

# DUO GYM CUP

*gymnastická dvojčata aneb ve dvou se to lépe cvičí*

DATUM: **SOBOTA - NEDĚLE 22.-23.1.2022**  
 POŘADATEL: **GT ŠESTAJOVICE, z.s**  
 MÍSTO: **GT Sport Centrum, Pražská 1109, Komerční park Nehvizdy, 25081 Nehvizdy.**

## I. VŠEOBECNÁ USTANOVENÍ

- Přihlášky: prostřednictvím GIS, do 17.1.2022.
- Hudba: nahrát do systému GIS.
- Losování: pátek 21.1.2022 v GT Sport Centru.
- 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 10 závodnic. Při nedodržení je TJ povinna uhradit poplatek 500,- Kč za každou chybějící rozhodčí.
- Startovné: 250,- Kč na závodnici.
- Maximální počet závodnic z jednoho oddílu je 20 (10 dvojic/družstev). Výjimku tvoří pořadající oddíl.
- Maximální kapacita závodnic na jednu kategorii je 64 (32 dvojic/družstev). Po naplnění kapacity, budou přihlášky v dané kategorii ukončeny. Rozhodující je včasnost zaslání přihlášek.

## II. TECHNICKÁ USTANOVENÍ

- Předpis: závodí se dle platných pravidel FIG, platného Závodního programu a ustanovení tohoto rozpisu.
- Prostná se závodí na pružinové podlaze 12x12m.
- Startují: **dvojice dle uvedených kategorií.**
- Úbor: viz. družstvo, dle pravidel FIG.
- Disciplíny a obtížnost: **gymnastický čtyřboj (přeskok, bradla, kladina, akrobacie).**
- 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. Vždy bude závodit pouze jedna kategorie. Po vyhlášení výsledků a úklidu prostor, bude zahájen závod následující kategorie.
- Pořadatel si vyhrazuje právo provést případné časové změny dle počtu přihlášených závodnic.
- Nominace rozhodčích: rozdělení proběhne na poradě před závodem.



## KATEGORIE A SKUPINY ZÁVODU

<b>SOBOTA 22.1.2021</b>	
kategorie	ročník narození
<b>skupina - Mimi</b>	
Mimi I (viz. rozpis)	<b>2017 a mladší</b>
Mimi II (viz. rozpis)	<b>2016</b>
Mimi III (viz. rozpis)	<b>2015</b>
<b>NEDĚLE 23.1.2021</b>	
<b>skupina – Mladší gymnastky</b>	
Mladší I (viz. V. liga)	<b>2014-2013</b>
Mladší II (viz. IV liga)	<b>2012-2011</b>
<b>skupina – Starší gymnastky</b>	
Starší I (viz. VS4B)	<b>2010-2009</b>
Starší II (viz. VS4B)	<b>2008 a starší</b>

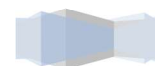
*Koncept:*

**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. Dvojice musí závodit na všech nářadích (přeskok, bradla, kladina, akrobacie)!**

V případě různého věku závodnic rozhoduje o zařazení do kategorie věk starší z nich. Každá gymnastka může k závodu nastoupit pouze v jedné dvojici.

V závodní skupině **MLADŠÍ A STARŠÍ GYMNASTKY** bude vyhlášeno **nejlepší družstvo závodu**, které získá putovní pohár starosty obce Šestajovice. Družstvo budou tvořit vždy dvě dvojice nejlepších gymnastek z dané TJ z rozdílné kategorie.

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



## ROZPIS ZÁVODU SKUPINY MIMI

### KATEGORIE MIMI I – III (ROČNÍKY NAROZENÍ 2015 A MLADŠÍ)

Shodné požadavky pro všechny kategorie

Ve skupině MIMI nebudou uplatňovány **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.

### HRAZDA

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

*Skladební požadavky a 0,5 bodu:*

1. Přešvih skrčmo do svisu vznesmo vzadu ( <b>výdrž</b> ) špičky nad čelem	0,5 bodu
2. Přešvih schylmo do svisu vznesmo vpředu, špičky před žerdí	0,5 bodu
3. Přešvih roznožmo do svisu roznožmo vzadu (specialitka) <b>výdrž</b>	0,5 bodu
4. Přešvih roznožmo do svisu vznesmo vpředu ( <b>výdrž</b> ) špičky před žerdí	0,5 bodu
5. Zvolna do stoje spatného	
<b>Bonifikace:</b> výmyk tahem, či odrazem a sešin. Dále pak požadavek č. 1	1,0 bodu

