

Krajská soutěžní komise sportovní gymnastiky Plzeňský kraj

ROZPIS

KRAJSKÉHO PŘEBORU Plzeňský a Karlovarský kraj

VE SPORTOVNÍ GYMNASTICE

ŽENSKÉ SLOŽKY



TJ SOKOL PLZEŇ 1

SOBOTA 16. 11. 2019

A/ Všeobecná ustanovení

- Pořadatel:** Z pověření KSK SG Plzeňský kraj - odd. sport. gymnastiky TJ Sokol Plzeň 1 ve spolupráci s TJ Sokol Domažlice
- Datum:** **SOBOTA 16. 11. 2019**
- Místo:** Sokolovna TJ Sokol Plzeň 1, Štruncovy sady 1, 301 12 Plzeň
- Činovníci závodu:**

ředitel závodu:	Štiková Jitka
hlavní rozhodčí:	Štiková Jitka
jednatel závodu:	Špottová Petra
hospodář:	Velíšková Martina
technická četa:	oddíl Sokol Plzeň 1/oddíl Sokol Domažlice
zdrav. dozor:	MUDr. Hirmerová Lucie
počtářská komise:	Schirová Lenka, Špottová Petra
- Přihlášky:** Do soboty **9. 11. 2019** oddíly ČGF výhradně přes GIS ČGF (www.gymfed.cz) nebo na e-mail: sgkrajplzen@centrum.cz (dotazy Petra Špottová, tel. 775 938 716). Pozdější přihlášky nebude možné akceptovat!
- Losování:** Bude provedeno KSK 13. 11. 2019.
- Cestovné:** Závodnice a trenéři na vlastní náklady.
RO a činovníci závodu podle směrnic ČGF, ošatné a cestovné.
- Závodní kancelář:**
Bude otevřena v místě závodu v 8,15 hod na podiu v ětlocvičně.
- Předpis:** Závodí se podle pravidel ČGF 2017-2020 (platná od 1. 1. 2017) a Závodního programu platného od prosince 2017, soutěžního řádu, pro nábor dle řílohyp tohoto rozpisu a doplňkové tabulky ZP st. 52 (rovněž v příloze rozpisu).

B/ Technická ustanovení: závod družstev/závod jednotlivkyň

10. Závodní kategorie:

Náborová soutěž žáků

nábor r. n. 2013 a mladší

volný trojboj s povinnými požadavky – viz příloha

Linie A, B, C dle Závodního programu - JEDNOTLIVKYŇ

Struktura závodního programu ženských složek											
Linie A				Linie B				Linie C			
kategorie	věk	typ sestav	plnění	kategorie	věk	typ sestav	plnění	kategorie	věk	typ sestav	plnění
VS0 A (ZS)	7–8 let	povinné	64 b.	VS0 B	9 a starší	povinné	64 b.				
VS1 A (VS1)	7–8 let	povinné	64 b.	VS1 B	9 a starší	povinné	64 b.				
VS2 A (VS2)	8–10 let	povinné	64 b.	VS2 B	11 a starší	povinné	64 b.				
VS3 A (žák A)	9–12 let	povinné	60 b.	VS3 B	13 a starší	povinné	60 b.				
VS4 A (kadetky)	10–14 let	volné FIG junior	38 b. na MČR	VS4 B (žák B)	9–12 let	volné	43 b. na MČR	VS4 C (žák C)	9–11 let	volné	40 b. na MČR
VS5 A Juniorky	13–15 let	Volné FIG junior	41 b. na MČR	VS5 B (jun B)	12–14 let	volné	46 b. na MČR	VS5 C (jun C)	12–14 let	volné	42 b. na MČR
VS6 A Ženy	16 a starší	Volné FIG	44 b. na MČR	VS6 B (že B)	15 a st.	volné	46 b. na MČR	VS6 C (že C)	15 a st.	volné	42 b. na MČR

II., III., IV. a V. liga dle Závodního programu - ZÁVOD DRUŽSTEV

Družstva jsou složena až ze 6 závodnic. Hostování povoleno. Základ družstva tvoří min. 2 závodnice mateřské jednoty. Družstva startují ve složení 3+1. Do výsledku družstva se započítávají vždy min. 2 známky mateřské jednoty. V závodědružstev nevyhlášíme výsledky jednotlivců!

