

Oddíl sportovní gymnastiky ŠK Uherský Ostroh
Vás srdečně zve na závody pod názvem

GYMNASTICKÉ NADĚJE

Datum: **sobota 8. 10. 2022**

Místo: sportovní hala Uherský Ostroh, ulice Šance

Činovníci: Magdalena Zpěvákova – ředitelka závodu
Marcela Vaďurová – hlavní rozhodčí

Přihlášky: uzávěrka přihlášek je **25. 9. 2022**
Přihlášky zasílejte pouze přes gis
Hudby nahrát v gis nebo s sebou na flash disku, CD

Podmínky: Včas zasláná přihláška závodnic a rozhodčích
Zaplacení startovného 200 Kč/1 závodnice
Účast minimálně 1 rozhodčí na 6 závodnic. Při nedodržení dostatečného počtu rozhodčích se zvyšuje startovné o 100 Kč na každou závodnici navíc.
Bez minimálně 1 rozhodčí nebude umožněno startovat.

Pro všechny kategorie platí prvky FIG, DT. Hodnota A DT 0,1. Prvky FIG dle pravidel.

Za zdravotní stav závodnic odpovídá vysílající oddíl

V jedné kategorii smí startovat maximálně 5 závodnic stejného oddílu

Povinné požadavky podle kategorií Závodního programu ČGF a tohoto rozpisu.

Kategorie:

1. Kategorie	MIMINA	2016	dvojboj – viz rozpis
2. Kategorie	PŘÍPRAVKA	2015	čtyřboj – viz rozpis
3. Kategorie	NEJMLADŠÍ ŽÁKYNĚ	2014	čtyřboj – viz rozpis
4. Kategorie	MLADŠÍ ŽÁKYNĚ	2013 – 2012	čtyřboj – VS 3C
5. Kategorie	STARŠÍ ŽÁKYNĚ	2011 – 2010	čtyřboj - VS 4C
6. Kategorie	JUNIORKY	2009 - 2008	čtyřboj - VS 5C
7. Kategorie	ŽENY	2007 a starší	čtyřboj - VS 6C

Prostná – pružný pás 14 m.

Všechny kategorie bez rozcvičení.

Časový rozpis:	8.00 – 9.00	registrace závodnic, rozhodčích
	8.00 – 9.00	volné rozcvičení I – III. kategorie,
	9.45	porada rozhodčích, trenérů
	10.00	nástup, zahájení závodu

Bližší časový harmonogram, včetně organizovaného rozcvičení, rozlosování bude zveřejněno v GIS 2.10.2022.

1. Kategorie MIMINA – rok narození 2016

Lavička, prostná - za každý splněný požadavek 1 bod. Maximální známka 5 bodů. Nepočítá se obtížnost prvků. Neuplatní se srážka za krátkou sestavu.

Lavička - čalouněná

1. Náskok do dřepu
2. Akrobatický prvek
3. Gymnastický skok
4. Arabeska výdrž 2 vt.
5. Seskok – přímý skok

Prostná – airtrack 8 m

1. Arabeska výdrž 2 vt.
2. Akrobatický prvek vpřed/stranou
3. Gymnastický skok
4. Akrobatický prvek vzad
5. Prvek pohyblivosti (např. placka, šňůra, rozštěp, most)

2. Kategorie PŘÍPRAVKA – rok narození 2015

Přeskok

Kotoul letmo bez překážky na žínětku 20 cm

Bradla

silová sestava VS0 strana 16 Pravidel ČGF

Kladina

1. gymnastický skok
2. akrobatický prvek (zacvičený na kladině, ne náskok, ne seskok)
3. pirueta jednož 180
4. závěr prvkem DT, FIG
5. minimálně 5 prvků

Prostná

1. pasáž, vazba **2 různých** gymnastických skoků
2. akro řada 2 stejných nebo různých prvků
3. pirueta jednož 360
4. přemet vpřed nebo vzad
5. minimálně 5 prvků

kladina, prostná - za každý splněný požadavek 1 bod.

Maximální známka D u kladiny a prostných 5 bodů. Nepočítá se obtížnost prvků. Neuplatní se srážka za krátkou sestavu, chybějící akro řady atd.

3. Kategorie NEJMladší ŽÁKYNĚ – rok narození 2014

Přeskok

Přemet do lehu – výška bedny a žíněnek 80 cm

Bradla

1. náskok prvkem
2. prvek blízký žerdi
3. seskok prvkem

Kladina

1. gymnastický skok
2. akrobatický prvek (zacvičený na kladině, ne náskok, ne seskok)
3. pirueta jednož 180
4. závěr prvkem DT, FIG
5. minimálně 6 prvků

Prostná

1. pasáž, vazba **2 různých** gymnastických skoků
2. akro řada 2 stejných nebo různých prvků
3. pirueta jednož 360
4. přemet vpřed nebo vzad
5. minimálně 6 prvků

Bradla, kladina, prostná - za každý splněný požadavek 1 bod.

Maximální známka D u bradel 3 body, u kladiny a prostných 5 bodů. Nepočítá se obtížnost prvků. Neuplatní se srážka za krátkou sestavu, chybějící akro řady atd.

Bufet zajištěn. Těšíme se na Vaši účast.