

ČESKÁ OBEC SOKOLSKÁ – ODBOR SPORTU – KOMISE SG

Tyršův dům, Újezd 450, 118 01 Praha 1

Tel.: 257 007 387

Mobil: 731 533 446

E-mail: jhaupt@sokol.eu

ROZPIS

OBLASTNÍHO PŘEBORU ČOS

VE SPORTOVNÍ GYMNASTICE ŽÁKYNĚ

— ČECHY —



T.J. SOKOL KOLÍN

21. 10. 2023

VŠEOBECNÁ USTANOVENÍ

1. Pořadatel	Z pověření komise OS ČOS Krajská soutěžní komise SG Středočeského kraje ve spolupráci s oddílem SG T.J. Sokol Kolín	
2. Datum	sobota 21. 10. 2023	
3. Místo	T.J. Sokol Kolín Kmochova 14, Kolín	
4. Činovníci závodu	Ředitel a hlasatel	Vratislava Prokúpková
	Hospodář	Andrea Bartošová
	Technická četa	Štěpán Vogl a oddíl SG T.J. Sokol Kolín
	Počtářská komise	Andrea Bartošová
	Vedoucí nástupu	Marie Voglová, Simona Šedinová
	Hlavní rozhodčí	Eliška Pospíšilová kontakt: elis.pospisil@gmail.com , 775 196 601
	Zdravotní dozor	MUDr. Rosemarie Taftlová
5. Přihlášky	Do soboty 14. 10. 2023 přes GIS.	
6. Losování	Bude provedeno pořadatelem ve středu 18. 10. 2023 a zveřejněno nejpozději 19. 10. 2023 na stránkách ČGF.	
7. Jízdné	Všechny oddíly na vlastní náklady.	
8. Stravné	Na vlastní náklady. Občerstvení v budově sokolovny bude možné využít dle aktuálních epidemiologických opatření.	
9. Závodní kancelář	Bude otevřena v místě závodu od 8:00 hod.	
10. Nominace rozhodčích	<i>bude doplněno</i>	
	Nominovaným rozhodčím bude proplaceno jízdné a odměna za rozhodování. Ostatním rozhodčím bude vyplacena odměna za rozhodování.	
	Každý oddíl je povinen vyslat na každých 5 závodnic jednu kvalifikovanou rozhodčí – (vyjma rozhodčí nominované) – maximálně však 4 rozhodčí na závod. V přihlášce uveďte jméno rozhodčí a kvalifikaci. Při nesplnění požadavku – zvýšené startovné o 500,- Kč na každou kategorii. Rozhodčí jsou povinni rozhodovat celý závod! Rozhodčí musí mít řádný oděv dle nejnovějších předpisů FIG, jinak jim nebude vyplaceno ošatné.	

TECHNICKÁ USTANOVENÍ

11. Startují	Mladší žákyně I	Družstva jsou složena až z 6 závodnic. Družstva startují ve složení 3 + 1. Hostování není povoleno. Ročník narození 2013 – 2016 (7 – 10 let). Na přebor ČOS postupuje z kvalifikace Čech a Moravy celkem 8 nejlepších družstev a 8 nejlepších jednotlivkyň. Maximálně 2 družstva z jednoty – pokud nebude naplněna kapacita závodu, postupují 3. družstva, dále 4., ...
	Mladší žákyně II	Družstva jsou složena až z 6 závodnic. Družstva startují ve složení 3 + 1. Hostování není povoleno. Ročník narození 2014 – 2016 (7 – 9 let). Končí v oblastech.
	Starší žákyně	Jednotlivkyň. Ročník narození 2011 – 2012 (11 – 12 let). Na přebor ČOS postupuje z kvalifikace Čech a Moravy celkem 28 nejlepších jednotlivkyň.
	Juniorky a ženy se přihlašují přímo na Přebor ČOS v Praze.	
12. Hodnocení	Závodí se dle platných pravidel FIG , Závodního programu ČGF platného od 1. 1. 2018 (https://www.gymfed.cz/data/prilohy/000/718/ZP_SGZ_2018_AG_v19.pdf), včetně změn, doplňků a směrnic tohoto rozpisu. U kategorie starších žákyně platí DTP pouze na bradlech.	
13. Disciplíny a obtížnost	Mladší žákyně I	IV. liga Do přihlášky, prosím, uveďte, zda bude závodnice cvičit prostrná na hudbu, nebo bez.
	Mladší žákyně II	V. liga Předpis pro tuto kategorii se může v Čechách a na Moravě lišit.
	Starší žákyně	viz rozpis
14. Podmínka účasti	Včas zasláná přihláška a přezence v závodní kanceláři. Průkaz ČOS se zaplacenými příspěvky na rok 2023. Platná lékařská prohlídka. Průkaz pojištění. Uhrazené startovné ve výši 500,- Kč za závodnici.	
15. Časový pořad	časový harmonogram bude upřesněn po losování	prezence a volné rozcvičení starších žákyně
		porada trenérů a rozhodčích PRO VŠECHNY KATEGORIE
		závod starších žákyně
		volné rozcvičení mladších žákyně I
		vyhlášení výsledků starších žákyně
		organizované rozcvičení mladších žákyně I
		závod mladších žákyně I
		volné rozcvičení mladších žákyně II
		vyhlášení výsledků mladších žákyně I
		volné rozcvičení mladších žákyně II
závod mladších žákyně II		
vyhlášení výsledků mladších žákyně II		
Prezence závodnic kategorie mladších žákyně „I“ a „II“ bude vždy hodinu před plánovaným rozcvičením dané kategorie. V případě urychlení závodu se nebude čekat na čas stanovený rozpisem.		
Prosím trenéry a rozhodčí, aby veškeré dotazy poslali v předstihu na email hlavní rozhodčí.		

