



pořádá

závod chlapců a děvčat ve sportovní gymnastice

SGC MINI CUP



Datum: sobota, 5. 2. 2022

Místo: Tělocvična ZŠ a Gymnázia Hello, Čs. exilu 491/23, Ostrava-Poruba

GPS: 49.8255844N, 18.1689453E

Pořadatel: SGC Ostrava, z.s.

Kontakt: mail: sgcostrava@gmail.com, tel. 728 578 176

Všeobecná ustanovení:

- Přihlášky:** prostřednictvím GIS do **31.1.2022**
pokud oddíl není členem ČGF na email: sgcostrava@gmail.com
- Losování:** středa, 2.2.2022
- Startovné:** 250,- Kč za závodníka/závodnici
- Podmínka účasti:** včas zasláná přihláška a uhrazení startovného
jedna/jeden kvalif. rozhodčí na 8 závodnic/ 8 závodníků
neúčast rozhodčí – pokuta 300,-Kč/oddíl
- Závodní kancelář:** otevřena v místě závodu od 8.30 hodin
- Činovníci:** ředitelka závodu: Markéta Hrabánková
hlavní rozhodčí: Miroslava Dudová
jednatel: Samira El-Khairy
počtářská komise: Lukáš Ševčík

Technická ustanovení:

- Předpis:** závodí se dle platných pravidel FIG a Závodního programu 2022 a dle ustanovení tohoto rozpisu
- Startují:** jednotlivci a jednotlivkyně dle vypsání kategorií
- Omezení:** závod chlapců– závod není určen pro účastníky MČR
závod děvčat – max. splněná VSO, 8 závodnic v jednotlivé kategorii/oddíl
- Úbor:** dle pravidel FIG
- Časový program:** bude upřesněn po uzávěrce přihlášek
8.00 – otevření tělocvičny
9.30 – zahájení závodu
- Ceny:** 1. - 3. místo v každé kategorii: medaile, diplom a věcná cenu
Všichni závodníci obdrží věcnou cenu.

KATEGORIE:

CHLAPCI

- I. kategorie: roč. 2017
- II. kategorie: roč. 2016
- III. kategorie: roč. 2015
- IV. kategorie: roč. 2014 – 2013
- V. kategorie: roč. 2012 – 2011

DĚVČATA

- I. D kategorie: roč. 2017
- II.D kategorie: roč. 2016
- III.D kategorie: roč. 2015
- IV.D kategorie: roč. 2014
- V.D kategorie: roč. 2013

Na vaši účast se těší trenérky a trenéři SGC Ostrava.

CHLAPCI

- Závod proběhne bez rozcvičení 30 s před závodem na jednotlivém nářadí.
- Prostná – pro všechny kategorie – neodpružený akrobatický pás 12 m.
- Prvek pohyblivosti – rozštěp čelný nebo bočný, hluboký předklon v sedu roznožmo (placka)



I. kategorie: roč. 2017

Výchozí známka na prostných 10 b., za každý nesplněný požadavek srážka 0.5 bodu.

Prostná

kotoul vpřed
kotoul vzad
svíčka
prvek pohyblivosti

Přeskok – bedna 60 cm

výskok do dřepu, přímý seskok	9 b
skrčka	10 b

II. kategorie: roč. 2016

Výchozí známka na prostných a hrazdě 10 b., za každý nesplněný požadavek srážka 0.5 bodu.

Prostná

kotoul vpřed
kotoul vzad
svíčka
váha
prvek pohyblivosti

Přeskok – bedna 60 – 90 cm

výskok do dřepu, přímý seskok	9 b
skrčka	10 b

Hrazda – hrazdová tyč, přidavné žíněnky povoleny

ze stoje průvlek schylmo do svisu vzadu (špičky k zemi)
průvlek zpět – svis vznesmo vpředu snožmo (špičky před žerd)
svis vznesmo vzadu roznožmo vně (nohy vodorovně)
svis vznesmo vpředu snožmo (špičky před žerd)
zvolna přednos ve visu (výdrž 2s, úhel 90°)
zvolna přechod do stoje

III. kategorie: roč. 2015

Kruhy, hrazda, přeskok – dle Závodního programu ČGF 2017-2021 Nejmladší žáci

IV. kategorie: roč. 2014-2013

Kruhy, hrazda, přeskok – dle Závodního programu ČGF 2017-2021 Nejmladší žáci

V. kategorie: roč. 2012-2011

(tato kategorie je pouze pro začínající gymnasty)

Kruhy, hrazda, prostná – dle Závodního programu ČGF 2017-2021 Nejmladší žáci

DĚVČATA

- Závod proběhne bez rozcvičení 30 s před závodem na jednotlivém nářadí.
- Pro všechny kategorie platí, že mohou být použity prvky z pravidel FIG a Doplnkové tabulky prvků. Více skladebních požadavků nelze splnit jedním prvkem.
- Prostná – pro všechny kategorie – neodpružený akrobatický pás 12 m.
- Nebudou uplatňovány srážky za chybějící hudbu, krátkou sestavu a nedostatečný počet akrobatických řad.
- **Jeden prvek nemůže být použitý pro splnění více skladebních požadavků.**



I. D kategorie: roč. 2017

Max. D známka na lavičce a prostných jsou 4 body. Do známky budou započítány pouze skladební požadavky, hodnota prvků se nepočítá. Další prvky obtížnosti nad rámec skladebních požadavků nemohou zvýšit maximální hodnotu známky D, jejich provedení však bude posouzeno Panelem E.

