

DUO GYM CUP - ŠESTAJOVICE

gymnastická dvojčata aneb ve dvou se to lépe cvičí

DATUM: **NEDĚLE 20.1.2019**
 POŘADATEL: **GT ŠESTAJOVICE, z.s**
 MÍSTO: Sportovní hala Šestajovice, U Váhy 1000,
 250 92 Šestajovice

I. VŠEOBECNÁ USTANOVENÍ

- Přihlášky: prostřednictvím GIS, nebo na e-mail: SGsestajovice@email.cz do 15.1.2019.
- Hudba: zaslat na e-mail hudba@gymnastikasestajovice.cz (oddíl, jméno závodnice, kategorie)
- Losování: sobota 19.1.2019 ve sportovní hale v Šestajovicích.
- Ubytování není zajištěno.
- Závodní kancelář: bude otevřena v místě závodu dle časového rozpisu.
- Podmínka účasti: včas zasláná přihláška, lékařská prohlídka v průkazce s podobenkou, jedna kvalifikovaná rozhodčí na 6 závodnic. Při nedodržení je TJ povinna uhradit poplatek 300,- Kč za každou chybějící rozhodčí.
- Startovné: 150,- Kč na závodnici.

II. TECHNICKÁ USTANOVENÍ

- Předpis: závodí se dle platných pravidel FIG, platného Závodního programu a ustanovení tohoto rozpisu.
- Prostná se závodí na páse 14 m., kladina 120 cm výšky pro skupinu Mladší a Starší gymnastky.
- Startují: **dvojice dle uvedených kategorií.**
- Úbor: viz. družstvo, dle pravidel FIG.
- Disciplíny a obtížnost: čtyřboj, volné sestavy se skladebními požadavky a 0,5 bodu.
- Pro všechny kategorie **je v platnosti doplňková tabulka prvků** platného závodního programu ženských složek. Hodnota prvků z dodatkové tabulky i z pravidel: A-0,1b, B-0,2b, C-0,3b.
- Časový pořad: bude upřesněn. Předběžně skupina Mimi dopoledne. Po vyhlášení výsledků skupina Mladší gymnastky a Starší gymnastky (v odpoledních hodinách).
- Pořadatel si vyhrazuje právo provést případné časové změny dle počtu přihlášených závodnic.
- Nominace rozhodčích: rozdělení proběhne na poradě před závodem.



KATEGORIE A SKUPINY ZÁVODU

kategorie	ročník narození
skupina - Mimi	
Mimi I	2013 a mladší
Mimi II	2012
skupina – Mladší gymnastky	
Mladší I	2011-2010
Mladší II	2009-2008
skupina – Starší gymnastky	
Starší I	2007-2006
Starší II	2005 a starší

Koncept:

Dvě gymnastky z jedné TJ **utvoří dvoučlenné družstvo** (v dané kategorii) a předem nahlásí, na jakém nářadí budou závodit. Každá závodnice zacvičí na **dvou nářadích dle vlastního výběru**, přičemž dohromady musí absolvovat **cvičení na všech nářadích**.

V případě různého věku závodnic rozhoduje o zařazení do kategorie věk starší z nich. Je povoleno „ostaršení“ gymnastky o 1 rok. Každá gymnastka může k závodu nastoupit pouze v jedné dvojici.

V každé závodní SKUPINĚ bude vyhlášeno **nejlepší družstvo závodu**, které získá putovní pohár starosty obce Šestajovice.

Ve skupině **MIMI, MLADŠÍ GYMNASTKY** i ve skupině **STARŠÍ GYMNASTKY** ho budou vždy tvořit dvě dvojice nejlepších gymnastek z dané TJ z rozdílné kategorie. *(Př. ve skupině MIMI utvoří družstvo nejlepší dvojice z kategorie Mimi I a nejlepší dvojice z kategorie Mimi II, z jedné T.J).*

Vítězné družstvo získá putovní pohár, sladkou odměnu a diplom. Každá závodnice vítězného družstva získá navíc medaili a hodnotnou cenu.

Všechny závodnice kategorie **Mimi I** získají medaili a účastnický diplom.

Vyhlášeny budou v každé kategorii „dvojčata“ do 10. místa, závodnice získají diplom a hodnotnou cenu.



