 0 punten voor de aangekondigde sprong.
- 15.16 De sprong moet worden uitgevoerd na een signaal van de scheidsrechter. Dit signaal mag niet worden gegeven voordat de springer op de springplank of het platform heeft plaatsgenomen. De springer mag zich niet naar het einde van de springplank of het platform begeven, voordat de scheidsrechter het signaal heeft gegeven.
- 15.17 Indien een sprong vóór het signaal wordt uitgevoerd dient de scheidsrechter te beslissen of de sprong moet worden herhaald.
- 15.18 De scheidsrechter mag een (mislukte) sprong laten herhalen wanneer de uitvoering ervan volgens hem door buitengewone omstandigheden werd beïnvloed.
- 15.19 Het verzoek om een sprong te mogen herhalen moet onmiddellijk door de springer of zijn vertegenwoordiger bij de scheidsrechter worden ingediend.
- 15.20 In alle gevallen dat de scheidsrechter besluit dat een sprong mag worden herhaald, moet de eerste sprong ook worden beoordeeld en de cijfers ervan worden genoteerd. De cijfers zijn dan beschikbaar indien een eventueel protest wordt toegewezen.
- 15.21 Indien het duidelijk is, dat de sprong in een andere lichaamshouding werd uitgevoerd dan aangekondigd, moet de scheidsrechter, alvorens de beoordelaars het signaal te geven hun cijfers te tonen, de aankondiging (laten) herhalen met de mededeling, dat het cijfer niet meer dan 2 mag zijn. Wanneer een beoordelaar dan toch meer dan 2 punten geeft, reduceert de scheidsrechter het cijfer van die beoordelaar tot 2.
- 15.22 Indien de scheidsrechter overtuigd is, dat de springer een andere sprong heeft gemaakt dan werd aangekondigd, dan moet hij deze sprong "geheel mislukt" verklaren.
- 15.23 Wanneer één arm of beide armen boven het hoofd komen bij een landing met de voeten naar beneden of onder het hoofd komen bij een landing met het hoofd naar beneden, moet de scheidsrechter, alvorens de beoordelaars het signaal te geven hun cijfers te tonen, (laten) aankondigen dat het cijfer niet meer dan 4½ mag zijn. Wanneer een beoordelaar dan toch meer dan 4½ punt geeft, reduceert de scheidsrechter het cijfer van die beoordelaar tot 4½.

- 15.24 De scheidsrechter mag een sprong "geheel mislukt" verklaren, wanneer hij meent, dat tijdens het uitvoeren van de sprong hulp werd verleend aan de springer. De uitvoering wordt geacht in te gaan zodra de scheidsrechter het signaal geeft.
- 15.25 Wanneer een rotatie om lengte- en/of breedte-as 90 graden of meer van de aangekondigde sprong afwijkt, verklaart de scheidsrechter de sprong "geheel mislukt".
- 15.26 Zodra de wedstrijd is begonnen mag een springer niet op de springplank veren, voordat de uitslag van de voorafgaande springer is omgeroepen. Overtreders van deze regel worden éénmaal gewaarschuwd en mogen bij herhaling door de scheidsrechter gediskwalificeerd worden.
- 15.27 De scheidsrechter is bevoegd een beoordelaar, die naar zijn mening niet naar tevredenheid functioneert, te vervangen. Na afloop van de wedstrijd moet de scheidsrechter dit schriftelijk in een rapport vastleggen. Dit rapport wordt apart opgestuurd aan het bondsbestuur.
- 15.28 Een dergelijke vervanging mag uitsluitend plaatsvinden aan het einde van een wedstrijdonderdeel of nadat door alle deelnemers een gelijk aantal sprongen is uitgevoerd.
- 15.29 Aan het einde van de wedstrijd controleert de scheidsrechter samen met de secretarissen de springlijsten en de wedstrijduitslagen en bekrachtigt de einduitslag met zijn handtekening. Wanneer een computer gebruikt wordt, bekrachtigt de scheidsrechter het eindresultaat met zijn handtekening op de computeruitdraai.

Artikel F16 Beoordelingmethode

16.1 Algemene aanwijzingen

- 16.1.1 De lijst met juryleden bevat de namen van de scheidsrechter en de beoordelaars. In voorkomende gevallen worden hier de assistenten en hulpscheidsrechter aan toegevoegd.
- 16.1.2 Wanneer een beoordelaar tijdens een wedstrijd niet langer in staat is te jureren moet hij door een andere beoordelaar worden vervangen.
- 16.1.3 De wedstrijdresultaten worden bijgehouden door het jurysecretariaat. Bij belangrijke wedstrijden kan dit uit twee onafhankelijk van elkaar werkende secretariaatsgroepen bestaan.
- 16.1.4 Na iedere sprong tonen de beoordelaars na het signaal van de scheidsrechter onmiddellijk en zonder onderling overleg duidelijk hun cijfer. Vervolgens worden de jurycijfers één voor één door of namens de scheidsrechter voorgelezen in een vaste volgorde.
- 16.1.5 De eerste secretaris (secretariaatsgroep) noteert de jurycijfers op de springlijsten zoals die door de scheidsrechter of de omroeper worden opgelezen en noteert deze. Wanneer een computer en een scorebord worden gebruikt, is de mondelinge opsomming van de cijfers niet noodzakelijk. In dat geval zal het secretariaat de cijfers direct van de monitor overnemen.
- 16.1.6 De tweede secretaris (secretariaatsgroep) noteert de cijfers op de springlijsten zoals die door de beoordelaars worden getoond. Wanneer een computer wordt gebruikt om de score vast te stellen, zal de tweede secretaris (secretariaatsgroep) de cijfers direct van een monitor overnemen.
- 16.1.7 Teneinde het rekenen te vereenvoudigen mag een computer, een rekenmachine of rekentabel worden gebruikt. Indien een computersysteem wordt gebruikt voor het registreren van de scores zal de tweede secretaris (secretariaatsgroep) zich beperken tot het vastleggen van de jurycijfers.
- 16.1.8 Aan het einde van de wedstrijd worden per springer de puntenaantallen van de sprongen bij elkaar opgeteld. De puntentotalen van alle springers en de volgorde, waarin ze zich hebben geplaatst, worden door de scheidsrechter of de omroeper bekend gemaakt.
- 16.1.9 De springer met het hoogste puntentotaal is winnaar.
- 16.1.10 Indien twee of meer deelnemers met het zelfde puntentotaal eindigen dan komen zij in het eindklassement op dezelfde plaats. De daarop volgende plaats(en) wordt dan overgeslagen.

16.2 Beoordelen bij individuele wedstrijden

- 16.2.1 Voor elke individuele wedstrijd worden 5 of 7 beoordelaars opgesteld. Wanneer het uitkomt kunnen twee wisselende panels met 5 of 7 beoordelaars voor dezelfde wedstrijd worden ingezet; de juryleden kunnen elkaar na ten hoogste 3 ronden afwisselen en zo mogelijk een gelijk aantal sprongen beoordelen. In speciale gevallen kan het bondsbestuur toestaan, dat de jury uit een minimum van 3 beoordelaars, desgewenst de scheidsrechter inbegrepen, is samengesteld.
- 16.2.2 De beoordelaars waarderen de sprongen naar eigen inzicht in overeenstemming met de kwalificaties van de onderstaande tabel, waarvan de cijfers met halve punten opklimmen van 0 tot en met 10:
- | | | |
|------------------|---------|---------|
| - geheel mislukt | 0 | punten; |
| - onvoldoende | ½ - 2 | punten; |
| - gebrekkig | 2½ - 4½ | punten; |
| - voldoende | 5 - 6 | punten; |
| - goed | 6½ - 8 | punten; |
| - zeer goed | 8½ - 10 | punten. |
- 16.2.3 Elke sprong wordt door de springers zelf uitgevoerd zonder hulp van buitenaf. Hulp en instructie is toegestaan in de tijd tussen twee sprongen en voorafgaande aan de eerste sprong.
- 16.2.4 Beoordeeld worden de techniek en de sierlijkheid van:
- de aanvangshouding;
 - de aanloop;
 - de afzet;
 - de vlucht;
 - het induiken (de 'landing').

- 16.2.5 Een beoordelaar mag uitsluitend de techniek en de uitvoering van een sprong beoordelen, dat wil zeggen niet het komen tot de aanvangshouding, de moeilijkheid van de sprong en alles wat onder de waterspiegel gebeurt.
- 16.2.6 Een springer die een sprong weigert uit te voeren, krijgt daarvoor 0 punten.
- 16.2.7 Indien een beoordelaar van mening is, dat een andere sprong werd uitgevoerd dan was aangekondigd mag hij 0 punten geven, ook al keurt de scheidsrechter deze sprong niet af.
- 16.2.8 Indien een sprong duidelijk in een andere houding wordt uitgevoerd dan was aangekondigd, is de uitvoering 'onvoldoende' en het cijfer ten hoogste 2.
- 16.2.9 Wanneer een sprong gedeeltelijk in een andere houding wordt uitgevoerd dan was aangekondigd geven de beoordelaars gebaseerd op hun eigen mening een cijfer dat ten hoogste 4½ mag zijn.

16.3 Beoordelen bij wedstrijden synchroonspringen

- 16.3.1 Alle criteria voor het individuele springen zijn in beginsel ook van toepassing op de uitvoering van de sprongen bij synchroonspringen.
- 16.3.2 Voor elke wedstrijd synchroonspringen worden 9 beoordelaars opgesteld. Het bondsbestuur kan toestaan dat 7 beoordelaars, desgewenst de scheidsrechter inbegrepen, worden opgesteld. 4 juryleden zullen uitsluitend de uitvoering van de sprongen en de overige juryleden zullen uitsluitend de synchroniteit beoordelen.
- 16.3.3 Twee van de beoordelaars, die aangewezen zijn voor de uitvoering van de sprongen, beoordelen de ene springer en de andere twee beoordelaars de andere springer.
- 16.3.4 De beoordelaars voor de uitvoering van de sprong beoordelen uitsluitend de techniek en de uitvoering van de sprong van één springer en niet van beide springers. Het komen tot aanvangshouding, de moeilijkheid van de sprong, het onderwatergebeuren en de synchroniteit van de springers dienen buiten beschouwing te worden gelaten.
- 16.3.5 De beoordelaars voor de synchroniteit van de springers beoordelen uitsluitend de gelijktijdige verrichtingen van beide springers. Het komen tot de aanvangshouding, de moeilijkheid van de sprongen, het onderwatergebeuren of de uitvoering van elk van de sprongen dienen buiten beschouwing te worden gelaten. Bij het beoordelen van de synchroniteit moet worden gelet op:
- de aanloop;
 - de afzet, inclusief de overeenkomst in hoogte;
 - de harmonie en gelijktijdigheid van bewegingen tijdens de vlucht;
 - de overeenkomst in de hoeken waaronder wordt geland;
 - de vergelijkbare afstand tot de springplank casu quo het platform van de landing;
 - de gelijktijdigheid van de landingen.
- 16.3.6 De beoordelaars voor de synchroniteit waarderen de sprongen naar eigen inzicht volgens onderstaande tabel, waarvan de cijfers met halve punten opklimmen van 0 tot en met 10:
- | | | |
|-----------------------------|-------|--------|
| - falende synchroniteit | 0 | punten |
| - onvoldoende synchroniteit | ½-2 | punten |
| - matige synchroniteit | 2½-4½ | punten |
| - voldoende synchroniteit | 5-6 | punten |
| - goede synchroniteit | 6½-8 | punten |
| - zeer goede synchroniteit | 8½-10 | punten |
- 16.3.7 Wanneer elk cijfer voor synchroniteit 0 punten is, vervallen eveneens de cijfers voor de uitvoering.
- 16.3.8 Wanneer elk cijfer voor de uitvoering 0 punten is, vervallen de cijfers voor de synchroniteit.
- 16.3.9 Indien één van beide springers het wateroppervlak raakt voordat de andere springer loskomt van de plank of het platform, verklaart de scheidsrechter de duosprong "geheel mislukt" door falende synchroniteit. Daarmee vervallen de cijfers voor de uitvoering.
- 16.3.10 Indien een beoordelaar voor de uitvoering van mening is, dat een andere sprong werd uitgevoerd dan was aangekondigd, mag hij 0 punten geven ook al keurt de scheidsrechter deze sprong niet af.
- 16.3.11 Indien een sprong duidelijk in een andere houding wordt uitgevoerd dan was aangekondigd, wordt deze uitsluitend door de beoordelaars voor de uitvoering van de betreffende sprong "on-

voldoende" geacht en is het cijfer hoogstens 2. De beoordelaars voor de synchroniteit letten niet op de afwijkende lichaamshouding, maar laten zich alleen door de synchroniteit van de sprongen leiden.

- 16.3.12 Indien een sprong gedeeltelijk in een andere houding wordt uitgevoerd dan was aangekondigd, geven uitsluitend de beoordelaars voor de uitvoering van de betreffende sprong gebaseerd op hun eigen mening een cijfer, dat hoogstens $4\frac{1}{2}$ mag zijn. De beoordelaars voor de synchroniteit letten niet op het onjuist zijn van de lichaamshouding.

16.4 Score berekening bij individuele wedstrijden

- 16.4.1 De secretarissen (secretariatsgroepen) zullen het hoogste en het laagste cijfer schrappen. Wanneer er van het hoogste of laagste cijfer twee of meer zijn, vervalt slechts één daarvan.
- 16.4.2 Onafhankelijk van elkaar tellen de secretarissen de overgebleven cijfers op en vermenigvuldigen de uitkomst hiervan met de moeilijkheidsfactor, hetgeen het puntenaantal oplevert voor de uitgevoerde sprong.
- 16.4.3 Bij wedstrijden met 7 beoordelaars wordt het berekende puntenaantal door 5 gedeeld en vervolgens met 3 vermenigvuldigd (de optelling mag ook met 0,6 worden vermenigvuldigd) om zodoende tot een puntenaantal te komen, dat vergelijkbaar is met dat van wedstrijden met 5 beoordelaars.
- 16.4.4 Wanneer een beoordelaar doordat hij onwel is geworden of door andere onvoorziene omstandigheden verzuimt een bepaalde sprong te beoordelen, wordt het gemiddelde cijfer van de andere beoordelaars afgerond op het dichtstbijzijnde halve of hele punt, aangenomen als het ontbrekende cijfer. Indien dit gemiddelde cijfer precies op de decimalen 0,25 of 0,75 uitkomt, wordt dit naar boven afgerond op een half of heel punt.

16.5 Score berekening bij wedstrijden synchroonspringen

- 16.5.1 De secretarissen (secretariaatsgroepen) zullen het hoogste en laagste cijfer voor de uitvoering van de sprong en eveneens het hoogste en laagste cijfer voor de synchroniteit schrappen. Bij 7 beoordelaars worden alle cijfers voor de synchroniteit vastgehouden. De scheidsrechter dient er bij het oplezen zorg voor te dragen dat duidelijk is welke van de cijfers voor de synchroniteit gelden.
- 16.5.2 Wanneer er van het te schrappen hoogste of laagste cijfer voor de uitvoering van de sprong twee of meer zijn, vervalt slechts één daarvan. Wanneer er van het te schrappen hoogste of laagste cijfer voor de synchroniteit twee of meer zijn, vervalt slechts één daarvan.
- 16.5.3 Wanneer een beoordelaar doordat hij onwel is geworden of door andere onvoorziene omstandigheden, verzuimt een bepaalde sprong te beoordelen, wordt het cijfer van respectievelijk de andere beoordelaar voor de uitvoering van dezelfde springer, of het gemiddelde cijfer van de andere beoordelaars voor de synchroniteit, afgerond op het dichtstbijzijnde halve of hele punt, aangenomen als het ontbrekende cijfer. Indien het gemiddelde cijfer precies op de decimalen 0,25 of 0,75 uitkomt wordt het naar boven afgerond op het dichtstbijzijnde halve of hele punt.