**Hodnocení: známka D max. ze 3 bodů.**

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

### LAVIČKA/KLADINA

**Mimi I-II. lavička čalouněná 4 m.** Volná sestava se skladebními požadavky.

**Mimi III. kladina 50 cm výška.** Volná sestava se skladebními požadavky.

*Skladební požadavky a 0,5 bodu:*

1. Akrobatický prvek (musí být předveden na lavičce)	0,5 bodu
2. Gymnastický prvek (musí být předveden na lavičce)	0,5 bodu
3. Rovnovážný prvek, výdrž 2 sec.	0,5 bodu
4. Přímý seskok	0,5 bodu
<b>Bonifikace:</b> seskok rondatem (nahrazuje požadavek č. 4)	1,0 bodu

**Hodnocení: známka D max. z 2,5 bodu.**

### PROSTNÁ

Akrobatický pás 14 m. Volná sestava se skladebními požadavky. Min. 4 prvky.

*Skladební požadavky a 0,5 bodu:*

1. Akrobatický prvek	0,5 bodu
2. Gymnastický prvek	0,5 bodu
3. Rovnovážný prvek, výdrž 2 sec.	0,5 bodu
4. Jedna řada, min. 8 metrů	0,5 bodu
<b>Bonifikace:</b> Akrobatický prvek s letovou fází (nahrazuje požadavek č.1)	1,0 bodu

**Hodnocení: známka D max. z 2,5 bodu.**

## **PŘESKOK**

Bedna PUR, 80 cm výška, dopadová žíněnka 20 cm výška + žíněnka přídatná 10 cm výška, odrazový můstek Banfer.

*Dva přeskoky – lepší se započítává*

Výskok do dřepu na bednu a plynulý seskok	0,8 bodu
Kotoul letmo	1,0 bod
Přemet	2,0 body
Rondat	2,0 body

**Hodnocení: známka D max. ze 2 bodů.**

## **ROZPIS ZÁVODU SKUPINY MLADŠÍ GYMNASTKY**

### **KATEGORIE MLADŠÍ I A II (ROČNÍKY 2014-2011)**

Kategorie Mladší I (ročníky 2014-2013) – viz. Požadavky V. liga, závodní program str. 50.

**Akrobacie – povinný hudební doprovod (změna oproti ZP)!**

Kategorie Mladší II (ročníky 2012-2011) – viz. Požadavky IV. Liga, závodní program str.51.

## **ROZPIS ZÁVODU SKUPINY STARŠÍ GYMNASTKY**

### **KATEGORIE STARŠÍ I A II (ROČNÍKY 2010 A STARŠÍ)**

Kategorie Starší I (ročníky 2010-2009) – viz. Požadavky VS4B, závodní program str. 14.

Kategorie Mladší II (ročníky 2008 a starší) – viz. Požadavky VS4B, závodní program str.14.

### **Těšíme se moc na Vaši účast.**

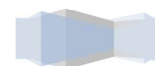
Jednatelka závodu: Michaela Sýkorová, tel.: 773 333 634

Hlavní rozhodčí: Polák Karel

### **Upozornění:**

Rozměry odpružené podlahy, délka rozběhu, dopad z bradel a kladin neodpovídá technickým předpisům. Celkový prostor v hale je omezen a prosíme Vás o respektování a zohlednění těchto skutečností. Děkujeme.

Závod bude probíhat dle platných epidemiologických a bezpečnostních opatření. Budeme všechny účastníky včas informovat e-mailem.



## PŘEDBĚŽNÝ ČASOVÝ ROZPIS ZÁVODU

### SKUPINA MIMI I-III

SOBOTA 22.1.2022

OD-DO/HOD.	AKTIVITA	KATEGORIE
09:00 – 10:00	rozcvičení	Mimi I a Mimi II
10:00 – 11:00	závod	
11:00 – 11:30	vyhlášení	
12:00 – 13:00	rozcvičení	Mimi III
13:00 – 14:00	závod	
14:00 – 14:30	vyhlášení	

## PŘEDBĚŽNÝ ČASOVÝ ROZPIS ZÁVODU

### SKUPINA MLADŠÍ GYMNASTKY I-II A STARŠÍ GYMNASTKY I-II

NEDĚLE 23.1.2022

OD-DO/HOD.	AKTIVITA	KATEGORIE
08:00 – 08:30	rozcvičení	Mladší I
08:30 – 10:00	závod	
10:00 – 10:30	vyhlášení	
10:30 – 11:00	rozcvičení	Mladší II
11:00 – 12:30	závod	
12:30 – 13:00	vyhlášení	
13:00 – 13:30	rozcvičení	Starší I
13:30 – 15:00	závod	
15:00 – 15:30	vyhlášení	
15:30 – 16:00	rozcvičení	Starší II
16:00 – 17:30	závod	
17:30 – 18:00	vyhlášení	

