

Oddíl sportovní gymnastiky Tělocvičné jednoty Sokol Plzeň 1

**pořádá v sobotu 11. 4. 2026
34. ročník**

Jarního poháru



ROZPIS

A/ Všeobecná ustanovení

1. **Pořadatel:** oddíl SG T.J. Sokol Plzeň 1
2. **Datum:** sobota 11. 4. 2026
3. **Místo:** sokolovna T. J. Sokol Plzeň 1, Štruncovy sady 1, 301 00 Plzeň
4. **Činovníci:**

ředitelka:	Martina Soudková
hospodářka:	Tereza Paštěková
zpracování výsledků:	Martina Soudková
vedoucí nástupu a hlasatel:	Michal Štejr, Klára Lapková
lékař/zdravotník:	MUDr. Lucie Harasimovičová
5. **Rozhodčí:** **hlavní rozhodčí: Martina Vytisková**
 Každý oddíl je povinen na vlastní náklady zajistit 1 rozhodčí/ho na každých započatých 6 závodnic. Nesplní-li tuto podmínku, zaplatí pořadateli před zahájením závodu pokutu ve výši 500 Kč za každou/dého chybějící/ho rozhodčí/ho.
6. **Přihlášky:** do 29. 3. 2026
 Pro členy ČGF výhradně prostřednictvím GIS,
 ostatní e-mailem na sokolplzen1cos@seznam.cz

Přihláška musí obsahovat název klubu, kategorie, jméno závodnice, rok narození, jméno trenéra a jména rozhodčích včetně dosažené třídy. V kategoriích 1) – 4) max 6 dětí na oddíl vyjma pořádajícího.

Pořadatel si vyhrazuje právo ukončit přijímání přihlášek i před stanoveným dnem, pokud dojde k naplnění kapacity závodu. Rovněž si vyhrazuje právo přihlášky doručené po naplnění kapacity závodu nepřijmout.

7. **Ubytování, stravování, cestovné:** na vlastní náklady, ubytování nezajišťujeme
stravování možné v blízkém okolí sokolovny
(např. Klubovka, Na Spilce, Na Parkánu)
8. **Upozornění pro diváky:** Vstup do tělocvičny a na závodní plochu bude povolen pouze
závodnicím, trenérům a rozhodčím, pro ostatní jsou vyhrazeny balkony.
9. **GDPR:** Účastí na akci dává každý účastník, tj. zejména závodnice, trenéři, rozhodčí i
diváci pořadateli souhlas s pořizováním fotografií a videozáznamů z akce,
které mohou být zveřejněny.

B/ Technická ustanovení:

10. **Předpis:**

- a) Závodí se dle pravidel FIG s výjimkami uvedenými v tomto rozpisu.
Závodní program se NEUPLATNÍ.
- b) V kategoriích 5) – 7) nesmí startovat závodnice, které v letech 2024 a 2025 startovaly
v závodech za účelem splnění výkonnostního stupně linie B nebo linie A od VS2 a výše
(i v případě, že VS nesplnily).
- c) U kategorií 1) – 4) se jedná o dvojboj.
Kategorie 5) – 7) závodí na 2, 3 nebo 4 nářadích dle svého výběru – 2 nejlepší známky se
počítají.
Kategorie 8) – 10) závodí na 3 nebo 4 nářadích dle svého výběru – 3 nejlepší známky se
počítají.
Každá závodnice smí startovat pouze v jedné kategorii.
Do poznámky v přihlášce je nutné dopsat, na která nářadí závodnice nastoupí.
- d) Kladina má z důvodu omezeného místa náskok s rozběhem i seskok na jedné straně, proto je
povoleno na náskok odstranit doskokovou přídavnou žíněnku.

