



pořádá

21. ROČNÍK ZÁVODU

„MEMORIÁL JANA PALACHA“

sobota 16.1.2016 v sokolovně Všetaty

<u>Časový rozpis:</u>	8.30 - 9.45	- prezentace, rozcvič. I. – IV. kat.
	9.45	- porada rozhodčích
	10.00	- zahájení závodu I. – IV. kat.
	12.00	- vyhlášení výsledků I.- IV. kat.
12.00 - 12.45	- prezentace, rozcvič. V. – VI. kat.	
	12.45	- zahájení závodu V. – VI. kat.

Časový rozpis se může dle počtu přihlášených závodnic změnit.

Přihlášky:

do 10.1.2016 na adresu: Alena Semelková
Husova 516
277 16 Všetaty

Tel.: 606 375 080
e-mail: alena.semelkova@seznam.cz

Rozhodčí:

min. jedna rozhodčí na 5 závodnic. (nesplnění tohoto požadavku bude pokutováno 500,- Kč).
- uvést v přihlášce

Startovné: 100,- Kč za závodnici.

Technická ustanovení závodu

- hodnota každého povinného požadavku je **0,5 bodu** (mimo III. kategorie na bradlech),
- závodí se dle **platných pravidel FIG, doplňkové tabulky prvků Závodního programu a tohoto rozpisu,**
- specifické srážky za skladbu se neuplatňují,
- váha bude uznána i únožmo s držením nebo arabeska.
- pro všechny kategorie platí při shodě bodů rozhoduje známka na kladině.

I. kategorie roč. 2010 a mladší (max. známka D je 2,5b)

Prostná (bez hudby) - povinné požadavky:

- min. 1 řada (projít 8 metrů) max. délka koberce je 10m
- gym. skok,
- akro. prvek,
- rovnovážný prvek,
- hluboký předklon (placka),

Lavička - povinné požadavky:

- min. 1 řada,
- náskok do vzporu dřepmo
- gym. skok,
- akro. prvek,
- rovnovážný prvek,

II. kategorie roč. 2009 (max. známka D je 2,5b)

Prostná (bez hudby) - povinné požadavky:

- min. 1 řada, (12 metrů)
- gym. skok,
- akro. prvek vpřed,
- arabeska,
- akro. prvek stranou,

Kladina výška 30 cm - povinné požadavky:

- min. 1 řada,
- náskok do vzporu dřepmo,
- gym. skok,
- arabeska,
- seskok skokem s přednožením roznožmo (štika),

III. kategorie roč. 2008

(do známky D se započítává 8 nejobtížnějších prvků v sestavě včetně závěru)

Prostná (bez hudby) - povinné požadavky:

- akro. prvek vpřed,
- vazba 2 gym. skoků (1 v rozsahu),
- vazba 2 různých akro. prvků
- obrat o 360°,
- akro. prvek vzad,

Kladina výška 120 cm - povinné požadavky:

- pirueta 180°,
- gym. skok,
- akro. prvek
- jiný akro. prvek
- seskok prvkem

IV. kategorie roč. 2007

Prostná a Kladina – stejné jako u kat. III.

Bradla - povinné požadavky:

- výmyk tahem (hodnota 1,0 b.) (neprovedení tahem – srážka 0,5 b.),
- zášvih (hodnota 0,5 b.),
- toč vzad (hodnota 0,5 b.),
- podmet (hodnota 0,5 b.),

Pro kategorie III. – IV. platí neutrální srážky:

5 a více prvků na kladině a prostných, 3 a více prvků na bradlech...neutrální srážky 0 b
4 prvky na kladině a prostných , 2 prvky na bradlech..... neutrální srážky 3 b.
3 prvky na kladině a prostných, 1 prvek na bradlech.....neutrální srážky 5 b.
1-2 prvků na kladině a prostných.....neutrální srážky 8 b.
0 prvků na kladině a prostných a bradlech.....neutrální srážky 10 b.

U kategorie I. – II. se neutrální srážky neuplatňují.

V. kategorie roč. 2006 - 2005

(do známky D se započítává 8 nejobtížnějších prvků v sestavě včetně závěru)

Prostná - sestava na hudbu, povinné požadavky: (neutrální srážky dle FIG)

- vazba 2 gym. skoků (1 v rozsahu),
- obrat o 360°,
- akro. prvek vzad,
- akro. prvek vpřed,
- vazba 2 různých akro. prvků,

Kladina výška 120 cm - povinné požadavky: (neutrální srážky dle FIG)

- spojení 2 gym. skoků (1 v rozsahu),
- obrat o 360°,
- akro. prvek stranou/vpřed,
- akro. prvek vzad,
- seskok prvkem,

Bradla - povinné požadavky:

- min. 5 prvků (každý má hodnotu 0,5 bodu)

5 a více prvků - neutrální srážky 0 b

4 prvky - neutrální srážky 3 b.

3 prvky - neutrální srážky 5 b.

1-2 prvky - neutrální srážky 8 b.

0 prvků - neutrální srážky 10 b.

POZOR! – bude se závodit na volně stojících bradlech GYMNOVA
max. vzdálenost mezi žerděmi je 1,40m, max. výška vyšší žerdi je 1,70 m

VI. kategorie roč. 2004 - 2002

Prostná: - Závodní program – žákyně B

Kladina: - Závodní program – žákyně B