ROZPIS ZÁVODU SKUPINY MIMI

KATEGORIE MIMI I – II (ROČNÍKY NAROZENÍ 2012 A MLADŠÍ)

Shodné požadavky pro všechny kategorie

Ve skupině MIMI nebudou uplatňovány **srážky za počet prvků, srážky za umělecký projev a choreografii.**

Hodnoty prvků nad rámec rozpisu se do známky D nezapočítávají.

Pro skupinu MIMI dále platí, že rovnovážný prvek může být plněn kromě prvků z pravidel, či doplňkové tabulky také arabeskou.

PŘESKOK

Žíněnky 30 cm výšky, měkká bedna 30 cm výšky, odrazový můstek.

Povoleny jsou 2 skoky. Do výsledku se započítává lepší známka z obou přeskoků.

Z rozběhu odrazem snožmo z přeskokového můstku kotoul letmo přes měkkou překážku na žíněnku.

Hodnocení: **známka D ze 2 bodů.**

HRAZDA

Hrazdová (bradlová) tyč. Možnost přidání žíněnky (podložky) - tyč po čelo závodnice.

Skladební požadavky a 0,5 bodu:

Přešvih skrčmo do svisu vznesmo vzadu (výdrž) špičky nad čelem	0,5 bodu
Přešvih schylmo do svisu vznesmo vpředu, špičky před žerdí	0,5 bodu
Přešvih roznožmo do svisu roznožmo vzadu (specialitka) výdrž	0,5 bodu
Přešvih roznožmo do svisu vznesmo vpředu (výdrž) špičky před žerdí	0,5 bodu
Zvolna do stoje spatného	

Hodnocení: **známka D ze 2 bodů.**

Ostatní srážky: chybějící výdrž 2 sec. vždy: **- 0,2 bodu.**

LAVIČKA

Lavička čalouněná 4 m. Volná sestava se skladebními požadavky.

Skladební požadavky a 0,5 bodu:

Akrobatický prvek (musí být předveden na lavičce)	0,5 bodu
Gymnastický prvek	0,5 bodu
Rovnovážný prvek, výdrž 2 sec.	0,5 bodu
Přímý seskok	0,5 bodu

Hodnocení: **známka D ze 2 bodů.**

PROSTNÁ

Akrobatický pás 14 m. Volná sestava se skladebními požadavky.

Skladební požadavky a 0,5 bodu:

Akrobatický prvek	0,5 bodu
Gymnastický prvek	0,5 bodu
Rovnovážný prvek, výdrž 2 sec.	0,5 bodu
Jedna řada, min. 8 metrů	0,5 bodu

Hodnocení: **známka D ze 2 bodů.**

ROZPIS ZÁVODU SKUPINY MLADŠÍ GYMNASTKY

KATEGORIE MLADŠÍ I A II (ROČNÍKY 2011-2008)

Různé požadavky pro jednotlivé kategorie.

PŘESKOK

Kat. Mladší I, ročníky 2011-2010

Bedna našíř 80 cm výšky, dopadové žíněnky v úrovni bedny, odrazový můstek.

Povoleny jsou 2 skoky. Do výsledku se započítává lepší známka z obou přeskoků.

Z rozběhu náskok do stoje na rukou a odrazem z rukou pád do lehu na zádech.

Hodnocení: známka D ze 2 bodů.

Kat. Mladší II, ročníky 2009-2008

Přeskokový stůl DIONY výšky 100 cm, dopadová žíněnka 30 cm, odrazový můstek.

Povoleny jsou 2 skoky. Do výsledku se započítává lepší známka z obou přeskoků.

Z rozběhu přemet vpřed s doskokem na nohy.

Hodnocení: známka D z 2 bodů.

BRADLA

Kat. Mladší I, ročníky 2011-2010

Skladebními požadavky a 0,5 bodu:

Výmyk tahem do vzporu a spojitě	0,5 bodu
Zákmih 45° a spojitě	0,5 bodu
Toč vzad do	0,5 bodu
Podmetu	0,5 bodu

Hodnocení: známka D z 2 bodů.

Ostatní srážky: výmyk odrazem: -0,3 bodu.

