



5. ročník závodu ve sportovní gymnastice „Včelínský dvojboj“

PROPOZICE:

Pro koho je soutěž určena:

Soutěž je určena pro oddíly sportovní gymnastiky, které se věnují SG na zájmové úrovni a trénují 1x – 2x týdně. Primárně pro SVČ, DDM, také pro oddíly sportovní gymnastiky tělocvičných jednot Sokol a gymnastické kluby splňující výše uvedenou podmínku, tj. trénují 1x-2x týdně (např. rekreační družstvo oddílu). Počet závodnic z jednoho oddílu není omezen. Soutěžit se bude na dvou náradích – kladina (lavička) a prostná. Pořadí je určeno celkovou známkou z gymnastického dvojboje - známka z kladiny (lavičky) + známka z prostných.

Termín: 27. 3. 2022

Místo konání: Sportovní hala SD Sušil, Fryčajova 901, Bystřice pod Hostýnem,
49.4019242N, 17.6708125E

Pořadatel: Středisko volného času Včelín, příspěvková organizace

Závod zajišťují: ředitel závodu: Martina Sedlářová, hlavní rozhodčí: Mirka Fialová

Kontakt SVČ Včelín: telefon: 731 162 816, 731 403 998, email – svcvcelin@centrum.cz,

Garant: Martina Sedlářová, tel. kontakt 777 288 138

Časový harmonogram: 8:30 – 9:30 prezentace závodnic (starší kategorie mohou mít prezentaci později - upřesnění po zaslání přihlášek)

9:30 – 9:45 porada rozhodčích a trenérů

8:00 – 9:45 volné rozcvičení

9:50 nástup všech závodnic po oddílech

10:00 zahájení závodu

Tělocvična otevřena od 8:00 hod.

PŘIHLÁŠKA:

Řádně vyplněnou přihlášku zašlete na e-mail: svcvcelin@centrum.cz nejpozději **do 16. 3. 2022.**

STARTOVNÉ:

1. základní startovné: závodnice aktuálně registrované v ČSGS nebo SGF - **150 Kč**
2. zvýšené startovné: ostatní závodnice - **200 Kč**

KATEGORIE:

1. kategorie: 2016 a 2015 - starší přípravek – 6 – 7 let
2. kategorie: 2014 – nejmladší žákyně „A“ – 8 let
3. kategorie: 2013 - nejmladší žákyně „B“ - 9 let
4. kategorie: 2012 - mladší žákyně „A“ - 10 let
5. kategorie: 2011 - mladší žákyně „B“ - 11 let
6. kategorie: 2010 - mladší žákyně „B“ – 12 let
7. kategorie: 2009 a 2008 - starší žákyně – 13 a 14 let
8. kategorie: 2007, 2006 a 2005 – 15, 16 a 17 let /po dohodě i starší/

Zařazení do kategorií podle roku narození, ne měsíce narození! Jako pořadatelé si vyhrazujeme právo při malém počtu přihlášených závodnic sloučit dvě nejbližší kategorie do jedné.

Podmínky účasti:

Včas zasláná **přihláška**. Pořadatel může omezit při velkém počtu závodnic počty závodnic z jednotlivých spolků.

Rozhodčí: Zúčastněné oddíly zajistí na svých 8 závodnic 1 rozhodčí, který/á rozhoduje po celý závod.

Příklad: pro 1 - 8 závodnic 1 rozhodčí, 9 – 16 závodnic 2 rozhodčí atd.

V přihlášce uveďte příjmení, jméno, kvalifikaci, spolek a preferenci náradí, na kterém máte zájem rozhodovat. Pořadatel může při velkém počtu rozhodčích na jednom náradí rozhodčí přesunout na jiné. S menšími oddíly a SVČ, které nemají vyškolené rozhodčí, je možno domluvit se individuálně.

Rozhodčí rozhoduje po celou dobu závodu podle **pravidel ČSGS** a úprav v tomto rozpisu.

Uveďte jméno a příjmení, kvalifikaci a nominaci na náradí.

Dle manuálu ČSGS pro rok 2022:

U prezence musí být předložena průkazka vysílající organizace. Na průkazce musí být uvedeno: příjmení a jméno závodnice, datum narození nebo rodné číslo, bydliště, aktuální fotka závodnice, razítko vysílajícího spolku přes foto závodnice, název vysílající organizace a musí být potvrzena platná lékařská prohlídka dle vyhlášky MZ 391/2013 Sb. nebo obdobné platné pro Slovenskou republiku. Potvrzení musí být platné v den závodu, ne starší jednoho roku. POTVRZENÍ BUDE KONTROLOVÁNO, BEZ PLATNÉ PROHLÍDKY NEBUDE UMOŽNĚN START ZÁVODNICE.

