

De Zeskamp is een serie wedstrijden tussen een aantal schoonspringverenigingen.
Op dit moment zijn er 6 deelnemende verenigingen:

- Aquarijn uit Nieuwegein
- De Dolfijn uit Amsterdam
- PSV uit Eindhoven
- Zeemacht uit Den Helder
- SBC2000 uit Breda
- ZPC Amersfoort

Elke deelnemende vereniging organiseert gedurende het schoonspringseizoen 1 wedstrijd.
Dat betekent, dat er 6 wedstrijden zijn.

Bij deze wedstrijden zijn de springers verdeeld in 5 series, naar leeftijd en niveau.

Er wordt gesprongen op de 1 meter plank.

Er zijn individuele prijzen te winnen in elke serie, maar er is ook een teamprijs te winnen.

Een plaatsing bij de beste 5 in de serie levert punten op voor de club.

De club die na 5 wedstrijden de meeste punten heeft, wint de wisselbeker.

De leeftijdsgroepen zijn als volgt ingedeeld:

Serie 1: E-groep

2018: geboren in 2009 en jonger

2019: geboren in 2010 en jonger

In deze serie worden 4 sprongen gemaakt, opgesplitst in 2 gelimiteerde sprongen
(moeilijkheidsfactor: maximaal 3,6) en 2 ongelimiteerde sprongen.

In de eerste 2 sprongen mogen 2 standsprongen en/of valduiken worden gemaakt. De richting moet dan wel verschillend zijn (dus voorwaarts, achterwaarts of schroef).

Serie 2: D-groep

2018: geboren in geboren in 2007 en 2008

2019: geboren in 2008 en 2009

In deze serie worden 5 sprongen gemaakt, opgesplitst in 2 gelimiteerde sprongen
(moeilijkheidsfactor: maximaal 3,6) en 3 ongelimiteerde sprongen.

In de eerste 2 sprongen mag maximaal 1 standsprong of valduik worden gemaakt.

Serie 3: C-groep

2017: geboren in 2005 en 2006

2018: geboren in 2006 en 2007

In deze serie worden 6 sprongen gemaakt, opgesplitst in 3 gelimiteerde sprongen
(moeilijkheidsfactor: maximaal 5,4) en 3 ongelimiteerde sprongen.

In deze serie mogen er geen standsprongen of valduiken worden gemaakt.

Serie 4: B- / A- / S-groep

2018: geboren in 2004 en ouder

2019: geboren in 2005 en ouder

In deze serie worden 6 sprongen gemaakt, opgesplitst in 3 gelimiteerde sprongen
(moeilijkheidsfactor: maximaal 5,4) en 3 ongelimiteerde sprongen.

In deze serie mogen er geen standsprongen of valduiken worden gemaakt.

Serie 5: "all-in" groep

2018: geen leeftijdsgrenzen

2019: geen leeftijdsgrenzen

In deze serie doen de springers mee, die in het bezit zijn van hun D1- en/of C1-diploma. (en voor de jaren 2006 en eerder het oude C-1-diploma) en na het behalen van dat diploma nog 2x in hun eigen leeftijdscategorie hebben deelgenomen.

Het D-1 diploma behaal je, als je met 6 sprongen (zonder standsprong in de reeks) 135 punten hebt gehaald (in de 6-kamp dus in serie 3 en 4).

Het C-1-diploma behaal je, als je met 7 (of in de zeskamp minder) sprongen 165 punten hebt gehaald.

In serie 5 worden 8 sprongen gemaakt, opgesplitst in 5 gelimiteerde sprongen (moeilijkheidsfactor: maximaal 9,0) en 3 ongelimiteerde sprongen.

In deze serie mogen er geen standsprongen of valduiken worden gemaakt.

Als je in deze serie je B1-diploma haalt (205 punten met 8 sprongen), dan ben je te goed geworden om nog mee te kunnen doen aan de zeskamp en mag je nog maximaal 2x in die serie deelnemen.

Tijdens de zeskampwedstrijden tellen voor jongens / heren de diploma-eisen voor de meisjes / dames.

Diploma's kunnen ook worden behaald tijdens andere wedstrijden dan de 6-kamp en tellen dan wel mee voor de 6-kamp.

Let wel: na het behalen van het C- D- of B-1-diploma mag nog twee keer in de oorspronkelijke serie worden deelgenomen, zodat er een geleidelijke overgang is.

Dit uiteraard met inachtneming van de leeftijdsbepalingen.

Aantal deelnemers per vereniging:

Elke vereniging mag met maximaal 10 deelnemers (bij 5 deelnemende verenigingen) of 8 deelnemers (bij 6 deelnemende verenigingen) meedoen.

Deze deelnemers zijn naar eigen inzicht in te zetten echter met dien verstande, dat er per serie maximaal 4 deelnemers van een vereniging kunnen worden ingeschreven.

Als een vereniging een gooi wil doen naar de wisselbeker, is het natuurlijk gunstig om in verschillende categorieën springers te hebben.

Iedere vereniging mag per wedstrijd maximaal 2 springers buiten mededinging laten deelnemen.

Puntenverdeling voor de wisselbeker:

Plaats 1: 10 punten

Plaats 2: 7 punten

Plaats 3: 5 punten

Plaats 4: 3 punten

Plaats 5: 1 punt

Per wedstrijd gaat de wisselbeker mee met de dagwinnaar (de club die tijdens de wedstrijd de meeste punten behaalt). Dit kan dus een andere club zijn, dan de club die het klassement aanvoert.

