

DUO GYM CUP - ŠESTAJOVICE

gymnastická dvojčata aneb ve dvou se to lépe cvičí

DATUM: **SOBOTA - NEDĚLE 11.-12.1.2020**
POŘADATEL: **GT ŠESTAJOVICE, z.s**
MÍSTO: **GT Sport Centrum, Pražská 1109, Komerční park Nehvizdy, 25081 Nehvizdy. POZOR ZMĚNA ADRESY!!!**

I. VŠEOBECNÁ USTANOVENÍ

- Přihlášky: prostřednictvím GIS, nebo na e-mail: SGsestajovice@email.cz do 6.1.2020.
- Hudba: zaslat na e-mail hudba@gymnastikasestajovice.cz (oddíl, jméno závodnice, kategorie)
- Losování: pátek 10.1.2020 v GT Sport Centru.
- Ubytování není zajištěno.
- Závodní kancelář: bude otevřena v místě závodu dle časového rozpisu.
- Podmínka účasti: včas zasláná přihláška, lékařská prohlídka v průkazce s podobenkou, jedna kvalifikovaná rozhodčí na 6 závodnic. Při nedodržení je TJ povinna uhradit poplatek 300,- Kč za každou chybějící rozhodčí.
- Startovné: 150,- Kč na závodnici.

II. TECHNICKÁ USTANOVENÍ

- Předpis: závodí se dle platných pravidel FIG, platného Závodního programu a ustanovení tohoto rozpisu.
- Prostná se závodí na pružinové podlaze 12x12m, kladina 120 cm výšky pro skupinu Mladší a Starší gymnastky.
- Startují: **dvojice dle uvedených kategorií.**
- Úbor: viz. družstvo, dle pravidel FIG.
- Disciplíny a obtížnost: **gymnastický trojboj (bradla, kladina, akrobacie)**, volné sestavy se skladebními požadavky a 0,5 bodu.
- Pro všechny kategorie **je v platnosti doplňková tabulka prvků** platného závodního programu ženských složek. Hodnota prvků z dodatkové tabulky i z pravidel: A-0,1b, B-0,2b, C-0,3b.
- Časový pořad: bude upřesněn. Přibližně vždy 11:00-16:00 hod.
- Pořadatel si vyhrazuje právo provést případné časové změny dle počtu přihlášených závodnic.
- Nominace rozhodčích: rozdělení proběhne na poradě před závodem.



KATEGORIE A SKUPINY ZÁVODU

kategorie	ročník narození
skupina - Mimi	
Mimi I	2015 a mladší
Mimi II	2014
Mimi III	2013
Mimi IV	2012
<i>Skupina MIMI (začínající gymnastky) závodí v sobotu 11.1.2020</i>	
skupina – Mladší gymnastky	
Mladší I	2012-2011
Mladší II	2010-2009
skupina – Starší gymnastky	
Starší I	2008-2007
Starší II	2006 a starší
<i>Skupina gymnastky závodí v neděli 12.1.2020</i>	

Koncept:

Dvě gymnastky z jedné TJ utvoří dvoučlenné družstvo (v dané kategorii) a předem nahlásí, na jakém nářadí budou závodit. Každá závodnice zacvičí na **dvou nářadích dle vlastního výběru**, jedno nářadí bude společné pro obě závodnice, započítávat se bude lepší známka. **Dvojice musí závodit na všech třech nářadích (bradla, kladina, akrobacie)!**

V případě různého věku závodnic rozhoduje o zařazení do kategorie věk starší z nich. Je povoleno „ostaršení“ gymnastky o 1 rok. Každá gymnastka může k závodu nastoupit pouze v jedné dvojici.

V závodní **MLADŠÍ A STARŠÍ GYMNASTKY** bude vyhlášeno **nejlepší družstvo závodu**, které získá putovní pohár starosty obce Šestajovice.

Ve skupině **MLADŠÍ GYMNASTKY** i ve skupině **STARŠÍ GYMNASTKY** ho budou vždy tvořit dvě dvojice nejlepších gymnastek z dané TJ z rozdílné kategorie.

Vítězné družstvo získá putovní pohár, sladkou odměnu a diplom. Každá závodnice vítězného družstva získá navíc medaili a hodnotnou cenu.

Všechny závodnice kategorie **Mimi I** získají medaili a účastnický diplom.

Vyhlášeny budou v každé kategorii „dvojčata“ do 10. místa, závodnice získají diplom a hodnotnou cenu.



ROZPIS ZÁVODU SKUPINY MIMI

KATEGORIE MIMI I – IV (ROČNÍKY NAROZENÍ 2012 A MLADŠÍ)

Shodné požadavky pro všechny kategorie

Ve skupině MIMI nebudou uplatňovány **srážky za počet prvků, srážky za umělecký projev a choreografii.**

Hodnoty prvků nad rámec rozpisu se do známky D nezapočítávají.

Pro skupinu MIMI dále platí, že rovnovážný prvek může být plněn kromě prvků z pravidel, či doplňkové tabulky také arabeskou.

HRAZDA

Hrazdová (bradlová) tyč. Možnost přidání žíněnky (podložky) - tyč po čelo závodnice.

Skladební požadavky a 0,5 bodu:

Přešvih skrčmo do svisu vznesmo vzadu (výdrž) špičky nad čelem	0,5 bodu
Přešvih schylmo do svisu vznesmo vpředu, špičky před žerdí	0,5 bodu
Přešvih roznožmo do svisu roznožmo vzadu (specialitka) výdrž	0,5 bodu
Přešvih roznožmo do svisu vznesmo vpředu (výdrž) špičky před žerdí	0,5 bodu
Zvolna do stoje spatného	

Hodnocení: známka D ze 2 bodů.

