

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](mailto:psyrovy@sokol.eu)

---

# **ROZPIS PŘEBORU ČOS**

**VE SPORTOVNÍ GYMNASTICE  
ŽENSKÝCH SLOŽEK**

**2017**



**SOKOLOVNA TJ SOKOL ŽIŽKOV II NA BALKÁNĚ**

---

**VŠEOBECNÁ USTANOVENÍ**

1. Pořadatel	Z pověření komise OS ČOS SG oddíl SG TJ Sokol Kampa	
2. Datum	neděle <b>12. 11. 2017</b>	
3. Místo	Sokolovna TJ Sokol Žižkov II Na Balkáně 812 130 00 Praha 3	
4. Činovníci závodu	Ředitel	Zuzana Mazurovová
	Jednatel	Jana Novotná
	Hlasatel	Kateřina Machů
	Hospodář	Jiřina Koptíková
	Technická četa	oddíl SG TJ Sokol Kampa
	Počtářská komise	Lenka Štolová
	Hlavní rozhodčí	Eliška Pospíšilová kontakt: <a href="mailto:elis.pospisil@gmail.com">elis.pospisil@gmail.com</a> , 775196601
5. Přihlášky	Do neděle <b>5. 11. 2017</b> prostřednictvím systému GIS. Pokud oddíl není registrovaný ČGF, přihlášky pošlete emailem na adresu jednatelky: <a href="mailto:sokol.kampa@centrum.cz">sokol.kampa@centrum.cz</a> , tel. Jana Novotná: 603 313 515. Pro kategorii starších zákyň uveďte do přihlášky výšku přeskokového stolu (110 - 125 cm).	
6. Losování	Bude provedeno pořadatelem ve středu 8. 11. 2017 a zveřejněno nejpozději <b>9. 11. 2017</b> na stránkách ČGF.	
7. Jízdné	Všechny oddíly na vlastní náklady.	
8. Stravné	Všechny oddíly na vlastní náklady.	
9. Ubytování	Objednávky na e-mail: <a href="mailto:sokol.kampa@centrum.cz">sokol.kampa@centrum.cz</a> (Jana Novotná) Možnosti: Ve vlastním spacím pytli v tělocvičně á 85 Kč/dítě, 100 Kč/dospělý. Na ubytovně á 155 Kč/osoba (max. 17 osob).	
10. Závodní kancelář	Bude otevřena v místě závodu od 8:00 hod.	
11. Nominace rozhodčích	Eliška Chmelová (TJ Sokol Kampa) Hana Jíchová (TJ Sokol Příbram) Simona Linková (TJ Sokol Chrudim) Miroslava Stupková (TJ Sokol Domažlice) Daniel Marchlík (TJ Sokol Moravská Ostrava I) Miroslava Dudová (TJ Sokol Moravská Ostrava I) Veronika Blašková (TJ Sokol Brno I) Martina Jelínková (TJ Sokol Brno I)	
	Nominovaným rozhodčím bude proplaceno jízdné a odměna za rozhodování. Ostatním rozhodčím bude vyplacena odměna za rozhodování.	
	Každý oddíl je povinen vyslat jednu kvalifikovanou rozhodčí ( <b>kromě rozhodčí nominované</b> ). V přihlášce uveďte jméno rozhodčí a kvalifikaci. Při neúčasti vlastní rozhodčí hradí oddíl zvýšené startovné o 500,- Kč na kategorii.	
	<b>Rozhodčí jsou povinny rozhodovat celý závod!</b> <b>Rozhodčí musí mít řádný oděv dle nejnovějších předpisů FIG, jinak jim nebude vyplaceno ošatné.</b>	
	Omluvy nominovaných rozhodčích zasílejte na e-mail hlavní rozhodčí: <a href="mailto:elis.pospisil@gmail.com">elis.pospisil@gmail.com</a> a v kopii na e-mail: <a href="mailto:sokol.kampa@centrum.cz">sokol.kampa@centrum.cz</a>	

**TECHNICKÁ USTANOVENÍ**

12. Startují	<b>Mladší žákyně</b>	ročník narození 2008 – 2010 družstva 3 + 1 a jednotlivkyň 8 nejlepších družstev a 8 nejlepších jednotlivkyň postupujících z kvalifikace Čech a Moravy (viz příložená tabulka - <i>bude doplněno</i> ). Oddíly mohou ze svých postupujících jednotlivkyň sestavit družstvo.
	<b>Starší žákyně</b>	ročník narození 2005 – 2007 40 nejlepších jednotlivkyň postupujících z kvalifikace Čech a Moravy (viz příložená tabulka - <i>bude doplněno</i> ).
	<b>Juniorky</b>	ročník narození 2002 – 2004
	<b>Ženy</b>	ročník narození 2001 a starší
	Závod v kategoriích starší žákyně, juniorky a ženy proběhne ve dvou sledech dle počtu přihlášených závodnic.	
13. Hodnocení	Závodí se dle platných pravidel FIG, Závodního programu ČGF platného od 1. 1. 2013 včetně změn, doplňků a směrnic tohoto rozpisu. Pro kategorie žákyň platí doplňková tabulka prvků ze Závodního programu.	
14. Disciplíny a obtížnost	<b>Mladší žákyně</b>	viz rozpis
	<b>Starší žákyně</b>	viz žákyně B – ZP strana 31 ( <a href="http://www.gymfed.cz/prilohy/000/512/ZP_SGZ_2017.pdf">http://www.gymfed.cz/prilohy/000/512/ZP_SGZ_2017.pdf</a> )
	<b>Juniorky, ženy</b>	viz juniorky B – ZP strana 32
15. Podmínka účasti	Včas zasláná přihláška a prezenze v závodní kanceláři. Mladší žákyně účast v kvalifikaci. Průkaz ČOS se zaplacenými příspěvky na rok 2017. Platná lékařská prohlídka. Průkaz pojištění. Uhrazené startovné ve výši 200,- Kč za závodnici. Juniorky a ženy, které nejsou členkami ČOS, předloží registrační průkaz ČGF se všemi náležitostmi.	
16. Časový pořad	8:00 – 11:15	postupná prezenze všech kategorií
	8:00 – 9:15	rozcvičení mladších žákyň
	9:00	porada trenérů a rozhodčích
	9:25	nástup a zahájení Přeboru ČOS
	<b>9:30 – 11:15</b>	<b>závod mladších žákyň (I. sled)</b>
	11:20	porada trenérů a rozhodčích
	11:15 – 12:25	organizované rozcvičení II. sledu, vyhlášení výsledků MŽ
	<b>12:30 – 15:15</b>	<b>závod starších žákyň (II. sled)</b>
	15:15 – 16:25	organizované rozcvičení III. sledu
	<b>16:30 – 18:30</b>	<b>závod juniorek a žen (III. sled)</b>
	18:50	vyhlášení výsledků II. a III. sledu
	19:00	ukončení přeboru ČOS
	Starší žákyně, juniorky a ženy budou rozděleny do dvou sledů dle počtu přihlášených závodnic.	
	Změna časového programu je vyhrazena pořadatelem.	

