

R O Z P I S

Přeboru města Ostravy

A

Přeboru MS kraje VS 4A

**jednotlivkyň a jednotlivců
ve sportovní gymnastice**

pro rok 2019

O s t r a v a - 19. 5. 2019

A) Všeobecná ustanovení:

- 1. Pořadatel:** GK Vítkovice, z. s.
- 2. Datum:** neděle 19. 5. 2019
- 3. Místo:** Tělocvična GK Vítkovice,
ul. 29. dubna 259/33, Ostrava- Výškovice
- 4. Činovníci závodu:** ředitel závodu Ilona Žáková
jednatel Monika Prutkayová
hlavní rozhodčí Mgr. Hana Nováková
František Adamovič
zástupce MěSK Ing. Josef Bučko
- 5. Přihlášky:** **UZÁVĚRKA PŘIHLÁŠEK – 12. 5. 2019**
Přihlášky zasílají oddíly prostřednictvím GIS:
- 6. Losování:** proběhne ve středu 15. 5. 2019
- 7. Cestovné:** závodnice a trenéři na vlastní náklady.
- 8. Závodní kancelář:** Bude otevřena v místě konání závodů 19. 5. 2018 od 7.30 hod.

B) Technická ustanovení:

- 9. Předpis:** Závodí se dle pravidel F.I.G. platných od 1. 1. 2017, Závodního programu ženských složek ČGF, vydání platné od 1. 1. 2019, Závodního programu mužských složek ČGF, vydání platné od 31. 1. 2016 (oprava ze dne 16. 3. 2017), platného Soutěžního a Disciplinárního řádu ČGF a tohoto rozpisu.

- 10. Startují:** Volné sestavy se SP:

- | | | |
|------------------------|---|----------|
| 1. začínající žákyně A | roč. 2014 a ml. | viz níže |
| | roč. 2013 – stejné požadavky, ale každý ročník hodnocený zvlášť | |
| 2. začínající žákyně B | roč. 2012 - 2010 | viz níže |
| | pro všechny ročníky stejné požadavky, každý ročník hodnocený zvlášť | |
| 3. mládež – dívky | roč. 2009 a st. | viz níže |
| 4. začínající žáci A | roč. 2012 a ml. | viz níže |
| 5. začínající žáci B | roč. 2009 a ml | viz níže |

Kategorie dle ZP:

- | | |
|--------------------|---|
| 6. Linie A (dívky) | VS 0 (7-8let), VS 1 (7-8let), VS 2 (8-10let), VS 3 (9-12let), |
| 7. Linie B (dívky) | VS 0 (9+), VS 1 (9+), VS 2 (11+), VS 3 (13+), VS 4 (9-12let), VS 5 (12-14let) |
| | VS 6 (15+) |
| 8. Linie C (dívky) | VS 4 (9-11let), VS 5 (12-14let), VS 6 (15+) |
| 9. Nejmladší žáci | 7 – 9 let |
| 10. Mladší žáci | do 11 let |
| 11. Starší žáci | do 14 let |

- 1) Začínající žákyně A:** dvojboj lavička, prostná

lavička: volná sestava se SP

- | | |
|---------------------------------|--------|
| 1. gymnastický skok A | 0,5 b. |
| 2. prvek blízký lavičce | 0,5 b. |
| 3. chůze ve výponu min. 3 kroky | 0,5 b. |

prostná: volná sestava se SP

- | | |
|--|--------|
| 1. gymnastický skok A | 0,5 b. |
| 2. akrobatický prvek | 0,5 b. |
| 3. stoj na lopatkách (svíčka) – výdrž 2s | 0,5 b. |

hodnocení: známka E z 10,00 bodů

krátká sestava:	4 prvky a více	10,00 b.
	3 prvky	- 2,00 b.
	2 prvky	- 4,00 b.
	1 prvek	- 6,00 b.

stoj na lopatkách je SP (nepočítá se mezi prvky)
do známky D se započítává hodnota max. 4 prvků + hodnota povinných požadavků

2) <u>Začínající žákyně B:</u>	trojboj přeskok, kladina nízká - 100cm, prostná
přeskok:	VS 0 (z rozběhu odrazem snožmo z přeskokového můstku kotoul letmo přes překážku 60 cm na žíněnku 20 cm)
kladina:	volná sestava se SP (100cm)
	1. kotoul v libovolném provedení 0,5 b.
	2. gymnastický skok A 0,5 b.
	3. obrat 180° ve výponu (snožmo nebo jednož) 0,5 b.
prostná:	volná sestava se SP
	1. gymnastická pasáž 0,5 b.
	2. gymnastický obrat 180° jednož 0,5 b.
	3. akrobatický prvek s průchodem stojem na rukou 0,5 b.
hodnocení:	známka E z 10,00 bodů
	krátká sestava:
	5 prvků a více 10,00 b.
	4 prvky - 2,00 b.
	3 prvky - 4,00 b.
	2 prvky - 6,00 b.
	1 prvek - 8,00 b.
	do známky D se započítává hodnota 8 nejobtížnějších prvků včetně závěru + hodnota povinných požadavků

Platí doplňková tabulka prvků A nad rámec pravidel FIG.

