

Aktualizovaný časový rozpis Jarního poháru a dodatečné informace

1) Časový plán:

Závod bude organizován tak, že po rozcvičce bez využití náradí bude nástup a zahájení závodu daných kategorií. V rámci závodu bude mít pak každé dítě rozcvičení na náradí (vždy v pořadí, v jakém budou závodit), pak všechny děti odzávodí na daném náradí. Po vystřídání náradí budou mít opět stejnou možnost rozcvičení na náradí.

Prezence bude probíhat na pódiu ve velké tělocvičně.

8.45	otevření budovy
9.00 – 9.30	prezence nejmladších kategorií 1), 2), 3) + rozcvička těchto kategorií (bez použití náradí)
9.30 – 10.00	porada trenérů a rozhodčích + řazení k nástupu
10.00 – 13.00	závod s rozcvičením na náradí – 2 sledy vyhlášení ihned po skončení závodu a vypsání diplomů
12.30 – 13.00	prezence všech kategorií linie C
13.00 – 13.30	rozcvičení kategorií linie C (bez použití náradí v malé tělocvičně nebo na balkonech)
13.45 – 15.45	závod s rozcvičením na náradí – 2 sledy vyhlášení ihned po skončení závodu a vypsání diplomů
15.00 – 15.30	prezence všech kategorií linie B
15.30 – 16.00	rozcvičení všech kategorií linie B (bez použití náradí v malé tělocvičně nebo na balkonech)
16.15 – 17.45	závod kategorií linie B s rozcvičením na náradí – 2 sledy vyhlášení ihned po skončení závodu a vypsání diplomů

2) Využití šaten:

Klíče od šaten jsou ve vrátnici, tam lze také oproti vratné záloze získat klíček k úložnému boxu.

Plzeňské děti mají šatnu číslo 4 a 5, podle toho, kde mají skříňku.

Ostatní mají šatnu 1 (bez úložných boxů) nebo 2 (s boxy).

3) Ve všech kategoriích jsou povoleny na přeskočce 2 skoky, lepší se počítá, tedy i v kategorii nejmladší žákyně I.

4) U kategorie nejmladší žákyně II na bradlech bude možné použít měkký můstek, žíněnku navíc nebo díly měkké bedny tak, aby závodnice měla žerď po čelo. Náskok do vzklopky musí být proveden skutečně jako náskok a pak mezi provedením náskoku do vzklopky a výmyskem nesmí závodnice pustit žerď, pouze se znovu

postaví na zem/můstek/bednu.

Libovolný seskok znamená i seskok zákmihem nebo sešinem vpřed („kotoulem“).

5) V kategorii žákyně C (5) je povolen jen přemet, lze ale bez srážky využít místo klasického můstku trampolínový můstek (nikoli trampolínu).

6) V kategorii st. žákyně C (7) **nemusí** být 3 salta na prostných pro bonifikaci v řadě, počítají se i salta odrazem jednož (např. arab).

7) V kategorii st. žákyně C (6) se u bradel vzhledem k vyššímu počtu prvků než v závodním programu posunou neutrální srážky takto:

5 prvků bez srážky

4 prvky = 1,00

3 prvky = 2,00

2 prvky = 3,00

1 prvek = 5,00

0 prvků = 10,00