

ZŠ Janského ve spolupráci s SK Velká ohrada

pořádá

8. ročník závodu v gymnastickém dvojboji dívek

DRÁČEK

Místo konání: tělocvična ZŠ Janského, Janského 2189, Praha 5 Stodůlky

Datum: neděle 4.10.2015

Ředitelka závodu: Peadr. Jana Cívínová

Jednatel. Andrea Kudličková

Hlavní organizátor: Karolína Mrázová

Hlavní rozhodčí: Lenka Šotolová

Počtářská komise: Michal Šotola

Přihlášky: do 25.9.2015 na adresu. A. Kudličková / 773963651/

Janského 2189

Praha 5- Stodůlky

155 00

nebo: email- sotola@gymfed.cz

oddíly registrované pod ČGF mohou své děti přihlásit přes systém GIS

přihláška musí obsahovat: jméno závodnice, ročník narození, kategorii /1.,2.,3.,/ a druh závodu /A nebo B/ jméno rozhodčího

Závodí: dívky narozené 2005 a mladší ve dvou výkonnostních a čtyřech věkových kategoriích

/ pořadatel si vyhrazuje právo udělit výjimku /

Podmínka účasti:- zaplacení startovného ve výši **100 Kč** za každou závodnici,

- nejméně 1 rozhodčí za oddíl- rozhodčí musí být přítomna po celou dobu závodu

- za zdravotní stav závodnic odpovídají rodiče

Omezení: závodu kategorii A se nemohou účastnit závodnice, které startovaly na MČR pořádaném ČGF nebo kvalifikačních závodech pro tento závod

závodu kategorie B se nesmí účastnit závodnice registrované v ČGF a závodnice, které startovaly na MČR ČASPV nebo Sokolském.

Věkové kategorie: kategorie 1.- roč. nar. 2005

kategorie 2.- roč. nar. 2006-2007

kategorie 3.- roč. nar. 2008-2009

Závodnice mohou závodit buď v kategorii A nebo B

Vložený závod: pro roč. 2010 a mladší

Ceny :jednotlivci - závodnice ve všech kategoriích na prvních třech místech

získávají pohár, diplom a věcnou cenu

- závodnice do 6. místa medaili, diplom a cenu

- ostatní závodnice účastnický diplom a cenu

družstva: v závodě A i B budou vyhlášena nejlepší tři družstva.

- Do výsledku každého družstva se započítávají známky nejlepší

závodnice v 1.,2.,a 3. kategorii v závodě A i B.

Každé družstvo na 1.-3. místě získá pohár, diplom a věcnou cenu,

členky družstva medaili

Obtížnost a požadavky

Závod A

1. Kategorie – 2005 přeskok, prostná

Přeskok- bedna 110-cm přemet- hodnota - 3 body

Skrčka a roznožka- 1.5 bodu

Prostná- na hudbu- minimálně 2 řady

PP- pirueta 360 – 1 bod

Pasáž- dálkový skok, nůžky- 1 bod

Saltový prvek – 1 bod

Známka provedení z 10 bodů

2. Kategorie- 2006-2007 hrazda, kladinka / 50 cm/

Hrazda- výmyk- 1 bod

toč- 1 bod

podmet -1 bod

Kladina – přemet stranou 1 bod

váha / únožmo, zánožmo/- 1 bod

gymnastický skok -1 bod

Známka provedení z 10 bodů

3. Kategorie – 2008-2009 přeskok, prostná

Přeskok- bedna 60-cm – přemet, skrčka - 3 body

roznožka -3 body

výskok do dřepu ,seskok 2 body

Prostná- minimálně 1řada- 12 m

PP - hudba 0,5 bodu

pasáž dvou různých gymnastických skoků -1 bod

přemet stranou -1 bod

pirueta 180 – 0,5 bodu

Známka provedení z 10 bodů

Závod B

1. Kategorie 2005 přeskok, prostná

Přeskok - bedna 80 cm

Skrčka, roznožka- 3 body

Výskok do dřepu, seskok -2 body

Prostná – s hudbou, minimálně 2 řady

PP- vazba 2 gymnastických skoků -1 bod

přemet vpřed nebo vzad -1 bod

obrat 360 – může být i výskokem -1 bod

Známka provedení z 10 bodů

2.kategorie 2006-2007 hrazda, lavička

Hrazda - výmyk -1 bod

unožení stranou / minimálně do výše žerdě/ -1 bod

zášvihem seskok -1 bod

Lavička nejméně 2 řady

PP – kotoul vpřed / i náskok/ – 1 bod

výdržový prvek -1 bod

gymnastický skok / ne přímý/ - 1 bod

Známka provedení z 10 bodů

3.kategorie 2008-2009 přeskok, prostná

Přeskok- bedna 60 cm

výskok do dřepu, seskok- 3 body

Prostná – bez hudby- projít 10 m

PP- přemet stranou -1 bod

gymnastický skok- 1 bod

výdržový prvek -1 bod

Známka provedení z 10 bodů

Vložený mimi závod 2010 a mladší

Prostná- 8m na žíněnkách bez hudby

PP- 2 žabáky/ bez dotyku rukou země/- 1 bod

kotoul vpřed do placky 1 bod

4 poskočné kroky / ne krok sun krok/ – 1 bod

Lavička- 1 řada

PP- gymnastický skok /ne přímý skok /- 1 bod

výdržový prvek -1 bod

3 kroky ve výponu- 1 bod

**Ceny pro děti této kategorie: 1.-3. místo minipohár, medaile, diplom, věcná
cena**

**všechny děti pak obdrží účastnickou
medaili, diplom a cenu**

Pro všechny kategorie platí srážky dle platných pravidel FIG, vyjma srážek za umělecký projev. Za gymnastický skok se nepovažuje přímý skok. Srážka za krátkou sestavu- neprojití předepsané délky- 1 bod

Předběžný časový harmonogram: 8.00-9.00- prezentace kategorie závodu A a
Mimina

9.00- 9.30 porada trenérů a rozhodčích

8.30-9.45- rozcvičení závodnic kategorie A,
Mimina

9.45 příprava na nástup

9.55 nástup

10.00 zahájení závodu- 1.a 2. kategorie A

Po skončení těchto kategorií závod mimin a
3.kategorie

12.-12.30 prezentace závodnic kategorie B

12.30 vyhlášení výsledků závodu A a mimin

13.-14 hodin- rozcvičení závodnic B

14.00- 14.10 nástup a zahájení závodu

14.15 zahájení závodu 1. a 2 kategorie

Po skončení těchto kategorií- kategorie 3.

Vyhlášení výsledků B

Podrobnější časový plán obdržíte po ukončení přihlášek.

Těšíme se na Vás !!!!!

Andrea Kudličková