Eliška Pospíšilová
členka komise SG OS ČOS
hlavní rozhodčí

Vratislava Prokúpková
ředitelka závodu

Starší žákyně - volný čtyřboj se skladebními požadavky
na přebor ČOS ČR postupuje z kvalifikace Čech a Moravy celkem 28 nejlepších jednotlivkyň

PŘESKOK přeskokový stůl, výška 115 nebo 125 cm (**nutné uvést do přihlášky**)

Volný přeskok Povoleny 2 přeskoky stejné, nebo různé.
Do výsledku se započítává lepší známka z obou přeskoků.
Pokud závodnice předvádí skoky ze skupiny 1 má nárok pouze na 2 rozcvičovací skoky.

BRADLA volná sestava se skladebními požadavky, povoleny jsou přídatné žíněny ve výšce 20 cm, bonifikace nad rámec FIG

Skladební požadavky (2,00 b.)

1. vzepření vzklopno
2. toč vpřed, nebo vzad (včetně prvků jako veletoč, přemýk apod.)
3. přechod z nižší žerdi do vzporu na žerdi vyšší
4. stoj na rukou

Na bradlech musí závodnice předvést min. 6 prvků.

Méně než 6 prvků: závodnice obdrží neutrální srážku z výsledné známky takto:

při předvedení 6+ prvků	bez neutrální srážky
při předvedení 5 prvků	srážka 4,00 body
při předvedení 4 prvků	srážka 5,00 bodů
při předvedení 3 prvků	srážka 6,00 bodů
při předvedení 2 prvků	srážka 7,00 bodů
při předvedení 1 prvku	srážka 8,00 bodů
nepředvede-li žádný prvek	srážka 10,00 bodů

KLADINA volná sestava se skladebními požadavky, bonifikace nad rámec FIG
výška 125 cm (tj. 105 cm od žíněny), čas max. 1:30

Skladební požadavky (2,00 b.)

1. spojení nejméně 2 různých gymnastických prvků (dle FIG, čl. 12.3, SP #1)
2. obrat ze skupiny 3 pravidel FIG, nebo kotoul dle FIG
3. akrobatický prvek *)
4. akrobatický prvek *)

*) Poznámka:

- skladební požadavky č. 3 a 4 musí být různé
- skladební požadavky 1, 2 (obrat), 3 a 4 musí být předvedeny na kladině
- stoje na rukou a výdrže nemohou být použity k plnění skladebních požadavků
- kotouly mohou plnit pouze požadavek 2

Při předvedení krátké sestavy platí neutrální srážky následovně:

při předvedení 7+ prvků	bez neutrální srážky
při předvedení 6 prvků	srážka 2,00 body
při předvedení 5 prvků	srážka 4,00 body
při předvedení 4 prvků	srážka 5,00 bodů
při předvedení 3 prvků	srážka 6,00 bodů
při předvedení 2 prvků	srážka 7,00 bodů
při předvedení 1 prvku	srážka 8,00 bodů
nepředvede-li žádný prvek	srážka 10,00 bodů

PROSTNÁ

volná sestava se skladebními požadavky, bonifikace nad rámec FIG

hudba povinná, čas max. 1:30

Skladební požadavky (2,00 b.)

