

ČESKÁ GYMNASTICKÁ FEDERACE
160 17 Praha 6, Zátokova 100/2, tel./fax 242 429 260,
e-mail: cgf@cstv.cz



Doplněk k mezinárodním pravidlům TG
pro MČR a soutěže ČP
kategorie Junior I – III

platný od 1. 1. 2015

revidovaná verze ze dne 28.8.2015

Úvod

Tento dokument obsahuje pouze odchylky od Pravidel UEG TeamGym Senior a Junior IV, které jsou určeny pro Mistrovství České republiky a soutěže zařazené do Českého poháru TG v kategorii Junior I - III.

Články, které zde nejsou rozepsány, jsou totožné s Pravidly UEG TeamGym Senior a Junior IV. Číslování článků je shodné.

Část I – Závodní program

1. Účel a cíl pravidel

2. Organizační výbor

3. Soutěžní komise

4. Rozhodování

5. Rozdělení bodů

6. Určení známky

7. Disciplíny

8. Oblečení

9. Dopomoc a záchrana

- Záchrana při cvičení na akrobacii a trampolíně je povinná při všech prvcích během celého cvičení.
- Pro větší bezpečnost je na trampolíně při sérii přes přeskokové nářadí povoleno, aby jeden z trenérů stál mezi trampolínou a nářadím.

10. Opakování cvičení

Část II Obecná ustanovení

11. Hodnocení závodního programu

11.1. Obecně

- Družstvo tvoří 6 – 12 gymnastů včetně náhradníků.
- Věkové kategorie:
Junior I – do 11 let
Junior II – do 16 let
Junior III – nad 16 let
O zařazení družstva do věkové kategorie rozhoduje věk nejstaršího gymnasty.
Ostaršení gymnasty je možné o jeden rok (ostaršení gymnasty může být upraveno pořadatelem v rozpisu).
- Smíšená družstva – 50% žen a 50% mužů.

12. Uznávání nových prvků

13. Aktualizace pravidel

Část III Disciplíny

Kategorie Junior I

14. Pohybová skladba

14.1 Požadavky disciplíny

14.1.1 Obecně

- Plocha 12 x 12m (pořadatel může zvolit plochu 14 x 14m, musí to však předem oznámit v rozpisu soutěže).

14.1.2 Obtížnost

- Hodnoty prvků obtížnosti nad rámec Pravidel se nalézají v Příloze A1 Soutěžního programu– Tabulka obtížnosti.

14.1.3 Provedení

- Družstvo tvoří 6 – 12 gymnastů.

14.1.4 Kompozice

- Hudební doprovod se zpěvem povolen.
- Časový limit je 1 minuta 30 vteřin – 2 minuty.

14.2 Obtížnost (otevřená)

14.2.1 Obecně

14.2.2 Prvky obtížnosti

V pohybové skladbě je hodnota obtížnosti tvořena z následujících šesti skupin prvků:

- 1 pirueta
- 2 skoky/poskoky/výskoky, jeden odrazem jednož a druhý odrazem snožmo
- 1 rovnovážný prvek nebo silový prvek
- 1 akrobatický prvek
- 1 kombinace prvků
- 1 skupinový prvek

Maximální povolená obtížnost jednotlivých prvků je 0.6 bodů (s výjimkou skupinového prvku, jehož hodnota je 1.0 bod).

14.3 Provedení (10.00 bodů)

Chyby v provedení podle Pravidel Senior a Junior IV UEG.

14.4 Kompozice (4.00 body)

14.4.2 Definice srážek z kompozice

14.4.2.1 Čas

Časový limit je 1 minuta 30 vteřin - 2 minuty.

Srážka 0.3 za nedodržení časového limitu.

Srážka 2.0 za velmi krátký program (kratší než 1 minuta 15 vteřin).

14.4.2.2 Hudba

Celé cvičení je předváděno na volitelnou hudbu. Hudba nemusí být instrumentální.

Srážka 0.3 za chybějící hudbu.

14.4.2.3 Formace

Skladba musí obsahovat minimálně 4 různé formace.

Srážka 0.1 za každou chybějící formaci.

Tvar:

Tvar formací se musí lišit. Skladba musí obsahovat minimálně 1 formaci zaobleného tvaru. Také pohyblivá formace zaobleného tvaru je počítána. Různé tvary formací musí být zaznamenány ve formuláři.

