

Gymnastika Sokol Znojmo
pořádá
1. ROČNÍK

**závodu ve sportovní gymnastice
„Gymnastické hry Znojmo“**

v sobotu dne **4.3.2023**

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 Střediska volného času, 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, ale v případě velkého zájmu si pořadatel vyhrazuje právo počty omezit. Soutěžit se bude na dvou nářadích – kladina (lavička) a prostná. Pořadí je určeno celkovou známkou z gymnastického dvojboje [známka z kladiny (lavičky) + známka z prostných].

Termín: 4.3.2023- sobota

Místo konání: tělocvična Sokol Znojmo, Sokolská 1272/12, 669 02, Znojmo

Pořadatel: Gymnastika Sokol Znojmo

Závod zajišťují: ředitel závodu: David Okoš (tel: 776 413 591)
hlavní rozhodčí: Miroslava Fialová

Kontakt: mobil – 776 413 591, 721 208 054
e-mail: gymnastikasokolznojmo@gmail.com

Startovné: 200,00 Kč nebo 8,-EU

Přihlášky: do 19.2.2023

Časový harmonogram:
7:30 – 9:00 prezence závodnic
9:15 – 9:30 porada rozhodčích a trenérů
7:30 – 9:50 volné rozcvičení
9:50 - nástup všech závodnic po oddílech
10:00 - zahájení závodu

Kategorie:

Kategorie 1–2017–2016	6 a 7 let – starší přípravka
Kategorie 2–2015	8 let – nejmladší žákyně “ A “
Kategorie 3–2014	9 let – nejmladší žákyně “ B “
Kategorie 4–2013	10 let – mladší žákyně “ A “
Kategorie 5–2012	11 let – mladší žákyně “ B “
Kategorie 6–2011	12 let – mladší žákyně “ B “
Kategorie 7–2010–2009	13 a 14 let – starší žákyně
Kategorie 8–2008–2007–2006	15, 16 a 17 let /po dohodě i starší

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

Za zdravotní stav závodnice zodpovídá vysílající oddíl.

Rozhodčí: Rozhoduje po celou dobu závodu podle **pravidel ČSGS** a úprav v tomto rozpisu. Zašlete jméno a příjmení, kvalifikaci a nominaci na nářadí.

Ocenění: pohár a věcné ceny pro první tři závodnice v kategorii.

Rozcvičení: Volné rozcvičení před zahájením závodu 7:30-9:50 hod.

Nářadí: kladina (lavička), prostná

kategorie 1 a 2 – lavička (polstrovaná) – výška 20 cm, žíněnky

kategorie 3 – kladina – výška 40 cm, žíněnky

kategorie 4, 5, 6 – kladina – výška 100 cm, žíněnky

kategorie 7 a 8 – kladina – výška 120 cm, dopadová žíněnka na doskok

prostná – délka 12 metrů

Občerstvení: bude otevřen bufet.

TĚŠÍME SE NA VAŠI ÚČAST

Ve Znojmě 23.1.2023

Vendula Chalupová - Gymnastika Sokol Znojmo

PROSÍME NASTUDOVAT MANUÁL ČSGH 2023 – platný od 1.1.2023 a sestavený pro gymnastické závody jednotlivkyň dle pravidel ČSGS, které najdete na stránkách:
www.gymsporty.cz



POVINNÉ POŽADAVKY – DLE PRAVIDEL ČSGS

1. a 2. KATEGORIE

LAVIČKA: volná sestava, 6 prvků – prvky bez hodnoty obtížnosti – hodnotí se provedení, včetně náskoku a seskoku. Možno použít přímý skok z lavičky jako seskok.

PROSTNÁ (pás 6 m): volná sestava, 6 prvků bez hodnoty obtížnosti – hodnotí se provedení, Znamka D: 0,50 bodu za každý zacvičený a uznaný prvek (max. 3,00 body).

Znamka E: z 10, 00 bodů (za 6 prvků), za každý chybějící prvek srážka 1,00 body.

3. KATEGORIE

Hodnocení podle pravidel ČSGS a úprav tomto rozpisu.

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

POŽADAVKY:

KLADINA (výška 40 cm):

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

PROSTNÁ (pás 12 m):

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

4. 5. a 6. KATEGORIE

Hodnocení podle pravidel ČSGS a úprav tomto rozpisu.

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

POŽADAVKY:

KLADINA (výška 100 cm):

1. gymnastický skok
2. obrat minimálně 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

7. a 8. KATEGORIE

Stejné požadavky jako u kategorií 4, 5 a 6, liší se výška kladiny – 120 cm.

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