



POHÁR PRAŽSKÝCH VĚŽÍ

3. ročník

sportovní gymnastika

VŠEOBECNÁ USTANOVENÍ

1. Pořadatel:

Sportovní klub GymSport Praha, spolek

2. Datum a místo konání:

23. 5. 2026 v gymnastické hale **Sportovního klubu Hradčany, Praha**, Diskařská 294/1, 118 00 Praha . **Zahájení závodu v 9 h.**

3. Organizační zabezpečení

Organizační tým: trenéři, členové a rodiče SK GymSport Praha a SK Pohyb je život, kontaktní osoba Gabriela Machová, tel. 602 566 260

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 13. 5. 2026.

5. Losování:

Startovní pořadí bude vylosováno a zasláno spolu s časovým rozpisem na kontaktní email přihlášených TJ/SK.

6. Rozhodčí:

Kvalifikační požadavky na rozhodčí:

- platná kvalifikace rozhodčí SG žen získaná školením ČGF nebo ČASPV.

Při přihlášení:

o 1 závodnice - TJ/SK nominuje 1 rozhodčí nebo uhradí pokutu

o 2-4 závodnic - TJ/SK nominuje 1 rozhodčí nebo uhradí pokutu

o 5-8 závodnic - TJ SK nominuje 2 rozhodčí nebo uhradí pokutu

Pokuta za jednu závodnici bez rozhodčí - 500 Kč.

Pokuta za 2-4 závodnice bez rozhodčí - 2000 Kč.

Pokuta za 5-8 závodnic 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 8.30 h pro kategorie závodící dopoledne.

Pro kategorie závodící odpoledne je předpokládán čas porady 13:30 h. Složení panelů rozhodčích bude připraveno předem podle přihlášek a bude rozesláno 20.5.2026.

7. Závodnice:

Závod je otevřen všem gymnastkám bez ohledu na evidenci v organizacích. Maximální počet závodnic z jedné TJ/SK je 8 pro každou kategorii a úroveň. Závodnice nesmí startovat ve více kategoriích. V přihlášce je možné označit 3-4 závodnice, které vytvoří družstvo. Jedna TJ/SK může přihlásit 1 družstvo (např. při přihlášení 8 závodnic označí TJ/SK 4 závodnice jako členky družstva a 4 závodnice závodí jako jednotlivkyně.) Do výsledku družstva se počítají 3 nejlepší výsledky z každého náradí.

Závodu se nesmí účastnit registrované členky ČGF, které získaly výkonnostní stupně A či B nebo se zúčastnily MČR ve SG ve výkonnosti A nebo B v roce 2025.

8. Kategorie:

Všechny kategorie kromě 0 se otevírají v úrovních A a B

- Nejmladší dívky a chlapci 0 (MIMI) rok nar. 2019 a mladší
- Mladší žákyně I rok nar. 2017 - 2018
- Mladší žákyně II rok nar. 2015 - 2016
- Starší žákyně III rok nar. 2013 - 2014
- Starší žákyně IV rok nar. 2011 - 2012
- Dorostenky rok nar. 2009 - 2010
- Ženy rok nar. 2008 a starší

Platí zásada, že je povoleno ostaršení o 1 rok.

9. Přihlášky a hudební doprovod:

Přihlašování prostřednictvím GIS nebo přihlašovacího formuláře:

Úroveň A: <https://forms.gle/Wa6qanyLHcbWZ8vT7>

Úroveň B: <https://forms.gle/gDTbYzS4DzQepGQk6>

Uzávěrka přihlášek je při naplnění kapacity, nejpozději 8. 5. 2026. Hudební doprovod vložte do GIS nebo zašlete do 8. 5. 2026 emailem na adresu filip@gaa.cz. Soubor označte takto:

kategorie_příjmení_jméno_TJ/SK (příklad: kategoriell_Zdatná_Jana_Slavoj_Horní_Dolní). Délka nahrávky musí odpovídat délce cvičení. Vezměte s sebou zálohu nahrávky. Hudební doprovod při rozcvičení nebude k dispozici.

10. Závodní kancelář:

Bude otevřena od 8:00 h do ukončení prezence poslední závodící kategorie.

11. Stravování a ubytování:

Není zajištěno. Na vyžádání pořadatel poskytne informace o možném ubytování v okolí závodíště a může zajistit stravování během závodu. V místě konání je otevřen bufet.

