



Tělocvičná jednota SOKOL Kopřivnice

pořádá tradiční závod



16. prosinec 2023

Všeobecná ustanovení

Pořadatel: Gymnastický klub T. J. Sokol Kopřivnice

Datum: **16.prosince 2023–sobota**

Místo: Tělocvičny ZS, Masarykovo nám. 540, 742 21 Kopřivnice

Činovníci:
ředitel závodu: Rýparová Dana
hlavní rozhodčí: Macíčková Alena
jednatelka: Rýparová Denisa

Přihlášky: uzávěrka přihlášek **do 2. prosince 2023** prostřednictvím GISu,
neregistrované závodnice přihlašujte přes e-mail: gkkopr@seznam.cz, ☎ 731 484 185

Startovné: **250,- Kč** za závodnici

Podmínka účasti: včas zasláná přihláška a uhrazení startovného

- za zdravotní stav závodnice odpovídá vysílající oddíl
- rozhodčí za oddíl po celou dobu závodu
- omezení maximálně 5 závodnic v kategorii (omezení neplatí pro domácí klub)

Rozhodčí: minimálně 1 kvalifikovaná rozhodčí na každých 7 závodnic po celou dobu závodu
(penále za nedodržení +100 Kč za každou závodnici)

Závodní kancelář: bude otevřena od 8:00 hodin (v 1. patře) – **tělocvična bude otevřena až od 7:45 hod.**

Občerstvení: bufet v objektu

Technická ustanovení

Startují: jednotlivkyně podle vypsání kategorií (účast nepovolena účastnicím MČR v kat. A)

Kategorie:

1. kategorie – roč. 2018 a ml.
2. kategorie – roč. 2017-2016
3. kategorie – roč. 2016–2014 – *dle V. ligy*
4. kategorie – roč. 2014–2011 – *dle IV. ligy*
5. kategorie – roč. 2011 a starší – *dle III. liga*
6. kategorie – 2011 a starší - *dle VS 4B s úpravou*

Hodnocení: dle tohoto rozpisu, aktuálních pravidel FIG a ZP platného od 1.1.2018
(včetně doplňkové tabulky, vyjma 6. kategorie)

Neutrální srážky za krátkou sestavu

<u>1. kategorie:</u>	<u>2. kategorie:</u>	<u>3. kategorie:</u>	<u>5.kategorie:</u>
3 a více prvků - 0,0 b.	4 a více prvků - 0,0 b.	5 a více prvků - 0,0 b.	6 a více prvků - 0,0 b.
2 prvky - 1,0 b.	3 prvky - 2,0 b.	4 prvků - 2,0 b.	5 prvků - 1,0 b.
1 prvek - 1,0 b.	2 prvky - 4,0 b.	3 prvky - 4,0 b.	4 prvky - 2,0 b.
0 prvků - 2,0 b.	1 prvek - 8,0 b.	2 prvky - 6,0 b.	3 prvky - 3,0 b.
	0 prvků - 10,0 b.	1 prvek - 8,0 b.	2 prvky - 4,0 b.
			1 prvek - 5,0 b.
			0 prvků - 7,0 b.

Akro řady na prostných

- 1., 2. kat** bez požadavku na akro řady – požadavky lze plnit kotouly z DT
- 3. a 4. kat** min. 2 akro řady – lze i AŘ bez salta = přímé spojení min. 2 různých prvků, z nichž min. jeden musí obsahovat projití stojem na rukou; salto odrazem snožmo je považováno za AŘ;
v různých řadách bez salta se nesmí prvky opakovat
- 5. kat** bez požadavku na akro řady
- 6. kat** min.2 akro řady pro uznání závěru; samostatné salto odrazem obounož plní požadavek akrobatické řady

Technický rozpis:**Kategorie: 1. roč. 2018 A MLADŠÍ - 3 A VÍCE PRVKŮ**

skladební požadavky á 1,0 b. - max. známka **D = 2,0 b.**/ SP musí být předveden na kladině

LAVIČKA, PROSTNÁ

1. gymnastický skok
2. akrobatický prvek

Kategorie: 2. roč. 2017–16 - 4 A VÍCE PRVKŮ

KLADINKA - výška 50 cm, šířka 12 cm, bez srážek za umělecký dojem

SP = á 0,5b., SP musí být předvedeny na kladině

- | | | |
|-----|----------------------------------|--------|
| SP: | 1. gymnastický skok | 0,5 b. |
| | 2. obrat 180° jednož nebo skokem | 0,5 b. |
| | 3. akrobatický prvek | 0,5 b. |

PROSTNÁ - pás 12 m – nepružný, bez hud. doprovodu, minimálně 1 řada (á 12 m), bez srážek za um. dojem

- | | | |
|-----|---|--------|
| SP: | 1. pasáž 2 různých gymnastických skoků odrazem z 1 nohy | 0,5 b. |
| - | 2. obrat jednož min 180° | 0,5 b. |
| | 3. akrobatický prvek | 0,5 b. |

Kategorie: 3. roč. 2016–14 - 5 A VÍCE PRVKŮ (dle V. liga)

