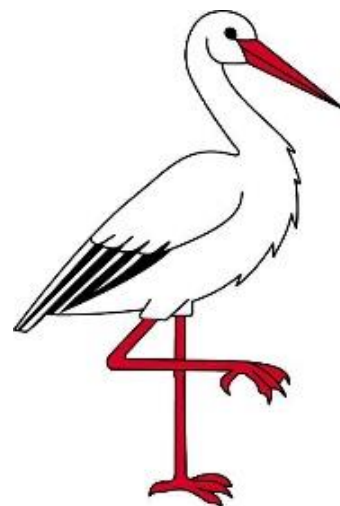


ČAPÍ ZÁVOD – rozlučka se sezónou



A/ Všeobecná ustanovení

1. Pořadatel: SG Liberec
2. Datum: **22. 6. 2024**
3. Přihlášky: přes GIS do 7. 6. 2024 nebo do vyčerpání kapacity závodu
4. Místo konání: Jeronýmova 570 / 22 460 07 Liberec 7 (Sport Park Liberec)
5. Činovníci závodu:
 - ředitel závodu: Renata Berková, renata.berkova@shipmall.cz, 737264606
 - jednatel: Markéta Záklasníková
 - hlavní rozhodčí: Renata Berková
 - organizační a zdravotní zajištění: pořadatel
6. Rozhodčí: každý oddíl je povinen na vlastní náklady zajistit 1 kvalifikovanou/ného rozhodčí/ho na každých započatých 5 závodnic. Nesplní-li tuto podmínku, nebudou dívky připuštěny k závodu. Ve výjimečném případě – a jedině po předchozí dohodě – zaplatí pořadateli před zahájením závodu pokutu ve výši 500,- Kč za každou/dého chybějící/ho rozhodčí/ho.
7. Podmínka účasti: včas zasláná přihláška, za zdravotní způsobilost zodpovídá vysílající složka a rodiče, zaplacené startovné ve výši 400,-Kč za závodnici. Závodnice a rozhodčí se účastní na náklady vysílající složky.
8. Bufet: bude zajištěn v místě konání
9. Časový rozpis: bude upřesněn dle počtu přihlášených do 19.6.2024

B/ TECHNICKÁ USTANOVENÍ

Závodí se dle pravidel FIG a platného závodního programu s výjimkami uvedenými v tomto rozpisu. Pro všechny kategorie je vypsán čtyřboj.

KATEGORIE

1. 2020 a mladší – dle rozpisu
 2. 2019 – dle rozpisu
 3. 2018 – dle rozpisu
 4. 2017 – dle závodního programu VS0
 5. 2015-2016 - dle rozpisu, **OMEZENÍ**: v této kategorii nemohou závodit závodnice, které se účastnily nominačního závodu nebo MČR v kategorii VS2A nebo vyšší
- Pro kategorie 1-3 platí doplňková tabulka prvků. Pro kategorie 1-3 není požadavek na akrobatické řady a závěr sestavy, nebudou uplatňovány srážky za umělecký dojem a krátkou sestavu, arabeska bude počítána za prvek.
 - **POČET STARTUJÍCÍCH V JEDNÉ KATEGORII JE OMEZEN NA 5 ZÁVODNIC Z JEDNOHO ODDÍLU.** Omezení neplatí pro pořádající oddíl.

C/ ZÁVODNÍ ROZPIS:

Kategorie 1 (2020 a mladší) a Kategorie 2 (2019)

Přeskok: švédská bedna 80 cm

Z rozběhu náskok na můstek a odrazem snožmo výskok do vzporu dřepmo a plynulý seskok na doskokovou žíněnku (možnost využít zkrácený můstek).

Hodnocení: **Známka D: 4,00 body**

Specifické srážky:

- odraz z můstku střídmonož -1,00 b
- výskok do kleku -2,00 b
- nohy neprochází mezi rukama -1,00 b
- opakovaný poskok na můstku -1,00 b

Hrazda: doskočná

- ze svisu přešvih skrčmo/schylmo do svisu vnesmo vzadu (výdrž 2s)
- průvlek zpět - svis vnesmo vpředu snožmo (špičky před žerdí) (výdrž 2s)
- zvolna přednos ve visu (úhel 90°) (výdrž 2 s)
- plynule přechod do stoje

Hodnocení: každý skladební požadavek 1,00 b., **max. známka D: 4,00 body**

Specifické srážky:

- lehký dotyk žerdi -0,10 b
- výraznější dotyk žerdi -0,30 b
- odražení od žerdi -0,50 b
- chybějící výdrž -0,30 b

Lavička: nepolstrovaná

Volná sestava se skladebními požadavky

- náskok do dřepu
- gymnastický prvek
- rovnovážný postoj na jedné noze, povinně výdrž min. 2s
- akrobatický prvek

Hodnocení: každý skladební požadavek 1,00 b, **max. známka D: 4,00 body**

Prostná

Volná sestava se skladebními požadavky

- akrobatický prvek
- gymnastický prvek
- arabeska
- sed roznožný a hluboký předklon (placka)

Hodnocení: každý skladební požadavek 1,00 b, **max. známka D: 4,00 body**

Kategorie 3 (2018)

Přeskok: švédská bedna 80 cm

Z rozběhu náskok na můstek a odrazem snožmo výskok do vzporu dřepmo a plynulý seskok na doskokovou žíněnku (možnost využít zkrácený můstek).

