

Kader Turnen Tonido Valkenswaard

Algemeen

Motto van turnen bij turnvereniging Tonido:

'turnen: je haalt eruit wat erin zit, op een manier waar iedereen plezier in heeft'

Locatie

Tonido biedt de turnlessen aan in sporthal de Belleman in Dommelen en sporthal 't Hazzo in Aalst. Daarnaast wordt er gymnastiek voor ouderen aangeboden in de gymzaal bij de Emmalaan. Tonido heeft geen turnhal of deels aangepaste turnzaal. Er zijn op beide turnlocaties veel turntoestellen en matten om op een verantwoorde manier groepen kinderen te leren turnen. Hierbij moeten voorafgaand aan een training de toestellen worden opgebouwd en na de training weer afgebroken door trainers en kinderen eventueel met behulp van enkele ouders. Iedere zondag turnt de wedstrijdgroep in de speciaal ingerichte turnhal in Budel.

Trainingen

Recreanten turnen in principe één keer in de week. Bij deze trainingen zijn de ouders altijd welkom op de tribune om te kijken, zolang het geen afleiding geeft voor de training van de turnsters. Wedstrijdgroep turnsters turnen twee tot drie keer in de week meerdere uren. Ouders kunnen zowel bij de trainingen van de wedstrijdgroep in Budel als in de Belleman de gehele of een gedeelte van de les blijven kijken. Ook hier geldt dat dit geen afleiding mag geven voor de training en de turnsters. Indien dit wel het geval is, worden de betreffende ouders gevraagd om in de hal te wachten. Voor vragen of opmerkingen over de training, kunnen ouders altijd terecht bij de trainers.

Bestuur

Tonido wordt bestuurd door een bestuur van vrijwilligers, conform de statuten van de vereniging. Het bestuur kent een voorzitter, secretaris en penningmeester en daarnaast nog 2 tot 3 algemene bestuursleden, waaronder een persoon specifiek namens Tonido Aalst. Het bestuur vergadert gemiddeld een keer per maand en is daarnaast regelmatig aanwezig in de zaal en bij trainersoverleg. Eens per jaar is er een algemene ledenvergadering. Hierin legt het bestuur verantwoording af over het gevoerde beleid. Hierin worden de jaarcijfers van het voorgaande jaar en de begroting van het huidige en komende jaar besproken. De ledenvergadering biedt daarnaast ook ruimte voor alle leden, trainers en ouders van jeugdleden om hun mening te geven, zaken aan de orde te stellen en te stemmen over bepaalde onderwerpen. De leden van het bestuur met hun contactgegevens staan vermeld op de website van Tonido: www.tonido-valkenswaard.nl/info

Vertrouwenspersoon

Binnen Tonido vinden we dat we met respect met elkaar moeten omgaan. Stelregel is: als anderen iets bij jou doen dat jij niet plezierig zou vinden, moet jij dat ook niet bij anderen doen. Respect verdien je met goed gedrag, maar soms komt het helaas voor dat het gedrag van de ander te ver gaat. Wanneer je zelf niet meer weet hoe je de situatie op moet lossen, kun je verschillende dingen doen. Praat er in ieder geval over. Dat kan met verschillende mensen; ouders, trainer of er kan met het bestuur contact worden opgenomen. Maar je kunt ook contact opnemen met de vertrouwenspersonen binnen de vereniging. De vertrouwenspersoon kan je helpen om te zoeken naar een oplossing. Want uiteindelijk moet jij gewoon met plezier in een veilige omgeving kunnen turnen. De vertrouwenspersoon met zijn/haar contactgegevens staat vermeld op de website van Tonido: www.tonido-valkenswaard.nl/info

Ledenadministratie

Nieuwe leden moeten zich aanmelden via email (info.tonido@gmail.com) en worden dan op een wachtlijst geplaatst. Instroming en doorstroming bij turntrainingen vindt in principe 4x per jaar plaats: per 1 september, 1 november, 1 februari en 1 april. Doorstroming gaat boven instroming. Als er plaats vrij is in een turngroep voor nieuwe leden, worden kinderen van de wachtlijst uitgenodigd voor een proefles. Het is nooit mogelijk om zonder aanmelding vooraf deel te nemen aan een proefles. Bij de eerste proefles krijgt het kind een inschrijfformulier mee naar huis. Uiterlijk aan het einde van de tweede proefles moet dit formulier ondertekend worden ingeleverd bij een van de trainers. Op basis van de gegevens op het inschrijfformulier wordt het nieuwe lid opgenomen in de ledenadministratie. Ouders geven op het inschrijfformulier ook toestemming voor automatische incasso van de contributie en geven al dan niet toestemming voor eventueel gebruik foto/beeldmateriaal (AVG).