Artikel F17 Uitvoering van de sprongen

De sprongen moeten naar de volgende maatstaven worden uitgevoerd en beoordeeld.

- 17.1 Alle sprongen moeten door de deelnemers zelf zonder enige hulp van anderen worden uitgevoerd. Tussen de sprongen in zijn aanwijzingen wel toegestaan.
- 17.2 Elke sprong mag uit stand worden uitgevoerd. Een aanloop mag alleen gemaakt worden in combinatie met de sprongrichtingen voorwaarts of contra.

17.3 Sprongen uit stand

- 17.3.1 De aanvangshouding wordt geacht te zijn aangenomen zodra de springer zich op het einde van de springplank of het platform heeft opgesteld.
- 17.3.2 Bij de aanvangshouding moet het lichaam rechtop zijn, het hoofd opgeheven en de armen gestrekt in een willekeurige stand.
- 17.3.3 De sprong begint wanneer de armen vanuit de aanvangshouding in beweging komen.
- 17.3.4 Bij sprongen uit stand moet een springer tot het moment van de afzet in contact blijven met de springplank of het platform, anders bepaalt de scheidsrechter dat de maximale score voor de sprong $4\frac{1}{2}$ punt is.
- 17.3.5 Wanneer de voeten van een springer bij een voor- of achterwaartse afzet slechts weinig los komen van de springplank of het platform, voordat de eigenlijke afzet plaatsvindt, zal iedere beoordelaar naar eigen inzicht $\frac{1}{2}$ tot 2 punten in mindering brengen.

17.4 Sprongen met aanloop

- 17.4.1 De aanvangshouding wordt geacht te zijn aangenomen zodra de springer gereed is voor de eerste pas van de aanloop.
- 17.4.2 De aanloop moet zonder aarzeling in een vloeiende beweging recht naar het uiteinde van de plank of het platform worden uitgevoerd.
- 17.4.3 In de aanloop dient een met één voet afgezette opsprong naar de punt gevolgd door een met twee voeten gelijktijdig gemaakte afzet van de punt te worden getoond, anders verklaart de scheidsrechter de sprong "geheel mislukt". Bij sprongen van een platform met aanloop mag de afzet ook met één voet gebeuren.
- 17.4.4 Wanneer een springer een aanloop voor het einde van de plank onderbreekt en daarna doorgaat, zal de scheidsrechter het cijfer van iedere beoordelaar met 2 punten verlagen.

17.5 Zowel sprongen uit stand als met aanloop

- 17.5.1 De aanvangshouding moet vrij en ongedwongen zijn.
- 17.5.2 Indien de juiste aanvangshouding niet wordt aangenomen verlaagt iedere beoordelaar zijn cijfer naar eigen inzicht.

- 17.5.3 De afzet moet gedurfd, redelijk hoog, en zelfverzekerd zijn en moet vanaf het einde van de springplank casu quo het platform plaatsvinden.
- 17.5.4 Indien de afzet niet gedurfd, redelijk hoog, zelfverzekerd en vanaf het einde van de plank of platform is, verlaagt iedere beoordelaar zijn cijfer naar eigen inzicht.

17.6 Sprongen uit handstand

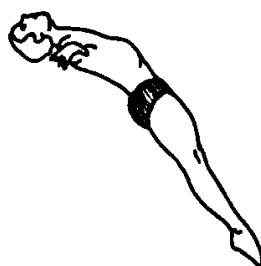
- 17.6.1 De aanvangshouding gaat in wanneer beide handen bij het uiteinde van het platform zijn en beide voeten los komen van het platform.
- 17.6.2 Wanneer een springer het evenwicht verliest en zo ver terugvalt, dat één of beide voeten het platform raken, dan wel enig ander lichaamsdeel anders dan zijn handen, mag hij een tweede poging ondernemen. De scheidsrechter zal dan het cijfer van iedere beoordelaar met 2 punten verlagen.
- 17.6.3 Wanneer een springer zijn balans verliest waardoor hij één of beide handen verzet ten opzichte van de originele plaats aan het eind van het platform, mag hij een tweede poging ondernemen. De scheidsrechter zal dan het cijfer van iedere beoordelaar met 2 punten verlagen.
- 17.6.4 Indien de tweede poging ook mislukt, verklaart de scheidsrechter de sprong "geheel mislukt".

17.7 Puntenaftrek

- 17.7.1 Puntenaftrek voorbehouden aan de scheidsrechter zal niet door de beoordelaars worden toegepast. De scheidsrechter zal, na dit te hebben aangekondigd, 2 punten van het cijfer van iedere beoordelaar in mindering brengen.
- 17.7.2 De scheidsrechter zal ook 2 punten aftrek toepassen en na een tweede mislukte poging de sprong "geheel mislukt" verklaren indien :
- de springer opnieuw begint met een sprong uit stand nadat de armzwaai is ingezet;
 - de springer de plank in beweging heeft gebracht met zijn voeten of benen, de beweging vervolgens stopt en weer opnieuw begint (opnieuw begint met zijn "foremovement");
 - de springer opnieuw begint met een aanloop.
- 17.7.3 Wanneer een springer tijdens de vlucht de springplank of het platform raakt danwel naast de springplank(richting) casu quo platform (richting) springt, brengt iedere beoordelaar hiervoor naar eigen inzicht punten in mindering.
- 17.7.4 Wanneer geen evenwichtige handstand met een gestrekte lichaamshouding wordt getoond, verlagen de beoordelaars hun cijfer met ½ tot 2 punten.
- 17.7.5 Bij synchroonspringen verlagen de beoordelaars voor synchroniteit hun cijfer naar eigen inzicht met ½ tot 2 punten:
- wanneer de landingen van de beide springers niet gelijktijdig verlopen.
 - wanneer de aanloop, afzet of hoogte van de beide sprongen niet synchroon worden uitgevoerd;
 - indien de bewegingen tijdens de vlucht niet synchroon verlopen, de landingshoeken niet gelijk zijn of de afstand tot de plank casu quo het platform niet gelijk is;

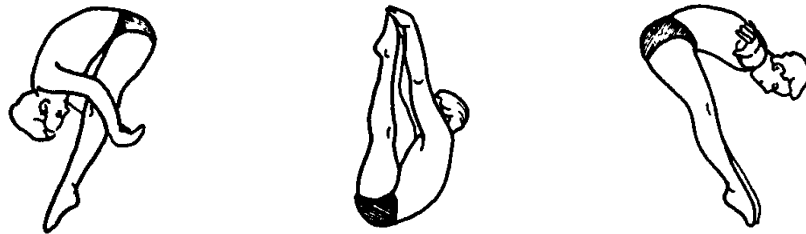
17.8 Lichaamshoudingen

- 17.8.1 In de gestrekte houding mag het lichaam niet gebogen zijn noch in de heupen, noch in de knieën en moeten de benen gesloten en tot en met de tenen gestrekt worden gehouden. De armhouding is vrij.



17.8.2 Bij alle zweefsalto's moet de gestrekte houding minstens gedurende een halve salto duidelijk worden getoond vanaf het moment van het verlaten van de springplank of het platform of na één salto bij sprong 115. Indien de gestrekte houding minder dan een kwart salto (90°) wordt getoond, is het cijfer maximaal $4\frac{1}{2}$.

17.8.3 In de gehoekte houding moet het lichaam in de heupen gebogen zijn, terwijl de benen tot en met de tenen gestrekt en gesloten worden gehouden. De armhouding is vrij.



17.8.4 In de gehurkte houding moet het lichaam zo klein mogelijk opgevouwen zijn met de handen op de onderbenen, terwijl de gebogen knieën en gestrekte voeten gesloten worden gehouden.



17.8.5 De hoek- en de hurkhouding als in dit artikel omschreven moeten er altijd sierlijk uitzien. Van opzij gezien moet de hurkhouding er samengepakt uitzien, dat wil zeggen de bovenzijde van de dijbenen dicht tegen de borst en de kuiten dicht tegen de dijbenen. In het geval, dat volgens een beoordelaar niet aan deze voorwaarden wordt voldaan, zal deze hiervoor $\frac{1}{2}$ tot 2 punten in mindering brengen.

17.8.6 In de vrije houding is de lichaamshouding naar keuze, maar de benen moeten gesloten worden gehouden en de voeten gestrekt.

17.9 Schroefsprongen

17.9.1 Als een schroefbeweging duidelijk zichtbaar van de springplank of het platform wordt meegenomen, brengen de beoordelaars hier naar eigen inzicht punten voor in mindering.

17.9.2 In gehoekte sprongen met schroef mag niet met de schroefbeweging worden begonnen voordat duidelijk de gehoekte houding is getoond.

17.9.3 Bij schroefsalto's mag de schroef op ieder willekeurig moment tijdens de vlucht worden uitgevoerd.

17.10 Het induiken

17.10.1 De springer moet altijd verticaal of nagenoeg verticaal in het water komen; het lichaam tot en met de tenen gestrekt en de benen gesloten. Indien de sprong te kort heeft of overslaat in de landing, brengen de beoordelaars naar eigen inzicht punten in mindering.

17.10.2 Alle sprongen, waarbij het hoofd eerst in het water komt, moeten worden uitgevoerd met de armen in het verlengde van het lichaam langs het hoofd gestrekt met de handen dicht bij elkaar.

17.10.3 Bij alle sprongen waarbij de voeten eerst in het water komen, dienen de armen langs het lichaam te worden gehouden en mogen de ellebogen niet gebogen zijn.

17.10.4 Indien één arm of beide armen bij het induiken niet in de voorgeschreven houding zijn en de scheidsrechter bepaalt niet dat het cijfer maximaal $4\frac{1}{2}$ is omdat de armhouding niet juist is, zal iedere beoordelaar, afhankelijk van de omstandigheden $\frac{1}{2}$ tot 2 punten aftrekken.

17.10.5 Een sprong is beëindigd als het gehele lichaam onder water is verdwenen.

Artikel F18 Protesten

- 18.1 Protesten moeten uiterlijk 15 minuten na het beëindigen van de wedstrijd schriftelijk bij de scheidsrechter worden ingediend.
- 18.2 Een springer of zijn vertegenwoordiger mag direct na de uitvoering van zijn sprong, een ronde van sprongen of een wedstrijdonderdeel een mondeling protest indienen bij de scheidsrechter. Indien het protest niet wordt geaccepteerd kan alsnog een geschreven protest overeenkomstig het voorgaande lid worden ingediend.
- 18.3 Protesten over zaken, die reeds vóór de wedstrijd bekend zijn, moeten ook vóór de wedstrijd worden ingediend.
- 18.4 Tegen de beoordeling van de jury en de waarneming van de (hulp)scheidsrechter kunnen geen protesten worden ingediend.
- 18.5 Over alle protesten wordt beslist door de jury. Indien geen aparte jury van beroep is aangesteld, bestaat de jury uit de beoordelaars en de scheidsrechter van het wedstrijdonderdeel, waarop het protest betrekking heeft. De uitspraak van de jury is onherroepelijk. Bij staken van stemmen beslist de scheidsrechter.
- 18.6 Voor de aanvang van nationale kampioenschappen en daaraan gelijk te stellen wedstrijden wordt een jury van beroep ingesteld bestaande uit drie of vijf personen, waaronder ook de scheidsrechter.

Artikel F19 Proces-verbaal

- 19.1 Binnen 5 dagen na de wedstrijddatum dient zowel aan het bondsbestuur als aan de kring (schoonspring commissie) een proces-verbaal te worden gezonden.
- 19.2 Een proces-verbaal dient de volgende gegevens te bevatten:
- de naam van de organiserende instantie, het zwembad waarin de wedstrijden plaatsvonden, alsmede de datum van de wedstrijden;
 - de namen en bevoegdheden van de juryleden met vermelding van de wedstrijdonderdelen, waarbij zij hebben gefungeerd;
 - de namen van de deelnemers, hun startvergunningnummers (bij wedstrijden voor deelnemers zonder startvergunning alleen het geboortjaar als de deelnemer niet in het bezit van een startvergunning is) en de namen van hun verenigingen;
 - de wedstrijdonderdelen met vermelding van springplank - of platformhoogte;
 - de eindvolgorde van de deelnemers per wedstrijdonderdeel met vermelding van eventuele prijzen;
 - bijzonderheden door de scheidsrechter te vermelden indien van toepassing.
- 19.3 Elk proces-verbaal dient door de scheidsrechter te worden ondertekend of, wanneer deze alle springlijsten heeft ondertekend en het proces-verbaal na de wedstrijd wordt opgesteld, door of namens een vertegenwoordiger van de organiserende instantie.
- 19.4 De volledig ingevulde en ondertekende springlijsten moeten door de organiserende instantie het lopende jaar plus het volledige jaar daarop worden bewaard en op de eerste aanvraag van het bondsbestuur ter beschikking gesteld.

Artikel F20 Nationale kampioenschappen

- 20.1 Jaarlijks worden door of namens het bondsbestuur in Nederland de nationale kampioenschappen georganiseerd.
- 20.2 De jury en het jurysecretariaat voor nationale kampioenschappen worden door of namens het bondsbestuur uitgenodigd.
- 20.3 Bij de finales van nationale kampioenschappen zal de jury zoveel mogelijk bestaan uit beoordelaars, die niet zijn gebonden aan de springers in de desbetreffende finale.
- 20.4 Categorieën
Nationale kampioenschappen zijn er in de categorieën:
- 1m/3m plankspringen en torenspringen;
 - dames/meisjes en heren/jongens;
 - leeftijdsgroepen (age-groups) en alle leeftijden (all-in).

- individuele springers en paren synchroonspringen.

20.5 Wedstrijdopzet van de NK

20.5.1 Het nationaal kampioenschap voor leeftijdsgroepen volgt voor het plank - en torenspringen wedstrijdprogramma 1 en heeft als vorm :

- een kwalificatiewedstrijd met hetzelfde programma als de finale indien het aantal inschrijvingen groter is dan 12;
- een finale.

20.5.2 Het nationaal kampioenschap 1 meter voor alle leeftijden volgt wedstrijdprogramma 2 en heeft als vorm:

- een kwalificatiewedstrijd indien het aantal springers groter is dan 7;
- een halve finale;
- een finale.

Indien het aantal springers in de halve finale minder is dan 8 zal de halve finale niet worden opgesplitst in een halve A- en B-finale.

20.5.3 Het nationaal kampioenschap 3 meter en toren voor alle leeftijden volgt wedstrijdprogramma 2 en heeft als vorm:

- een kwalificatiewedstrijd indien er meer dan 18 deelnemers zijn;
- een halve finale;
- een finale.

Voor het torenspringen wordt alleen van de 10 meter gesprongen tenzij het bondsbestuur vooraf bekend maakt dat de 7½ en of de 5 meter ook mag worden gebruikt.

20.5.4 Het nationaal kampioenschap synchroonspringen voor paren volgt wedstrijdprogramma 3 en heeft als vorm:

- een kwalificatiewedstrijd indien er meer dan 12 paren zijn;
- een finale.

20.5.6 Het bondsbestuur kan ongeacht de deelname besluiten kwalificatiewedstrijden te houden voor elk van de categorieën van de nationale kampioenschappen.

