



5. ročník závodu Poberounský dvojboj

Rozpis závodu

určeno pro děvčata a chlapce, ročníky 2007 a mladší, nižší gymnastické výkonnosti

1) Všeobecná ustanovení

- Název závodu:** Poberounský dvojboj
- Pořadatel:** Gym Dobřichovice z.s.
- Datum:** sobota 14. listopadu 2020
- Místo:** Jojo Gym, 5. května 1064, 252 29 Dobřichovice, HALA 2
- Činovníci:** ředitelka závodu: Alžběta Bendíková
hlavní rozhodčí: Lenka Doležalová Pavilková
- Kontakt:** Alžběta Bendíková
mobil: 720 980 671
e-mail: bety@gymdobrichovice.cz
- Přihlášky:** do 5. 11. 2020
e-mailem: bety@gymdobrichovice.cz. Žádejte potvrzení o přijetí e-mailu.

Přihláška obsahuje: jména a rok narození závodníků, název oddílu, kategorii a jména rozhodčích.

Hudbu zasílejte ve formátu **mp3** na e-mail: gabriela@gymdobrichovice.cz.
- Rozhodčí:** Každý přihlášený oddíl deleguje alespoň jednoho rozhodčího s licenci ČASPV, ČOS nebo ČGF na celý závod. V případě vyšší účasti než 8 dětí za oddíl deleguje jednota rozhodčí dva.
Pokuta za nedodání rozhodčího činí 1.000 Kč za každého chybějícího rozhodčího.
- Startovné:** 150 Kč,- za závodníka.
- Počet závodníků:** V případě většího množství nahlášených závodníků může pořadatel omezit počet dětí za kategorii.
- Stravování:** V den závodu bude na místě otevřena kavárna od 8.30 hod.
- Závodní kancelář:** Otevřena v den konání závodu od 8 hod.

2) Technická ustanovení

- Předpis:** Závodí se v závodě jednotlivců (všechny kategorie) a v závodě družstev (kategorie III a IV) v gymnastickém dvojboji PŘESKOK + PROSTNÁ (airtrack s kobercem), podle níže uvedeného rozpisu.

Soutěž družstev: Závod družstev je vypsán pouze pro kategorii III a IV. Do této soutěže se započítávají ty oddíly, které budou mít alespoň dva závodníky v těchto kategoriích. (Celkem tvoří družstvo 4 závodníci jednoho oddílu).

Kategorie:

I. kategorie:	2014 a mladší – soutěž jednotlivců
II. kategorie:	2012– 2013 – soutěž jednotlivců
III. kategorie:	2010 – 2011 – soutěž jednotlivců i družstev
IV. kategorie:	2007 – 2009 – soutěž jednotlivců i družstev

Závod je otevřen pro dívky i pro chlapce a je určen pro děti nižší výkonnostní úrovně. **U chlapeckých kategorií není omezení pro registraci, u dívčích kategorií účastnice závodu nemohou být registrovány v ČGF.** Pořadatel si vyhrazuje právo kategorie sloučit nebo naopak rozdělit, pokud by se přihlásilo méně nebo naopak více závodníků.

Použité nářadí:

Přeskok:

Kategorie I a kategorie II:

Dřevěná bedna nebo polyuretanová bedna značky Diony
přeskokový stůl Diony (polyuretan)
minimální výška 80 cm

Kategorie III a IV

Dřevěná bedna
přeskokový stůl Diony (polyuretan)
minimální výška 100 cm

Můstky:

můstek Bänfer do 40 kg (měkčí, dětský)
můstek Bänfer středně tvrdý 4 pružiny
můstek Bänfer tvrdý

Prostná:

Airtrack 12 m x 2 m + 2 x 2 m ochranné plochy na obou stranách, pokryto kobercem 14 m
U kategorií I a II možno využít samostatný koberec 14 m, tloušťka 3,5 cm.

Podmínka účasti: přihláška zasláná v termínu spolu s hudebním doprovodem (u kat. dívky III a IV)

 dodání rozhodčího nebo zaplacení předepsané pokuty

 úhrada startovného v hotovosti při prezenci

Požadavky a obtížnost:

Požadavky u všech kategorií jsou stejné, pokud není v poznámce specifikováno odlišně:

Prostná:

Akrobatický prvek

Akrobatická řada (min. 2 prvky, pouze u kategorie I lze prvky opakovat, hodnota se počítá pouze jedenkrát)

Gymnastický skok

Rovnovážný prvek s výdrží 2 s

Obrat

Projití délky 10 m kategorie I a II - 1x

 kategorie III a IV – 2x

Hudební doprovod:

Kategorie I a II bez hudby, kategorie III a IV dívky povinný hudební doprovod, instrumentální – beze slov.

<u>Prostná:</u> výchozí známka 10,0 bodů, srážky:	chybějící akrobatický prvek	- 1,0 b.
	chybějící akrobatická řada	- 1,0 b.
	chybějící gymnastický skok	- 1,0 b..
	chybějící rovnovážný prvek s výdrží 2 s	- 1,0 b..
	obrat	- 1,0 b.
	další srážky: neprojití délky 10 m	- 0,5 b. (pokaždé)

Bonifikace - uznávají se maximálně dvě bonifikace z dvou různých níže uvedených prvků – přičítají se k výchozí známce:
Bonifikace se neuzná, pokud je srážka z provedení vyšší než 0,3 b. – viz pravidla ČASPV

Salta - vpřed, vzad, stranou – 0,5 bod

Flik, blecha – 0,5 bod

Kotoul vzad do stoje na ruku – 0,5 bod

Přemety vpřed (všechny) a pomalé přemety vzad – 0,5 bod **pouze kategorie 1 a 2**

Maximální známka na prostných je 11 bodů, stejně jako na přeskoku (viz níže).

Přeskok:	Přemet, rondát	z 11 bodů
	Skrčka, roznožka	z 10 bodů
	Výskok do dřepu, seskok	z 9 bodů
	Výskok do kleku, seskok	z 8 bodů – pouze u kategorie 1
	Hodnotí se 2 přeskoky, každý může být jiný, počítá se lepší skok.	

Hodnocení: Provedení se hodnotí dle pravidel sportovní gymnastiky vydaných komisí všeobecné gymnastiky ČASPV platných od 1.2. 2018 s aktualizací k 8.3. 2019 a dále podle propozic, technických ustanovení a rozpisu této soutěže.
Link: <http://www.caspv.cz/cz/cinnosti-komise-metodicke-rady/komise-vseobecne-gymnastiky/dokumenty-komise/>

Výsledky: Hodnotí se každá věková kategorie zvlášť.
Výsledek družstva v kategorii III a IV tvoří součet známek dvou nejúspěšnějších závodníků z každé věkové kategorie (za oddíl tedy budouj vždy 2 nejlepší v kategorii, celkem 4 závodníci).

Časový program: Časový harmonogram bude upřesněn po zaslání přihlášek.
Při závodě bude možné rozcvičení v hale 1.

3) Závěrečná ustanovení

Úbor: Gymnastický

Výsledky: Zpracuje pořadatel v den závodu. Výsledky budou zaslány vedoucím oddílů e-mailem.

Za Gym Dobřichovice, z. s.
Alžběta Bendíková