Opzeggingen moeten per email (info.tonido@gmail.com) worden doorgegeven. Er geldt een opzegtermijn van één maand. Bij langdurige blessures kan in overleg met de trainers besloten worden tijdelijk te stoppen en als ouders dit doorgeven aan de ledenadministratie.

(info.tonido@gmail.com) kan een deel van het lidmaatschapsgeld voor die periode worden stopgezet. Alleen de bondscontributie blijft dan doorlopen.

Indien een kind om financiële redenen mogelijk geen lid zou kunnen worden, verwijzen we de ouders naar de stichting Leergeld Valkenswaard. Als de bijdrage van stichting Leergeld onvoldoende is, kunnen de ouders een aanvraag indienen bij het bestuur van Tonido voor een bijdrage uit een speciaal potje dat de vereniging beschikbaar heeft. Tonido vindt dat alle kinderen mogen meedoen!

Trainers en vrijwilligers

De turntrainers zijn van wezenlijk belang voor Tonido. Zonder hen is er geen vereniging, kunnen er geen turnlessen gegeven worden. Veel trainers zijn oud-turners van de eigen vereniging, hebben een Tonido-hart en willen met grote inzet de nieuwe generatie turnsters opleiden.

Al onze trainers zijn zeer gewaardeerde vrijwilligers en krijgen een vrijwilligersvergoeding voor het geven van de turnlessen. Omdat turnen een technische sport is, worden al onze trainers intern en extern opgeleid en met regelmaat bijgeschoold. Alle opleidingen en bijscholingen worden door de vereniging betaald. De jongste hulptrainers bieden we de interne opleiding niveau 1, waarbij ze leren kleine groepjes turnsters te begeleiden. Hulptrainers vanaf 14 jaar bieden we de (externe) opleiding niveau 2, waarbij ze (vang)technieken leren en zich pedagogisch en organisatorisch ontwikkelen. Trainers vanaf 17 jaar die niveau 2 hebben behaald en het vooruitzicht hebben langer bij de vereniging als trainer actief te zijn, bieden we de training niveau 3. Na deze cursus die ruim een jaar duurt, ben je zelfstandig gymnastiek-KNGU trainer. Trainers hebben regelmatig een trainersoverleg.

Communicatie

In september bij de start van het nieuwe turnjaar, organiseren de trainers een kort 'kleedkamer-gesprek' per 'uur' of 'groep' voor ouders. Hierin wordt informatie gedeeld over de trainingen voor het komende jaar. Na iedere training is er voor ouders de gelegenheid om kort met een trainer over hun kind te praten. Als dit gesprek wat langer duurt, kan de ouder met de trainer hiervoor een afspraak maken.

Ouders van turnsters ontvangen per email informatie over uitval van lessen of andere informatie. Algemene informatie, kalender en mededelingen zijn ook terug te vinden op de website van Tonido: www.tonido-valkenswaard.nl en op de website van de KNGU www.dutchgymnastics.nl.

Corona

Naast de algemene corona maatregelen, zijn er voor de turnsport specifieke corona maatregelen.

Deze worden indien nodig bijgesteld. Ouders, turnsters en trainers worden hiervan door speciale mailings op de hoogte gesteld en gehouden.

Bijzondere trainingen en evenementen:

We streven er naar om een paar keer per jaar iets extra's of bijzonders voor of met de turnsters te doen. Hiervoor kent Tonido een evenementen-commissie. Voorbeelden hiervan zijn diplomaturen, clubkampioenschappen, ouder-kind turnen, vriendjes&vriendinnetjes dag, Sinterklaas, KNGU-turn- of freerunkar, buiten trainingen, demonstraties enz.

Recreanten:

Focus bij het turnen voor recreanten is dat de turners en turnsters veel bewegen en met veel plezier samen met hun leeftijdsgenoten turnoefeningen leren. Trainers willen de kinderen natuurlijk leren turnen, maar Tonido streeft niet naar de allerbeste prestaties. Tonido staat voor lekker turnen met zo veel mogelijk plezier met leeftijdgenoten.

