

VS na zkoušku



A/ VŠEOBECNÁ USTANOVENÍ

1. Pořadatel: SG Liberec
2. Datum: 12. 4. 2025
3. Přihlášky: **do 1. 4. 2025** přes GIS nebo do vyčerpání kapacity.
4. Místo konání: Jeronýmova 570 / 22 460 07 Liberec 7 (Sport Park Liberec)
5. Činovníci:
 - Ředitel závodu: Záklasníková Markéta
 - Hlavní rozhodčí: Berková Renata
 - Jednatel: Mezeiová Helena
 - Kontakt: mzaklasnikova@seznam.cz
6. Rozhodčí: každý oddíl je povinen na vlastní náklady zajistit **1 rozhodčí na každých 5 započatých závodnic**. V případě, že bude přihlášeno více než 5 závodnic na jednu rozhodčí, budou vyškrtnuty přebývající závodnice počínaje nejmladší kategorií. Rozhodčí je nutné přihlásit společně se závodnicemi, aby se zamezilo zbytečnému zamítání přihlášek – kontrola bude probíhat průběžně. **V případě, že oddíl nedodá žádné rozhodčí, nebude vůbec připuštěn k závodu.**
7. Počet závodnic na **jednu kategorii je omezen na 3 závodnice z jednoho oddílu**. Neplatí pro kategorii MIMI a pořádající oddíl.
8. Startovné: **400,-Kč /čtyřboj** a **300,- Kč/dvojboj**.
9. Za zdravotní způsobilost zodpovídá vysílající složka a rodiče.
10. Hudba: je potřeba nahrát přes GIS.
11. Bufet: bude zajištěn v místě konání
12. Ubytování: pořadatel **nezajišťuje**
13. Časový rozpis: bude upřesněn dle počtu přihlášených do 10. 4. 2024
 - Předpoklad (za dostatečného počtu rozhodčích) dvou paralelních závodů.
 - Otevření tělocvičny 8:00
14. Pořadatel neodpovídá za věci odložené v šatně, tělocvičně a veřejných prostorech!
15. Výsledky budou zveřejněny elektronicky na stránkách ČGF.
16. Závodnice na 1. – 3. místě obdrží medaili a pohár. Závodnice na 1. – 6. místě obdrží navíc diplom a všechny závodnice obdrží věcnou cenu.

B/ TECHNICKÁ USTANOVENÍ

Závodí se dle pravidel FIG a platného Závodního programu (verze vč. aktualizací platných od 1.1.2025).

Pro všechny kategorie I. – V. je vypsán čtyřboj dle Závodního programu. Pro vložený závod kategorií MIMI je vypsán dvojboj hrazda – prostná. Každá závodnice smí startovat pouze v jedné kategorii. Nelze kombinovat závod čtyřboje a dvojboje.

Jednotlivé kategorie jsou limitovány maximálním počtem možných přihlášek do maximální kapacity **204 závodnic** (po vyčerpání kapacity již není možné přihlášení dalších závodnic, pouze v případě odhlášení/ vyškrtnutí dříve přihlášené závodnice).

A to v následujícím počtu:

VS1A – 32 závodnic

VS2A – 32 závodnic

VS4B – 40 závodnic

VS5B – 24 závodnic

VS6B – 16 závodnic

MIMI I-III – 20 závodnic / kategorie

VS na zkoušku

Kategorie I: 2018 – 2017, Závodní program **VS1A**

Kategorie II: 2017 – 2015, Závodní program **VS2A**

Kategorie III: 2016 – 2013, Závodní program **VS4B**

- u přeskočků, v případě výšky stolu 125cm, prosíme uvést do poznámky u závodnice, jinak bude automaticky počítána výška 115cm

Kategorie IV: 2013 – 2011, Závodní program **VS5B**

Kategorie V: 2010 a starší, Závodní program **VS6B**

Vložený závod MIMI – dvojboj hrazda, prostná

Pro všechny kategorie MIMI platí:

- lze použít prvky z doplňkové tabulky (ZP strana 38)
- neplatí požadavek na min. 2 akrobatické řady pro uznání závěru sestavy
- nebudou uplatňovány srážky za krátkou sestavu
- nebudou uplatňovány srážky za umělecký projev a choreografii
- maximální známka D uvedena u každé kategorie
- cvičí se na hrazdové žerdi

MIMI I – 2020 a mladší

HRAZDA doskočná - skladební požadavky (4 x 1 b):

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

Při chybějící výdrži se požadavek uzná, ale uplatní se srážka 0,5b za každou chybějící výdrž. Provedení požadavku 1 skrčmo – srážka 0,5b.

PROSTNÁ – pružný pás 10m - skladební požadavky (4 x 1 b):

1. kotoul vpřed
2. přemet stranou
3. gymnastický skok
4. sed roznožný, hluboký předklon (placka)

Nápověda trenéra – srážka 0,5b.

MIMI II – 2019

HRAZDA doskočná - skladební požadavky (4 x 1 b):

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

Při chybějící výdrži se požadavek uzná, ale uplatní se srážka 0,5b za každou chybějící výdrž.
Provedení požadavku 1 skrčmo – srážka 0,5b.

PROSTNÁ – pružný pás 10m - skladební požadavky (4 x 1 b):

1. kotoul vpřed
2. přemet stranou
3. gymnastický skok
4. sed roznožný, hluboký předklon (placka)

Nápověda trenéra – srážka 0,5b.

MIMI III – 2018

HRAZDA doskočná - skladební požadavky (5 x 1 b):

1. výmyk odrazem jednož nebo tahem do vzporu
2. sešín vpřed do svisu vnesmo vpředu a přešvih skrčmo/schylmo do svisu vnesmo vzadu (výdrž 2s)
3. svis střemhlav vzadu (výdrž 2s)
4. svis vnesmo vzadu (výdrž 2s)
5. překot vzad do svisu vzadu stojmo, vzpřim s výkrokem a přinožením stoj spatný, vzpažit

PROSTNÁ – pružný pás 10m - skladební požadavky (5 x 1 b):

1. váha únožmo (min. rozsah 135st), výdrž 2s
2. akrobatický prvek vzad
3. vazba dvou akrobatických prvků procházejících stojem na ruku (mohou být stejné)
4. gymnastická vazba / pasáž dvou skoků odrazem jednož (požadavek plní i nůžky + čertík!!!)
5. hluboký předklon (placka)

Nápověda trenéra – srážka 0,5b.

Přerušování vazby v požadavku 3 – požadavek bude uznán, ale uplatní se srážka 0,5b.

Při chybějící výdrži v požadavku 1 – požadavek bude uznán, ale uplatní se srážka 0,5b.