



pořádá

## Frýdlantské sportovní hry 2026

22. ročník



6. června 2026

## Všeobecná ustanovení

Pořadatel: Škola gymnastických mistrů

Datum: **6.6.2026 - sobota**

Místo: Kulturní dům Frýdlant n.O, Hlavní 1755, 739 11 Frýdlant n. Ostravicí  
**Při příznivém počasí bude závod probíhat před Kulturním domem (v případě nepřízně bude závod probíhat v kulturním domě)**

Činovníci:

ředitel závodu:	Ing. Otakar Galas Ph.D.
tajemník:	Ing. Lucie Hanzelková Gellertová
ved. počtářské komise	Tomáš Galas
technické zabezpečení:	Jiří Galas
vedoucí nástupu:	Petra Čiháková

Přihlášky: **uzávěrka přihlášek 31. května 2026,**  
Zasílejte přes GIS pro neregistrované oddíly přes @: [gymnastika.sgm@gmail.com](mailto:gymnastika.sgm@gmail.com),  
Ing. Hanzelková Gellertová - telefon: 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 28.5.2023)

Rozhodčí: minimálně 1 kvalifikovanou rozhodčí na 5 závodnic po celou dobu závodu  
(v případě neúčasti rozhodčí pokuta 1500,- Kč)  
**Přihlášky přijímáme do počtu 100 účastnic závodu**

Závodní kancelář: bude otevřena od 7:30 hodin

Občerstvení: zajištěno v objektu budovy / areálu závodního štábu

## Technická ustanovení

**Dvojboj**

- 1. kat.** – lavička, přeskok
- 2. kat.** - lavička, přeskok,
- 3. – 6. kat.** - kladina – 120 cm, přeskok

Startují: jednotlivkyně podle vypsání kategorií

Hodnocení: dle tohoto rozpisu, aktuálních pravidel FIG a ZP (včetně doplňkové tabulky pro všechny kategorie), nebude uplatňována srážka za skladbu sestavy a umělecký dojem

**Hodnota obtížnosti prvků - známka D:**

- prvky z doplňkové tab. prvků a ... 0,1 b.
- prvky FIG A ... 0,1 b.  
B ... 0,2 b.  
C ... 0,3 b.

## Neutrální srážka za krátkou sestavu

### 1., 2. kategorie :

4 a více prvků .....	0,0 bodů
3 prvky	4,0 body
2 prvky	5,0 body
1 prvek	8,0 bodů

### 3. – 6. kategorie :

6 a více prvků .....	0,0 bodů
5 - 4 prvky	2,0 body
3 prvky	4,0 body
2 prvky	6,0 bodů
1 prvek	9,0 bodů

### Technický rozpis:

#### Kategorie:

- 1. kat.** – lavička, přeskok,
- 2. kat.** – lavička, přeskok,
- 3. kat.** – kladina, přeskok
- 4. kat.** – VS4C (přeskok, kladina)
- 5. kat.** – VS5C (přeskok, kladina)
- 6. kat.** – VS6C (přeskok, kladina)

- Kategorie 1,3 – kategorie pro závodnice, které nemají splněný VS1
- Kategorie 3-5 – kategorie pro závodnice, které v posledních roce nenastoupili v kategoriích A liniích ani na oblastním přeboru či přeboru města

### Časový rozpis:

Sobota 7.6.2025	7:30	otevření tělocvičny
	7:30 – 8:45	volné rozcvičení
	8:00 - 8:30	<b>prezentace</b>
	8:45	porada trenérů a rozhodčích
	9:00 – 9:20	rozcvičení 1. sledu
	9:25	nástup 1. sledu
	<b>9:30</b>	<b>zahájení závodu</b>

## Kategorie: 1. roč. 2020 a ml.

### LAVIČKA :

SP:	1. gym. skok	0,5 b.
	2. kotoul	0,5 b.
	3. obrat jednož min.180° jednož / skokem	0,5 b.
	4. závěr: výskok (nezapočítá se do počtu prvků)	0,5 b.

Max. známka **D = 2,0 b.**, E vždy z 10 b.

### PŘESKOK:

SP: z rozběhu odrazem snožmo z přeskokového můstku kotoul letmo přes měkkou překážku 30 cm na žíněnku 20 cm

Max. známka **D = 2,0 b.**, E vždy z 10 b.

Nezapočítává se obtížnost předvedených prvků

**Kategorie: 2.****roč. 2019-2018****LAVIČKA :**

SP:	1. gym.skok	0,5 b.
	2. kotoul	0,5 b.
	3. obrat jednož min.180° jednož / skokem	0,5 b.
	4. závěr: výskok (nezapočítá se do počtu prvků)	0,0 b.
	štika	0,3 b.
	rondát s LF	0,5 b.

**PŘESKOK:**

SP: z rozběhu odrazem snožmo z přeskokového můstku kotoul letmo přes měkkou překážku 30 cm na žíněnku 20 cm

V případě provedení kotoulu letmo max. známka **D = 2,0 b.**, E vždy z 10 b.

**Kategorie : 3.****roč. 2017-2016****KLADINA :**

výška 120 cm

SP:	1. gym.skok v bočním roznožení 180°	0,5 b.
	2. vazba 2 skoků (nemusí být proveden dle FIG)	0,5 b.
	3. obrat jednož min.180°	0,5 b.
	4. akr. prvek	0,5 b.
	5. závěr: výskok, štika (nezapočítá se do počtu prvků)	0,3 b.
	rondát s LF, salto	0,5 b.

**PŘESKOK:**

SP: z rozběhu odrazem snožmo z přeskokového můstku salto vpřed skrčmo

**nebo**

SP: z rozběhu odrazem snožmo z přeskokového můstku kotoul letmo

V případě provedení salta skrčmo max. známka **D = 4,0 b.**, E vždy z 10 b.

V případě provedení kotoulu max. známka **D = 2,0 b.**, E vždy z 10 b.

**Kategorie : 4., 5., 6.****VS4C, VS5C, VS6C**

**PŘESKOK, KLADINA** – požadavky dle ZP

**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.

*Srdečně zvou pořadatelé ☺*