De dagen en tijdstippen waarop training gegeven wordt in de Belleman in Valkenswaard:

- zaterdagochtend 9.30-10.15u: 2,5 t/m 3 jaar peutergym
- zaterdagochtend 10.30-11.15u: 2,5 t/m 3 jaar peutergym
- zaterdagochtend 9.00-10.00u: 4 t/m 6 jaar kleutergym
- zaterdagochtend 10.00-11.00u: 6 t/m 8 jarigen
- zaterdagochtend 11.00-12.00u: 6 t/m 8 jarigen
- zaterdagochtend 12.00-13.00u: 8 t/m 10 jarigen
- zaterdagochtend 12.00-13.00u: 10+ turnen

De dagen en tijdstippen waarop training gegeven wordt in 't Hazzo in Aalst:

- donderdagavond 17.00-18.00u: 6 t/m 8 jaar turnen
- donderdagavond 18.00-19.00u: 9+ turnen
- vrijdagavond 17.30-18.30u: 6 t/m 9 jaar turnen
- vrijdagavond 18.30-20.00u: 10+ turnen

Vakanties:

In 't Hazzo wordt in principe in de vakanties niet geturnd, mocht dit wel gebeuren is dit in overleg met de leiding in Aalst en dit wordt dan tijdig gecommuniceerd. In de Belleman wordt wel in sommige vakanties geturnd. In de herfstvakantie, carnavalsvakantie en meivakantie gaan de turnlessen door, in de kerstvakantie en zomervakantie zijn er géén lessen.

Groepsindeling:

Instroming in een groep en doorstroming bij turntrainingen vindt in principe 4x per jaar plaats: per 1 september, 1 november, 1 februari en 1 april. Doorstroming gaat boven instroming. Doorstroming wordt bepaald door de trainers voornamelijk op basis van leeftijd. Instroming vindt altijd plaats op basis van de wachtlijsten.

Trainingsopbouw:

Voor het begin van de eerste training wordt door de trainers (eventueel met behulp van enkele ouders) de zaal opgebouwd met turntoestellen en matten.

Door de trainers wordt aan het begin van de les de aanwezigheid van de turnsters geregistreerd. Afmelden voor een les kan door een email te sturen naar info.tonido@gmail.com.

De training begint met een korte warming-up. Daarna worden de turnsters in 3 tot 4 kleinere groepen ingedeeld en verdeeld over de opgestelde toestellen. Turnsters leren van (hulp)trainers, van

elkaar en ze helpen elkaar. Gemiddeld wordt ieder kwartier 'van toestel gewisseld'. Trainers streven ernaar om turnsters per 'toestel' zo veel mogelijk bezig te houden met diverse ondersteunende/opbouwende oefeningen, zodat er zo min mogelijk 'in een rijtje gewacht wordt op de volgende beurt'.

In de laatste 5 minuten van de laatste training van die dag worden de toestellen afgebroken en met de matten opgeruimd in het toestellenhok. De trainers, oudere turnsters en eventueel enkele ouders zorgen hiervoor.

Belangrijke attentiepunten (ook ivm veiligheid) bij de trainingen zijn:

- Gymschoenen moeten aan bij opbouwen en afbreken
- Lange haren vast in vlecht of staart
- Geen sieraden
- turnkleding of een nauw sluitend broekje en nauwsluitend shirt (losse shirts zijn gevaarlijk)
- turnen op blote voeten of turnschoentjes (géén gymschoenen)

Voor het begin van de training wachten de kinderen (en eventueel hun ouders) in een aangewezen kleedkamer. De trainer komt de kinderen ophalen in de kleedkamer aan het begin van de training en brengt ze na de training weer terug in deze kleedkamer. Kinderen mogen tijdens het opbouwen of afbreken NIET in de gymzaal spelen of rondrennen in verband met veiligheid en gebrek aan toezicht. Tonido is open in wat we doen tijdens trainingen en hoe dit vorm krijgt door de trainers. Ouders kunnen tijdens de training altijd toekijken vanaf de tribune (niet in de zaal!). Hierbij gelden een paar spelregels:

- de training mag niet verstoord worden vanaf de tribune
- geen harde geluiden of luide gesprekken voeren
- niet roepen naar de kinderen in de zaal
- bij eventuele val van uw kind of huilen van uw kind: ren NIET direct naar de zaal. De trainer zal voor het kind zorgen en indien het echt een calamiteit betreft wordt u natuurlijk zo snel mogelijk gewaarschuwd om te komen.

