**Oddíl sportovní gymnastiky SK Žlutava**

**Vás srdečně zve na gymnastické závody**

 **PRÁZDNINOVÝ ZÁVOD**

**Datum: sobota 24. června 2023**

**Místo: Sokolovna Žlutava, Žlutava 191, 763 61 Žlutava, Česko**

**Činovníci závodu: ředitelka závodu:** Kateřina Kašpárková

 **hlavní rozhodčí:** Sandra Šarová

 **technika:** Břetislav Gerla

**Kontakt:** Kateřina Polášková, 732 712 290

**Přihlášky:** posílejte do **15**.**6.2023**, formou GISU

**Startovné:**  250 Kč na závodnici

**Podmínka účasti:** Včas zaslaná přihláška. Uhrazení startovného.

Jeden kvalifikovaný rozhodčí na 5 závodnic.

**Bez nominace rozhodčích nelze startovat.**

**Všeobecná ustanovení:** Za zdravotní stav závodnice odpovídá vysílající oddíl.

Ubytování není zajištěno. Občerstvení formou bufetu.

Z každého oddílu smí startovat maximálně 3 závodnice z každé kategorie, s výjimkou domácího oddílu.

Startují jednotlivkyně dle vypsaných kategorií tohoto rozpisu.

Závod není určen pro závodnice, které se v roce 2022 zúčastnily MČR ve výkonnostních stupních v linii A a B.

**Povinné požadavky podle tohoto rozpisu. U všech kategorií platí doplňková tabulka.**

**Časový harmonogram:**

8.00 – 9.25 rozcvičení

8.15 – 9.00 registrace závodnic, rozhodčích

9.00 porada rozhodčích, trenérů

9.30 nástup a zahájení závodu 1. sledu

Bližší časový harmonogram závodu včetně rozlosování pošleme e-mailem.

# Kategorie:

# Kategorie mimina 2017 TROJBOJ– VIZ ROZPIS

# Kategorie přípravka A 2016 TROJBOJ – VIZ ROZPIS

# Kategorie přípravka B 2015 TROJBOJ – VIZ ROZPIS

# Kategorie nejmladší žákyně 2014 DVOJBOJ – VIZ ROZPIS

# Kategorie mladší žákyně 2013 DVOJBOJ– VIZ ROZPIS

# Kategorie starší žákyně 2012 – 2011 DVOJBOJ– VIZ ROZPIS

# Kategorie juniorky 2010 – 2009 DVOJBOJ– VIZ ROZPIS

**1. Kategorie mimina – rok narození 2017**

**LAVIČKA PROSTNÁ**

1. Náskok do dřepu 1. Akrobatický prvek stranou / vpřed

2. Akrobatický prvek 2. Akrobatický prvek vzad

3. Gymnastický skok 3. Čertík

4. Seskok – štika 0,3

 - rondát 0,5 4. Gymnastický skok (jiný než čertík)

Lavička, prostná – za každý splněný požadavek 0,5 bod. Maximální známka D=2 body. Nepočítá se obtížnost prvků. Za každý chybějící prvek srážka 2 body.

**BRADLA - VSOA**

****

**2. Kategorie přípravka A – rok narození 2016**

**LAVIČKA PROSTNÁ**

1. Náskok do dřepu 1. Pirueta o 180°

2. Akrobatický prvek 2. Akrobatický prvek stranou / vpřed

3. Gymnastický skok 3. Akrobatický prvek vzad

4. Obrat jednonož o 180° 4. Čertík

5. Seskok – ŠTIKA 0,3

 - rondát 0,5 5. Skok se skrčením přednožmo

Lavička, prostná – za každý splněný požadavek 0,5 bod. Maximální známka D=2,5 bodů. Nepočítá se obtížnost prvků. Za každý chybějící prvek srážka 2 body.

**BRADLA – VSOA**

****

**3. Kategorie přípravka B – rok narození 2015**

 **BRADLA**

 1. Náskok prvek

 2. Točový prvek

 3. Seskok prvkem

Známka D: 1,5 bodu + HO

Známka E: 3 prvky E z 10,0 bodů

 2 prvky E z 8,0 bodů

 1 prvek E z 6,0 bodů

**KLADINA 40 cm PROSTNÁ – hudba dobrovolná**

1. Gymnastický skok 1. Pasáž 2 různých gymnastických skoků

2. Akrobatický prvek zacvičený na kladině 2. Akrobatický prvek vzad

3. Obrat jednonož o min. 180° 3. Přemet stranou

4. Seskok: štika 0,30 bodu 4. Obrat jednonož o min. 360°

 rondát 0,50 bodu

Kladina, prostná – za každý splněný požadavek 0,5 bod. Maximální známka D=2 body. Nepočítá se obtížnost prvků. Minimálně 6 prvků.

Známka E: 6 prvků E z 10,0 bodů

 5 prvků E z 8,0 bodů

 4 prvky E z 6,0 bodů

 3 prvky E z 4,0 bodů

 1 a 2 prvky E z 2,0 bodů

**4. Kategorie nejmladší žákyně – rok narození 2014**

**Kladina - Stejně jako u 3. Kategorie. Jen výška kladiny je 115cm.**

**Prostná –** 1. Pasáž 2 různých gym.skoků, jeden s rozsahem 180°
 2. Akrobatický prvek vzad s letovou fází
 3. Akrobatický prvek jiný než 2.
 4. Obrat jednonož o min. 360°

* Hudba povinná

Kladina, prostná – za každý splněný požadavek 0,5b. Maximální známka D= 2body. Minimálně 7 prvků + závěr.

**5. Kategorie mladší žákyně – rok narození 2013**

**KLADINA 115 CM**

1. Spojení 2 gymnastických skoků, jeden s rozsahem 180°
2. Akrobatický prvek FIG provedený na kladině
3. Obrat jednonož min 360°
4. Seskok: rondat – 0,3b

 Salto – 0,5b

**PROSTNÁ**

1. Pasáž 2 různých gym.skoků jeden s rozsahem 180°
2. Akrobatický prvek vzad s letovou fází
3. Obrat jednonož min 360°
4. Závěr: Saltem -0,5

 Jiným akrobatickým prvek 0,3

* Hudba povinná

Kladina, prostná – za každý splněný požadavek 0,5b. Maximální známka D= 2 body. Minimálně 7 prvků + závěr.

Známka E: 8 prvků E z 10b

 6 prvků E z 8b

 5 prvků. E z 6b.

 4 prvky E ze 4b.

**6 a 7. kategorie – 2012 – 2009**

**STEJNÉ JAKO U 5. KATEGORIE**

**Těšíme se na Vaši účast.**