



Oddíl sportovní gymnastika TJ Rožnov pod Radhoštěm
Vás srdečně zve na 12. ročník trojboje žákyň

O ROŽNOVSKÝ POHÁR 2025

OBEČNÁ USTANOVENÍ

- Datum konání:** 14.12 2025
- Organizátor:** Oddíl SG TJ Rožnov pod Radhoštěm
- Místo:** Gymnastická hala Rožnov (Sokolovna)
Sokolská 497, Rožnov pod Radhoštěm 756 61
- Počet účastníků:** Pořadatel si vyhrazuje právo omezit počty startujících v jednotlivých kategoriích
- Podmínky závodů :** Včas zasláná přihláška – **do 8.12.2023**
Zaplacené startovné ve výši 250 ,- Kč za závodnici
Zajištění 1 rozhodčí na 5 závodnic (v případě nezajištění rozhodčí zaplatí oddíl pokutu 500Kč)
Závod je určen pro závodnice, které nestartovaly VS1A a vyšší a VS5B a vyšší
Druhá a třetí kategorie je určena pro začínající závodnice.
Za závodní stav závodnic odpovídá vysílající oddíl.
- Časový plán:**
- | | |
|-------------|-------------------------------------|
| 8:00 | otevření tělocvičny |
| 8:00 – 8:45 | prezentace závodnic |
| 8:00 – 9:00 | volné rozcvičení |
| 9:30 | slavnostní nástup a zahájení závodu |
- Časový harmonogram bude upřesněn podle počtu přihlášek.**
- Přihlášky:** prostřednictvím GIS do 8.12.2024, nebo zasílejte na jfiedler@post.cz



- Kategorie:**
- 1. kategorie: žákyně r. 2019 a ml.**
PŘESKOK, LAVIČKA, PROSTNA
 - 2. kategorie: žákyně r. 2017–2018**
PŘESKOK, Kladinka, PROSTNA
 - 3. kategorie: žákyně r. 2015–2016**
PŘESKOK, BRADLA, PROSTNA
 - 4. kategorie: žákyně r. 2013–2015**
PŘESKOK, Kladinka, PROSTNA
Pro závodnice, které trénují max. 2x týdně, neregistrované
 - 5. kategorie: žákyně r. 2016–2018 – dle V. ligy ZP**
PŘESKOK, BRADLA, PROSTNA
 - 6. kategorie: žákyně r. 2014–2015 – dle IV. ligy ZP**
PŘESKOK, BRADLA, PROSTNA
 - 7. kategorie: žákyně r. 2010–2013 – dle III. ligy ZP**
PŘESKOK, BRADLA, PROSTNA

TECHNICKÁ USTANOVENÍ

Závodí se dle pravidel FIG, aktuálního Závodního programu vč. DT a tohoto rozpisu.

Srážky za umělecký dojem se neuplatňují.

1. KATEGORIE: ročník 2019 a mladší		
2. KATEGORIE: ročník 2017–18		
Přeskok	z rozběhu odrazem snožmo z můstku kotoul letmo na žíněnku 20 cm, přes překážku <u>Pro kategorii 1 – 50 cm</u> <u>Pro kategorii 2 – 75 cm</u> 2 skoky, lepší se počítá	<u>D známka:</u> 2 b. <u>Srážky:</u> dle ZP (str. 16)
Lavička, Kladinka	1. min. 1 řada 2. akro prvek 3. jakýkoliv obrat 180° 4. gym prvek <u>Pro kategorii 1 – LAVIČKA</u> <u>Pro kategorii 2 – Kladinka 40 cm, šířka 15cm</u>	<u>D známka:</u> Za každý splněný požadavek 0,5 bodu <u>E známka:</u> 5 a více prvků 10 b 4 prvky 8 b 3 prvky 6 b 2 prvků 4 b
Prostná	1. projití stojem na rukou 2. akro prvek 3. výdrž 2s. 4. gym prvek	<u>D známka:</u> Za každý splněný požadavek 0,5 bodu <u>E známka:</u> 5 a více prvků 10 b 4 prvky 8 b 3 prvky 6 b 2 prvků 4 b



3. KATEGORIE: ročník 2013–14

Přeskok	z rozběhu odrazem snožmo z můstku kotoul letmo nebo salto na žínětku 20 cm, přes překážku 75 cm 2 skoky, lepší se počítá	D známka: - Kotoul letmo 2b - Salto 2,5b
Bradla	volná tříprvková nebo silová sestava	D známka: Za každý splněný prvek 0,5 bodu E známka: 3 a více prvků 10 b 2 prvky 8 b 1 prvky 6 b Nepočítají se prázdné kmihy.
Prostná	1. obrat 360° 2. vazba 2 akrobatických prvků 3. pasáž dvou gym. prvků 4. akrobatický prvek vzad	D známka: Za každý splněný požadavek 0,5 bodu Maximálně 6 nejobtížnějších prvků E známka: 6 a více prvků 10 b 5 prvků 8 b 4 prvky 6 b 3 a méně prvků 4 b

4. KATEGORIE: ročník 2013–15

Přeskok	z rozběhu odrazem snožmo z můstku kotoul letmo nebo salto na žínětku 20 cm, přes překážku 75cm 2 skoky, lepší se počítá	D známka: - Kotoul letmo 2b - Salto 2,5b
Prostná	1. obrat jednož 360° 2. akro. řada 2 různých prvků, z níž jeden musí obsahovat projití stojem na rukou 3. pasáž dvou gym. prvků 4. hudba	D známka: Za každý splněný požadavek 0,5 bodu Bez hodnoty obtížnosti E známka: 7 a více prvků 10 b 6 prvků 8 b 5 prvky 6 b 4 a méně prvků 4 b
Kladinka 100 cm	1. akrobatický prvek 2. výdrž na jedné noze 2s. (arabeska- není prvek) 3. 2 různé skoky (nemusí být ve vazbě) 4. obrat jednož min. 180°	D známka: Za každý splněný požadavek 0,5 bodu Bez hodnoty obtížnosti E známka: 6 a více prvků 10 b 5 prvků 8 b 4 prvky 6 b 3 a méně prvků 4 b

4. KATEGORIE: ročník 2016–18

Dle Závodního programu – V. liga

5. KATEGORIE: ročník 2014–15

Dle Závodního programu – IV. Liga

6. KATEGORIE: ročník 2010–13

Dle Závodního programu – III. liga