

**KRAJSKÁ SOUTĚŽNÍ KOMISE ČGF**  
**LIBERECKÁ:** U Slunečních lázní 1073, 460 14 Liberec 14, tel.: 604 201 436  
**KRÁLOVÉHRADECKÁ:** U Koruny 292, 501 11 Hradec Králové  
vypisují

**krajský přebor ve sportovní gymnastice jednotlivců v povinných sestavách  
a volných sestavách s povinnými prvky pro rok 2022**

# **LIBEREC - 5.11.2022**

## **ROZPIS**

**Pořadatel:** Liberecká KSK  
**Datum:** **sobota 5.11.2022**  
**Místo:** **SPORT PARK LIBEREC - gymnastická hala**  
**Jeronýmova 570/22, Liberec 7**  
(nad Bowlingem Gym hala)

<b>Vedoucí činovníci:</b>	<b>ředitel a hlasatel závodu</b>	Dalibor Pietschmann
	<b>hlavní rozhodčí</b>	Michal Jakša
	<b>zást. KSK Liberec</b>	Pavlaína Vrchovecká
	<b>zást. KSK Královéhradec</b>	Lenka Seidelová
	<b>organizační zajištění</b>	zajistí pořadatel
	<b>zdravotní zajištění</b>	zajistí pořadatel

### **A: Všeobecná ustanovení**

**1. Přihlášky:** zašlou účastníci on-line, **prostřednictvím systému GIS** nejpozději **do neděle 30. 10. 2022 do 23.59 hod.** Pozdější přihlášky nebudou akceptovány.

**Přihláška musí obsahovat:** úplná jména a roky narození závodníků, kategorii, ve které budou závodit, jména trenérů.

**2. Losování:** bude provedeno v kanceláři pořádajícího oddílu 4. 11. 2022

**3. Cestovní náhrady:** závodníci a trenéři se zúčastní na náklady vysílající složky, rozhodčím a nominovaným činovníkům hradí cestovné a stravné (dle směrnic ČGF) KSK Liberec. Při použití vlastního dopravního prostředku obdrží náhradu ve výši 2 Kč/km jen vlastník vozidla.

**4. Stravování:** Na vlastní náklady. V místě závodu k dispozici Bufet.

**5. Závodní kancelář:** bude otevřena dle časového rozpisu

### **B: Technická ustanovení**

**1. Závodí se dle Závodního programu mužských složek pro období 2022-2024, z 31.1.2016 včetně oprav z 26.9.2022, pravidel FIG.**

**2. Startují:** řádně přihlášení závodníci v kategoriích **VS1-VS4** dle Závodního programu mužů pro období 2022-2024, pravidel FIG.

### 3. Startují přihlášení závodníci mimo Závodní program mužů:

Kategorie: **ADEPTI** – Ročník 2015 a mladší.

Čtyřboj AKR, KR, PŘ, HR – **POVINNÉ SESTAVY**

**Hodnocení z 10 bodů, srážky dle pravidel sportovní gymnastiky.**

**Akroba:** pás dlouhý 10m

- Stoj spatný, upažením vzpažit, výpon, podřep, kotoul vpřed do vzporu dřepmo, stoj na hlavě, **výdrž**, kotoul do placky, koulem vzad do svíčky, koulem vpřed do přednosu, **výdrž**.
- Sed, leh na záda, most, **výdrž**, leh, přetočením na břicho do kliku, vysazením tahem do stoje, vzpřím se vzpažením, předklon, kotoul vzad do stoje, vzpřím se vzpažením, výkrokem přemet stranou do roznožení, výskok s půlobratem do stoje snožmo, vzpažit, výpon, upažením připažit.

**Kruhy:** výška 180 cm

- Shyb, **výdrž**, svis, předkmihem nabrat kmih, zákmih, předkmih, zákmih, předkmihem toporně do svisu střemhlav, **výdrž**, svis vznesmo, zvolna sešín do přednosu, **výdrž**, svis, seskok do stoje na zemi.

**Přeskok:** přeskokový stůl výška 100 cm, nebo švédská bedna naššíř výška 95 cm

- Z rozběhu výskok do dřepu vzporem, výskokem se vzpažením seskok do stoje na zemi.

Bonifikace **0,5 bodu:** roznožka, skrčka

**Hrazda:** výška 130 cm

- Výmyk snožmo tahem do vzporu, zvolna sešín do vznosu ve visu, **výdrž**, průvlek do svisu vznesmo, zvolna průvlekiem vpřed do přednosu, **výdrž**, shybem do stoje na zemi.

Bonifikace **0,5 bodu:** toč

Případné dotazy na sestavy směřujte na: Dalibor Pietschmann, 602 411 221.

**4. Podmínka účasti:** - v termínu zaslaná přihláška

- předložení registračních průkazů závodníků

**5. Startovné:** - za každého **přihlášeného** závodníka registrovaného u ČGF, startovné **300,- Kč**, včetně domácích.

- za každého **přihlášeného** neregistrovaného závodníka u ČGF, startovné **300,- Kč**, **startují mimo závod**, není možnost startu na MČR.

**6. Závodní úbor:** pro závodníky závodní úbor, trenéři sportovní úbor.

**7. Odvolací komise:** bude sestavena z ředitele závodu, hlavního rozhodčího, vrchního rozhodčího na náradí, zástupců komisí.

<b>8. Časový pořad (návrh):</b>	<b>7.30 – 8.00</b>	rozevičení na závoděšti
	7.45	technická porada a porada rozhodčích – I. sled
	<b>7.30 - 9.30</b>	<b>otevřena závodní kancelář - prezence</b>
	<b>8.00</b>	<b>nástup I. sled– ADEPTI</b>
	<b>8.05 – 9.00</b>	<b>závod I. sled – ADEPTI</b>
	<b>9.30</b>	<b>vyhlášení výsledků I. sled</b>
	<b>9.00 – 10.00</b>	rozevičení na závoděšti
	9.45	technická porada a porada rozhodčích – II. sled
	<b>10.00</b>	<b>nástup II. sled – VS1, VS2 mladší, VS2 starší, VS3, VS4</b>
	<b>10.05</b>	<b>závod II. sled – VS1, VS2 mladší, VS2 starší, VS3, VS4</b>
		<b>po ukončení závodu vyhlášení výsledků II. sled</b>

Přesný časový pořad bude upřesněn do 4.11. 2022, dle počtu přihlášených závodníků.

**9. Ceny:** ADEPTI– všichni závodníci obdrží medaile a diplom, vyhlášení je po ročnících.  
ZÁVODNÍ KATEGORIE - první 3 závodníci z každé kategorie obdrží medaile a diplom, ostatní obdrží diplom.

#### 10. Nominace rozhodčích:

prostná/přeskok	Kučera J., Jonáš J, Petráček S., Dvořáková T.
kůň na šíř/bradla	Zoubek P., Zaplatílek Da., Putík M.
kruhy/hrazda	Weinhold P., Pietschmann Do. Zaplatílek Do.

**Rozhodčím (i nenominovaným), kteří potvrdí svou účast hlavnímu rozhodčímu Michalu Jakšovi ([michal.jaksa@gmail.com](mailto:michal.jaksa@gmail.com)) do 23.10. 2022**, proplatí Gymlib 200,- Kč (vrchní rozhodčí na náradí 300,-Kč) jako prémii k odměně dle předpisu ČGF. Rozhodčí v bílé košili a kravatě obdrží od Gymlib navíc 200,- Kč.

#### C: Závěrečná ustanovení

Pořadatel si vyhrazuje právo provést případné časové změny dle počtu přihlášených závodníků.

Dalibor Pietschmann  
ředitel závodu

Pavčina Vrchovecká  
zást. Liberecké KSK ČGF

Lenka Seidelová  
zást. Královéhradecké KSK ČGF