

XX. ROČNÍK ZÁVODU O POHÁR MĚSTA ČESKÝCH BUDĚJOVIC VE SPORTOVNÍ GYMNASTICE ŽEN

Dobrý den, vítáme Vás v GymCentru České Budějovice.

Prosíme, dodržujte pořádek a před vstupem do tělocvičny se zujte nebo přezujte!

Pro vstup na balkon použijte zadní vstup! Děkujeme.

Ráno se rozvíčuje pouze VS mini, VS0A, VS1A, VS2A. Od 7,30 je na závodní kladině stopována 1,5 minuty rozvíčení na závodnici (teoreticky 42 závodnic) každá jen jednou! 3 tréninkové kladiny jsou v předsálí a 3 další malé budou položeny vedle na zemi a na rozběhu po celý závod. Při závodě je prosím uvolňujte následujícímu sledu! Dopolední závod jde celý bez rozvíčení před nářadím. Před sledem se rozvíčí v předsálí.

V poledne se rozvíčuje VS3A, VS4A, VS4B, VS6B (teoreticky 25 závodnic). Opět se stopuje 1,5 minuta rozvíčení na závodnici na závodní kladině. Každá jednou. Tyto kategorie budou mít všechny ještě 30 sec na závodnici rozvíčení před nářadím.

- | | |
|---------------|--|
| 07,00 | - otevření tělocvičny |
| 07,30 – 08,30 | - prezence závodnic dopoledního závodu (případně i odpoledního) |
| 07,00 – 08,50 | - volné rozvíčení dopoledních kategorií (kladina 1,5 min. od 7,30 do 8,45) |
| 08,30 – 08,50 | - porada rozhodčích a trenérů |
| 08,50 – 09,00 | - nástup a zahájení dopoledního závodu |
| 09,00 – 09,20 | - závod VS mini (1. sled) 4+3 |
| 09,20 – 09,50 | - závod VS0A (2. sled) 5+5 |
| 09,50 – 10,30 | - závod VS1A (3. sled) 6+7 |
| 10,30 – 11,10 | - závod VS2A (4. sled) 6+6 |
| 11,10 – 11,40 | - vyhlášení výsledků dopoledního závodu a odchod mladších závodnic |
| 11,10 – 11,40 | - prezence odpoledních kategorií |
| 11,40 – 12,20 | - volné rozvíčení odpoledních kategorií (kladina 1,5 min.) |
| 12,20 – 13,00 | - závod VS4A (5. sled) 4+4 |
| 13,00 – 13,40 | - závod VS3A+VS6B (6. sled) 4+3 |
| 13,40 – 14,20 | - závod VS4B (7. sled) 5+5 |
| 14,20 – 14,50 | - vyhlášení výsledků odpoledního závodu |

Hudby aktuální v GISu označené jménem závodnice, oddílem a kategorií pro hladký průběh závodu!

V Českých Budějovicích je bohužel v sobotu půlmatraton. Počítejte s dopravními omezeními, od tělocvičny neodjedete v době mezi 17,30 a 20,00.