

TJ SPARTAK VRCHLABÍ – oddíl SPORTOVNÍ GYMNASTIKY

pořádá v sobotu 6. dubna 2024

XXXI. ROČNÍK POHÁRU KRKONOŠ



A MINIPOHÁR KRKONOŠ

Místo konání: Sokolovna TJ Spartaku Vrchlabí, Tyršova 783

Přihlášky: do systému GIS do 28.3.2024

Podmínky účasti:

- Závod je pouze pro pozvané oddíly.
- Včas zasláná přihláška, nominace 1 kvalifikované rozhodčí na 5 závodnic (při nedodržení pokuta 300,- Kč), nutné uvést v přihlášce jméno a třídu.
- Oddíl a rodiče zodpovídají za zdravotní stav svých závodnic.

Startovné: 300,- Kč

Časový harmonogram bude zaslán po uzávěrce přihlášek.

Technická ustanovení:

- ❖ Závod se hodnotí podle pravidel FIG a tohoto rozpisu.
- ❖ Žákyně roč. nar. 2016 si mohou vybrat, zda budou startovat v kategorii IV. nebo v Minipoháru.

I. kategorie: 2009 a starší

Závodní program: VS6B (II. liga)
Bradla – kladina

II. kategorie: 2010-2011

Závodní program: VS5B (II. Liga)
Bradla – kladina

III. kategorie: 2012–2013

Závodní program: VS4B
Prostná: pás 15 m
Přeskok

IV. kategorie: 2014-2016

Závodní program: VS3C
Prostná: pás 15 m
Přeskok: jsou povoleny dva skoky

Závod je nejen soutěží jednotlivců, ale také 3členných družstev tvořených nejlepšími jednotlivkyněmi z kategorií IV, III. a II. nebo I.

V. kategorie: 2012–2013

Závodní program: VS4C
Bradla – kladina

VI. kategorie: 2010–2011

Závodní program: VS5C
Bradla – kladina

VII. kategorie: 2009 a starší

Závodní program: VS6C
Prostná: pás 15 m
Přeskok: jsou povoleny dva skoky

MINIPOHÁR KRKONŮŠ

Žákyně nar. 2016:

Prostná: pás 12 m
Povinné požadavky:
1. min. 1 řada
2. vazba dvou gymnastických skoků
3. obrat jednož 360°
4. akrobatický prvek s letovou fází

Kladina: výška 120 cm
Povinné požadavky:
1. gymnastický skok
2. jiný gymnastický skok
3. akrobatický prvek (provedený na kladině)
4. obrat jednož min. 180°

Žákyně nar. 2017:

Prostná: pás 10 m
Povinné požadavky:
1. min. 1 řada
2. vazba dvou gymnastických skoků
3. vazba 2 akrobatických prvků
(mohou se opakovat)

Kladina: výška 30 cm
Povinné požadavky:
1. min. 1 řada
2. gymnastický skok
3. akrobatický prvek (provedený na kladině)

Žákyně nar. 2018 a mladší

Prostná: pás 8 m
Povinné požadavky:
1. min. 1 řada
2. gymnastický skok
3. akrobatický prvek

Lavička:
Povinné požadavky:
1. min. 2 řady (**nesplnění – 2b**)
2. gymnastický skok
3. akrobatický prvek

Hodnotí se dle pravidel FIG, bez specifických požadavků na skladbu a počet prvků (známka E = 10 b., známka D = pouze hodnota PP -1,5b či 2,0 b, hodnota PP je 0,5 b.). Pro všechny tři kategorie platí „Doplňková tabulka prvků“ Závodního programu. Jeden prvek může plnit více povinných požadavků.