Kat. Mladší II, ročníky 2009-2008

Skladební požadavky a 0,5 bodu:

Vzepření vzklopno	0,5 bodu
Prvek blížký žerdi	0,5 bodu
Přechod z nižší na vyšší žerď (nemusí být prvkem = bez srážky)	0,5 bodu
Stoj na rukou	0,5 bodu

Hodnocení: hodnotí se 8 nejtěžších prvků do známky D, min 5 prvků.

Neutrální srážky: krátká sestava (chybějící prvek = srážka 1 bod).



KLADINA

Kat. Mladší I, ročníky 2011-2010

Volná sestava se skladebními požadavky, **závodnice předvede min. 5 různých prvků.**

Skladební požadavky a 0,5 bodu:

Náskok prvkem	0,5 bodu
Akrobatický prvek (musí být předveden na kladině)	0,5 bodu
Gymnastický prvek	0,5 bodu
Rovnovážný prvek, výdrž 2 sec.	0,5 bodu

Hodnocení: známka D dle hodnoty obtížnosti prvků, hodnotí se 8 nejobtížnějších prvků.

Neutrální srážky: krátká sestava (chybějící prvek = srážka 1 bod).

Kat. Mladší II, ročníky 2009-2008

Volná sestava se skladebními požadavky, **závodnice předvede min. 8 různých prvků.**

Skladební požadavky a 0,5 bodu:

Náskok prvkem	0,5 bodu
Akrobatický prvek (musí být předveden na kladině)	0,5 bodu
Gymnastický prvek	0,5 bodu
Obrat ze skupiny 3 Pravidel FIG	0,5 bodu

Hodnocení: známka D dle hodnoty obtížnosti prvků, hodnotí se 8 nejobtížnějších prvků.

Neutrální srážky: krátká sestava (chybějící prvek = srážka 1 bod).

PROSTNÁ

Kat. Mladší I, ročníky 2011-2010

Čas: max. 1:30 min (90 sec.), bez hudebního doprovodu.

Volná sestava se skladebními požadavky, **závodnice předvede min. 5 různých prvků.**

Skladební požadavky a 0,5 bodu:

Akrobatický prvek	0,5 bodu
Jiný akrobatický prvek s letovou fází	0,5 bodu
Gymnastický prvek	0,5 bodu
Vazba (pasáž) dvou různých gymnastických skoků	0,5 bodu

Hodnocení: známka D dle hodnoty obtížnosti prvků, hodnotí se 8 nejobtížnějších prvků.

Neutrální srážky: krátká sestava (chybějící prvek = srážka 1 bod).

Kat. Mladší II, ročníky 2009-2008

Čas: max. 1:30 min (90 sec.), **s povinným** hudebním doprovodem.

Volná sestava se skladebními požadavky, **závodnice předvede min. 8 různých prvků.**

Platí požadavek 2 různých akrobatických řad pro uznání závěru sestavy.

Akrobatická řada bez salta – přímé spojení min. 2 různých prvků, z nichž min. jeden musí obsahovat projití stojem na ruku. Salto odrazem snožmo je považováno za akrobatickou řadu.

Skladební požadavky a 0,5 bodu:

Akrobatický prvek	0,5 bodu
Jiný akrobatický prvek s letovou fází	0,5 bodu
Gymnastický prvek	0,5 bodu
Vazba (pasáž) dvou různých gymnastických skoků	0,5 bodu

Hodnocení: známka D dle hodnoty obtížnosti prvků, hodnotí se 8 nejobtížnějších prvků.

Neutrální srážky: krátká sestava (chybějící prvek = srážka 1 bod).

ROZPIS ZÁVODU SKUPINY STARŠÍ GYMNASTKY KATEGORIE STARŠÍ I A II (ROČNÍKY 2007 A STARŠÍ)

Sestavy na přeskoce, bradlech, kladině a prostných – viz. požadavky linie B, kategorie VS4 B (Závodní program ženských složek, str. 14).

Výška přeskokového stolu 120 cm. / molitanový přeskokový stůl Diony

Těšíme se moc na Vaši účast.

Jednatelka závodu: Michaela Sýkorová, tel.: 773 333 634

Hlavní rozhodčí:

