

**PTU - PGS - 140 21 Praha 4 , Hanusova 347/16 a Magistrát hl. m. Prahy**

**R O Z P I S**  
**„PŘEBOR družstev hl. m. PRAHY**  
**ve sportovní gymnastice ženských složek pro rok 2014“**  
**mladší žákyně, starší žákyně, I., II. a III. liga, extraliga**

**A - VŠEOBECNÁ USTANOVENÍ**

1. Pořadatel : **TJ Bohemians Praha** oddíl SG a SA, z pověření PGS
2. Místo : tělocvična - Slovenská 2, Praha 10 (pozor parkovací zóna na karty Prahy 2)
3. Datum : **22.11.2014 /sobota/**
4. Činovníci : ředitelka závodu Lenka OPOČENSKÁ  
jednatelka, prezentace Marie KALAŠOVÁ  
hospodář Iva SLABÁ  
počítařská komise Michal ŠOTOLA  
lékař MUDr. Krůta
5. Přihlášky : **do 17.11.2014 na E-mail: lenka.sotolova@volny.cz**  
**KAŽDOU KATEGORII ZVLÁŠTĚ** : příjmení, jméno, rok nar., trenér
6. **Losování : 18.11.2014 v 18:30 v tělocvičně Slovenská 2**
7. Závodní kancelář : otevřena v místě konání závodu 22.11.2014 od 8.15 hod.
8. Podmínka účasti : včas zasláná přihláška, registrační seznam oddílu,  
**STARTOVNÉ: 200,- Kč, platná lékařská prohlídka v průkazce s podobenkou, zdravotní kartičku pojištěnce s sebou.**

**B - TECHNICKÁ USTANOVENÍ**

9. Předpis : závodí se dle pravidel FIG SG platných od 1.1.2013 vč. všech doplňků,  
Závodního programu ženských složek vydání 31.3.2014 (ZP), Závodního programu PGS pro ml. a st. žákyně a III. ligu a tohoto rozpisu .
10. Startují : závodnice nar. 2007 a starší  
**mladší žákyně (05-07), starší žákyně (02 a mladší), III. liga (min 2 závodnice 2001 a starší), II. liga, I. liga a extraliga – viz ZP: DRUŽSTVA 3 + 1 (ze 6ti závodnic)**
11. **Časový pořad : SOBOTA - 22.11.2014** – bude upřesněn po losování

	Mladší žákyně	starší žákyně a III. liga	I., II. liga, extraliga
	I. sled	II. sled	III. sled
prezentace	8.15 - 8.30	do 10.45	do 13.30
rozcvičení org.	8.40 - 9.30	cca 11.30 - 12.20	cca 13.50 - 14.30
porada	8.35 (tr) /9.00 (roz)	cca 11.15	cca 13.40
zahájení závodu	9.35	cca 12.30	cca 14.40

12. Nominace rozhodčích : hl. rozhodčí Zuzana HOŘKÁ

Přeskok	Bradla	Kladina	Prostná	
Pospíšilová E	Hořká A.	Kailová P.	Řehořová R.	
Myšáková H.	Vychodilová D.	Nekvasilová M.	Kopecká Z.	
Kuhnová Š. Slovan	Borovanská Z.	Žižkov	Stejskalová P. Kampa	Vojáčková Z. Vršovice
Prát M. Žižkov	Stupková M.	Vršovice	Augustová M. SHP	Pavlicová M. Bohemians
Augustová V. SHP	Holasová J.	Bohemians	Pracnová L. Dejvice	Niederlová M. VŠSK MFF
Králová H. Gympra	Pazderová L.	Kampa	Opočenská K. Hradčany	Spitzerová Š. SHP

Náhradnice : Březinová S. Sparta, Hukařová VI. Bohem., Sakhová D. Kam., Kudličková A. ind., Kopecká Z. ml.

Tento rozpis je současně pozvánkou pro nominované rozhodčí. Omluvy na tel. 732 846 682  
L. Pazderová nebo email [lenka.sotolova@volny.cz](mailto:lenka.sotolova@volny.cz). Další dotazy L. Šotolová , mobil 722 763 543.

ing. Lenka ŠOTOLOVÁ  
předsedkyně TMK žen PGS  
V Praze dne 26.10.2014

ing. Jan ŘÁDEK  
předseda PGS

# Pražský závodní program pro závod družstev 2014

družstva složená až z 6ti závodnic, startují 3+1 – do výsledku se započítávají vždy min. 2 závodnice mateřské jednoty.  
ml.žákyně (05-07), st.žákyně (02 a mladší), III.liga (min. 2 závodnice 2001 a starší) – každá závodnice může startovat pouze v jedné kategorii.

## mladší žákyně - volný čtyřboj se skladebními požadavky

### **PŘESKOK**

tréninkový stůl měkký 100 cm ( bedna našíř 100 cm) (ročník 2006 má možnost měkké bedny 90 cm) – uvést do přihlášky) + žíněnky v úrovni stolu (bedny)

1/ z rozběhu naskok do stoje na rukou a odrazem z rukou pád do lehu na zádech

Povoleny 2 skoky. Do výsledku se započítává lepší známka z obou přeskoků.  
Hodnota D = **3,50** bodů.

