



POHÁR PRAŽSKÝCH VĚŽÍ

2. ROČNÍK

VŠEOBECNÁ USTANOVENÍ

1. Pořadatel:

Sportovní klub GymSport Praha, spolek

2. Datum a místo konání:

24. a 25. 5. 2025 v gymnastických halách **Sportovního klubu Hradčany, Praha**

Diskařská 294/1, 118 00 Praha 1 - Hradčany

3. Organizační zabezpečení

Ředitelka závodu: Gabriela Machová, tel. 602 566 260

Organizační tým: trenéři, členové a rodiče SK GymSport Praha a SK Pohyb je život

4. Časový harmonogram:

Prezence bude dle kategorií vždy 1 hodinu před zahájením závodu dané kategorie v prostorách recepce haly. Přesný časový rozpis bude zaslán přihlášeným do 14. 5. 2025.

Závod bude zahájen **v sobotu 24. 5. 2025 v 9.00 h** slavnostním nástupem. V sobotu závodí kategorie dívky III a IV, dorostenky a ženy a všechny kategorie žáků. Dále v sobotu závodí nejmladší (předškolní) děti. V neděli závodí dívky I a II. Pořadatel si vyhrazuje právo na změnu dle obdržených přihlášek.

5. Losování:

Startovní pořadí bude vylosováno a zasláno spolu s časovým rozpisem přihlášeným.

6. Rozhodčí:

Kvalifikační požadavky na rozhodčí:

- platná kvalifikace rozhodčí SG žen/mužů získaná školením ČGF
- platná kvalifikace rozhodčí SG žen/mužů získaná školením ČASPV a ve spolupráci s ČOS

Při přihlášení:

- a) 1 závodníka - TJ/SK nominuje 1 rozhodčí nebo uhradí pokutu

b) 2-4 závodníků - TJ/SK nominuje 1 rozhodčí

c) 5-8 závodníků - TJ SK nominuje 2 rozhodčí

Pokuta za jednoho závodníka bez rozhodčí - 500 Kč.

Pokuta za 2 závodníky nebo družstvo bez rozhodčí - 2000 Kč.

Pokuta za dvě a více družstev bez rozhodčí - 4000 Kč.

Rozhodčí musí vykonávat svoji funkci po celý závodní den. Pro rozhodčí je zajištěno stravování. Porada rozhodčích a trenérů se uskuteční v sobotu a v neděli v 8.00 h. 30 minut před zahájením závodu každé kategorie proběhne krátká porada rozhodčích na jednotlivých panelech. Složení panelů rozhodčích bude připraveno předem podle přihlášek a bude rozesláno 19.5.2025.

7. Závodníci:

Závod je otevřen všem gymnastům bez ohledu na evidenci v organizacích. Maximální počet závodníků z jedné TJ/SK je 8 pro každou kategorii. Závodníci nesmějí startovat ve více kategoriích.

Závodu se nesmí účastnit registrovaní členové ČGF, kteří získali výkonnostní stupně A a B a zúčastnili se MČR ve SG mužů a žen v letech 2025 a 2024.

8. Přihlášky a hudební doprovod:

Přihlašování prostřednictvím GIS nebo přihlašovacího formuláře:

Úroveň A: <https://forms.gle/YPU9VEH5mFBJfGVu9>

Úroveň B: <https://forms.gle/kXTzoQv4v4VDjLsH6>

Uzávěrka přihlášek je při naplnění kapacity, nejpozději 4. 5. 2025.

Hudební doprovod vložte do GIS nebo ve formátu MP3 zašlete do 4. 5. 2025 emailem na adresu filip@gaa.cz. Soubor označte takto: kategorie_příjmení a jméno závodníka_TJ/SK (příklad: kategorie II_Zdatná_Jana_Slavoj_Horní_Dolní). Délka nahrávky musí odpovídat délce cvičení. Vezměte s sebou zálohu na flash disk či v mobilu. Hudební doprovod při rozcvičení nebude k dispozici.

9. Závodní kancelář:

Bude otevřena v sobotu 24. 5. 2025 od 8:00 h a v neděli 25. 5. 2025 od 8.00 h vždy do ukončení prezence poslední závodící kategorie.

10. Stravování a ubytování:

Není zajištěno. Na vyžádání pořadatel poskytne informace o možném ubytování v okolí závodního areálu a může zajistit stravování během závodu.

11. Startovné a vstupné:

Startovné 400,- Kč za závodníka. Hradí se na č. účtu 274893010/0300, pod variabilním symbolem 202505 do 4. 5. 2025. Startovné se vrací pouze při řádném odhlášení závodníků ze zdravotních důvodů potvrzených lékařem.

Vstupné 100,- Kč pro návštěvníky se vybírá při vstupu do haly.

TECHNICKÁ USTANOVENÍ

1. Pravidla:

Ženské i mužské kategorie jsou hodnoceny podle pravidel sportovní gymnastiky s využitím závodního programu ČASPV platného od 1.1.2025. Pravidla a závodní program jsou zveřejněny na webových stránkách ČASPV v části Dokumenty komise, a to pro ženy <https://www.caspv.cz/cz/cinnosti-komise-metodicke-rady/komise-vseobecne-gymnastiky/dokumenty-komise/dokumenty-zenske-slozky/> a pro muže <https://www.caspv.cz/cz/cinnosti-komise-metodicke-rady/komise-vseobecne-gymnastiky/dokumenty-komise/dokumenty-muzske-slozky/>

Nejmladší děti (kategorie 0) závodí dle vlastního závodního programu, který je součástí tohoto rozpisu.