20.5.7 Voor elk onderdeel van de nationale kampioenschappen behoudt het bondsbestuur zich het recht voor techniek eisen of limieten te stellen waaraan een springer moet voldoen alvorens aan het bij de betreffende eis of limiet behorende onderdeel van de kampioenschappen kan worden deelgenomen.

20.5.8 Het bondsbestuur kan in bijzondere omstandigheden dispensatie verlenen voor de deelname aan kwalificatiewedstrijden of aan de verplichting te voldoen aan in het voorgaande lid gestelde eisen. Deze springer wordt extra toegevoegd aan de springers die zich regulier hebben gekwalificeerd voor het eerste finale onderdeel.

20.6 Data

20.6.1 Nationale kampioenschappen kunnen worden gehouden tussen 1 januari en 31 december van het betreffende jaar.

20.6.2 Elk van de finales van de nationale kampioenschappen vormt één wedstrijd en wordt op aaneengesloten dagen afgewerkt, tenzij het bondsbestuur een andere regeling bekend maakt.

20.6.3 Op dagen, waarop nationale kampioenschappen worden gehouden, mogen elders in het land geen schoonspringwedstrijden en/of schoonspringdemonstraties plaatsvinden behoudens in bijzondere gevallen met toestemming van het bondsbestuur.

20.6.4 Data voor nationale kampioenschappen worden uiterlijk drie maanden voor de aanvangsdatum daarvan bekend gemaakt.

20.6.5 Het programma, de inschrijvingsvoorwaarden en eventuele nadere bepalingen voor nationale kampioenschappen worden tenminste 6 weken voor de aanvangsdatum daarvan bekend gemaakt. In deze bepalingen zal het bondsbestuur in ieder geval bekend stellen uit hoeveel paren de finale synchroonspringen bestaat.

20.6.6 Alle mededelingen omtrent nationale kampioenschappen worden door of namens het bondsbestuur gepubliceerd.

20.7 Titels en prijzen bij nationale kampioenschappen.

20.7.1 Bij nationale kampioenschappen verkrijgt de winnaar van een all-in kampioenschap de titel "Kampioen van Nederland", de winnaar van een leeftijdsgroep de titel "Kampioen van Nederland in de desbetreffende leeftijdsgroep" en het winnende paar bij synchroonspringen de titel "Kampioen synchroonspringen van Nederland".

20.7.2 Als bewijs voor het behaalde kampioenschap ontvangt de winnaar of de beide springers van het winnende paar bij synchroonspringen een bondsdiploma en een gouden (verguld zilveren) medaille van het bondsbestuur.

20.7.3 Er wordt geen kampioenstitel toegekend, indien er bij het desbetreffende wedstrijdonderdeel slechts één deelnemer of paar is, tenzij het bondsbestuur de geleverde prestatie een kampioenschap waardig acht.

20.7.4 De op de tweede en derde plaats geëindigde deelnemers ontvangen respectievelijk een verzilverde en een bronzen medaille.

20.7.5 Verzilverde en bronzen medailles worden slechts toegekend indien er bij het desbetreffende wedstrijdonderdeel tenminste 3 respectievelijk 4 deelnemers of bij synchroonspringen paren zijn, tenzij het bondsbestuur de geleverde prestatie een medaille waardig acht.

20.8 Inschrijven

20.8.1 Voor nationale kampioenschappen worden alleen aanmeldingen ingeschreven die voor de sluitingsdatum schriftelijk door of namens de secretaris van de desbetreffende vereniging bij het bondsbestuur zijn ingediend en de volgende gegevens bevatten:

- naam van de vereniging;
- namen van de springers met bijbehorende startvergunningnummers;
- wedstrijdonderdeel casu quo -onderdelen.

20.8.2 Springers die na het verstrijken van de inlevertermijn nog geen officiële springlijst(en) bij het bondsbestuur hebben ingeleverd, worden van het desbetreffende wedstrijdonderdeel uitgesloten. Alle springlijsten moeten, behalve volledig en duidelijk ingevuld, ook ondertekend zijn.

Artikel F21 Mogelijkheid van administratief beroep

21.1 Tegen op dit reglement gebaseerde beslissingen van het bondsbestuur staat administratief beroep open als genoemd in artikel 12.1 van de statuten behalve voor zover het betreft beslissingen op basis van artikel 20.7.2..

Artikel F22 Slotbepaling

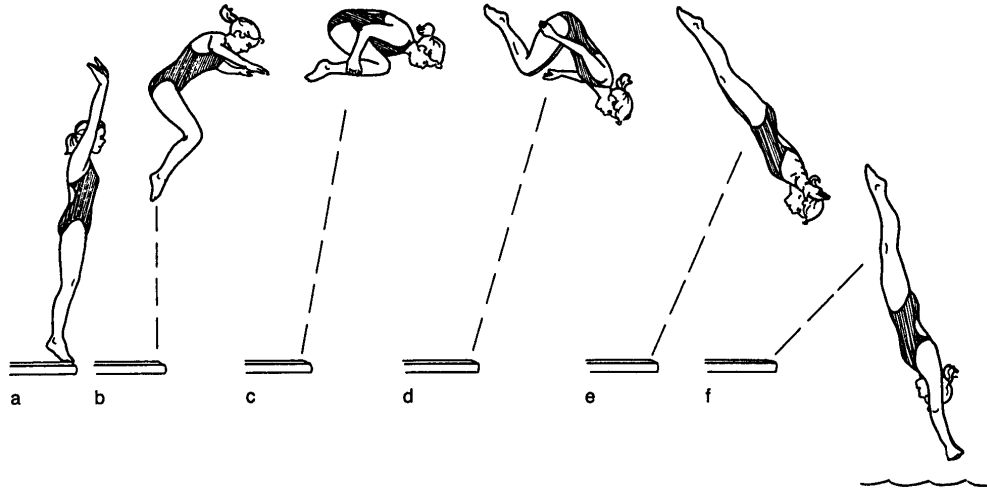
22.1 In alle gevallen waarin tijdens wedstrijden dit reglement niet voorziet, beslist de jury.

BIJLAGE FI

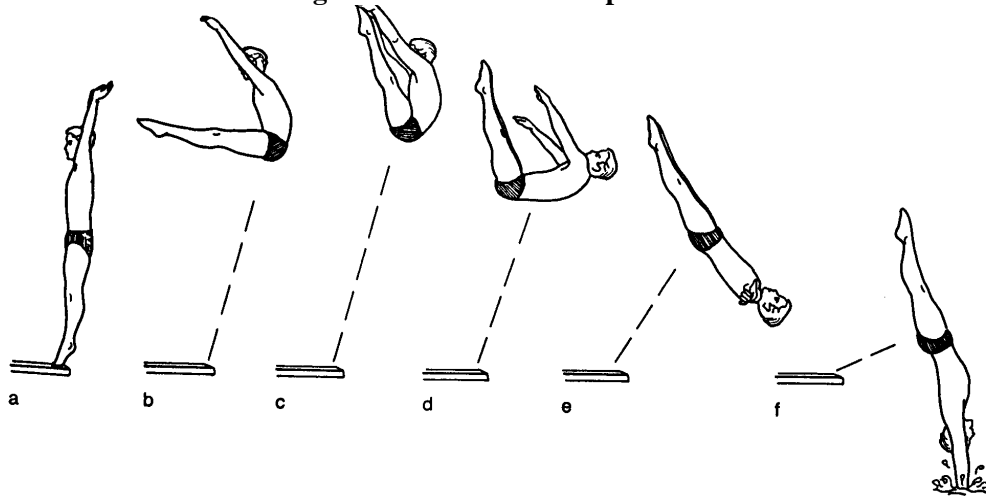
VOORBEELDEN VAN SPRONGEN

De tekeningen van sprongen, die in dit reglement zijn opgenomen (zie bijlage FI), dienen zuiver als leidraad met de aantekening dat, behalve in de gehurkte houding en bij de landing, de armhouding vrij is. Meer sprongvoorbeelden zijn te vinden op de internet site van de FINA <http://www.fina.org>

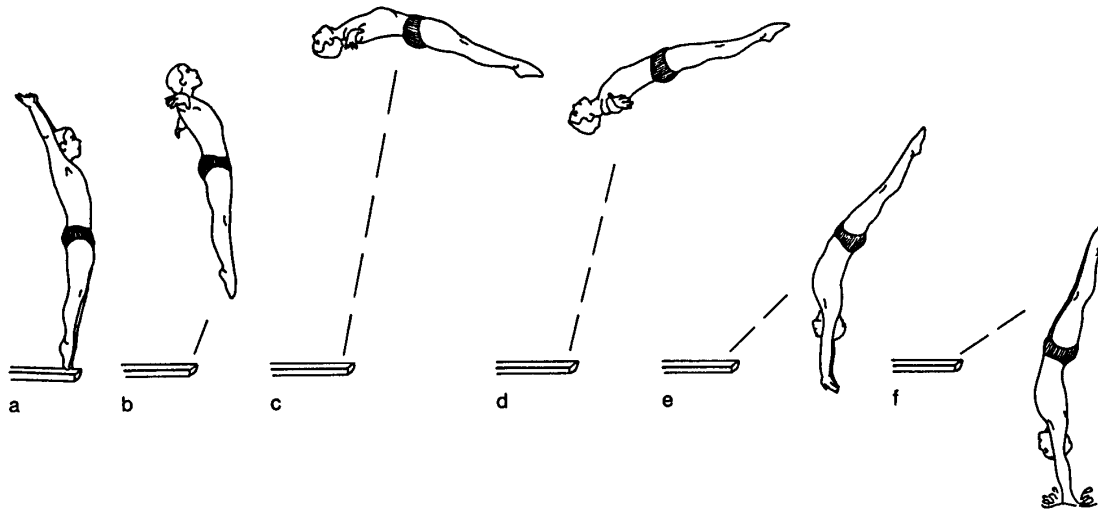
101 C zweef voorover gehurkt van de 1 meter plank



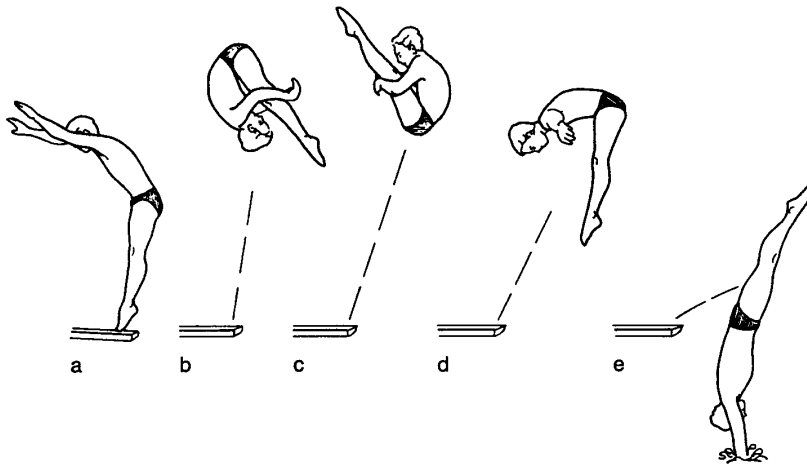
201 B zweef achterover gehoekt van de 1 meter plank



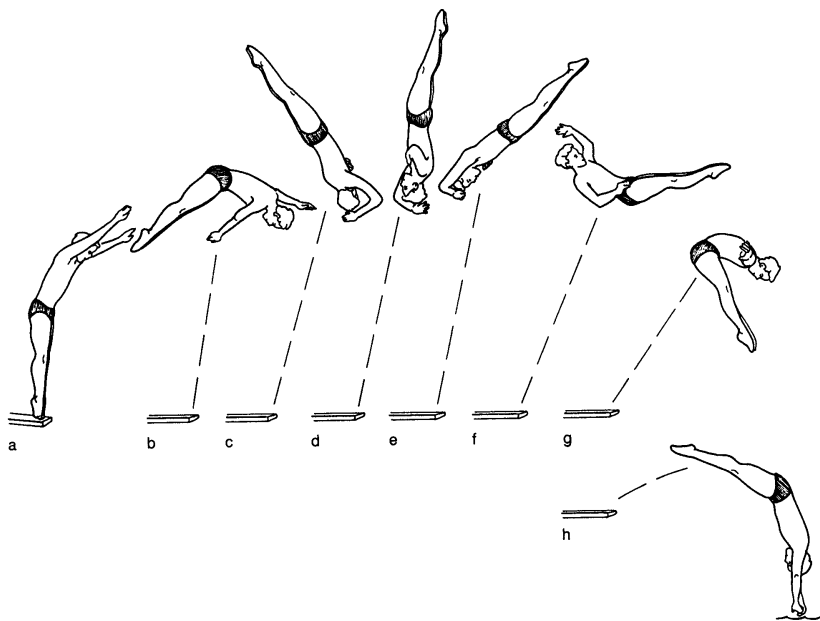
301 A contra zweefsprong gestrekt van de 1 meter plank



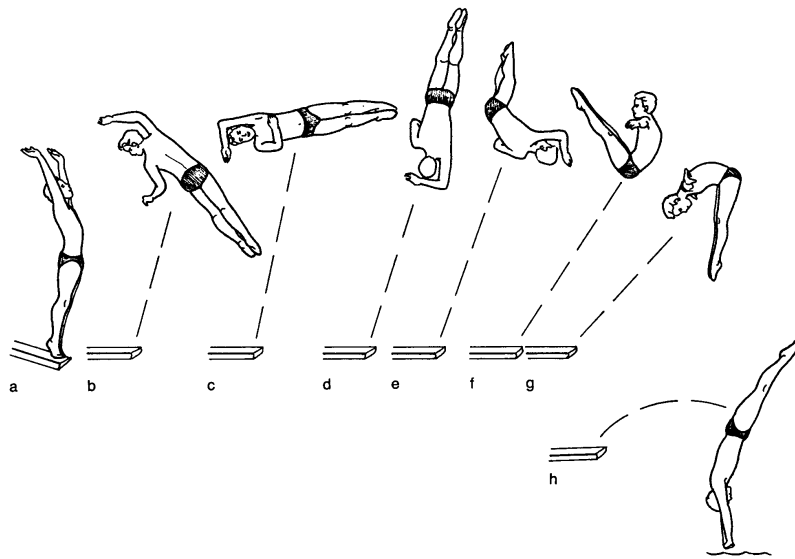
403 B anderhalve salto binnenwaarts gehoekt van de 1 meter plank



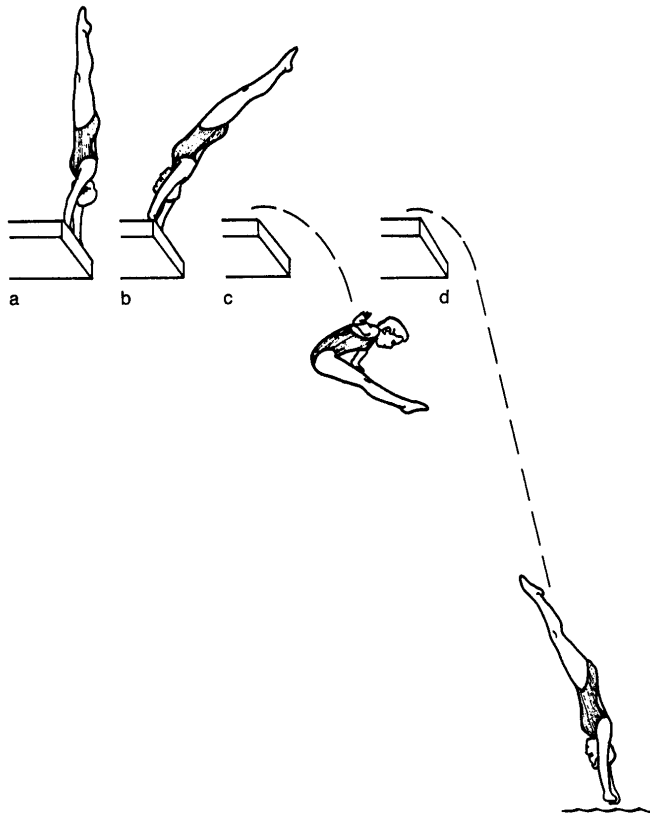
5132 D anderhalve salto voorover met hele schroef in de vrije houding van de 1 meter plank



5333 D anderhalve contrasalto met anderhalve schroef in de vrije houding van de 1 meter plank



612 B handstand met één salto voorover gehoekt van het 10 meter platform



BIJLAGE FII
FORMULE EN COMPONENTEN VOOR HET BEREKENEN VAN
MOEILIKHEIDSFACTOREN

MF = A + B + C + D + E

Een streepje staat voor een sprong die niet geaccepteerd wordt voor een wedstrijd.