### **BRADLA**

volná sestava se skladebními požadavky

#### **Skladební požadavky:**

1. vzepření vzklopno 0,50 b. nebo výmyk tahem 0,30 b.
2. točový prvek vpřed nebo vzad
3. přechod z nižší na vyšší žerď (nemusí být prvkem = bez srážky)
4. zákmih min. do vodorovna ramena – boky – špičky
5. závěr sestavy
  - závěr prvkem z dopl. tabulek (ne saltový) nebo závěr z povinné sestavy st. žákyně  
obdrží 0,30 b.
  - závěr saltem nebo obtížnosti dle FIG 0,50 b.

### **KLADINA (120cm)**

volná sestava se skladebními požadavky

#### **Skladební požadavky:**

1. gymnastický skok
2. obrat jednož min. 180° (= obtížnost A)
3. akrobatický prvek \*)
4. akrobatický prvek \*)
5. závěr sestavy
  - závěr prvkem A (ne saltový) obdrží 0,30 b.
  - závěr saltem nebo prvkem obtížnost min. B 0,50 b.

\*) Poznámka: povinné prvky č. 3 a 4 musí být různé a provedené na kladině.

### **PROSTNÁ**

- bez hudby (neuplatňují se srážky za um. projev)

volná sestava se skladebními požadavky

#### **Skladební požadavky:**

1. pasáž nejméně 2 různých gymnastických skoků odrazem z jedné nohy
2. obrat jednož min. 360°
3. akrobatický prvek vpřed/stranou
4. akrobatický prvek vzad
5. závěr sestavy
  - akrobatická řada bez salta obdrží 0,30 b.
  - saltem (musí být jako poslední akro prvek) 0,50 b.

Poznámka: **Závodnice dostane neutrální srážku za krátkou sestavu:**

0 bodů, pokud předvede 3 a více prvků na bradlech, 5 a více prvků na kladině a prostných  
3 body, pokud předvede 2 prvky na bradlech, 4 prvky na kladině a prostných  
5 bodů, pokud předvede 1 prvek na bradlech, 3 prvky na kladině a prostných  
8 bodů, pokud předvede 1 – 2 prvky na kladině a prostných  
10 bodů, nepředvede-li žádný prvek

## starší zákyňe - volný čtyřboj se skladebními požadavky

### **PŘESKOK**

přeskokový stůl 110 -125 cm (uvést do přihlášky)

#### **1/ volný přeskok**

Povoleny 2 přeskoky stejné nebo různé. Do výsledku se započítává lepší známka z obou přeskoků.

### **BRADLA**

**volná sestava se skladebními požadavky**

#### **Skladební požadavky:**

1. vzeprění vzklopno
2. točový prvek vpřed nebo vzad
3. přechod z nižší na vyšší žerď (nemusí být prvkem = bez srážky)
4. stoj na rukou
5. závěr sestavy
  - závěr prvkem z dopl. tabulek (ne saltový) obdrží 0,00 b.
  - závěr saltem nebo prvkem dle FIG 0,30 b.
  - závěr obtížnosti min. B 0,50 b.

Poznámka: **Na bradlech dostane závodnice neutrální srážku:**

0 bodů, pokud předvede 5 a více prvků	2 body, pokud předvede 4 prvky
4 body, pokud předvede 3 prvky	6 bodů, pokud předvede 2 prvky
8 bodů, pokud předvede 1 prvek	10 bodů, nepředvede-li žádný prvek

### **KLADINA**

**volná sestava se skladebními požadavky**

#### **Skladební požadavky:**

1. spojení nejméně 2 různých gymnastických prvků, z nichž jeden musí být skok s rozsahem 180° v bočním i čelném roznožení nebo s přednožením roznožmo
2. obrat ze sk. 3 Pravidel FIG
3. akrobatický prvek \*)
4. akrobatický prvek \*)
5. závěr sestavy
  - závěr prvkem A (ne saltový) obdrží 0,00 b.
  - závěr saltem 0,30 b.
  - závěr obtížnosti min. B 0,50 b.

\*) Poznámka: povinný prvek č. 3 a 4 lze plnit také prvky uvedenými v „Doplňkové tabulce prvků“ s výjimkou kotoulů s přehmaty pod kladinu. Prvky musí být různé a provedené na kladině.

### **PROSTNÁ**

**- hudba není povinná (neuplatňují se srážky za um. projev)**

**volná sestava se skladebními požadavky, v případě sestavy s hudbou lze za um. projev udělit bonifikaci až 0,5b (panel D)**

#### **Skladební požadavky:**

1. pasáž nejméně 2 různých gymnastických prvků, z nichž jeden musí být skok s rozsahem 180° v bočním i čelném roznožení nebo s přednožením roznožmo
2. obrat ze sk. 2 Pravidel FIG
3. akrobatický prvek vpřed/stranou
4. akrobatický prvek vzad
5. závěr sestavy
  - akrobatická řada bez salt obdrží 0,00 b.
  - akrobatická řada se saltem 0,30 b.
  - závěr obtížnosti min. B (saltové) 0,50 b.

**Pro obě kategorie platí doplňková tabulka prvků ze závodního programu +**

**Doplnění tabulky prvků nad rámec pravidel a ZP:**

bradla: prvek A - předkmihem salto vzad skrčmo, schylmo, prohnutě po kmihu podmetmo a zákmihu (neuplatňuje se srážka za prázdný kmih), kladina: prvky A – náskok do vzporu dřepmo, váha předklonmo rozsah 135° nebo únožmo s výdrž 2s.

Akrobatická řada bez salta – přímé spojení min. 2 různých prvků, z nichž min. jeden musí obsahovat projití stojem na rukou.

## III.liga – obtížnost juniorky a ženy C dle ZP ženských složek, přeskok 125cm