



pořádá

23. ROČNÍK ZÁVODU

„MEMORIÁL JANA PALACHA“

sobota 20.1.2018 v sokolovně Všetaty, T.G. Masaryka 342, 277 16 Všetaty

<u>Časový rozpis:</u>	8.30	-	9.45	-	prezentace, rozcvič. I. – IV. kat.
			9.45	-	porada rozhodčích
			10.00	-	zahájení závodu I. – IV. kat.
			12.00	-	vyhlášení výsledků I.- IV. kat.
	12.00	-	12.45	-	prezentace, rozcvič. V. – VII. kat.
			12.45	-	zahájení závodu V. – VII. kat.

Časový rozpis se může dle počtu přihlášených závodnic změnit.

Přihlášky:

do 14.1.2018 přes **GIS** nebo na e-mail: alena.semelkova@seznam.cz

Tel. pro případné dotazy: **606 375 080**

Rozhodčí:

min. jedna rozhodčí na 5 závodnic. (nesplnění tohoto požadavku bude pokutováno 500,- Kč).
- uvést v přihlášce

Startovné: 100,- Kč za závodnici.

Technická ustanovení závodu pro všechny kategorie

- hodnota každého povinného požadavku je **0,5 bodu**,
- závodí se dle **platných pravidel FIG**, přiložené doplňkové tabulky prvků pro kat. **I. – VI.** a **tohoto rozpisu**,
- při shodě bodů rozhoduje známka na kladině,
- za akrobatickou řadu se považuje řada 2 akro. prvků i samostatné salto.

I. kategorie roč. 2012 a mladší (max. známka D je 2,0 b)

Prostná: (projít 8 metrů – při nedodržení srážka 0,5b) max. délka koberce je 10m

povinné požadavky:

- gym. skok,
- akro. prvek,
- rovnovážný prvek,
- hluboký předklon (placka).

Lavička:

povinné požadavky:

- náskok do vzporu dřepmo,
- gym. skok,
- akro. prvek,
- rovnovážný prvek.

II. kategorie roč. 2011 (max. známka D je 2,0 b)

Prostná:

(projít 12 metrů - při nedodržení srážka 0,5 b.)

Kladina - výška 30 cm

(1 řada - při nedodržení srážka 0,5 b.)

povinné požadavky:

- gym. skok,
- akro. prvek vpřed,
- arabeska,
- akro. prvek stranou,

povinné požadavky:

- náskok do vzporu dřepmo,
- gym. skok,
- arabeska,
- seskok skokem s přednožením roznožmo (štika),

III. kategorie roč. 2010

(do známky D se započítává 8 nejobtížnějších prvků v sestavě včetně závěru)

Prostná (bez hudby) - povinné požadavky:

- akro. prvek vzad,
- pasáž 2 gym. skoků (1 v rozsahu),
- vazba 2 různých akro. prvků
- obrat o 360°,

Kladina výška 120 cm - povinné požadavky:

- pirueta 180°,
- gym. skok,
- akro. prvek
- jiný akro. prvek

IV. kategorie roč. 2009

Prostná a Kladina – stejné jako u kat. III.

Pro kategorie III. – IV. platí neutrální srážky:

- 5 a více prvků na kladině a prostných,neutrální srážky 0 b
4 prvky na kladině a prostných, neutrální srážky 3 b.
3 prvky na kladině a prostných,neutrální srážky 5 b.
1-2 prvků na kladině a prostných.....neutrální srážky 8 b.
0 prvků na kladině a prostnýchneutrální srážky 10 b.

U kategorie I. – II. se neutrální srážky neuplatňují.

V. kategorie roč. 2008 - 2007

(do známky D se započítává 8 nejobtížnějších prvků v sestavě včetně závěru)

Prostná - sestava na hudbu, povinné požadavky: (neutrální srážky dle FIG)

- pasáž 2 gym. skoků (1 v rozsahu),
- obrat o 360°,
- akro. prvek vzad,
- vazba 2 různých akro. prvků,

Kladina výška 120 cm - povinné požadavky: (neutrální srážky dle FIG)

- spojení 2 gym. skoků (1 v rozsahu),
- obrat o 360°,
- akro. prvek stranou/vpřed,
- akro. prvek vzad.

VI. kategorie roč. 2006 - 2005

(do známky D se započítává 8 nejobtížnějších prvků v sestavě včetně závěru)

Prostná: - povinné požadavky: (neutrální srážky dle FIG)

- pasáž 2 různých gym. skoků, (1 v rozsahu) – skoky musí být z Pravidel FIG,
- salto,
- obrat jednož (ze sk. 3 dle Pravidel FIG),
- vazba 2 různých akro. prvků.

Kladina: - povinné požadavky: (neutrální srážky dle FIG)

- spojení 2 gym. skoků (1 v rozsahu) – skoky musí být z Pravidel FIG,
- obrat jednož (ze sk. 3 dle Pravidel FIG)
- akro. prvek stranou/vpřed z Pravidel FIG,
- akro. prvek vzad,

U kat. I. – VI. platí doplňková tabulka prvků.

VII. kategorie roč. 2004 - 2003

(do známky D se započítává 8 nejobtížnějších prvků v sestavě včetně závěru)

Prostná: - povinné požadavky: (neutrální srážky dle FIG)

- pasáž 2 různých gym. skoků, (1 v rozsahu) – skoky musí být z Pravidel FIG,
- salto vpřed,
- obrat jednož (ze sk. 3 dle Pravidel FIG)
- salto vzad.

Kladina: - povinné požadavky: (neutrální srážky dle FIG)

- spojení 2 gym. skoků (1 v rozsahu) – skoky musí být z Pravidel FIG,
- obrat jednož (ze sk. 3 dle Pravidel FIG),
- akro. prvek z Pravidel FIG,
- jiný akro. prvek z Pravidel FIG.

Doplňková tabulka prvků A nad rámec pravidel FIG

Kladina	Prostná
kotoul vpřed s přehmatem	kotoul vpřed
kotoul vzad i přes rameno,	kotoul vzad
nůžkový skok	stoj kotoul
skok prohnutě s obr. 180°	kotoul vzad do stoje na rukou
skok se skrčením přednožmo	přemet stranou
obrat o 180° přednožením do zanožení	přemet vpřed zvolna
obrat jednož o 180° v libovolném provedení	přemet vzad zvolna
váha předklonmo, v unožení, v přednožení i s držením nohy (roznožení min. 135°)	nůžkový skok
náskok do vzporu dřepmo	čertík s obr. 180°
závěry: rondat	skok se skrčením přednožmo
přemet	skok se skrčením přednožmo s obr. 180°
zánožka	
arab	
šprajcka	