

7.4 Hulpverleners bij de salto voorover met de draaigrep (2)

Hoe: Draaigrep op de romp met overpakken naar de steungrep op de romp

Doel: Ondersteunen van de rotatie



Instructie voor de hulpverleners

Let op: Hulpverleners is DOM handelen!

Klaarstaan

- 1 Ga met twee hulpverleners dicht bij elkaar aan het begin van de landingsmat klaarstaan. Neuzen naar elkaar toe.
- 2 Ga stevig klaarstaan: voeten op schouderbreedte en iets door je knieën gezakt.
- 3 Kijk naar de beweger.
- 4 Wijs met je dichtstbijzijnde hand naar de buik van de beweger ('voel of het regent').
- 5 Houd je andere hand klaar om op de rug te leggen zodra je erbij kunt.
- 6 Tel samen af.

Timing

- 7 Maak contact met de buik en de rug zodra de beweger na de afzet gaat roteren.

Ingrijpen

- 8 Volg de beweging nauwkeurig maar laat de beweger zo veel mogelijk zelf doen!
 - a Als de beweger onvoldoende rotatie meeneemt uit de afzet, kun je hem rotatie meegeven door gelijktijdig met je handen een duwtje tegen de buik en de rug te geven.
 - b Als de beweger te veel rotatie heeft, kun je van de draaigrep direct overpakken naar de steungrep romp (zie ook paragraaf 6.3 over hulpverleners bij de salto voorover met de steungrep).

- c Als de beweger zelfstandig en gecontroleerd kan landen, beweeg je alleen mee.

Let op: Je eindigt met gekruiste armpositie.

Einde begeleiding

- 9 Als de beweger veilig op de mat staat, kun je de beweger loslaten. Daarna kun je wisselen.