Ostatní srážky: chybějící výdrž 2 sec. vždy: - **0,2 bodu.**

LAVIČKA

Lavička čalouněná 4 m. Volná sestava se skladebními požadavky.

Skladební požadavky a 0,5 bodu:

Akrobatický prvek (musí být předveden na lavičce)	0,5 bodu
Gymnastický prvek	0,5 bodu
Rovnovážný prvek, výdrž 2 sec.	0,5 bodu
Přímý seskok	0,5 bodu

Hodnocení: známka D ze 2 bodů.

PROSTNÁ

Akrobatický pás 14 m. Volná sestava se skladebními požadavky.

Skladební požadavky a 0,5 bodu:

Akrobatický prvek	0,5 bodu
Gymnastický prvek	0,5 bodu
Rovnovážný prvek, výdrž 2 sec.	0,5 bodu
Jedna řada, min. 8 metrů	0,5 bodu

Hodnocení: známka D ze 2 bodů.



ROZPIS ZÁVODU SKUPINY MLADŠÍ GYMNASTKY

KATEGORIE MLADŠÍ I A II (ROČNÍKY 2012-2009)

Různé požadavky pro jednotlivé kategorie.

BRADLA

Kat. Mladší I, ročníky 2012-2011

Skladebními požadavky a 0,5 bodu:

Výmyk tahem do vzporu a spojitě	0,5 bodu
Zákmih 45° a spojitě	0,5 bodu
Toč vzad do	0,5 bodu
Podmetu	0,5 bodu

Hodnocení: známka D z 2 bodů.

Ostatní srážky: výmyk odrazem: -0,3 bodu.

Kat. Mladší II, ročníky 2010-2009

Skladebními požadavky a 0,5 bodu:

Vzepření vzklopmo	0,5 bodu
Prvek blízky žerdi	0,5 bodu
Přechod z nižší na vyšší žerď (nemusí být prvkem = bez srážky)	0,5 bodu
Stoj na rukou	0,5 bodu

Hodnocení: hodnotí se 8 nejtěžších prvků do známky D, min 5 prvků.

Neutrální srážky: krátká sestava (chybějící prvek = srážka 1 bod).

KLADINA

Kat. Mladší I, ročníky 2012-2011

Volná sestava se skladebními požadavky, **závodnice předvede min. 5 různých prvků.**

Skladebními požadavky a 0,5 bodu:

Náskok prvkem	0,5 bodu
Akrobatický prvek (musí být předveden na kladině)	0,5 bodu
Gymnastický prvek	0,5 bodu
Rovnovážný prvek, výdrž 2 sec.	0,5 bodu

Hodnocení: známka D dle hodnoty obtížnosti prvků, hodnotí se 8 nejobtížnějších prvků.

Neutrální srážky: krátká sestava (chybějící prvek = srážka 1 bod).

Kat. Mladší II, ročníky 2010-2009

Volná sestava se skladebními požadavky, **závodnice předvede min. 8 různých prvků.**

Skladebními požadavky a 0,5 bodu:

Náskok prvkem	0,5 bodu
Akrobatický prvek (musí být předveden na kladině)	0,5 bodu
Gymnastický prvek	0,5 bodu
Obrat ze skupiny 3 Pravidel FIG	0,5 bodu

Hodnocení: známka D dle hodnoty obtížnosti prvků, hodnotí se 8 nejobtížnějších prvků.

Neutrální srážky: krátká sestava (chybějící prvek = srážka 1 bod).

PROSTNÁ

Kat. Mladší I, ročníky 2012-2011

Čas: max. 1:30 min (90 sec.), bez hudebního doprovodu.

Volná sestava se skladebními požadavky, **závodnice předvede min. 5 různých prvků.**

Skladební požadavky a 0,5 bodu:

Akrobatický prvek	0,5 bodu
Jiný akrobatický prvek s letovou fází	0,5 bodu
Gymnastický prvek	0,5 bodu
Vazba (pasáž) dvou různých gymnastických skoků	0,5 bodu

Hodnocení: známka D dle hodnoty obtížnosti prvků, hodnotí se 8 nejobtížnějších prvků.

Neutrální srážky: krátká sestava (chybějící prvek = srážka 1 bod).

Kat. Mladší II, ročníky 2010-2009

Čas: max. 1:30 min (90 sec.), **s povinným** hudebním doprovodem.

Volná sestava se skladebními požadavky, **závodnice předvede min. 8 různých prvků.**

Platí požadavek 2 různých akrobatických řad pro uznání závěru sestavy.

Akrobatická řada bez salta – přímé spojení min. 2 různých prvků, z nichž min. jeden musí obsahovat projití stojem na rukou. Salto odrazem snožmo je považováno za akrobatickou řadu.

Skladební požadavky a 0,5 bodu:

Akrobatický prvek	0,5 bodu
Jiný akrobatický prvek s letovou fází	0,5 bodu
Gymnastický prvek	0,5 bodu
Vazba (pasáž) dvou různých gymnastických skoků	0,5 bodu

Hodnocení: známka D dle hodnoty obtížnosti prvků, hodnotí se 8 nejobtížnějších prvků.

Neutrální srážky: krátká sestava (chybějící prvek = srážka 1 bod).

ROZPIS ZÁVODU SKUPINY STARŠÍ GYMNASTKY

KATEGORIE STARŠÍ I A II (ROČNÍKY 2008 A STARŠÍ)

Sestavy na bradlech, kladině a prostných – viz. požadavky linie B, kategorie VS4 B (Závodní program ženských složek, str. 14).

Výška přeskokového stolu 120 cm.

Těšíme se moc na Vaši účast.

Jednatelka závodu: Michaela Sýkorová, tel.: 773 333 634

Hlavní rozhodčí:

