

Pražský gymnastický svaz

ve spolupráci

s

Andreou Kudličkovou

a

Karolínou Mrázovou

pořádá

11. ročník závodu v gymnastickém dvojboji

DRÁČEK

Místo konání: Hala Věry Čáslavské Černošice

Datum: sobota 6.10.2018

Ředitelka závodu: Andrea Kudličková

Hlavní organizátor : Karolína Mrázová

Hlavní rozhodčí: Lenka Šotolová

Počtářská komise : Michal Šotola

Přihlášky do 22.9.2017 **přes systém GIS,**

oddíly neregistrované pod ČGF mohou své děti přihlásit na email:

sotolova.lenka.gym@gmail.com, v kopii : veresandr@seznam.cz

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 2007- mladší ve čtyřech věkových a dvou výkonnostních kategoriích. / pořadatel si vyhrazuje právo udělit výjimku/

chlapci ročník- 2010-mladší

Podmínka účasti: zaplacení startovného za každého/ou závodníka/ci ve výši 150 Kč, nejméně jedna rozhodčí za oddíl na 8 závodnic /po celou dobu závodu/, -neúčast-pokuta 500 Kč, za zdravotní stav odpovídají rodiče

Omezení : závodu kategorie A se nemohou účastnit závodnice, které startovaly na MČR pořádaném ČGF v linii A nebo B nebo mají splněn stupeň VS2 a vyšší
závodu kategorie B se nesmí účastnit závodnice se splněným VS dle ZP ČGF a závodnice, které startovaly na MČR ČASPV nebo ČOS

závodu chlapců se nemohou účastnit závodníci, kteří startovali na MČR ČGF, ČASPV nebo ČOS

Věkové kategorie dívek: kategorie 1 – ročník 2007-2008

kategorie 2 – ročník 2009-2010

kategorie 3 – ročník 2011-2012

Závodnice mohou závodit v kategorii A nebo B

Vložený závod pro začínající gymnastky roč. 2013 a mladší, do této kategorie může každý oddíl vyslat maximálně 4 závodnice

Věková kategorie chlapců : 2010- mladší

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

Družstva chlapců- do družstva se počítají 3 celkové nejlepší výsledky

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 - ročník 2007-2008 / kladina, prostná /

kladina / 30 - 50 cm/- minimálně 2 řady - 1 bod

pirueta min. 360° -1 bod

přemet vzad nebo vpřed – 1 bod

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

prostná - hudba 30-60' - 1 bod

akrobatická řada se saltem/samostatné salto odrazem smožmo- 1 bod

pasáž dvou různých gymnastických skoků odrazem z jedné nohy - 1 bod

pirueta min. 360°- 1 bod

2. Kategorie ročník 2009-2010 /kladina, prostná/

kladina / 30 - 50 cm/- minimálně 2 řady - 1 bod

pirueta min. 180° - 1 bod

přemet stranou – 1 bod

gymnastický skok /ne přímý skok/ - 1 bod

prostná - bez hudby - 2 řady - 1 bod

váha- /únožmo, zánožmo/- výdrž minimálně 2 vteřiny -1 bod

pasáž dálkový skok, nůžky- 1 bod

spojení dvou akro prvků z nichž alespoň jeden musí projít stojem

na rukou - mohou být i stejné- 1 bod

3. Kategorie ročník 2011-2012 / lavička , prostná/

lavička - 2 řady - 1 bod

kotoul- 1 bod

gymnastický skok /ne přímý skok/ – 1 bod

rovnovážný prvek s výdrží – 1 bod

prostná - jedna řada ca 10 m – 1 bod

pasáž dvou různých gymnastických skoků odrazem z jedné nohy-1 bod

váha- výdrž 2 vteřiny-1 bod

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

Závod B

1. Kategorie -roč.- 2007-2008 / kladina, prostná/

kladina / 30 - 50 cm/- minimálně 1 řada - 1 bod

gymnastický skok /ne přímý skok/- 1 bod

kotoul vpřed i pomalý - 1 bod

obrat min. 180°, může být i výskokem - 1 bod

prostná – hudba 30-60' - 1 bod

spojení dvou akrobatických prvků z nichž alespoň jeden musí být s letovou fází - 1 bod

pirueta min. 360° - 1 bod

pasáž/vazba dvou gymnastických skoků - 1 bod

2. Kategorie – roč. 2009-2010 / lavička , prostná /

lavička - 2 řady – 1 bod

kotoul vpřed – 1 bod

gymnastický skok /ne přímý skok/ - 1 bod

arabeska/váha s výdrží -1 bod

prostná - 1 řada ca 10 m – 1 bod

pasáž dvou skoků odrazem jednož - 1 bod

přemet stranou - 1 bod

váha výdrž 2 vteřiny – 1 bod

3. Kategorie – ročník 2011-2012/ lavička, prostná /

lavička - 1 řada – 1 bod

kotoul – 1 bod

gymnastický skok i přímý skok – 1 bod

rovnovážný prvek-výdrž 2 vteřiny - 1 bod

prostná - 1 řada ca 10 m – 1 bod

přemet stranou- 1 bod

gymnastický skok odrazem jednož- 1 bod

výdržový prvek- 2 vteřiny- 1 bod

Vložený závod mimi- 2013 a ml.

lavička- 1 řada – 1 bod

gymnastický skok/ i přímý/ - 1 bod

rovnovážný prvek – 1 bod

akrobatický prvek – 1 bod

prostná – 1 řada ca 8 m - 1 bod

kotoul vpřed – 1 bod

čertík nebo nůžky – 1 bod

rovnovážný prvek -1 bod

Chlapci

prostná - 1 řada ca 10 m – 1 bod

stoj kotoul -1 bod

přemet stranou – 1 bod

placka - 1 bod

hrazda – výmyk- 1 bod

toč vzad – 1 bod

zášvihem seskok -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.

Na prostných není k dispozici akrobatický pás, ale malý airtrack s kobercem

Předběžný časový harmonogram

8.00-9.00- prezentace kategorií závodu A a mimi

8.30-9.45- rozcvičení závodnic závodu 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 pro závod B a chlapců

12.30 vyhlášení výsledků závodu A a mimi

13.00 - 14.00 rozcvičení závodu B a chlapců

14.00 nástup

14.15 – zahájení závodu 1. a 2. kategorie B

Po skončení těchto kategorií závod kategorie 3B a chlapců

Vyhlášení závodů B a chlapců

V místě závodu bude otevřen bufet.

Podrobnější časový plán obdržíte po ukončení přihlášek.

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

Andrea Kudličková