

# Oddíl sportovní gymnastiky Tělocvičné jednoty Sokol Plzeň I

pořádá v neděli 24.4.2016

25. ročník

Jarního poháru Sokola Plzeň I



## ROZPIS

### A/ Všeobecná ustanovení

1. **Pořadatel:** oddíl SG T.J. Sokol Plzeň I
2. **Datum:** neděle 24.4.2016
3. **Místo:** Sokolovna T. J. Sokol Plzeň I, Štruncovy sady 1, 301 12 Plzeň
4. **Činovníci závodu:**

	dopoledne – dívky	odpoledne - chlapci
ředitel závodu:	Martina Soudková	Luboš Jan
hlavní rozhodčí:	Jitka Štiková	Viktor Mráček
technická četa:	oddíl SG Sokol Plzeň I	
lékařka závodu:	MUDr. Jana Janová	
5. **Přihlášky:** do pondělí 4.4.2016  
e-mailem: [sokolplzen1cos@seznam.cz](mailto:sokolplzen1cos@seznam.cz)  
do přihlášky napište kategorii, jméno závodníka či závodnice, datum narození, jméno trenéra, název TJ, klubu apod. a jména rozhodčích - včetně dosažené třídy
6. **Cestovné:** na vlastní náklady
7. **Závodní kancelář:** bude otevřena v den závodu od 8.30 hod.

## **B/ Technická ustanovení:**

- 9. Předpis:** Závodí se podle pravidel FIG, ZP platného pro rok 2016 včetně posledních změn a směrnice tohoto rozpisu. Při rovnosti bodů rozhoduje o umístění nejvyšší dosažená známka.
- V kategorii mladší žákyně na přeskoku nejprve všechny závodnice v družstvu předvedou skok ad. 1), pokud za něj obdrží hodnocení 0, budou mít možnost jej opakovat; následně všechny předvedou skok ad. 2), pokud za něj obdrží hodnocení 0 a současně nevyužily rozběh navíc v případě prvního skoku, budou mít možnost skok opakovat. Výsledná známka na přeskoku v této kategorii bude SOUČET známek za oba skoky.
- Pro nábor žákyň A, B a předškoláky platí doplňková tabulka prvků. V těchto kategoriích jsou zakázány akrobatické prvky s letovou fází kromě kotoulu letmo a rondatu. V případě nedodržení tohoto zákazu, obdrží závodnice za každý takto předvedený prvek srážku 0,5 bodu.
- Hodnocení náboru dle pravidel FIG a tohoto rozpisu, bez uplatnění specifických srážek. Předvedené prvky obtížnosti nad rámec tohoto rozpisu nemohou zvýšit známku D, jejich provedení bude posouzeno panelem E.
- V kategoriích nábor žákyň A, B a předškoláci nesmí startovat dívky, které mají splněný výkonnostní stupeň ml.žákyně a vyšší.
- V kategoriích juniorky a ženy C nesmí startovat závodnice, které v témže roce startovaly v kategorii B či A.

- 10. Kategorie:**
- |                              |  |
|------------------------------|--|
| <b>ml. žákyně</b>            | <b>ročníky narození 2007 a mladší</b><br>Prostná – ZP str. 17-18<br>Přeskok – povinné 2 skoky,<br>1) libovolný skok z pravidel nebo doplňkové tabulky prvků<br>2) skok ze závodního programu ad. 2) z rozběhu odrazem snožmo z můstku přímý výskok na bednu 60 – 80 cm, známka D = 1,5; srážky u známky E dle ZP (třetí rozběh povolen v případě, že některý z předešlých skoků je hodnocen 0, včetně prázdného rozběhu, viz bod 9.) |
| <b>st. žákyně</b>            | <b>A ročníky 2008 – 2006, B ročníky 2005 - 2003</b><br>Bradla – ZP str. 19 - 20<br>Prostná – ZP str. 23  |
| <b>žákyně B</b>              | <b>ročníky 2007 - 2004</b><br>Kladina – ZP str. 33<br>Prostná – ZP str. 33 - 34  |
| <b>Juniorky B<br/>Ženy B</b> | <b>ročníky 2003 - 2001<br/>ročník 2000 a starší</b><br>Přeskok – ZP str. 35<br>Kladina – ZP str. 35 – 36   |
| <b>Juniorky C<br/>Ženy C</b> | <b>ročníky 2003 – 2001<br/>ročník 2000 a starší</b><br>Přeskok – ZP str. 38<br>Kladina – ZP str. 38  |

**Nábor žákyň A** ročníky narození 2009 - 2008  
**Nábor žákyň B** ročníky narození 2007 – 2006

Dvojboj s povinnými požadavky

Přeskok bedna 80

volný skok z doplňkové tabulky prvků nebo  
výskok na bednu do dřepu a seskok 0,50 b.