Eliška Pospíšilová v. r.  
členka komise SG OS ČOS

Zuzana Mazurovová v. r.  
ředitelka závodu

**Mladší žákyně I - volný čtyřboj s povinnými požadavky**  
do přeboru ČOS ČR postupuje 8 nejlepších družstev (3+1) a 8 nejlepších jednotlivkyň z celé ČR

**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

**Skladební požadavky (max 2,00 b.)**

1. vzepření vzklpomo 0,50 b., nebo výmyk tahem 0,10 b.
2. toč vpřed nebo vzad (včetně prvků jako veletoč, přemyk apod.)
3. přechod z nižší žerdi do vzporu na žerdi vyšší (nemusí být prvkem → bez srážky)
4. zákmiň nad 45° (celé tělo nad 45°, při zákmiňu roznožmo – nutné spojit nohy)

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** volná sestava s povinnými požadavky  
výška 125 cm (tj. 105 cm od žíněnky), čas max. 1:30

**Skladební požadavky (2,00 b.)**

1. gymnastický skok
2. obrat jednož min. 180°
3. akrobatický prvek \*)
4. akrobatický prvek \*)

\*) Poznámka: skladební požadavek č. 3 a 4 lze plnit také prvky uvedenými v „Doplňkové tabulce prvků“ s výjimkou kotoulů s přehmaty pod kladinu. Prvky musí být různé a musí být předvedeny na kladině.

Při předvedení krátké sestavy platí neutrální srážky dle pravidel FIG:

při předvedení 7+ prvků	bez neutrální srážky
při předvedení 5-6 prvků	srážka 4,00 body
při předvedení 3-4 prvků	srážka 6,00 bodů
při předvedení 1-2 prvků	srážka 8,00 bodů
nepředvede-li žádný prvek	srážka 10,00 bodů

**PROSTNÁ** volná sestava s povinnými požadavky

hudba možná, čas max. 1:30

**Skladební požadavky (2,00 b.)**

1. pasáž nejméně 2 různých gymnastických skoků
2. obrat jednož min. 360°
3. akrobatický prvek vpřed/stranou s letovou fází \*)
4. akrobatický prvek vzad s letovou fází\*)

\*) Poznámka: skladební požadavek č. 3 a 4 musí být předveden v akrobatické řadě.

Nad rámec pravidel FIG se za akrobatickou řadu považuje i z rozběhu samostatné salto odrazem snožmo a také spojení min. 2 akrobatických prvků – z nichž alespoň 1 musí být s letovou fází (např.: hvězda + blecha, přemet vpřed + rondat, atd.). Do akrobatické řady nelze použít kotouly a stoje na ruce.

Při předvedení krátké sestavy platí neutrální srážky dle pravidel FIG (viz. kladina).

**DOPLŇKOVÁ TABULKA PŘESKOKŮ A PRVKŮ  
NAD RÁMEC PRAVIDEL FIG**

<b>PŘESKOK</b>	<b>hodnoty přeskoků</b>	
	roznožka	0,80 b.
	roznožka se zášvihem	1,30 b.
	skrčka	1,00 b.
	skrčka se zášvihem	1,50 b.

<b>BRADLA</b>	<b>prvky A</b>
	výmyk na nižší žerdi
	výmyk na vyšší žerdi
	výskok skrčmo do vzporu dřepmo
	podmet ze vzporu stojmo
	podmet ze zákmihu (bez výšlapu)

<b>KLADINA</b>	<b>prvky A</b>
akrobatické prvky:	kotoul vpřed s přehmatem pod kladinu kotoul vzad kotoul vzad přes rameno náskok do vzporu dřepmo
akro prvky – závěry:	rondat odrazem z rukou na konci kladiny stoj na rukou čelně a zánožka s půlobratem vlevo odrazem jednož salto stranou prohnutě (arab) odrazem jednož salto vpřed prohnutě (šprajcka)
gymnastické prvky:	nůžky skok prohnutě s obr. 180° skok se skrčením přednožmo („kufr“) obrat o 180° přednožením do zanožení obrat jednož o 180° v libovolném provedení váha předklonmo, v unožení, v přednožení i s držení nohy (roznožení min. 135°)

<b>PROSTNÁ</b>	<b>prvky A</b>
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 s obr. 180° skok se skrčením přednožmo i s obr. 180°