Indien u zich niet aan deze spelregels houdt, kan de trainer u verzoeken om van de tribune weg te gaan en in de hal te wachten tot het einde van de les.

Wanneer u vragen of opmerkingen heeft over de training kunt u altijd terecht bij de trainers. Komt u er samen niet uit, dan kunt u terecht bij het bestuur (info.tonido@gmail.com).

Wedstrijden:

Recreanten turnen in principe geen externe wedstrijden. Twee maal per jaar zorgen we er voor dat de recreanten kunnen laten zien wat ze kunnen of bijgeleerd hebben. Na het eerste half jaar (begin van het kalenderjaar) wordt er 'diploma-turnen' georganiseerd voor de turnsters vanaf 6 jaar. De turnsters laten in de grote zaal, met familie en vrienden op de tribune zien wat ze kunnen. Hierbij krijgt iedere turnster op eigen niveau oefeningen om uit te voeren en na afloop een diploma. Aan het einde van het seizoen (voor de zomervakantie) organiseren we 'clubkampioenschappen'. Met oefeningen op sprong, brug, balk en vloer laten de turnsters zien wie de beste is. Om alle verschillende leeftijden en categorieën met elkaar te kunnen vergelijken, is de uiteindelijke recreanten clubkampioen, degene met de minste aftrekpunten uit de winnaars van iedere categorie. Voor zowel het diploma-turnen als de clubkampioenschappen beginnen de kinderen een aantal weken van tevoren te oefenen, zodat ze zo goed mogelijk zijn voorbereid.

Wedstrijdgroep:

De wedstrijdturnsters worden op leeftijd (peildatum 1 januari) ingedeeld in onderbouw, middenbouw en bovenbouw:

- onderbouw 7-8-9 jaar
- middenbouw 10-11-12 jaar
- bovenbouw 13+

De dagen en tijdstippen waarop training gegeven wordt vanaf 1 november 2020:

- maandagavond 17.45-20.30u: onderbouw, middenbouw richting 3^e en 4^e divisie, bovenbouw 3^e en 4^e divisie
- woensdagavond 16.45-19.00u: alle wedstrijdturnsters: onderbouw, middenbouw en bovenbouw
- zondagochtend 9.30-12.30u: alle middenbouw en bovenbouw

Voor de allerjongste turnsters kunnen ouders met de trainers afspreken dat ze op maandagavond eerder naar huis gaan. In het laatste uur voor de wedstrijdgroep op maandagavond is er speciale aandacht voor de 3^e divisie turnsters. Overige turnsters trainen dan zelfstandig.

Afmelden voor een training dient te gebeuren in een groepsapp 'afmelden trainingen wedstrijdgroep': hierin zitten alle ouders en/of bovenbouw turnsters en trainers. Dan zijn alle trainers direct op de hoogte als er turnsters afwezig zijn. In deze groepsapp kan niet op elkaars berichten gereageerd worden. Het is liefst niet de bedoeling dat er trainingen vlak voor een wedstrijd gemist worden. Voor overige bijzonderheden over trainingen is er een andere groepsapp met ouders en/of bovenbouw turnsters en trainers.

Vakanties:

In de Belleman wordt in sommige vakanties geturnd. In de herfstvakantie, carnavalsvakantie en meivakantie gaan de turnlessen door, in de kerstvakantie en zomervakantie zijn er géén lessen.

Aan het begin van het nieuwe turnseizoen organiseren de trainers een 'kleedkamer gesprek' voor de ouders. Bij deze informele bijeenkomst worden een aantal zaken kort op een rijtje gezet.

- opbouwen en afbreken (gymschoenen/hulp ouders)
- kleding (strak), sieraden (geen), haren vast
- trainingen trainingstijden en afmeldingen
- overige

Instroom wedstrijdgroep:

Uit de recreanten worden turnsters geselecteerd met een bovengemiddelde aanleg of inzet voor turnen. Tonido hanteert bij de instroom in de wedstrijdgroep altijd een proefperiode. Bij de leeftijdscategorie tot 8 jaar worden de turnsters uitgenodigd om deel te nemen aan de onderbouw training op maandag van 17.45-19.30u. De turnster blijft ook in een recreanten uur turnen. Tijdens deze onderbouw training wordt er veel aandacht besteed aan een goede basis van het turnen. Na ongeveer een half jaar is er een evaluatie moment. Mocht het niveau aansluiten bij de niveaus die onze wedstrijdgroep turnt, komen er, afhankelijk van welk niveau de turnster gaat turnen 1 of 2 trainingen bij. Dit gaat altijd in overleg met ouders.

