

ZŠ Janského  
ve spolupráci s Pražským gymnastickým svazem

pořádá

9. ročník závodu v gymnastickém dvojboji dívek

**DRÁČEK**

**Místo konání:** tělocvična ZŠ Janského, Janského 2189, Praha 5 Stodůlky

**Datum:** neděle 2.10.2016

**Ředitelka závodu:** Mgr. Marcela Kolářová

**Jednatel.** Andrea Kudličková

**Hlavní organizátor:** Karolína Mrázová

**Hlavní rozhodčí:** Lenka Šotolová

**Počtářská komise:** Michal Šotola

**Přihlášky:** do 23.9.2016 na adresu. A. Kudličková / 773963651/

Janského 2189

Praha 5- Stodůlky

155 00

nebo: email – [sotola.michal@gmail.com](mailto:sotola.michal@gmail.com)

oddíly registrované pod ČGF své děti přihlásí přes systém GIS

přihláška na email musí obsahovat: jméno závodnice, ročník narození, trenéra, kategorii /1.,2.,3.,/ a druh závodu /A nebo B/, jméno rozhodčí/ho

**Závodí:** dívky narozené 2006 a mladší ve dvou výkonnostních a čtyřech věkových kategoriích / pořadatel si vyhrazuje právo udělit výjimku /

**Podmínka účasti:**- zaplacení startovného ve výši **100 Kč** za každou závodnici,  
- nejméně 1 rozhodčí za oddíl- rozhodčí musí být přítomna po celou dobu závodu (neúčast pokuta 200 Kč), za zdravotní stav dětí odpovídají rodiče

**Omezení: závodu kategorie A** se nemohou účastnit závodnice, které startovaly na MČR pořádaném ČGF nebo mají splněn VS starší žákyně a vyšší

**závodu kategorie B** se nesmí účastnit závodnice se splněným VS dle ZP ČGF a závodnice, které startovaly na MČR ČASPV nebo ČOS.

**Věkové kategorie dívek:** kategorie 1.- roč. nar. 2006

kategorie 2.- roč. nar. 2007-2008

kategorie 3.- roč. nar. 2009-2010

Závodnice mohou závodit buď v kategorii A nebo B

**Vložený závod dívek:** pro roč. 2011 a mladší, do této kategorie smí každý oddíl vyslat max. čtyři závodnice.

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

**Družstva dívek:** v závodě A i B budou vyhlášena nejlepší tři 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 získá pohár, diplom a věcnou cenu, členky družstva medaili.

## **Obtížnost a požadavky**

### **Závod A**

#### **1. Kategorie – 2006 hrazda, kladinka / 30 cm/**

**Hrazda -** výmyk- 1 bod  
toč vpřed (lze i jednož) - 1 bod  
podmet -1 bod  
(neuplatňuje se srážka za prázdný kmih)

**Kladina –** minimálně 2 řady / nesplnění neutrální srážka 1 bod  
pirueta 360 - 1 bod  
gymnastický skok (nikoli přímý skok) -1 bod  
přemet vzad nebo vpřed -1 bod

#### **2. Kategorie- 2007 - 2008 přeskok, prostná**

**Přeskok-** bedna 100-cm přemet- hodnota - 3 body  
skrčka a roznožka- 1.5 bodu

**Prostná-** bez hudby-min. 1 řada, pás žíněnek – 12 m  
váha / únožmo, zánožmo/ VÝDRŽ min 2 vt. – 1 bod  
pasáž- dálkový skok, nůžky- 1 bod  
spojení dvou akro prvků obsahující přemet vzad nebo vpřed  
( mohou být i stejné) – 1 bod

#### **3. Kategorie – 2009 - 2010 přeskok, prostná**

**Přeskok-** bedna 60-cm přemet, skrčka - 3 body  
roznožka -3 body  
výskok do dřepu ,seskok 2 body

**Prostná-** minimálně 1 řada – ca 12 m, bez hudby  
pasáž dvou různých gymnastických skoků z jedné nohy -1 bod  
přemet vzad - 1 bod nebo přemet stranou – 0,5 b  
váha / únožmo, zánožmo/ VÝDRŽ min 2 vt. – 1 bod

## **Závod B**

### **1. Kategorie 2006 hrazda, kladinka / 30 cm/**

**Hrazda po čelo** - výmyk- 1 bod (neuplatňuje se srážka za prázdný kmih)  
toč vzad - 1 bod  
zákmihem seskok -1 bod

#### **Kladina – 1 řada**

gymnastický skok (nikoli přímý skok) -1 bod  
kotoul vpřed -1 bod  
obrat 180, může být i výskokem - 1 bod

### **2. Kategorie 2007 - 2008 přeskok, prostná**

#### **Přeskok** - bedna 80 cm

přemet - 3 body  
skrčka, roznožka - 2 body

#### **Prostná** – bez hudby, 1 řada ca 12m

pasáž 2 různých gymnastických skoků odrazem jednož -1 bod  
přemet stranou -1 bod  
váha / únožmo, zánožmo/ VÝDRŽ min 2 vt. – 1 bod

### **3.kategorie 2009 - 2010 přeskok, prostná**

#### **Přeskok**- bedna 60 cm

výskok do dřepu, seskok- 3 body

#### **Prostná** – bez hudby- ca 10 m

přemet stranou - 1 bod  
gymnastický skok odrazem jednož - 1 bod  
výdržový prvek jednož ( min 2 vt. !) - 1 bod

### **Vložený mimi závod 2011 a mladší**

#### **Prostná**- 8m na žíněnkách bez hudby

2 žabáky/ bez dotyku rukou země/- 1 bod  
kotoul vpřed do placky 1 bod  
čertík nebo nůžky – 1 bod

#### **Lavička**- 1 řada

gymnastický skok /ne přímý skok /- 1 bod  
výdržový prvek ( min 2 vt. !) -1 bod  
akrobatický prvek - 1 bod

**Pro všechny kategorie platí srážky dle platných pravidel FIG, vyjma srážek za umělecký projev. Za gymnastický skok se nepovažuje přímý skok. Znamka za provedení z 10 bodů. Prostná není k dispozici akrobatický pás**

**Ceny pro děti :**

**1.-3. místo Pohár/minipohár, medaile, diplom, věcná cena**

**do 6. místa medaili, diplom a cenu, ostatní účastnický diplom a cenu**

**všechny děti vloženého závodu pak obdrží účastnickou medaili, diplom a cenu**

**Předběžný časový harmonogram:8.00-9.00- prezentace kategorie závodu A a**

Mimina

8.30-9.45- rozcvičení závodnic kategorie A,

Mimina

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 mimin a

3.kategorie

12.-12.30 prezentace závodnic kategorie B

12.30 vyhlášení výsledků závodu A a mimin

13.-14 hodin- rozcvičení závodnic B

14.00- 14.10 nástup a zahájení závodu

14.15 zahájení závodu 1. a 2 kategorie

Po skončení těchto kategorií- kategorie 3.

Vyhlášení výsledků B

Podrobnější časový plán obdržíte po ukončení přihlášek.

Těšíme se na Vás !!!!!

Andrea Kudličková