1. pasáž nejméně 2 různých gymnastických skoků (dle FIG čl. 13.3, SP #1)
2. obrat jednož min. 360° (FIG)
3. akrobatický prvek vzad s letovou fází *)
4. saltový prvek *)

*) Poznámka: skladební požadavek č. 3 a 4 musí být předveden v akrobatické řadě. Úpravou skladebních požadavků se neruší obecná ustanovení FIG ohledně počtu akrobatických řad (min. 2, max 4). Nad rámec pravidel FIG se za akrobatickou řadu považuje i samostatné salto odrazem snožmo.

Při předvedení krátké sestavy platí neutrální srážky viz kladina.

Starší žákyně – bonifikace nad rámec pravidel FIG
(viz strana 15 ZP - kategorie VS5 B, VS6 B)

BRADLA	hodnoty vazeb nad rámec pravidel FIG
0,20 b.	B (obrat) + B (obrat, nebo let) B (obrat) + C
0,30 b.	C (obrat) + B (let, nebo závěr) C (obrat) + C
0,40 b.	B/C + D (let)
vazby dle pravidel FIG	
hodnota vazby + 0,50 b.	
*) pořadí prvků ve vazbách FIG i nad rámec pravidel musí být zachováno	

KLADINA	hodnoty vazeb nad rámec pravidel FIG
0,20 b.	B + B (oba s letovou fází, i stejné) mimo závěr
0,30 b.	A/B + C (s letovou fází) B + B + B akro (všechny s letovou fází) včetně závěru, 2 prvky lze opakovat
0,30 + 0,10 b.	B + B + C akro (všechny s letovou fází) včetně závěru, 2 prvky lze opakovat
akrobatické vazby dle pravidel FIG	
hodnota vazby + 0,50 b.	
gym. a mix. vazby (včetně SB) dle pravidel FIG	
hodnota vazby + 0,20 b.	

PROSTNÁ	hodnoty vazeb nad rámec pravidel FIG
přímé vazby akrobatických prvků s letovou fází bez dohmatu rukou	
0,20 b.	B + A
0,30 b.	A/B + C
nepřímé vazby akrobatických prvků s letovou fází bez dohmatu rukou	
0,20 b.	A/B + C A + A + B
0,30 b.	A + A + C
vazby dle pravidel FIG	
hodnota vazby + 0,50 b.	

Příloha

**DOPLŇKOVÁ TABULKA PŘESKOKŮ A PRVKŮ
NAD RÁMEC PRAVIDEL FIG**

PŘESKOK	hodnoty přeskoků	
	roznožka	0,80 b.
	roznožka se zášvihem	1,30 b.
	skrčka	1,00 b.
	skrčka se zášvihem	1,50 b.

BRADLA	prvky A
	výmyk na nižší žerdi
	výmyk na vyšší žerdi
	výskok skrčmo do vzporu dřepmo
	podmet ze vzporu stojmo
	podmet ze zákmihu (bez výšlapu)

KLADINA	prvky A
	akrobatické prvky: kotoul vpřed s přehmatem pod kladinu kotoul vpřed bez přehmatu kotoul vzad přes rameno náskok do vzporu dřepmo
	akro prvky – závěry: rondat odrazem z rukou na konci kladiny přemet vpřed stoj na rukou čelně a zánožka s půlobratem vlevo odrazem jednoož salto stranou prohnutě (arab) odrazem jednoož salto vpřed prohnutě (šprajcka)
	gymnastické prvky: skok prohnutě s obr. 180° skok se skrčením přednožmo („kufř“) obrat jednoož o 180° v libovolném provedení váha předklonmo, v unožení, v přednožení i s držením nohy (roznožení min. 135°)

PROSTNÁ	prvky A
	akrobatické prvky: kotoul vpřed kotoul vzad stoj kotoul (bez obratu) kotoul vzad do stoje na rukou přemet stranou přemet vpřed zvolna přemet vzad zvolna
	gymnastické prvky: nůžky čertík s obr. 180° skok se skrčením přednožmo skok se skrčením přednožmo s obr. 180°