



pořádá

závod děvčat ve sportovní gymnastice

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 **2.4.2024**
pokud oddíl není členem ČGF na email: sgcostrava@gmail.com
- Losování:** středa, 3.4.2024
- Startovné:** 300,- Kč za závodníka/závodnici
- Podmínka účasti:**
- včas zasláná přihláška a uhrazení startovného
 - jedna/jeden kvalif. rozhodčí na každých 2-8 závodnic
 - Neúčast rozhodčí – pokuta 500,- za každou chybějící.
 - Rozhodčí musí rozhodovat po celou dobu závodu.
- Závodní kancelář:** otevřena v místě závodu od 8.00 hodin
- Činovníci:**
- | | |
|-------------------|--------------------|
| ředitelka závodu: | Markéta Hrabánková |
| hlavní rozhodčí: | Miroslava Dudová |
| jednatel: | Samira Ševčíková |

Technická ustanovení:

Závodí se dle platných pravidel FIG SGŽ a ZP 2022 a dle ustanovení tohoto rozpisu.

Úbor dle platných pravidel SGŽ

Startují: jednotlivkyně dle vypsání kategorií

Časový program: bude upřesněn po uzávěrce přihlášek

7.30 – otevření tělocvičny

9.00 – zahájení závodu

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

KATEGORIE:

I. kategorie: roč. 2018 a mladší	lavička – prostná
II. kategorie: roč. 2017	kladina – prostná
III. kategorie: roč. 2016	kladina – prostná
IV. kategorie: roč. 2015	kladina – prostná
V. kategorie: roč. 2014	bradla – kladina
VI. kategorie 2015-2016	bradla – kladina
VII. kategorie 2014-2013	bradla – kladina
VIII. kategorie 2012-2010	bradla – kladina
IX. kategorie 2012-2010 Linie C	bradla – kladina

Omezení:

- v kategoriích III, IV a V. **nesmí** startovat děvčata se splněným VS1 a vyšším
- v kategorii IX (Linie C) **nesmí** startovat děvčata, která v roce 2023 závodila v přebornických a mistrovských soutěžích v liniích A a B, a v mistrovských soutěžích družstev žen (I. a II. Liga)

Na vaši účast se těší trenérky a trenéři SGC Ostrava.

- Závod kategorií I, II, III, IV, V, VI, IX proběhne bez rozcvičení 30 s před závodem na jednotlivém nářadí.
- Kategorie VII, VIII – rozcvičení 30 s/ závodnice na nářadí
- Prostná – pro všechny kategorie – neodpružený akrobatický pás 12 m.
- Pro všechny kategorie platí, že mohou být použity prvky z pravidel FIG a Doplňkové tabulky prvků.
- Nebudou uplatňovány srážky za chybějící hudbu a akrobatické řady
- Umělecký projev dle pravidel FIG s výjimkou kategorií I, II, III, IV – srážky viz tabulka

UMĚLECKÝ PROJEV – Kategorie I, II, III, IV, V – za umělecký projev se uplatňují pouze tyto srážky (viz tabulky):

Kladina/lavička: Nedostatečný umělecký projev během celého cvičení:	0,1 b.
nesprávné držení (hlavy, ramen a těla)	x
nedostatečný rozsah (maximální rozsah pohybů)	x
nedostatečný rozsah nohou v přednožení/unožení /zanožení	x
nesprávné držení nohou:	
✓ pokrčené/vtočené/povolené špičky	x
✓ nedostatečné cvičení ve výponu (relevé)	x
sestava je provedena jako sled vzájemně nenapojených prvků pohybů (nedostatečná plynulost)	x

Prostná – nedostatečný umělecký projev během celého cvičení:	0,1 b.
nesprávné držení hlavy, ramen a těla	x
nedostatečný rozsah pohybů	x
nesprávné držení nohou - pokrčené/vtočené/povolené špičky	x
sestava je provedena jako sled vzájemně nenapojených prvků a pohybů (nedostatečná plynulost)	x

I. kategorie : roč. 2018 a mladší

- max. D známka na lavičce a prostných jsou 4 body
- do známky budou započítány pouze skladební požadavky, hodnota prvků se nepočítá
- více skladebních požadavků nelze splnit jedním prvkem
- vyhlášení této kategorie proběhne po jednotlivých ročnících

