

Zš Janského

ve spolupráci s Pražským gymnastickým svazem

pořádá

10.ročník závodu v gymnastickém dvojboji dívek

DRÁČEK



Místo konání: tělocvična ZŠ Janského, Janského 2189, Praha 5

Datum: neděle 1.10.2017

Ředitel závodu: Mgr. Jan Hlaváček

Hlavní organizátor : Andrea Kudličková

Hlavní rozhodčí: Lenka Šotolová

Počtářská komise : Michal Šotola

Přihlášky do 22.9.2017 email: sotola.michal@gmail.com

v kopii : veresandr@seznam.cz

oddíly registrované pod ČGF své děti přihlásí přes systém GIS

přihláška emailem musí obsahovat: jméno závodnice, ročník narození, jméno trenéra, kategorii / 1.,2.,3./ druh závodu / A nebo B /, jméno rozhodčí/ho/

Závodí: dívky narozené v roce 2006- mladší ve čtyřech věkových a dvou výkonnostních kategoriích. / pořadatel si vyhrazuje právo udělit výjimku/

Podmínka účasti: zaplacení startovného za každou závodnici ve výši 100 Kč, nejméně jedna rozhodčí za oddíl, /po celou dobu závodu/, -neúčast-pokuta 200 Kč, za zdravotní stav závodnic odpovídají rodiče

Omezení : závodu kategorie A se nemohou účastnit závodnice, které startovaly na MČR linie A nebo B pořádaném ČGF nebo mají splněn VS starší žákyně a vyšší závodu kategorie B se nesmí účastnit závodnice se splněným VS dle ZP ČGF a závodnice, které startovaly na MČR ČASPV nebo ČOS a MČR ČGF linie C

Věkové kategorie dívek: kategorie 1 – ročník 2006_2007

Kategorie 2 – ročník 2008-2009

Kategorie 3 – ročník 2010-2011

Závodnice mohou závodit v kategorii A nebo B

Vložený závod pro začínající gymnastky roč. 2012 a mladší, do této kategorie může každý oddíl vyslat maximálně 4 závodnice

V případě přihlášení velkého počtu závodnic si pořadatel vyhrazuje právo na omezení startujících.

Družstva dívek- v závodě A i B budou vyhlášena tři nejlepší družstva.

Do výsledku družstva se započítávají známky nejlepší závodnice v 1., 2., a 3. kategorii z oddílu zvláště v závodě A a B. Každé družstvo na 1.-3. místě získává pohár, diplom a cenu, členky družstev medaili.

Ceny pro jednotlivce :

1.-3. místo pohár, medaile ,diplom, cena , do 6. místa medaile, diplom. Účastnický diplom a cenu získávají všechny děti

V mimi závodě získávají medaili všechny děti.

Obtížnost a požadavky

Závod A

1. Kategorie A - ročník 2006-2007 / hrazda, kladinka /

hrazda - výmyk 1 bod

toč vpřed- může být i jednož 1 bod

podmet- 1 bod

neuplatňuje se srážka za prázdný kmih (za mezikmih 0,5 b platí)

kladina / 30 cm-minimálně 2 řady / nesplnění neutrální srážka 1 bod

pirueta 360° -1 bod

přemet vzad nebo vpřed – 1 bod

gymnastický skok odrazem snožmo/ nikoli přímý skok/ -1 bod

2. Kategorie A ročník 2008-2009 /přeskok, prostná/

přeskok- bedna 100 cm přemet - 3 body

rondat - 2 body

skrčka, roznožka -1,5 bodu

prostná- jedna řada- pás žíněnek-12 m

váha- /únožmo, zánožmo/ rozsah min. 135°- výdrž min. 2 vt. -1 bod

pasáž dálkový skok, nůžky- 1 bod

spojení dvou akro prvků obsahující přemet vzad nebo vpřed -

mohou být i stejné- 1 bod

3. kategorie A ročník 2010-2011 / přeskok, prostná/

přeskok - bedna 80 cm

přemet , rondát -3 body

skrčka, roznožka 2 body

výskok do dřepu a plynule seskok- 1 bod

prostná - jedna řada- 12 m

pasáž dvou gymnastických skoků odrazem z jedné nohy-1 bod

libovolná váha rozsah min. 135°- výdrž 2 vteřiny-1 bod

přemet vzad – 1 bod nebo přemet stranou 0,5 bodu

Závod B

1. Kategorie B -roč.- 2006-2007 /hrazda, kladinka30 cm/

hrazda - po čelo závodnice- výmyk- 1 bod

toč vzad - 1 bod

podmet nebo zášvihem seskok- 1 b

neuplatňuje se srážka za prázdný kmih (za mezikmih 0,5 b platí)

kladina - 1 řada – gymnastický skok- nikoli přímý- 1 bod

kotoul vpřed- i pomalý- 1 bod

obrat 180°, může být i výskokem- 1 bod

2. Kategorie B – roč. 2008-2009 / přeskok, prostná /

přeskok - bedna 80 cm -přemet, rondát- 3 body

Skrčka, roznožka- 2 body

prostná - 1 řada , 12 m

pasáž dvou skoků odrazem jednož - 1 bod

přemet stranou- 1 bod

libovolná váha rozsah min. 135°- výdrž 2 vteřiny-1 bod

3. Kategorie B – ročník 2010-2011/ přeskok, prostná /

přeskok- bedna 80 cm-

výskok do dřepua plynule seskok – 3 body

prostná - 10 m

přemet stranou- 1 bod

gymnastický skok odrazem jednož- 1 bod

rovnovážný prvek s výdrží 2 vteřiny- 1 bod

Vložený závod mimi- 2012 /prostná, lavička /

prostná - 8 m- kotoul vpřed – 1 bod

čertík nebo nůžky – 1 bod

rovnovážný prvek s výdrží -1 bod

lavička - 1 řada- gymnastický skok/ nikoli přímý/ - 1 bod

rovnovážný prvek s výdrží – 1 bod

akrobatický prvek – 1 bod

Pro všechny věkové kategorie platí srážky dle pravidel FIG, vyjma srážek za umělecký dojem. Za gymnastický skok se nepovažuje přímý skok. Znamka za provedení z 10 bodů.

Max hodnota D= 3 body v všech kategoriích a na všech náradích.

Na prostných není k dispozici akrobatický pás, prostná bez hudby.

Předběžný časový harmonogram

8.00-9.00- prezentace kategorií závodu A a mimina

8.30-9.45- rozcvičení závodnic kategorie A

9.00-9.30 -porada trenérů a rozhodčích

9.45- příprava na nástup

9.55- nástup

10.00 zahájení závodu 1.a 2. kategorie A

Po skončení těchto kategorií- závod Mimi a kategorie 3 A

12.00-12.30-prezentace závodnic kategorie B

12.30 vyhlášení výsledků kategorie A a mimi

13.-14 hodin- rozcvičení závodnic B

14.00- 14.10 nástup a zahájení závodu

14.15 – zahájení závodu 1. a 2. kategorie B

Po skončení těchto kategorií závod kategorie 3 B

Vyhlášení kategorie B

V místě závodu bude otevřen bufet.

Podrobnější časový plán obdržíte po ukončení přihlášek.

Těšíme se na Vás!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!

Andrea Kudličková