Uitstroom wedstrijdgroep:

Tonido streeft ernaar om een evenwichtige en gezellige groep onder- en bovenbouw wedstrijd turnsters te hebben. Een turnster kan op haar eigen niveau op- of afstromen binnen de wedstrijdgroep. Een turnster stopt in de wedstrijdgroep als ze niet meer wil of kan turnen, wil overstappen naar een andere vereniging of een geheel andere sport wil gaan uitoefenen. Tonido wil wel graag van de turnster en/of ouders horen wat de reden is van het stoppen met turnen. Ook leden van de wedstrijdgroep moeten per email (info.tonido@gmail.com) opzeggen en bedraagt de opzegtermijn een maand.

Trainingsopbouw:

- Opbouwen: Turnsters moeten een kwartier voor aanvang van de training aanwezig zijn om te helpen met opbouwen van toestellen en matten in de gymzaal. Hierbij is het wenselijk dat één of twee ouders helpen. Er is een trainer die de aansturing geeft bij het opbouwen van de zaal. Het samen opbouwen zorgt voor respect voor de toestellen en is een verkapte warming-up en krachttraining.
- Warming-up: een van de aanwezige (hulp)leiding geeft de turnsters een warming-up. Hierbij streven we naar een voorbereide warming-up die afwisseling en onderling plezier geeft. Hierbij kunnen diverse elementen in meer of mindere mate naar voren komen: houding/techniek/kracht/lenigheid.
- Bij een turntraining worden de turnsters in groepen verdeeld. Dit kunnen groepen op leeftijd, op individueel turn-niveau of groep turn-niveau zijn. We streven ernaar om regelmatig de gehele wedstrijdgroep te mixen. Turnsters leren van trainers, van elkaar en helpen elkaar. Gemiddeld wordt ieder half uur 'van toestel gewisseld'. Trainers streven ernaar om turnsters per 'toestel' zo veel mogelijk bezig te houden met diverse ondersteunende/opbouwende onderdelen, zodat er zo min mogelijk 'in een rijtje gewacht wordt op de volgende beurt'.
- Opruimen: In het laatste kwartier van een training wordt door turnsters en trainers (liefst met ondersteuning van één of twee ouders) de toestellen weer afgebroken en netjes opgeruimd in het toestellenhok.

Wedstrijden:

Voor turnsters van 7-8-9 jaar (onderbouw) zijn er geen wedstrijden. Op ongeveer 4 momenten per seizoen is er een regionaal meetmoment: de turnster kan laten zien wat ze kan en ze worden beoordeeld met behulp van kleuren in plaats van cijfers. Ouders kunnen zich opgeven als 'jury/vrijwilliger' om na een korte online cursus te kunnen helpen bij de beoordelingen. Iedere turnvereniging moet een aantal juryleden meenemen naar de meetmomenten, anders mogen de turnsters helaas niet meedoen.

Wedstrijden voor turnsters van 10-11-12 jaar (middenbouw) vinden vooral in de periode november/mei plaats. Ze turnen op hun eigen niveau (1-7) met supplementen. Alle leeftijden kunnen samen in een niveau uitkomen. Er zijn ook een of twee teamwedstrijden en mogelijke plaatsing voor een individuele meerkampfinale.

Wedstrijden voor turnsters vanaf 13 jaar (bovenbouw) vinden ook vooral in de periode november/mei plaats. Afhankelijk van je niveau (5^e/4^e/3^e divisie) turn je op een bepaalde leeftijd specifieke oefenstof (supplement G/F/E/D/C). Alleen bovenbouw/senior/3^e divisie (supplement C) turnt landelijke wedstrijden. De overige bovenbouw turnsters turnen in de regio, zowel teamwedstrijden als ook individuele wedstrijden.

Ieder jaar wordt door de KNGU een wedstrijdschema gemaakt. Dit schema wordt eind augustus / begin september gepubliceerd. Locaties voor wedstrijden zijn voor onze turnsters in principe in de provincie Brabant, georganiseerd door en bij diverse turnverenigingen. Tonido organiseert voor de KNGU wedstrijdkalender ieder jaar gemiddeld twee wedstrijden. Hiervoor wordt de hulp gevraagd van vrijwilligers uit de eigen vereniging: ouders, turnsters en overige betrokkenen. Ouders van kinderen uit de wedstrijdgroep zijn verplicht minimaal 1x per jaar te helpen bij de wedstrijden die Tonido organiseert.

