



ČESKÁ ASOCIACE SPORT PRO VŠECHNY

Pravidla sportovní gymnastiky žen (dále jen „Pravidla“) pro soutěže ČASPV platná od 1. 1. 2025 revize k 1. 1. 2026

1. PRAVIDLA PRO ZÁVODNICE, INSTRUKTORY A ROZHODČÍ

1.1 Účel a cíl pravidel

Hlavním účelem Pravidel je vytvořit předpoklady pro zdárný průběh soutěží a zaručit co možná nejobjektivnější hodnocení sestav a nejednotnější hodnocení výkonů ve sportovní gymnastice.

Cílem Pravidel je především:

- zaručit určení nejlepší závodnice, případně družstva v každé soutěži;
- vést instruktory a závodnice při nácviku a sestavování závodních sestav a následně při každé soutěži;
- poskytovat informace o zdrojích dalších technických údajů a pravidel, které rozhodčí, instruktoři a závodnice potřebují při soutěžích.

1.2 Práva a povinnost závodnic, instruktorů a rozhodčích

1.2.1 Práva závodnice

Závodnice **má právo:**

- na správné a spravedlivé ohodnocení sestavy podle Závodního programu sportovní gymnastiky žen ČASPV a Pravidel;
- podle své vůle mít cvičky, ponožky;
- nosit bandáže a dlaňové řemínky (mozolníky);
- mít na každém nářadí čas na rozcvičení podle propozic daného závodu;
- opakovat sestavu, jestliže byla přerušena bez vlastního zavinění (závada na nářadí nebo organizační problém);
- na oznámení nebo ukázání své známky ihned po docvičení (případně po docvičení družstva);
- na přítomnost jednoho instruktora u každého nářadí.

1.2.2 Povinnost závodnice

Závodnice **musí:**

- znát Závodní program, propozice dané soutěže a svá práva a řídit se jimi;
- mít na sobě odpovídající sportovní, neprůhledný gymnastický trikot (úzká ramínka nejsou povolena); krátké přiléhavé kalhoty sahající maximálně do poloviny stehů jsou povoleny;
- mít dobře upevněné a bezpečné vlasové doplňky;



ČESKÁ ASOCIACE SPORT PRO VŠECHNY

- mít řádně připevněné bandáže, dlaňové řemínky (mozolníky) a jiné ochranné pomůcky;
- mít jednotné úbory v závodě družstev – trikot nebo trikot s krátkými kalhotami;
- představit se vrchní rozhodčí před a po předvedení své sestavy;
- zúčastnit se vyhlášení vítězů, které se jí týká.

Závodnice **nesmí**:

- mít šperky (ani náušnice), ozdobné řemínky, ozdobné vlasové doplňky;
- mít oděvní doplňky – kapuce, rukavice, návleky, pásky, přezky a podobně;
- účelově používat nedovolenou podporu - bandáž v podkolení - pro cvičení na hrazdě;
- v průběhu závodu mluvit s rozhodčími;
- sama upravovat výšku nářadí;
- opustit závodníště v průběhu soutěže bez vědomí hlavní, resp. vrchní rozhodčí – jinak následuje diskvalifikace (platí i pro družstvo);
- chovat se nesportovně.

1.2.3 Práva instruktora

Instruktor **má právo**:

- pomáhat závodnici nebo družstvu připravit nářadí pro soutěž;
- pomáhat závodnici nebo družstvu v průběhu rozcvičení;
- poskytnout záchranu při doskoku u přeskoku, případně při nebezpečných prvcích na ostatním nářadí, nesmí však krýt výhled rozhodčím;
- pomoci nebo poradit závodnici v průběhu 30 sekund na hrazdě a prostných (na kladině 10 sekund), které má k dispozici po pádu, pádu z nářadí, anebo na přeskoku mezi prvním a druhým skokem;
- na odstranění můstku u kladiny nebo hrazdy.

1.2.4 Povinnosti instruktora

Instruktor **musí**:

- znát Závodní program, propozice dané soutěže, znát svá práva a povinnosti, chovat se podle Pravidel;
- informovat závodnice o Závodním programu, propozicích dané soutěže a o jejich právech a povinnostech ve smyslu Pravidel, včetně možných srážek při jejich porušení;
- být oblečen ve sportovním oblečení a mít obuv do tělocvičny;
- předat vrchní rozhodčí pořadí závodnic v dané disciplíně;
- se chovat disciplinovaně.

Instruktor **nesmí**:

- zdržovat průběh soutěže, omezovat práva jiných účastnic soutěže;



ČESKÁ ASOCIACE SPORT PRO VŠECHNY

- mluvit na závodnici, dávat závodnici žádné znamení, dotýkat se náradí a žádným způsobem jí pomáhat v průběhu předvádění sestavy;
- se během závodu dotazovat na hodnocení a diskutovat s rozhodčími.

1.2.5 Srážky za porušení povinností závodnice nebo instruktora

Tabulka 1: Neutrální srážky

Srážky vrchní rozhodčí z výsledné známky daného náradí	
Přestupek	Srážka
Porušení pravidel o oblečení a doplňcích závodnice	0,1 b
Nepředstavení se rozhodčím před nebo po cvičení	vždy 0,1 b (max. 0,2 b)
Instruktor mluví na závodnici v průběhu cvičení nebo dává závodnici znamení v průběhu cvičení	0,3 b jedenkrát
Instruktor brání rozhodčím ve výhledu (i po upozornění vrchní rozhodčí)	0,3 b jedenkrát
Instruktor přemísťuje přídatnou žíněnku během cvičení	0,3 b jedenkrát
Chybějící hudba ke cvičení na prostných	0,5 b jedenkrát
Srážky hlavní rozhodčí – z výsledné známky závodu	
Nejednotnost oblečení družstva (v soutěži družstev)	0,5 b na návrh kterékoli vrchní rozhodčí

Upozornění: protesty proti výsledné známce závodnice se ve sportovní gymnastice ve výše uvedených soutěžích nepřijímají.

1.3 Organizace sboru rozhodčích

1.3.1 Povinnosti rozhodčích

Všichni rozhodčí **musí**:

- dobře znát a mít s sebou Závodní program, propozice dané soutěže a Pravidla, případně další pomůcky, které potřebují k výkonu svých povinností v soutěži;
- mít platnou kvalifikaci rozhodčí SG ČASPV pro danou soutěž;
- zúčastnit se porady rozhodčích před soutěží;
- být přítomni v dostatečném předstihu před začátkem závodu podle rozpisu daného závodu;
- na soutěž se dostavit v předepsaném oblečení (tmavá sukně /kalhoty, bílá košile /halenka, tmavé sako, obuv vhodná do tělocvičny);



ČESKÁ ASOCIACE SPORT PRO VŠECHNY

- setrvat na přiděleném místě a nemít v průběhu závodu kontakt nebo diskuse se závodnicemi, instruktory nebo jinými rozhodčími;
- každý výkon hodnotit samostatně, objektivně, přesně a rychle;
- v případě pochybností se rozhodovat ve prospěch závodnice;
- zaznamenat cvičenou sestavu a být připraveni obhájit své hodnocení sestavy;
- správně a předepsanou formou vyplnit a podepsat bodovací lístky nebo vložit údaje do elektronického bodovacího systému;
- dbát pokynů nadřízené rozhodčí;
- za všech okolností se chovat profesionálně.

Žádný z rozhodčích **nesmí**:

- v průběhu soutěže vykonávat žádné další funkce (např. instruktora, vedoucího družstva).

1.3.1.1 Povinnosti hlavní rozhodčí

Hlavní rozhodčí:

- jmenuje vrchní rozhodčí jednotlivých disciplín;
- rozděluje rozhodčí do skupin podle disciplín;
- vede úvodní poradu všech rozhodčích před soutěží;
- řídí průběh celé soutěže;
- dohlíží po celou dobu soutěže na průběh rozhodování v jednotlivých disciplínách;
- řeší sporné nebo neočekávané situace a vzniklé problémy;
- odečítá srážky za porušení pravidel uvedené v bodu 1.2.5.

1.3.1.2 Povinnosti panelu rozhodčích

Komise rozhodčích se skládá z panelu **E** (provedení, *Execution*) a panelu **D** (skladební požadavky a obtížnost, *Difficulty*).

Optimální počet na všech nářadích:

4 rozhodčí E (E1, E2, E3, E4), 2 rozhodčí D (D1, D2)

Při nižším počtu rozhodčích:

- 4 rozhodčí E (E1, E2, E3, E4), 1 rozhodčí D1, E1 je současně D2
- 4 rozhodčí E (E1, E2, E3, E4), E1 je současně D2, E2 je současně D1
- 3 rozhodčí E (E1, E2, E3), E1 je současně D2, E2 je současně D1

Postup při výpočtu známky E za provedení

Příklad č. 1

4 rozhodčí E:

rozhodčí E1
8,80 b

rozhodčí E2
9,30 b

rozhodčí E3
8,60 b

rozhodčí E4
8,70 b

Průměr dvou středních známek (8,80 b + 8,70 b) : 2 = 8,75 b



Příklad č. 2

3 rozhodčí E:

rozhodčí E1
8,80 b

rozhodčí E2
9,30 b

rozhodčí E3
8,60 b

Průměr všech tří známek (8,80 b + 9,30 b + 8,60 b) : 3 = 8,90 b

1.3.3 Funkce komise rozhodčích

1.3.3.1 Funkce rozhodčích panelu E

- rozhodují nezávisle, nezaujatě a spravedlivě;
- pozorně sledují cvičení, hodnotí chyby a dávají odpovídající srážky z provedení správně, nezávisle a bez konzultace s ostatními rozhodčími panelu;
- musí být schopni zdůvodnit svoji známku, případně poskytnout písemný záznam o hodnocení cvičení.

