



Tělocvičná jednota SOKOL Kopřivnice  
Gymnastický klub

pořádá tradiční závod

# Mikulášský dvojboj 2018



**1. prosince 2018**

## Všeobecná ustanovení

Pořadatel: Gymnastický klub T. J. Sokol Kopřivnice

Datum: **1.12.2018 - sobota**

Místo: Tělocvična ZS, Masarykovo nám. 540, 742 21 Kopřivnice

Činovníci: ředitel závodu:  
hlavní rozhodčí: Macíčková Alena  
jednatelka: Rýparová Dana

Přihlášky: uzávěrka přihlášek **do 24. listopadu 2018** prostřednictvím GISu,  
neregistrované závodnice přihlašujte přes e-mail : [gkkopr@seznam.cz](mailto:gkkopr@seznam.cz), telefon: 731 484 185

Startovné: **140,- Kč za závodnici**

Podmínka účasti:

- včas zasláná přihláška a uhrazení startovného
- za zdravotní stav závodnice odpovídá vysílající oddíl
- rozhodčí za oddíl po celou dobu závodu
- omezení maximálně 4 závodnice v kategorii (omezení neplatí pro domácí klub)

Rozhodčí: minimálně 1 kvalifikovaná rozhodčí na každých 6 závodnic po celou dobu závodu  
(v opačném případě zaplatí na místě penále 500 Kč/oddíl)

Závodní kancelář: bude otevřena od 8:00 hodin (v 1. patře - od schodů nalevo)

Občerstvení: zajištěno v objektu budovy - **bufet „ U čerta“**

## Technická ustanovení

Startují: jednotlivkyně podle vypsaných kategorií

Kategorie:

1. kategorie - mimina	roč. 2013 a ml.
2. kategorie - nejmladší žákyně	roč. 2012 - 2011
3. kategorie - mladší žákyně	roč. 2010 - 2009
4. kategorie - starší žákyně	roč. 2009 - 2007 (2009 dle volby )
5. kategorie - juniorky a ženy	roč. 2006 a st.
6. kategorie - nezávodní žákyně	roč. 2008 a ml. – <b>POUZE DOMÁCÍ ZÁVODNICE</b>

Hodnocení: dle tohoto rozpisu, aktuálních pravidel FIG a ZP 2018 (včetně doplňkové tabulky pro všechny, vyjma 5.kategorie), srážka za skladbu sestavy a umělecký dojem nebude uplatňována

### Neutrální srážky za krátkou sestavu

<u>1. kategorie</u>	<u>2. kategorie :</u>	<u>3. kategorie :</u>	<u>4. a 5. kategorie :</u>
4 a více prvků .. - 0,0 b.	5 a více prvků .. - 0,0 b.	6 a více prvků .. - 0,0 b.	7 a více prvků .. - 0,0 b.
3 prvky - 2,0 b.	4 prvky - 2,0 b.	5 prvků - 2,0 b.	6 prvků - 2,0 b.
2 prvky - 4,0 b.	3 prvky - 4,0 b.	4 - 3 prvky - 4,0 b.	5 - 4 prvky - 4,0 b.
1 prvek - 8,0 b.	2 prvky - 8,0 b.	2 prvky - 8,0 b.	3 - 2 prvky - 8,0 b.
0 prvků - 10,0 b.	1- 0 prvků - 10,0 b.	1- 0 prvků - 10,0 b.	1- 0 prvků - 10,0 b.

### **POZN.**

- *Úpravou skladebních požadavků se neruší obecná ustanovení dle Pravidel FIG:  
- minimální počet akrobatických řad - 2, maximální počet - 4*
- *Počet a typ prvků na kladině a prostných dle I FIG (3 gymnastické, 3 akrobatické, 2 libovolné)*
- *Akrobatické požadavky na prostných lze plnit i kotouly – **platí pouze u 1 - 3. kategorie***
- *Akrobatická řada bez salta je spojení dvou různých akrob. prvků, z nichž minim. 1 musí projít stojem na rukou*
- *Akrobatická řada se saltem může obsahovat pouze samostatné salto odrazem snožmo – mimo 5. kategorie*

## Technický rozpis:

### Kategorie: 1. roč. 2013 a ml.

- skladební požadavky á 0,5 b. - Max. známka **D = 2,0 b./ SP**

#### LAVIČKA - polstrovaná

- SP:
1. min. 1 řada
  2. gymnastický skok
  3. akrobatický prvek
  4. závěr – přímý skok (bude počítán do počtu prvků)

#### PROSTNÁ - pás 12 m – nepružný

- SP:
1. řada min. 8 metrů (bude vyznačeno)
  2. gymnastický skok
  3. akrobatický prvek
  4. rovnovážný prvek nebo prvek pohyblivosti (bude počítán do počtu prvků)

