

# Oddíl sportovní gymnastiky Tělocvičné jednoty Sokol Plzeň 1

pořádá v neděli 14. 4. 2024

## Jarní pohár Sokola Plzeň 1 – mužské složky



# ROZPIS

### A/ Všeobecná ustanovení

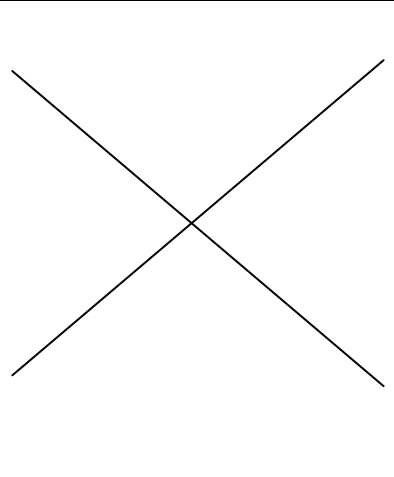
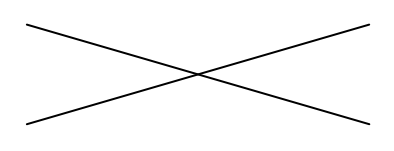
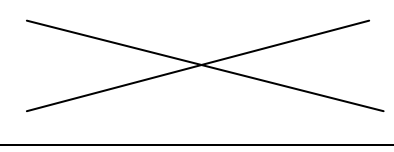
- Pořadatel:** oddíl SG T.J. Sokol Plzeň 1
- Datum:** neděle 14. 4. 2024
- Místo:** Sokolovna T. J. Sokol Plzeň 1, Štruncovy sady 1, 301 00 Plzeň
- Rozhodčí:** Každý oddíl je povinen na vlastní náklady zajistit minimálně 1 rozhodčí/ho. Nesplní - li tuto podmínku, zaplatí pořadateli před zahájením závodu pokutu ve výši 500,- Kč.
- Přihlášky:** do 25. 3. 2024  
**Pro členy ČGF výhradně prostřednictvím GIS,**  
ostatní e-mailem na [sokolplzen1cos@seznam.cz](mailto:sokolplzen1cos@seznam.cz)  
přihláška, v níž bude uveden název klubu, kategorie, jméno závodníka, datum narození, jméno trenéra a jména rozhodčích včetně dosažené třídy
- Podmínka účasti:** včas zasláná přihláška a prezence v závodní kanceláři, průkaz, zdravotní způsobilost (zodpovídá vysílající složka a rodiče), zaplacené startovné ve výši 300,-Kč za závodníka

7. **Cestovné, ubytování:** na vlastní náklady  
Ubytování lze zajistit přímo v ubytovnách v sokolovně.
8. **Časový rozvrh:**
- |              |   |
|--------------|---|
| 8.30         | otevření tělocvičny   |
| 9.00 – 9.30  | prezence mužských kategorií                                   |
| 9.00 – 10.00 | rozcvičení  |
| 9.45 – 10.00 | porada trenérů a rozhodčích                                   |
| 10.00        | nástup a zahájení závodu                                      |
|              | vyhlášení výsledků ihned po skončení závodu a vypsání diplomů |

**Pořadatel si vyhrazuje změnu časového rozvrhu dle počtu přihlášených závodníků!**

**B/ Technická ustanovení:**

9. **Předpis:** Závodí se podle pravidel FIG, závodního programu (ZP) a tohoto rozpisu. U všech kategorií jsou povoleny 2 skoky a do výsledku bude započtena vyšší známka.
10. **Kategorie :**
- |                   |                       |
|-------------------|-----------------------|
| Nábor             | ročníky 2016 a mladší |
| Nejmladší žáci    | ročníky 2017 – 2015   |
| Mladší žáci       | ročníky 2013 a mladší |
| Starší žáci       | ročníky 2010 a mladší |
| Dorostenci mladší | ročníky 2009 – 2008   |
| Dorostenci starší | ročníky 2007 – 2006   |
| Muži              | ročníky 2005 a starší |

Kategorie	Prostná	Kruhy	Přeskok	Bradla
<b>Nábor 2016 a mladší</b>	<p>obtížnost 4 prvky, z nichž 1 musí být prvek pohyblivosti</p> <p>pás 12 m – minimálně 1 řada při nesplnění = srážka 0,50 bodu</p> <p>hodnota prvku = 1,00 b. provedení = 10,00 b. celkem max = 14,00 b.</p>	<p>obtížnost 4 prvky, z nichž 1 musí být přednos - výdrž 2 sec.</p> <p>(předkmih – zákmih nebo opačně se uznává jako prvek)</p> <p>hodnota prvku = 1,00 b. provedení = 10,00 b. celkem max = 14,00 b.</p>	<p>bedna našíř 80 cm</p> <p>výskok do vzporu skrčmo = 2,00 skrčka = 3,00 kotoul letmo = 4,00</p> <p>provedení = 10,00 b.</p>	
<b>Nejmladší žáci 2017 - 2015</b>	dle ZP strana 8	dle ZP strana 8	dle ZP strana 8	
<b>Mladší žáci 2013 a mladší</b>	dle ZP strana 9	dle ZP strana 9	dle ZP strana 9	
<b>Starší žáci 2010 a mladší</b>	dle ZP strana 10	dle ZP strana 10	dle ZP strana 10	dle ZP strana 10
<b>Dorostenci ml. 2009 – 2008 st. 2007 – 2006</b>	dle ZP strana 11	dle ZP strana 11	dle ZP strana 11	dle ZP strana 11
<b>Muži 2005 a starší</b>	dle ZP strana 12	dle ZP strana 12	dle ZP strana 12	dle ZP strana 12