

Tělovýchovná jednota z. s. Týnec nad Sázavou
Oddíl sportovní gymnastiky
ve spolupráci s MěÚ Týnec nad Sázavou
pořádá tradiční
"MIKULÁŠSKÉ ZÁVODY"

Všeobecná ustanovení:

Pořadatel: Sportovní gymnastika Týnec n. S.
Datum konání: 14.12.2024
Místo konání: tělocvična II. ZŠ Týnec nad Sázavou - Komenského 265
Prezence: 8:00 - 8:45 hod.
Zahájení závodu: 9:00 hod.
Ředitelka závodu: Součková Radka
Hlavní rozhodčí: Mlýnková Martina
Startovné: 150 Kč za závodníka
Přihlášky: zaslat do 2.12.2024
e-mailem na: martinkamlynkova@gmail.com a kopii na
radka-souckova@seznam.cz
telefon: 775 317 963

Po stanoveném termínu se přihlášky z technických důvodů nebudou přijímat a později přihlášené závodnice a závodníci nebudou připuštěny k závodu!!!

- z jedné TJ v každé kategorii může startovat maximálně 6 závodníků s výjimkou pořadajícího oddílu. Závodu se nesmí zúčastnit závodnice a závodníci registrovaní v ČGF v roce 2023 a 2024.
- povinnost jednoho rozhodčího na každých přihlášených 8 dětí z jednoho oddílu, jinak oddíl nebude připuštěn k závodu!
- **do kat. vyspělé mladší a starší se mohou dobrovolně přihlásit závodnice odpovídajících ročníků a povinně se musí přihlásit závodnice, které se zúčastnily republikové soutěže v SG v roce 2023 a 2024 v Doubí u Třeboně a republikového finále jednotlivců v roce 2023 a 2024 v Praze**
- pořadatel si vyhrazuje právo v případě většího počtu závodníků v kategorii, tuto kategorii pro vyhlášení výsledků rozdělit
- v případě shody v celkovém součtu známek, rozhoduje známka na prostných

Technická ustanovení:

- hudba na prostných pro ženské kategorie může být zpívaná i instrumentální ve formátu kategorie_příjmeníjméno (např. mlžkII_součkováradka) zasláná do 6.12.2024 na e-mail: radka-souckova@seznam.cz . PROSÍME O DODRŽENÍ STANOVENÉHO FORMÁTU!

Ostatní ustanovení:

- závodí se ve volných sestavách s povinnými a bonifikovanými prvky, výjimkou jsou kategorie žáků na kruzích. Hodnotí se podle pravidel ČASPV - Pravidla SG ČASPV ženy 2024 231231, s úpravami uvedenými v rozpisu pro ten to závod. V sestavách nebude uplatňována srážka 0,3 bodu při nedodržení polohy blízké zemi.
- výchozí známka je 10 bodů
- za chybějící povinný prvek je srážka 1,0 bod
- za nesoulad s hudbou může být udělena srážka až 0,5 bodu
- závodníci jsou povinni projít uvedený počet řad na nářadí (jako řada se počítá i dojití do poloviny a zpět) v případě nedodržení počtu řad je srážka až 0,5 bodu
- za nápovědu je srážka 0,5 bodu (pouze 1x za celou sestavu)
- za nedostatečnou výdrž v rovnovážných prvcích či ve stoji na rukou bude udělena srážka 0,3b

- bonifikace bude uznána pouze v případě, že srážka z provedení bude maximálně 0,3 bodu, v každé jednotlivé sestavě lze přidat bonifikaci pouze 1x (v případě, že bonifikovaných prvků bude předvedeno více, bude bonus pouze 0,2 bodu za celou sestavu)
- obrat ve výskoku, je zařazen jako skok, nelze jím tedy splnit povinný prvek "libovolný obrat"
- stoj na rukou a obrat ve stoji na rukou je zařazen jako akrobatický prvek
- předskok je považován za gymnastický skok
- přímý skok je považován za gymnastický skok
- plynulý kotoul vpřed na lavičce/kladině může být proveden s dohmatem i bez dohmatu
- pokud je uveden povinný nebo bonifikovaný prvek přemet vpřed nebo vzad (flik nebo blecha), může být součástí povinné akrobatické řady a nemusí již být předveden zvlášť. Přemet vzad "zvolna" součástí akrobatické řady být nesmí
- pokud je uveden povinný nebo bonifikovaný prvek libovolné salto, může být součástí povinné akrobatické řady a nemusí již být předvedeno zvlášť
- pokud je v akrobatické řadě povolen kotoul vpřed, bude jako akrobatická řada uznána i vazba přemet stranou a kotoul vpřed
- vazba rondát + obrat výskokem o 180° + přemet stranou nebude uznána jako akrobatická řada
- pokud je uveden povinný prvek kotoul, musí začínat a končit ve dřepu (ev. ve vzporu dřepmo), stoji (ev. vzporu stojmo) nebo stoji rozkročném (ev. vzporu stojmo rozkročném)

