

# DUO GYM CUP - ŠESTAJOVICE

*gymnastická dvojčata aneb ve dvou se to lépe cvičí*

DATUM: **NEDĚLE 21.1.2018**  
POŘADATEL: **GT ŠESTAJOVICE, z.s**  
MÍSTO: **Sportovní hala Šestajovice, U Váhy 1000,  
250 92 Šestajovice**

## I. VŠEOBECNÁ USTANOVENÍ

- Přihlášky: prostřednictvím GIS, nebo na e-mail: [SGsestajovice@email.cz](mailto:SGsestajovice@email.cz) do 17.1.2018.
- Losování: sobota 20.1.2018 ve sportovní hale v Šestajovicích.
- 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 6 závodnic. Při nedodržení je TJ povinna uhradit poplatek 300,- Kč za každou chybějící rozhodčí.
- Startovné: 150,- Kč na závodnici.

## II. TECHNICKÁ USTANOVENÍ

- Předpis: závodí se dle platných pravidel FIG a ustanovení tohoto rozpisu.
- Prostná se závodí na páse 14 m.
- Startují: **dvojice dle uvedených věkových a výkonnostních kategorií.**
- Úbor: viz. družstvo, dle pravidel FIG.
- Disciplíny a obtížnost: čtyřboj, volné sestavy se skladebními požadavky, viz. rozpis.
- Pro všechny kategorie je v platnosti doplňková tabulka prvků, str.63 platného závodního programu ženských složek. Jedná se o prvky bez hodnoty obtížnosti, neprojeví se na známce D, ale budou započítány do počtu prvků.
- Časový pořad: bude upřesněn. Předběžně skupina Mimi dopoledne. Po vyhlášení výsledků skupina Mladší gymnastky a Starší gymnastky A/B (v odpoledních hodinách).
- Nominace rozhodčích: rozdělení proběhne na poradě před závodem.



## KATEGORIE A SKUPINY ZÁVODU

<b>skupina - Mimi</b>		
Kategorie	Výkonnostní kategorie	Ročník narození
Mimi I	Pouze A	2013 a mladší
Mimi II	Pouze A	2012
Mimi III	Pouze A	2011
<b>skupina – Mladší gymnastky</b>		
Mladší I	A/B	2010-2009
Mladší II	A/B	2008-2007
<b>skupina – Starší gymnastky</b>		
Starší I	A/B	2006-2005
Starší II	A/B	2004 a starší

Koncept:

**Dvě gymnastky** z jedné TJ **utvoří dvoučlenné družstvo** (v dané kategorii) a předem nahlásí, na jakém náradí budou závodit. Každá závodnice zacvičí na **dvou náradích dle vlastního výběru**, přičemž dohromady musí absolvovat **cvičení na všech náradích**.

V případě různého věku závodnic rozhoduje o zařazení do kategorie věk starší z nich. Je povoleno „ostaršení“ gymnastky o 1 rok. Každá gymnastka může k závodu nastoupit pouze v jedné dvojici.

Putovní pohár starosty obce Šestajovice získá **družstvo závodnic těžé jednoty** s nejvyšším počtem bodů, které bude mít zastoupení ve skupině **Mladších gymnastek a Starších gymnastek**. Samostatně bude vyhlášena kategorie A i kategorie B.

**Družstvo skupiny Mimi** bude vyhlášeno samostatně, budou ho tvořit 3 nejlepší gymnastky z kategorie Mimi I, II a III.

### **Výkonnostní kategorie A**

je určena pro registrované závodnice (dle systému GIS pro rok 2018).

### **Výkonnostní kategorie B**

je určena pro výkonnostně slabší závodnice, které neplní v daném věku předepsané výkonnostní stupně (viz. strana 3, ZP ženských složek). V případě nejasností nás kontaktujte.



## ROZPIS ZÁVODU SKUPINY MIMI

### KATEGORIE MIMI I - III

#### **PŘESKOK**

Duchny 60cm výšky, odrazový můstek.

Povoleny jsou 2 skoky. Do výsledku se započítává lepší známka z obou přeskoků.

1) Z rozběhu odrazem snožmo z přeskokového můstku plynule navázaný kotoul letmo do stoje.

Hodnocení: známka **D z 3 bodů**.

#### **HRAZA (po čelo)**

Hrazdová tyč. Možnost přidání žíněnky - tyč po čelo závodnice.

Hodnocení: známka **D z 3 bodů**.

#### **Skladební požadavky**

Přešvih skrčmo do svisu vynesmo vzadu (výdrž) špičky nad čelem	0,5 bodu
Přešvih schylmo do svisu vynesmo vpředu, špičky před žerdí	0,5 bodu
Přešvih roznožmo do svisu roznožmo vzadu (specialitka) výdrž	1 bod
Přešvih roznožmo do svisu vynesmo vpředu (výdrž) špičky před žerdí	0,5 bodu
Zvolna do stoje spatného	0,5 bodu

#### **Srážky:**

Chybějící výdrž 2sec. vždy

- 0,3 bodu

#### **LAVIČKA**

Lavička čalouněná. Volná sestava se skladebními požadavky. Hodnota základní sestavy 3 body.

#### **Skladební požadavky**

Akrobatický prvek (musí být předveden na lavičce)	1 bod
Gymnastický prvek	1 bod
Rovnovážný prvek	1 bod

#### **PROSTNÁ**

Akrobatický pás 14 m. Volná sestava se skladebními požadavky. Hodnota základní sestavy 3 body.

Projít minimálně 6 m.

#### **Skladební požadavky**

Akrobatický prvek	1 bod
Gymnastický prvek	1 bod
Rovnovážný prvek	1 bod

Hodnota obtížnosti prvků nemá vliv na známku D.

Pro kategorii MIMI platí, že rovnovážný prvek může být plněn kromě prvků z pravidel, či doplňkové tabulky také arabeskou.



## ROZPIS ZÁVODU SKUPINY MLADŠÍ GYMNASTKY

### KATEGORIE MLADŠÍ I A II, VÝKONNOSTNÍ KATEGORIE A/B

#### **PŘESKOK (Mladší I)**

*Stejné požadavky pro kategorii A i B*

Přeskoková bedna výšky 80 cm, duchny vyskládané do úrovně bedny, odrazový můstek.

Povoleny jsou 2 skoky. Do výsledku se započítává lepší známka z obou přeskoků.

1) Z rozběhu odrazem snožmo z přeskokového můstku plynule navázaný kotoul letmo do stoje.

Hodnocení: **známka D z 2 bodů.**

2) Z rozběhu přemet vpřed do lehu.

Hodnocení: **známka D z 3 bodů.**

#### **PŘESKOK (Mladší II)**

*Stejné požadavky pro kategorii A i B*

Přeskokový stůl DIONY výšky 100 cm, odrazový můstek, dopadová žíněnka 30 cm.

Povoleny jsou 2 skoky. Do výsledku se započítává lepší známka z obou přeskoků.

1) Z rozběhu skrčka nebo roznožka do stoje.

Hodnocení: **známka D z 2 bodů.**

2) Z rozběhu přemet vpřed s doskokem na nohy.

Hodnocení: **známka D z 3 bodů.**

*Rozdílné požadavky pro kat. A a B*

#### **BRADLA (Mladší I - II) kat. A**

Sestava se skladebními požadavky.

Hodnocení: známka D max. 4 body.

Výmyk tahem	0,5 bodu
Toč vzad	1 bod
Podmet	1 bod

#### **Bonifikace:**

Vzepření vzklopno (nahrazuje výmyk) : 1 bod.

Přechod na vyšší žerd': 1 bod.

#### **Srážky:**

Výmyk odrazem: -0,2 bodu.

#### **BRADLA (Mladší I) kat. B**

Viz. sestava kategorie VS0 – platný

Závodní program ženských složek. Str. 16

Hodnocení: známka D – 3 body.

Výmyk libovolný	1 bod
Viz. bod 2 ZP	0,5 bodu
Viz. bod 3 ZP	0,5 bodu
Viz. bod 4 ZP	0,5 bodu
Viz. bod 5 ZP	0,5 bodu

#### **BRADLA (Mladší II) kat. B**

Viz. kat A.

Neuplatňuje se bonifikace za vzklopku.

#### **KLADINA**

*Stejně skladební požadavky pro kategorii A i B*

Kladina 120cm výšky pro kat. A. Kladina 80 cm výšky pro kat. B.

Volná sestava se skladebními požadavky.

**Skladební požadavky:**

Akrobatický prvek (musí být předveden na kladině)	1 bod
Gymnastický prvek	1 bod
Rovnovážný prvek	1 bod

**PROSTNÁ**

*Stejně skladební požadavky pro kategorii A i B*

Čas: max. 1:30 min (90s), s dobrovolným hudebním doprovodem. Volná sestava.

**Skladební požadavky:**

Akrobatický prvek	1 bod
Gymnastický prvek	1 bod
Prvek pohyblivosti (prvek s velkým rozsahem pohybu, placka, provaz ...)	1 bod

*Na kladině a prostných platí:*

**Výkonnostní kategorie A**

**Pro kategorii Mladší I – závodnice předvedou min. 5 prvků.**

**Pro kategorii Mladší II – závodnice předvedou min. 8 prvků.**

Známka D – dle hodnoty obtížnosti prvků.

Krátká sestava – chybějící prvek = srážka 1 bod.

**Výkonnostní kategorie B**

**Pro kategorii Mladší I – závodnice předvedou min. 3 prvky.**

**Pro kategorii Mladší II – závodnice předvedou min. 5 prvků.**

Známka D – dle hodnoty obtížnosti prvků.

Krátká sestava – chybějící prvek = srážka 1 bod.

*Do výsledné známky D bude započteno 8 nejobtížnějších prvků.*

**ROZPIS ZÁVODU SKUPINY STARŠÍ GYMNASTKY**

**KATEGORIE STARŠÍ I A II, VÝKONNOSTNÍ KATEGORIE A/B**

**Kategorie A:** Sestavy na přeskoce, bradlech, kladině a prostných – viz. požadavky linie B, kategorie VS4 B (Závodní program ženských složek, str. 14).

Výška přeskokového stolu 120 cm.

**Kategorie B:** Sestavy na přeskoce, bradlech, kladině a prostných – viz. požadavky linie C (Závodní program ženských složek, str. 13).

Výška přeskokového stolu 110 cm.

**Těšíme se moc na Vaši účast.**

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

Hlavní rozhodčí: Lucie Cirkvová, tel.: 777 785 847