12. Startovné a vstupné:

Startovné **450,- Kč** za závodnici. Hradí se na č. účtu **274893010/0300**, pod variabilním symbolem **260523 do 8. 5. 2026**. Startovné se vrací pouze při řádném odhlášení závodnic ze zdravotních důvodů potvrzených lékařem. Vstupné 100,- Kč pro návštěvníky se vybírá při vstupu do haly.

TECHNICKÁ USTANOVENÍ

1. Pravidla:

Sestavy jsou hodnoceny podle pravidel sportovní gymnastiky s využitím závodního programu ČASPV platného od 1.1.2026. Pravidla a závodní program jsou zveřejněny na webových stránkách ČASPV v části Dokumenty komise <https://www.caspv.cz/cz/metodicka-rada/komise-vseobecne-gymnastiky/dokumenty-komise/dokumenty-zenske-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, výška jednoho dílu 40 cm

Soutěž žen je rozdělena do dvou úrovní:

Úroveň A - výjimky a doplnění pravidel

Přeskok:

- v kategorii mladší žákyně I je možné předvést výskok do stoje na rukou a odrazem z rukou pád do lehu. Hodnota obtížnosti je 3,5 bodu.

Prostná:

- hodnota obtížnosti akrobatické řady se počítá maximálně ze 3 akrobatických prvků s nejvyšší hodnotou předvedených poprvé. V případě předvedení 2 akrobatických řad musí mít jedna řada směr vzad a jedna směr vpřed, aby bylo možné předvedené prvky započítat do hodnoty obtížnosti. Za akrobatickou řadu vzad je považováno i spojení prvků přemet stranou-rondat ve všech kategoriích.
- ve vazbě skoků jsou povoleny i navázané skoky odrazem snožmo.
- hudební doprovod v kategorii mladší žákyně I není vyžadován a srážky související s hudebním doprovodem nebudou uplatňovány, a to ani v případě, že závodnice hudbu použije.

Úroveň B - výjimky a doplnění pravidel

- hodnota předvedených prvků na všech nářadích v součtu nesmí přesáhnout 7 bodů pro mladší žákyně I a II a 8 bodů pro kategorie starší žákyně III a vyšší.

Bude-li součet vyšší než uvedené hodnoty, bude závodnice přeřazena do úrovně A. Tolerance je 0,5 bodu. Převýší-li hodnota předvedených prvků povolenou mez o max. 0,5 bodu, bude hodnota nad 7 nebo 8 bodů odečtena od celkové známky.

Přeskok:

- v kategorii mladší žákyně I je možné předvést výskok do stoje na rukou a odrazem z rukou pád do lehu na zádech. Hodnota obtížnosti je 3,5 bodu.

Prostná:

- na prostných se započítají hodnoty prvků pouze z první předvedené akrobatické řady.
- ve vazbě skoků jsou povoleny i navázané skoky odrazem snožmo.
- hudební doprovod v kategorii mladší žákyně I není vyžadován a srážky související s hudebním doprovodem nebudou uplatňovány, a to ani v případě, že závodnice hudbu použije.

Krátká sestava (tj. předvedení menšího počtu prvků než vyžaduje závodní program) není penalizována na žádném nářadí v úrovni A i B. Délka sestavy (čas) na prostných se měří.

2. Závodní oblečení:

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

3. Přístup na závodníště:

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

4. Trenér:

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

5. Rozcvičení

Rozcvičení pro každou kategorii proběhne v čase maximálně 1 hodinu před zahájením závodu dané kategorie. Pro kategorii 0 (MIMI) a mladší žákyně I nebude možné rozcvičení při střídání v závodě. U ostatních kategorií **bude rozcvičení o délce 30 sekund pro každou závodnici.**

6. Tituly a ceny:

Závodnice na prvních třech místech v každé kategorii získají diplomy a medaile. Závodnice, které obsadí 1.-3. místo na nářadí v dané kategorii obdrží medaile. Budou-li v kategorii v dané úrovni soutěžit alespoň 4 družstva, tři vítězná družstva získají medaile a diplom. Všichni závodníci v 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 2026

Gabriela Machová
předsedkyně SK GymSport Praha

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/metodicka-rada/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

Nářadí:

- 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.