



OFFICIEEL REGLEMENT NRSO SINGLE KNOCK-OUT

Inhoud

OFFICIEEL REGLEMENT NRSO SINGLE KNOCK-OUT.....	1
Deel 1 - Definities.....	2
Deel 2 - Wedstrijd	2
Onderdeel A – Wedstrijd datum.....	2
Onderdeel B – Maximaal en minimaal aantal deelnemers.....	2
Onderdeel C – Gedragscode.....	2
Deel 3 - Inschrijven	2
Onderdeel A – Inschrijfdatum	2
Onderdeel B – Inschrijfkosten	2
Onderdeel C – Manier van inschrijven	3
Onderdeel D – Categorieën	3
Deel 4 – Wedstrijdverloop en uitslagen	3
Onderdeel A – Knock-out principe.....	3
Onderdeel B – Ex aequo	4
Onderdeel C – Klachten jurering.....	4
Onderdeel D – Wedstrijdvloer	4
Onderdeel E – Materiaal	4
Onderdeel F – Prijzen.....	4
Deel 5 - Evenementen.....	5
Speed achteruit:	5
Arm wrap:	5
Side swing criss cross:	6
Hoepel springen:	6

Deel 1 - Definities

- A. NRSO: Nederlandse Rope Skipping Organisatie.
- B. Organisatie: Alle bestuursleden en wedstrijdorganisatie van de Nederlandse Rope Skipping Organisatie.
- C. Wedstrijd: Het evenement NRSO Single Knock-out.
- D. Deelnemer: Een ropeskipper die mee doet aan de wedstrijd.
- E. Publiek: Iedereen die aanwezig is in de zaal en niet in de organisatie zit of deelnemer is.

Deel 2 - Wedstrijd

Onderdeel A – Wedstrijd datum

Zaterdag 12 november 2016. De wedstrijd start om 13:00 en zal eindigen rond 16:00.

Onderdeel B – Maximaal en minimaal aantal deelnemers

Het maximaal aantal deelnemers dat mee mag doen is 64. Het minimaal aantal deelnemers dat mee moet doen is 6. Wanneer het maximaal aantal deelnemers is overschreden, wordt er een maximum van 16 deelnemers per vereniging gesteld.

Onderdeel C – Gedragscode

- A. Alle deelnemers dragen sportschoenen.
- B. Alle deelnemers hebben respect voor andere deelnemers, publiek en organisatie.
- C. Alle deelnemers zijn sportief.
- D. Alle deelnemers zijn een half uur van tevoren aanwezig.
- E. Alle deelnemers dienen tot en met de prijsuitreiking aanwezig te zijn bij de wedstrijd.

Deel 3 - Inschrijven

Onderdeel A – Inschrijfdatum

De inschrijvingen starten op 7 oktober 2016. De deelnemers kunnen zich inschrijven tot en met uiterlijk 1 november 2016. Elke deelnemer dient zich in te schrijven.

Onderdeel B – Inschrijfkosten

De inschrijfkosten bedragen € 5,00 per deelnemer. Het volledige bedrag dient voor aanvang van de wedstrijd voldaan te worden.

Onderdeel C – Manier van inschrijven

Een vereniging kan zich inschrijven door het inschrijfformulier in te vullen en in te leveren bij de organisatie. Dit formulier wordt digitaal, via de e-mail verstuurd naar de contactpersoon van de vereniging.

Onderdeel D – Categorieën

De deelnemers kunnen zich in de volgende leeftijdscategorieën inschrijven:

- A. Mini's (Geboortejaren: 2011 – 2010)
- B. Instap (Geboortejaren: 2009 – 2008)
- C. Pupil (Geboortejaren: 2007 – 2006)
- D. Jeugd (Geboortejaren: 2005 – 2004 – 2003)
- E. Junior (Geboortejaren: 2002 – 2001 – 2000)
- F. Senior (Geboortejaren: 1999 en eerder)

Daarnaast wordt er onderscheid gemaakt tussen de volgende niveaus:

- A. Tot 2 uur per week trainen.
- B. 2 uur of meer per week trainen.

Een deelnemer kan zich altijd inschrijven in een hoger niveau.

Deel 4 – Wedstrijdverloop en uitslagen

Onderdeel A – Knock-out principe

Op elk evenement (zie Deel 5) wordt het Knock-out principe toegepast. Dit wil zeggen dat er twee deelnemers tegen elkaar springen. De beste van de twee gaat door.

Tijdens de wedstrijd wordt er een variatie op het knock-out principe gebruikt. Deze variatie bestaat uit 4 sets.

- I. Door middel van loting worden de tegenstanders bepaald.
- II. Alle winnaars van set 1 gaan naar poule 'A' en alle verliezers van set 1 gaan naar poule 'B'.
- III. Door middel van knock-out (d.w.z. als je verliest lig je uit de poule) ontstaat er een winnaar in poule 'A' en in poule 'B'.
- IV. De winnaar van poule 'A' springt tegen de winnaar van poule 'B'. Er ontstaat een overall winnaar.

Voor elke ronde die de deelnemer bereikt, krijgt het een punt.

Wanneer de winnaar van poule 'B' wint in de finale ronde tegen de winnaar van poule 'A' krijgt deze dezelfde punten als de winnaar van poule 'A'. Echter verliest de winnaar van poule 'A' zijn of haar punten nooit.