11. **Kategorie :**
- | | | |
|-----|------------------|--------------------------------|
| 1) | dívky I | ročníky narození 2021 a mladší |
| 2) | dívky II | ročníky narození 2020 a mladší |
| 3) | dívky III | ročníky narození 2019 a mladší |
| 4) | dívky IV | ročníky narození 2018 a mladší |
| 5) | žákyně /nej 2/ | ročníky narození 2015 a mladší |
| 6) | juniorky /nej 2/ | ročníky narození 2011 a mladší |
| 7) | ženy /nej 2/ | ročníky narození 2010 a starší |
| 8) | žákyně /nej 3/ | ročníky narození 2015 a mladší |
| 9) | juniorky /nej 3/ | ročníky narození 2011 a mladší |
| 10) | ženy /nej 3/ | ročníky narození 2010 a starší |

Kategorie mohou být v případě vyššího počtu závodnic pro účely vyhlášení výsledků rozděleny dle věku na podskupiny – rozhodne ředitelka závodu.

- 12. Podmínka účasti:** včas zasláná přihláška a VČASNÁ prezence v závodní kanceláři, průkaz, zdravotní způsobilost v GIS (u nečlenů zodpovídá vysílající složka a zákonní zástupci), zaplacené startovné ve výši 400 Kč za závodnici
- 13. Předpokládaný časový rozvrh:** 9.00 – 11.30 kategorie 1) – 4)
vyhlášení ihned po skončení závodu a vypsání diplomů
11.45 – 15.00 kategorie 5) – 7)
vyhlášení ihned po skončení závodu a vypsání diplomů
15.30 – 18.30 kategorie 8) – 10)
vyhlášení ihned po skončení závodu a vypsání diplomů

Konečný časový rozvrh bude vydán dle počtu přihlášených závodnic do 6. 4. 2026.

DOPLŇKOVÁ TABULKA PRVKŮ A nad rámec pravidel FIG „DTP“

BRADLA:

výmyk na n.ž, velvýmyk na v.ž., výskok skrčmo do vzporu dřepmo, výskok schylmo do vzporu schylmo, podmet ze vzporu stojmo, podmet ze zákmihu

KLADINA:

kotoul vpřed s přehmatem, rychlý kotoul vpřed, kotoul vzad přes rameno, skok prohnutě s obr. 180°, skok prohnutě v provedení čelně, skok se skrčením přednožmo („kufr“), obrat o 180° přednožením do zanožení, obrat jednonož o 180° v libovolném provedení, váha předklonmo, v unožení, v přednožení i s držním nohy (roznožení min. 135°)
náskok do vzporu dřepmo
závěry: rondat, přemet, zánožka, arab, šprajcka

PROSTNÁ:

kotoul vpřed, kotoul vzad, stoj na rukou, stoj kotoul, kotoul vzad do stoje na rukou, přemet stranou, přemet vpřed i vzad zvolna
skok se skrčením přednožmo („kufr“), odrazem jednonož skok s přednožením jedné nohy

Kategorie	přeskok	bradla	kladina / lavička	prostná
1) dívky I 2021 a mladší			polstrovaná lavička volná sestava s povinnými požadavky – každý 0,50 b. 1. výskok do dřepu 2. gymnastický skok 3. klek – libovolná poloha 4. výdrž ve stoji na 1 noze min 2 sec – poloha druhé nohy libovolná známka D max 2,00 body platí DTP neplatí požadavek na počet prvků	pás délky 12 m volná sestava s povinnými požadavky – každý 0,50 b. 1. využít min 10 m pásu 2. gymnastický skok 3. akrobatický prvek 4. prvek pohyblivosti (placka, most, provaz bočně i čelně) známka D max 2,00 body platí DTP neplatí požadavek na počet prvků neplatí požadavek na akro řady
2) dívky II 2020 a mladší			polstrovaná lavička volná sestava s povinnými požadavky – každý 0,50 b. 1. výskok do dřepu 2. gymnastický skok 3. akrobatický prvek 4. výdrž ve stoji na 1 noze min 2 sec – poloha druhé nohy libovolná známka D max 2,00 body platí DTP neplatí požadavek na počet prvků	pás délky 12 m volná sestava s povinnými požadavky – každý 0,50 b. 1. využít min 10 m pásu 2. gymnastický skok 3. akrobatický prvek 4. prvek pohyblivosti (placka, most, provaz bočně i čelně) známka D max 2,00 body platí DTP neplatí požadavek na počet prvků neplatí požadavek na akro řady