Voor de turnsters zijn er jaarlijks 2 tot 4 externe wedstrijden. Voor uniformiteit en groepsgevoel dragen de turnsters wedstrijd-turnpakken en trainingspakken. Voor deze kleding brengt Tonido jaarlijks een kledingbijdrage in rekening voor alle turnsters van de wedstrijdgroep.

Het is mogelijk om voor turnsters om niet alle toestellen bij een wedstrijd te turnen. Dit kan met een specifieke opgave van redenen en van tevoren met de trainers zijn besproken. We vinden het belangrijk dat alle turnsters op een wedstrijd kunnen laten zien waarvoor ze zo hard hebben gewerkt.

De KNGU schrijft voor wedstrijden van een turnster op een bepaalde leeftijd en niveau per toestel voor welke onderdelen er geturnd moeten worden en welke onderdelen geturnd mogen worden.

Het resultaat bij een wedstrijd wordt samengesteld uit een score voor uitvoering en een score voor moeilijkheid/onderdelen.

Naast de externe wedstrijden organiseren we ieder jaar de Tonido Clubkampioenschappen. De onderlinge niveauverschillen in moeilijkheid worden opgelost, door de clubkampioen aan te wijzen op basis van de score voor uitvoering (degene met de minste aftrekpunten uit de winnaars van elke categorie).

We streven ernaar om ook deel te nemen aan kleinere wedstrijden tussen verenigingen als die georganiseerd worden ('open Tilburgse').

Jaaropbouw trainingen:

Het gehele jaar zijn de wedstrijd turnsters bezig met het leren van nieuwe onderdelen en het in stand houden en verbeteren van eerder geleerde onderdelen. Er zijn onderling behoorlijke verschillen in de manier waarop en de snelheid waarmee een turnster bepaalde onderdelen leert. Ook zijn er favoriete en minder favoriete onderdelen. De trainers geven een zo breed mogelijke training voor iedereen en meestal is er veel oefening en herhaling nodig om een stapje verder te komen. Ongeveer 6 weken voor een wedstrijd, wordt de training aangepast om de oefeningen die op de wedstrijd moeten worden geturnd aan te leren. Vaak zijn van deze oefeningen filmpjes op YouTube te vinden, zodat een turnster zich ook thuis kan voorbereiden op de volgorde van haar oefening en de extra dans en verbindende elementen.

Door het 'wedstrijdseizoen' zijn turnsters in de periode december-mei méér bezig met de wedstrijdvoorbereidingen en in de periode juni-november méér bezig met nieuwe onderdelen. Tonido streeft er natuurlijk naar om de trainingen zo afwisselend en leuk mogelijk te maken.

Individuele voortgang (in ontwikkeling):

Iedere turnster krijgt een 'doelen-kaart'. Afhankelijk van leeftijd en niveau staan hierop de belangrijkste onderdelen die een turnster in stand moet houden of verbeteren en nieuw moet oefenen. Hierop kan de trainer aangeven of een turnster een bepaald onderdeel al (gedeeltelijk) beheerst. Met deze doelen-kaart ziet een turnster haar individuele groei en behaalde trainingsresultaten. Daarnaast kunnen ouders de voortgang volgen en ook kunnen de diverse trainers zien wat (extra) geoefend moet worden. Op deze kaart kunnen ook persoonlijke aantekeningen worden gemaakt, die van belang zijn voor een turnster/trainer/ouder.

Indeling divisie en aanmelding voor wedstrijden bij de KNGU:

Per 30 september moeten alle turnsters op het juiste niveau worden ingeschreven voor wedstrijden van het dan komende seizoen. Onderbouw en middenbouw turnsters mogen ieder jaar op het best passende niveau worden ingeschreven, bovenbouw turnsters hebben wel te maken met een vast niveau en voorwaarden voor op- en afstroming naar een hoger of lager niveau. De individuele trainers maken lijsten van hun verwachtingen voor de turnsters eventueel al in vooroverleg met de ouders. Deze worden door een indelingscommissie van 3 trainers naast elkaar gelegd. Deze drie trainers uit de indelingscommissie beslissen bij meerderheid van stemmen over de definitieve indeling. Dit wordt daarna zo spoedig mogelijk met de ouders gecommuniceerd, waarna inschrijving bij de KNGU volgt.