Srážka 0.1 za chybějící formaci zaobleného tvaru.

Velikost:

Velikost formací se musí měnit.

Velká formace – skladba musí obsahovat nejméně jednu velkou formaci tvořící jeden celek, nikoli z několika menších skupin. Tato formace musí spojovat všechny 4 strany plochy (ne dále než 1,5 m od každého okraje plochy). Diagonála (z rohu do rohu) není počítána jako velká formace.

Malá formace – skladba musí rovněž obsahovat jednu malou kompaktní formaci, ne větší než 4x4 m.

Srážka 0.1 za chybějící velkou formaci.

Srážka 0.1 za chybějící malou formaci.

14.4.2.5 Pohybující se rytmická sekvence (RS)

Pohybová skladba musí obsahovat alespoň jednu sekvenci minimálně **6 různých pohybů nebo prvků**. Celé družstvo musí předvést stejnou sekvenci. Během sekvence musí všichni gymnasté přejít přes plochu společně a ve stejný čas (přibližně **8m** od výchozího bodu).

Rytmická sekvence musí být zaznamenána ve formuláři písmeny " RS ".

Srážka 0.2 za chybějící jasnou a viditelnou Rytmickou sekvenci.

Srážka 0.2 pokud družstvo nepřejde přes plochu (8m) v průběhu Rytmické sekvence.

Srážka 0.6 pokud zcela chybí Rytmické sekvence (žádné další srážky).

15. Akrobacie

15.1. Požadavky disciplíny

15.1.1. Obecně

- Délka dráhy 13 - 15m, šířka 2m, rozběh 10 - 16m.
- V případě, že není k dispozici doskoková plocha, musí být ve vzdálenosti nejméně 4m od konce akrobatické dráhy vyznačena doskoková zóna.
- Každé družstvo předvádí **dvě různé** série.
- Každá řada musí obsahovat kombinaci minimálně 2 různých akrobatických prvků spojených bez mezikroků a pauz.
- Výskok po saltu vpřed a výskok s obratem 180° po rondatu je povolen a **není** považován za přerušení řady.
- Výjimkou pro uznání řady s opakovanými prvky jsou:
 - rondat – přemet vzad – přemet vzad ve vazbě
 - přemety vpřed ve vazbě
 - přemety stranou ve vazbě
- Zařazení dvojných salt není povoleno.

15.2. Obtížnost (otevřená)

15.2.1. Obecně

- Hodnoty obtížnosti prvků nad rámec Pravidel UEG jsou uvedeny v tabulce obtížnosti (příloha A2 Soutěžního programu).
- Obtížnost každé řady není omezená.
- Hodnota obtížnosti je počítána v případě dvouprvkové řady ze **dvou** různých prvků, v případě tří a víceprvkové řady ze **tří** různých prvků s nejvyšší obtížností.

- V případě následujících řad se hodnoty obtížnosti počítají takto:
 - rondat – přemet vzad – přemet vzad ve vazbě, obtížnost řady je dána součtem obtížností rondatu a jednoho přemetu vzad
 - 3 přemety vpřed ve vazbě, obtížnost řady je dána součtem obtížností dvou přemetů vpřed
 - 2 přemety stranou ve vazbě, obtížnost řady je dána obtížností jednoho přemetu stranou
 - 2 přemety vpřed ve vazbě, obtížnost řady je dána obtížností jednoho přemetu vpřed
 - 3 přemety stranou ve vazbě, obtížnost řady je dána součtem obtížností dvou přemetů stranou

- Speciální bonifikace pro **tříprvkové** řady:
 - 3 přemety vpřed ve vazbě 0.10
 - rondat - přemet vzad - přemet vzad ve vazbě 0.10
 - vazba rondat-přemet vzad-salto 0.10
 - 3 přemety stranou ve vazbě 0.10

Pro udržení „vyváženosti“ jednotlivých disciplín se každé hodnotě obtížnosti celé série připočte 1.0 bod.

