

LIBERECKÁ KRAJSKÁ SOUTĚŽNÍ KOMISE ČGF
LIBERECKÁ U Slunečních lázní 1073, 460 14 Liberec 14, tel.: 604 201 436
ÚSTECKÁ Kpt. Nálepky 11, 400 01 Ústí n/L tel.: 472744806, 607613029
vypisují

krajský přebor ve sportovní gymnastice jednotlivců v povinných sestavách a volných sestavách s povinnými prvky pro rok 2014

LIBEREC - 15.11.2014

ROZPIS

Pořadatel: Liberecká KSK
Datum: **sobota 15. 11. 2014**
Místo: **SPORT PARK LIBEREC - gymnastická hala (Tipsport Aréna)**
Jeronýmova 570/22, Liberec 7
(nad Bowlingem Gym hala)

Vedoucí činovníci:	ředitel závodu	Lumír Kučera
	jednatel závodu	Dalibor Pietschmann
	hlavní rozhodčí	Stanislav Petráček
	zást. KSK Liberec	Pavλίna Vrchovecká
	zást. KSK Ústí n/L	Stanislav Petráček
	organizační zajištění	zajistí pořadatel
	zdravotní zajištění	zajistí pořadatel

A: Všeobecná ustanovení

1. Přihlášky: zašlou účastníci **do 10. 11. 2014**

na adresu: info@gymlib.cz

Přihláška musí obsahovat: úplná jména a roky narození závodníků, kategorii, ve které budou závodit, jména trenérů

2. Losování: bude provedeno v kanceláři pořádatelského oddílu 14.11.2014

3. Ubytování: nebude zajišťováno

4. Cestovní náhrady: závodníci a trenéři se zúčastní na náklady vysílající složky, rozhodčím a nominovaným činovníkům hradí cestovné, stravné a ošatné (dle směrnic ČGF) KSK Liberec. Při použití vlastního dopravního prostředku obdrží náhradu ve výši 1 Kč/km jen vlastník vozidla.

5. Závodní kancelář: bude otevřena dle časového rozpisu

B: Technická ustanovení

1. Závodí se dle Závodního programu mužských složek pro období 2010 – 2014,

1. vydání – platné od 1. 1. 2011 a úpravy ze 31.3.2014, pravidel FIG.

2. Startují: řádně přihlášení závodníci v kategoriích VS1-VS4 dle Závodního programu mužů pro období 2011-2014 (str. 14-20),

3. Podmínka účasti:- v termínu zasláná přihláška

- předložení registračních průkazů závodníků s platnou lékařskou prohlídkou

- potvrzení o registraci oddílu a závodníků u ČGF (pokud jsou registrováni)

4. Startovné: za každého závodníka startovné **100 Kč.**

Neregistrovaní závodníci - **startují mimo závod**, není možnost startu na MČR.

5. Úbor: pro závodníky závodní úbor, v závodě družstev jednotný úbor, trenéři sportovní úbor, **rozhodčí dle pravidel.**

6. Odvolací komise: bude sestavena z ředitele závodu, hlavního rozhodčího, vrchního rozhodčího na nářadí, zástupců komisí.

7. Časový pořad: **8.00** Otevřená závodní kancelář, prezence, rozcvičení, bufet
 8.45 Porada trenérů a rozhodčích pro **I. sled**
 9.00 Závod **I. sled – EXTRA, ADEPT, GymTV**
 10.40 Vyhlášení výsledků **I. sled**

KRAJSKÝ PŘEBOR – II.sled:

10.30 Porada trenérů a rozhodčích pro **II. sled**
 11.00 Zahájení závodu **KRAJSKÝ PŘEBOR VS1 – VS4**
 13.45 Vyhlášení výsledků **II.sled**

8. Ceny první 3 závodníci z každé kategorie obdrží medaile a diplomy

9. Nominace rozhodčích:

Panel D: prostná/přeskok Kučera L., Roll E.
 kůň na šíř/bradla Weinhold P., Petráček D.
 kruhy/hrazda Salát J., Pietschmann D.

Panel E: prostná/přeskok Šrámek A., Liška L. Drbohlav T., Kubíček M.
 kůň na šíř/bradla Zoubek P., Knor V., Kučera J., Jakša M., Jonáš J.
 kruhy/hrazda Putík M., Zaplatílek D., Janda Z., Kubíček J., Nový M.

