

TJ VOKD OSTRAVA-PORUBA
POŘÁDÁ

PORUBSKÝ POHAREK



Všeobecná ustanovení:

- Datum konání: **13.3.2026**
- Místo konání: City Campus OU
Moravská Ostrava 3397, 702 00
- Vedoucí činovníci: **Ředitel závodu:** Tereza Bučková
Hlavní rozhodčí: Kateřina Orliczková
Jednatel: Andrea Krejčová
- Přihlášky: Prostřednictvím **GIS**, uzavření přihlášek **6.3.2026**,
nebo do vyčerpání kapacity závodu, tedy **50 závodnic!**

Kontaktní telefon: 737 682 638 (Krejčová)
737 249 874 (Bučková)
- Losování: bude provedeno po uzavěrci přihlášek

- Startovné: **200 Kč/závodnice**
- Podmínky účasti: včas zasláná přihláška, zdravotní prohlídka dle aktuální směrnice ČGF
Zajištění minimálně 1 rozhodčí na 5 závodnic - bez rozhodčích nelze závod uskutečnit.

Technická ustanovení:

- Předpis: závodí se dle platných pravidel FIG sportovní gymnastiky PLATNÉ od 1. ledna 2022, Závodního programu ženských složek ČGF (verze 22): 2018 aktualizace 2026 - platnost od 1.1. 2026 a ustanovením tohoto rozpisu ve **dvojboji kladina + prostná**
- Časový program: pátek 13.3.2026
15:00 - otevření tělocvičny
15:15 - zahájení rozcvičení
Časový plán bude upřesněn po uzavření přihlášek.

Kategorie a obtížnost:

- I. MIMI (roč. 2021 a ml) - volné sestavy mimo ZP
- II. VS0 MINI (roč. 2020) - povinné sestavy dle ZP
- III. VS0 A (roč. 2019 - 2018) - povinné sestavy dle ZP (nesmí startovat závodnice se splněným VS0)
- IV. Žákyně (2018 - 2017) - volné sestavy, hodnocení dle V. ligy

I. MIMI roč. 2021 a mladší

- volné sestavy mimo ZP
- nebudou uplatňovány srážky za umělecký projev

Lavička: volná sestava s povinnými požadavky:

1. gymnastický skok
2. akrobatický prvek
3. tři kroky ve výponu
4. závěr sestavy – přímý skok (bude započten do počtu prvků v sestavě)

Max E: 4 prvky a více	10 bodů
3 prvky	-2 body
2 prvky	- 4 body
1 prvek	- 6 bodů

Prostná volná sestava s povinnými požadavky:

1. gymnastický skok
2. akrobatický prvek
3. přímý skok (bude započten do počtu prvků)
4. výdrž v Čápovi (koleno pokrčené dol.končetiny je min. v úrovni kyčle - není prvek)

Max E: 4 prvky a více	10 bodů
3 prvky	-2 body
2 prvky	- 4 body
1 prvek	- 6 bodů

Platí Doplněková tabulka prvků na straně 41 Závodního programu.

II. VSO MINI - ročník 2020

- obtížnost a hodnocení: dle ZP str. 17 - 18, pro VSO MINI

III. VSO A - ročník 2019 - 2018

- obtížnost a hodnocení: dle ZP str. 20 - 21, pro VSOA
- nesmí startovat závodnice se splněným VSO

IV. Žákyně - ročník 2018 - 2017

- obtížnost a hodnocení: dle ZP str. 39, pro V. ligu

Platí Doplněková tabulka prvků na straně 41 Závodního programu.

Těšíme se na Vaši účast!