A. SALTO's

	0	1/2	1	1 1/2	2	2 1/2	3	3 1/2	4 1/2
1m en 5m	0,9	1,1	1,2	1,6	2,0	2,4	2,7	3,0	-
3m en 7 1/2m	1,0	1,3	1,3	1,5	1,8	2,2	2,3	2,8	3,5
10 m	1,0	1,3	1,4	1,5	1,9	2,1	2,5	2,7	3,5

B. LICHAAMSHOUDING

A=gestrekt, B=gehoekt, C=gehurkt, D=vrije houding, E=zweefhouding.

Bij zweefsalto's wordt de zweefhouding E aan de houding B of C toegevoegd.

	0 - 1 salto					1 1/2 - 2 salto's					2 1/2 salto					3 - 3 1/2 salto					4 1/2
	vw	aw	co	bi	hs	vw	aw	co	bi	hs	vw	aw	co	bi	hs	vw	aw	co	bi	hs	vw
C	0,1	0,1	0,1	-0,3	0,1	0	0	0	0,1	0	0	0,1	0	0,2	0,1	0	0	0	0,3	0,1	0
B	0,2	0,2	0,2	-0,2	0,3	0,1	0,3	0,3	0,3	0,3	0,2	0,3	0,2	0,5	0	0,3	0,3	0,3	0,6	0,4	0,4
A	0,3	0,3	0,3	0,1	0,4	0,4	0,5	0,6	0,8	0,5	0,6	0,7	0,6	--	--	--	--	--	--	--	--
D	0,1	0,1	0,1	-0,1	0	0	-0,1	-0,1	0,2	0	0	-0,1	-0,2	0,4	0	0	0	0	--	--	--
E	0,2	0,1	0,1	0,4	--	0,2	0,2	0,2	0,5	--	0,3	0,3	0,3	0,7	--	0,4	--	--	--	--	--

NB 1: 7 componenten hebben een **negatieve** waarde.

NB 2: Twee streepjes (--) geven sprongen die momenteel niet mogelijk zijn.

C. SCHROEVEN

Aantal schroeven :	1/2	1/2	1/2	1/2	1	1 1/2	2	2 1/2	3	3 1/2	4	4 1/2
Aantal salto's :	1/2-1	1 1/2-2	2 1/2	3-3 1/2								
Vw	0,4	0,4	0,4	0,4	0,6	0,8	1,0	1,2	1,4	1,6	1,8	2,0
Aw	0,2	0,4	0,0	0,0	0,4	0,8	0,8	1,2	1,4	1,6	1,8	2,0
Co	0,2	0,4	0,0	0,0	0,4	0,8	0,8	1,2	1,4	1,6	1,8	2,0
Bi	0,2	0,4	0,2	0,4	0,4	0,8	0,8	1,2	1,4	1,6	1,8	2,0
Handst Vw	0,4	0,5	0,5	0,4	1,2	1,3	1,5	1,7	--	--	--	--
Hands Aw/Co	0,4	0,5	0,5	0,5	1,2	1,3	1,3	1,7	--	--	--	--

N.B. Bij het berekenen van de moeilijkheidsfactor in schroefsprongen met één of anderhalve salto zal de vrije houding (D) worden toegepast voor de berekening.

D. AFZET/GROEP

D1. voorwaarts, achterwaarts, contra en binnenwaarts

	Vw	Aw	Co	Bi 1/2-1	Bi 1 1/2-3 1/2
1m en 5m	0	0,2	0,3	0,6	0,5
3m en 7 1/2m	0	0,2	0,3	0,3	0,3
10m	0	0,2	0,3	0,3	0,2

Vw=voorwaarts, Aw=achterwaarts, Co=contra, Bi=binnenwaarts

D2. handstand sprongen (niet van toepassing op handstand schroefsprongen)

	Hst Vw 0-2 salto	Hst Vw >2 salto	Hst Aw 0 of 1/2 salto	Hst Aw 1-4 salto's	Hst Co 0 of 1/2 salto	Hst Co 1-4 salto's

5m-7½m-10m	0,2	0,4	0,2	0,4	0,3	0,5
-------------------	-----	-----	-----	-----	-----	-----

E. ONNATUURLIJKE LANDINGEN (is niet van toepassing op schroefsprongen)

Salto	½	1	1½	2	2½	3	3½
Vw / Bi	0	0,1	0	0,2	0	0,2	0
Aw / Co	0,1	0	0,2	0	0,3	0	0,4
Hst-aw en Hst-co	0	0,1	0	0,2	0	0,2	0
Hst-vw	0,1	0	0,2	0	0,3	0	0,4

N.B. De springer ziet het water niet alvorens de sprong bijna voltooid is.
Deze component is gelijk voor alle hoogten waarvan wordt afgezet.

VOORBEELDEN

Sprong	Hou- ding	Hoogte	A+B+C+D+E=MF					
			A	B	C	D	E	Totaal
632	B	10m	1,4	0,3	0,0	0,5	0,1	2,3
6243	D	10m	1,9	0,0	1,3	0,0	0,0	3,2
6241	B	10m	1,9	0,3	0,5	0,0	0,0	2,7
6162	D	10m	2,5	0,1	1,2	0,0	0,0	3,8
313	C	3m	1,5	0,2	0,0	0,3	0,2	2,2
5132	D	3m	1,5	0,0	0,6	0,0	0,0	2,1
5351	C	3m	2,2	0,0	0,0	0,3	0,0	2,5
5371	C	3m	2,8	0,0	0,0	0,3	0,0	3,1

D&E=0 bij hst schroefsprongen

D&E=0 bij hst schroefsprongen

D&E=0 bij hst schroefsprongen

E=0 bij schroefsprongen

E=0 bij schroefsprongen

E=0 bij schroefsprongen

BIJLAGE FIIIa**SPRONGENTABEL (FINA) plank springen groep 1 tem 4**

Sprongen in een grijs vakje zijn reglementair niet toegestaan of bestaan niet, open vakjes zijn niet berekend.

Plank		1 METER				3 METER			
		A	B	C	D	A	B	C	D
Voorwaartse sprongen									
101	Zweef voorover	1,4	1,3	1,2		1,6	1,5	1,4	
102	Salto Voorover	1,6	1,5	1,4		1,7	1,6	1,5	
103	1½ salto voorover	2,0	1,7	1,6		1,9	1,6	1,5	
104	Dubbele salto voorover	2,6	2,3	2,2		2,4	2,1	2,0	
105	2 ½ salto voorover		2,6	2,4		2,8	2,4	2,2	
106	Drievoudige salto voorover		3,2	2,9			2,8	2,5	
107	3 ½ salto voorover		3,3	3,0			3,1	2,8	
109	4½ salto voorover							3,5	
112	Zweefsalto voorover		1,7	1,6			1,8	1,7	
113	1½ zweefsalto voorover		1,9	1,8			1,8	1,7	
115	2½ zweefsalto voorover						2,7	2,5	
Achterwaartse sprongen		A	B	C	D	A	B	C	D
201	Zweef achterover	1,7	1,6	1,5		1,9	1,8	1,7	
202	Salto achterover	1,7	1,6	1,5		1,8	1,7	1,6	
203	1½ salto achterover	2,5	2,3	2,0		2,4	2,2	1,9	
204	Dubbele salto achterover		2,5	2,2		2,5	2,3	2,0	
205	2½ salto achterover		3,2	3,0			3,0	2,8	
206	Drievoudige salto achterover		3,2	2,9			2,8	2,5	
207	3½ salto achterover						3,7	3,4	
212	Zweefsalto achterover		1,7	1,6			1,8	1,7	
213	1½ zweefsalto achterover							2,1	
215	2½ zweefsalto achterover						3,3	3,1	
Contra sprongen		A	B	C	D	A	B	C	D
301	Contra zweef	1,8	1,7	1,6		2,0	1,9	1,8	
302	Contra salto	1,8	1,7	1,6		1,9	1,8	1,7	
303	1½ contrasalto	2,7	2,4	2,1		2,6	2,3	2,0	
304	Dubbele contrasalto	2,9	2,6	2,3		2,7	2,4	2,1	
305	2½ contrasalto		3,2	3,0		3,4	3,0	2,8	
306	Drievoudige contrasalto		3,3	3,0			2,9	2,6	
307	3½ contrasalto						3,8	3,5	
312	Contra zweefsalto		1,8	1,7			1,9	1,8	
313	1½ contra zweefsalto		2,6	2,3			2,5	2,2	
Binnenwaartse sprongen		A	B	C	D	A	B	C	D
401	Zweef binnenwaarts	1,8	1,5	1,4		1,7	1,4	1,3	
402	Salto binnenwaarts	2,0	1,7	1,6		1,8	1,5	1,4	
403	1½ salto binnenwaarts		2,4	2,2			2,1	1,9	
404	Dubbele salto binnenwaarts		3,0	2,8			2,6	2,4	
405	2½ salto binnenwaarts		3,4	3,1			3,0	2,7	
407	3½ salto binnenwaarts							3,4	
412	Zweefsalto binnenwaarts		2,1	2,0			1,9	1,8	
413	1½ zweefsalto binnenwaarts		2,9	2,7			2,6	2,4	

SPRONGENTABEL (FINA) plank springen groep 5

Sprongen in een grijs vakje zijn reglementair niet toegestaan of bestaan niet.

Plank		1 METER				3 METER			
		A	B	C	D	A	B	C	D
Schroef sprongen									
5111	Zweef voorover met ½ schroef	1,8	1,7	1,6		2,0	1,9	1,8	
5112	Zweef voorover met hele schroef	2,0	1,9			2,2	2,1		
5121	Salto voorover met ½ schroef				1,7				1,8
5122	Salto voorover met hele schroef				1,9				2,0
5124	Salto voorover met dubbele schroef				2,3				2,4
5126	Salto voorover met drievoudige schroef				2,7				2,8
5131	1½ salto voorover met ½ schroef				2,0				1,9
5132	1½ salto voorover met hele schroef				2,2				2,1
5134	1½ salto voorover met dubbele schroef				2,6				2,5
5136	1½ salto voorover met drievoudige schroef				3,0				2,9
5138	1½ salto voorover met viervoudige schroef				3,4				3,3
5151	2½ salto voorover met ½ schroef		3,0	2,8			2,8	2,6	
5152	2½ salto voorover met hele schroef		3,2	3,0			3,0	2,8	
5154	2½ salto voorover met dubbele schroef		3,6	3,4			3,4	3,2	
5172	3½ salto voorover met hele schroef						3,7	3,4	
5211	Zweef achterover met ½ schroef	1,8	1,7	1,6		2,0	1,9	1,8	
5212	Zweef achterover met hele schroef	2,0				2,2			
5221	Salto achterover met ½ schroef				1,7				1,8
5222	Salto achterover met hele schroef				1,9				2,0
5223	Salto achterover met 1½ schroef				2,3				2,4
5225	Salto achterover met 2½ schroef				2,7				2,8
5227	Salto achterover met 3½ schroef				3,1				3,2
5231	1½ salto achterover met ½ schroef				2,1				2,0
5233	1½ salto achterover met 1½ schroef				2,5				2,4
5235	1½ salto achterover met 2½ schroef				2,9				2,8
5237	1½ salto achterover met 3½ schroef								3,2
5239	1½ salto achterover met 4½ schroef								3,6
5251	2½ salto achterover met ½ schroef		2,9	2,7			2,7	2,5	
5253	2½ salto achterover met 1½ schroef						3,5	3,3	
5311	Contra zweef met ½ schroef	1,9	1,8	1,7		2,1	2,0	1,9	
5312	Contra zweef met hele schroef	2,1				2,3			
5321	Contra salto met ½ schroef				1,8				1,9
5322	Contra salto met hele schroef				2,0				2,1
5323	Contra salto met 1½ schroef				2,4				2,5
5325	Contra salto met 2½ schroef				2,8				2,9
5331	1½ contrasalto met ½ schroef				2,2				2,1
5333	1 ½ contrasalto met 1 ½ schroef				2,6				2,5
5335	1 ½ contrasalto met 2 ½ schroef				3,0				2,9
5337	1 ½ contrasalto met 3 ½ schroef				3,4				3,3
5339	1 ½ contrasalto met 4½ schroef								3,7
5351	2 ½ contrasalto met ½ schroef		2,9	2,7			2,7	2,5	
5353	2 ½ contrasalto met 1 ½ schroef			3,5			3,5	3,3	
5371	3 ½ contrasalto met ½ schroef						3,4	3,1	
5411	Zweef binnenwaarts met ½ schroef	2,0	1,7	1,6		1,9	1,6	1,5	
5412	Zweef binnenwaarts met hele schroef	2,2	1,9	1,8		2,1	1,8	1,7	
5421	Salto binnenwaarts met ½ schroef				1,9				1,7

5422	Salto binnenwaarts met hele schroef					2,1						1,9
5432	1½ salto binnenwaarts met hele schroef					2,7						2,4
5434	1½ salto binnenwaarts met dubbele schroef					3,1						2,8
5436	1½ salto binnenwaarts met drievoudige schroef											3,4

SPRONGENTABEL (FINA) torenspringen groepen 1 t/m 4

Sprongen in een grijs vakje zijn reglementair niet toegestaan of bestaan niet.