Lavička

1. akrobatický prvek
2. gymnastický skok
3. libovolný rovnovážný prvek na jedné noze s výdrží (chybějící výdrž srážka E – 0,5 b.)
4. obrat ve výponu 180⁰ (v provedení jednož nebo na obou nohách)

Prostná – bez hudby, neodpružený akrobatický pás 12 m

1. akrobatický prvek
2. dva různé gymnastické skoky (nemusí být vazba ani pasáž), každý 0,5 b.
3. akrobatický prvek s průchodem stoje na rukou **nebo akrobatický prvek vzad**
4. prvek pohyblivosti

Poznámky:

- Prvek pohyblivosti – statický prvek, který ukazuje rozsah pohybu (např. placka, průvlek, rozštěp, most, šňůra apod.).
- Rovnovážný gymnastický prvek s výdrží – kromě prvků z pravidel FIG a DT lze požadavek splnit libovolným rovnovážným prvkem na jedné noze („čáp“) s výdrží 2 vt.

II. kategorie: roč. 2017

Kladina 50 cm, min. 5 prvků

1. akrobatický prvek
 2. gymnastický skok
 3. obrat ve výponu jednož 180°
 4. rovnovážný gymnastický prvek s výdrží, rozsah min. 135°
- *Rovnovážný gymnastický prvek s výdrží – arabeska/váha v provedení dle FIG nebo DT, rozsah 135°.*

Prostná – bez hudby, neodpružený akrobatický pás 12 m, min. 5 prvků

1. pasáž dvou různých gymnastických skoků
2. vazba dvou stejných nebo různých akrobatických prvků
3. akrobatický prvek vzad
4. váha únožmo, rozsah min. 135°

Krátká sestava:

Za krátkou sestavu odečte panel D z výsledné známky příslušnou neutrální srážku:

Náradí/prvky	7-8	6	5	4	3	2	1	0
Kladina/prostná	0.00	0.00	0.00	1.00	3.00	5.00	8.00	10.00

III. kategorie: roč. 2016

Kladina 100 cm, min. 5 prvků

1. akrobatický prvek
 2. gymnastický skok s rozsahem min. 135°
 3. obrat ve výponu jednož 180°
 4. rovnovážný gymnastický prvek s výdrží, rozsah min. 135°
- *Rovnovážný gymnastický prvek s výdrží – váha/arabeska v provedení dle FIG nebo DT, rozsah 135°.*

Prostná – bez hudby, neodpružený akrobatický pás 12 m, min. 5 prvků

1. pasáž dvou různých gymnastických skoků odrazem jednož
2. vazba dvou stejných nebo různých akrobatických prvků, alespoň jeden s průchodem stojem na ruku
3. akrobatický prvek vzad
4. obrat ve výponu jednož 360°

Krátká sestava:

Za krátkou sestavu odečte panel D z výsledné známky příslušnou neutrální srážku:

Náradí/prvky	7-8	6	5	4	3	2	1	0
Kladina/prostná	0.00	0.00	0.00	1.00	3.00	5.00	8.00	10.00

IV. kategorie: roč. 2015

Kladina 100 cm, min. 6 prvků

1. akrobatický prvek s průchodem stojem na rukou
 2. gymnastický skok s rozsahem min. 135°
 3. obrat ve výponu jednož 180°
 4. akrobatický prvek (různý od SP 1)
- *Rovnovážný gymnastický prvek s výdrží – váha v provedení dle FIG nebo DT, rozsah 135°.*
 - Skladební požadavky musí být předvedeny na kladině, lze použít všechny prvky uvedené v pravidlech FIG a doplňkové tabulce, tedy i prvky s výdrží, stoje na rukou a kotouly.

Prostná – bez hudby, neodpružený akrobatický pás 12 m, min. 6 prvků

1. pasáž nejméně 2 různých gymnastických skoků odrazem z jedné nohy
2. vazba min. 2 různých prvků, z nichž min. jeden musí obsahovat projití stojem na rukou
3. akrobatický prvek vzad s průchodem stojem na rukou
4. obrat ve výponu jednož 360°

Krátká sestava kladina a prostná:

Náradí/prvky	7-8	6	5	4	3	2	1	0
Kladina/prostná	0.00	0.00	2.00	4.00	6.00	7.00	8.00	10.00

V. kategorie roč. 2014

Bradla: min. 3 prvky

1. vzepření vzklopno 0,50 nebo výmyk tahem 0,30
2. prvek blízky žerdi
3. přechod z nižší na vyšší žerd' (nemusí být prvkem = bez srážky)
4. zákmih min. do vodorovna ramena – boky – špičky

Kladina, 100 cm, min. 6 prvků

1. skok s rozsahem 180° dle FIG
2. obrat jednož min. 180°
3. akrobatický prvek s průchodem stojem na rukou
4. akrobatický prvek různý od bodu 3

Skladební požadavky musí být předvedeny na kladině, lze použít všechny prvky uvedené v pravidlech FIG a doplňkové tabulce, tedy i prvky s výdrží, stoje na rukou a kotouly.