1.3.3.2 Funkce vrchní rozhodčí (E1)

- zastává roli vrchní rozhodčí na daném nářadí;
- vede poradu všech rozhodčích své skupiny před soutěží;
- kontroluje stav nářadí a dopadových ploch před zahájením soutěže i v jejím průběhu;
- řídí a kontroluje práci všech členů své skupiny rozhodčích;
- je spojkou mezi svou skupinou rozhodčích a hlavním rozhodčím, resp. vedením soutěže;
- zajišťuje hladký průběh soutěže ve své disciplíně včetně řízení doby rozcvičení;
- zeleným praporkem, světelným nebo jiným signálem dává znamení k zahájení cvičení;
- pověřuje rozhodčího **E2** měřením času sestavy (kladina, prostná);
- musí mít záznam obsahu cvičení u každé závodnice;
- svou známku musí napsat jako první;
- je plně zodpovědná za:
 - kontrolu známek udělených rozhodčími v příslušném panelu;
 - výpočet výsledné známky;
- odečítá srážky za porušení pravidel uvedené v bodu 1.2.5;
- oznamuje nebo ukazuje výslednou známku;
- rozhoduje o opakování sestavy v případě technické závady na nářadí nebo organizačního problému nezaviněného závodnicí.

1.3.3.3 Funkce rozhodčích panelu D

- rozhodují nezávisle, nezaujatě a určují hodnoty známky D;
- vzájemná diskuze je povolena;



ČESKÁ ASOCIACE SPORT PRO VŠECHNY

- musí být schopni poskytnout písemný záznam sestavy a uznání obtížností prvků.

1.3.3.4 Funkce rozhodčí D1

- pověřuje rozhodčího **D2** měřením času přerušení sestavy při pádu (hrazda, kladina);
- počítá výslednou známku D a předává ji rozhodčí E1.

1.4 Určení výsledné známky

Výsledná známka je dána součtem známky za obtížnost (známka D) a známky za provedení (známka E).

Známka za provedení se vypočítá odečtením srážek z 10 bodů.

Známka za obtížnost je otevřená, je omezená pouze počtem prvků, které mohou být předvedeny.

V případě nutnosti se z výsledné známky odečítají neutrální srážky (viz bod 1.2.5).

Výsledná známka se zaznamenává bez zaokrouhlování na tři desetinná místa.

Výsledná známka závodnice je součtem jednotlivých výsledných známek na náradích.

1.4.1 Výpočet výsledné známky na náradí – příklad:

Známka D + známka E = výsledná známka

Známka D	Hodnota obtížnosti	3,10 b
	Skladební požadavky	+ 2,50 b
	Známka D	5,60 b

Známka E	Výchozí hodnota	10,00 b
	Srážky za provedení	- 2,70 b
	Známka E	7,30 b

Výsledná známka	12,90 b
------------------------	----------------



1.5 Sliby

1.5.1 Doporučený slib závodnic (je možné jej číst):

„Jménem všech závodnic slibuji, že budeme respektovat a dodržovat pravidla soutěže, zavazujeme se závodit bez použití dopingu a drog, v pravém sportovním duchu, pro slávu sportu a čest závodníků.“

1.5.2 Doporučený slib rozhodčích:

„Jménem všech rozhodčích slibuji, že v této soutěži budeme rozhodovat spravedlivě, objektivně a zcela nestranně, při respektování a dodržování pravidel, která se na tuto soutěž vztahují a v pravém sportovním duchu.“

2. PRAVIDLA HODNOCENÍ CVIČENÍ

2.1 Hodnocení sestav

Hodnocení sestav vychází ze základních pravidel pro tvorbu sestav, která musí splňovat následující:

- obsah sestav musí odpovídat schopnostem a technické vyspělosti závodnice;
- obtížnost sestavy nesmí být nikdy zvyšována na úkor technicky správného provedení;
- cvičební jistota a elegance jsou hlavními faktory estetického projevu;
- instruktor i závodnice musí volit cvičební tvary a jejich vazby tak, aby riziko zranění bylo co nejmenší.

Rozhodčí hodnotí vždy to, co je zacvičeno.