Platform		10 METER				7,5 METER				5 METER			
Voorwaartse sprongen		A	B	C	D	A	B	C	D	A	B	C	D
101	Zweef voorover	1,6	1,5	1,4		1,6	1,5	1,4		1,4	1,3	1,2	
102	Salto Voorover	1,8	1,7	1,6		1,7	1,6	1,5		1,6	1,5	1,4	
103	1½ salto voorover	1,9	1,6	1,5		1,9	1,6	1,5		2,0	1,7	1,6	
104	Dubbele salto voorover	2,5	2,2	2,1		2,4	2,1	2,0		2,6	2,3	2,2	
105	2 ½ salto voorover	2,7	2,3	2,1			2,4	2,2			2,6	2,4	
107	3 ½ salto voorover		3,0	2,7			3,1	2,8				3,0	
109	4 ½ salto voorover			3,5									
112	zweefsalto voorover		1,9	1,8			1,8	1,7			1,7	1,6	
113	1½ zweefsalto voorover		1,8	1,7			1,8	1,7			1,9	1,8	
114	Dubbele zweefsalto voorover		2,4	2,3			2,3	2,2			2,5	2,4	
115	2½ zweefsalto voorover		2,6	2,4				2,5					
Achterwaartse sprongen		A	B	C	D	A	B	C	D	A	B	C	D
201	Zweef achterover	1,9	1,8	1,7		1,9	1,8	1,7		1,7	1,6	1,5	
202	Salto achterover	1,9	1,8	1,7		1,8	1,7	1,6		1,7	1,6	1,5	
203	1½ salto achterover	2,4	2,2	1,9		2,4	2,2	1,9		2,5	2,3	2,0	
204	Dubbele salto achterover	2,6	2,4	2,1		2,5	2,3	2,0			2,5	2,2	
205	2½ salto achterover	3,3	2,9	2,7			3,0	2,8				3,0	
206	Drievoudige salto achterover		3,0	2,7			2,8	2,5			3,2	2,9	
207	3½ salto achterover		3,6	3,3				3,4					
212	Zweefsalto achterover		1,9	1,8			1,8	1,7			1,7	1,6	
213	1½ zweefsalto achterover		2,4	2,1			2,4	2,1			2,5	2,2	
Contra sprongen		A	B	C	D	A	B	C	D	A	B	C	D
301	Contra zweef	2,0	1,9	1,8		2,0	1,9	1,8		1,8	1,7	1,6	
302	Contra salto	2,0	1,9	1,8		1,9	1,8	1,7		1,8	1,7	1,6	
303	1½ contrasalto	2,6	2,3	2,0		2,6	2,3	2,0		2,7	2,4	2,1	
304	Dubbele contrasalto	2,8	2,5	2,2		2,7	2,4	2,1		2,9	2,6	2,3	
305	2½ contrasalto	3,3	2,9	2,7		3,4	3,0	2,8			3,2	3,0	
306	Drievoudige contrasalto		3,1	2,8			2,9	2,6			3,3	3,0	
307	3½ contrasalto			3,4									
312	Contra zweefsalto		2,0	1,9			1,9	1,8			1,8	1,7	
313	1½ contra zweefsalto		2,5	2,2			2,5	2,2			2,6	2,3	
Binnenwaartse sprongen		A	B	C	D	A	B	C	D	A	B	C	D
401	Zweef binnenwaarts	1,7	1,4	1,3		1,7	1,4	1,3		1,8	1,5	1,4	
402	Salto binnenwaarts	1,9	1,6	1,5		1,8	1,5	1,4		2,0	1,7	1,6	
403	1½ salto binnenwaarts		2,0	1,8			2,1	1,9			2,4	2,2	
404	Dubbele salto binnenwaarts		2,6	2,4			2,6	2,4			3,0	2,8	
405	2½ salto binnenwaarts		2,8	2,5			3,0	2,7			3,4	3,1	
407	3½ salto binnenwaarts		3,5	3,2				3,4					
412	Zweefsalto binnenwaarts		2,0	1,9			1,9	1,8			2,1	2,0	
413	1½ zweefsalto binnenwaarts		2,5	2,3			2,6	2,4			2,9	2,7	

SPRONGENTABEL (FINA) torenspringen groep 5

Sprongen in een grijs vakje zijn reglementair niet toegestaan of bestaan niet.

Platform	10 METER	7,5 METER	5 METER
----------	----------	-----------	---------

Schroefsprongen		A	B	C	D	A	B	C	D	A	B	C	D
5111	Zweef voorover met ½ schroef	2,0	1,9	1,8		2,0	1,9	1,8		1,8	1,7	1,6	
5112	Zweef voorover met hele schroef	2,2	2,1			2,2	2,1			2,0	1,9		
5121	Salto voorover met ½ schroef				1,9				1,8				1,7
5122	Salto voorover met hele schroef				2,1				2,0				1,9
5124	Salto voorover met dubbele schroef				2,5				2,4				2,3
5131	1½ salto voorover met ½ schroef				1,9				1,9				2,0
5132	1½ salto voorover met hele schroef				2,1				2,1				2,2
5134	1½ salto voorover met dubbele schroef				2,5				2,5				2,6
5136	1½ salto voorover met drievoudige schroef				2,9				2,9				3,0
5138	1½ salto voorover met viervoudige schroef				3,3				3,3				3,4
5152	2½ salto voorover met hele schroef		2,9	2,7			3,0	2,8			3,2	3,0	
5154	2½ salto voorover met dubbele schroef		3,3	3,1			3,4	3,2			3,6	3,4	
5172	3½ salto voorover met hele schroef		3,6	3,3			3,7	3,4					
5211	Zweef achterover met ½ schroef	2,0	1,9	1,8		2,0	1,9	1,8		1,8	1,7	1,6	
5212	Zweef achterover met hele schroef	2,2				2,2				2,0			
5221	Salto achterover met ½ schroef				1,9				1,8				1,7
5222	Salto achterover met hele schroef				2,1				2,0				1,9
5223	Salto achterover met 1½ schroef				2,5				2,4				2,3
5225	Salto achterover met 2½ schroef				2,9				2,8				2,7
5231	1½ salto achterover met ½ schroef				2,0				2,0				2,1
5233	1½ salto achterover met 1½ schroef				2,4				2,4				2,5
5235	1½ salto achterover met 2½ schroef				2,8				2,8				2,9
5237	1½ salto achterover met 3½ schroef				3,2				3,2				3,3
5239	1½ salto achterover met 4½ schroef				3,6				3,6				3,7
5251	2½ salto achterover met ½ schroef		2,6	2,4			2,7	2,5			2,9	2,7	
5253	2½ salto achterover met 1½ schroef		3,4	3,2			3,5						
5255	2½ salto achterover met 2½ schroef		3,8	3,6									
5271	3½ salto achterover met ½ schroef		3,2	2,9									
5311	Contra zweef met ½ schroef	2,1	2,0	1,9		2,1	2,0	1,9		1,9	1,8	1,7	
5312	Contra zweef met hele schroef	2,3				2,3				2,1			
5321	Contra salto met ½ schroef				2,0				1,9				1,8
5322	Contra salto met hele schroef				2,2				2,1				2,0
5323	Contra salto met 1½ schroef				2,6				2,5				2,4
5325	Contra salto met 2½ schroef				3,0				2,9				2,8
5331	1½ contrasalto met ½ schroef				2,1				2,1				2,2
5333	1½ contrasalto met 1½ schroefs				2,5				2,5				2,6
5335	1½ contrasalto met 2½ schroefs				2,9				2,9				3,0
5337	1½ contrasalto met 3½ schroefs				3,3				3,3				3,4
5339	1½ contrasalto met 4½ schroefs				3,7				3,7				
5351	2½ contrasalto met ½ schroef		2,6	2,4			2,7	2,5			2,9	2,7	
5353	2½ contrasalto met 1½ schroef		3,4	3,2			3,5	3,3				3,5	
5371	3½ contrasalto met ½ schroef		3,3	3,0									
5411	Zweef binnenwaarts met ½ schroef	1,9	1,6	1,5		1,9	1,6	1,5		2,0	1,7	1,6	
5412	Zweef binnenwaarts met hele schroef	2,1	1,8	1,7		2,1	1,8	1,7		2,2	1,9	1,8	
5421	Salto binnenwaarts met ½ schroef				1,8				1,7				1,9
5422	Salto binnenwaarts met heleschroef				2,0				1,9				2,1
5432	1½ salto binnenwaarts met hele schroef				2,3				2,4				2,7
5434	1½ salto binnenwaarts met dubbele schroef				2,7				2,8				3,1
5436	1½ salto binnenwaarts met drievoudige schroef				3,3								

SPRONGENTABEL (FINA) torenspringen groep 6

Sprongen in een grijs vakje zijn reglementair niet toegestaan of bestaan niet.

Platform		10 METER				7,5 METER				5 METER			
Handstandsprongen		A	B	C	D	A	B	C	D	A	B	C	D
600	Rechtstandige sprong uit voorwaartse handstand	1,6				1,6				1,5			
611	Zweef voorover uit handstand	2,0	1,9	1,7		2,0	1,9	1,7		1,8	1,7	1,5	
612	Salto voorover uit handstand	2,0	1,9	1,7		1,9	1,8	1,6		1,8	1,7	1,5	
614	Dubbele salto voorover uit handstand		2,4	2,1			2,3	2,0			2,5	2,2	
616	Drievoudige salto voorover uit handstand		3,3	3,0									
620	Rechtstandige sprong uit achterwaartse handstand	1,6				1,6				1,5			
621	Zweef achterover uit handstand	1,9	1,8	1,6		1,9	1,8	1,6		1,7	1,6	1,4	
622	Salto achterover uit handstand	2,3	2,2	2,0		2,2	2,1	1,9		2,1	2,0	1,8	
623	1½ salto achterover uit handstand		2,2	1,9			2,2	1,9			2,3	2,0	
624	Dubbele salto achterover uit handstand	3,0	2,8	2,5		2,9	2,7	2,4		3,1	2,9	2,6	
626	Drievoudige salto achterover uit handstand		3,5	3,2			3,3	3,0				3,4	
631	Contrazweef uit handstand	2,0	1,9	1,7		2,0	1,9	1,7		1,8	1,7	1,5	
632	Contrasalto uit handstand		2,3	2,1			2,2	2,0			2,1	1,9	
633	1½ contrasalto uit handstand		2,3	2,0			2,3	2,0			2,4	2,1	
634	Dubbele contrasalto uit handstand		2,9	2,6			2,8	2,5			3,0	2,7	
636	Drievoudige contrasalto uit handstand			3,3				3,1					
6111	Zweef voorover met ½ schroef uit handstand	2,1				2,1				1,9			
6122	Salto voorover met hele schoef uit handstand				2,6				2,3				2,2
6124	Salto voorover met dubbele schroef uit handstand				2,9				2,6				2,5
6142	Dubbele salto voorover met dubbele schroef uit handstand		3,4	3,1			3,1	2,8			3,3	3,0	
6144	Dubbele salto voorover met hele schroef uit handstand		3,7	3,4			3,4	3,1			3,6	3,3	
6162	Drievoudige salto voorover met hele schroef uit handstand			3,8									
6211	Zweef achterover met ½ schroef uit handstand	2,1				2,1				1,9			
6221	Salto achterover met halve schroef uit handstand				1,9				1,8				1,7
6241	Dubbele salto achterover met halve schroef uit handstand		2,7	2,4			2,6	2,3			2,8	2,5	
6243	Dubbele salto achterover met 1½ schroef uit handstand				3,2				3,1				3,3
6245	Dubbele salto achterover met 2½ schroef uit handstand				3,6				3,5				3,7
6261	Drievoudige salto achterover met ½ schroef uit handstand		3,4	3,1			3,2	2,9			3,6	3,3	

BIJLAGE FIIIb

SPRONGENTABEL STANDSPRONGEN EN VALDUIKEN

Plank		1 METER			3 METER		
Voorwaartse sprongen		A	B	C	A	B	C
100	Rechtstandige sprong voorwaarts	1,0	1,2	1,1	1,1	1,3	1,2
010	Valduik voorover	1,0	1,0	1,1	1,2	1,1	1,2
Achterwaartse sprongen		A	B	C	A	B	C

200	Rechtstandige sprong achterwaarts	1,1	1,3	1,2	1,2	1,4	1,3
020	Valduik achterover	1,2	1,3	1,4	1,2	1,3	1,4
Schroefsprongen		A	B	C	A	B	C
5101	rechtstandige sprong voorwaarts met ½ schroef	1,2	1,3		1,3	1,4	
5102	rechtstandige sprong voorwaarts met hele schroef	1,4			1,5		
5201	rechtstandige sprong achterwaarts met ½ schroef	1,4	1,5		1,5	1,6	
5202	rechtstandige sprong achterwaarts met hele schroef	1,8			1,9		

Platform		5 METER		
Voorwaartse sprongen		A	B	C
100	Rechtstandige sprong voorwaarts	1,0	1,2	1,1
010	Valduik voorover	1,2	1,1	1,2
Achterwaartse sprongen		A	B	C
200	Rechtstandige sprong achterwaarts	1,1	1,3	1,2
020	Valduik achterover	1,2	1,3	1,4
Schroefsprongen		A	B	C
5101	rechtstandige sprong voorwaarts met ½ schroef	1,2	1,3	
5102	rechtstandige sprong voorwaarts met hele schroef	1,4		
5201	rechtstandige sprong achterwaarts met ½ schroef	1,4	1,5	
5202	rechtstandige sprong achterwaarts met hele schroef	1,8		
Handstandsprongen		A	B	C
6101	rechtstandige sprong uit vw handstand met ½ schroef	1,6		
6201	rechtstandige sprong uit aw handstand met ½ schroef	1,7		

BIJLAGE FIV

WEDSTRIJDPROGRAMMA'S

Algemeen

Bij elk wedstrijdprogramma is aangegeven:

- Limiet voor som moeilijkheidsfactoren van gelimiteerde sprongen.
- Aantal gelimiteerde sprongen; allen uit verschillende groepen.
- Aantal ongelimiteerde sprongen; zo mogelijk moeten alle groepen worden gebruikt.
- Totaal aantal onderling verschillende sprongen.

Programma 1 : Leeftijdsgroepwedstrijden

1a. Groep S: 19 jaar en ouder

		plankspringen		torenspringen
		1 meter	3 meter	5m-7,5m-10m
Dames				
- som moeilijkheidsfactoren	:	?9,0	?9,5	?7,6
- gelimiteerde sprongen	:	5	5	4
- ongelimiteerde sprongen:		5	5	
- totaal aantal sprongen	:	10	10	9

		plank springen		torenspringen
		1 meter	3 meter	5m-7,5m-10m
Heren				
- som moeilijkheidsfactoren	:	?9,0	?9,5	?7,6
- gelimiteerde sprongen	:	5	5	4
- ongelimiteerde sprongen:		6	6	6
- totaal aantal sprongen	:	11	11	10

1b. Groep A: 16,17 en 18 jaar

		plankspringen		torenspringen
		1 meter	3 meter	5m-7,5m-10m
Meisjes				
- som moeilijkheidsfactoren	:	?9,0	?9,5	?7,6
- gelimiteerde sprongen	:	5	4	
- ongelimiteerde sprongen	:	4	4	
- totaal aantal sprongen	:	9	8	

		plankspringen		torenspringen
		1 meter	3 meter	5m-7,5m-10m
Jongens				
- som moeilijkheidsfactoren	:	?9,0	?9,5	?7,6
- gelimiteerde sprongen	:	5	4	
- ongelimiteerde sprongen	:	5	5	
- totaal aantal sprongen	:	10	9	

Opmerking:

In een wedstrijd torenspringen voor jongens A dient elk van de spronggroepen te worden gebruikt.

1c. Groep B: 14 en 15 jaar

	plankspringen		torenspringen
	1 meter	3 meter	5m-7,5m
Meisjes en jongens			
- som moeilijkheidsfactoren	: 9,0	9,5	7,6
- gelimiteerde sprongen	: 5	5	4
- ongelimiteerde sprongen	: 3	3	3
- totaal aantal sprongen	: 8	8	7

1d. Groep C: 12 en 13 jaar

	plankspringen		torenspringen
	1 meter	3 meter	5m
Meisjes en jongens			
- som moeilijkheidsfactoren	: 5,4	5,4	5,4
- gelimiteerde sprongen	: 3	3	3
- ongelimiteerde sprongen	: 3	3	3
- totaal aantal sprongen	: 6	6	6

Bij nationale C-wedstrijden kan als voorwaarde worden gesteld, dat ALLE sprong groepen gebruikt moeten worden.