Lavička

náskok do vzporu dřepmo	1 bod
akrobatický prvek vpřed	1 bod
gymnastický skok	1 bod
rovnovážný gymnastický prvek s výdrží	1 bod

Prostná

gymnastický skok	1 bod
akrobatický prvek vpřed	1 bod
rovnovážný gym.prvek s výdrží	1 bod
svíčka (bez opory rukou)	1 bod

Poznámky:

- *Rovnovážný gymnastický prvek s výdrží – kromě prvků z pravidel FIG a DT lze požadavek splnit libovolným rovnovážným prvkem na jedné noze. Chybějící výdrž 2 s – srážka z E známky -0,5 b.*

II. D kategorie: roč. 2016

Max. D známka na lavičce a prostných je 5 bodů. Do známky budou započítány pouze skladební požadavky, hodnota prvků se nepočítá. Další prvky obtížnosti nad rámec skladebních požadavků nemohou zvýšit maximální hodnotu známky D, jejich provedení však bude posouzeno Panelem E.

Lavička

náskok do vzporu dřepmo	1 b
akrobatický prvek vpřed/ stranou/vzad	1 b
gymnastický skok s rozsahem 180 ⁰	1 b
obrat ve výponu jednož 180 ⁰	1 b
rovnovážný gymnastický prvek s výdrží	1 b

Prostná – bez hudby

akrobatický prvek vpřed/stranou	1 b
akrobatický prvek vzad	1 b
dva různé gymnastické skoky, každý 0.5 b	1 b
rovnovážný gymnastický prvek s výdrží	1 b
prvek pohyblivosti	1 b

Poznámky:

- *Skoky na prostných mohou být předvedeny samostatně, nemusí být pasáž ani vazba.*
- *Prvek pohyblivosti – statický prvek, který ukazuje rozsah pohybu (např. placka, průvlek, rozštěp, most, šňůra apod.).*
- *Rovnovážný gymnastický prvek s výdrží – kromě prvků z pravidel FIG a DT lze požadavek splnit libovolným rovnovážným prvkem na jedné noze. Chybějící výdrž 2 s – srážka z E známky -0,5 b.*

III. D kategorie: roč. 2015

Max. D známka na lavičce a prostných je 5 bodů. Do známky budou započítány pouze skladební požadavky, hodnota prvků se nepočítá. Další prvky obtížnosti nad rámec skladebních požadavků nemohou zvýšit maximální hodnotu známky D, jejich provedení však bude posouzeno Panelem E.

- Rovnovážný gymnastický prvek s výdrží (lavička, prostná) – váha v provedení dle FIG nebo DT, rozsah 135°. Chybějící výdrž 2 s – srážka z E známky -0,5 b.

Lavička

akrobatický prvek vpřed/stranou	1 b
gymnastický skok s rozsahem 180°	1 b
obrat jednož 180°	1 b
rovnovážný gymnastický prvek s výdrží	1 b
akrobatický prvek (různý od SP č.1)	1 b

Prostná – bez hudby

rovnovážný gymnastický prvek s výdrží	1 b
akrobatický prvek vpřed/stranou	1 b
akrobatický prvek vzad	1 b
pasáž /vazba min. 2 gymnastických skoků	1 b
obrat jednož min. 180°	1 b

IV. D kategorie: roč. 2014

Max. D známka na lavičce a prostných je 5 bodů. Do známky budou započítány pouze skladební požadavky, hodnota prvků se nepočítá. Další prvky obtížnosti nad rámec skladebních požadavků nemohou zvýšit maximální hodnotu známky D, jejich provedení však bude posouzeno Panelem E.

- Rovnovážný gymnastický prvek s výdrží (kladina) – váha v provedení dle FIG nebo DT, rozsah 135°. Chybějící výdrž 2 s – srážka z E známky -0,5 b.

Kladina 100 cm

akrobatický prvek vpřed/stranou/vzad	1 b
gymnastický skok	1 b
obrat jednož 180°	1 b
rovnovážný gymnastický prvek s výdrží	1 b
akrobatický prvek (různý od SP 1)	1 b

Prostná – bez hudby

akrobatický prvek vpřed/stranou	1 b
akrobatický prvek vzad	1 b
pasáž/vazba min. 2 gymnastických skoků	1 b
obrat jednož min. 180°	1 b
vazba dvou různých akrobatických prvků	1 b

V. D kategorie: roč. 2013

Max. D známka na lavičce a prostných je 5 bodů. Do známky budou započítány pouze skladební požadavky, hodnota prvků se nepočítá. Další prvky obtížnosti nad rámec skladebních požadavků nemohou zvýšit maximální hodnotu známky D, jejich provedení však bude posouzeno Panelem E.

Kladina 100 cm

akrobatický prvek vpřed/stranou/vzad	1 b
gymnastický prvek (skok) s rozsahem 180 ⁰	1 b
obrat jednož 180 ⁰	1 b
akrobatický prvek s průchodem stojem na rukou	1 b
Závěr: rondát nebo salto	1 b

Prostná – bez hudby

akrobatický prvek s průchodem stojem na rukou	1 b
akrobatický prvek vzad	1 b
pasáž min. 2 gymnastických skoků	1 b
obrat jednož 360 ⁰	1 b
vazba dvou různých akrobatických prvků	1 b