15.3. Provedení (10.0 bodů)

15.3.1 Přehled srážek za provedení nad rámec Pravidel (panel E)

Srážky za techniku cvičení	Malá 0.1	Střední 0.2	Velká 0.3
Pokrčené paže v oporové fázi	≥ 15°	≥ 30°	≥ 45°
Úhel v ramenou v oporové fázi	≥ 15°	≥ 30°	
Pokrčená kolena	≥ 15°	≥ 30°	≥ 45°
Roznožení ve fliku	≤ šířka ramen	□ šířka ramen	
Nedostatečné roznožení v přemetech stranou (optimální roznožení 180°)	≤ 160°	≤ 135°	≤ 90°
Nesprávná poloha hlavy v oporové fázi	X		
Nesprávná konečná poloha prvků s letovou fází (rondat, flik, přemet vpřed s odrazem paží a doskokem snožmo)			
Úhel v bocích	□ 30°	□ 60°	□ 90°
Úhel v kolenou	□ 30°	□ 60°	□ 90°
Držení těla	Nenapjaté špičky Povolené držení těla		

15.4. Kompozice (2.0 body)

15.4.1. Obecně

- Alespoň jedna série musí být předvedena vpřed či vzad.
- V další sérii již nejsou dány požadavky na směr prvků, tyto mohou být předvedeny vpřed, vzad nebo kombinací prvků vpřed a vzad.
- Všichni gymnasté musí doskočit svůj poslední prvek na doskokovou plochu nebo do doskokové zóny, která je součástí akrobatické dráhy.
- Časový limit cvičení je 2 minuty 45 vteřin - měření času začíná se začátkem hudebního doprovodu a končí s doskokem posledního gymnasty ve 2. sérii.

15.4.3. Týmová série a pořadí akrobatických řad v rámci série

15.4.3.1. *Chybějící týmová série (0.2 za každého gymnastu)*

V první „týmové“ sérii musí všichni gymnasté předvést stejnou akrobatickou řadu. Obtížnost jednotlivých akrobatických řad v rámci této série se nesmí zvyšovat, tedy zůstává stejná.

Srážka 0.2 pokaždé za každého gymnastu, který nepředvedl danou akrobatickou řadu.

15.4.3.2. *Nesprávné pořadí ve 2. sérii (0.1 za každého gymnastu)*

Ve 2. sérii mohou gymnasté zvyšovat obtížnost akrobatických řad a to tak, že řady s vyšší obtížností musí vždy následovat za řadami s nižší obtížností v dané sérii.

Srážka 0.1 pokaždé za každého gymnastu, který nedodržel správné pořadí v sérii.

15.4.4. Variabilita

15.4.4.2. *Chybějící série vpřed a vzad*

Požadavek na určení řady vpřed/vzad:

- U dvouprvkové řady musí být oba prvky zacvičeny ve stejném směru.
- U tříprvkové řady musí být minimálně 2 poslední prvky zacvičeny ve stejném směru bez ohledu na obtížnost.
- U čtyřprvkové řady musí být minimálně 3 poslední prvky zacvičeny ve stejném směru bez ohledu na obtížnost.

Speciální případy dvouprvkových řad s přemetem stranou

- 2 přemety stranou ve vazbě plní požadavek na řadu **vpřed**.
- Přemet stranou ve vazbě s rondatem (v libovolném pořadí) plní požadavek na řadu **vzad**.

15.4.4.3. *Chybějící obraty*

Požadavek na obraty je vypuštěn.

16. Trampolína

16.1. Požadavky disciplíny

16.1.1. Obecně

- Maximální výška stolu 165cm , výška bedny nebo molitanového stolu 80 - 120cm
- Rozběh 20 - 25m
- Každý tým předvádí **dvě různé série**.

16.2. Obtížnost (otevřená)

16.2.1. Obecně

- Hodnoty obtížnosti prvků nad rámec Pravidel UEG jsou uvedeny v tabulce obtížnosti (příloha A2 Soutěžního programu).
- Speciální bonifikace pro salta bez přeskokového náradí:
 - Salto skrčmo nebo schylmo s obr. 180°0.10
 - Salto toporně s obr. 360° a více0.10
 - Dvojně salto skrčmo s obr. 180°0.10

Pro udržení „vyváženosti“ jednotlivých disciplín se každé hodnotě obtížnosti celé série připočte 1.0 bod.