Krátká sestava:

Náradí/prvky	7-8	6	5	4	3	2	1	0
Bradla	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	3.00	6.00	10.00
Kladina	0.00	0.00	1.00	2.00	4.00	6.00	8.00	10.00

VI. kategorie roč. 2015-2016

Bradla: min. 3 prvky

1. vzepření vzklopmo 0,50 nebo výmyk tahem 0,30
2. prvek blízky žerdi
3. přechod z nižší na vyšší žerd' (nemusí být prvkem = bez srážky)
4. zákmiň min. do vodorovna ramena – boky – špičky

Krátká sestava:

Náradí/prvky	7-8	6	5	4	3	2	1	0
Bradla	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	3.00	6.00	10.00

Kladina, 100 cm - 125 cm (výšku kladiny uveďte v přihlášce), min. 7-8 prvků

1. spojení nejméně 2 různých gymnastických prvků, z nichž jeden musí být skok s rozsahem 180° dle FIG
2. obrat ze sk.3 / kotoul dle FIG*
3. akrobatický prvek FIG s průchodem stojem na rukou
4. akrobatický prvek vzad

Skladební požadavky musí být předvedeny na kladině, lze použít všechny prvky uvedené v pravidlech FIG a doplňkové tabulce, tedy i prvky s výdrží, stoje na rukou a kotouly, s výjimkou kotoulů s přehmatem pod kladinu.

VII. kategorie roč. 2013-2014

Bradla: min. 5 prvků

1. vzepření vzklopmo
2. prvek blízky žerdi
3. přechod z nižší na vyšší žerd' (nemusí být prvkem = bez srážky)
4. stoj na rukou

Krátká sestava:

Náradí/prvky	7-8	6	5	4	3	2	1	0
Bradla	0	0	0.00	2.00	4.00	6.00	8.00	10.00

Kladina: min. 7-8 prvků

1. spojení nejméně 2 různých gymnastických prvků, z nichž jeden musí být skok s rozsahem 180° dle FIG
2. obrat ze sk.3 / kotoul dle FIG*
3. akrobatický prvek
4. akrobatický prvek s průchodem stojem na rukou

Skladební požadavky musí být předvedeny na kladině, lze použít všechny prvky uvedené v pravidlech FIG a doplňkové tabulce, tedy i prvky s výdrží, stoje na rukou a kotouly, s výjimkou kotoulů vpřed/vzad s přehmatem pod kladinu.

VIII. kategorie 2012–2010

Bradla:

1. vzepržení vzklopno
2. prvek blízky žerdi
3. přechod z nižší na vyšší žerd'
4. stoj na rukou

Krátká sestava:

Náradí/prvky	7-8	6	5	4	3	2	1	0
Bradla	0.00	0.00	0.00	2.00	4.00	6.00	8.00	10.00

Kladina:

1. spojení nejméně 2 různých gymnastických skoků, z nichž jeden musí být skok s rozsahem 180° (viz FIG)
2. obrat ze sk.3 / kotoul dle FIG
3. akrobatická řada nejméně 2 prvků, z nichž jeden musí být s letovou fází
4. akrobatické prvky v různém směru (vpřed/stranou a vzad)

Skladební požadavky musí být předvedeny na kladině, na bradlech a kladině. Ize použít všechny prvky uvedené v pravidlech FIG a doplňkové tabulce, tedy i prvky s výdrží, stoje na rukou a kotouly, s výjimkou kotoulů vpřed/vzad s přehmatem pod kladinu.

IX. kategorie 2012–2010 (Linie C)

Bradla:

Požadavky podle Linie C (ZP str. 13)

Kladina: 100 cm - 125 cm (výšku kladiny uveďte v přihlášce),

Požadavky podle Linie C (ZP str. 13)

Umělecký projev dle pravidel FIG, krátká sestava dle ZP.