

*Oddíl Sportovní gymnastiky Pelhřimov  
pořádá*

*VII.ročník*

# ***MEMORIÁLU ZUZANY HARTLOVÉ***

***TROJBOJ Přeskok - Kladina – Prostná***

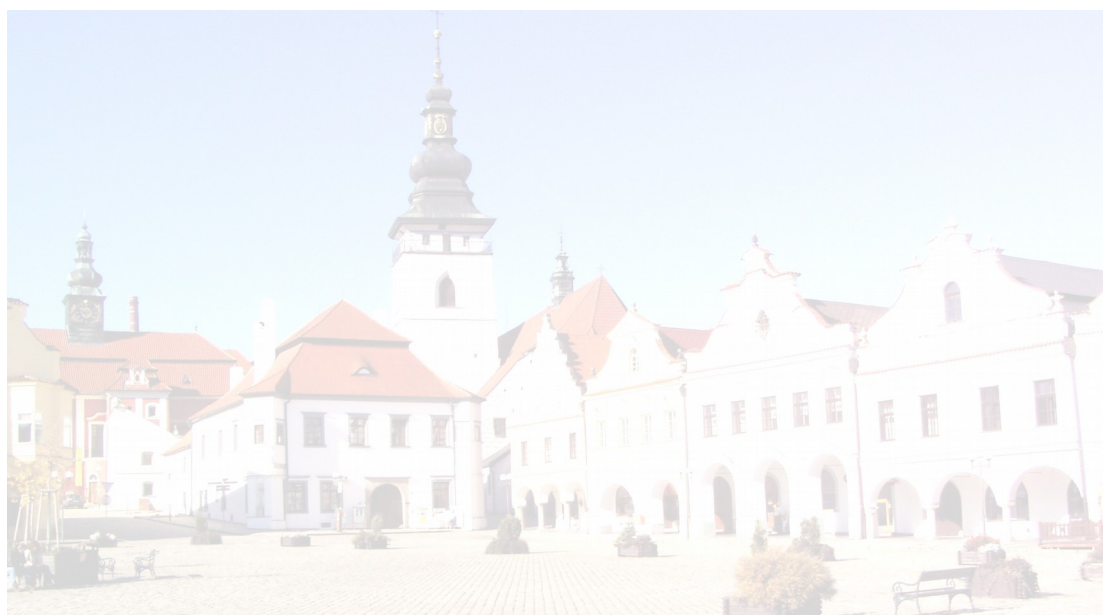
*v kategoriích*

*Nejml.žákyně 2009-2011, Mladší žákyně 2007-2008*

*Starší žákyně 2005-6*

*Žákyně B, Juniorky B a Ženy B*

***Sobota dne 31.10.2015***



*Sportovní hala- Nádražní ulice*

*Začátek v 9.00hod*

## Rozpis

**Datum:** *Sobota 31.10.2015*

**Místo:** *Velká Sportovní hala Pelhřimov- Nádražní ulice*

**Pořadatel:** *SG Pelhřimov*

**Činovníci:** *ředitel závodu Zourová Světlana*

*hl.rozhodčí : Svobodová Štěpánka*

*Zourová Světlana, F.B.Vaňka 1971*

*393 01 Pelhřimov*

*mob.:721 847 097*

*nebo e-mail: [SvetlanaZourova@seznam.cz](mailto:SvetlanaZourova@seznam.cz)*

*Podmínka účasti: včas zasláná přihláška obsahující jméno a datum nar. závodnice,  
příslušnost TJ, jméno trenéra, jméno a kvalifikaci rozhodčí*

**Uzávěrka přihlášek : Sobota 24.10.2015**

**Startovné:** *100Kč na závodnici*

**Rozhodčí:** *každý oddíl přiveze s sebou kvalifikovanou rozhodčí na 4závodnice 1rozhodčí  
( při nedodržení pokuta 200 Kč) **U kategorie Starší žákyně a Žákyně B***

**zaslat VÝŠKU STOLU**

**Losování:** *bude provedeno 28.10.2015*

**Stravování:** *nově otevřený bufet v suterénu kuželny*

**Ceny:** *závodnice na 1. – 6. místě obdrží medaile a diplom, ostatní drobné ceny*

**Ubytování:** *případný požadavek je nutno předem*

**!Omezení: POZOR nejvíce 5 závodnic v I. a II. kategorii z každého oddílu mimo pořádajícího !**

*Po skončení závodu I. a II. kategorie bude vyhlášení výsledků a organizované rozcvičení další kategorie*