16.3. Provedení

16.3.1 Přehled srážek za provedení nad rámec Pravidel UEG (panel E)

Srážky za techniku cvičení	Malá 0.1	Střední 0.2	Velká 0.3
Převratové skoky bez přeskokového náradí	X	X	X
Předčasně započatý obrat Obrat by měl být zahájen až v druhé třetině salta.			X
Nepřevratové skoky bez přeskokového náradí			
Příliš krátký skok	X	X	X
Chybný úhel v bocích, kolenou	X	X	X
Nenapřímená poloha těla při doskoku	X	X	X
Povolené držení těla	X	X	X

Srážky za techniku cvičení	Malá 0.1	Střední 0.2	Velká 0.3
Převratové skoky s přeskokovým náradím	X	X	X
První letová fáze			
Úhel v bocích	$\geq 30^\circ$	$\geq 45^\circ$	
Prohnutí	$\geq 15^\circ$	$\geq 30^\circ$	
Pokrčená kolena	$\geq 15^\circ$	$\geq 30^\circ$	$\geq 45^\circ$
Roznožení	\leq šířka ramen	<input type="checkbox"/> šířka ramen	
Oporová fáze			
Dohmat střídmořuč při přeskocích vpřed <i>(neuplatňuje se u přeskoku se saltem vpřed s obratem kolem podélné osy)</i>	X		
Úhel v ramenou	$\geq 15^\circ$	$\geq 30^\circ$	
Neprojití vertikálou	X		
Předčasně započatý obrat kolem podélné osy <i>(na přeskokovém stole)</i>	$\geq 15^\circ$	$\geq 30^\circ$	$\geq 45^\circ$
Pokrčené paže			
Druhá letová fáze			
Neudržení napřímění při převratových skocích bez salt	$\geq 15^\circ$	$\geq 30^\circ$	$\geq 45^\circ$
Pokrčená kolena	$\geq 15^\circ$	$\geq 30^\circ$	$\geq 45^\circ$
Roznožení	\leq šířka ramen	<input type="checkbox"/> šířka ramen	

Nepřevratové skoky s přeskokovým náradím			
První letová fáze			
Zášvih	Pod úroveň ramen		Pod úroveň náradí
Roznožení	≤ šířka ramen	□ šířka ramen	
Oporová fáze			
Nedostatečný odraz rukou		X	0.4
Pokřčené paže v oporové fázi	≥ 15°	≥ 30°	≥ 45°
Druhá letová fáze			
Nenapřímená poloha těla při doskoku	X	X	X
Příliš krátký skok	X	X	X

16.4. Kompozice (2.0 body)

16.4.1. Obecně

- Jedna série musí být předvedena přes přeskokové náradí.
- Jedna série musí být předvedena bez přeskokového náradí.
- Časový limit cvičení je 2 minuty 45 vteřin - měření času začíná se začátkem hudebního doprovodu a končí s doskokem posledního gymnasty ve 2. sérii.

16.4.3. Týmová série a pořadí prvků v rámci série

16.4.3.1. Chybějící týmová série (0.2 za každého gymnastu)

V první sérii musí všichni gymnasté předvést stejný prvek.

16.4.3.2. Nesprávné pořadí v rámci 2. série (0.1. za gymnastu)

Ve druhé sérii mohou gymnasté zvyšovat obtížnost prvků a to tak, že prvky s vyšší obtížností musí vždy následovat za prvky s nižší obtížností.

Jednoduchá salta musí v rámci jedné série vždy předcházet před dvojnými salty bez eventuální srážky za klesající obtížnost řad v rámci jedné série.

Srážka 0.1 pokaždé za každého gymnastu, který nedodržel správné pořadí v sérii.

16.4.4. Variabilita

16.4.4.2. Chybějící série s/nebo bez přeskokového náradí

Družstvo musí předvést jednu sérii s přeskokovým náradím a jednu sérii bez přeskokového náradí.

Srážka 2.0 za chybějící sérii.

16.4.4.3. Chybějící obraty

Požadavek na obraty je vypuštěn.

16.4.4.4. Chybějící dvojná/trojná salta

Zařazení dvojných salt, Tsukahary a přemetu vpřed – salta vpřed není povoleno s výjimkou bonifikovaného prvku dvojně salto skrčmo s obr. 180° (viz. 16.2.1).

Požadavek na dvojná/trojná salta je vypuštěn, nezařazení dvojných/trojných salt není předmětem srážky z kompozice.

Kategorie Junior II a Junior III

14. Pohybová skladba

14.1. Požadavky disciplíny

14.1.1. Obecně

- Plocha 12 x 12m (pořadatel může zvolit plochu 14 x 14m, musí to však předem oznámit v rozpisu soutěže).

