

TJ Frenštát pod Radhoštěm, spolek,
Vás zve na závod registrovaných závodnic ve SGŽ.



41. ROČNÍK NOVOROČNÍHO POHÁRU.

- Pořadatel:** TJ Frenštátě pod Radhoštěm, spolek.
- Datum:** 20.1.2024, sobota.
- Místo konání:** ZŠ Záhuní 408, Frenštát p. Radhoštěm. Výstupní stanice vlakem: „Frenštát – město“, 10 minut pěšky. Vchod do tělocvičny je umístěn v zadní části školy od hřišť. Parkování je možné na ulici Záhuní a před hlavním vchodem školy pouze po dobu závodu. Parkování na příjezdové cestě k tělocvičně a travnatých plochách podél této cesty je zakázáno.
- Činovníci závodu:**
- | | |
|--------------------|--|
| ředitelka závodu: | Martina Pazderková, pazderkova43@gmail.com |
| hlavní rozhodčí: | Mgr. Miroslava Fialová, miroslava.fialova21@gmail.com |
| odhlášky závodnic: | modrovicova@seznam.cz |
- Přihlášky:**
- přihlášky závodnic a rozhodčích přes GIS do 17.1.2024,
 - 1 rozhodčí na 7 závodnic, 2 rozhodčí – 14 závodnic, atd.,
 - startovné: 300 Kč na závodnici,
 - za zdravotní stav závodnice odpovídá vysílající oddíl,
 - hudba: podepsanou flash nebo posílat na email do 16.1. pazderkova43@gmail.com

Předpis.

Závodí se podle pravidel FIG SG, Závodního programu ženských složek a směrnic tohoto rozpisu dle verze 1.1. 2022. Pro kategorie C jsou povoleny 2 přeskoky, do výsledku se započítává lepší známka z obou přeskoků. Kategorie B přeskok dle pravidel. Povolen modrý můstek Banfer, u linie B oranžový Moskva 5 FIG ženy.

Omezení výkonnosti.

Podmínkou je přihlášení závodnic do kategorie, ve které závodily na přeborech krajů či MČR v roce 2023. Tento závod není určen závodnicím, které se účastnily krajských přeborů či MČR v liniích VS2A a výše nebo 1. ligy.

I. kategorie:	čtyřboj, VS5B. Bez rozcvičení před závodem.
II. kategorie:	čtyřboj, VS4B (2011 a starší).
III. kategorie:	čtyřboj, VS4B (2012 a mladší).
IV. kategorie:	čtyřboj, VS6C (2009 a starší).
V. kategorie:	čtyřboj, VS5C (2011 - 2010).
VI. kategorie:	čtyřboj, VS4C (2012 - 2013).
VII. kategorie:	čtyřboj, VS3C (2014 a mladší).
VIII. kategorie:	čtyřboj, V. liga (2015 a mladší). Omezení na 5 závodnic z klubu. Přeskok: bedna.
IX. kategorie:	čtyřboj, (2017). Omezení na 5 závodnic z klubu.
X. kategorie:	čtyřboj, V. liga (2016 a mladší). Omezení na 5 závodnic z klubu. Přeskok: bedna.
XI. kategorie:	dvojboj, (2017 – 2014). Přeskok + bradlová žerd'. Přeskok + bradlová žerd'.
XII. kategorie:	dvojboj, (2013 – 2010). Přeskok + bradlová žerd'.

Přeskok: kotoul letmo dle ZP podmínky + srážky,

- Hodnota D = 2,00b.

Bradlová žerd', výška po čelo:

- Tří prvková sestava z pravidel: D = + 0,5b za každý splněný prvek + HO.
- Tří prvková posilovací sestava: D = + 0,5b za různé polohy s výdrží 2 sekund bez HO.
- E = 10 bodů (- 1 bod za každý chybějící prvek nebo polohu s výdrží).

Nízká kladina, koberec 14 m, nehodnotí se umělecký dojem.

- min. 5 prvků, max 8 prvků,
- E = 10 bodů (-1bod za každý chybějící prvek),
- D = + 0,5b za každý splněný SP + HO.

Skladební požadavky pro kladinku a koberec:

1. gymnastický skok, (provedení na kladině),
2. akrobatický prvek, (provedení na kladině),
3. rovnovážný prvek s výdrží 2sec, z výběru:
 - váha,
 - arabeska a svička (lze předvést pro splnění skladebního požadavku, ale není započítáno do počtu prvků ani do HO). Na prostných: vazbu kotoul + svička nelze použít pro splnění dvou skladebních požadavků. Kotoul je třeba ukončit v sedu roznožmo či na chodidlech.

Časový plán, závodní kancelář:

7:45	otevření tělocvičny, volné rozcvičení,
8:30	prezence závodnic 1. sledu,
9:00	porada rozhodčích a trenérů v chodbičce do školy,
9:15	seřazení závodnic na nástup v malé tělocvičně,
9:30	nástup a zahájení závodu 1. sledu.

Během vyhlášení výsledků ve velké tělocvičně bude zahájeno volné rozcvičení v malé tělocvičně. Po vyhlášení bude volné rozcvičení pokračovat na přeskoce + prostných (palubovka 14 metrů + prodloužení o 2 metry žíněnkami) ve velké tělocvičně. Bufet bude. Vstup do všech prostorů školy pouze v přezůvkách

Těšíme se na Vaši účast.