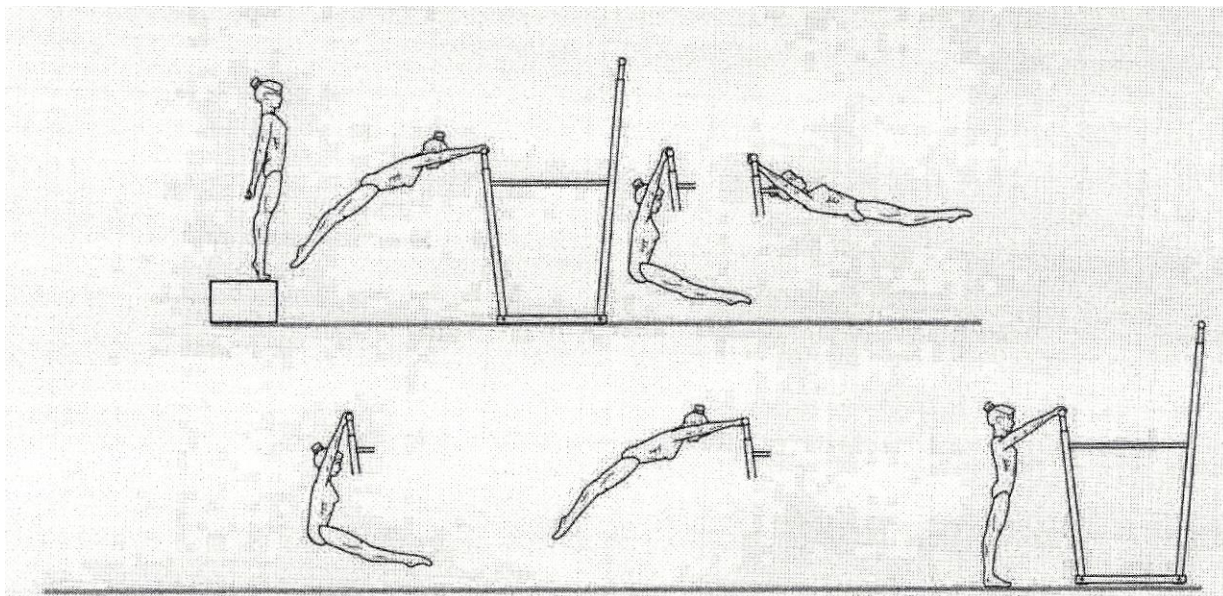
Kategorie	přeskok	bradla	kladina	prostná
3) dívky III 2019 a mladší	odrazový můstek a žíněnka z rozběhu odrazem z můstku štíčka D = 1,00 kotoul letmo D = 1,50 salto skrčmo D = 2,00 povoleny 2 skoky bez srážky, započte se vyšší známka		kladina – výška 100 cm volná sestava s povinnými požadavky – každý 0,50 b. 1. nízká poloha /jako v sestavách dle FIG/ 2. gymnastický skok 3. arabeska (výdrž 2 sec) 4. akro prvek známka D max 2,00 body platí DTP neplatí požadavek na počet prvků	
4) dívky IV 2018 a mladší	odrazový můstek a žíněnka z rozběhu odrazem z můstku kotoul letmo D = 0,50 salto vpřed skrčmo D = 1,00 salto vpřed schylmo D = 1,50 salto vpřed toporně D = 2,00 povoleny 2 skoky bez srážky, započte se vyšší známka	dolní bradlová žerd' volná sestava s povinnými požadavky – každý 0,50 b. 1. začátek vzklopky – pouze zhoupnutí do protažení a zpět do stoje 2. výmyk odrazem / tahem 3. odkmih min 90° 4. toč vzad /seskok libovolný/ (viz obrázky na konci rozpisu) známka D max 2,00 body platí DTP neplatí požadavek na počet prvků a srážky FIG za výšku zákmihu (viz obrázek)		