14.1.2. Obtížnost

- Hodnoty prvků obtížnosti nad rámec Pravidel se nalézají v Příloze A1 Soutěžního programu– Tabulka obtížnosti.

14.1.3 Provedení

- Tým se skládá ze šesti až dvanácti gymnastů.

15. Akrobacie

15.1. Požadavky disciplíny

15.1.1. Obecně

- Délka dráhy 13 - 15m, šířka 2m, rozběh 10 - 16m.
- V případě, že není k dispozici doskoková plocha, musí být ve vzdálenosti nejméně 4m od konce akrobatické dráhy vyznačena doskoková zóna.
- Výjimkou pro uznání řady s opakovanými prvky jsou:
 - vazba rondat – přemet vzad – přemet vzad
 - 3 přemety vpřed ve vazbě.
- Zařazení dvojných salt není povoleno.

15.2. Obtížnost (otevřená)

15.2.1. Obecně

- Hodnoty obtížnosti prvků nad rámec Pravidel UEG jsou uvedeny v tabulce obtížnosti (příloha A2 Soutěžního programu).
- Obtížnost každé řady není omezená.
- Hodnota obtížnosti je počítána v případě dvouprvkové řady ze **dvou** různých prvků, v případě tří a víceprvkové řady ze **tří** různých prvků s nejvyšší obtížností.
- V případě následujících řad se hodnoty obtížnosti počítají takto:
 - vazba rondat – přemet vzad – přemet vzad, obtížnost řady je dána součtem obtížností rondatu a jednoho přemetu vzad
 - 3 přemety vpřed ve vazbě, obtížnost řady je dána součtem obtížností dvou přemetů vpřed

- Speciální bonifikace pro **tříprvkové řady**:
 - 3 přemety vpřed ve vazbě 0.10
 - vazba rondat-přemet vzad-přemet vzad..... 0.10
 - vazba rondat-přemet vzad-salto 0.10

Pro udržení „vyváženosti“ jednotlivých disciplín se každé hodnotě obtížnosti celé série připočte 0.5 bodu.

15.4. Kompozice (2.0 body)

15.4.1. Obecně

- Všichni gymnasté musí doskočit svůj poslední prvek na doskokovou plochu nebo do doskokové zóny, která je součástí akrobatické dráhy.

15.4.4. Variabilita

15.4.4.2. *Chybějící série vpřed a vzad*

Požadavek na určení řady vpřed/vzad:

- U dvouprvkové řady musí být oba prvky zacvičeny ve stejném směru.
- U tříprvkové řady musí být minimálně 2 poslední prvky zacvičeny ve stejném směru bez ohledu na obtížnost.
- U čtyřprvkové řady musí být minimálně 3 poslední prvky zacvičeny ve stejném směru bez ohledu na obtížnost.

15.4.4.3. *Chybějící obraty*

Požadavek na obraty je vypuštěn.

16. Trampolína

16.1. Požadavky disciplíny

16.1.1. Obecně

- Maximální výška stolu 165cm, výška bedny nebo molitanového stolu 80 - 120cm
- Rozběh 20-25m
- Dvojná salta jsou povolena pouze s potvrzením vysílající organizace, oddílu a to včetně Tsukahary a přemetu vpřed – salto vpřed.

16.2. Obtížnost (otevřená)

16.2.1. Obecně

- Hodnoty obtížnosti prvků nad rámec Pravidel UEG jsou uvedeny v tabulce obtížnosti (příloha A2 Soutěžního programu).
- Speciální bonifikace pro salta bez přeskokového náradí:
 - dvojné salto skrčmo s obr. 180° 0.10

Pro udržení „vyváženosti“ jednotlivých disciplín se každé hodnotě obtížnosti celé série připočte 0.5 bodu.

16.4. Kompozice (2.0 body)

16.4.4.3. Chybějící obraty

Požadavek na obraty je vypuštěn

16.4.4.4. Chybějící dvojná/trojná salta

Požadavek na předvedení dvojných/trojných salt je vypuštěn.

Tabulka A2 – Prvky nad rámec Pravidel Senior a Junior IV

Pohybová skladba

Prvky nad rámec pravidel povolené pro Soutěžní program TG Junior I-III.

Vydala subkomise TG ČGF

Copyright: ČGF

Praha 1. 1. 2015