Na de laatste wedstrijd van het seizoen gaat de wisselbeker mee met de winnende club van de competitie.

KNZB:

- De deelnemende springers moeten een startvergunning hebben van de KNZB.
- De wedstrijd moet ruim van tevoren gemeld worden bij de KNZB via de "webkalender" op de website van de KNZB.
- Na de wedstrijd moet een uitslag, compleet met de juryindeling (ook het secretariaat moet vermeld worden) naar de KNZB gestuurd worden eveneens via de "webkalender" op de website van de KNZB en naar het secretariaat van de Regio, waaronder de betreffende vereniging ressorteert.

Diploma's:

- Lege diploma's zijn te koop via de webwinkel van de KNZB en mogen door de club zelf uitgeschreven worden. Hierbij blijven echter wel de regels van de KNZB gelden t.a.v. het aantal sprongen dames / heren zoals aangegeven in onderstaand supplement.
- Op de website www.zeskampschoonspringen.nl worden de behaalde diploma's bijgehouden.
- Trainers van deelnemende verenigingen verplichten zich om eventueel buiten de zeskamp behaalde diploma's ook te melden via het e-mailadres info@zeskampschoonspringen.nl.

Verplichtingen van de deelnemende verenigingen:

- Dat de vereniging elk seizoen 1 wedstrijd van de 6-kamp organiseert;
- Dat de deelnemende verenigingen hun wedstrijddatum uiterlijk aan het begin van het nieuwe seizoen bekend maken.
- Dat de organiserende vereniging -tenminste 4 weken van tevoren- op tijd een uitnodiging stuurt naar de andere clubs;
- Dat de organisatie van de wedstrijd goed verloopt.
- Dat de houder van de wisselbeker deze meeneemt naar de eerstvolgende wedstrijd.

Denk hierbij aan:

1. Bad huren; reken daarvoor ongeveer 4 uur.
 2. Programmaboekje maken.
 3. Een tijdschema maken. (juryvergadering, wedstrijden en inspringen vermelden)
 4. Secretariaat bemannen.
 5. Juryindeling maken.
(Elke vereniging levert een jurylid of regelt dat met een andere club.)
 6. Zorgen voor een scheidsrechter. (zie lijst hieronder)
 7. Zorgen voor jurybordjes. (of dat regelen met een andere club)
 8. Iets te drinken voor het secretariaat en de jury.
 9. Medailles voor de nummers 1, 2 en 3 in elke serie.
 10. Oorkondes voor alle deelnemers.
- Na 5 series volgt de prijsuitreiking van de series en de bekendmaking van de dagwinnaar van de wisselbeker.
 - Aan het einde van de wedstrijd een boekje met resultaten meegeven aan de clubs of dit binnen 24 uur na afloop van de wedstrijd via email aan de deelnemende clubs toezenden.
 - De uitslagen binnen 24 uur na afloop van de wedstrijd toezenden aan de webmaster van de Zeskampwebsite: info@zeskampschoonspringen.nl.

Inschrijfgelden:

- De deelnemende verenigingen zijn geen inschrijfgelden verschuldigd.
- Het staat iedere vereniging vrij om haar eigen deelnemers desgewenst voor iedere wedstrijd een persoonlijk inschrijfgeld te vragen, dat vervolgens (bijvoorbeeld ter dekking van de kosten van badhuur) in de eigen clubkas kan worden gestort.

Eventueel beschikbare scheidsrechters:

- Gerrit de Vroome; ZV Aquarijn
- Frits Adelmeijer; PSV
- Henri Wint; MSV Zeemacht
- Angélique de Vroome; ZV Aquarijn

Supplement

Diploma's voor schoonspringen landelijk:

Meisjes

D1	3+3	135 punten
D3	3+3	145 punten
DT	3+2	125 punten
C1	5+2	165 punten
C3	5+2	175 punten
CT	4+2	145 punten
B1	5+3	205 punten
B3	5+3	215 punten
BT	4+3	200 punten
A1	5+4	260 punten
A3	5+4	270 punten
AT	4+4	240 punten

Jongens

D1	4+3	160 punten
D3	4+3	170 punten
DT	3+3	145 punten
C1	5+3	205 punten
C3	5+3	215 punten
CT	4+3	200 punten
B1	5+4	245 punten
B3	5+4	255 punten
BT	4+4	240 punten
A1	5+5	295 punten
A3	5+5	305 punten
AT	4+5	280 punten

Bovengenoemde eisen voor de dames / meisjes tellen op zeskampniveau ook voor de jongens / heren !!!

Indien in serie 2 door de deelnemer meer dan 135 punten worden behaald , wordt de deelnemer geacht op zeskampniveau het D-1-diploma te hebben gehaald.

Indien leden van deelnemende verenigingen tijdens (inter)nationale wedstrijden met minder dan de benodigde sprongen wél de benodigde punten behalen worden deze voor de zeskamp als diplomahouder beschouwd.

Indien leden van deelnemende verenigingen tijdens (inter)nationale wedstrijden met meer dan het aantal sprongen van de zeskamp binnen het aantal voor de zeskamp benodigde sprongen wél het benodigde puntenaantal behalen worden deze voor de zeskamp als diplomahouder beschouwd.

(Bijv. wedstrijd met 8 sprongen, springer haalt bij de 6^e sprong 135 punten is dan diplomahouder D1)