KLADINA - výška 100 cm, bez srážek za umělecký dojem

- | | | |
|-----|----------------------------------|--------|
| SP: | 1. gymnastický prvek | 0,5 b. |
| | 2. obrat jednož min. 180° jednož | 0,5 b. |
| | 3. akrobatický prvek | 0,5 b. |
| | 4. jiný akrobatický prvek | 0,5 b. |

PROSTNÁ - pás 12 m, HD možný, minimálně 2 řady (á 12 m), bez srážek za um. dojem,

SP 3. a 4. nemusí být předvedeno v akro řadě

- | | | |
|-----|---|--------|
| SP: | 1. pasáž nejméně 2 různých gymn. skoků odrazem z 1 nohy | 0,5 b. |
| | 2. obrat jednož min 360° | 0,5 b. |
| | 3. akrobatický prvek vpřed/stranou | 0,5 b. |
| | 4. akrobatický prvek vzad | 0,5 b. |

Kategorie: 4. roč. 2014 – 11 - 7 A VÍCE PRVKŮ (dle IV. liga)

KLADINA – výška 120 cm, bez srážek za umělecký dojem

- | | | |
|-----|--|--------|
| SP: | 1. spojení nejméně 2 různých gymnastických prvků,
z nichž jeden musí být skok s rozsahem 180° (dle FIG) | 0,5 b. |
| | 2. obrat ze sk.3 / kotoul dle FIG | 0,5 b. |
| | 3. akrobatický prvek | 0,5 b. |
| | 4. jiný akrobatický prvek | 0,5 b. |
- (3. a 4. lze plnit prvky uvedenými v „Doplňkové tabulce prvků“,
s výjimkou kotoulů s přehmaty pod kladinu. Prvky musí být různé musí být předvedeny na kladině)

PROSTNÁ – pás 15 m pružný, hudební doprovod není povinný, minimálně 2 řady (á 12m)
bez srážek za umělecký dojem

- | | | |
|-----|--|--------|
| SP: | 1. pasáž nejméně 2 různých gym. skoků odrazem z 1 nohy,
z nichž jeden musí být skok s rozsahem 180° | 0,5 b. |
| | 2. obrat ze sk. 2 Pravidel FIG | 0,5 b. |
| | 3. akrobatický prvek vpřed/stranou | 0,5 b. |
| | 4. akrobatický prvek vzad | 0,5 b. |

Kategorie: 5. roč. 2011 a st. - 6 A VÍCE PRVKŮ (dle III. liga)

KLADINA – výška 120 cm

SP:	1. gymnastický prvek dle FIG	0,5 b.
	2. gymnastický prvek FIG různý od 1	0,5 b.
	3. akrobatický prvek FIG na kladině	0,5 b.
	4. FIG prvek různý od 1-3	0,5 b.
	<i>(SP 1-3 musí být předvedeny na kladině, SP 4 lze plnit FIG i náskokem a seskokem)</i>	

PROSTNÁ - pás 15 m pružný, hudební doprovod doporučený

SP:	1. gymnastický prvek dle FIG	0,5 b.
	2. akro prvek vpřed/stranou dle FIG	0,5 b.
	3. akro prvek vzad dle FIG	0,5 b.
	4. FIG prvek různý od 1,2 a 3	0,5 b.
	<i>(bez požadavku na akro řady)</i>	

Kategorie: 6. roč. 2011 a st. - 7 A VÍCE PRVKŮ (dle VS4B)

Pro 6. kategorii neplatí „Doplňková tabulka prvků“

KLADINA – výška 120 cm, 1-4 požadavek musí být předveden na kladině, (mimo seskok a náskok)

SP:	1. spojení 2 různých gymnastických prvků, min. jeden s rozsahem 180°	0,5 b.
	2. obrat ze sk.3 /kotoul FIG	0,5 b.
	3. akrobatický prvek	0,5 b.
	4. různý akrobatický prvek	0,5 b.

PROSTNÁ - pás 15 m pružný, hudební doprovod povinný

SP:	1. pasáž 2 různých gymnastických skoků, z nichž jeden s rozsahem 180°	0,5 b.
	2. obrat jednož min. 360	0,5 b.
	3. saltový prvek	0,5 b.
	4. akrobatický prvek vzad s LF	0,5 b.

Časový rozpis:	7:45	otevření a šaten a tělocvičen
	7:45 - 9:00	volné rozcvičení
	8:00 - 8:20	prezence závodnic
	8:45	porada trenérů a rozhodčích
	9:00 - 9:20	rozcvičení 1. sledu
	9:25	nástup 1. sledu
	9:30	zahájení závodu (v obou tělocvičnách)

Závod bude probíhat souběžně v obou tělocvičnách.

Časový rozpis, včetně informace o vyhlášení a rozlosování závodnic, bude upřesněn a zveřejněn po uzávěrce, nejpozději 13.12.2023)

Ceny: 1. – 3. místo v každé kategorii obdrží medaili, diplom, věcnou cenu; bude vyhlášeno 6 nejlepších závodnic z každé kategorie, při shodnosti bodů rozhoduje známka na kladině / lavičce, případně věk závodnice.



Srdečně zvou pořadatelé



**zdravě město
KOPŘIVNICE**