Přeskokové nářadí pro všechny kategorie:

- švédská bedna (max. výška 120 cm)
- přeskokový stůl (min. výška 105 cm)
- molitanový přeskokový stůl (výška 100 - 135 cm)
- molitanová bedna 4 dílná

Pro tuto soutěž a pro všechny kategorie žen dále platí úpravy:

- na hrazdě prvky uvnitř sestavy mohou být vybrány ze 2 skupin (B+C nebo B+D nebo C+D) nebo ze 3 skupin (A+B+C). Příklad sestavy ze 2 skupin prvků: výmyk - výmyk ze shybu nadhmatem - toč vzad - podmet.
- za akrobatickou řadu na prostných je považováno spojení prvků přemet stranou-rondat ve všech kategoriích.
- hodnota obtížnosti akrobatické řady se počítá nejvíce ze 3 poprvé předvedených akrobatických prvků.
- na prostných lze předvádět rovnovážné a silové prvky uvedené v doplňkové tabulce, která je přílohou č. 2 tohoto rozpisu.

Soutěž žen je rozdělena do dvou úrovní:

Úroveň A

- závodí podle výše uvedených pravidel a doplnění tohoto rozpisu výše

Úroveň B

- hodnota předvedených prvků na všech nářadích v součtu nesmí přesáhnout 7 bodů. Bude-li součet vyšší než 7 bodů, hodnota převyšující 7 bodů se odečte od celkové výsledné známky.
- na prostných se započítají hodnoty prvků pouze z jedné akrobatické řady, a to řady předvedené poprvé.

2. Kategorie:

- | | | |
|-------------------------|-----|------------------------|
| • Nejmladší děti (MIMI) | 0 | rok nar. 2018 a mladší |
| • Mladší žáci a žákyně | I | rok nar. 2017 - 2016 |
| • Mladší žáci a žákyně | II | rok nar. 2015 - 2014 |
| • Starší žáci a žákyně | III | rok nar. 2013 - 2012 |
| • Starší žáci a žákyně | IV | rok nar. 2011 - 2010 |

- Dorostenky rok nar. 2009 - 2007
- Ženy rok narození 2006 a starší

Platí zásada, že je povoleno ostaršení o 1 rok.

3. Cvičební úbor:

Dle výše uvedených pravidel. Závodnice si může pod i přes trikot obléci legíny stejné barvy jako je barva trikotu.

4. Přístup na závodišť:

V průběhu soutěže mají přístup jen závodníci příslušného sledu s trenéry a organizátoři. Ostatní závodníci se budou zdržovat na vyhrazených místech.

5. Trenér:

Odpovídá za včasný nástup závodníků na závodišť, kázeň a v plném rozsahu a za bezpečnost závodníků v průběhu soutěže.

6. Rozcvičení

Rozcvičení pro každou kategorii proběhne v čase maximálně 1 hodinu před zahájením závodu dané kategorie. **Při střídání v samotném závodě bude rozcvičení 30 sekund pro závodníka.**

7. Tituly a ceny:

Závodníci na prvních třech místech v každé kategorii získají diplomy a medaile. První tři závodníci na každém nářadí v dané kategorii obdrží diplomy a medaile. Všichni závodníci kategorii 0 obdrží pamětní medaile.

ZÁVĚREČNÁ USTANOVENÍ

Za zdravotní stav a pojištění účastníků akce zodpovídá vysílající organizace.

Organizátor akce zajistí zdravotní dozor.

V Praze, duben 2025

Gabriela Machová
ředitelka soutěže

Závodní program nejmladší děti
kategorie 0 (MIMI)

Závodí se v trojboji - přeskok, lavička, prostná

Prvky a sestavy se hodnotí podle tabulky obecných a specifických srážek uvedených v pravidlech pro ženy <https://www.caspv.cz/cz/cinnosti-komise-metodicke-rady/komise-vseobecne-gymnastiky/dokumenty-komise/dokumenty-zenske-slozky/>

Závodí se ve volných sestavách s následující úpravou:

Přeskok

Výskok do vzporu dřepmo - 1 bod

Skrčka, roznožka - 2 body

Náradí:

- švédská nebo molitanová bedna, minimální výška 80 cm
- pérový můstek nebo trampolínový můstek

Lavička

Sestava je složena z náskoku, seskoku a 3 různých prvků uvnitř sestavy. Pokud bude předvedeno více prvků, budou započítány pouze první 3 předvedené.

Seskok z lavičky nesmí být proveden akrobatickým prvkem (např. rondat).

Není požadavek na projití celé lavičky, seskok může být i bočně.

Za každý převedený prvek závodník získá 1 bod. Srážky za chyby v prvku nesmí překročit 1 bod - v případě, že se tak stane, uplatní se srážka maximálně 1 bod.

Prostná

Sestava je složena ze 4 různých prvků a musí obsahovat nízkou polohu. Nízkou polohu nelze splnit zároveň jedním ze 4 předvedených prvků. Srážka za chybějící nízkou polohu je 0,5 bodů z výsledné známky.

Pokud bude předvedeno více prvků, budou započítány pouze první 4 předvedené.

Není požadavek na projití celého pásu. Hudební doprovod se nevyžaduje, ale je povolen.

Za každý předvedený prvek závodník získá 1 bod. Srážky za chyby v prvku nesmí překročit 1 bod - v případě, že se tak stane, uplatní se srážka maximálně 1 bod.