

Gymnastický klub Vítkovice

pořádá

v neděli 19. 10. 2025

2. ročník dvojboje a trojboje ve sportovní gymnastice žen



aneb Pink Cup trochu jinak

Všeobecná ustanovení:

Pořadatel:	Gymnastický klub Vítkovice, z.s.
Datum konání:	neděle 19. 10. 2025
Místo konání:	tělocvična GK Vítkovice 29. dubna 259/33, Ostrava – Výškovice
Organizační zajištění:	ředitel závodu: Suchý Peter hlavní rozhodčí: Grmelová Světlana jednatel: Mlynářová Nikola
Přihlášky:	prostřednictvím systému GIS do 11. 10. 2025 , případné dotazy zasílejte na gkvitkovice@seznam.cz
Losování:	proběhne ve čtvrtek 16. 10.
Startovné:	400,- Kč / závodnice
Podmínka účasti:	včas zasláná přihláška za zdravotní stav zodpovídá vysílající oddíl minimálně 1 rozhodčí na 7 závodnic – přihlášky přes GIS. V případě, že oddíl nepřiveze rozhodčí, pokuta 1000,- Kč na 7 závodnic.
Časový plán:	bude upřesněn po uzávěrce přihlášek a zveřejněn na stránkách ČGF

Technická ustanovení:

Závodí se dle pravidel F.I.G. platných od 1. 1. 2022, Závodního programu ženských složek ČGF, vydání platné od 1. 1. 2025, platného Soutěžního a Disciplinárního řádu ČGF a tohoto rozpisu.

Kategorie – dvojboj (kladina/lavička + prostná):

- Mini - ročník narození 2019 a ml.
obtížnost viz níže
- Začínající žákyně - ročník narození 2018 – 2017 (pokud nemají splněný VS 0)
obtížnost viz níže
- Nejmladší žákyně - ročník narození 2018 – 2016
obtížnost viz níže

Kategorie – trojboj (přeskok/kladina/prostná):

- Žákyně B - ročník narození 2013–2016
podle ZP, strana 14, přeskok, kladina, prostná
Není povolen start závodnicím, které v letošním roce závodily v linii A
- Mladší žákyně C - ročník narození 2015–2016
podle ZP, strana 13
Není povolen start závodnicím, které v letošním roce závodily v linii A nebo B na přebornických soutěžích, kvalifikačních závodech a mistrovství ČR.

- Starší žákyně C - ročník narození 2013 – 2014
podle ZP, strana 13
Není povolen start závodnicím, které v letošním roce závodily v linii A nebo B na přebornických soutěžích, kvalifikačních závodech a mistrovství ČR.
- Juniorky a ženy C - ročník 2012 a starší (v případě velkého počtu přihlášených budou kategorie vyhlášené zvlášť), podle ZP, strana 13.
Není povolen start závodnicím, které v letošním roce závodily v linii A nebo B na přebornických soutěžích, kvalifikačních závodech a mistrovství ČR.

Kategorie – trojboj (bradla/kladina/prostná):

- II. liga - ročník 2017 a starší
podle ZP, strana 6

Mini + Začínající žákyně

Lavička (polstrovaná) - skladební požadavky á 0,5b.:

1. gymnastický skok
2. rovnovážný prvek s výdrží 2s (váha dle doplňkové tabulky nebo arabeska, prvek se započítává do počtu prvků v sestavě)
3. akrobatický prvek
4. závěr sestavy – přímý skok (počítán do počtu prvků) 0,3 b.
štika (počítaná do počtu prvků) 0,5 b.

Prostná (pás 12 m) – skladební požadavky á 0,5b.:

1. 2 různé gymnastické skoky (nemusí být v pasáži)
2. obrat jednož 180° (prvek se započítává do počtu prvků v sestavě)
3. prvek ohebnosti (prvek se započítává do počtu prvků v sestavě)
most z lehu, packa 0,3 b.
most ze stoje, šňůra 0,5 b.
4. vazba 2 akrobatických prvků (mohou být stejné nebo různé)

Platí doplňková tabulka prvků ZP 2018 – aktualizace platná od 1. 1. 2025.

Počet prvků na lavičce a prostných: min. 5., srážka za krátkou sestavu: 0,00 b. – 5 a více prvků, 2,00 b. – 4 prvky, 4,00 b. – 3 prvky, 6,00 b. – 2 prvky, 8,00 b. – 1 prvek.

Nejmladší žákyně

Kladina (výška kladiny 100 cm) - skladební požadavky á 0,5b.:

1. gymnastický prvek
2. obrat jednož min. 180° (= prvek A)
3. akrobatický prvek
4. akrobatický prvek různý od bodu 3

Prostná (pás 12 m) – volná sestava se skladebními požadavky, hudba dobrovolná bez srážek za umělecký projev:

1. pasáž nejméně 2 různých gymnastických skoků odrazem z 1 nohy
2. obrat jednož min 360°
3. akrobatický prvek vpřed/stranou
4. akrobatický prvek vzad

Souhrn specifických požadavků podle V. ligy – ZP strana 36.

Krátká sestava podle článku 8 ZP na straně 10.

Platí doplňková tabulka prvků ZP 2018 – aktualizace platná od 1. 1. 2025.

Nyní by měli zbystřit všichni trenéři, rozhodčí a také gymnastky. Tentokrát náš závod bude probíhat trochu s přídatkem zábavy!

Doprovodná soutěž o nejlepší kostým či styling.

Ano slyšeli jste správně. Tentokrát nepůjde jen o úžasné gymnastické dovednosti, ale i o vaši kreativitu a styl, samozřejmě v Halloweenském provedení 😊. Fantazii se meze nekladou, avšak vždy myslíte nejdříve na bezpečnost gymnastky – na nástup a vyhlášení může mít soutěžící libovolný kostým, ale závod už bude probíhat podle pravidel FIG s výjimkou kreslení na obličej, které je tentokrát povoleno 😊.

Pravidla jsou jednoduchá: Naše pětičlenná komise vybere za každý sled 3 nejkreativnější gymnastky a 1 trenéra, s tím, že trenér může vyhrát maximálně 2x za celý závod. Rozhodčí se pak budou vyhlašovat za celý den, a to v předposledním sledu. Taktéž mohou vyhrát 3 nejlepší.

Moc se těšíme na vaše nápady a kreativitu.

