

## Vánoční závod 2016

**Pořadatel:** Jihomoravská krajská komise ve spolupráci s oddílem SG TJ Sokol Brno I

**Datum:** **17.12.2016**

**Místo:** TJ Sokol Brno I, Kounicova 20/22

**Činovníci:** ředitel závodu: Blašková Veronika  
jednatel: Blašková Veronika

**Přihlášky:** do 7.12.2016

na emailovou adresu: blaskova.veronika@seznam.cz

V přihlášce nutno uvést jméno závodnice, ročník narození, kategorii a rozhodčí

**Podmínka účasti:** včas a řádně zasláná přihláška, na 5 závodnic rozhodčí s platnou kvalifikací (maximálně 3 rozhodčí za oddíl). Jinak pokuta 100 Kč za každou chybějící rozhodčí, rozhodčí musí působit po celou dobu závodu.

**Ubytování:** pořadatel nezajišťuje

**Startovné:** 100,- Kč na závodnici

**Losování:** bude provedeno 12.12.2016

**Technický rozpis:** dle platného závodního programu a tohoto rozpisu, pro všechny kategorie lze využít prvky z doplňkové tabulky s hodnotou +0,1.

**Každý oddíl (s výjimkou pořádajícího) může do kategorie přihlásit maximálně 5 závodnic**

**Úbor:** Závodnice, trenéři a rozhodčí dle pravidel FIG

**Ceny:** Všechny závodnice obdrží drobnou cenu, závodnice na prvních třech místech obdrží navíc medaile a diplom

<b>Časový program:</b>	8,30 – 8,45	prezence
	9,00	technická porada trenérů a rozhodčích
	8,30 – 9,30	rozcvičení
	9,30	začátek závodu

Časový program bude upřesněn podle počtu přihlášených dětí- některé kategorie budou mít prezenci posunutou až na 12 h. Kategorie C,D, E bude mít pouze volné nebo organizované rozcvičení před svým sledem a závod pojedje bez rozcvičení.

## Kategorie A – 2006 a ml

### PŘESKOK – přemet přes stůl – VZ 2,4 b

Možné dva skoky, výška stolu 110-120 cm – nutné napsat výšku do přihlášky

### BRADLA - volná sestava s povinnými požadavky – každý 0,5 bodu

1. začátek sestavy
  - Výmyk tahem 0,3 b.
  - Vzepření vzklopem 0,8 b.
2. toč vpřed nebo vzad
3. přechod z nižší na vyšší žerď do vzporu
4. zákmih nad 45°
5. závěr sestavy
  - závěr prvkem z dopl. tabulek (ne saltový) 0,30 b.
  - závěr saltem nebo obtížnosti dle FIG 0,50 b.

### **Závodnice musí předvést min. 5 prvků.**

Méně než 5 prvků : závodnice obdrží neutrální srážku takto :

při předvedení 4 prvků - 2,00 body

při předvedení 3 prvků - 4,00 body

při předvedení 2 prvků - 6,00 bodů

při předvedení 1 prvku - 8,00 bodů

nepředvede-li žádný prvek –0,00 bodů

### KLADINA výška 120cm, čas max. 1:30 - volná sestava s povinnými požadavky – každý 0,5 bodu

1. gymnastický skok
2. obrat jednož min. 180o
3. akrobatický prvek \*)
4. akrobatický prvek \*)
5. závěr sestavy
  - závěr prvkem A (ne saltový) obdrží 0,30 b.
  - závěr saltem nebo prvkem obtížnost min. B 0,50 b.

\*) Poznámka: povinný prvek č. 3 a 4 lze plnit také prvky uvedenými v „Doplňkové tabulce prvků“ s výjimkou kotoulů s přehmaty pod kladinu. Prvky musí být různé.

## Kategorie B – 2007 a ml - čtyřboj

**V této kategorii nesmí startovat závodnice, které se již někdy účastnili kategorie žákyně B nebo starší žákyně.**

### Všechna náradí dle závodního programu mladší žákyně –

přeskok pouze přemet do lehu (dva pokusy a počítá se lepší)

## Kategorie C – 2009 a ml

Do známky D se započítávají PP a bonifikace, počítá se obtížnost maximálně 5 prvků. Pouze pro děti, které nemají splněnou kategorii mladší žákyně dle závodního programu.

Známka E je vždy z 10 bodů.

Bradla – dle kategorie mladší žákyně- dle závodního programu

Kladina 60 cm – PP – každý 0,5 bodu

1. Gymnastický skok odrazem jednož
2. Gymnastický skok odrazem snožmo
3. Kotoul libovolný
4. Závěr přímý skok, štika – 0,3  
Rondat – 0,5

Bonifikace: Kotoul bez dohmatu + 0,5

**Prostná – PP – každý 0,5 bodu**

1. Průchod stojem
2. Gymnastická série
3. Spojení dvou akrobatických prvků (lze i stejných)
4. Libovolná váha s výdrží 2s

Bonifikace: Přemet vzad + 0,5

## Kategorie D – 2009 a ml

Do známky D se započítávají PP a bonifikace, počítá se obtížnost maximálně 5 prvků. Pouze pro děti, které se nikdy nezúčastnily závodu kategorie mladší žákyně.

Známka E je vždy z 10 bodů.

**Přeskok**- rozběh a výskok z můstku na vyvýšenou podložku (20 cm)

Známka D je 2,5 a závodnice mají 2 pokusy- počítá se lepší

**Bradla – výmyk + 4x různý výdržový prvek - každý 0,5 bodu**

Výmyk s dopomocí- srážka 1b

**Prostná – PP – každý 0,5 bodu**

1. Kotoul do placky s výdrží 2s
2. Gymnastický skok odrazem jednož
3. Gymnastický skok odrazem snožmo (lze využít i skrčku- prvek bez hodnoty)
4. Průchod stojem
5. Váha únožmo

Bonifikace: kotoul vzad přes napnuté paže +0,5  
most ze stoje nebo přemet vzad +0,5

## Kategorie E – 2011 a ml

**Bradla – PP – 4x různý výdržový prvek - každý 0,5 bodu**

Bonifikace: výmyk s odrazem +1, 0 b  
výmyk tahem +2, 0 b

V případě, že při výmyku bude dopomoc trenéra, výmyk se nebonifikuje, ale nesrážíme dopomoc

**Prostná – PP – každý 0,5 bodu**

1. Kotoul do placky s výdrží 2s
2. Gymnastický skok odrazem jednož
3. Gymnastický skok odrazem snožmo (lze využít i skrčku- prvek bez hodnoty)
4. Průchod stojem

Bonifikace: kotoul vzad přes napnuté paže +0,5  
váha únožmo +0,5