TJ Loko Pardubice ve spolupráci s KSK Pardubického kraje

pořádá

**25. ročník Perníkové chaloupky Pardubic**

Závody probíhají za finanční podpory Magistrátu města Pardubic

**Termín akce: 26.6.2021**

**Tělocvična: Sokolovna TJ Sokol Pardubice I,** Jiráskova 29, Pardubice 53002

**Časový program:**

10:00-11:30 rozcvičení

10:00-11:00 prezence

11:15 porada trenérů a rozhodčích

11:30 slavnostní nástup

**Přihlášky do 18.6.2021** na email: [helkup@post.cz](mailto:helkup@post.cz)

**Startovné 120 Kč.**

Podmínka účasti: Včas zaslaná přihláška, nominace nejméně jedné rozhodčí na 5 závodnic – jméno uvést v přihlášce (jinak pokuta 300Kč).

Závody jsou soutěží jednotlivých kategorií ve vypsaném dvojboji. Závodí se dle platných pravidel sportovní gymnastiky a ustanovení tohoto rozpisu. Nebudou uplatňovány srážky za skladbu a sestavy a čas. Platí doplňková tabulka prvků.

**ROZPIS KLADINA-PROSTNÁ**

**I. kategorie ročník 2012**

Kladina, výška 125 cm, prostná pás 14 m.

Volná sestava s povinnými požadavky:

Kladina: Prostná

1. Akro prvek 1. akro prvek projitý stojem na rukou
2. gymnastický skok 2. obrat jednonož minimálně 180
3. jiný akro prvek 3. vazba dvou gymnastických skoků
4. obrat jednonož min 180 4. jiný akro prvek

Do známky D se započítává max 8 nejobtížnějších prvků sestavy (3akro+3gym+2libovolné).

Specifické srážky: 6 a více prvků za 10b, 5-4 prvků ze 6b, 3 a méně ze 4b.

**II. kategorie ročník 2013**

Kladina, výška 110 cm, prostná pás 14 m.

Volná sestava s povinnými požadavky:

Kladina: Prostná

1. Akro prvek 1. akro prvek projitý stojem na rukou
2. gymnastický skok 2. obrat jednonož minimálně 180
3. jiný akro prvek 3. vazba dvou gymnastických skoků
4. obrat jednonož min 180 4. jiný akro prvek

Do známky D se započítává max 8 nejobtížnějších prvků sestavy (3akro+3gym+2libovolné).

Specifické srážky: 6 a více prvků za 10b, 5-4 prvků ze 6b, 3 a méně ze 4b.

**III. kategorie ročník 2014**

Lavička (nepolstrovaná), prostná pás 14 m (není stanovena délka sestavy)

Volná sestava s povinnými požadavky:

Lavička: Prostná

1. náskok do dřepu 1. Gymnastický skok
2. gymnastický skok 2. jiný gymnastický skok
3. jiný gymnastický skok 3. Akro prvek
4. kotoul 4. jiný akro prvek

**IV. kategorie ročník 2015 a mladší**

Lavička (nepolstrovaná), prostná pás 14 m (není stanovena délka sestavy)

Volná sestava s povinnými požadavky:

Lavička: Prostná

1. náskok do dřepu 1. Gymnastický skok
2. gymnastický skok 2. jiný gymnastický skok
3. jiný gymnastický skok 3. Akro prvek
4. kotoul 4. výskok s obratem180