



Gymnastický klub Tělovýchovná jednota Sokol Kopřivnice

si Vás dovoluje pozvat

na tradiční závod pro začínající gymnastky

Brnkačka 2015

Datum konání: **25. dubna 2015**

Místo: Tělocvičny na ZS, Masarykovo nám. 540, 742 21 Kopřivnice

Činovníci:

ředitel závodu:	Gallas Otakar
jednatel:	Rýparová Dana
hlavní rozhodčí:	Macíčková Alena
vedoucí nástupu:	Gellertová Lucie

Přihlášky: Zasílejte na e – mail: gkkopr@seznam.cz , případně na adresu:
D. Rýparová , Obr. míru 402, 742 21 KOPŘIVNICE, tel. 731 484 185
Do přihlášky uveďte kategorii, celé jméno, datum narození, jméno trenéra.

uzávěrka přihlášek do 18. dubna 2015

Losování : bude provedeno 22.4.2015

Ubytování: nezajišťujeme

Stravování: občerstvení v objektu budovy

Podmínka účasti: včas zasláná přihláška
zaplacení **startovného za závodnici ve výši 100 Kč**
za zdravotní stav závodnice odpovídá vysílající oddíl

Rozhodčí: zúčastněný oddíl je povinen zajistit min. 1 vyškolenou rozhodčí na 6 závodnic.
V přihlášce uveďte:
jméno, příjmení, třídu rozhodčí, výběr (např. Eva Nová- 2.tř.- D,E -kladina)
Rozhodčí je povinna rozhodovat po celou dobu závodu . Při nesplnění požadavku zaplatí oddíl poplatek – 500,- Kč

Pozor: z důvodu probíhající rekonstrukce prostných, dochází ke změně náradí u 5. a 6.kategorie - a to na závod ve dvojboji : bradla a kladina. Ostatní kategorie zůstává kladina - prostná, ale pás je nepružný. Děkujeme za pochopení.

Technická ustanovení

Předpis: závodí se dle platných pravidel SG FIG platných od 1. 1. 2013 včetně doplňků a úprav, Závodního programu ČGF – platné od 1.1.2013 a dle ustanovení tohoto rozpisu

Pro všechny kategorie platí Doplňková tabulka prvků (DT) Závodního programu ČGF, strana 41 s hodnotami prvků:

- prvek a / ZP– 0,1 b.
- prvek A – 0,1 b.
- B – 0,2 b.
- C – 0,3 b.
-

<u>Kategorie:</u>	1. kategorie - MIMINA	roč. 2009 a ml.
	2. kategorie - BERUŠKY	roč. 2008
	3. kategorie - ŽABKY	roč. 2007
	4. kategorie - ŽÁČKY „B“	roč. 2004- 2002 – bez účasti na obl. přeboru!
	5. kategorie - MLADŠÍ ŽÁKYNĚ	roč. 2006 - 2005 -- změna!! bradla/kladina
	6. kategorie - STARŠÍ ŽÁKYNĚ	roč. 2004- 2002 -- změna!! bradla/kladina

<u>Časový rozpis:</u>	volné rozcvičení	7:30 – 8:45
	prezentace	do 8:30
	porada trenérů a rozhodčích	8:45
	nástup všech kategorií	9:20
	zahájení závodu	9:30

Délka rozcvičení každé další kategorie bude přizpůsobena počtu závodnic.

1. sled nebude mít po zahájení další rozcvičení, ihned začne závod. Ostatním pak náleží 30 sec. organizovaného rozcvičení na každém náradí.

Bližší časový rozpis jednotlivých kategorií bude možný až po uzávěrce přihlášek.

Startovní listiny zašleme na vámi uvedený mail.

Vyhlášení výsledků - 1. kolo - po skončení závodu 1 a 2. sledu
- 2. kolo - po ukončení celého závodu

Závod proběhne ve dvou tělocvičnách jako dva závody:

Závod I – pro 1. a 2. / příp.3. a 4. / kategorii – hala (bez odpružené podlahy)

Závod II – pro 5. – 6.kategorií / příp.3. a 4. / – gymn. sál

Rozdělení kategorií:

1.kategorie - MIMINA - roč. 2009 a ml.