Programma 2 : Wedstrijden voor alle leeftijden (all-in)

Algemeen

Alle sprongen moeten uit verschillende groepen worden gekozen. Bij plankspringen heren zal één sprong groep twee maal voorkomen.

2.1 1m-plankspringen voor alle leeftijden

De 12 best geplaatste springers van de kwalificatiewedstrijd komen tegen elkaar uit in een toernooi bestaande uit een halve finale en een finale. De halve finale is verdeeld in twee groepen van elk 6 springers; een A-onderdeel met de oneven springers en een B-onderdeel met de even springers uit de kwalificatie wedstrijd. Van elk van de beide halve finales gaan de 3 best geplaatsten door.

Kwalificatiewedstrijden, halve finales en finales 1 meter plank springen

Dames 1 meter

- som moeilijkheidsfactoren	: n.v.t.
- gelimiteerde sprongen	: n.v.t.
- ongelimiteerde sprongen	: 5
- totaal aantal sprongen	: 5

Heren 1 meter

- som moeilijkheidsfactoren	: n.v.t.
- gelimiteerde sprongen	: n.v.t.
- ongelimiteerde sprongen	: 6
- totaal aantal sprongen	: 6

2.2 3m-plankspringen en torenspringen voor alle leeftijden

De 18 beste springers van de kwalificatiewedstrijd gaan naar de halve finale en de 12 beste springers van de halve finale gaan naar de finale.

Bij nationale kampioenschappen torenspringen mag uitsluitend van het 10m platform gebruik worden gemaakt, tenzij het bondsbestuur dispensatie verleent. Bij andere wedstrijden zijn de 5m en 7½m platforms ook toegestaan.

2.2a Kwalificatiewedstrijden en finales (plank - of torenspringen)

		plankspringen 3 meter	toerspringen (5m-7,5m)-10m
Dames			
- som moeilijkheidsfactoren	:	n.v.t.	n.v.t.
- gelimiteerde sprongen	:	0	0
- ongelimiteerde sprongen	:	5	5
- totaal aantal sprongen	:	5	5

		plankspringen 3 meter	toerspringen (5m-7,5m)-10m
Heren			
- som moeilijkheidsfactoren	:	n.v.t.	n.v.t.
- gelimiteerde sprongen	:	0	0
- ongelimiteerde sprongen	:	6	6
- totaal aantal sprongen	:	6	6

2.2b Halve finales

		plankspringen 3 meter	toerspringen (5m-7,5m)-10m
Dames			
- som moeilijkheidsfactoren	:	?9,5	?7,6
- gelimiteerde sprongen	:	5	4
- ongelimiteerde sprongen	:	0	0
- totaal aantal sprongen	:	5	4

		plankspringen 3 meter	toerspringen 5m-7,5m-10m
Heren			
- som moeilijkheidsfactoren	:	?9,5	?7,6
- gelimiteerde sprongen	:	5	4
- ongelimiteerde sprongen	:	0	0
- totaal aantal sprongen	:	5	4

Programma 3 : Synchroonspringen

Algemeen

Gecombineerde moeilijkheidsfactor = som afzonderlijke moeilijkheidsfactoren gedeeld door twee en op 0,1 naar boven afgerond.

De finale bestaat uit een vooraf door de organisatie bekend te stellen aantal paren.

Wedstrijden synchroonspringen voor paren

Kwalificatie wedstrijd en finale		voorrunde	finale
- sprongen met vaste moeilijkheidsfactor van 2,0	:	2	2
- ongelimiteerde sprongen	:	3	3
- totaal aantal sprongen	:	5	5

Elke wedstrijd bevat tenminste één combinatie van twee sprongen vooruit, één combinatie van twee sprongen achteruit en één combinatie van een sprong vooruit en een sprong achteruit.

Programma 4: Niveauspringen

Het niveauspringen kent niveaus voor plankspringen en toerspringen. Een overzicht van de techniek - en beoordelingscriteria per test is verkrijgbaar bij het bondsbureau van de KNZB.

Programma 5 : Diplomaspringen

Achtereenvolgens staat beschreven :

- het te behalen diploma

- te behalen puntenlimiet
- aantal ongelimiteerde sprongen
- aantal gelimiteerde sprongen
- totaal aantal sprongen
- som van de moeilijkheidsfactoren van de gelimiteerde sprongen

5a. Van een 1m springplank

C1-diploma	:	135 punten	$3 + 3 = 6$?5,4
B1-diploma	:	205 punten	$5 + 3 = 8$?9,0
A1-diploma meisjes	:	260 punten	$5 + 4 = 9$?9,0
		jongens	:	295 punten $5 + 5 = 10$?9,0
S1-diploma dames:		290 punten	$5 + 5 = 10$?9,0
		heren	:	320 punten $5 + 6 = 11$?9,0

5b. Van een 3m springplank

C3-diploma	:	145 punten	$3 + 3 = 6$?5,4
B3-diploma	:	215 punten	$5 + 3 = 8$?9,5
A3-diploma meisjes	:	260 punten	$5 + 4 = 9$?9,5
		jongens	:	295 punten $5 + 5 = 10$?9,5
S3-diploma dames:		290 punten	$5 + 5 = 10$?9,5
		heren	:	320 punten $5 + 6 = 11$?9,5

5c. Van vaste platforms

C5-diploma	5m	:	145 punten	$3 + 3 = 6$?5,4
B7-diploma	5m en 7½m	:	205 punten	$4 + 3 = 7$?7,6
A10-diploma meisjes	5m, 7½m en 10m	:	240 punten	$4 + 4 = 8$?7,6
	jongens	:	280 punten	$4 + 5 = 9$?7,6
S10-diploma dames	5m, 7½m en 10m	:	270 punten	$4 + 4 = 8$?7,6
	heren	:	310 punten	$4 + 6 = 10$?7,6

Programma 6: Wedstrijden voor beginners

Bij de gelimiteerde sprongen is toegestaan:

- 1 rechtstandige sprong in Groep B.
- 1 rechtstandige sprong in Groep C.
- 2 rechtstandige sprongen in Groep D.

Achtereenvolgens staat beschreven :

- de leeftijdsgroep
- aantal ongelimiteerde sprongen
- aantal gelimiteerde sprongen
- totaal aantal sprongen
- som van de moeilijkheidsfactoren van de gelimiteerde sprongen van de 1m en de 3m

6a. Plankspringen

Meisjes en jongens	1 meter	3 meter		
Groep S: 19 jaar en ouder	3 + 3 = 6	?	5,4	?
Groep A: 16,17 en 18 jaar	3 + 3 = 6	?	5,4	?
Groep B: 14 en 15 jaar	3 + 3 = 6	?	5,4	?
Groep C: 12 en 13 jaar	2 + 3 = 5	?	3,6	?
Groep D: 11 jaar en jonger	2 + 2 = 4	?	3,6	?

6b. Torenspringen

Meisjes en jongens	5m platform		
Groep S: 19 jaar en ouder	3 + 3 = 6	?	5,4
Groep A: 16,17 en 18 jaar	3 + 3 = 6	?	5,4
Groep B: 14 en 15 jaar	3 + 3 = 6	?	5,4
Groep C: 12 en 13 jaar	2 + 3 = 5	?	3,6
Groep D: 11 jaar en jonger	2 + 2 = 4	?	3,6

Programma 7 : Wedstrijden voor deelnemers zonder startvergunningen

Meisjes en jongens	plankspringen		torenspringen
	1 meter	3 meter	5 meter
- som moeilijkheidsfactoren :	?	?	?
- gelimiteerde sprongen :	2	2	2
- ongelimiteerde sprongen:	3	3	3
- totaal aantal sprongen :	5	5	5

De gelimiteerde sprongen mogen rechtstandige sprongen en valduiken zijn.

BIJLAGE FV

KWALIFICATIE-EISEN VOOR NATIONALE KAMPIOENSCHAPPEN

Eisen om deel te mogen nemen aan kwalificatiewedstrijden en/of finale onderdelen van de nationale kampioenschappen :

Individuele wedstrijden :		1 meter	3 meter	Toren
Leeftijdsgroep C	in bezit van niveau	:	1	1
Leeftijdsgroep B	in bezit van niveau	:	2	2
Leeftijdsgroep A	in bezit van niveau	:	3	3
Leeftijdsgroep S	in bezit van niveau	:	3	3
All-in	in bezit van niveau	:	4	4

Synchroonspringen :

All-in	in bezit van niveau :	3	3	3
Leeftijdsgroep S, A en B	in bezit van niveau :	2	2	2
Leeftijdsgroep C	in bezit van niveau :	1	1	1

Opmerking 1 : Het vereiste techniekniveau moet zijn gehaald vóór de uiterste inschrijfdatum van het kampioenschap.

Opmerking 2 : Niveautesten voor het plankspringen gelden voor de 1 meter en de 3 meter en niet voor het torenspringen.

Opmerking 3 : Niveautesten voor het torenspringen gelden niet voor de 1 meter en de 3 meter.

BIJLAGE FVI

CRITERIA VOOR KNZB PRESTATIEMEDAILLES

Medailles worden jaarlijks toegekend op basis van de volgende criteria (puntenlimieten):

	Meisjes			Jongens		
	Brons	Zilver	Goud	Brons	Zilver	Goud
Leeftijdsgroep C						
- 1 meter (3+3)	210			210		
- 3 meter (3+3)	210			210		
- toren (3+3)	210			210		
Leeftijdsgroep B						
- 1 meter (5+3)	290	315		290	315	
- 3 meter (5+3)	300	330		300	330	
- toren (4+3)	270	290		270	290	
Leeftijdsgroep A						
- 1 meter (5+4/5)	330	355	380	395	430	460
- 3 meter (5+4/5)	360	390	420	415	450	485
- toren (4+4/5)	320	350	375	380	415	445
Leeftijdsgroep S						
- 1 meter (5+5/6)	375	405	435	440	475	510
- 3 meter (5+5/6)	400	435	470	455	495	535
- toren (4+5/6)	370	390	420	430	465	500
Alle leeftijden						
- 1 meter (0+5/6)	215	235	250	290	315	340
- 3 meter (5+5/6)	405	440	475	475	515	555
- toren (4+5/6)	380	415	445	440	490	525

N.B.: C = 13 jaar en jonger.

B = 14 en 15 jaar.

A = 16, 17 en 18 jaar.

S = 19 jaar en ouder.

BIJLAGE FVII

JURYSAMENSTELLING VOOR SPECIFIEKE WEDSTRIJDEN EN SAMENVATTING VAN BESLISSINGEN VAN SCHEIDSRECHTER EN BEOORDELAARS

1. Jurysamenstelling voor specifieke wedstrijden

1.1 Algemeen

Bij alle wedstrijden in Nederland dienen de juryleden tenminste de bevoegdheid 7 en de leden van het secretariaat de bevoegdheid T te bezitten. Het bondsbestuur kan voor specifieke wedstrijden nadere eisen stellen voor wat betreft de bevoegdheden die de jury moet hebben.

1.2 Jurysamenstelling voor nationale kampioenschappen, internationale wedstrijden en daaraan door het bondsbestuur gelijk te stellen wedstrijden

De scheidsrechter voor deze evenementen dient in bezit te zijn van de bevoegdheid 5 en de beoordelaars dienen tenminste de bevoegdheid 6 te hebben. Indien de scheidsrechter ook als beoordelaar optreedt moet er gebruik worden gemaakt van een aparte omroeper. Het bondsbestuur mag toestemming geven om een beoordelaar met bevoegdheid 7 in te schakelen ten behoeve van het opdoen van ervaring en voor het krijgen van een beoordeling.

1.3 Jurysamenstelling voor kringkampioenschappen

De scheidsrechter bij kringkampioenschappen heeft bij voorkeur de bevoegdheid 5 maar tenminste de bevoegdheid 6. De beoordelaars hebben bij voorkeur de bevoegdheid 6.

1.4 Jurysamenstelling voor synchroonspringen

De scheidsrechter bij kringkampioenschappen heeft bij voorkeur de bevoegdheid 5 maar tenminste de bevoegdheid 6. De beoordelaars voor synchrooniteit hebben bij voorkeur de bevoegdheid 6.

1.5 Jurysamenstelling voor niveau-testen

De jury bij een niveau-test bestaat uit 3 personen elk afkomstig uit een andere vereniging. De juryleden zijn tenminste in het bezit van de bevoegdheid 6. De jury wordt bijgestaan door één secretaris met de bevoegdheid T. Om beoordelaars met de bevoegdheid 7 in staat te stellen beoordeeld te worden mag één van de beoordelaars vervangen worden door een beoordelaar met bevoegdheid 7 voor het verkrijgen van een beoordeling.

1.6 Jurysamenstelling voor diploma springen

De jury voor diploma springen zal tenminste uit 3 personen bestaan waarbij de scheidsrechter tenminste de bevoegdheid 6 heeft.

2. Beslissingen van de scheidsrechter

Opgenomen is een samenvatting van de beslissingen welke door de scheidsrechter worden genomen. De omschrijvingen zijn bedoeld als hulpmiddel en komen niet in de plaats van de artikelen opgenomen in het reglement.

2.1 Beslissing een sprong opnieuw te laten uitvoeren

- 15.14 Als een sprong verkeerd is aangekondigd mag de scheidsrechter overnieuw laten springen.
- 15.17 Als de sprong vóór het signaal is uitgevoerd besluit de scheidsrechter deze opnieuw moet.
- 15.18 Op verzoek indien naar de mening van de scheidsrechter buitengewone omstandigheden de uitvoering heeft beïnvloed.

2.2 Beslissing sprong 'geheel mislukt' te verklaren - 0 punten

- 15.15 Indien na een waarschuwing de springer na één minuut nog niet zijn sprong heeft gemaakt.
- 15.22 Indien de scheidsrechter overtuigd is dat de springer een andere sprong heeft gemaakt dan aangekondigd.
- 15.24 Als de scheidsrechter meent dat bij de uitvoering van de sprong hulp werd verleend aan de springer.
- 15.25 Wanneer een rotatie om lengte- en/ of breedte-as 90 graden of meer van de aangekondigde sprong afwijkt.

- 16.2.6 Als een springer een sprong weigert uit te voeren.
- 16.3.7 Wanneer alle cijfers voor synchroniteit 0 zijn vervallen de cijfers voor de uitvoering.
- 16.3.8 Wanneer alle cijfers voor de uitvoering 0 zijn vervallen de punten voor synchroniteit.
- 16.3.9 Als bij synchroonspringen de eerste springer al het water raakt voor de ander los komt van de plank.
- 17.4.3 Wanneer (behalve bij sprongen van een platform) de opsprong met twee voeten of de afzet met één voet wordt uitgevoerd.
- 17.6.4 De tweede poging voor het maken van een handstand mislukt omdat de springer zijn balans verliest of voor de tweede maal een hand verzet.
- 17.7.2 Het opnieuw beginnen van een sprong uit stand, nadat de armzwaai is ingezet of het opnieuw beginnen met een aanloop en deze tweede poging opnieuw mislukt.
- 17.9.2 Indien een gehoekte zweefsprong niet begint met een hoek.

