



ŠKOLA GYMNASTICKÝCH MISTRŮ

pořádá

gymnastické závody
O POHÁR STAROSTKY MĚSTA FRÝDLANT n. O.



Ve Frýdlantu n. O. dne 15. března 2026

Všeobecná ustanovení

Pořadatel: Škola gymnastických mistrů

Datum: **15.3.2026 - neděle**

Místo: Sportovní hala Čeladná, Čeladná 551, 739 12 Čeladná

Činovníci:

ředitel závodu:	Ing. Otakar Galas Ph.D.
Tajemník:	Ing. Lucie Hanzelková Gellertová
Vedoucí nástupu:	Petra Čiháková
Hl. Rozhodčí	Lucie Hanzelková Gellertová

Přihlášky: **uzávěrka přihlášek 5.3. 2026 přes GIS**
zahraniční účastníci přihlášky zasílejte na e – mail: gymnastika.sgm@gmail.com,
Hanzelková Gellertová - telefon: +420 776 285 697

Startovné: **300,- Kč za závodnici**

Podmínka účasti:

- včas zasláná přihláška
- rozhodčí za oddíl po celou dobu závodu
- zdravotní průkaz pojištěnce pro závodnici

Ubytování: bude zabezpečené na požádání (nejpozději do 5.3.2025)

Rozhodčí: minimálně 1 kvalifikovaná rozhodčí (**způsobilá i D,E**) na každých 1-8 závodnic po celou dobu závodu (penále za nedodržení +300 Kč za každou kategorii)

Závodní kancelář: bude otevřena od 7:45 hodin

Občerstvení: zajištěno v objektu budovy

Technická ustanovení

Trojboj: **lavička resp. kladina a prostná (gymnastický pás 12 m), přeskok**

Startují: jednotlivkyně podle vypsání kategorií (mimo závodnice, které v roce 2025 závodily v linii A na přebornických soutěžích, kvalifikačních závodech a mistrovství ČR)

Kategorie:

1. kategorie - domácí závodnice roč. 2018 a ml.
2. kategorie - bez omezení – *II. liga*
3. kategorie - roč. 2020-2018
4. kategorie - roč. 2015-2017 - *V. liga*
5. kategorie - roč. 2013-2016 - *VS4B*
6. kategorie - roč. 2014 a 2013 - *IV. Liga*
7. kategorie - roč. 2012 a st. - *VS5B, VS6B*
8. kategorie - roč. 2012 a starší - *III.liga*

Hodnocení: dle tohoto rozpisu, aktuálních pravidel FIG a ZP platného od 1.1.2026 (vč. doplňkové tabulky)

Neutrální srážka za krátkou sestavu

1. kategorie :

3 a více prvků	0,0 bodů
2 prvky	-1,0 body
1 prvky	-2,0 body
0 prvků	-4,0 bodů

3. kategorie :

4 a více prvků	0,0 bodů
3 prvky	-2,0 bodů
2 prvky	-4,0 body
1 prvky	-8,0 bodů
0 prvky	-10,0 bodů

2., 5. kat dle ZP - min.7 prvků

Akro řady na prostných

4. a 5. kat min. 2 akro řady (lze i AŘ bez salta) = přímé spojení min. 2 různých prvků, z nichž min. jeden musí obsahovat projití stojem na rukou, salto odrazem snožmo je považováno za AŘ; v různých řadách bez salta se nesmí prvky opakovat

8. kat. bez požadavku na akro řady

Technický rozpis:

KATEGORIE 1. – POUZE PRO DOMÁCÍ ZÁVODNICE - ROČ. 2018 A MLADŠÍ - 3 A VÍCE PRVKŮ

PŘESKOK – odrazem z můstku náskok do dřepu na 60 cm a přímý seskok na žíněnku 20 cm, D = 1,00 b.

LAVIČKA – **max. známka D = 2,0 b.**, SP musí být předveden na kladině, bez srážek za um. dojem

- SP: 1. gymnastický skok 0,5 b.
2. akrobatický prvek 0,5 b.
3. závěr – přímý skok (započítáno do počtu prvků) 0,0 b.

PROSTNÁ - **max. známka D = 2,0 b.**, bez srážek za um. dojem

- SP: 1. využití pásu 6 m 0,5 b.
2. obrat jednož min. 180° 0,5 b.
3. 2 různé gym skoky 0,5 b.
4. akro. prvek vpřed/vzad/strannou 0,5 b.

KATEGORIE: 2. ROČ. BEZ OMEZENÍ - 7 A VÍCE PRVKŮ

PŘESKOK, KLADINA, PROSTNÁ – požadavky dle II. ligy ZP

KATEGORIE: 3. ROČ. 2020–2018 - 4 A VÍCE PRVKŮ

PŘESKOK – odrazem z můstku kotoul letmo přes měkkou překážku 60 cm na žíněnku 20 cm dle ZP – VSO

LAVIČKA – bez srážek za umělecký dojem, SP musí být předvedeny na kladině

- SP: 1. gymnastický skok 0,5 b.
2. akrobatický prvek 0,5 b.
3. závěr – přímý skok (započítáno do počtu prvků) 0,3 b. (bez srážky za závěr)
– štika v rozsahu min. 135° (započítáno do počtu prvků) 0,5 b.
– rondat 0,5 b.