2.1.1 Hlediska hodnocení

Sestavy se hodnotí ze dvou hledisek:

- **skladební požadavky a obtížnost** – obsahová kompozice sestavy (známka D);
- **provedení** – technika cvičení a držení těla (známka E).

2.1.1.1 Obtížnost (známka D)

- udává hodnotu obtížnosti zacvičených prvků z jednotlivých skupin a hodnotu skladebních požadavků;
- obtížnost prvku je uznána pouze v případě, že jeho technické provedení odpovídá požadované normě;
- jestliže se prvek zcela nezdaří, bude uplatněna srážka za techniku cviku a provedení;



ČESKÁ ASOCIACE SPORT PRO VŠECHNY

- při opakování stejného prvku se započítává pouze hodnota jednoho prvku (pokud přímo v Závodním programu není uvedeno jinak);
- součet obtížnosti všech prvků je otevřený;
- přidělení hodnoty za zařazení prvku ze skupiny:
 - prvek zacvičený s dopomocí – nebude uznána hodnota obtížnosti ani skladební požadavek.

2.1.1.2 Provedení (známka E)

Na provedení je vyčleněno 10 bodů, od kterých se odečítají srážky za chyby v provedení.

Provedení sestavy se dělí na:

- technické provedení prvků a vazeb;
- držení těla;
- umělecký projev (kladina, prostná).

Chyby technického provedení a držení těla jsou rozděleny:

- malá chyba 0,1 b (např. špatné držení paží, nohou, malé roznožení)
- střední chyba 0,3 b (např. nízké skoky, odchylky od správné techniky)
- velká chyba 0,5 b (např. velké odchylení od techniky, dopomoc, pády)

2.1.1.3 Krátká sestava

V případě předvedení nedostatečného počtu prvků, bude udělena srážka takto:

Hrazda	2 prvky	6,00 b
	1 prvek	8,00 b
Kladina, prostná	4 prvky	4,00 b
	3 - 2 prvky	6,00 b
	1 prvek	8,00 b

Srážka bude udělena rozhodčí E1 z výsledné známky.



