

Vlaams Kampioenschap Trampoline niveau C te Knokke-Heist op 14.05.2022

Tijdens de voorgaande Provinciale voorrondes konden 5 van onze gymnasten zich selecteren voor het Vlaams kampioenschap Trampoline C. Deze zijn Marie-Joëlle, Jef, Thijs DC, Hawa en Justin.

Voor deze wedstrijd moesten we richting Knokke-Heist, dus het was vroeg opstaan.

Dimitri nam de taak van jury op zich en Bruno ging de springers begeleiden.

Sporthal De Stormmeeuw was een ruime hal waarin 4 trampolines en een tumblingbaan waren opgesteld, opwarmen moest in een aparte zaal plaatsvinden.

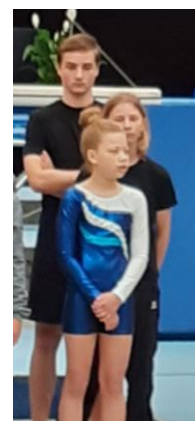
In de voormiddag sprongen Marie-Joëlle, Jef en Thijs, in de namiddag waren Hawa en Justin aan de beurt.

Meisjes 11 jaar

Marie-Joëlle kwam nog net op tijd aan om te kunnen opwarmen. Na de voorstelling aan de jury kon zijn nog inspringen op de wedstrijdtrampoline. Ten slotte springt elke trampoline net iets anders, dus wennen is wel de boodschap.

Tijdens de eerste reeksgang het goed, doch eerder laag. Enkel bij haar laatste sprong (salto voorwaarts gehurkt) draaide ze iets te ver door. Bij de landing (op haar voeten) verloor ze haar evenwicht en moest ze haar handen even op het trampoline zetten om niet te vallen. Dit kost natuurlijk punten.

Bij de 2^{de} reeks kwam Marie-Joëlle in de problemen bij haar Buikval en kon ze niet goed rechtekomen waardoor ze niet verder kan springen. Daardoor was haar reeks onderbroken, de eerste zeven sprongen kregen wel punten. Spijtig, maar dit had voorkomen kunnen worden door regelmatig te trainen. Toch een dikke proficiat voor haar selectie en haar deelname.



PLAATS	DEELNEMER	REEKS 1		REEKS 2		TOTAAL
18	CAUTREELS Marie-Joëlle GYM-HAROP vzw BRASSCHAAT 17	diff	0.000	diff	0.800	
		ToF	9.920	ToF	6.885	
		exec	13.800	exec	9.600	
		hd	9.950	hd	6.350	
		pen	0.000	pen	0.000	
		T	33.670	T	23.635	57.305

Jongens 13-14 jaar

Jef en Thijs kwamen bijna samen en ruim op tijd aan op de wedstrijd. Tijdens de wedstrijd van Marie-Joëlle moesten zij zichzelf wat opwarmen in de aparte zaal. Nadien even voorstellen aan de jury en ook zij konden inspringen op de wedstrijdtrampolines. Tijdens de

opwarming sprongen ze hun reeksen door doch ging het er nog wat losjes aan toe. Weinig afwerking en spanning. Doch keer op keer beterde het.



Jef mocht als eerste springen en zette een mooie prestatie neer: hij sprong zijn eerste reeks hoog, zonder horizontale verplaatsing en mooi uitgevoerd.

Zijn tweede reeks was moeilijker. Hij sprong iets minder hoog en afgewerkt en hij heeft wat over en weer gesprongen. Maar al bij al heeft hij een mooie reeks laten zien.

Jef behaalde hiermee een 1^{ste} plaats en is Vlaams Kampioen TR C 2022 en mocht de Gouden medaille mee naar huis brengen.

Thijs echter had pech. In zijn eerste reeks sprong hij ook hoog maar minder afgewerkt, maar bij de landing van zijn laatste sprong (1/1 draai) landde hij op 1 voet. Daardoor werden er maar negen sprongen gevalideerd.

Zijn tweede reeks sprong Thijs een moeilijker oefening, m.n. hij eindigde zijn reeks met zweef-salto gehurkt Ball Out. Hij heeft alles prima doorgesprongen.

Thijs behaalde hiermee de 5^{de} plaats en was toch licht teleurgesteld, een goede motivatie om er hard tegenaan te gaan tijdens de komende trainingen.

Ook aan Jef en Thijs een dikke pluim voor hun selectie en de prestaties die ze op deze wedstrijd geleverd hebben.