Prostná pás 12 x 2 m  
volná sestava s povinnými požadavky

- |    |                                       |         |
|----|---------------------------------------|---------|
| 1. | váha únožmo s držením nohy bez výdrže | 0,30 b. |
|    | s výdrží 2 vt                         | 0,50 b  |
| 2. | gymnastický skok A                    | 0,50 b. |
| 3. | akrobatický prvek                     | 0,50 b. |
| 4. | pirueta (od 180 st. více)             | 0,50 b. |
| 5. | akrobatický prvek jiný než ad. 3.     | 0,50 b. |

Hodnocení: známka D prostná – povinné požadavky max 2,50 b.  
známka E - provedení 10,00 b.

**Předškolačky** ročník narození 2010 a mladší

Dvojboj s povinnými požadavky

Přeskok bedna 80 cm

volný skok z doplňkové tabulky prvků nebo  
výskok na bednu do dřepu a seskok 0,50 b.

Prostná pás 12 x 2 m  
volná sestava s povinnými požadavky

- |    |                                   |         |
|----|-----------------------------------|---------|
| 1. | 1 x využít celou délku pásu       | 0,50 b. |
| 2. | gymnastický skok A                | 0,50 b. |
| 3. | akrobatický prvek                 | 0,50 b. |
| 4. | pirueta (od 180 st. více)         | 0,50 b. |
| 5. | akrobatický prvek jiný než ad. 3. | 0,50 b. |

Hodnocení: známka D prostná – povinné požadavky max 2,50 b.  
známka E - provedení 10,00 b.

**Nábor chlapci** 6 – 8 let

Přeskok bedna našíř 80 – 100 cm

doporučené skoky –výskok do vzporu skrčmo,skrčka,kotoul letmo

Hodnocení: hodnota skoku: 4b  
provedení: 10b

---

Celkem: 14,0 b

## Akrobacie      Obtížnost – 4 prvky

Pás 12 m - minimálně 1 řada

Speciální požadavek – prvek pohyblivosti

Hodnocení:    hodnota prvku                      1,0 b

Provedení    10 b

Za chybějící cvik je srážka 1,0 bodu.

---

Celkem:    14,0 b

## Kruhy              Obtížnost - 4 prvky

Speciální požadavek: přednos ,výdrž 2 sec.

předkmih- zákmih nebo opačně- uznává se jako prvek

Hodnocení:    hodnota prvku                      1b

Provedení    10b

---

Celkem:    14b

### **Nejmladší žáci**

7- 9 let

Akrobacie

přeskok

5+závěr, kruhy – 3+závěr dle ZP jaro

bedna 100cm přemet – 2 b

přímý - 1 b

provedení    10 b

### **Mladší žáci**

do 11 let

akrobacie , kruhy - ZP jaro

přeskok

bedna 100 – 120 cm přemet – 2 b

přímý - 1 b

provedení    10 b

### **Starší žáci**

do 13 let

Akrobacie, kůň našít, kruhy, přeskok dle ZP str.10

### **Kadeti**

do 15 let

Akrobacie, kůň našít, kruhy, přeskok dle ZP str. 11

### **Dorostenci**

16 - 18

Akrobacie, kůň našít, kruhy, přeskok dle ZP str.12

## **11. Podmínka účasti:**

Včas zasláná přihláška a prezenze v závodní kanceláři, průkaz, zdravotní způsobilost (odpovídají rodiče a vysílající složka) a zaplacené startovné 100,-Kč za závodníka/ci (při prezenci).

Každý oddíl je povinen na vlastní náklady zajistit vyškoleného/nou rozhodčí/ho na každých 10 závodníků. Nesplní-li tuto podmínku, zaplatí pořadateli před zahájením závodu pokutu ve výši 400,- Kč. Pokud nezaplatí, závodníci/ce nebudou připuštěni/y k závodu.

## **12. Časový rozvrh:**

8.30 – 9.15    prezenze a rozcvičení žákyň, juniorek a žen

9.00 – 9.15    porada trenérů a rozhodčích

9.15 – 11.00    závod žákyň, juniorek a žen

11.15           vyhlášení výsledků

11.30 – 13.30    závod náboru a předškoláků

13.45           vyhlášení výsledků

13.30 – 14.00 prezenze a rozcvičení náboru chlapců, žáků, kadetů a  
dorostenců  
13.45 – 14.00 porada trenérů a rozhodčích  
14.00 – 17.00 závod žáků, kadetů a dorostenců  
17.15 vyhlášení výsledků

**Pořadatel si vyhrazuje změnu časového rozvrhu dle přihlášených závodníků/nic!!!**

Martina Soudková  
ředitel závodu dívek

Luboš Jan  
ředitel závodu chlapců