PROSTNÁ - **max. známka D = 2,0 b.**, bez srážek za um. dojem

- SP: 1. využití pásu 6 m 0,5 b.
2. obrat jednož min. 180° 0,5 b.
3. 2 různé gym skoky 0,5 b.
4. akro. prvek vpřed/vzad/strannou 0,5 b.

KATEGORIE: 4. ROČ. 2017–2015 (DLE POŽADAVKŮ V. LIGY)

PŘESKOK - tréninkový stůl měkký 100 cm – žíněnky nebudou do úrovně stolu

- povolené skoky -roznožka = 0,80 b.
 - roznožka se zášvihem=1,30 b.
 - skrčka=1,00 b.
 - skrčka se zášvihem=1,50 b.
 - přemet = 2,00 b.

KLADINA – výška 100 cm, bez srážek za umělecký dojem

- SP: 1. gymnastický prvek 0,5 b.
2. obrat jednož min. 180° jednož 0,5 b.
3. akrobatický prvek 0,5 b.
4. jiný akrobatický prvek 0,5 b.

PROSTNÁ – pás 12 m, HD možný, minimálně 2 řady (á 12 m), bez srážek za um. dojem

- SP: 1. pasáž nejméně 2 různých gymn. skoků odrazem z 1 nohy 0,5 b.
2. obrat jednož min 360° 0,5 b.
3. akrobatický prvek vpřed/stranou 0,5 b.
4. akrobatický prvek vzad 0,5 b. *(3. a 4. nemusí být předvedeno v akro řadě)

KATEGORIE: 5. ROČ. 2016–2013 (DLE POŽADAVKŮ VS4B)

PŘESKOK, KLADINA, PROSTNÁ – požadavky dle VS4B ZP

KATEGORIE: 6. ROČ. 2016–2013 (DLE POŽADAVKŮ IV. LIGY)

PŘESKOK - přeskokový stůl 110 cm

KLADINA – výška 110 cm, bez srážek za umělecký dojem

- SP: 1. spojení nejméně 2 různých gymnastických prvků, z nichž jeden musí být skok s rozsahem 180° (dle FIG) 0,5 b.
2. obrat ze sk.3 / kotoul dle FIG 0,5 b.
3. akrobatický prvek 0,5 b.
4. jiný akrobatický prvek 0,5 b.

**(Skladební požadavky musí být předvedeny na kladině, vyjma SP2 kotoul, lze použít všechny prvky uvedené v pravidlech FIG a doplňkové tabulce, tedy i prvky s výdrží, stoje na rukou a kotouly, s výjimkou kotoulu s přehmatem pod kladinu.)*

PROSTNÁ – pás 12 m pružný, hudeb. doprovod není povinný, min. 2 řady (á 12 m), bez srážek za um. dojem

- SP: 1. pasáž nejméně 2 různých gym. skoků odrazem z 1 nohy, z nichž jeden musí být skok s rozsahem 180° 0,5 b.
2. obrat ze sk. 2 Pravidel FIG 0,5 b.
3. akrobatický prvek vpřed/stranou 0,5 b.
4. akrobatický prvek vzad 0,5 b.

KATEGORIE: 7. ROČ. 2012 A ST. (DLE POŽADAVKŮ VS5B, VS6B)

PŘESKOK, KLADINA, PROSTNÁ – požadavky dle VS5B, VS6B ZP

KATEGORIE: 8. ROČ. 2012 A ST. (DLE POŽADAVKŮ III. LIGY)

PŘESKOK - přeskokový stůl 120 cm

KLADINA – výška 110 cm

- SP: 1. gymnastický prvek dle FIG 0,5 b.
2. gymnastický prvek FIG různý od 1 0,5 b.
3. akrobatický prvek FIG na kladině 0,5 b.
4. FIG prvek různý od 1-3 0,5 b.

*(SP 1-3 musí být předvedeny na kladině; akro požadavek FIG nelze plnit kotouly, stojí a výdržemi, SP 4 lze plnit FIG i náskokem a seskokem)

PROSTNÁ – pás 15 m pružný, hudební doprovod doporučený, bez požadavku na akro řady

- SP: 1. gymnastický prvek dle FIG 0,5 b.
2. akro prvek vpřed/stranou dle FIG 0,5 b.
3. akro prvek vzad dle FIG 0,5 b.
4. FIG prvek různý od 1,2 a 3 0,5 b.

Časový rozpis:

Sobota 23.3.2025	7:30	otevření tělocvičny
	7:30 – 8:30	volné rozcvičení
	8:00 - 8:30	prezentace
	8:30	porada trenérů a rozhodčích
	8:30 – 9:00	rozcvičení 1. sledu
	9:05	nástup 1. sledu
	9:10	zahájení závodu

Časový rozpis, včetně informací o vyhlášení a rozlosování závodnic, bude upřesněn po uzávěrce

Ceny:

závodnice na prvních třech místech obdrží medaili, diplom a věcnou cenu,
ostatní získávají účastnický list a drobný upomínkový předmět.
Při shodnosti bodů rozhoduje známka na kladině / lavičce, případně věk závodnice.