Nejmladší žákyně	2017 a mladší
Mladší žákyně I.	2015-2016
Mladší žákyně II.	2013-2014
Starší žákyně III.	2011-2012
Starší žákyně IV.	2009-2010
dorostenky	2006-2008
ženy	2005 a starší
vyspělé mladší žákyně	2011-2013
vyspělé starší žákyně	2008-2010
nejmladší žáci	2017 a mladší
mladší žáci I.	2015-2016
mladší žáci II.	2013-2014
starší žáci III.	2011-2012
starší žáci IV.	2009-2010
dorostenci	2006-2008
muži	2005 a starší

Nejmladší žákyně r. 2017 a mladší

protná	min. 1 řada - palubová podlaha 12m dlouhá (dobrovolná hudba 30-50 s.) 2 různé gymnastické skoky rovnovážný prvek ve stoji jednonož kotoul vpřed nebo vzad obrat min. o 180° ve stoji nebo dřepu
lavička	min. 1 řada gymnastický skok rovnovážný prvek ve stoji jednonož obrat min. o 180° ve stoji nebo dřepu
šplh	2,5 m na čas

Mladší žákyně I. r. 2015-2016

prostná min. 1 řada - palubová podlaha 12 m dlouhá (dobrovolná hudba 30-50 s.)
2 různé gymnastické skoky
rovnovážný prvek ve stoji jedno nož
2 různé akrobatické prvky
obrat min. o 180° ve stoji nebo dřepu
za přemet vpřed nebo vzad nebo libovolné salto bude k výsledné známce připočten bonus 0,2

b

lavička min. 2 řady
2 různé gymnastické skoky
rovnovážný prvek ve stoji jedno nož
akrobatický prvek
obrat min. o 180° ve stoji nebo dřepu

šplh 2,5 m na čas

Mladší žákyně II. r. 2013-2014

prostná min. 2 řady - palubová podlaha 12 m dlouhá (hudba 30-60 s.)
minimálně 2 různé gymnastické skoky navázané odrazem snožmo
stoj na rukou s výdrží 2s.
akrobatická řada se dvěma různými prvky
váha předklonmo nebo unožit povýš min. 90° i s dopomocí ruky
pirueta min. o 180°

za přemet vpřed nebo vzad nebo libovolné salto bude k výsledné známce připočten bonus 0,2 b

kladinka min. 2 řady, výška 30 cm
2 různé gymnastické skoky
kotoul vpřed
pirueta min. o 180°
váha předklonmo nebo unožit povýš min. 90° i s dopomocí ruky

za prvek stojem na rukou uvnitř sestavy bude k výsledné známce připočten bonus 0,2 b

šplh 5 m na čas

Starší žákyně III. r. 2011-2012

prostná min. 2 řady - palubová podlaha 12 m dlouhá (hudba 30-70 s.)
přemet vpřed nebo vzad
stoj na rukou s výdrží 2s.
pirueta min. o 360°
minimálně 3 různé gymnastické skoky navázané odrazem snožmo
akrobatická řada se dvěma různými prvky
váha předklonmo nebo unožit povýš min. 90° i s dopomocí ruky

za libovolné salto bude k výsledné známce připočten bonus 0,2 b

kladina min. 2 řady, výška 110 cm
plynulý kotoul vpřed
pirueta min. o 360°
2 různé gymnastické skoky
váha předklonmo nebo unožit povýš min. 90° i s dopomocí ruky

za prvek stojem na rukou uvnitř sestavy nebo náskokem bude k výsledné známce připočten bonus 0,2b

šplh 5 m na čas

Starší žákyně IV. r. 2009-2010

prostná min. 2 řady - palubová podlaha 12 m dlouhá (hudba 40-80 s.)
přemet vpřed nebo vzad
stoj na rukou s obratem min. o 180°
pirueta min. o 540°
minimálně 3 různé gymnastické skoky navázané odrazem snožmo
akrobatická řada se třemi různými prvky
váha předklonmo nebo unožit povýš min.90° i s dopomocí ruky

za libovolné salto bude k výsledné známce připočten bonus 0,2 b

kladina min. 2 řady, výška 110 cm
plynulý kotoul vpřed nebo kotoul vzad
2 různé gymnastické skoky
pirueta min. o 360°
váha předklonmo nebo unožit povýš min.90° i s dopomocí ruky
seskok stojem na rukou nebo salto

za prvek stojem na rukou uvnitř sestavy nebo náskokem bude k výsledné známce připočten bonus 0,2b

šplh 5 m na čas

dorostenky r. 2006-2008

prostná min. 2 řady - palubová podlaha 12 m dlouhá (hudba 40-80 s.)
přemet vpřed nebo vzad
pirueta min. o 540°
stoj na rukou s obratem min. o 180°
minimálně 3 různé gymnastické skoky navázané odrazem snožmo
akrobatická řada se třemi různými prvky
váha předklonmo nebo unožit povýš min.90° i s dopomocí ruky

za libovolné salto bude k výsledné známce připočten bonus 0,2 b

kladina min. 2 řady, výška 110 cm
plynulý kotoul vpřed nebo vzad
pirueta min. o 360°
3 různé gymnastické skoky
váha předklonmo nebo unožit povýš min.90° i s dopomocí ruky
seskok stojem na rukou nebo salto

za prvek stojem na rukou uvnitř sestavy nebo náskokem bude k výsledné známce připočten bonus 0,2b

