

Pražský Kolibřík

Povinné sestavy

Level 1			Ko
1	-- r	Roznožka	0,0
2	-- o	Skrčka	0,0
3	-- <	Schylka	0,0
4	-- s	Sed	0,0
5	-- s	Vztyk	0,0
6	-- r	Roznožka	0,0
7	-- o	Skrčka	0,0
8	-- <	Schylka	0,0
9	-- s	Sed	0,0
10	--	Vztyk	0,0
Celkem		Ko	0,0

R1			Ko
1	--<	Schylka	0,0
2	-- s	Sed	0,0
3	s - 1 s	Ze sedu ½ vrut do sedu	0,1
4	1 -	Ze sedu na břicho	0,1
5	1 -	Vztyk	0,1
6	-- o	Skrčka	0,0
7	- 1	½ vrut	0,1
8	-- R	Roznožka	0,0
9	1 -	Leh na záda	0,1
10	1 -	Vztyk	0,1
Celkem		Ko	0,6

vzorová sestava R1
<https://youtu.be/-AlvcZbnOz8>

R2			Ko
1	F 1-	Leh vpřed	0,1
2	B 1-	Vztyk	0,1
3	- - s	Sed	0,0
4	s - 1	Vztyk s ½ vrutem	0,1
5	-1	½ vrut	0,1
6	-- r	Roznožka	0,0
7	B 1 -	Leh vzad	0,1
8	F 1 1	Vztyk s ½ vrutem	0,2
9	-- o	Skrčka	0,0
10	F 4- o	Salto vpřed skrčmo	0,5
Celkem		Ko	1,2

vzorová sestava R2
<https://youtu.be/6LjnohmxFnk>

R3			Ko
1	B 4- o	Salto vzad skrčmo	0,5
2	- - o	Skrčka	0,0
3	- 1 s	½ vrut do sedu	0,1
4	s - 1	Vztyk s ½ vrutem	0,1
5	- 1	½ vrut	0,1
6	- - r	Roznožka	0,0
7	B 1 1	½ vrut na břicho	0,2
8	B 1 -	Vztyk	0,1
9	- - <	Schylka	0,0
10	F 4 - <	Salto vpřed schylmo	0,6
Celkem		Ko	1,7

vzorová sestava R3
<https://youtu.be/fSNr0oJrC0c>

D1 – podmínky pro povinnou sestavu	
1.	minimální hodnota obtížnosti sestavy 2,6 bodu
2.	3/4 salta vpřed s dopadem na záda libovolně nebo 3/4 salta vzad s dopadem na břicho libovolně (poloha musí být zapsána do závodní karty)
3.	1/1 salto vzad libovolně (poloha musí být zapsána do závodní karty)
4.	1/1 salto vpřed libovolně nebo 1/1 salto vpřed s 1/2 vrutem libovolně (poloha musí být zapsána do závodní karty)

vzorová sestava D1 (R4)
příklad 1:
<https://youtu.be/L2EKnuM31kQ>
příklad 2:
<https://youtu.be/xDGij2sxQKs>

D2 – podmínky pro povinnou sestavu	
1.	minimální hodnota obtížnosti sestavy 3,8 bodu
2.	3/4 salta vpřed s dopadem na záda libovolně nebo 3/4 salta vzad s dopadem na břicho libovolně (poloha musí být zapsána do závodní karty)
3.	ze zad 1 1/4 salta vpřed s vrutovou rotací nebo bez vrutové rotace libovolně nebo z břicha 1 1/4 salta vzad libovolně (poloha musí být zapsána do závodní karty)
4.	1/1 salto vzad schylmo
5.	1/1 salto vpřed s 1/2 vrutem rovně

vzorová sestava D2 (R5)
příklad 1:
<https://youtu.be/g6YCe6zpw>
[Zw](#)
příklad 2:
<https://youtu.be/pp0JFj45P6s>

Sestava F			KO
1	--s	Sed	0,0
2	S-1s	Ze sedu ½ do sedu	0,1
3	S-1	Vztyk s ½ vrutem	0,1
4	--r	Roznožka	0,0
5	F1-	Leh vpřed	0,1
6	B1-	Vztyk	0,1
7	-1	½ vrut	0,1
8	--o	Skrčka	0,0
9	B1-	Leh vzad	0,1
10	F11	Vztyk s ½ vrutem	0,2
Celkem		Ko	0,8

vzorová sestava F
<https://www.youtube.com/watch?v=5UOcXWJj5Gk>