PLAATS	DEELNEMER	REEKS 1		REEKS 2		TOTAAL
1	VANSTIPHOUT Jef GYM-HAROP vzw BRASSCHAAT 27	diff	0.000	diff	2.900	
		ToF	12.375	ToF	12.050	
		exec	15.400	exec	14.200	
		hd	10.000	hd	9.600	
		pen	0.000	pen	0.000	
		T	37.775	T	38.750	76.525
5	DE CUYPER Thijs GYM-HAROP vzw BRASSCHAAT 29	diff	0.000	diff	3.000	
		ToF	11.269	ToF	11.995	
		exec	13.600	exec	14.800	
		hd	8.900	hd	9.900	
		pen	0.000	pen	0.000	
		T	33.769	T	39.695	73.464

Meisjes C 17+ jaar

In de namiddag begon Hawa als eerste. Na de geplogenheden van opwarming, voorstelling was het inspringen aan de beurt. In tegenstelling tot de laatste trainingen liep het

Berrélei 5 te 2930 Brasschaat

inspringen bij Hawa vlot. Ze besliste dat ze in haar tweede reeks Salto Ball Out zou springen i.p.v. Barani Ball Out, daar was ze zekerder van.

Hawa sprong tijdens de wedstrijd haar eerste reeks mooi, hoog en met weinig verplaatsing. Ook de tweede reeks was een knappe prestatie. Een mooie wedstrijd voor Hawa, maar er waren er beter dan zij.

Toch een dikke proficiat voor je selectie en de prestaties tijdens het Vlaams Kampioenschap.

PLAATS	DEELNEMER	REEKS 1		REEKS 2		TOTAAL
9	NGALLANE Hawa GYM-HAROP vzw BRASSCHAAT 127	diff	0.000	diff	3.800	
		ToF	12.200	ToF	11.825	
		exec	14.900	exec	14.000	
		hd	9.800	hd	9.600	
		pen	0.000	pen	0.000	
		T	36.900	T	39.225	76.125



Jongens C 17+ jaar

Als laatste van onze gymnasten kwam Justin aan de beurt. Bij hem is het steeds afwachten wat hij gaat springen. Justin kan nl. gemakkelijk van sprong wisselen zonder dat zijn reeks in het gedrang komt. Zelf zegt hij dat dat soms nog tijdens het springen gebeurt. Bij het inspringen is het dan een beetje aftasten wat voor hem goed voelt. Enkele malen ging hij over met zijn zweef en raakte hij het trampolinebed met zijn voeten.

Tijdens zijn wedstrijd sprong hij een mooie hoge eerste reeks met enkele horizontale verplaatsingen. Enkel net voor zijn zweef trekt hij aan de handrem en springt een heel eind lager. Dat tikt natuurlijk door in zijn punten van de Time of Fly. Hij kreeg zeer mooie uitvoeringspunten. Na zijn eerste reeks stond hij op de 4^{de} plaats.

Zijn tweede reeks was mooi om zien. Enkel bij zijn zweef kreeg hij het moeilijk wat maakte dat hij alle registers moest opentrekken om zijn Barani Ball Out erdoor te krijgen. Deze laatste sprong was iets minder mooi gesprongen. Toch kreeg hij goede punten.

Uiteindelijk werd hij tweede in het klassement, op 0.290 punten van de winnaar. Hij mocht fier zijn zilveren medaille mee naar huis brengen.

Ook voor Justin een dikke dikke pluim, want op dat niveau springen in combinatie met zijn studies is een hele opgave.

PLAATS	DEELNEMER	REEKS 1		REEKS 2		TOTAAL
2	WEERNINK Justin GYM-HAROP vzw BRASSCHAAT 107	diff	0.000	diff	4.500	
		ToF	12.640	ToF	12.375	
		exec	16.500	exec	16.200	
		hd	9.600	hd	9.600	
		pen	0.000	pen	0.000	
		T	38.740	T	42.675	81.415

De volledige uitslag kan je lezen op onze website www.gym-harop.be



Tussen de wedstrijdblokken van de voormiddag en de namiddag werden 2 van onze juryleden geëerd voor hun jarenlange inzet: Dimitri voor 20 jaar en Bruno voor 30 jaar. Zij kregen een speldje om op hun juryuniform te spelden. Proficiat.

Als trainers zijn we fier op de prestaties van onze gymnasten, zeker na die vervelende coronaperiode waar heel wat springers hebben stilgelegd.

Bedankt aan alle ouders en supporters om de springers te ondersteunen en aan Dimitri voor het jureren.

Berrélei 5 te 2930 Brasschaat

Hier nog enkele sfeerfoto's:



----- Bruno