

Časový harmonogram Dobříšského čtyřboje (dvojic) 18. 1. 2025

V 8,15 h otevřena tělocvična – Pražská 711

8,30 – 8,50 h prezenca a volné rozcvičení (bez náradí) 1. sledu – Dorostenky a ženy a Žákyně 3

8,35 h porada rozhodčích

8,50 h nástup 1. sledu, zahájení závodu 1. sledu

Před závodem bude mít každá závodnice 2 min na rozcvičení. Začíná se rozcvičením 1. a 2. závodnice, odzavodí 1. závodnice a poté se rozcvičuje 3. závodnice (zatím rozhodčí počítají známky u 1.) Na přeskoku bude mít každá závodnice 3 zkušební skoky.

10,15 h vyhlášení 1. sledu

10,30 – 10,45 prezenca a volné rozcvičení (bez náradí) 2. sledu – Žákyně 4

10,45 h nástup 2. sledu, zahájení závodu 2. sledu.

Před závodem bude mít každá závodnice 2 min na rozcvičení. Začíná se rozcvičením 1. a 2. závodnice, odzavodí 1. závodnice a poté se rozcvičuje 3. závodnice (zatím rozhodčí počítají známky u 1.) Na přeskoku bude mít každá závodnice 3 zkušební skoky.

11,50 h vyhlášení 2. sledu

12,05 – 12,20 prezenca a volné rozcvičení 3. sledu – nejmladší děti

12,20 h nástup a zahájení závodu 3. sledu

Rozcvičení na náradí po skupinách (1 min na závodnici), poté závod.

13,15 h vyhlášení 3. sledu

13,35 – 13,50 prezenca a volné rozcvičení 4. sledu – nejmladší žákyně a mladší žáci

13,50 h nástup a zahájení závodu 4. sledu

Rozcvičení na náradí po skupinách (1 min na závodnici/níka), poté závod.

14,45 h vyhlášení 4. sledu

15,00 – 15,15 prezenca a volné rozcvičení 5. sledu – Žákyně 1

15,15 h nástup a zahájení závodu 5. sledu

Před závodem bude mít každá závodnice 1,5 min na rozcvičení. Začíná se rozcvičením 1. a 2. závodnice, odzavodí 1. závodnice a poté se rozcvičuje 3. závodnice (zatím rozhodčí počítají známky u 1.) Na přeskoku bude mít každá závodnice 3 zkušební skoky.

16,10 h vyhlášení 5. sledu

16,20 – 16,40 prezenca a volné rozcvičení 6. sledu – Žákyně 2

16,40 h nástup a zahájení závodu 6. sledu

Před závodem bude mít každá závodnice 1,5 min na rozcvičení. Začíná se rozcvičením 1. a 2. závodnice, odzavodí 1. závodnice a poté se rozcvičuje 3. závodnice (zatím rozhodčí počítají známky u 1.) Na přeskoku bude mít každá závodnice 3 zkušební skoky.

V 17,50 h vyhlášení 6. sledu a ukončení závodu.