

R O Z P I S

XXIV. ročník závodu pro nejmladší Klokánkova kapsa

15. listopadu 2015



A/ Všeobecná ustanovení

1. Pořadatel: TJ Bohemians Praha
oddíl SG
2. Místo: tělocvična TJ Bohemians
Slovenská 2, Praha 10
3. Datum: 15. listopadu 2015 (neděle)
4. Činovníci: ředitel závodu – Marie Kalašová
jednatel – Iva Slabá
hlavní rozhodčí – Petra Kailová
hlasatel – Miluše Nekvasilová
počtářská komise – Michal Šotola
5. Přihlášky: do 10. 11. 2015 prostřednictvím systému GIS na stránkách ČGF.
Případné dotazy k systému GIS na e-mail: sotola@gymfed.cz. Jiné dotazy
na e-mail: info@sgbohemians.cz.
6. Závodní kancelář: otevřena v místě závodu od 8.45 hod.
7. Podmínka účasti: včas zasláná přihláška
platná lékařská prohlídka
z každého oddílu nejméně 1 rozhodčí (jinak pokuta 1000 Kč);
uvítáme i více rozhodčích z jednoho oddílu
startovné 100 Kč za závodnici

B/ Technická ustanovení

8. Předpis: závodí se dle Pravidel FIG a tohoto rozpisu
9. Startují: jednotlivkyně ve třech kategoriích
1. kategorie - žákyně naroz. 2007
2. kategorie - žákyně naroz. 2008
3. kategorie - žákyně naroz. 2009
z každé jednoty max. 5 závodnic v každé kategorii (kromě pořadajícího oddílu)
10. Úbor: závodnice, trenéři i rozhodčí dle pravidel SG
11. Disciplíny a obtížnost:

1. kategorie žákyně nar. 2007 – čtyřboj s povinnými požadavky

Přeskok

Tréninkový stůl 100 cm (měkký) + žíněnky v úrovni stolu (možno použít i bednu)

- 1/ z rozběhu náskok do stoje na rukou a odrazem z rukou pád do lehu na zádech

Povoleny 2 skoky. Do výsledku se započítává lepší známka z obou přeskoků.

Hodnota D = 3,50 b.

Bradla

Volná sestava s povinnými požadavky

Povinné požadavky:

- 1/ vzeprění vzklopno 0,50 b. nebo výmyk tahem 0,30 b.
- 2/ točový prvek vpřed nebo vzad
- 3/ přechod z nižší na vyšší žerď (nemusí být prvkem)
- 4/ vodorovný zákmih (ramena – boky – špičky)
- 5/ závěr sestavy:
 - závěr prvkem z dopl. tabulek (ne saltový) nebo bonifikovaný závěr z povinné sestavy starších žákyň (viz. ZP str. 19 b. 7 ad6) - 0,30 b.
 - závěr saltem nebo obtížností dle FIG - 0,50 b.

Kladina (120 cm)

Volná sestava s povinnými požadavky

Povinné požadavky:

- 1/ gymnastický skok
- 2/ obrat jednonož min. 180°

- 3/ akrobatický prvek *)
- 4/ akrobatický prvek *)
- 5/ závěr sestavy
 - závěr prvkem A (ne saltový) - 0,30 b.
 - závěr saltem nebo prvkem obtížnost min. B - 0,50 b.

*) Prvky musí být různé a provedené na kladině.

Prostná - bez hudby

Volná sestava s povinnými požadavky

Povinné požadavky:

- 1/ pasáž nejméně dvou 2 různých gymnastických skoků odrazem jednož, z nichž jeden musí být s rozsahem 180° v bočním nebo čelném roznožení nebo s přednožením roznožmo (dle Pravidel FIG)
- 2/ obrat jednož min. 360°
- 3/ akrobatický prvek vpřed/stranou
- 4/ akrobatický prvek
- 5/ závěr sestavy
 - akrobatická řada bez salta (alespoň 1 prvek s let. fází, prvky musí různé) - 0,30 b.
 - saltem (musí být zároveň posledním akrobatickým prvkem) - 0,50 b.

Hodnocení obtížnosti (známka D) dle Pravidel FIG s výše uvedenými zlehčenými povinnými požadavky, každý v hodnotě 0,50 b., není-li uvedeno jinak.

Za provedení a umělecký projev může závodnice získat maximální známku E 10 b.

