



pořádá

závod chlapců a děvčat ve sportovní gymnastice

# SGC MINI CUP



## DĚVČATA

**Datum:** sobota, 11. 2. 2023

**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](mailto:sgcostrava@gmail.com), tel. 728 578 176

## A. Všeobecná ustanovení:

1. **Přihlášky:** prostřednictvím GIS do **6.2.2023**  
pokud oddíl není členem ČGF na email: sgcostrava@gmail.com
2. **Losování:** středa, 8.2.2023
3. **Startovné:** 250,- Kč za závodnici
4. **Podmínky účasti:**
  - včas zasláná přihláška a uhrazení startovného
  - 1 kvalif. rozhodčí na každých 2-8 závodnic , chybějící rozhodčí – pokuta 500,-Kč/oddíl
  - rozhodčí musí rozhodovat po celou dobu závodu
5. **Závodní kancelář:** otevřena v místě závodu od 8.00 hodin
6. **Činovníci:** ředitelka závodu: Markéta Hrabánková  
hlavní rozhodčí: Miroslava Dudová  
jednatelka: Samira Ševčíková El-Khairy  
počtářská komise: Lukáš Ševčík

## B. Technická ustanovení:

7. **Předpis:** závodí se dle platných pravidel FIG SGŽ a ZP 2022 a dle ustanovení tohoto rozpisu
8. **Startují:** závodnice roč. 2010 a mladší v sedmi kategoriích
  - Mimi 1:** roč. 2017 a ml. (lavička, prostná)
  - Mimi 2:** roč. 2016-2015 (lavička, prostná)
  - Nejmladší žákyně:** roč. 2015-2016 (kladina, prostná)
  - Mladší žákyně:** roč. 2014-2013 (bradla, kladina)
  - Starší žákyně:** roč. 2013 a ml. (bradla, kladina)
  - Začínající žákyně:** roč. 2012–2010 (kladina, prostná)
9. **Úbor** dle platných pravidel SGŽ
10. **Časový program:** bude upřesněn po uzávěrce přihlášek
  - 8.00 – otevření tělocvičny
  - 8.15 – 8.45 prezentace, další podle časového programu
  - 9.30 – zahájení závodu
11. **Ceny:** 1. - 3. místo v každé kategorii: medaile, diplom a věcná cena  
Všechny závodnice obdrží drobnou upomínkovou cenu.

- Závod proběhne bez rozcvičení 30 s před závodem na jednotlivém nářadí.
- Prostná – pro všechny kategorie – neodpružený akrobatický pás 12 m, výška kladiny 100 cm.
- Pro všechny kategorie platí, že mohou být použity prvky z pravidel FIG a Doplnkové tabulky prvků.
- Nebudou uplatňovány srážky za chybějící hudbu a akrobatické řady (pokud není určeno ZP).

---

## **MIMI I: roč. 2017 a mladší**

---

- Max. D známka na lavičce a prostných jsou 4 body, do známky budou započítány pouze skladební požadavky, hodnota prvků se nepočítá. Více skladebních požadavků nelze splnit jedním prvkem.
- Rovnovážný gymnastický prvek s výdrží – kromě prvků z pravidel FIG a DT lze požadavek splnit libovolným rovnovážným prvkem na jedné noze.

### **Lavička**

1. akrobatický prvek DT/FIG
2. gymnastický skok DT/FIG
3. rovnovážný prvek na jedné noze s výdrží (chybějící výdrž srážka E – 0,5 b.)
4. závěr sestavy – přímý skok/ štika

### **Prostná – bez hudby, neodpružený akrobatický pás 12 m**

1. akrobatický prvek DT/FIG
2. dva různé gymnastické skoky DT/FIG (nemusí být vazba ani pasáž), každý 0,5 b.
3. obrat ve výponu jednož 180<sup>0</sup>
4. rovnovážný prvek na jedné noze s výdrží (chybějící výdrž srážka E – 0,5 b.)

---

## **MIMI II: roč. 2016-2015**

---

### **kategorie pouze pro začínající děvčata, která dosud nestartovala v přebornických soutěžích**

- Max. D známka na lavičce a prostných jsou 4 body, do známky budou započítány pouze skladební požadavky, hodnota prvků se nepočítá. Více skladebních požadavků nelze splnit jedním prvkem.
- Rovnovážný gymnastický prvek s výdrží – váha v provedení dle FIG nebo DT, rozsah 135<sup>0</sup>. Chybějící výdrž 2 s – srážka z E známky -0,5 b

### **Lavička**

1. akrobatický prvek DT/FIG
2. gymnastický skok DT/FIG
3. obrat ve výponu jednož 180<sup>0</sup>
4. rovnovážný gymnastický prvek s výdrží, rozsah min. 135<sup>0</sup>

### **Prostná – bez hudby, neodpružený akrobatický pás 12 m**

1. akrobatický prvek DT/FIG
2. dva různé gymnastické skoky DT/FIG (nemusí být vazba ani pasáž), každý 0,5 b.
3. obrat jednož min. 180<sup>0</sup>
4. akrobatický prvek vzad

---

## Nejmladší žákyně: roč. 2015-2016

---

### Kategorie pro děvčata s nejméně splněným VS0.

Pro kladinu a prostná platí, že více skladebních požadavků nelze splnit jedním prvkem.