Onderdeel B – Ex aequo

Twee (of meerdere) deelnemers kunnen aan het einde van de wedstrijd evenveel punten hebben behaald. Wanneer er een ex aequo ontstaat, zullen de deelnemers via een, door de computer bepaald, evenement een laatste knock-out doen. De twee (of meerdere) deelnemers springen om de beurt het evenement. De computer bepaald hier welke deelnemer als eerst moet springen. Op basis van het behaalde resultaat wordt de uitslag bepaald.

Onderdeel C – Klachten jurering

Aan het begin van de wedstrijd wordt er bepaald wie gedurende de hele wedstrijd de hoofd-jury zal zijn.

Na elk evenement heeft een deelnemer tien (10) minuten om een klacht in te dienen over het oordeel van de jury. Dit kan door bij de jurytafel een melding te maken van het voorval. De hoofd-jury gaat in overleg met de jurytafel en zal hierover een besluit nemen. De hoofd-jury kan in van de volgende besluiten nemen:

- De klacht wordt als onjuist beschouwd;
- De klacht is juist en de deelnemers gaan opnieuw de strijd aan;
- De klacht is juist en de deelnemer waartegen de klacht is aangespannen wordt gediskwalificeerd;

Over het oordeel van de hoofd-jury kan niet in beroep worden gegaan.

Onderdeel D – Wedstrijdvloer

In de zaal zullen vier velde gemaakt worden waarin de deelnemers het evenement moet springen. Deze velden zullen gemarkeerd worden met bijvoorbeeld tape of pylonen. Wanneer de deelnemer buiten het veld springt, kan de jury deze sprongen niet meetellen.

Onderdeel E – Materiaal

De deelnemers mogen alleen maar gebruik maken van de materialen die gespecificeerd zijn bij de evenementen. Ook dragen zij hier zelf zorg voor (tenzij anders beschreven). Andere materialen zijn niet toegestaan tijdens de wedstrijd. Wanneer er materiaal pech is, krijgt de deelnemer geen nieuwe kans. Het is wel toegestaan om een reserve touw klaar te hebben liggen en deze te gebruiken in de bepaalde tijd.

Onderdeel F – Prijzen

Aan het einde van de wedstrijd worden aan de beste drie deelnemers per categorie een medaille uitgereikt.

Deel 5 - Evenementen

Voor alle elementen zijn filmpjes gepubliceerd op de NRSO website (<http://www.nrso.nl>). De filmpjes geven een duidelijk beeld hoe de onderdelen gesprongen moeten worden. Wanneer een skipper afwijkt van deze manier, kan hij het risico lopen dat het onderdeel niet geteld wordt. Vragen over het filmpje kan door een opmerking toe te voegen aan het filmpje.

Speed variatie:

Tijd: 45 seconden.

Aantal: Onbeperkt.

Materiaal: Alle soorten touwen; lengte naar keus.

Punten: Het aantal keer dat de serie foutloos uitgevoerd wordt binnen de tijd.

Omschrijving:

Er moet twee keer op de rechter voet gesprongen worden, vervolgens 2 keer op de linker voet en daarna twee keer op twee voeten. Wanneer deze serie foutloos uitgevoerd wordt levert dat één punt op. De skipper is vrij om eerst met links te beginnen en daarna met rechts. De serie mag zowel in single bounce als in double bounce uitgevoerd worden. Wanneer er een extra sprong gemaakt wordt in de serie, telt de serie wel. Wordt er afgegaan in het midden van een serie, dan moet er opnieuw met de serie begonnen worden.

Been wrap:

Tijd: 45 seconden.

Aantal: onbeperkt.

Materiaal: Plastic, beaded of touw- rope; lengte naar keus.

Punten: Het aantal keren dat de sprong foutloos wordt uitgevoerd.

Omschrijving:

Er mag begonnen worden met beide voeten op het touw. Na het startsignaal wordt een been naar keuze om het touw gewikkeld, om het vervolgens met de hand weer los te wikkelen. Hierna moet er een basis sprong gedaan worden voordat er met een nieuwe beenwrap begonnen mag worden. De keuze van het been (links en rechts) is vrij. Ook mag de sprong voor of achteruit gesprongen worden. Wanneer het touw halverwege blijft haken (achter bijvoorbeeld het haar) mag de sprong na een foutloze basis sprong wel geteld worden.

Stap 1: sta op het touw

Stap 2: Steek één been naar voren

Stap 3: Beweeg het been opzij en wikkel het om je touw

Stap 4: Zet je voet voor het touw op de grond

Stap 5: Til je niet ingewikkelde voet op

Stap 6: Beweeg de hand die het dichtsbij het opgetilde been is achter je hoofd langs

Stap 7: Laat het touw onder je opgetilde voet door gaan en maak een sprong.

Touw tussen je benen doorgooien en achteruitspringen:

Tijd: 30 seconden.

Aantal: Onbeperkt.

Materiaal: Plastic, beaded of touw- rope; lengte naar keus.

Punten: Het aantal keren dat de sprong foutloos uitgevoerd wordt binnen de tijd.

Omschrijving:

Het touw moet via een achterwaartse beweging tussen de benen door op de grond gelegd worden, waarna het touw aan de voorkant van het lichaam opgepakt kan worden en er een basis sprong achterwaarts gemaakt wordt. De handvatten van het touw moeten verplicht de grond raken.

Springen met een fietsband:

Tijd: 45 seconden.

Aantal: Onbeperkt.

Materiaal: Binnenband van een fiets, waar het ventiel uitgeknipt is (wordt op de wedstrijd aangeleverd door de organisatie).

Punten: Het aantal sprongen over de fietsband.

Omschrijving:

Per rotatie van de fietsband moet er met twee voeten over de band gesprongen worden.