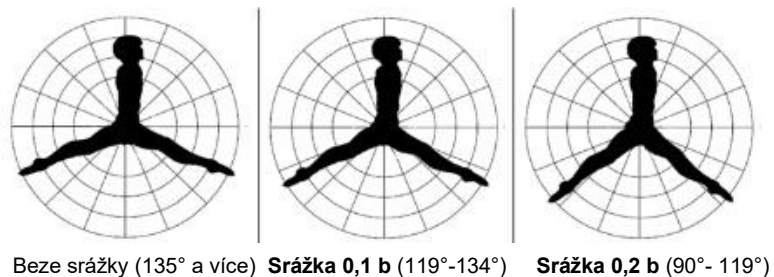
ČESKÁ ASOCIACE SPORT PRO VŠECHNY

2.1.2 Tabulka všeobecných chyb a srážek

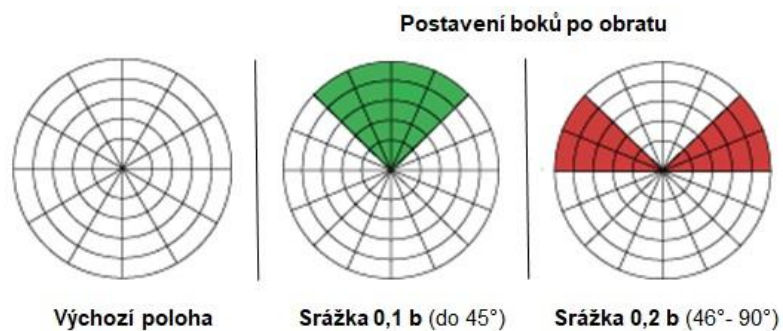
Tabulka 2: Všeobecné srážky

Druhy chyb		malé	střední	velké
Srážky udělované sborem rozhodčích E		0,1 b	0,2 - 0,3 b	0,5 b
Chyby v držení těla				
uvolněné nebo špatné držení hlavy, paží, těla a nohou během cvičení	pokaždé	0,1	0,2	x
pokrčení paží ve vzporu nebo pokrčení kolen	pokaždé	0,1 < 30°	0,2 > 30°	x
roznožení – malé nebo tam, kde nemá být	pokaždé	0,1	x	x
Technické chyby				
nedostatečná výška gymnastických skoků a akrobatických prvků s letovou fází	pokaždé	0,1	0,2	x
nedostatečné skrčení, schýlení nebo prohnutí	pokaždé	0,1	0,2	x
nedostatečné roznožení (viz obr. 1)	pokaždé	0,1	0,2	x
dotyk náradí nebo žíněnky nohou, rukou v rozporu s technikou	pokaždé	x	0,2	x
obraty nedotočené nebo přetočené (viz obr. 2)	pokaždé	0,1	0,2	x
zachycení se náradí, aby bylo zabráněno pádu	pokaždé	x	0,3	x
Ztráta rovnováhy při dopadech z prvku a doskocích				
malý poskok		0,1	x	x
1 krok		0,1	x	x
2 kroky		x	0,2	x
3 kroky		x	0,3	x
více než tři kroky		x	0,3	x
velký krok po doskoku (více než šířka ramen)		x	0,2	x
pád na kolena, do sedu nebo na náradí, na obě ruce		x	x	0,5
přídavné pohyby k udržení rovnováhy		0,1	0,2 - 0,3	x
Srážky z výsledné známky – odečítá rozhodčí E1				
cvičení bez pokynu vrchní rozhodčí	nehodnotí se, neplatná sestava			
odrazový můstek položený na přidané žíněnce navíc		x	0,3	x
opuštění závodního místa bez ohlášení	diskvalifikace			
poskytnutí dopomoci (kromě přeskoků)	pokaždé	x	x	0,5
chybějící prvek – nahrazeno článkem 2.1.1.3 Krátká sestava	pokaždé	1,0 b		

Obrázek 1: Nedostatečné roznožení ve skocích – vodítka ke srážkám



Obrázek 2: Nedotočené nebo přetočené obraty – vodítka ke srážkám



3. TECHNICKÉ POŽADAVKY NA UZNÁNÍ HODNOTY PRVKŮ

3.1 Všechna nářadí

Polohy těla:

Skrčmo

Úhel mezi trupem a končetinami a úhel v kolenou musí být menší nebo roven 90°

- v saltech a gymnastických prvcích



Schylmo

Úhel mezi trupem a končetinami musí být menší nebo roven 90°

- v saltech a gymnastických prvcích



3.2 Kladina a prostná

3.2.1 Obraty jednož (piruety)

Obrat by měl být dokončen přesně, je povolena tolerance 45° , jinak se uznává hodnota obtížnosti jiného odpovídajícího prvku z Pravidel.

Rozhodující je poloha boků.

Kritéria obratů:

- musí být provedeny na špičce;
- správné držení těla během celého obratu;
- napnutá či pokrčená stojná noha (choreografie) nemění hodnotu obtížnosti;
- v obrazech jednož, které vyžadují přesnou polohu volné nohy, musí být tato poloha zachována po celou dobu obratu;
- není-li volná noha v předepsané poloze, uděluje se hodnota jiného prvku z Pravidel.

Nedotočený obrat na stojné noze:

Příklad: obrat 360° se stává obratem 180°

3.2.2 Skoky a poskoky s obraty

Jsou povoleny různé techniky provedení skoků s obraty o 360° a více.

Poloha nohou skrčmo, schylmo či roznožmo může být provedena na začátku, uprostřed nebo na konci obratu (není-li u příslušného prvku uveden jiný zvláštní požadavek).

U skoků a poskoků s obratem o 180° musí být předepsaná pozice předvedena na začátku nebo na konci obratu.



ČESKÁ ASOCIACE SPORT PRO VŠECHNY

Skok by měl být dokončen přesně, je povolena tolerance 45°, jinak se uznává hodnota obtížnosti jiného odpovídajícího prvku z Pravidel.

Rozhodující je pozice boků.

3.2.3 Skoky a poskoky s roznožením

U skoků a poskoků se požaduje roznožení v rozsahu min. 120°, bez tolerance, jinak prvek nebude uznán, nebo bude uznána hodnota jiného odpovídajícího prvku z Pravidel.

Definice:

Skoky - odraz jednož a doskok na druhou nohu nebo snožmo.

Poskoky - odraz jednož a doskok na stejnou nohu nebo snožmo (roznožení 180° se nevyžaduje).

Skoky - odraz snožmo a doskok jednož či snožmo.

3.3 Specifické požadavky vybraných gymnastických prvků

Skok se skrčením přednožmo/i s obratem „kufr“

Požadavky na provedení:

úhel v bocích menší nebo roven 90°,
kolena v horizontále.



Panel D

tolerance v úhlu v bocích nebo úhlu v kolenou je 30°, jinak je prvek bez hodnoty obtížnosti nebo jiný odpovídající prvek z Pravidel.

Panel E

kolena lehce pod horizontálou do 20°

srážka 0,1 b

kolena pod horizontálou více než 20°

srážka 0,2 b

Skok se skrčením přednožmo jedné a přednožením druhé i s obratem „Jánošík“

Požadavky na provedení:

úhel v bocích menší než 90°,
napnutá noha v horizontále.