2.3 Beslissing elk cijfer van de beoordelaars met twee punten te verminderen

- 17.4.4 Als een aanloop voor het einde van de plank onderbroken wordt en daarna doorgaat.
- 17.6.2 Als bij handstand de springer met één of beide voeten of enig ander lichaamsdeel anders dan zijn handen terugkomt op het platform.
- 17.6.3 Als de springer het evenwicht verliest en daardoor een hand verplaatst.
- 17.7.2 Het opnieuw beginnen van een sprong uit stand, nadat de armzwaai is ingezet, stopt met het bewegen van de plank nadat de “fore-movement” is begonnen of het opnieuw beginnen met een aanloop.

2.4 Beslissing dat het cijfer maximaal 2 mag zijn

- 15.21 Als de sprong in een andere lichaamshouding werd uitgevoerd dan aangekondigd.
- 16.3.11 Bij synchroonspringen de twee cijfers voor uitvoering van de betreffende springer als zijn sprong duidelijk in een andere houding wordt uitgevoerd.

2.5 Beslissing dat het cijfer maximaal 4½ mag zijn

- 15.23 Als één of beide armen boven het hoofd wordt gehouden bij voetlandingen of onder het hoofd bij een landing met het hoofd naar beneden.
- 17.3.4 Wanneer een springer bij sprongen uit stand vóór de afzet contact verliest met springplank of platform.

3. Beslissingen van beoordelaars

Opgenomen is een samenvatting van de beslissingen welke door de beoordelaars worden genomen. De omschrijvingen zijn bedoeld als hulpmiddel en komen niet in de plaats van de artikelen opgenomen in het reglement.

3.1 Beslissing 0 punten toe te kennen

- 16.2.7 Als de beoordelaar vindt dat een andere sprong werd uitgevoerd dan was aangekondigd.
- 16.3.10 Bij synchroonspringen geldt hetzelfde voor de beoordelaar voor uitvoering van één van beide springers.

3.2 Beslissing maximaal 2 punten toe te kennen

- 16.2.8 Als een sprong duidelijk in een andere houding is uitgevoerd.
- 16.3.11 Bij synchroonspringen geldt hetzelfde voor de beoordelaar voor uitvoering van één van beide springers.

3.3 Beslissing maximaal 4½ punt toe te kennen

- 16.2.9 Wanneer een sprong gedeeltelijk in een andere houding is uitgevoerd.

- 16.3.12 Bij synchroonspringen geldt hetzelfde voor de beoordelaar voor uitvoering van één van beide springers.
- 17.8.2 Als bij zweefsalto's de gestrekte houding minder dan een kwart salto (90?) wordt getoond.

3.4 Beslissing ½ tot 2 punten in mindering te brengen

- 17.7.4 Als geen evenwichtige handstand in de gestrekte lichaamshouding wordt getoond.
- 17.7.5 Wanneer bij synchroonspringen de aanloop, afzet of hoogte van de beide sprongen niet synchroon worden uitgevoerd.
- 17.7.5 Wanneer bij synchroonspringen de bewegingen tijdens de vlucht niet synchroon verlopen, de landingshoeken niet gelijk zijn of de afstand tot de plank c.q. het platform niet gelijk is.
- 17.7.5 Wanneer bij synchroonspringen de landingen niet gelijktijdig verlopen.
- 17.10.4 Indien één arm of beide armen bij het induiken niet in de voorgeschreven houding zijn, tenzij de scheidsrechter bepaalt dat het cijfer maximaal 4½ is voor deze sprong.
- 17.3.5 Wanneer de voeten van een springer bij een afzet uit stand slechts weinig los komen van de springplank of het platform voordat de eigenlijke afzet plaatsvindt.
- 17.8.5 Als de hoek- of de hurkhouding niet geheel voldoen aan de eisen van het reglement.

3.5 Beslissing naar eigen inzicht punten in mindering te brengen

- 17.5.2 Indien de juiste aanvangshouding niet wordt aangenomen.
- 17.5.4 Indien de afzet niet gedurfd, redelijk hoog, zelfverzekerd en vanaf het einde van de plank of het platform is.
- 17.7.3 Als een springer de springplank of het platform raakt of naast de springplank of het platform springt.
- 17.9.1 Als een schroefbeweging duidelijk zichtbaar van de springplank of het platform wordt meegenomen.
- 17.10.1 Indien de landing te kort heeft of doorslaat. **BIJLAGE FVIII**

PROCEDURES VOOR BENOEMEN, BEVORDEREN EN AFVOEREN VAN SCHOONSPRINGOFFICIALS

1. Bevoegdheden bij het schoonspringen

- 1.1 Internationale bevoegdheden (FINA en LEN) :
- Diving judge A Beoordelaar/scheidsrechter op topniveau (Olympische spelen, enz.);
 - Diving judge B Beoordelaar/scheidsrechter op secundair topniveau;
 - Diving judge G Aanvangsniveau.
- 1.2 Nationale bevoegdheden :
- Bevoegdheid 5 Scheidsrechter schoonspringen;
 - Bevoegdheid 6 Nationaal beoordelaar schoonspringen;
 - Bevoegdheid 7 Beoordelaar schoonspringen;
 - Bevoegdheid T Jurysecretaris schoonspringen.
- 1.3 Een jurylid kan niet gelijktijdig de bevoegdheid 6 én 7 hebben.
- 1.4 Een jurylid kan alleen de bevoegdheid 5 hebben als het jurylid tevens de bevoegdheid 6 heeft.

2. Registratie optreden officials

- 2.1 Het beleid inzake schoonspringofficials steunt in hoge mate op de informatie vanuit de kringbesturen casu quo kring schoonspring commissies aan het bondsbestuur. De informatie betreft het aantal keren, dat een official per jaar in de kring en eventueel daarbuiten optreedt en hoe deze daarbij presteert. Dit houdt in dat elke kring deze gegevens zelf bijhoudt en aan de hand daarvan advies uitbrengt aan de KNZB, waar een landelijke registratie wordt bijgehouden om het te voeren promotie- casu quo afvoerbeleid betreffende schoonspringofficials te onderbouwen.
- 2.2 Het beoordelen van officials met bevoegdheid 6 of 7 voor registratie in de kring kan gebeuren door elke official met bevoegdheid 5. Dit kan ook de scheidsrechter zijn die de wedstrijd leidt.

- 2.3 Ten aanzien van officials met bevoegdheid 5 (scheidsrechters) kan in principe worden volstaan met de registratie van het aantal keren dat deze official optreedt. Alleen wanneer een wanprestatie geleverd wordt kan een schriftelijke klacht worden ingediend, welke door de meerderheid van de bij de desbetreffende wedstrijd functionerende juryleden moet zijn ondertekend.
- 2.4 Bij het beoordelen van een jurylid zal in de waardering worden meegenomen of het jurylid in het beoordelen van springers rekening houdt met onder andere :
- tekort komen bij 'rip'-landing;
 - licht gebogen knieën in de hoekhouding van een overigens goede sprong;
 - split van de benen tijdens schroefsprongen;
 - goede afzet en vlucht, maar iets te kort of te veel;
 - iets te weinig of te veel schroefbeweging;
 - geen evenwichtige handstand.
- 2.5 Beoordelingscijfers voor officials
- | | | |
|-------------|---|-----|
| Heel goed | = | 4 |
| Goed | = | 3,5 |
| Voldoende | = | 3 |
| Redelijk | = | 2,5 |
| Matig | = | 2 |
| Onvoldoende | = | 1,5 |

3. Verkrijgen van de bevoegdheid 7 en T

- 3.1 Een kandidaat 7 kan deze bevoegdheid verkrijgen door na het volgen van de beoordelaarscursus 7 een theorie- en praktijkexamen af te leggen welke beiden met 2,5 of hoger worden gewaardeerd. Voor het praktijk examen wordt gebruik gemaakt van het beoordelingsformulier voor beoordelaars schoonspringen met toelichting zoals dit is vastgesteld door het bondsbestuur. De cursus 7 wordt gegeven door een official met de bevoegdheid 5 die bij voorkeur B-trainer en tenminste A-trainer is.
- 3.2 Een kandidaat T kan deze bevoegdheid verkrijgen door met goed gevolg het theorie-examen af te leggen na het volgen van de cursus T. Een cursus T wordt gegeven door een official met tenminste de bevoegdheden 6 én T.

4. Bevordering van beoordelaars met bevoegdheid 7 naar bevoegdheid 6

4.1 Toelatingseisen

Om voor bevordering tot de bevoegdheid 6 in aanmerking te komen moet de kandidaat aan de volgende voorwaarden voldoen:

- minstens drie jaar in het bezit zijn van de bevoegdheid 7;
- bij tenminste 10 schoonspringwedstrijden (verschillende soorten) hebben gejureerd;
- minstens 2 applicaties hebben bijgewoond (vooropgesteld, dat in de voorafgaande periode applicaties zijn gehouden);
- zich abonneren op het bondsblad van de KNZB.

4.2 Bevorderingsprocedure

Wanneer een kringbestuur casu quo de kring schoonspring commissie een bepaalde official met bevoegdheid 7 gereed acht voor bevordering naar bevoegdheid 6 kan op eigen initiatief van de kring een examiner (elke official met bevoegdheid 5) uitgenodigd worden om deze official te beoordelen. Voor een bevordering zijn drie beoordelingen nodig, waarvan twee tijdens een reguliere wedstrijd en één in de functie van beoordelaar voor niveauspringen. Beoordelingen dienen bij voorkeur door drie, maar minstens twee, verschillende examinatoren te worden opgemaakt. Voor observaties geldt dat 3 beurten in 1 wedstrijd ook in aanmerking komen voor 3 observatiebeurten. Wanneer de examinatoren tot een eensluidend gunstig eindoordeel zijn gekomen en de kring de vereiste beoordelingen op het officiële door de KNZB te verstrekken formulier in haar bezit heeft, kan de kring de desbetreffende official bij het betreffende kringbestuur voor bevordering voordragen. Indien het cijfer van één van de drie beoordelingen echter lager is dan 2½ is of het gemiddelde minder dan 3,0 (het cijfer wordt niet afgerond), zal het eindoordeel ongunstig zijn. De beoor-

deelde is gerechtigd inzage te krijgen in de beoordelingsrapporten. Een afschrift van de bevordering wordt ter informatie verzonden aan het bondsbestuur.

4.3 Wijze van examineren

De examinerator maakt gebruik van het beoordelingsformulier voor officials met toelichting zoals dit is vastgesteld door het bondsbestuur.

5. Procedure voor toekenning van bevoegdheid 5

5.1 Toelatingseisen

Voor toekenning van de bevoegdheid 5 moet de adspirant-scheidsrechter aan de volgende voorwaarden voldoen:

- minstens drie jaar in het bezit zijn van de bevoegdheid 6;
- in deze periode bij tenminste 10 schoonspringwedstrijden (verschillende soorten) hebben geju-reerd;
- minstens 1 applicatie per jaar hebben bijgewoond (vooropgesteld, dat er voldoende applicaties zijn gehouden);
- geabonneerd zijn op het bondsblad van de KNZB.

5.2 Toekenningsprocedure

Wanneer een kringbestuur casu quo kringschoonspringcommissie een bepaalde official met bevoegdheid 6 gereed acht voor toekenning van bevoegdheid 5 kunnen op eigen initiatief van de kring twee examinatoren worden uitgenodigd om deze official te beoordelen. Bij de KNZB is een lijst beschikbaar van door het bondsbestuur benoemde personen, die bevoegd worden geacht om te examineren. Voor toekenning van de bevoegdheid zijn drie beoordelingen nodig. Wanneer de examinatoren tot een eensluidend gunstig eindoordeel zijn gekomen en de kring de vereiste beoordelingen op het officiële door de KNZB te verstrekken formulier in haar bezit heeft, kan de kring de adspirant-scheidsrechter bij het betreffende kringbestuur voordragen voor toekenning van de bevoegdheid 5. Indien het cijfer van één van de drie beoordelingen echter lager dan 2½ is of het gemiddelde minder dan 3,0 (het cijfer wordt niet afgerond), zal het eindoordeel ongunstig zijn. De beoordeelde is gerechtigd inzage te krijgen in de beoordelingsrapporten. Een afschrift van de toekenning wordt ter informatie verzonden aan het bondsbestuur.

5.3 Wijze van examineren

De examinerator maakt gebruik van het beoordelingsformulier voor scheidsrechters met toelichting zoals dit is vastgesteld door het bondsbestuur.

6. Afvoerbepalingen

6.1 Indien een official zich meerdere malen misdraagt kan het bondsbestuur de official afvoeren. De official zal hiervan schriftelijk op de hoogte worden gesteld. Het bondsbestuur zal deze sanctie niet toepassen dan nadat eerst een schriftelijke waarschuwing is gegeven.

6.2 Wanneer een schoonspringofficial gedurende drie jaar niet meer als zodanig actief is verliest deze official de bevoegdheid 5 en 6, maar behoudt de bevoegdheid 7.

7. Overige bepalingen

7.1 Een official die in aanmerking wenst te komen voor bevordering naar de bevoegdheid 6 of toekenning van bevoegdheid 5 mag een hiertoe strekkend verzoek indienen bij de schoonspring commissie van de betreffende kring. Indien de betreffende kring geen aparte schoonspring commissie heeft kan dit verzoek ook worden ingediend bij het bondsbestuur. Deze zal dan een kring aanwijzen om voor de uitvoering van de beoordelingen zorg te dragen. Nadat de resultaten van de beoordelingen beschikbaar zijn geworden zal het bondsbestuur zorg dragen voor de voordracht bij het betreffende kringbestuur. **BIJLAGE FIX**

SPECIFICATIE VOOR SCHOONSPRINGACCOMMODATIES

De schoonspringaccommodatie moet in overeenstemming zijn met de volgende voorschriften:

1. Springplanken

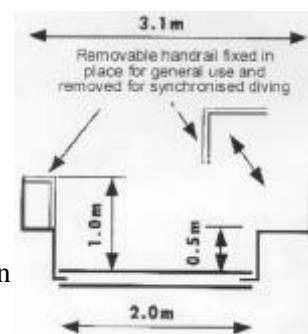
- 1.1 Springplanken dienen minstens 4.8 meter lang en 0.5 meter breed te zijn. Bij alle FINA evenementen wordt het type springplank bepaald door FINA.
- 1.2 De springplanken moeten zijn voorzien van een afdoend stroeve bovenlaag.
- 1.3 De springplanken moeten zijn voorzien van een steunrol die door de springer gemakkelijk is te verstellen.
- 1.4 De verticale afstand tussen het platform, waarop de rolverstelling zich bevindt, en het hoogste punt van de springplank dient 0.365 meter te bedragen. De afstand vanaf de voorkant van de rolverstelling (die 0.676 meter lang is) tot aan de voorkant van het platform waarop zich de rolverstelling bevindt, mag maximaal 0.68 meter zijn. Als de voorkant van het platform voorbij deze lengte komt, dient het platform hellend naar beneden te lopen met een hellingshoek van 1 verticale eenheid ten opzichte van 3 horizontale eenheden.
- 1.5 De minimum aanbevolen afstand van de achterzijde van de springplank tot de middellijn van de rol in de achterste stand moet overeenkomen met de fabrieksvoorschriften van de springplank.
- 1.6 De springplanken dienen volkomen waterpas te liggen aan de tip van de plank bij elke positie van de rolverstelling.
- 1.7 De springplanken moeten geplaatst worden aan één of beide zijden van het platform. Voor synchroonspringen is het beter dat tenminste twee springplanken op dezelfde hoogte naast elkaar geplaatst worden, opdat geen enkel object het zicht voor de springers tijdens de sprong kan belemmeren.