C: Závěrečná ustanovení

Pořadatel si vyhrazuje právo provést případné časové změny dle počtu přihlášených závodníků.

Stanislav Petráček
zást. Ústecké KSK ČGF

Lumír Kučera
ředitel závodu

Pavína Vrchovecká
zást. Liberecké KSK ČGF

GYMNASTIKA LIBEREC

E-mail: info@gymlib.cz, tel.: 723 886 322 (Monika Služevská)

- vypisuje

závod ve sportovní gymnastice jednotlivců kategorie: EXTRA, ADEPT a GymTV – dívky

Datum: sobota 15. 11. 2014 – od 9.00 do 10.30 hodin, ZK od 8.00, porada 8.45

Místo: SPORT PARK LIBEREC - gymnastická hala (Tipsport Aréna)

Vedoucí činovníci: ředitel závodu Lumír Kučera
jednatel závodu Dalibor Pietschmann
hlavní rozhodčí Stanislav Petráček

A: Všeobecná ustanovení

1. **Přihlášky:** zašlou účastníci **do 10. 11. 2014** na adresu: info@gymlib.cz

2. **Startovné:** za každého závodníka startovné **100 Kč**.

3. Disciplíny a obtížnost:

EXTRA, GymTV závodí ve 4 boji - hodnocení z 10 bodů

- PROSTNÁ 5 prvků
- KRUHY 3 prvky
- PŘESKOK libovolný skok, počítá se lepší ze 2 pokusů
- BRADLA (GymTV TRAMPOLÍNA) 3 prvky

ADEPT - závodí v 5 boji (věk bez omezení, kategorie po ročnících), hodnocení z 10,0 bodů podle pravidel, hodnoty 1,0b. přísluší tučně zobrazeným cvikům, dopomoc za 0,5 bodu.

- PROSTNÁ - základní postavení - stoj spojný, připazit:

1. předpažením vzpažit, přednožit - **stoj na rukou (1,0b.)**, kotoul do dřepu, výskok s obratem, vzpažit – pádem vzad **kotoul vzad schylmo o pažích napjatých do vzporu stojmo (1,0b.)**
2. vzpřím, vzpažit, výkrokem vpřed - **váha předklonmo upažit povýš (výdrž 2s.) (1,0b.)**
3. vzpřím, přinožit, vzpažit - předklonem a pádem vpřed schylmo kotoul vpřed schylmo do sedu roznožného, vzpažit – **prohnutě předklon do placky (výdrž 2s.) (1,0b.)**
4. posunem nohou vzad snožit, leh na břicho; klikem ležmo – vzpor ležmo a zvolna tahem o pažích napjatých vzpor stojmo - vzpřím vzpažit
5. **rozběh kotoul letmo (1,0b.)** do podřepu, výskok s obratem do podřepu - stoj spojný, připazit

D = 5,0 bodů

- KRUHY - výška 180 cm

1. **ze svisu náhmatem shyb (výdrž 2s.) (1,0b.)**
2. **přednos ve shybu (výdrž 2s.) (1,0b.)**
3. zvolna svis vznesmo, **svis střemhlav (výdrž 2s.) (1,0b.)**
4. svis vznesmo – naznačit! (bez výdrže!), kmihem podmetmo
5. **zákmih, předkmih (1,0b.)**,
6. **zákmihem seskok do stoje na zemi (1,0b.)**

D = 5,0 bodů

- PŘESKOK - kotoul letmo nebo skok přímý přes kozu našť výška 100cm
- BRADLA - výška 120 cm

1. ze stoje v bradlech náskok do vzporu přednožením do výsedu
2. snožením sesed dovnitř ve vzporu a **přednos (výdrž 2s.) (1,0b.)**
3. **výsedem roznožmo a odrazem sesed dovnitř, zákmih (1,0b.)**
4. **předkmih, zákmih (1,0b.)**
5. **předkmih, zákmihem zánožka do stoje na zemi (1,0b.)**

D = 4 body

- HRAZDA - výška po čelo možnost vyšší podložky nebo nižší hrazdy
- výmyk do vzporu (1,0b.), toč vzad (1,0b.), podmet (1,0b.) D = 3,0 body**