

sobota
5. DUBNA
2025

CHEBSKÝ POHÁR

**POHÁROVÝ PŘEBOR ŽENSKÝCH SLOŽEK
VE SPORTOVNÍ GYMNASITICE**

- ✓ 8 SOUTĚŽNÍCH KATEGORIÍ
- ✓ TĚLOCVIČNA 1. ZŠ CHEB
- ✓ STARTOVNÉ 200KČ

PŘIHLÁŠKY DO 31. 3. 2025 NA GIS



DDM Sova Cheb

TJ Lokomotiva Cheb ve spolupráci s DDM Sova Cheb

R o z p i s

pohárového přeboru ženských složek ve sportovní gymnastice



Kategorie: náborová soutěž zákyň, mladší žákyně, starší žákyně, juniorky, ženy.

Všeobecná ustanovení

1. Pořadatel TJ Lokomotiva Cheb oddíl sportovní gymnastiky a DDM Sova Cheb
2. Datum konání **5. 4. 2025**
3. Místo: Tělocvična 1. ZŠ Cheb, Lesní 914/3, 350 02 Cheb
GPS: 50.0752133N, 12.3562744E - parkoviště
4. Činovníci závodu:

ředitel závodu	Pavel Ferling
počtář	zajistí pořadatel
hl. rozhodčí	MUDr. Nguyen Thi Khanh Linh
5. Přihlášky: do 31. 3. 2025 na GIS nebo na m.sverdik@seznam.cz
6. Losování: proběhne 2. 4. 2025
7. Cestovné: závodníci a trenéři na vlastní náklady.
8. Závodní kancelář: bude otevřena v místě závodu od 8,00 hod.
9. Předpis: **závodí se podle platného závodního programu SGŽ**
10. Rozhodčí: každý oddíl přiveze minimálně na 4 závodnice jednoho rozhodčího.
11. Disciplíny ženy:

Mini nábor - ročník 2019 a mladší

Výchozí známka E 10b.

Kladina – 40 cm, sestava s povinnými prvky

1. výskok do dřepu
 2. gymnastický skok
 3. akrobatický prvek
 4. výdrž ve stoji na jedné noze min. 2s – poloha druhé nohy libovolná
- Každý prvek za 0,5 b. max. D 2b

Prostná:

Pás délka 12 m, povinné požadavky

1. využití min. 10 m pásu
2. gymnastický skok
3. akrobatický prvek
4. prvek pohyblivosti (placka, provaz, ...)
5. přemet stranou

Každý prvek za 0,5 b. max. D 2,5b

Nábor - ročník 2018

Kladina - 100 cm, sestava s povinnými prvky

1. náskok
2. gymnastický skok
3. akrobatický prvek
4. arabeska min. 2s
5. seskok rondátem

Každý prvek za 0,5 b. max. D 2,5b

Prostná

Pás délka 12 m, povinné požadavky

1. nůžky, čertík spojitě
2. přímý skok s obratem o 180 °
3. naskočený kotoul vpřed
4. prvek pohyblivosti (placka, provaz,...)
5. 2x přemet stranou spojitě

Každý prvek za 0,5 b. max. D 2,5b

Trojboj – prostrná, kladina, bradla

Žákyně VS 0 A

Žákyně VS 1 A

Žákyně VS 3 C

Žákyně VS 4 C

Juniorky VS 5 C

Ženy VS 6 C

-
12. Podmínka účasti: včas zasláná přihláška a prezentace do zahájení porady.
Věk se počítá v roce narození.
13. Startovné: **200,- Kč**
14. Úbor: dle pravidel SG
15. Časový program: 8,00 – 8,45 příprava nářadí, prezentace a rozcvičení
8,45 porada trenérů a rozhodčích
9,00 zahájení závodů
16. Tituly a ceny: jednotlivci obdrží na 1. – 3. místě diplom a medaili