Kategorie	přeskok	bradla	kladina	prostná
5) žákyně /nej 2/ 2015 a mladší	stůl 110 cm dle FIG povoleny 2 skoky bez srážky, započte se vyšší známka lze použít trampolínový můstek nebo 2 můstky	min 4 prvky, max 8 do známky D 3 prvky = neutr. srážka 1,0 2 prvky = neutr. srážka 4,0 1 prvek = neutr. srážka 8,0 0 prvků = neutr. srážka 10,0 platí DTP 2 skladební požadavky: 2 různé prvky dle FIG = max 1,00 bod	kladina – výška 125 cm min 6 prvků, max 8 do známky D 5 prvků = neutr. srážka 4,0 3-4 prvky = neutr. srážka 6,0 1-2 prvky = neutr. srážka 8,0 0 prvků = neutr. srážka 10,0 platí DTP 2 skladební požadavky: dle FIG nebo - přemet vzad - dálkový skok = max 1,00 bod	12 x 12 m bez požadavku na akro řady lze cvičit i v pásu a bez hudby /při cvičení na hudbu i bez hudby žádná srážka za muzikálnost/ min 6 prvků, max 8 do známky D /srážky za nedostatečný počet prvků viz kladina/ platí DTP 2 skladební požadavky: dle FIG nebo - spojení 2 akro prvků procházejících stojem na rukou - samotné salto vpřed = max 1,00 bod
6) juniorky /nej 2/ 2011 a mladší	stůl 125 cm dle FIG povoleny 2 skoky bez srážky, započte se vyšší známka lze použít trampolínový můstek	min 4 prvky, max 8 do známky D 3 prvky = neutr. srážka 1,0 2 prvky = neutr. srážka 4,0 1 prvek = neutr. srážka 8,0 0 prvků = neutr. srážka 10,0 platí DTP 3 skladební požadavky: 2 různé prvky dle FIG a využití obou žerdí = max 1,50 bodu	kladina – výška 125 cm počet prvků shodně jako žákyně 5) platí DTP 3 skladební požadavky: dle FIG nebo - mix vazba (akro + skok) = max 1,50 bodu	12 x 12 m bez požadavku na akro řady lze cvičit i v pásu a bez hudby /při cvičení na hudbu i bez hudby žádná srážka za muzikálnost/ počet prvků shodně jako žákyně 5) platí DTP 3 skladební požadavky dle FIG nebo - samotné salto vpřed - rondat + flik = max 1,50 bodu
7) ženy /nej 2/ 2010 a starší	shodně jako juniorky 6)	shodně jako juniorky 6)	shodně jako juniorky 6)	shodně jako juniorky 6)

