

ČESKÁ OBEC SOKOLSKÁ – ODBOR SPORTU – KOMISE SG

Tyršův dům, Újezd 450, 118 01 Praha 1

Tel.: 257 007 384

Fax: 257 007 384

E-mail: psyrovy@sokol.eu

ROZPIS
PŘEBORU ČOS
VE SPORTOVNÍ GYMNASTICE
ŽENSKÝCH SLOŽEK
2016



SOKOLOVNA TJ ŽIŽKOV II NA BALKÁNĚ

**PRA HA
PRA GUE
PRA GA
PRA G**

**Evropské hlavní
město sportu 2016**

A/ Všeobecná ustanovení

1. **Pořadatel:** Z pověření OS ČOS oddíl TJ Sokol Kampa
2. **Datum:** **Neděle 13. 11. 2016**
3. **Místo:** Sokolovna TJ Sokol Žižkov II, Na Balkáně 812, 130 00 Praha 3
4. **Činovníci závodu:**

ředitel závodu:	Zuzana Mazurovová
hlasatel:	Zuzana Mazurovová
jednatel:	Jana Novotná
hospodář:	Eliška Pospíšilová
technická četa:	oddíl SG TJ Sokol Kampa
počtářská komise:	Lenka Šotolová
hlavní rozhodčí:	Eliška Pospíšilová
5. **Přihlášky:** **Do neděle 6. 11. 2016** prostřednictvím systému GIS. Pokud oddíl není registrovaný v ČGF, přihlášky pošlete emailem na adresu jednatele: sokol.kampa@centrum.cz.
Tel. Jana Novotná: 603 313 515
V kat. st. ž. uveďte do přihlášky výšku přeskokového stolu (110 - 125 cm)
6. **Losování:** Bude provedeno pořadatelem **11. 11. 2016**.
7. **Jízdné:** Všechny oddíly na vlastní náklady.
8. **Stravné:** Všechny oddíly na vlastní náklady.
9. **Ubytování:** Objednávky na e-mail: Jana Novotná - sokol.kampa@centrum.cz
Možnosti: ve vlastním spacím pytli v tělocvičně á 85 Kč/dítě, 100 Kč/dospělý max. 17 osob na ubytovně á 155 Kč/osoba
10. **Závodní kancelář:**
Bude otevřena v místě závodu od 8:00 hod.

B/ Technická ustanovení

11. **Startují:** Mladší žákyně - rok narození 2007-2009 (7-9 let) – 6 nejlepších družstev (3+1) a 16 nejlepších jednotlivkyň postupujících z kvalifikace Čech a Moravy (viz příložená tabulka). Oddíly mohou ze svých postupujících jednotlivkyň sestavit družstvo.
Starší žákyně: rok narození 2004-2006 (10-12 let)
Juniorky: rok narození 2001-2003
Ženy: rok narození 2000 a starší

Závod v kategoriích starší žákyně, juniorky a ženy proběhne ve dvou sledech. Proto je počet startujících v těchto kategoriích z organizačních důvodů omezen. Každý oddíl může vyslat do závodu v těchto kategoriích celkem 5 závodnic. Do přihlášky oddíl uvede i jména případných náhradnic, které nastoupí do závodu v případě malého počtu přihlášených. O stavu budeme oddíly včas informovat telefonicky nebo emailem.
12. **Hodnocení:** Závodí se dle platných pravidel FIG, Závodního programu ČGF platného od 1. 1. 2013 včetně doplňků a změn ZP a směrnic tohoto rozpisu. Pro všechny kategorie platí doplňková tabulka prvků (viz příloha tohoto rozpisu)
13. **Disciplíny a obtížnost:**
JUNIORKY, ŽENY – viz juniorky B – ZP strana 35
STARŠÍ ŽÁKYNĚ – viz žákyně B – ZP strana 33
MLADŠÍ ŽÁKYNĚ – viz rozpis
14. **Podmínka účasti:**
Včas zasláná přihláška a prezence v závodní kanceláři. Mladší žákyně účast v kvalifikaci. Průkaz ČOS se zaplacenými příspěvky na r. 2016. Platná lékařská

prohlídka. Průkaz pojištění. Uhrazené startovné ve výši 150,-Kč za závodnici. Juniorky a ženy, které nejsou členky ČOS předloží registrační průkaz ČGF se všemi náležitostmi.

15. Nominace rozhodčích:

Přebor ČOS Praha:

hlavní rozhodčí: Pospíšilová Eliška (TJ Sokol Kampa)

panel D - Vlková Kateřina (TJ Sokol Brno 1)
Marchlík Daniel (TJ Sokol MO 1)
Jichová Hana (TJ Sokol Příbram)
Štiková Jitka (TJ Sokol Plzeň I)
Linková Simona (TJ Sokol Chrudim)
Chmelová Eliška (TJ Sokol Kampa)
Staňková Soňa (TJ Sokol Hradec Králové)
Stupková Miroslava (TJ Sokol Domažlice)
náhradnice – Valová Kateřina (TJ Sokol Zlín)

Každý zúčastněný oddíl je povinen vyslat 1 rozhodčí (**kromě rozhodčích nominovaných**). Při neúčasti vlastních rozhodčích hradí oddíl zvýšené startovné ve výši 500 Kč na kategorii a rozhodčí. Rozhodčí jsou povinny rozhodovat celý závod. Omluvy nominovaných rozhodčích zasílejte na e-mail hlavní rozhodčí: elis.pospisil@gmail.com a v kopii na e-mail: sokol.kampa@centrum.cz
Nominovaným rozhodčím bude proplaceno jízdné a odměna za rozhodování. Ostatním odměna za rozhodování.

