

# 16. ročník Gymnastického dobříšského čtyřboje - dvojic

## Všeobecná ustanovení:

**Pořadatel:** Gymnastika Dobříš, z. s.  
**Činovníci:** ředitel závodu: Jitka Holcová  
IT podpora: Mgr. Daniel Hošek  
Jednatel závodu: Hana Hošková  
Zdravotník: Mudr. Hana Hošková

**Datum konání:** 18. 1. 2025 (sobota)

**Místo konání:** Pražská 711, Dobříš

**Přihlášky:** do 9. 1. 2025  
registrované oddíly přes GIS  
nebo zasílejte na: [soutez@gymnastika-dobris.cz](mailto:soutez@gymnastika-dobris.cz) (přiložený formulář).

**Podmínka:** včas zasláná přihláška  
Každý zúčastněný oddíl zajistí 1 rozhodčí na každých 8 přihlášených závodnic/níků (tj. 4 dvojice nebo 8 dětí) pro celý závod – jména uvést v přihlášce a náradí (při nedodržení této podmínky nebude přihláška přijata).  
Gymnastika Dobříš si vyhrazuje právo na dodatečné omezení počtu závodníků z jedné TJ při naplnění kapacity závodu.

**Omezení:** V závodu nesmí startovat závodníci/ce, kteří jsou nebo byli registrovaní v ČGF nebo ČOS v roce 2024 a 2025. Závodnice smí startovat jen v jedné dvojici a v jedné kategorii. Hostování povoleno. Povoleno ostaršení o jednu kategorii.

**Časový rozvrh:** tělocvična otevřena od 8 h, porada rozhodčích v 8,30 h. Po každé kategorii bude hned vyhlášení. Blíže po zpracování přihlášek.

**Startovné:** 200 Kč za závodníka (400 Kč za dvojici)

**Technické informace** vám zodpoví Jitka Holcová na tel.: 777 145 603

## Technická ustanovení:

**Závodnice** ve všech kategoriích soutěží ve volných sestavách a jsou hodnoceny dle platných pravidel sportovní gymnastiky vydaných komisí všeobecné gymnastiky ČASPV k 1. lednu 2024 se všemi následnými úpravami a dále podle technických ustanovení a propozic tohoto rozpisu.

**Přeskok:** rozběh max. 13 m, kategorie mladších zákyň I skáče přes bednu 90 cm, kategorie mladších zákyň II skáče přes švédskou bednu 90 cm/105 cm nebo molitanový stůl výšky 100 cm, pro kategorie starších zákyň, dorostenek a žen bude k dispozici molitanový stůl 110-120 cm nebo molitanová bedna 120 cm.

**Mladší žáci** závodí dle platných sestav ČASPV v **trojboji** (přeskok, hrazda, kruhy).

**Nejmladší děti** (chlapci a dívky) a **nejmladší žákyně** v **jednotlivcích** závodí v **trojboji** (přeskok, lavička, prostná) dle tohoto rozpisu. Hodnocení podle pravidel sportovní gymnastiky ČASPV 2024.

**Ostatní kategorie** závodí jako **gymnastické dvojice ve čtyřboji** (přeskok, hrazda, lavička/kladina, prostná) – každá členka dvojice závodí na dvou náradích dle svého výběru.

Vybraná náradí uvedete v přihlášce (ve formuláři přes rozevírací seznam, v GIS uvést v poznámce).

Při shodném umístění rozhoduje známka na hrazdě, u nejmladších kategoriích známka na lavičce.

### **Závodí se v níže uvedených kategoriích:**

Nejmladší děti (ND)	- r. 2019 a mladší
Nejmladší žákyně (NŽ)	- r. 2018
Mladší žáci (MK)	- r. 2014 a mladší
Mladší žákyně I. (MŽI)	- r. 2016 - 2017
Mladší žákyně II. (MŽII)	- r. 2014 - 2015
Starší žákyně III. (SŽIII)	- r. 2012 - 2013
Starší žákyně IV. (SŽIV)	- r. 2010 - 2011
Dorostenky a ženy (DoŽ)	- r. 2009 a starší

### **Nejmladší děti:**

Přeskok: Z 10 bodů.

Z rozběhu náskok na můstek a odrazem snožmo přímý skok – předpažením vzpažit zevnitř.

Lavička: minimálně 1 řada

PP - náskok, skok, rovnovážný prvek, seskok

Z 10 bodů, za každý vynechaný prvek srážka 1,5 bodu.

Prostná: bez hudby, projít minimálně 10 metrů (neprojití srážka-0,5 b)

PP - skok, rovnovážný prvek, obrat o 180°, akro prvek

Z 10 bodů, za každý vynechaný prvek srážka 1,5 bodu.

### **Nejmladší žákyně:**

Přeskok: švédská bedna 80 cm.

Náskok do dřepu a plynule seskok z 9 b.

Skrčka/roznožka z 10 b.

Lavička: minimálně 1 řada

PP – náskok, skok, obrat, rovnovážný nebo akrobatický prvek, seskok.

Z 10 bodů, za vynechaný prvek srážka 1 bod.

Prostná: bez hudby, projít minimálně 10 metrů (jinak srážka 0,3-0,5 b)

PP – skok, obrat, akro prvek, rovnováha, prvek pohyblivosti.

Z 10 bodů, za vynechaný prvek srážka 1 bod.

Těšíme se na Vaši účast

Hana Hošková  
Gymnastika Dobříš

Děkujeme za podporu našeho sportovního klubu:

