

## Rozpis závodu Podzvičinský skokánek 19.10.2024

**Místo konání:** tělocvična Sokola Dvůr Králové n.L. Wolkerovo nábřeží 137,  
544 01 Dvůr Králové nad Labem

- vchod od zimního stadionu.

**Ředitel závodu:** Jaromír Bek

**Přihlášky:** do 13.10.2024 na jaromirbek@email.cz

**Startovné:** 300 Kč za závodníka

**Rozhodčí:** oddíly prosím přivezte minimálně jednoho rozhodčího

<b>Kategorie:</b> L1 dívky	L1 chlapci – obtížnost VS max. 0,6
R1 dívky	R1 chlapci VS max. 1,2
R2 dívky	R2 chlapci VS max. 1,7
R3 dívky	R3 chlapci VS max. 2,6
D1 dívky	D2 chlapci
D2 dívky	D2 chlapci

Kvalifikace se skládá z povinné a volné sestavy.

Do finále postoupí 5 závodníků v případě 6 a více závodníků v kvalifikaci, při pěti postupují 4, při čtyřech v kvalifikaci postupují 3. Vítězem je závodník s nejvyšší známkou z finále. Při účasti 3 a méně závodníků v kvalifikaci se finále nekoná a vítězem je závodník s nejvyšší známkou za kvalifikaci.

Hodnoceno bude provedení v povinné sestavě. Provedení a obtížnost ve volné sestavě.

**Úbor:** závodníci tílko bez rukávů, šponovky (nebo trenýrky), bílé ponožky nebo trampolínové obutí.

**Závodnice:** trikot s/bez rukávů, (přiléhavý úbor triko a kraťasy), bílé ponožky nebo trampolínové obutí.

**Nářadí:** 2 trampolíny Eurotramp 4 x 4

**Časový rozvrh:** 8,15 otevření tělocvičny  
8,30 - 9,20 volný trenink  
9,00 porada vedoucích a rozhodčích  
9,30 zahájení závodu

Časový rozpis bude upraven podle počtu přihlášených k 13.10.

Každý závodník bude mít před zahájení kvalifikace povoleny 3 výstupy na trampolínu.

Vyhlášení výsledků bude průběžně během závodu.

## POVINNÉ SESTAVY

L 1			Ko
1	-- r	Roznožka	0,0
2	-- o	Skrčka	0,0
3	-- <	Schylka	0,0
4	-- s	Sed	0,0
5	-- s	Vztyk	0,0
6	-- r	Roznožka	0,0
7	-- o	Skrčka	0,0
8	-- <	Schylka	0,0
9	-- s	Sed	0,0
10	--	Vztyk	0,0
<b>Ko</b>			<b>0,0</b>

**VOLNÁ SESTAVA MAX. 0,6 b.**

R1			Ko
1	--<	Schylka	0,0
2	-- s	Sed	0,0
3	s – 1 s	Ze sedu ½ vrut do sedu	0,1
4	1 -	Ze sedu na břicho	0,1
5	1 -	Vztyk	0,1
6	-- o	Skrčka	0,0
7	- 1	½ vrut	0,1
8	-- R	Roznožka	0,0
9	1 -	Leh na záda	0,1
10	1 -	Vztyk	0,1
<b>Ko</b>			<b>0,6</b>

**VOLNÁ SESTAVA MAX. 1,2 b.**

R2			Ko
1	F 1-	Leh vpřed	0,1
2	B1-	Vztyk	0,1
3	- - s	Sed	0,0
4	s - 1	Vztyk s ½ vrutem	0,1
5	-1	½ vrut	0,1
6	-- r	Roznožka	0,0
7	B 1 -	Leh vzad	0,1

8	F 1 1	Vztyk s ½ vrutem	0,2
9	-- o	Skrčka	0,0
10	F 4- o	Salto vpřed skrčmo	0,5
		<b>Ko</b>	<b>1,2</b>

**VOLNÁ SESTAVA MAX. 1,7 b.**

<b>R3</b>			<b>Ko</b>
1	B 4- o	Salto vzad skrčmo	0,5
2	-- o	Skrčka	0,0
3	- 1 s	½ vrut do sedu	0,1
4	s - 1	Vztyk s ½ vrutem	0,1
5	- 1	½ vrut	0,1
6	-- r	Roznožka	0,0
7	B 1 1	½ vrut na břicho	0,2
8	B 1 -	Vztyk	0,1
9	-- <	Schylka	0,0
10	F 4 - <	Salto vpřed schylmo	0,6
<b>Celkem</b>		<b>Ko</b>	<b>1,7</b>

**VOLNÁ SESTAVA MAX. 2,6 b.**