3) <u>Mládež – dívky:</u>	dvojboj výběr libovolných dvou nářadí (vložený závod pro začínající závodnice r. 2009 a st.)
	bradla – kladina, bradla – prostná nebo kladina - prostná
bradla:	volná sestava s min. 2 prvky (včetně prvků silové sestavy)
	1. prvek 0,5 b.
	2. prvek 0,5 b.
kladina:	volná sestava se SP
	1. akrobatický prvek 0,5 b.
	2. gymnastický prvek 0,5 b.
prostná:	volná sestava se SP
	1. akrobatický prvek 0,5 b.
	2. gymnastický skok 0,5 b.
hodnocení:	výchozí známka 10,00 bodů
	výsledná známka = 10,00 – součet srážek
	známka D max. 1bod, hodnota prvků se do známky D nezapočítává

Platí doplňková tabulka prvků A nad rámec pravidel FIG.

4) <u>Začínající žáci A:</u>	trojboj prostná, přeskok, kruhy
prostná:	volná sestava se SP
	1. rovnovážný prvek 0,5 b.
	2. kotoul 0,5 b.
	3. výskok s obr. 180° 0,5 b.
přeskok:	z rozběhu výskok do dřepu na bednu (80 cm) a rovný seskok
kruhy:	povinná sestava

- | | | |
|----|---|--------|
| 1. | shyb | 0,5 b. |
| 2. | zvolna sešín do svisu přednos (výdrž 2 s) | 0,5 b. |
| 3. | zvolna svis vznesmo | 0,5 b. |
| 4. | svis střemhlav, svis vznesmo | 0,5 b. |
| 5. | kmihem podmetmo zákmih – předkmih – zákmih - seskok | 0,5 b. |

5) Začínající žáci B: trojboj prostná, přeskok, kruhy

- | | | |
|----------|---|--------|
| prostná: | volná sestava se SP | |
| | 4. rovnovážný prvek | 0,5 b. |
| | 5. kotoul vzad | 0,5 b. |
| | 6. výskok s obr. 180° | 0,5 b. |
| přeskok: | z rozběhu výskok do dřepu na bednu (80 cm) a rovný seskok | |
| kruhy: | povinná sestava | |
| | 1. shyb | 0,5 b. |
| | 2. zvolna sešín do svisu přednos (výdrž 2 s) | 0,5 b. |
| | 3. zvolna svis vznesmo | 0,5 b. |
| | 4. svis střemhlav, svis vznesmo | 0,5 b. |
| | 5. kmihem podmetmo zákmih – předkmih – zákmih - seskok | 0,5 b. |

6) Mladší žáci: trojboj prostná, přeskok, kruhy

obsah sestav viz začínající žáci B

Hodnocení všech tří kategorií chlapců: výchozí známka 10,00 bodů
výsledná známka = 10,00 – součet srážek
v případě chybějícího požadavku se od výsledné známky odečte jeho hodnota

- 11. Podmínky účasti:** Včas zasláná přihláška, registrační průkaz ČGF nebo průkaz jiné tělovýchovné organizace s datem narození a fotkou, průkaz zdravotní pojišťovny, potvrzení o dobrém zdravotním stavu (nemusí být od sportovního lékaře)
- 12. Startovné:** 150,- Kč za závodnici nebo závodníka
- 13. Úbor:** dle pravidel FIG a Soutěžního řádu ČGF
- 14. Námitky:** Námitky technického rázu dle pravidel FIG a Soutěžního řádu ČGF. Námitky vůči výsledné známce nejsou povoleny.

15. Časový program: neděle 19. 5. 2019

- | | |
|---------------|---|
| 7,30 – 7,45 | prezence |
| 7,50 | porada trenérů |
| 8,00 | porada rozhodčích |
| 8,00 – 8,24 | organizované rozcvičení I. sledu (kategorie 1.)
bude upřesněno podle počtu přihlášených |
| 8,25 – 8,30 | nástup I. sledu |
| 8,30 – 9,30 | závod I. sledu |
| 9,30 - 10,00 | organizované rozcvičení II. sledu (kategorie 2.)
bude upřesněno podle počtu přihlášených |
| 10,00 – 10,10 | vyhlášení výsledků I. sledu |
| 10,10 – 10,15 | nástup II. sledu |
| 10,15 – 11,30 | závod II. sledu |

Další kategorie budou následovat podle počtu přihlášených – časový plán bude upřesněn 15. 5. 2019
na www.gkvitkovice.cz včetně rozcvičení jednotlivých kategorií.

16. Ceny: jednotlivci a jednotlivkyně na 1. místě v kategoriích obdrží pohár, medaili a titul Přeborník města Ostravy.
jednotlivci a jednotlivkyně na 2. a 3. místě v kategoriích obdrží medaile a diplom.

C) Závěrečná ustanovení:

17. Nominace rozhodčích: hlavní rozhodčí: Mgr. Hana Nováková (dívky)
František Adamovič (hoši)
rozhodčí: každý zúčastněný oddíl zajistí minimálně 3 rozhodčí

Ilona Žáková, v. r.
ředitelka závodu

Ing. Josef Bučko, v. r.
předseda MěSK ČGF