

pořádá



závod ve sportovní gymnastice „Májový dvojboj“

ve dne 30.5.2026

Termín: 30.5.2026 (sobota)

Místo konání: tělocvična ZŠ Prameny, Karviná, Prameny 838/10

Pořadatel: GYMNASTICKÝ KLUB KARVINÁ, z.s.

Závod zajišťují:

ředitel závodu: Milan Groš
hlavní rozhodčí: Klára Kalmusová
technika: Břetislav Gerla

Kontakt: telefon – 603 201 122, email: gymkarvina@seznam.cz

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 náradích – prostná a kladina. Pořadí je určeno celkovou známkou z gymnastického dvojboje [známka z prostných+ známka z kladiny].

Přihlášky:

- přihlášky závodnic a rozhodčích do pondělí 25.5.2026 na email: gymkarvina@seznam.cz
- startovné 250 Kč na závodnici bude vybíráno na místě v závodní kanceláři,
- startovné 350 Kč na závodnice neregistrované v ČSGS, na místě v závodní kanceláři,
- 1 rozhodčí na 8 závodnic – pokuta 1,000 Kč při chybějící rozhodčí,
- U závodnic, které mohou mít hudbu je nutné mít všechny hudby za celý spolek na jednom USB. Je také možné poslat hudbu s předstihem na email.
- za zdravotní stav závodnice odpovídá vysílající oddíl.

Časový plán:

8:00	otevření tělocvičny
8:15	prezence závodnic
8:00-9:15	volné rozcvičení 1. sledu
9:00	porada rozhodčích
9:30	slavnostní zahájení závodu

Předpis: Závodí se dle manuálu ČSGS, Česko Slovenských gymnastických her.

Ceny: Vyhlášeno bude 6 nejlepších závodnic z každé kategorie, 1. – 3. místo v každé kategorii obdrží medaile, 1. – 6. diplom a věcnou cenu, ostatní obdrží drobnou odměnu.

Nářadí:

ženy - kladina, prostná

Kategorie 1 – 2 – neodpružený pás 12m, lavička polstrovaná

Kategorie 3 kladina – výška 40 cm, žíněnky

Kategorie 4 - 6 – kladina - výška 100 cm, žíněnky

Kategorie 7 - 8 – kladina - výška 125 cm, žíněnky

Kategorie 3 - 8 prostná – airtrack 12m, koberec 14m (na koncích jsou pod kobercem žíněnky)

Muži – prostná, přeskok

Kategorie 11 – 13 - airtrack 12m, koberec 14m (na koncích jsou pod kobercem žíněnky)

Kategorie: 11 - kotoul letmo z můstku na žíněnku 20cm + 10cm přídavná

Kategorie: 12 - výška stolu 80 cm, přemet do lehu

Kategorie: 13 - výška stolu 100cm, skok dle pravidel ČSGS (+ možný přemet do lehu + skoky FIG)

POVINNÉ POŽADAVKY – DLE PRAVIDEL ČSGH

Kategorie : Ženy:

Kategorie 1 - 2020 - 2019 - přípravka

Kategorie 2 - 2018

Kategorie 3 - 2017

Kategorie 4 - 2016

Kategorie 5 - 2015

Kategorie 6 - 2014

Kategorie 7 - 2013 - 2012

Kategorie 8 - 2011 a starší

Muži:

Kategorie 11 – 2020 – 2017

Kategorie 12 – 2016 – 2013

Kategorie 13 – 2012 a starší

Parkovat je možno před školou a na odstavném pruhu na hlavní silnici a v jeho okolí. Parkování je zakázáno na trávnících u školy a především u kotelny. V minulosti řešila Městská policie pokutou. Děkujeme.

Prosíme, přijíždějte na sledy dle časového rozpisu a rozlosování, které budou upřesněny před závodem dle počtu přihlášených závodnic.

Ubytování: Doporučujeme najít si penzión, hotel či ubytovnu na internetových stránkách

Občerstvení: bude otevřen bufet.

TĚŠÍME SE NA VAŠI ÚČAST.

Milan GROŠ
ředitel závodu