#### Kladina:

1. skok s rozsahem min. 135<sup>0</sup>
  2. akrobatický prvek DT/FIG
  3. obrat jednož 180<sup>0</sup>
  4. závěr: štika
- Skladební požadavky musí být provedeny na kladině, lze použít všechny prvky uvedené v pravidlech a DT s výjimkou stojů na ruce a výdrží.

#### Prostná – bez hudby, neodpružený akrobatický pás 12 m, bez požadavku na akrobatické řady

1. akrobatický prvek vpřed/stranou s průchodem stojem na ruce DT/FIG
2. pasáž dvou různých gymnastických skoků DT/FIG
3. obrat jednož min. 360<sup>0</sup>
4. akrobatický prvek vzad DT/FIG

#### Krátká sestava:

Za krátkou sestavu odečte panel D z výsledné známky příslušnou neutrální srážku:

Náradí/prvky	7-8	6	5	4	3	2	1	0
kladina	0	0	0	2.00	4.00	6.00	8.00	10.00
Prostná	0	0	0	2.00	4.00	6.00	8.00	10.00

---

## Mladší žákyně: roč. 2014–2013

---

### Kategorie pro děvčata s nejméně splněným VS0.

#### Bradla:

1. Výmyk
2. Prvek blízký žerdi
3. Podmet

#### Bonifikace:

- vzklopka +0.50 b. (nahrazuje SP č. 1)
- zákmih do vodorovna (ramena-boky-špičky) +0.50 b.

#### Kladina:

1. skok s rozsahem min. 180<sup>0</sup>
2. akrobatický prvek DT/FIG
3. obrat jednož 180<sup>0</sup>/kotoul bez podhmatu pod kladinu
4. prvek s průchodem stojem na ruce DT/FIG

- Pro kladinu platí, že více skladebních požadavků nelze splnit jedním prvkem.
- Skladební požadavky musí být provedeny na kladině, lze použít všechny prvky uvedené v pravidlech a DT s výjimkou výdrží, stojů na rukou a kotoulů s přehmatem pod kladinu.

#### Krátká sestava:

Za krátkou sestavu odečte panel D z výsledné známky příslušnou neutrální srážku:

Náradí/prvky	7-8	6	5	4	3	2	1	0
bradla	0	0	0	0	0	2.00	4.00	6.00
kladina	0	2.00	2.00	4.00	4.00	6.00	8.00	10.00

---

### **Starší žákyně: roč. 2013 a ml.**

---

**Kategorie pro děvčata s nejvýše splněným VS1. V případě velkého počtu přihlášených závodnic, bude kategorie rozdělena podle věku.**

#### Bradla:

1. vzepření vzklopno
2. prvek blízky žerdi
3. zákmih do vodorovna (ramena-boky-špičky)
4. podmet

#### Bonifikace:

- zákmih roznožmo do stoje na rukou +0.50 b. (nahrazuje SP č.3)
- zákmih snožmo do stoje na rukou +1.00 b. (nahrazuje SP č.3)

#### Kladina:

1. spojení nejméně dvou gymnastických prvků z nichž min. jeden musí být s rozsahem 180<sup>0</sup> dle FIG
2. obrat ze sk.3/kotoul dle FIG
3. akrobatický prvek s průchodem stojem na rukou
4. akrobatický prvek různý od bodu 1,2,3

- Pro kladinu platí, že více skladebních požadavků nelze splnit jedním prvkem.
- Skladební požadavky musí být provedeny na kladině, lze použít všechny prvky uvedené v pravidlech a DT s výjimkou stojů na rukou, výdrží a kotoulů. Kotoul (FIG) může být použit pouze ke splnění SP č.2.

#### Krátká sestava:

Za krátkou sestavu odečte panel D z výsledné známky příslušnou neutrální srážku:

Náradí/prvky	7-8	6	5	4	3	2	1	0
bradla	0	0	0	0	0	4.00	6.00	10.00
kladina	0	2.00	2.00	4.00	4.00	6.00	8.00	10.00

---

## Začínající žákyně: roč. 2012–2010

---

**Kategorie pro začínající děvčata, která doposud startovala max. ve dvou závodech a nestartovala v kategoriích výkonnostních stupňů dle ZP.**

*Pro kladinu a prostná platí, že více skladebních požadavků nelze splnit jedním prvkem.*

### **Kladina:**

1. skok s rozsahem min. 135<sup>0</sup>
2. akrobatický prvek DT/FIG
3. obrat jednož min. 180<sup>0</sup>
4. závěr: štika

- *Skladební požadavky musí být provedeny na kladině, lze použít všechny prvky uvedené v pravidlech a DT s výjimkou stojů na ruce a výdrž.*

**Prostná** – bez hudby, neodpružený akrobatický pás 12 m, bez požadavku na akrobatické řady

1. akrobatický prvek vpřed/stranou s průchodem stojem na ruce DT/FIG
2. pasáž dvou různých gymnastických skoků DT/FIG
3. obrat jednož min. 360<sup>0</sup>
4. akrobatický prvek vzad DT/FIG

### **Krátká sestava:**

Za krátkou sestavu odečte panel D z výsledné známky příslušnou neutrální srážku:

Náradí/prvky	7-8	6	5	4	3	2	1	0
kladina	0	0	0	2.00	4.00	6.00	8.00	10.00
Prostná	0	0	0	2.00	4.00	6.00	8.00	10.00