Hodnocení: **Známka D: 4,00 body**

Specifické srážky:

- odraz z můstku střídmonož -1,00 b
- výskok do kleku -2,00 b
- nohy neprochází mezi rukama -1,00 b
- opakovaný poskok na můstku -1,00 b

Hrazda: doskočná

- ze svisu přešvih skrčmo/schylmo do svisu vznesmo vzadu (výdrž 2s)
- průvlek zpět - svis vznesmo vpředu snožmo (špičky před žerdí) (výdrž 2s)
- zvolna přednos ve visu (úhel 90°) (výdrž 2 s)
- plynule přechod do stoje

Hodnocení: každý skladební požadavek 1,00 b., **max. známka D: 4,00 body**

Specifické srážky:

- lehký dotyk žerdi -0,10 b
- výraznější dotyk žerdi -0,30b
- odražení od žerdi -0,50 b
- chybějící výdrž -0,30 b

Lavička: nepolstrovaná

Volná sestava se skladebními požadavky

- akrobatický prvek
- gymnastický prvek
- arabeska nebo váha min. 135st.
- jiný akrobatický prvek

Hodnocení: každý skladební požadavek 1,00 b., **max. známka D: 4,00 body**

Prostná

Volná sestava se skladebními požadavky

- akrobatický prvek vzad
- akrobatický prvek vpřed / stranou
- gymnastický prvek
- hluboký předklon (placka)

Hodnocení: každý skladební požadavek 1,00 b., **max. známka D: 4,00 body**

Kategorie 4 (2017)

Dle závodního programu VS0, ZP str. 16-18.

Pro cvičení na bradlech bude použita hrazdová žerd.

Kategorie 5 (2015 - 2016)

Přeskok: měkká bedna našíř, 90 cm

Dle závodního programu V. liga, ZP str. 50.

Bradla:

Dle závodního programu V. liga, ZP str. 50.

Kladina: 125 cm. Maximálně 8 prvků do známky D (3 akro, 3 gym, 2 libovolné).

Neplatí doplňková tabulka prvků! Mohou být použity pouze prvky uvedené v pravidlech FIG. Jiné prvky nezískávají HO, nemohou být použity k plnění skladebních požadavků a nebudou započítány do počtu prvků.

Krátká sestava:

- 6 a více prvků: beze srážky
- 5 prvků: -2,00 b
- 4 a méně prvků: -4,00 b

Volná sestava se skladebními požadavky. Všechny skladební požadavky musí být předvedeny na kladině.

Hodnota každého skladebního požadavku je 0,50 b.

1. akrobatický prvek procházející stojem na rukou
2. jiný akrobatický prvek (různý od 1)
3. gymnastický prvek
4. jiný gymnastický prvek (různý od 3)

Skladební požadavky lze plnit i prvky s výdržemi, stojí na rukou a kotouly.

Prostná: Maximálně 8 prvků do známky D (3 akro, 3 gym, 2 libovolné).

Neplatí doplňková tabulka prvků! Mohou být použity pouze prvky uvedené v pravidlech FIG. Jiné prvky nezískávají HO, nemohou být použity k plnění skladebních požadavků a nebudou započítány do počtu prvků.

Krátká sestava:

- 6 a více prvků: beze srážky
- 5 prvků: -2,00 b
- 4 a méně prvků: -4,00 b

Platí požadavek min. 2 akrobatických řad pro uznání závěru sestavy. Za akro řadu se považuje:

- samostatné salto vpřed odrazem snožmo
- přímé spojení min. 2 různých akro prvků

Volná sestava se skladebními požadavky. Hodnota každého skladebního požadavku je 0,50 b.

1. spojení / pasáž nejméně 2 různých gymnastických prvků, z nichž jeden musí být skok s rozsahem 180°
2. obrat jednož min. 360st
3. akrobatický prvek vpřed s letovou fází (nemusí být v akro řadě)
4. jiný akrobatický prvek (nemusí být v akro řadě)

C/ ZÁVĚREČNÁ USTANOVENÍ

1. výsledky – budou uveřejněny v elektronické podobě na www.gymfed.cz
2. ceny závodnice na 1-3 místě obdrží medaili a pohár
všechny závodnice obdrží věčný dárek