Hudba je možná. Všechny skladby z jednoho spolku na jedné flešce.

Popis souborů v MP3 : **rok narození závodnice**, mezera, **příjmení závodnice**, mezera, **jméno závodnice**, mezera, **spolek** - i známou zkratku spolku – např. Valmez, mezera, **příjmení trenéra**

PŘÍKLAD: 2006 FIALOVÁ JANA VALMEZ GROŠ

OCENĚNÍ: Medaile, poháry a věcné ceny pro první tři závodnice v kategorii. Všechny účastnice obdrží dárek a sladkou odměnu.

Rozcvičení: Volné rozcvičení před zahájením závodu 8:00 - 9:45 hod.

Náradí: kladina (lavička), prostná

1. a 2. kategorie: lavička – výška 20 cm, žíněnky a gymnastický koberec – délka 6 m

3., 4. a 5. kategorie: kladina - výška 40 cm, žíněnky a gymnastický koberec - délka 12 m

6., 7. a 8. kategorie: kladina – výška 100 cm, dopadová žíněnka na doskok a gymnastický koberec - délka 12 m

Občerstvení: Ve vestibulu bude otevřen bufet.

Nocleh: Ve sportovní hale není nocleh možný, ale v budově SVČ Včelín ano (50 Kč). V případě zájmu nás kontaktujte.

Podmínky vstupu dospělých osob (trenérů, rozhodčích a rodičů) do sportovní haly budou řešeny na základě aktuálních mimořádných opatření.

PROSÍME NASTUDOVAT MANUÁL ČSGH 2022 sestavený pro gymnastické závody jednotlivkyň dle pravidel ČSGS, které najdete na stránkách: www.gymsporty.cz

TĚŠÍME SE NA VAŠI ÚČAST.

POVINNÉ POŽADAVKY – DLE PRAVIDEL ČSGS

1. a 2. KATEGORIE

LAVIČKA: volná sestava, 4 prvky – prvky bez hodnoty obtížnosti - hodnotí se provedení, nehodnotí se náskok a seskok, 4 prvky musí být zacvičeny na nářadí.

PROSTNÁ (pás 6 m): volná sestava, stejné podmínky hodnocení jako lavička.

Známka D: 0,50 bodu za každý zacvičený a uznaný prvek (max. 2,00 body).

Známka E: z 10, 00 bodů (za 4 prvky), za každý chybějící prvek srážka 2,00 body.

3. KATEGORIE

Hodnocení podle pravidel ČSGS a úprav tomto rozpisu.

V sestavě se počítá 8 nejobtížnějších prvků, nepočítají se akrobatické a gymnastické prvky.

Za nesplněný požadavek srážka 0,5 bodu.

POŽADAVKY:

KLADINA (výška 40cm):

1. gymnastický skok
2. obrat 180° na jedné noze
3. závěr prvkem

PROSTNÁ (pás 12 m):

1. gymnastický skok
2. obrat 180° na jedné noze
3. kotoul (např. vpřed, vpřed do roznožení, vzad, vzad do zášvihu, do stoje na rukou)

4. a 5. KATEGORIE

Hodnocení podle pravidel ČSGS a úprav tomto rozpisu.

V sestavě se počítá 8 nejobtížnějších prvků, nepočítají se akrobatické a gymnastické prvky.

Za nesplněný požadavek srážka 0,5 bodu.

POŽADAVKY:

KLADINA (výška 40 cm):

1. gymnastický skok
2. obrat 180° na jedné noze
3. akrobatický prvek – předvedený na kladině
4. závěr prvkem

PROSTNÁ (pás 12 m):

1. gymnastický skok
2. obrat – minimálně 360°
3. akrobatický prvek
4. závěrečný akrobatický prvek – jiný než požadavek č. 3

6. 7. a 8. KATEGORIE

Stejně požadavky jako u kategorií 4 a 5, liší se výška kladiny – 100 cm.

Hodnocení podle pravidel ČSGS a úprav v tomto rozpisu.

Čas sestavy se u žádné kategorie nepočítá.
Závodnice může zacvičit jakýkoliv prvek z pravidel ČSGS.

Pro kategorie 3 až 8 platí:

7 a více prvků – bez srážky

6 prvků neutrální srážka 2,00 body

5 prvků neutrální srážka 4,00 body

4 prvky neutrální srážka 6,00 bodů

3 prvky neutrální srážka 8,00 bodů

2 a 1 prvek neutrální srážka 9,00 bodů

0 prvků neutrální srážka 10,00 bodů

Pokud sestava nemá 7 a více prvků, je započítaná srážka za krátkou sestavu.