- **II. liga** (8 let a starší – 2011 a st.) – obtížnost VS5 B (juniorky B) - postup na M ČR (podmínkou účasti je splnění 109,00 bodů v přeboru kraje)
- **III. liga** (9 let a starší – 2010 a st.) obtížnost VS4 C, VS5 C, VS6 C (žákyně, juniorky, ženy C) – družstvo v libovolném v ěkovém složení
- **IV. liga** (7–12 let – 2012-2007) doporučená obtížnost dle ZP str. 51 (viz příloha)
- **V. liga** (7–9 let – 2012-2010) doporučená obtížnost dle ZP str. 50 (viz příloha)

úprava přeskok: bedna naší ř – výška 80 cm + žín ěnky v úrovni bedny
úprava akrobacie: akrobatickou řadu lze plnit i stoj-kotoul-hvězda/kotoul-hvězda/hvězda-rondat/hvězda-hvězda

11. Podmínka účasti:

Včas zasláná přihláška a prezenca v závodní kanceláři.

Registrační průkaz nebo legitimace T. J., platná lékařská prohlídka.

Startovné pro závodnice registrovaných oddílů ČGF ve výši 150 K č za závodnici, pro závodnice neregistrovaných oddílů ČGF ve výši 200 K č. (Neregistrované závodnice startující ve vypsaných kategoriích – krom ě náboru – nemohou být zahrnuti do oficiálních výsledků ČGF, budou uvedeni mimo soutěž).

12 Úbor:Podle pravidel SG pro RO, závodnice a trenéry.

13. Časový rozvrh: Časový rozpis závodu bude zveřejněn po uzávěrcce přihlášek dle počtu přihlášených závodnic v jednotlivých kategoriích a dle počtu rozhodčích. Předpokládaný začátek závodu je v 9:30. Budete informováni e-mailem po uzávěrcce přihlášek.

14. Tituly a ceny:Závodnice na 1. – 3. místě obdrží medaili a diplom. Vyhlášení proběhne pro Plzeňský a Karlovarský kraj zvlášť.

15. Nominace rozhodčích: hl. rozhodčí: Štiková
PLZ: Velíšková, Šlaufová, Vojáčková, Zvěřinová, Hlavatá
DOM: Stupková, Vytisková, Blacká, Duffková/Salátová,
KV: Chmelíková, Siegllová
CHEB: Ferling st., Ferling ml., Linh Nguyen Thi Khanh

Rozpis je současně pozvánkou pro nominované rozhodčí, svoji účast potvrďte s přihláškou závodnic. V případě, že se nem ůžete zúčastnit, prosíme, omluvte se včas!!!

Nábor žáků – r. n. 2013 a mladší - volný trojboj jednotlivky ň s povinnými požadavky

PŘESKOK bedna 80 cm - 5 dílů
volný skok z pravidel nebo dopl ňkové tabulky prvků
+ výskok na bednu do d řepu a seskok 0,50 b.

KLADINA výška 80 cm
volná sestava s povinnými požadavky

1. 2 x využít celou délku kladiny (hodnota každé řady 0,50 b.) 1,00 b.
2. gymnastický skok 0,50 b.
3. rovnovážný prvek (váha předklonmo/stranou/arabeska) 0,50 b.
4. 4 prvky 0,50 b.

Dopl ňková tabulka prvků pro kategorii nábor kladinu – prvky A: přímý skok snožmo vp řed, váha předklonmo/stranou/arabeska, seskok skrčením přednožmo (kufr), seskok roznožením p řednožmo (štika)

PROSTNÁ pás 12 x 2 m
volná sestava s povinnými požadavky

1. 1 x využít celou délku pásu 0,50 b.
2. gymnastický skok 0,50 b.
3. akro prvek 0,50 b.
4. rovnovážný prvek (váha předklonmo/stranou/arabeska) 0,50 b.
5. 5 prvků 0,50 b.

HODNOCENÍ KLADINA + PROSTNÁ: dle FIG, ZP a tohoto r ozpisu

Známka D: hodnota 5 povinných požadavků max. 2,50 b.
Známka E: 10,00 b.

Dopl ňková tabulka prvků A nad rámec pravidel FIG

Přeskok	Bradla	Kladina	Prostná
roznožka = 0,80	výmyk na n.ž.	kotoul vpřed s přehmatem	kotoul vpřed
roznožka se zášvihem = 1,30	velvýmyk na v.ž.	kotoul vzad i přes rameno,	kotoul vzad
skrčka = 1,00	výskok skrčmo do vzporu dřepmo	nůžkový skok	stoj kotoul
skrčka se zášvihem = 1,50	podmet ze vzporu stojmo	skok prohnuté s obr. 180°	kotoul vzad do stoje na rukou
	podmet ze zákmihu	skok se skrčením přednožmo	přemet stranou
		obrat o 180° přednožením do zanožení	přemet vpřed zvolna
		obrat jednož o 180° v libovolném provedení	přemet vzad zvolna
		váha předklonmo, v unožení, v přednožení i s držním nohy (roznožení min. 135°)	nůžkový skok
		náskok do vzporu dřepmo	čertík s obr. 180°
		závěry: rondat přemet zánožka arab šprajcka	skok se skrčením přednožmo skok se skrčením přednožmo s obr. 180°

Požadavky V. liga – Souhrn specifických požadavků

	Přeskok	Bradla	Kladina	Prostná
Hodnoty obtížnosti a požadovaný počet prvků	bedna na šíř 80 cm + žíněnky v úrovni bedny	Prvek A = 0,10, B = 0,20, C = 0,30 (prvky vyšší obtížnosti nejsou povoleny). Maximálně 8 prvků do známky D. Minimálně 3 prvky	Prvek A = 0,10, B = 0,20, C = 0,30 (prvky vyšší obtížnosti nejsou povoleny). Maximálně 8 prvků do známky D (3 akro, 3 gym, 2 libovolné) Minimálně 5 prvků	Prvek A = 0,10, B = 0,20, C = 0,30 (prvky vyšší obtížnosti nejsou povoleny). Maximálně 8 prvků do známky D (3 akro, 3 gym, 2 libovolné) Minimálně 5 prvků
Přidané prvky nad rámec FIG (hodnota A)	z rozběhu náskok do stoje na rukou a odrazem z rukou pád do lehu na zádech Povoleny 2 skoky. Do výsledku se započítává lepší známka z obou přeskoků. Hodnota D = 3,00 bodů.	výmky na n.ž, velvýmk na v.ž., výskok skrčmo do vzporu dřepmo, podmet ze vzporu stojmo, podmet ze zákmihu	kotoul vpřed s přehmatem, kotoul vzad i přes rameno, nůžkový skok, skok prohnutě s obr. 180°, skok se skrčením přednožmo, obrat o 180° přednožením do zanožení, obrat jednož o 180° v libovolném provedení, váha předklonmo, v unožení, v přednožení i s držením nohy (roznožení min. 135°) náskok do vzporu dřepmo, závěry: rondat, přemet, zánožka, arab, šprajcka	kotoul vpřed, kotoul vzad, stoj kotoul, kotoul vzad do stoje na rukou, přemet stranou, přemet vpřed i vzad zvolna, nůžkový skok, čertík s obr. 180°, skok se skrčením přednožmo i s obr. 180°
Skladební požadavky (0,50 za každý)		1.vzepření vzklopmo 0,50 výmk tahem 0,30 2. prvek blízky žerdi 3. přechod z nižší na vyšší žerd (nemusí být prvkem = bez srážky) 4.zákmih min. do vodorovna ramena – boky – špičky	1. gym. prvek 2. obrat jednož o min. 180° (= obtížnost A) 3. akrobatický prvek 4. akrobatický prvek různý od bodu 3	1. pasáž nejméně 2 různých gymnastických skoků odrazem z jedné nohy 2. obrat jednož o min. 360° 3. akrobatický prvek vpřed/stranou 4. akrobatický prvek vzad
Dodatečná pravidla	Druhý pokus je povolen se srážkou 1,00 bod při předvedení přeskoků hodnoceného 0	Jeden prázdný kmih je povolen.	Skladební požadavky musí být předvedeny na kladině, lze použít všechny prvky uvedené v pravidlech FIG a doplňkové tabulce, tedy i prvky s výdrží a kotouly. maximální čas 90 s	Akrobatická řada bez salta – přímé spojení min. 2 různých prvků, z nichž min. jeden musí obsahovat projití stojem na rukou, salto odrazem snožmo je považováno za akrobatickou řadu. bez hudby (neuplatňují se srážky za um. projev) Platí požadavek 2 různých akrobatických řad pro uznání závěru sestavy.

Požadavky IV. liga – Souhrn specifických požadavků

	Přeskok	Bradla	Kladina	Prostná
Hodnoty obtížnosti a požadovaný počet prvků		Prvek A = 0,10, B = 0,20, C = 0,30 (prvky vyšší obtížnosti nejsou povoleny). Maximálně 8 prvků do známky D. Minimálně 5 prvky	Prvek A = 0,10, B = 0,20, C = 0,30 (prvky vyšší obtížnosti nejsou povoleny). Maximálně 8 prvků do známky D (3 akro, 3 gym, 2 libovolné) Minimálně 7 prvků	Prvek A = 0,10, B = 0,20, C = 0,30 (prvky vyšší obtížnosti nejsou povoleny). Maximálně 8 prvků do známky D (3 akro, 3 gym, 2 libovolné) Minimálně 7 prvků
Přidané prvky nad rámec FIG (hodnota A)	Přeskokový stůl 110 cm volný přeskok -roznožka = 0,80 -roznožka se zášvihem=1,30 -skrčka=1,00 -skrčka se zášvihem=1,50 -další dle FIG Povoleny 2 skoky. Do výsledku se započítává lepší známka z obou přeskoků.	výmky na n.ž, velvýmk na v.ž., výskok skrčmo do vzporu dřepmo, podmet ze vzporu stojmo, podmet ze zákmihu	kotoul vpřed s přehmatem, kotoul vzad i přes rameno, nůžkový skok, skok prohnutě s obr. 180°, skok se skrčením přednožmo, obrat o 180° přednožením do zanožení, obrat jednož o 180° v libovolném provedení, váha předklonmo, v unožení, v přednožení i s držením nohy (roznožení min. 135°) náskok do vzporu dřepmo, závěry: rondat, přemet, zánožka, arab, šprajcka	kotoul vpřed, kotoul vzad, stoj kotoul, kotoul vzad do stoje na rukou, přemet stranou, přemet vpřed i vzad zvolna, nůžkový skok, čertík s obr. 180°, skok se skrčením přednožmo i s obr. 180°
Skladební požadavky (0,50 za každý)		1.vzepření vzklopmo 2. prvek blízky žerdi 3. přechod z nižší na vyšší žerd (nemusí být prvkem = bez srážky) 4.stoj na rukou	1. spojení nejméně 2 různých gymnastických prvků, z nichž jeden musí být skok s rozsahem 180° dle FIG 2. obrat ze sk. 3 Pravidel FIG 3. akrobatický prvek 4. akrobatický prvek různý od bodu 3	1. pasáž nejméně 2 různých gymnastických skoků odrazem z jedné nohy, z nichž jeden musí být skok s rozsahem 180° 2. obrat ze sk. 2 Pravidel FIG 3. akrobatický prvek vpřed/stranou 4. akrobatický prvek vzad
Dodatečná pravidla			Skladební požadavky musí být předvedeny na kladině, lze použít všechny prvky uvedené v pravidlech FIG a doplňkové tabulce, tedy i prvky s výdrží a kotouly, s výjimkou kotoulu s přehmatem pod kladinu. maximální čas 90 s	Akrobatická řada bez salta – přímé spojení min. 2 různých prvků, z nichž min. jeden musí obsahovat projití stojem na rukou, salto odrazem snožmo je považováno za akrobatickou řadu. hudba není povinná (neuplatňují se srážky za um. projev). v případě sestavy s hudbou lze za um. projev udělit bonifikaci až 0,5b (panel D) maximální čas 90 s. Platí požadavek 2 různých akrobatických řad pro uznání závěru sestavy.