



pořádá

závod chlapců a přípravek ve sportovní gymnastice

trojboj kruhy-přeskok-hrazda

trojboj prostná -přeskok-hrazda (přípravky)

SGC MINI CUP



Datum: sobota, 6.4.2024

Místo: Tělocvična ZŠ a Gymnázia Hello, Čs. exilu 491/23, Ostrava-Poruba

GPS: 49.8255844N, 18.1689453E

Pořadatel: SGC Ostrava, z.s.

Kontakt: mail: sgcostrava@gmail.com, tel. 728 578 176

Všeobecná ustanovení:

- Přihlášky:** prostřednictvím GIS do úterý **2.4.2024**
pokud oddíl není členem ČGF na email: **sgcostrava@gmail.com**
- Losování:** čtvrtek 4.4.2024
- Startovné:** 300,- Kč za závodníka
- Podmínka účasti:** včas zasláná přihláška a uhrazení startovného
jedna/jeden kvalif. rozhodčí na každých 2-8 závodníků
- Závodní kancelář:** otevřena v místě závodu od 8.00 hodin
- Činovníci:** ředitelka závodu: Markéta Hrabánková
jednatel: Samira El-Khairy

Technická ustanovení:

Závodí se dle platných pravidel FIG SGM a ZP a dle ustanovení tohoto rozpisu.

Úbor dle platných pravidel SGM.

Startují jednotlivci dle vypsání kategorií

Časový program: bude upřesněn po uzávěrci přihlášek

7.30 – otevření tělocvičny

9.30 – zahájení závodu

- Ceny:** 1. - 3. místo v každé kategorii: medaile, diplom a věcná cena
Všichni závodníci obdrží drobnou upomínkovou cenu.

KATEGORIE:

CHLAPCI

- I. kategorie: Nejmladší žáci (2017-2015)
- II. kategorie: Mladší žáci (2017-2013)
- III. kategorie: Starší žáci (2017-2010)
- IV. kategorie: Přípravka (2018 a mladší) - obtížnost viz příloha

Na vaši účast se těší trenérky a trenéři SGC Ostrava.

I. kategorie: Nejmladší žáci (2017-2015)

Obtížnost dle platného ZP, str. 8 – Nejmladší žáci

trojboj kruhy-přeskok-hrazda

II. kategorie: Mladší žáci (2017-2013)

Obtížnost dle platného ZP, str. 9 – Mladší žáci

trojboj kruhy-přeskok-hrazda

III. kategorie: Starší žáci (2017-2010)

Obtížnost dle platného ZP, str. 10 – Starší žáci

trojboj kruhy-přeskok-hrazda

IV. kategorie: Přípravka (2018 a mladší)

trojboj prostná-přeskok-hrazda

- *Závod proběhne bez rozcvičení 30 s před závodem na jednotlivém nářadí.*
- *Výchozí známka na prostných a hrazdě 10 b., za každý nesplněný požadavek srážka 0.5 bodu.*
- *Ke splnění obtížnosti mohou být použity prvky z pravidel, ZP str. 25 a prvky uvedené u daného nářadí*

Prostná – neodpružený akrobatický pás 12 m

Obtížnost: 4 prvky z nichž jeden musí být prvek pohyblivosti

Bonifikace: přemet stranou + 0,5 b.

Prvky mimo pravidla a ZP str. 25, které mohou být použity ke splnění obtížnosti na prostných:

kotoul vpřed i vzad v libovolném provedení, kotoul do sedu roznožmo s průvlekem, skok s obratem 180⁰, šňůra, rozštěp, svička

Přeskok – bedna našíř 60-80 cm, do výsledné známky se počítá lepší ze dvou pokusů

- výskok do dřepu, přímý výskok 2,00 body
- skrčka/roznožka 3,00 body

Hrazda – dosažná, po čelo

Obtížnost: 3 prvky s výdrží 2 vt (shyb, přednos, vznos atd.....)

Bonifikace: výmyk + 1,00 b.