**Trojboj Přeskok - Lavička - prostná**

*I.kategorie Nejmladší žákyně ročník 2009-2011*

**Trojboj Přeskok– Kladina - Prostná**

*II.kategorie Mladší žákyně 2007 - 2008*

*III.kategorie Starší žákyně 2005-2006*

*IV.kategorie Žákyně B 2003-2004*

*V.kategorie Juniorky B 2000-2002*

*VI.kategorie Ženy B 1999 a starší*

**TECHNICKÉ USTANOVENÍ**

**I.kategorie Nejmladší žákyně 2009-2011**

**Přeskok- dle Základního stupně- Závodní program str.11**

*bedna nadél (60 - 80 cm) + trampolínka + žíněnky v úrovni trampolínky*

*seskok z místa na trampolínku - přímý výskok s doskokem na žíněnku*

*Hodnocení.....ze 6bodů*

*povoleny 2skoky (lepší se počítá)*

## LAVIČKA

Skladební požadavky 4 prvky každý prvek dle pravidel (ZP , FIG) + 0,5 b  
( arabeska a váha prvek hodnoty A pro tento závod )

## PROSTNÁ: gymnastický pás 10m

Skladební požadavky 4 prvky každý prvek dle pravidel (ZP , FIG) + 0,5 b

Maximální výchozí známka D u této kategorie je 2,00b ; do výchozí známky se započítává pouze 4 prvky , známka E z 10 b.

Neutrální srážky:

4 prvky	0 bodů
3 prvky	-1 bod
2 prvky	-2 body
1 prvek	-4 body

## II.kategorie Mladší žákyně 2007-2008 Přeskok-Kladina-Prostná

**Přeskok-** bedna našir 90cm žíněnky v úrovni bedny

(Můstek-modré pružiny nebo červený můstek)  
povoleny 2skoky (lepší se počítá)

z rozběhu náskok do stoje na rukou a odrazem z rukou pád do lehu na zádech

Hodnocení .....6,00b

**Kladina** - výška 100cm - volná sestava s povinnými požadavky PP – 0,5b

1. obrat 180° na jedné noze
2. skok s rozsahem 180° /FIG/
3. AKRO vpřed
4. závěr rondatem .....0,30b  
saltem .....0,50b  
prvkem B.....0,80b

**Prostná** : pás 15m /**hudba není povinná**/ - volná sestava s povinnými požadavky

PP – 0,5b

1. obrat 360°
2. pasáž skoků z nich 1skok s rozsahem 180° dle pravidel FIG
3. akro dvou různých prvků bez letové fáze
4. závěr akro bez letové fáze .....0,00b  
akro s letovou fází .....0,30b  
prvkem saltem ..... 0,50b

Neutrální srážky:

7prvků	0bodů
6 prvků	-1bod
5 prvků	-2body
4 prvky	-3bodů
3prvky	-4bodů
2prvky	-5bodů
1.prvek	-6bodů

## III.kategorie Starší žákyně 2005-2006

přeskokový stůl 100 - 110 cm- **volný přeskok**

Povoleny 2 přeskoky stejné nebo různé. Do výsledku se započítává lepší známka z obou přeskoků.

Kladina podle závodního programu Žákyně B  
Prostná podle závodního programu Žákyně B

Pro kategorii I. II. a III. platí Doplňková tabulka prvků ze strany 39 Závodního programu a pravidel FIG platného 3.vydání 1.1.2013



### TROJBOJ Přeskok – Kladina – Prostná

**IV. .kategorie – Žákyně B roč.2003-2004 (v přihlášce napsat VÝŠKU STOLU)**

Obtížnost a hodnocení : dle ZP strana 31

**V.kategorie – Juniorky B roč.2000-2002**

Obtížnost a hodnocení : dle ZP strana 33

**VI.kategorie Ženy B roč.1999 a starší**

Obtížnost a hodnocení : dle ZP strana 35

Cvičí se na páse 15 m.

Hudební doprovod na CD popřípadě ještě na kazetě.

---

<b>Časový program: 7.30</b>	<b>prezentace, trénink</b>
<b>8.00</b>	<b>rozcvičení I. a II. kategorie</b>
<b>8.40</b>	<b>porada rozhodčích a trenérů</b>
<b>9.00</b>	<b>nástup závodnic</b>
<b>9.15</b>	<b>zahájení závodu I.kategorie a II.kategorie</b>
<b>17.00</b>	<b>předpokládaný konec závodu</b>



Zuzana Hartlová 23.12.2008

**Firma GYM-sport** Vám u vstupu do Sportovní haly nabídne:

Gymnastické závodní a tréninkové drezy , tréninkové legíny všech délek a velikostí (krátké,tříčtvrteční a dlouhé) z kvalitní strečové a ekologické bavlny

Vše za skvělé ceny nejen pro malé začínající gymnastky ale i pro zkušené závodnice