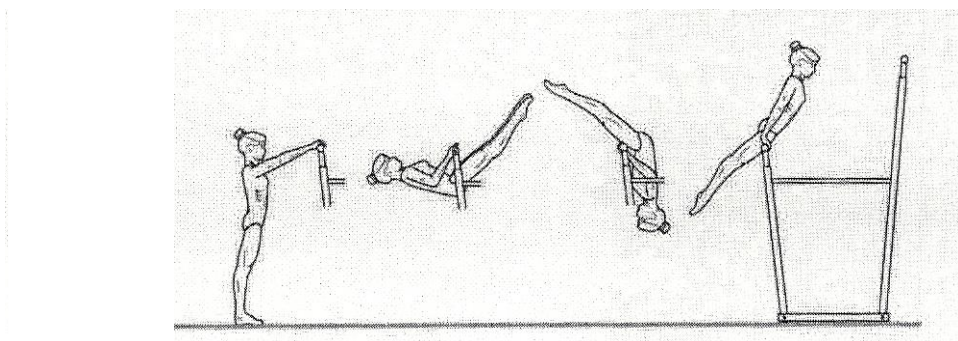
Kategorie	přeskok	bradla	kladina	prostná
8) žákyně /nej 3/ 2015 a mladší	stůl 125 cm dle FIG povoleny 2 skoky bez srážky, započte se vyšší známka lze použít trampolínový můstek nebo 2 můstky	min 6 prvků, max 8 do známky D /srážky za nedostatečný počet prvků viz kladina/ platí DTP 3 skladební požadavky: dle FIG nebo - prvek blízký žerdi - stoj na rukou (libovolně) - letový prvek z dolní na horní žerd' - veletoč - seskok min B = max 1,50	min 6 prvků, max 8 do známky D 5 prvků = neutr. srážka 4,0 3-4 prvky = neutr. srážka 6,0 1-2 prvky = neutr. srážka 8,0 0 prvků = neutr. srážka 10,0 3 skladební požadavky: dle FIG = max 1,50	min 6 prvků, max 8 do známky D /srážky za nedostatečný počet prvků viz kladina/ samotné salto vpřed se považuje za akro řadu 3 skladební požadavky: dle FIG nebo - salto vpřed - 1 salto min B - 3 různá salta = max 1,50
9) juniorky /nej 3/ 2011 a mladší	stůl 125 cm dle FIG povoleny 2 skoky bez srážky, započte se vyšší známka	min 6 prvků, max 8 do známky D /srážky za nedostatečný počet prvků viz kladina/ 4 skladební požadavky: dle FIG nebo - prvek blízký žerdi - stoj na rukou (libovolně) - letový prvek z dolní na horní žerd' - veletoč - seskok min B	min 6 prvků, max 8 do známky D 5 prvků = neutr. srážka 4,0 3-4 prvky = neutr. srážka 6,0 1-2 prvky = neutr. srážka 8,0 0 prvků = neutr. srážka 10,0 4 skladební požadavky: dle FIG nebo - vazba 2 akro prvků (i bez salta, min 1 letový) - libovolné salto (kromě seskoku)	min 6 prvků, max 8 do známky D /srážky za nedostatečný počet prvků viz kladina/ 4 skladební požadavky: dle FIG nebo - řada s min 2 salty - 2 salta min B
10) ženy /nej 3/ 2010 a starší	shodně jako juniorky 9)	shodně jako juniorky 9)	shodně jako juniorky 9)	shodně jako juniorky 9)

Dívky IV – bradla

1. začátek vzklopky – pouze zhoupnutí do protažení a zpět do stoje a plynule navázat výmyk bez puštění žerdě rukama

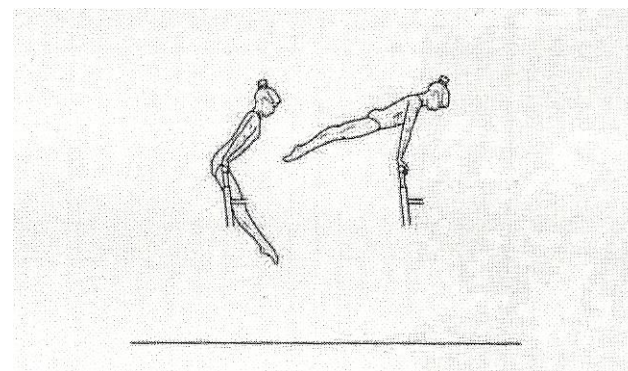


2. výmyk odrazem / tahem



+ 4. toč vzad

3. odkmih min 90° /neodpovídá obrázku/



**hodnotí se poloha těla, hlavy, napnuté ruce a nohy, snožení,
neuplatní se žádné srážky FIG za výšku zákmihu
(výška rozhoduje jen o uznání/neuznání požadavku za 0,5 bodu)**