



Tělocvičná jednota SOKOL Kopřivnice

pořádá tradiční závod



**14. prosince 2024**

## Všeobecná ustanovení

**Pořadatel:** Gymnastický klub T. J. Sokol Kopřivnice

**Datum:** sobota **14. prosince 2024**

**Místo:** Tělocvičny ZS, Masarykovo nám. 540, 742 21 Kopřivnice

**Činovníci:** ředitel závodu Rýparová Dana  
hlavní rozhodčí Macíčková Alena  
jednatelka Rýparová Denisa

**Přihlášky:** uzávěrka přihlášek **do 7. prosince 2024** prostřednictvím GISu,  
neregistrované závodnice přihlašujte přes e-mail: [gkkopr@seznam.cz](mailto:gkkopr@seznam.cz)

**Startovné:** **300,- Kč** za závodnici

**Podmínka účasti:** včas zasláná přihláška, uhrazení startovného, zajištění 1 rozhodčí panelu D

- za zdravotní stav závodnice odpovídá vysílající oddíl
- rozhodčí za oddíl po celou dobu závodu
- omezení maximálně 5 závodnic v kategorii (omezení neplatí pro domácí klub)

**Rozhodčí:** minimálně 1 kvalifikovaná rozhodčí na každých 1-8 závodnic po celou dobu závodu  
(penále za nedodržení +100 Kč za každou závodnici)

**Závodní kancelář:** od 8:00 hodin (v patře) – **tělocvičny budou otevřeny nejdříve v 7:45 hod.**

## Technická ustanovení

**Startují:** jednotlivkyňe podle vypsání kategorií (mimo účastnice MČR v kat. A)

**Kategorie:**

1. kategorie – domácí závodnice - roč. 2018 a ml.
2. kategorie – roč. 2019 a ml.
3. kategorie – roč. 2018-2017
4. kategorie – roč. 2017–2015 – *V. liga*
5. kategorie – roč. 2014–2013 – *IV. liga*
6. kategorie – roč. 2012 a starší – *III. liga*

**Hodnocení:** dle tohoto rozpisu, aktuálních pravidel FIG a ZP platného od 1.1.2018  
(včetně doplňkové tabulky)

## Neutrální srážky za krátkou sestavu

| <b>1. + 2.kategorie:</b>       | <b>3. kategorie:</b>           | <b>4. kategorie:</b>           | <b>6.kategorie:</b>            |
|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|
| <b>3 a více</b> prvků - 0,0 b. | <b>4 a více</b> prvků - 0,0 b. | <b>5 a více</b> prvků - 0,0 b. | <b>6 a více</b> prvků - 0,0 b. |
| 2 prvky - 1,0 b.               | 3 prvky - 2,0 b.               | 4 prvky - 2,0 b.               | 5 prvků - 1,0 b.               |
| 1 prvek - 1,0 b.               | 2 prvky - 4,0 b.               | 3 prvky - 4,0 b.               | 4 prvky - 2,0 b.               |
| 0 prvků - 2,0 b.               | 1 prvek - 8,0 b.               | 2 prvky - 6,0 b.               | 3 prvky - 3,0 b.               |
|                                | 0 prvků - 10,0 b.              | 1 prvek - 8,0 b.               | 2 prvky - 4,0 b.               |
|                                |                                |                                | 1 prvek - 5,0 b.               |
|                                |                                |                                | 0 prvků - 7,0 b.               |

## Akro řady

3. kat bez požadavku na akro řady – požadavky lze plnit kotouly z DT  
3. a 4. kat min. 2 akro řady (lze i AŘ bez salta) = přímé spojení min. 2 různých prvků, z nichž min. jeden musí obsahovat projití stojem na rukou, salto odrazem snožmo je považováno za AŘ; v různých řadách bez salta se nesmí prvky opakovat  
5. kat min.2 akro řady pro uznání závěru, samostatné salto odrazem obounož plní požadavek akro řady  
6. kat bez požadavku na akro řady

**Technický rozpis:****Kategorie 1. – pouze pro domácí závodnice 2018 a mladší -- 3 a více prvků****PŘESKOK** – odrazem z můstku náskok do dřepu na 60 cm a přímý seskok na žíněnku 20 cm, D = 1,00 b.**LAVIČKA** – max. známka **D = 2,0 b.**, SP musí být předveden na kladině, bez srážek za um. dojem

|     |                      |        |
|-----|----------------------|--------|
| SP: | 1. gymnastický skok  | 1,0 b. |
|     | 2. akrobatický prvek | 1,0 b. |

**Kategorie: 2. roč. 2019 a mladší - 3 a více prvků****PŘESKOK** – odrazem z můstku náskok do dřepu na 60 cm a přímý seskok na žíněnku 20 cm, D = 1,00 b.**LAVIČKA** – max. známka **D = 2,0 b.**, SP musí být předveden na kladině, bez srážek za um. dojem

|     |                      |        |
|-----|----------------------|--------|
| SP: | 1. gymnastický skok  | 1,0 b. |
|     | 2. akrobatický prvek | 1,0 b. |