16. Časový pořad:

prezence postupně všech kategorií	8:00 – 11:15
rozcvičení mladších žákyň	8:00 – 9:15
porada trenérů a rozhodčích	9:00
nástup a zahájení Přeboru ČOS	9:25
závod ml. žákyň (I. sled)	9:30 – 11:15
ukončení prezence st. žákyň, juniorky, ženy	11:00
org. rozcv. II. sledu, vyhlášení výsledků mlž	11:15 – 12:25
porada trenérů a rozhodčích	12:00
závod II. sledu	12:30 – 15:15
org. rozv. III. sledu	15:15 – 16:25
závod III. sledu	16:25 – 18:30
vyhlášení výsledků	18:50
ukončení Přeboru ČOS	19:00

Starší žákyně, juniorky a ženy budou rozděleny do dvou sledů dle počtu přihlášených závodnic. Změna časového programu je vyhrazena pořadatelem.

Eliška Pospíšilová
členka komise SG OS ČOS
hlavní rozhodčí

Zuzana Mazurovová
ředitelka závodu

mladší žákyně I - volný čtyřboj s povinnými požadavky
do přeboru ČOS ČR postupuje 6 nejlepších družstev (3+1) a 16 nejlepších jednotlivkyň z celé ČR
Oddíly mohou ze svých postupujících jednotlivkyň sestavit družstvo

PŘESKOK

Přeskokový stůl výška 110 cm

Volný přeskok

Povoleny 2 přeskoky stejné nebo různé.

Do výsledku se započítává lepší známka z obou přeskoků.

BRADLA

volná sestava s povinnými požadavky

Povinné požadavky:

1. začátek sestavy
 - Výmyk tahem 0,30 b.
 - Vzepření vzklopmo 0,80 b.
2. toč vpřed nebo vzad (včetně prvků jako veletoč, přemýk apod.)
3. přechod z nižší na vyšší žerd' do vzporu
4. zákmihi nad 45° (celé tělo nad 45°, při zákmihi roznožmo – nutné spojit nohy)
5. závěr sestavy
 - závěr prvkem z dopl. tabulek (ne saltový) 0,30 b.
 - závěr saltem nebo obtížností dle FIG 0,50 b.

Na bradlech musí závodnice předvést min. 5 prvků.

Méně než 5 prvků : závodnice obdrží neutrální srážku z výsledné známky takto :

při předvedení 4 prvků - srážka 2,00 body
při předvedení 3 prvků - srážka 4,00 body
při předvedení 2 prvků - srážka 6,00 bodů
při předvedení 1 prvku - srážka 8,00 bodů
nepředvede-li žádný prvek - srážka 10,00 bodů

KLADINA výška 125cm (tj 105 cm od zíněnky), čas max. 1:30

volná sestava s povinnými požadavky

Povinné požadavky:

1. gymnastický skok
2. obrat jednonož min. 180°
3. akrobatický prvek *)
4. akrobatický prvek *)
5. závěr sestavy
 - závěr prvkem A (ne saltový) obdrží 0,30 b.
 - závěr saltem nebo prvkem obtížnost min. B 0,50 b.

*) Poznámka: povinný prvek č. 3 a 4 lze plnit také prvky uvedenými v „Doplňkové tabulce prvků“ s výjimkou kotoulů s přehmaty pod kladinu. Prvky musí být různé.

PROSTNÁ hudba možná, čas max. 1:30

volná sestava s povinnými požadavky

Povinné požadavky:

1. pasáž nejméně 2 různých gymnastických skoků
2. obrat jednonož (min. 360)
3. akrobatický prvek vpřed/stranou
4. akrobatický prvek vzad
5. závěr sestavy
 - akrobatická řada *) bez salta obdrží 0,30 b.
 - akrobatická řada se saltem 0,50 b.

Poznámka :

*) pro hodnocení min. 2 akrobatických řad v sestavě platí pro tento závod (nad rámec pravidel FIG):

za akrobatickou řadu se považuje také spojení min. 2 akrobatických prvků s letovou fází (např. rondát+flik)

Příloha

DOPLŇKOVÁ TABULKA PŘESKOKŮ A PRVKŮ NAD RÁMEC PRAVIDEL

PŘESKOK:

Hodnoty přeskoků

1. roznožka		0,80 b.
2. roznožka se zášvihem		1,30 b.
3. skrčka		1,00 b.
4. skrčka se zášvihem		1,50 b.

BRADLA:

Prvky A

výmyk na n.ž, výmyk na v.ž.
ze vzporu stojmo toč vpřed nebo vzad skrčmo,
výskok skrčmo do vzporu dřepmo,
podmet ze vzporu stojmo, podmet ze zákmihu (bez výšlapu)

KLADINA:

Prvky A

- **akrobatické prvky**
 - stoj na rukou (poloha libovolná), kotoul vpřed s přehmatem pod kladinu, kotoul vzad, kotoul vzad přes rameno, závěry: rondat odrazem z rukou na konci kladiny, stoj na rukou čelně a zánožka s půlobratem vlevo (povinný seskok z kategorie mladších žákyň v ZP 2006-2009 odrazem jednonož salto stranou prohnutě (arab), odrazem jednonož salto vpřed prohnutě (šprajcka)
- **gymnastické prvky**
 - čertík, nůžky, skok prohnutě s obr. 180° skok se skrčením přednožmo („kufr“), obrat o 180° přednožením do zanožení, obrat jednonož o 180°

PROSTNÁ:

Prvky A

- **akrobatické prvky**
 - kotoul vpřed, kotoul vzad, stoj kotoul (bez obratu), kotoul vzad do stoje na rukou, přemet stranou, přemet vpřed i vzad zvolna
- **gymnastické prvky**
 - nůžky, čertík, čertík s obr. 180° skok se skrčením přednožmo s obr. 180°