### Kategorie: 2. roč. 2012 - 11

- skladební požadavky á 0,5 b. - Max. známka **D = 2,0 b./ SP**

#### KLADINKA - výška 50 cm, šířka 12 cm

- SP:
1. 2 různé gymnastické skoky (nemusí být ve vazbě)
  2. obrat 180° jednož nebo skokem
  3. akrobatický prvek
  4. závěr - štička (bude počítán do počtu prvků) nebo rondát

#### PROSTNÁ - pás 12 m – nepružný

- SP:
1. pasáž nejméně 2 různých gymnastických skoků odrazem z 1 nohy
  2. obrat jednož min 180°
  3. akrobatický prvek vpřed/stranou
  4. akrobatický prvek vzad

### Kategorie: 3. roč. 2010 - 2009

#### KLADINA - výška 100 cm

- SP:
- |                                  |        |
|----------------------------------|--------|
| 1. gymnastický skok              | 0,5 b. |
| 2. obrat jednož min. 180° jednož | 0,5 b. |
| 3. akrobatický prvek*            | 0,5 b. |
| 4. jiný akrobatický prvek*       | 0,5 b. |

\*) Poznámka: SP č. 3 a 4 lze plnit prvky uvedenými v „Doplňkové tabulce prvků“, prvky musí být různé a musí být předvedeny na kladině

#### PROSTNÁ - pás 12 m – nepružný

- SP:
- |   |        |
|---|--------|
| 1. pasáž nejméně 2 různých gymnastických skoků odrazem z 1 nohy | 0,5 b. |
| 2. obrat jednož min 360°  | 0,5 b. |
| 3. akrobatický prvek vpřed/stranou                              | 0,5 b. |
| 4. akrobatický prvek vzad                                       | 0,5 b. |

### Kategorie: 4. roč. 2009 – 2007

#### KLADINA – výška 125 cm

- SP:
- |  |        |
|--|--------|
| 1. spojení nejméně 2 různých gymnastických skoků | 0,5 b. |
| 2. obrat ze skupiny 3 (z Pravidel)               | 0,5 b. |
| 3. akrobatický prvek *)                          | 0,5 b. |
| 4. akrobatický prvek *)                          | 0,5 b. |

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

**PROSTNÁ** - pás 15 m, hudební doprovod **možný bez srážek za umělecký dojem**

- SP:
- |   |        |
|---|--------|
| 1. pasáž nejméně 2 různých gymnastických skoků, z nichž jeden musí být skok s rozsahem 180° (dle FIG) | 0,5 b. |
| 2. obrat jednož min. 360° (z Pravidel)  | 0,5 b. |
| 3. akrobatický prvek vzad s LF  | 0,5 b. |
| 4. salto vpřed / stranou  | 0,5 b. |

**Kategorie : 5. roč. 2006 a st.**

**\*) Poznámka: Pro tuto kategorii neplatí „Doplňková tabulka prvků“.**

**KLADINA** – výška 125 cm

- SP:
- |   |        |
|---|--------|
| 1. spojení nejméně 2 různých gymnastických skoků, z nichž jeden musí být skok s rozsahem 180° (dle FIG) | 0,5 b. |
| 2. obrat jednož (ze skupiny 3 z Pravidel)   | 0,5 b. |
| 3. akrobatický prvek vpřed/ stranou   | 0,5 b. |
| 4. akrobatický prvek vzad   | 0,5 b. |

**PROSTNÁ** - pás 15 m, hudební doprovod **povinný**

- SP:
- |   |        |
|---|--------|
| 1. pasáž nejméně 2 různých gymnastických skoků, z nichž jeden musí být skok s rozsahem 180° (dle FIG) | 0,5 b. |
| 2. obrat jednož min. 360° (z Pravidel)  | 0,5 b. |
| 3. akrobatická řada se saltem   | 0,5 b. |
| 4. akrobatické prvky v různém směru (vpřed/stranou a vzad)  | 0,5 b. |

**Kategorie: 6. roč. 2008 a ml. – JEN DOMÁCÍ ZÁVODNICE**

Předpis je shodný s 2.kategorií

<b>Časový rozpis:</b>	7:35	otevření tělocvičny a šaten
	7:45 – 9:00	volné rozcvičení
	8:00 - 8:20	<b>prezentace</b>
	8:45	porada trenérů a rozhodčích
	9:00 – 9:20	rozcvičení 1. sledu
	9:25	nástup 1. sledu
	<b>9:30</b>	<b>zahájení závodu</b> (v obou tělocvičnách souběžně)

**VYHLÁŠENÍ VÝSLEDKŮ PO 1. SLEDU A OSTATNÍ PO UKONČENÍ ZÁVODU- možná přijde Mikuláš..**

**ČASOVÝ ROZPIS BUDE UPŘESNĚN PO UZÁVĚRCE. ÚPRAVA A ROZLOSOVÁNÍ BUDE ZVEŘEJNĚNO.**

**Ceny:** závodnice na prvních třech místech obdrží medaili, diplom a věcnou cenu, ostatní získávají drobný upomínkový předmět.  
Při shodnosti bodů rozhoduje známka na kladině / lavičce, případně věk závodnice.



*Srdečně zvou pořadatelé*