Panel D

tolerance v úhlu v bocích 30°, jinak je prvek bez hodnoty obtížnosti nebo jiný odpovídající prvek z Pravidel

Panel E

napnutá noha lehce pod horizontálou do 20°

srážka 0,1 b

napnutá noha pod horizontálou více než 20°

srážka 0,2 b



Skok střížný přednožmo skrčmo „čertík“

Požadavky na provedení:
výměna nohou,
kolena v úrovni horizontály,
hodnotí se nejnižší poloha kolena.



Panel D

tolerance v úhlu v bocích 30°, jinak je prvek bez hodnoty obtížnosti nebo jiný odpovídající prvek z Pravidel
chybí výměna nohou - hodnotí se skok se skrčením přednožmo

Panel E

jedna nebo obě nohy pod horizontálou do 20°	srážka 0,1 b
jedna nebo obě nohy pod horizontálou více než 20°	srážka 0,2 b

Odrazem snožmo skok s přednožením roznožmo i s obratem „štička“

Požadavky na provedení:
obě nohy musí být v úrovni horizontály.



Panel D

tolerance v úhlu v bocích 30°, jinak je prvek bez hodnoty obtížnosti nebo jiný odpovídající prvek z Pravidel

Panel E

nesprávná poloha nohou (nohy nejsou v jedné rovině)	srážka 0,1 b
nohy pod horizontálou do 20°	srážka 0,1 b
nohy pod horizontálou více než 20°	srážka 0,2 b

Skok se skrčením zánožmo k hlavě „přípatka“

Požadavky na provedení:
oblouk a záklon hlavy, chodidla u temene hlavy.



Panel D

nedostatečný oblouk a záklon hlavy - prvek bez hodnoty obtížnosti,
špičky pod úrovní ramen - prvek bez hodnoty obtížnosti.

Panel E

nedostatečný oblouk	srážka 0,1 b
nohy v úrovni nebo pod úrovní hlavy	srážka 0,1 b
nedostatečně skrčené nohy ($\geq 90^\circ$)	srážka 0,1 b



ČESKÁ ASOCIACE SPORT PRO VŠECHNY

Dálkový skok s výměnou nohou

Požadavky na provedení:

švihová noha v rozsahu min. 45°

napnutá švihová noha

rozsah po výměně nohou min 120°



Panel D

skrčená švihová noha - skok hodnocen jako dálkový skok

rozsah po výměně nohou menší než 120° - prvek bez hodnoty obtížnosti

Panel E

rozsah švihu menší než 45°

pokrčená švihová noha

srážky za rozsah

srážka 0,1 b

srážka 0,2 b

viz srážky za skoky s roznožením



4. CHARAKTERISTIKA A SPECIFICKÉ SRÁŽKY PRO JEDNOTLIVÁ NÁŘADÍ

4.1 Přeskok

Přeskok se provádí přes přeskokové nářadí.

Přeskok se provádí z rozběhu po odrazu snožmo z jednoho odrazového můstku, s dohmatem oběma rukama na přeskokové nářadí.

Přeskok začíná rozběhem a končí doskokem ve stojící spatném čelem nebo zády k přeskokovému nářadí.

Závodnice má právo na nový opakovaný rozběh bez srážky, nedotkne-li se můstku ani nářadí, a to pouze jednou!

Na dva skoky mohou být maximálně 3 rozběhy, 4. rozběh není povolen.

Hodnotí se oba skoky a obě známky se zapisují do protokolu, do celkového hodnocení se započítává vyšší výsledná známka. Znamka za první přeskok musí být zapsána dříve, než závodnice předvede druhý přeskok.

Skok se hodnotí nulou v následujících případech:

- závodnice zahájí rozběh před pokynem rozhodčí;
- po rozběhu se závodnice dotkne můstku nebo nářadí bez předvedení skoku;
- závodnice se odrazí z přeskokového nářadí nohama (v rozporu s charakterem skoku);
- skok je proveden dvojným dohmatem (závodnice se 2x odrazí oběma rukama);
- skok je tak nezdařený, že není možné jej rozeznat;
- skok je proveden bez dohmatu nebo dohmatem jednoruč;
- skok je proveden s dopomocí instruktora;
- doskok není s dopadem na nohy (první se dotkne země jiná část těla než nohy).

Tabulka 3: Specifické srážky – přeskok

Druhy chyb	malé	střední	velké
Srážky udělované sborem rozhodčích	0,1 b	0,2 - 0,3 b	0,5 b
První letová fáze			
nízká, krátká	0,1	0,3	0,5
velké vysazení	0,1	0,3	0,5
předčasné skrčení (skrčka) / roznožení (roznožka)	0,1	0,3	x
Oporová fáze			
špatný úhel v ramenou	0,1	0,3	x
pokrčení paží	0,1	0,3	x
skrčení paží u přemetových skoků	x	x	0,5
nedostatečné skrčení, schýlení, roznožení	0,1	0,2	x



ČESKÁ ASOCIACE SPORT PRO VŠECHNY

dohmat jednoruč nebo bez dohmatu		neplatný skok		
neprojití vertikálou		0,1	0,2 – 0,3	0,5
Druhá letová fáze				
nedostatečná výška, délka		0,1	0,3	0,5
nedostatečné skrčení, schýlení		x	0,2	x
nenapřímení před doskokem		0,1	0,2	x
nedostatečný odraz		x	0,3	0,5
Doskok				
odchýlení od přímého směru		x	0,3	x
pád na kolena, do sedu, nebo s oporou rukama		x	x	0,5
Dotyk přeskokového náradí zády při doskoku z přemetu		x	0,3	x
Dotyk přeskokového náradí chodidly, nártý		x	x	0,5
Dynamika skoku		x	0,3	x
Přerušení skoku		neplatný skok		
Poskytování dopomoci či záchrany během přeskoku		neplatný skok		
Rozběh bez provedení přeskoku s dotykem náradí		neplatný skok		
Přeskok neodpovídá popisu		neplatný skok		
Dvojitý odraz z můstku		neplatný skok		
Pád na jinou část těla než nohy		neplatný skok		



4.2 Hrazda

Skupiny prvků:

- A. Náskoky
- B. Přešvihy
- C. Vzepření a výmyky uvnitř sestavy
- D. Toče a ostatní prvky uvnitř sestavy
- E. Seskoky

Sestava musí obsahovat minimálně 3 prvky (náskok, seskok a prvek uvnitř sestavy).

Hodnocení sestavy začíná odrazem z můstku nebo ze země, končí doskokem.

Měření času přerušení po pádu začíná po postavení závodnice na nohy.

Překročí-li závodnice povolený čas na přerušení sestavy, cvičení je považováno za ukončené, hodnotí se předvedená část sestavy včetně pádu.

Tabulka 4: Specifické srážky – hrazda

Druhy chyb		malé	střední	velké
Srážky udělované sborem rozhodčích		0,1 b	0,2 - 0,3 b	0,5 b
Odras				
Odras nebo rozběh u náskoku se opakuje	pokaždé			0,5
Držení nohou				
nohy pokrčené	pokaždé	0,1	0,2	x
nohy skrčené	pokaždé	x	x	0,5
Výmyk				
těžkopádný, dotahovaný, neplynulý	pokaždé	0,1	0,3	0,5
Vzepření				
dotahované, s pokrčenými pažemi	pokaždé	0,1	0,3	x
nesprávný kmih	pokaždé	0,1	0,3	x
Toče				
nízký zákrah (< 45°)	pokaždé	x	0,3	x
prohnutý zákrah	pokaždé	x	0,2	x
pokrčené paže	pokaždé	0,1	0,3	0,5
vysazený toč vzad	pokaždé	0,1	0,3	x
dotyk hrazdy (např. při přešvihu)	pokaždé	0,1	x	x



ČESKÁ ASOCIACE SPORT PRO VŠECHNY

Seskok				
nízký odkmih nebo zákkih (< 45°)		x	0,3	x
nízký podmet (boky pod úrovní žerdě)		x	0,3	x
nenapřimení se		x	0,3	x
krátký seskok		x	0,2	x
Mezikkih	pokaždě	x	0,3	x
Dotyk (opora) náradí trupem v rozporu s technikou	pokaždě	x	0,3	x
Po pádu přerušení sestavy nad 30 sekund	sestava se dále nehodnotí			
Přerušení plynulosti sestavy	pokaždě	x	0,3	x



4.3 Kladina

Skupiny prvků:

- A. Náskoky
- B. Gymnastické skoky
- C. Obraty
- D. Rovnovážné prvky
- E. Akrobatické prvky
- F. Seskoky

Hodnocení cvičení začíná odrazem z můstku nebo ze země, končí doskokem.

Závodnice má právo na nový opakovaný rozběh bez srážky, nedotkne-li se můstku ani náradí.

Měření času začíná odrazem ze země nebo můstku, končí doskokem. Deset (10) sekund před uplynutím maximálního časového limitu upozorní závodnici signál (akustický nebo slovně „čas“ podle možností pořadatele soutěže), že má ukončit cvičení. Měření času přerušení po pádu začíná po postavení závodnice na nohy. Překročí-li závodnice povolený čas na přerušení sestavy, cvičení je považováno za ukončené, hodnotí se předvedená část sestavy včetně pádu.

Čas pádu se nezapočítává do celkového času cvičení.

Tabulka 5: Specifické srážky – kladina

Druhy chyb		malé	střední	velké
Srážky udělované sborem rozhodčích		0,1 b	0,2 - 0,3 b	0,5 b
Nedostatečná výdrž v rovnovážných prvcích (< 2 s)		neplatný prvek		
Skoky				
nízké	pokaždé	0,1	0,2	x
malý rozsah (viz obr. 1)	pokaždé	0,1	0,2 - 0,3	x
Obraty				
pomalé, nejisté	pokaždé	0,1	x	x
na plném chodidle	pokaždé	x	0,2	x
nedotočené, přetočené (viz obr. 2)	pokaždé	x	0,2	x
Akrobatické prvky				
stoj na rukou nevytažený z ramen, vysazený, prohnutý	pokaždé	0,1	0,3	x
přemet stranou vysazený, směrově nepřesný	pokaždé	0,1	0,3	x



ČESKÁ ASOCIACE SPORT PRO VŠECHNY

Seskok				
nízký, krátký		x	0,3	x
směrově nepřesný		0,1	0,2	x
vysazený stoj na rukou		x	0,3	x
neprojití stojem na rukou		x	0,3	0,5
nedostatečný odraz		x	0,3	0,5
Neprojití 2x délku lavičky/nízké kladiny/kladiny		x	x	0,5
Nevyužití celé délky náradí (alespoň 1x)		x	0,2	x
Opření nohou o bok kladiny	pokaždé	x	0,3	x
Pád do závěsu	pokaždé	x	x	0,5
Druhý rozběh a odraz z můstku nebo země	pokaždé	x	x	0,5
Překročení doby 10 sekund po pádu	sestava se pokládá za ukončenou			
Nedodržení časového limitu (krátká nebo dlouhá sestava)		0,1	x	x
Chybějící pohyb/prvek blízky kladině s dotykem části těla (nemusí být prvek obtížnosti)		x	0,3	x
Sestava je provedena jako sled vzájemně nenapojených prvků (chybí doprovodné pohyby a pózy)		x	0,3	0,5



4.4 Prostná

Skupiny prvků:

- A. Skoky
- B. Obraty
- C. Akrobatické prvky
- D. Akrobatické řady

Cvičení prostných je doprovázeno hudbou. Závodnice může začít cvičit po několika taktech, cvičení by mělo končit současně s hudbou.

Pokud závodnice začne cvičit na nesprávnou hudbu nebo dojde k přerušení hudby (ne vlastní vinou) a závodnice sestavu dokončí, nemá právo na opakování sestavy.

Měření času začíná s prvním pohybem, končí s posledním pohybem.

Tabulka 6: Specifické srážky – prostná

Druhy chyb		malé	střední	velké
Srážky udělované sborem rozhodčích		0,1 b	0,2 - 0,3 b	0,5 b
Skoky				
nízké	pokaždé	0,1	0,2	x
malý rozsah (viz obr. 1)	pokaždé	0,1	0,2 - 0,3	x
Obraty				
pomalé, nejisté	pokaždé	0,1	x	x
na plném chodidle	pokaždé	x	0,2	x
nedotočené, přetočené (viz obr. 2)	pokaždé	x	0,2	x
Akrobatické prvky				
stoj na ruce nevytažený z ramen, vysazený, prohnutý	pokaždé	0,1	0,3	x
přemet stranou vysazený, směrově nepřesný	pokaždé	0,1	0,3	x
Akrobatické řady				
dvojdůtek země nohy mezi prvky	pokaždé	x	0,3	x
posun oporové nohy, mezikrok		neplatná akrobatická řada		
Nesoulad pohybu s hudbou				
Nesoulad pohybu s hudbou	pokaždé	0,1	max. 0,5	
Chybějící pohyb/prvek s dotykem země části těla (nemusí být prvek obtížnosti)		x	0,3	x



ČESKÁ ASOCIACE SPORT PRO VŠECHNY

Sestava je provedena jako sled vzájemně nenapojených prvků (chybí doprovodné pohyby a pózy)		x	0,3	0,5
Opuštění akrobatického pásu – dotyk země mimo plochu pásu jakoukoli částí těla				
vykročení nebo doskok na jednu nohu	pokaždé	0,1	x	x
dotyk jednou rukou	pokaždé	0,1	x	x
vykročení oběma nohama, dotyk oběma rukama	pokaždé	x	0,3	x
Neprojití předepsaného počtu délek pásu		x	x	0,5
Nevyužití celé délky náradí (alespoň 1x 10 m)		x	0,2	x
Nedodržení délky sestavy		0,1 odchylka +/- 2 s	0,2 odchylka +/- 3 s a více	

Další srážky, které nejsou v tabulkách technických chyb u jednotlivých náradí, se udělují dle platných Pravidel sportovní gymnastiky žen pro soutěže ČASPV.