2. Springtorens

- 2.1 Elk platform dient onbuigzaam te zijn en een waterpas horizontale bovenzijde te hebben.
- 2.2 De minimum afmetingen van de platforms zijn:

Hoogte platform	Breedte	Lengte
0.6m tot 1.0m	0,6m	5,0m
2.6m tot 3.0m	0,6m	5,0m
(voorkeur 1,5m)		
5.0m	1,5m	6,0m
7.5m	1,5m	6,0m
10m	3,0m	6,0m

Op 10m platforms, met een breedte van minder dan 3 meter mogen alleen de leuning aan elke zijde met een afstand van ten minste 3,0 meter gerekend vanaf de voorzijde van het platform zijn geconstrueerd zoals hierna geïllustreerd. Het wordt aanbevolen dat een gemakkelijk verwijderbaar gedeelte van de leuning wordt gebruikt voor algemeen gebruik, dat verwijderd kan worden voor synchroonspringen (zie diagram).



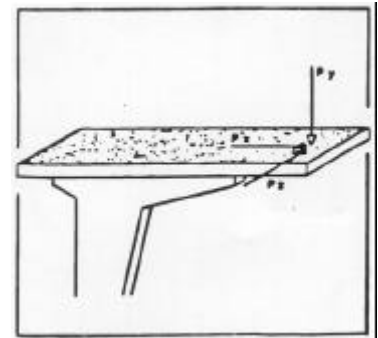
- 2.3 De voorkant van het platform zal 0.2 meter en maximaal 0.3 meter zijn en kan verticaal zijn of schuin onder een hoek van hoogstens 10° ten opzichte van de loodlijn teruglopend naar de voet van toren.
- 2.4 Het oppervlak en de voorzijde van het platform moeten overal bedekt zijn met een veerkrachtige stroeve bovenlaag. De twee oppervlakken dienen apart bedekt te worden om zo een zuivere hoek van 90° te verkrijgen zoals beschreven in FR 5.2.3.
- 2.5 De voorzijde van 10.0 meter en 7.5 meter platforms moet tenminste 1.5 meter uitsteken over de rand van de bassinwand. Voor 2.6 meter, 3.0 meter en 5.0 meter platforms is een afstand van de rand van 1.25 meter aanvaardbaar en voor 0.6 tot 1.0 meter platforms is 0.75 meter een aanvaardbare afstand.
- 2.6 Als een platform zich direct onder een ander platform bevindt, dient het hogere platform tenminste 0.75 meter (bij voorkeur is de afstand 1.25 meter) uit te steken over de rand van het platform eronder.
- 2.7 De achterzijde en zijkanten van elk platform (behalve een 1.0 meter platform) moeten zijn voorzien van leuning met een minimum afstand van 1.8 meter tussen de linker- en rechter leuning. De minimum hoogte is 1.0 meter en ze dienen voorzien te zijn van tenminste twee dwarsstangen geplaatst buiten het platform die beginnen op 0.8 meter van de voorzijde van het platform.
- 2.8 Elk platform moet via een geschikte trap (geen ladder) toegankelijk zijn.
- 2.9 Een platform dient bij voorkeur niet direct onder een ander platform te worden aangebracht.
- 2.10 Eisen aan de ondersteunende bouw van het platform. Voor platforms en springstellages dient de ontwerp belasting (p) 350 kilo ponden (kilogrammen kracht) per strekkende meter te bedragen.

In aanvulling op de statische eisen en voor het comfort en de veiligheid van de gebruiker met betrekking tot de beweging van de torens, dient te worden voldaan aan de volgende limieten voor wat betreft de platforms en springsstellages:

Grondfrequentie van de platforms: 10.0 Hz
 Grondfrequentie van de toren: 3.5 Hz
 Oscillatie van de gehele structuur: 3.5 Hz

De ruimtelijke vervorming van de rand van het platform als resultaat van $P_x = P_y - P_z = 100$ kilo (kilogrammen kracht) mag maximaal 1mm bedragen (zie tekening).

Aan deze eisen kan het best worden voldaan door toepassing van een structuur van gewapend beton. Het bewijs van de dynamische eigenschappen dient te worden aangetoond met behulp van de statische calculatie voor de gehele structuur.



3 Algemene Eisen

- 3.1 Voor baden die ontworpen en gebouwd zijn na maart 1991 zijn de minimum afmetingen in meters voor schoonspringaccommodaties als aangegeven in de "FINA Dimensies voor Springfaciliteiten"-tabel en in het "Springfaciliteiten Diagram" bepalend, waarbij voor verwijzing als een standaardmeetpunt de loodlijn wordt gebruikt. Dit is een verticale lijn die door het midden van de voorzijde van de springplank of het platform loopt. Voor projecten met een belangrijke status worden bij voorkeur de aanbevolen afmetingen gebruikt.
- 3.2 De afmetingen C van loodlijn tot aangrenzende loodlijn in de "FINA Afmetingen voor springfaciliteiten" tabel gelden voor platforms met breedtes zoals beschreven in FR 5.2.2. Als de breedtes van de platforms vergroot worden, dienen de afmetingen C vergroot te worden met de helft van de toename van de breedte van de platforms.
- 3.3 De hoogte van de springplanken en elk platform boven het wateroppervlak mag variëren met 0.05 meter omhoog en 0.00 meter omlaag van de voorgeschreven hoogtes..
- 3.4 De rand van een 5 meter platform mag niet verder uitsteken dan de randen van de 3 meter springplanken.

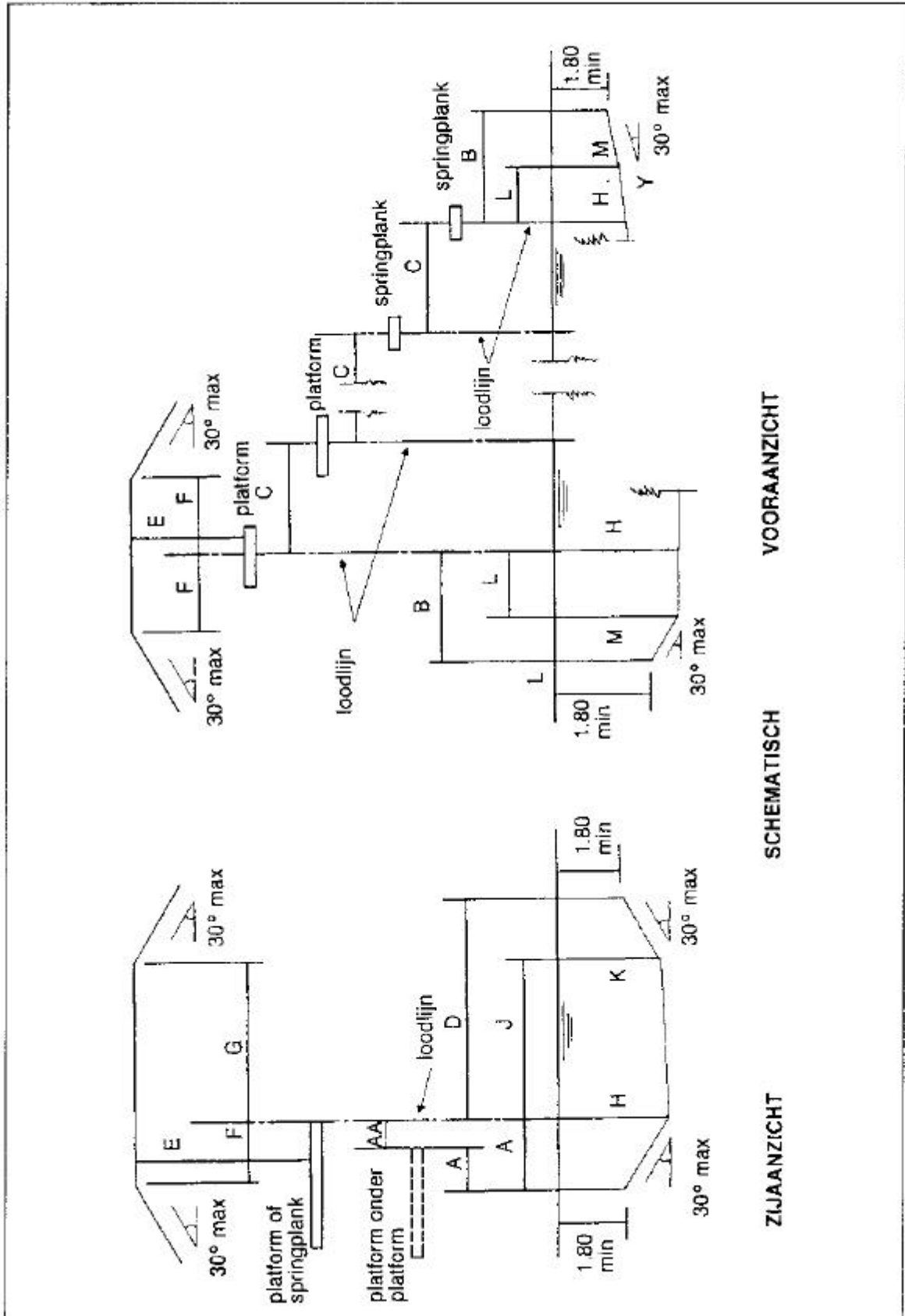
- 3.5 In het gebied van de grootste waterdiepte, mag de bodem van het bad tot 2% stijgen. In het springbassin mag de diepte van het water nergens minder dan 1.8 meter zijn.
- 3.6 In buitenbaden wordt aanbevolen de springplanken en platforms met het zicht op het noorden te plaatsen op het Noordelijk Halfronde en met het zicht op het zuiden op het Zuidelijk Halfronde.
- 3.7 De minimale verlichting op een niveau van 1 meter boven het wateroppervlak mag niet minder zijn dan 600 lux.
- 3.8 Natuurlijke en kunstmatige lichtbronnen moeten zo bediend kunnen worden dat schittering in het wateroppervlak wordt tegengegaan.
- 3.9 De watertemperatuur mag niet lager zijn dan 26° Celsius.
- 3.10 Mechanische beroering van het wateroppervlak onder de springfaciliteiten moet mogelijk zijn, opdat de springers het wateroppervlak goed kunnen waarnemen. In baden die voorzien zijn van een onderwater bubbelmachine, dient de machine alleen gebruikt te worden voor dit doel als het voldoende waterberoering creëert als er gewerkt wordt met een zeer lage druk; indien dit niet het geval is dient een horizontaal watersproeisysteem te worden gebruikt.
- 3.11 De stoelen voor de jury bevinden zich op een hoogte van 1.5 meter tot 2.0 meter boven het wateroppervlak voor 3 meter en torenspringen, afhankelijk van de omstandigheden. Voor 1 meter springen mogen gewone stoelen worden gebruikt.

BIJLAGE FX
MAATSCHETS EN TABEL VOOR SCHOONSPRINGACCOMMODATIES

	FINA-maten voor springinstallaties (geldend vanaf 3 maart 1991)	springplank			platform							
		1 meter	3 meter	3 meter	1 meter	3 meter	5 meter	7,5 meter	10 meter			
		4.80	4.80		5.00	5.00	6.00	6.00	6.00			
	lengte											
	breedte	0.50	0.50		0.60	0.60 min 1.50	1.50	1.50	3.00			
	hoogte	1.00	3.00		0.60 - 1.00	aanbevolen 2.60 - 3.00	5.00	7.50	10.00			
	tekening	horiz.	vert.	horiz.	vert.	horiz.	vert.	horiz.	vert.	horiz.	vert.	
A.	Afstand bassinwand tot loodlijn	A-1	A-3	A-3	A-1 pl	A-3 pl	A-5	A-7.5	A-10			
	minimum	1.50	1.50	1.50	0.75	1.25	1.25	1.50	1.50			
	aanbevolen	1.80	1.80	1.80	0.75	1.25	1.25	1.50	1.50			
	tekening						A/A5/1	A/A7.5/3.1	A/A10/5.3.1			
AVA	Vanaf loodlijn terug tot de loodlijn v.h. platform eronder						0.75	0.75	0.75			
	aanbevolen						1.25	1.25	1.25			
	tekening	B-1	B-3	B-3	B-1 pl	B-3 pl	B-5	B-7.5	B-10			
B	Vanaf loodlijn naar bassinrand aan zijkant	2.50	3.50	3.50	2.30	2.80	3.25	4.25	5.25			
	aanbevolen	2.50	3.50	3.50	2.30	2.90	3.75	4.50	5.25			
	tekening	C1-1	C-3-3.3.1	C-3-3pl.1 pl	C1-1 pl	C3-3pl.1 pl	C5-3.5.1	C7.5-5.3.1	C10-7.5.5.3.1			
C	Vanaf loodlijn tot naastliggende loodlijn	2.00	2.20	2.20	1.65	2.00	2.25	2.50	2.75			
	aanbevolen	2.40	2.60	2.60	1.95	2.10	2.50	2.50	2.75			
	tekening	D-1	D-3	D-3	D-1 pl	D-3 pl	D-5	D-7.5	D-10			
D	Vanaf loodlijn naar bassinwand overzijde	9.00	10.25	10.25	8.00	9.50	10.25	11.00	13.50			
	aanbevolen	9.00	10.25	10.25	8.00	9.50	10.25	11.00	13.50			
	tekening	E-1	E-3	E-3	E-1 pl	E-3 pl	E-5	E-7.5	E-10			
E	Langs loodlijn van plank tot plafond	5.00	5.00	5.00	3.25	3.25	3.25	3.25	4.00			
	aanbevolen	5.00	5.00	5.00	3.50	3.50	3.50	3.50	5.00			
	tekening	F-1	F-3	F-3	F-1 pl	F-3 pl	F-5	F-7.5	F-10			
F	Vrije bovenruimte achter en aan weerszijden van de vrije bovenruimte vóór de loodlijn	2.50	5.00	5.00	2.75	2.75	2.75	2.75	2.75			
	aanbevolen	2.50	5.00	5.00	2.75	2.75	2.75	2.75	2.75			
	tekening	G-1	G-3	G-3	G-1 pl	G-3 pl	G-5	G-7.5	G-10			
G	Waterniveau langs de loodlijn	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00			
	aanbevolen	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00			
	tekening	H-1	H-3	H-3	H-1 pl	H-3 pl	H-5	H-7.5	H-10			
H	Afstand en diepte voor de loodlijn naar voren	3.40	3.70	3.70	3.20	3.50	3.70	4.10	4.50			
	aanbevolen	3.50	3.80	3.80	3.30	3.60	3.80	4.50	5.00			
	tekening	J-1	J-3	K-3	J-1 pl	J-3 pl	J-5	J-7.5	J-10			
J-K	Afstand en diepte voor de loodlijn naar voren	5.00	6.00	6.00	4.50	5.50	6.00	6.00	6.00			
	aanbevolen	5.00	6.00	6.00	4.50	5.50	6.00	6.00	6.00			
	tekening	L-1	L-3	M-3	L-1 pl	L-3 pl	L-5	L-7.5	M-7.5			
L-M	Afstand en diepte aan weerszijden van de loodlijn	1.50	3.30	3.60	1.40	3.10	3.40	3.60	4.00			
	aanbevolen	2.00	3.40	3.70	1.90	3.20	3.50	3.70	4.40			
	tekening											
N	Max. heilingshoek naar de hoge bodem (diep-ondiep)		30 graden	30 graden								

toegevoegde breedte(n).

Noot: min. afmetingen "C" (tussen twee naastliggende loodlijnen) gelden voor platform met min. breedte. Voor bredere platformen moet "C" toenemen met de helft van de



VOORAANZICHT

SCHEMATISCH

ZIJAANZICHT