**Kategorie: 3. roč. 2018–17 - 4 a více prvků****PŘESKOK** – odrazem z můstku kotoul letmo přes měkkou překážku 60 cm na žíněnku 20 cm dle ZP - VSO  
– srážky dle ZP, D = 2,00 b**KLADINKA** – výška 50 cm, šířka 12 cm, bez srážek za umělecký dojem, SP musí být předvedeny na kladině

|     |                                  |        |
|-----|----------------------------------|--------|
| SP: | 1. gymnastický skok              | 0,5 b. |
|     | 2. obrat 180° jednož nebo skokem | 0,5 b. |
|     | 3. akrobatický prvek             | 0,5 b. |

**Kategorie: 4. roč. 2017–15 - 5 a více prvků (dle požadavků V. ligy)****KLADINA** – výška 100 cm, bez srážek za umělecký dojem

|     |                                  |        |
|-----|----------------------------------|--------|
| SP: | 1. gymnastický prvek             | 0,5 b. |
|     | 2. obrat jednož min. 180° jednož | 0,5 b. |
|     | 3. akrobatický prvek             | 0,5 b. |
|     | 4. jiný akrobatický prvek        | 0,5 b. |

**PROSTNÁ** – pás 12 m, HD možný, minimálně 2 řady (á 12 m), bez srážek za um. dojem

|     |   |        |
|-----|---|--------|
| SP: | 1. pasáž nejméně 2 různých gymn. skoků odrazem z 1 nohy | 0,5 b. |
|     | 2. obrat jednož min 360°                                | 0,5 b. |
|     | 3. akrobatický prvek vpřed/stranou                      | 0,5 b. |
|     | 4. akrobatický prvek vzad                               | 0,5 b. |

(3. a 4. nemusí být předvedeno v akro řadě)

**Kategorie: 5. roč. 2014–13 - 7 a více prvků (dle požadavků IV. ligy)****KLADINA** – výška 125 cm, bez srážek za umělecký dojem

|     |  |        |
|-----|--|--------|
| SP: | 1. spojení nejméně 2 různých gymnastických prvků,<br>z nichž jeden musí být skok s rozsahem 180° (dle FIG) | 0,5 b. |
|     | 2. obrat ze sk.3 / kotoul dle FIG  | 0,5 b. |
|     | 3. akrobatický prvek   | 0,5 b. |
|     | 4. jiný akrobatický prvek  | 0,5 b. |

*(Skladební požadavky musí být předvedeny na kladině, vyjma SP2 kotoul, lze použít všechny prvky uvedené v pravidlech FIG a doplňkové tabulce, tedy i prvky s výdrží, stoje na rukou a kotouly, s výjimkou kotoulu s přehmatem pod kladinu.)*

**PROSTNÁ** – pás 15 m pružný, hudební doprovod není povinný, minim. 2 řady (á 12 m), bez srážek za um. dojem

|     |  |        |
|-----|--|--------|
| SP: | 1. pasáž nejméně 2 různých gym. skoků odrazem z 1 nohy,<br>z nichž jeden musí být skok s rozsahem 180° | 0,5 b. |
|     | 2. obrat ze sk. 2 Pravidel FIG   | 0,5 b. |
|     | 3. akrobatický prvek vpřed/stranou   | 0,5 b. |
|     | 4. akrobatický prvek vzad  | 0,5 b. |

**Kategorie: 6. roč. 2012 a st. - 6 a více prvků (dle požadavků III. ligy)**

**KLADINA** – výška 120 cm

|     |                                     |        |
|-----|-------------------------------------|--------|
| SP: | 1. gymnastický prvek dle FIG        | 0,5 b. |
|     | 2. gymnastický prvek FIG různý od 1 | 0,5 b. |
|     | 3. akrobatický prvek FIG na kladině | 0,5 b. |
|     | 4. FIG prvek různý od 1-3           | 0,5 b. |

(SP 1-3 musí být předvedeny na kladině; akro požadavek FIG nelze plnit kotouly, stojí a výdržemi, SP 4 lze plnit FIG i náskokem a seskokem)

**PROSTNÁ** – pás 15 m pružný, hudební doprovod doporučený, bez požadavku na akro řady

|     |                                     |        |
|-----|-------------------------------------|--------|
| SP: | 1. gymnastický prvek dle FIG        | 0,5 b. |
|     | 2. akro prvek vpřed/stranou dle FIG | 0,5 b. |
|     | 3. akro prvek vzad dle FIG          | 0,5 b. |
|     | 4. FIG prvek různý od 1,2 a 3       | 0,5 b. |

**Časový rozpis:**

|             |   |
|-------------|---|
| 7:45        | otevření tělocvičny a šaten                           |
| 7:45 – 9:00 | volné rozcvičení                                      |
| 8:00 - 8:20 | <b>prezentace</b>                                     |
| 8:45        | porada trenérů a rozhodčích                           |
| 9:00 – 9:20 | rozcvičení 1. sledu                                   |
| 9:25        | nástup 1. sledu                                       |
| <b>9:30</b> | <b>zahájení závodu</b> (v obou tělocvičnách souběžně) |

**Závod bude probíhat souběžně v obou tělocvičnách.** Časový rozpis, včetně informace o vyhlášení a rozlosování závodnic, bude upřesněn a zveřejněn po uzávěrce.

**Ceny:** 1. – 3. místo v každé kategorii obdrží medaile, diplom, věcnou cenu; bude vyhlášeno 6 nejlepších závodnic z každé kategorie, při shodnosti bodů rozhoduje známka na kladině / lavičce, případně věk závodnice.

*Srdečně zvou pořadatelé*



**KOPŘIVNICE**