Lavička: polstrovaná, volná sestava

- 2 řady
- 5 prvků

Prostná: pás 10 m, volná sestava

- 1 řada
- 5 prvků

známka D (max. 2,5 b.): za každý prvek dle pravidel (ZP,FIG) + 0,5 b.(bez hodnoty)

tzn:

E: všichni půjdou z 10 bodů - správné a čisté provedení.
D: vždy max. 2,5 b. při předvedení min.5 prvků z pravidel nebo z doplňků jakékoli obtížnosti.

Při nepředvedení 5 prvků se odpočítává vždy 0,5 b. za každý chybějící prvek

- Na lavičce :NS 0,5 b. za nepředvedení 2 řad (prostných se netýká).

2. kategorie - BERUŠKY – roč. 2008

Kladinka: 60 cm - volná sestava se SP

1. gymn. skok (ZP/FIG)
2. kotoul
3. obrat 180° jednonož / skokem
4. závěr: štíčka 0,3 body
rondát s LF 0,5 bodů

Prostná: pás 10 m, volná sestava se SP,

1. gymn. řada 2 prvková
2. akrobatický prvek
3. obrat min. 180° jednonož
4. závěr: prvek - DT 0,3 bodů
prvek - FIG 0,5 bodů

3.kategorie - ŽABKY - roč. 2007 + 4.kategorie – ŽAČKY „B“ – roč. 2004- 2002

Kladina: 100 cm, žíně 10 cm - volná sestava se SP

1. gymn. skok (ZP,FIG)
2. akrobatický prvek - (ZP,FIG)
3. obrat 180° jednonož
4. závěr: prvek - DT 0,3 body
prvek - FIG 0,5 bodů

Prostná: volná sestava se SP, hudba možná

1. gymn. pasáž 2 prvková, 1 skok s bočním roznožením 180°
2. obrat 360° jednonož
3. akrobatický prvek vzad (ZP,FIG)
4. závěr: akr.prvek 0,3 bodů
akr.prvek s let.fází 0,5 bodů

Krátká sestava: 2. a 3. kategorie

5 a více prvkůbez srážky

4 prvků	neutr. srážka	2 body
3 prvky	neutr. srážka	4 body
2 prvky	neutr. srážka	6 bodů
1 prvek	neutr. srážka	8 bodů
0 prvků	neutr. srážka	10 bodů

Znamená to:

E: z 10 bodů - při provedení min.5 prvků

D: do známky se počítá max. 7 prvků + závěr.
a hodnota prvků dle ZP/FIG

Krátká sestava 5.kat.(kl) a 6.kat.(br, kl):

7 a více prvkůbez srážky

5-6 prvků neutr. srážka 4 body

3-4 prvky neutr. srážka 6 body

1-2 prvky neutr. srážka 8 bodů

0 prvků neutr. srážka 10 bodů

5.kategorie – mladší žákyně - ročník 2006 – 2005

Bradla: volná sestava se SP

1. výmyk na n.ž. nebo v.ž 0,3 bodů
 nebo vzklopka 0,5 bodů
2. točový prvek vpřed nebo vzad
3. přechod z nižší na vyšší žerd'
4. závěr: prvkem A (ne saltový) 0,3 bodů.
 saltem nebo B 0,5 bodů

mladší žákyně BRADLA:

Max E: 5 prvků. - bez srážky

4 prvky - neutr.srážka 2 body

3 - 1prv. - neutr.srážka 4 body

Kladina: 120 cm, volná sestava se SP

1. gymnastická řada 2 prvková, 1 skok s bočním roznožením 180°
2. obrat 360° jednož
3. akrob. prvek
4. závěr: rondát s LF 0,3 bodů
 salto 0,5 bodů

6. kategorie: starší žákyně - roč. 2004-2002

Bradla: volná sestava se SP

1. výmyk na n.ž. nebo v.ž.
2. vzepření vzklopma
3. točový prvek vpřed nebo vzad
4. přechod z nižší na vyšší žerd'
5. závěr: prvkem A (ne saltový) 0,3 bodů.
 saltem nebo B 0,5 bodů

Kladina: 120 cm, volná sestava se SP

1. spojení 2 gymn. skoků, jeden s rozsahem 180°v roznožení bočně nebo čelně
2. obr. 360° jednož
3. akrobatický prvek vpřed/stranou
4. akrobatický prvek vzad
5. závěr: rondát s LF 0,3 bodů
 salto 0,5 bodů

V Kopřivnici 10.4.2015

D.Rýparová
za GK TJ Sokol Kopřivnice

Děkujeme za pochopení a těšíme se na vaši účast.