šplh 5 m na čas

ženy r. 2004 a starší

prostná viz kat. dorostenky

kladina viz kat. dorostenky

šplh 5 m na čas

vyspělé mladší žákyně r. 2011-2013

prostná min. 2 řady - palubová podlaha 12 m dlouhá (hudba 30-60 s.)
stoj na rukou s obratem min. o 180°
přemet vpřed nebo vzad zvolna
flik nebo blecha
pirueta min. o 540°

minimálně 3 různé gymnastické skoky navázané odrazem snožmo
váha předklonmo nebo unožit povýš min.90°
za libovolné salto bude k výsledné známce připočten bonus 0,2 b

kladina min. 2 řady, výška 110 cm
kotoul vpřed bez dohmatu
pirueta min. o 360°
akrobatický prvek provedený stojem na rukou uvnitř sestavy
2 různé gymnastické skoky navázané odrazem snožmo
váha předklonmo nebo unožit povýš min.90° i s dopomocí ruky
seskok přemet vpřed nebo salto

za libovolný další prvek stojem na rukou uvnitř sestavy nebo náskokem bude k výsledné známce připočten bonus 0,2 b

šplh 5 m na čas

vyspělé starší žákyně r. 2008-2010

prosná min. 3 řady - palubová podlaha 12 m dlouhá (hudba 40-80 s.)
flik, blecha nebo salto
pirueta min. o 540°
stoj na rukou s obratem min. o 180°
minimálně 3 různé gymnastické skoky navázané odrazem snožmo
akrobatická řada se třemi různými prvky (nesmí být zařazen kotoul)
váha předklonmo nebo unožit povýš min.90°

kladina min. 2 řady, výška 110 cm
pirueta min. o 360°
akrobatický prvek provedený stojem na rukou uvnitř sestavy
kotoul vpřed bez dohmatu
3 různé gymnastické skoky navázané odrazem snožmo
váha předklonmo nebo unožit povýš min. 90°
seskok přemet vpřed nebo salto

za libovolný další prvek stojem na rukou uvnitř sestavy nebo náskokem bude k výsledné známce připočten bonus 0,2 b

šplh 5 m na čas

nejmladší žáci r. 2017 a mladší

prosná min. 1 řada - palubová podlaha 12 m dlouhá
kotoul vpřed nebo vzad
gymnastický skok
rovnovážný prvek ve stoji

kruhy povinná sestava, za chybějící prvek srážka 1b.
ze shybu stojmo odrazem snožmo svis vznesmo - výdrž 2 s - svis střemhlav -
výdrž 2 s - svis vznesmo - svis vzadu - seskok

šplh 2,5 m na čas

mladší žáci I. r. 2015-2016

prosná min. 1 řada - palubová podlaha 12 m dlouhá
kotoul vpřed nebo vzad

gymnastický skok
rovnovážný prvek ve stoji
přemet stranou

kruhy povinná sestava, za chybějící prvek srážka 1b.
ze shybu stojmo odrazem snožmo svis vznesmo - výdrž 2 s - svis střemhlav -
výdrž 2 s - svis vznesmo - svis vzadu - seskok

šplh 2,5 m na čas
mladší žáci II. r. 2013-2014
prostná min. 1 řada - palubová podlaha 12 m dlouhá
2 různé kotouly
2 různé gymnastické skoky
akrobatická řada se dvěma různými prvky
váha předklonmo
libovolný obrat min. o 180° ve stoji nebo dřepu
kruhy viz mladší žáci I.
šplh 5 m na čas

starší žáci III r. 2011-2012

prostná min. 2 řady - palubová podlaha 12 m dlouhá
stoj na rukou s výdrží 2s.
akrobatická řada se dvěma různými prvky
2 různé gymnastické skoky
naskočený kotoul vpřed
libovolný obrat min. o 180°
váha předklonmo

za libovolné salto bude k výsledné známce připočten bonus 0,2 b

kruhy doskočné, za chybějící prvek srážka 1b.
svis - přednos - zákmih - předkmih - zákmih - předkmihem svis vznesmo -
výdrž 2 s - svis střemhlav - výdrž 2 s - svis vznesmo - kmih podmetmo - zákmih - předkmih -
zákmihem seskok

šplh 5 m na čas

starší žáci IV r. 2009-2010

prostná min. 2 řady - palubová podlaha 12 m dlouhá
stoj na rukou s obratem min. o 180°
akrobatická řada se dvěma různými prvky (nesmí být zařazen kotoul)
2 různé gymnastické skoky
libovolný obrat min. o 360°
přemet vpřed nebo vzad

za libovolné salto bude k výsledné známce připočten bonus 0,2 b

kruhy viz starší žáci III.
šplh 5 m na čas

dorostenci r. 2006-2008

prostná viz starší žáci IV.
kruhy viz starší žáci IV.
šplh 5 m na čas

muži r. 2005 a starší

protná

kruhy

šplh

viz starší žáci IV.

viz starší žáci IV.

5 m na čas