

Oddíl sportovní gymnastiky Tělocvičné jednoty Sokol Plzeň 1

pořádá v neděli 5. 4. 2020

29. ročník

Jarního poháru Sokola Plzeň 1 – mužské složky



ROZPIS

A/ Všeobecná ustanovení

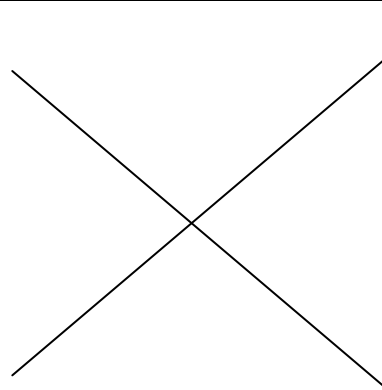
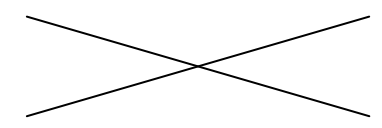
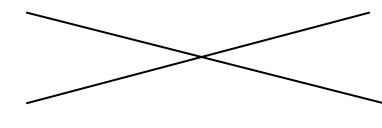
- Pořadatel:** oddíl SG T.J. Sokol Plzeň 1
- Datum:** neděle 5. 4. 2020
- Místo:** Sokolovna T. J. Sokol Plzeň 1, Štruncovy sady 1, 301 00 Plzeň
- Rozhodčí:** Každý oddíl je povinen na vlastní náklady zajistit minimálně 1 rozhodčí/ho. Nesplní-li tuto podmínku, zaplatí pořadateli před zahájením závodu pokutu ve výši 500,- Kč.
- Přihlášky:** do 20. 3. 2020
přihláška, v níž bude uveden název klubu, kategorie, jméno závodníka, datum narození, jméno trenéra a jména rozhodčích včetně dosažené třídy
Pro členy ČGF výhradně prostřednictvím GIS, ostatní e-mailem na sokolplzen1cos@seznam.cz
- Podmínka účasti:** včas zasláná přihláška a prezence v závodní kanceláři, průkaz, zdravotní způsobilost (zodpovídá vysílající složka a rodiče), zaplacené startovné ve výši 200,-Kč za závodníka

7. **Cestovné, ubytování:** na vlastní náklady
Ubytování lze zajistit přímo v ubytovnách v sokolovně.
8. **Časový rozvrh:**
- | | |
|--------------|---|
| 8.30 | otevření tělocvičny |
| 9.00 – 9.30 | prezence mužských kategorií |
| 9.00 – 10.00 | rozcvičení náboru chlapců, žáků, dorostenců a mužů |
| 9.45 – 10.00 | porada trenérů a rozhodčích |
| 10.00 | nástup a zahájení závodu |
| | vyhlášení výsledků ihned po skončení závodu a vypsání diplomů |

Pořadatel si vyhrazuje změnu časového rozvrhu dle počtu přihlášených závodníků !

B/ Technická ustanovení:

9. **Předpis:** Závodí se podle pravidel FIG, závodního programu (ZP) a tohoto rozpisu. U všech kategorií jsou povoleny 2 skoky a do výsledku bude započtena vyšší známka.
10. **Kategorie :**
- | | |
|-------------------|-----------------------|
| Nábor | ročníky 2012 - 2014 |
| Nejmladší žáci | ročníky 2011 – 2013 |
| Mladší žáci | ročníky 2009 a mladší |
| Starší žáci | ročníky 2006 a mladší |
| Dorostenci mladší | ročníky 2004 – 2005 |
| Dorostenci starší | ročníky 2002 – 2003 |
| Muži | ročníky 2001 a starší |

Kategorie	Prostná	Kruhy	Přeskok	Bradla
Nábor 2012 – 2014	<p>obtížnost 4 prvky, z nichž 1 musí být prvek pohyblivosti</p> <p>pás 12 m – minimálně 1 řada při nesplnění = srážka 0,50 bodu</p> <p>hodnota prvku = 1,00 b. provedení = 10,00 b. celkem max = 14,00 b.</p>	<p>obtížnost 4 prvky, z nichž 1 musí být přednos - výdrž 2 sec.</p> <p>(předkmih – zákmih nebo opačně se uznává jako prvek)</p> <p>hodnota prvku = 1,00 b. provedení = 10,00 b. celkem max = 14,00 b.</p>	<p>bedna našíř 80 cm</p> <p>výskok do vzporu skrčmo = 2,00 skrčka = 3,00 kotoul letmo = 4,00</p> <p>provedení = 10,00 b.</p>	
Nejmladší žáci 2011 - 2013	dle ZP strana 8 (jaro)	dle ZP strana 8 (jaro)	dle ZP strana 8 (jaro)	
Mladší žáci 2009 a mladší	dle ZP strana 9 (jaro)	dle ZP strana 9 (jaro)	dle ZP strana 9 (jaro)	
Starší žáci 2006 a mladší	dle ZP strana 10 (jaro)	dle ZP strana 10 (jaro)	dle ZP strana 10 (jaro)	dle ZP strana 10 (jaro)
Dorostenci ml. 2004 – 2005 st. 2002 – 2003	dle ZP strana 11 (jaro)	dle ZP strana 11 (jaro)	dle ZP strana 11 (jaro)	dle ZP strana 11 (jaro)
Muži 2001 a starší	dle ZP strana 12 (jaro)	dle ZP strana 12 (jaro)	dle ZP strana 12 (jaro)	dle ZP strana 12 (jaro)