Krátká sestava

Za krátkou sestavu odečte panel D z výsledné známky příslušné neutrální srážky:

- za 3 a více prvků na bradlech, 5 a více prvků na kladině a v prostných - bez srážky
- za 2 prvky na bradlech, 4 prvky na kladině a v prostných - srážka 3,00 b.
- za 1 prvek na bradlech, 3 prvky na kladině a v prostných - srážka 5,00 b.
- za 1 – 2 prvky na kladině a v prostných - srážka 8,00 b.
- pokud závodnice nepředvede žádný prvek - srážka 10,00 b.

2. kategorie žákyně nar. 2008 – volný trojboj s povinnými požadavky

Bradla – nižší žerd'

Povinné požadavky (panel D):	3 prvky - hodnota každého	1,00 b.
	1 prvek obt. A	1,00 b.
Bonifikace:	vzklopka	1,00 b.
	vodorovný zákmiň (ramena – boky – špičky)	1,00 b.

Kladina 60 cm:

Povinné požadavky (panel D):	2 řady - hodnota každé	1,00 b.
	1 akro prvek obt. A	1,00 b.
	1 gym prvek obt. A	1,00 b.
Bonifikace:	jiný akro prvek vpřed/str./vzad	1,00 b.
	obrat jednož min. 180°	0,50 b.
	rovnovážný gym prvek (výdrž)	0,50 b.

Prostná 12 m (závodní akr. podlaha):

Povinné požadavky (panel D):	2 řady - hodnota každé	1,00 b.
	1 akro prvek obt. A	1,00 b.
	1 gym prvek obt. A	1,00 b.
Bonifikace:	spojení 2 různých akro prvků s letovou fází	1,00 b.
	obrat jednož 360°	1,00 b.

3. kategorie žákyně nar. 2009 – trojboj s povinnými požadavky

žerd' po čelo (možno podložka pod nohy):

Povinná sestava (panel D):	ze shybu stojmo tahem výmyk	1,50 b.
	(výmyk v provedení odrazem	1,00 b.)
	sešín vpřed do visu vnesmo a přešvih skrčmo/schylmo	
	do svisu vnesmo vzadu (výdrž),	1,00 b.
	svis střemhlav vzadu (výdrž),	
	svis vnesmo vzadu (výdrž),	
	přešvih schylmo do visu vnesmo	1,00 b.
	shyb do visu (výdrž), plynule do shybu stojmo	1,00 b.

lavička:

povinné požadavky (panel D):	2 řady - hodnota každé	0,50 b.
	1 akro prvek obt. A	1,00 b.
	1 gym prvek obt. A	1,00 b.
bonifikace:	jiný akro prvek	1,00 b.
	rovnovážný gym prvek (výdrž)	0,50 b.

prostná 12 m (měkký pás, nezávodní akrobatická podlaha):

povinné požadavky (panel D):	1 řada – hodnota	1,00 b.
	1 akro prvek obt. A	1,00 b.
	1 gym prvek obt. A	1,00 b.
bonifikace:	jiný akro prvek s letovou fází	1,00 b.
	placka	0,50 b.

Definice „řady“ u 2. a 3. kategorie: „řada“ = využití (projití) celé délky kladiny/lavičky nebo 12 m na prostných. Související srážky panelu D (z výsledné známky) u 2. a 3. kategorie:

- nevyužití celé délky kladiny/lavičky -0,50 b.
- nevyužití délky 12 m na prostných -0,50 b.

Další prvky obtížnosti předvedené v kategoriích 2 a 3 nad rámec povinných požadavků a uvedených bonifikací, nemohou zvýšit maximální hodnotu známky D, jejich provedení však bude posouzeno panelem E.

U všech kategorií mohou být jako prvky obtížnosti A použity prvky z Doplňkové tabulky prvků nad rámec Pravidel, která je součástí Závodního programu ženských složek pro období 2013-2017, vydání platné od 31. 3. 2014 (s úpravami z ledna 2015). Bonifikované akro prvky na kladině a v prostných však musí být z Pravidel FIG.

12. Časový pořad:	prezentace	8,45 - 9,30 hod.
	rozcvičení	9,00 - 10,00 hod.
	porada	9,45 hod.
	nástup	10,00 hod.
	zahájení závodu	10,10 hod.
	ukončení	cca v 16,00 hod.

Časový program bude upřesněn po uzavěrce přihlášek a zveřejněn na www.sgbohemians.cz.

13. Upozornění pro účastníky, rodiče a diváky

Vstup do tělocvičny, na závodní plochu, do šaten a na galerii u šaten bude povolen pouze závodnicím, trenérům, rozhodčím a rodičům závodnic TJ Bohemians, kteří se budou podílet na organizaci soutěže. Pro ostatní diváky bude k dispozici galerie pro diváky.



Marie Kalašová
předsedkyně oddílu

Praha, 20. 10. 2015