

Oddíl sportovní gymnastiky ŠK Uherský Ostroh
Vás srdečně zve na závody pod názvem

GYMNASTICKÉ NADĚJE

Datum: sobota **9. března 2019**

Místo: Sportovní hala Uherský Ostroh, ulice Šance 166

Činovníci: Magdalena Zpěvákova – ředitelka závodu
Marcela Vadurová – hlavní rozhodčí

Přihlášky: uzávěrka přihlášek je 1.3.2019
Přihlášky zasílejte přes gis nebo na e-mail: vadurovamarcela@seznam.cz

Podmínka účasti: **včas zasláná přihláška**
1 rozhodčí na 7 závodnic. Bez min. 1 rozhodčí nebude umožněno startovat.
Při nezajištění dostatečného počtu rozhodčích je pokuta 100 Kč/závodnice navíc.
Zaplacení startovného: 150 Kč / 1 závodnice.

- Závodí se dle platných pravidel FIG, Závodního programu ČGF aktualizace 2019
- Pro všechny kategorie hodnoty prvků DT 0,1. Prvky FIG dle pravidel
- Skladební požadavky pro jednotlivé kategorie jsou upraveny tímto rozpisem
- Za zdravotní stav závodnic odpovídá vysílající oddíl
- V jedné kategorii smí startovat maximálně 5 závodnic stejného oddílu

Kategorie:

1. Kategorie – MIMINA – rok narození 2013
2. Kategorie – PŘÍPRAVKA – rok narození 2012
3. Kategorie – ŽÁKYNĚ A – rok narození 2011
4. Kategorie – ŽÁKYNĚ B – rok narození 2010
5. Kategorie – ŽÁKYNĚ C – rok narození 2009
6. Kategorie – ŽÁKYNĚ D – rok narození 2008 a 2007
7. Kategorie – JUNIORKY – rok narození 2006 a starší

Časový rozpis:	8.00 – 9.00	registrace závodnic, rozhodčích
	8.00 – 9.30	rozcvičení
	9.30	porada trenérů, rozhodčích
	9.45	seřazení závodnic, nástup
	10.00	zahájení závodu

Bližší časový harmonogram a rozlosování závodnic do sledů bude zasláno přihlášeným oddílům e-mailem 3.3.2019.

Povinné požadavky:

1. kategorie – MIMINA – rok narození 2013 DVOJBOJ

Lavička, prostná - 4 prvky za každý 0,5 bodu. Nepočítá se hodnota obtížnosti prvků.
Max. známka D na lavičce a prostných je 3 body = 2 (počet prvků) + 1 (požadavky)

Lavička		Prostná – bez hudby	
<u>Požadavky:</u>		<u>Požadavky:</u>	
1.Gymnastický skok	0,5	1.Gymnastický skok	0,5
2.Akrobatický prvek	0,5	2. Akrobatický prvek	0,5

Prvky DT, FIG

2. kategorie – PŘÍPRAVKA – rok narození 2012 TROJBOJ

Bradla

Bradlová žerď po čelo. Povinná sestava ze závodního programu ČGF strana 16:

1.Ze shybu stojmo odrazem střídnož nebo tahem výmyk do vzporu	3,00		
2. sešín vpřed do svisu vnesmo vpředu a přešvih skrčmo/schylmo do svisu vnesmo vzadu (výdrž) (flex špičky při průvleku bez srážky)			1,50
3. svis střemhlav vzadu (výdrž)	3,00		
4. svis vnesmo vzadu (výdrž)	1,50		
5. překot vzad do svisu vzadu stojmo, vzpřim s výkrokem a přinožením stoj spatný, vzpažit zevnitř			1,00

Známka D celkem 10 bodů
Chyby a srážky – viz závodní program ČGF strana 16

Kladina - 100 cm

Prostná – bez hudby

kladina, prostná - 5 prvků, za každý 0,5 bodu. Nepočítá se hodnota obtížnosti prvků.
Max. známka D na kladině a prostných je 4 body = 2,5 (počet prvků) + 1,5 (požadavky)

<u>Požadavky:</u>		<u>Požadavky:</u>	
1.Gymnastický skok	0,5	1.Gymnastický skok	0,5
2.Akrobatický prvek zacvičený na kladině	0,5	2.Akrobatický prvek vpřed/stranou	0,5
3.Seskok – rondát	0,5	3.Akrobatický prvek vzad	0,5

Prvky DT, FIG. Za chybějící prvek neutrální srážka – 2 body

3. kategorie – PŘÍPRAVKA – rok narození 2011 ČTYŘBOJ

Přeskok bedna + žíněnka 80 cm

Přemet do lehu
2 skoky, lepší se počítá

Bradla min. 3 prvky (i silové) z 10 bodů

<u>Požadavky</u>	
1. Výmyk	0,5
2. Toč vzad	0,5
3. Podmet	0,5

Kladina - 90 cm

Min. 6 prvků (3 akro, 3 gym, 2 libovolné)

Prostná – bez hudby

Min. 6 prvků (3 akro, 3 gym, 2 libovolné)

<u>Požadavky:</u>		<u>Požadavky:</u>	
1.Gymnastický skok	0,5	1.Pasáž 2 různých gym.skoků odrazem jednož	0,5
2.Akrobatický prvek zacvičený na kladině	0,5	2.Akrobatický prvek vpřed/stranou	0,5
3.Obrat jednož min.180	0,5	3. Akrobatický prvek vzad	0,5

Bez požadavku na počet akrobatických řad

Prvky DT, FIG. Za chybějící prvek ... neutrální srážka 2 body

4. kategorie – rok narození 2010**ČTYŘBOJ**

Přeskok měkký přeskokový stůl 105 cm
2 skoky, lepší se počítá

Bradla – min.4 prvky z 10 bodů

Požadavky

- | | |
|--|-----|
| 1. Náskok prvkem DT, FIG | 0,5 |
| 2. Toč | 0,5 |
| 3. Jakýkoliv přechod mezi žerděmi (bez srážky) | 0,5 |
| 4. Seskok prvkem DT, FIG | 0,5 |

Kladina - 90 cm

Min.6 prvků (3 akro, 3 gym, 2 libovolné)

Prostná – hudba možná

Min.6 prvků z 10 bodů (3 akro, 3 gym, 2 libovolné)

Požadavky

- | | |
|-----------------------------|-----|
| 1. Gym prvek dle FIG | 0,5 |
| 2. Akro prvek FIG | 0,5 |
| 3. FIG prvek různý od 1-2 | 0,5 |
| 4. Obrat jednož min.180 st. | 0,5 |

Požadavky

- | | |
|-------------------------------------|-----|
| 1. Gym.prvek dle FIG | 0,5 |
| 2. Akro prvek vpřed/stranou dle FIG | 0,5 |
| 3. Akro prvek vzad dle FIG | 0,5 |
| 4. FIG prvek různý od 1,2,3 | 0,5 |
| Bez požadavku na akro řady | |

Prvky DT, FIG. Za chybějící prvek.....neutrální srážka 2 body

5. Kategorie – rok narození 2009**ČTYŘBOJ****6. Kategorie – rok narození 2008-2007****ČTYŘBOJ****7. Kategorie – rok narození 2006 a starší****ČTYŘBOJ****Přeskok**

Přeskokový stůl 115 cm
2 skoky, lepší se počítá

Bradla – min. 5 prvků z 10 bodů

Požadavky

- | | |
|--|-----|
| 1. Stoj na rukou | 0,5 |
| 2. Prvek blízky žerdi | 0,5 |
| 3. Jakýkoliv přechod mezi žerděmi (bez srážky) | 0,5 |
| 4. Vzklopka | 0,5 |

Kladina - 120 cm

Min. 7 prvků (3 akro, 3 gym, 2 libovolné)

Prostná - hudba

Min. 7 prvků (3 akro, 3 gym, 2 libovolné)

Požadavky

- | | |
|--|-----|
| 1. Spojení dvou různých gymnastických prvků,
min. jeden s rozsahem 180° | 0,5 |
| 2. Obrat ze skupiny 3 FIG | 0,5 |
| 3. Akrobatický prvek | 0,5 |
| 4. Různý akrobatický prvek | 0,5 |

Požadavky

- | | |
|--|-----|
| 1. Pasáž 2 různých gymnastických skoků
jeden s rozsahem 180 st. | 0,5 |
| 2. Obrat jednož min. 360 st. | 0,5 |
| 3. Saltový prvek | 0,5 |
| 4. Akro prvek vzad s letovou fází | 0,5 |

Skladební požadavky musí být plněny prvky na kladině,
nikoliv seskokem a naskokem,
kotoul vpřed se zastavením neplní požadavek na akro.

Samostatné salto vpřed odrazem obouž plní
požadavek akrobatické řady

Prvky DT, FIG. Za chybějící prvek... neutrální srážka 2 body

Přeskok – Kategorie 3 - bedna a žíněny dle rozpisu.
Kategorie 4 - měkký přeskokový stůl DIONY SPORTS
Kategorie 5 - 7 – přeskokový stůl Spieth, výška 115 cm
Bradla – o nestejně výši žerdi zn. Reuther
Kladina - předepsaná výška - žíněnka 20 cm
Prostná – akrobatická pružná podlaha 13 m

Každá účastnice obdrží sladkou odměnu.

Závodnice na 1. až 3. místě obdrží medaili a diplom, závodnice na 1.- 6.místě obdrží věcný dárek dle vlastního výběru.

Při rovnosti bodů rozhoduje o lepším umístění známka celková známka na kladině, dále známka E na kladině.

Bufet zajištěn.

Účastník soutěže Gymnastické naděje svým přihlášením do soutěže bere na vědomí, že organizátor soutěže může vyhlásit a zveřejnit pořadí a výsledky soutěže, fotografie ze soutěže v místě závodu a v prostředí internetu (v rozsahu jméno, příjmení, klub, rok narození, dosažený výsledek a umístění v soutěži, fotografie ze soutěže) a že tyto údaje mohou být předány dalším příjemcům (zúčastněné oddíly, ČGF, sponzoři). Účast v soutěži je dobrovolná.

Těšíme se na Vaši účast.

ŠK Uherský Ostroh