

oddíl sportovní gymnastiky

TJ Spartak Sezimovo Ústí

pořádá

26. ročník

MIKULÁŠSKÉHO POHÁRU

ve sportovní gymnastice žen

Sobota 26. 11. 2016 od 9⁰⁰ hod

v tělocvičně 1. ZŠ v Sezimově Ústí II

Rozpis 26. ročníku Mikulášského poháru

1. Všeobecná ustanovení

Pořadatel : TJ SPARTAK Sezimovo Ústí
oddíl sportovní gymnastiky

Místo : Tělocvična 1.ZŠ v Sezimově Ústí II

Datum : 26. 11. 2016 - sobota

Činovníci : ředitel závodu - Čestmír Cepák
hospodář - Zdena Kašíková
hl. rozhodčí - Vendula Rončáková
ved. tech. čety - Jiří Prokop
počtář, diplomy - Petr Švejda
zdravotník - Jana Fáková

Přihlášky : do 23. 11. 2016 na adresu:

Čestmír Cepák
Nám. Přátelství 2802
390 05 Tábor
tel.: 602 624 953
E-mail : cestmir.cepak@seznam.cz

Startovné : 100,- Kč za startujícího

Podmínka účasti : Včas zasláná přihláška, lékařská prohlídka ne starší než 1 rok nebo prohlášení rodičů o způsobilosti dítěte k závodě + průkaz pojištěnce. Všichni trenéři, závodníci a rozhodčí startují na náklady vysílající složky. Každý oddíl musí delegovat min 1 kvalifikovanou rozhodčí. Na 6 a více závodnic, pak musí delegovat další (vždy na 5 startující 1 rozhodčí). Rozhodčí (působí po celou dobu závodu, ne jen pro jednu kategorii. Při nesplnění tohoto požadavku bude účtováno penále ke startovnému ve výši 300,- Kč za každou chybějící rozhodčí. Jméno s kvalifikací rozhodčí uveďte do přihlášky. Tato podmínka účasti platí stejně i pro mužské složky.

Losování : je veřejné a proběhne 24.11.2016 v tělocvičně I.ZŠ v Sez. Ústí II v 16.30

Ubytování : možnost přespaní v tělocvičně I.ZŠ v Sezimově Ústí ve vlastních spacácích za 30Kč/osobu.
Zájem o nocleh, či jiné požadavky, je nutné uvést v přihlášce.
V případě požadavku na ubytování je třeba nahlásit nejpozději do 20.11.2016.

**Závodní kancelář bude otevřena v den a v místě závodu od 7³⁰ hodin.
V průběhu závodu bude zajištěn bufet.**

2. Technická ustanovení

Časový pořad : 7⁰⁰ - 8³⁰ volné rozcvičení na závodišti a prezentace
8³⁰ do 8⁴⁵ rozcvičení 1.sledu
8³⁰ - 8⁵⁵ porada trenérů a rozhodčích
9⁰⁰ - zahájení závodu

poznámka : Časový pořad závodu bude upřesněn podle počtu přihlášených závodnic a závodníků. Vyhlášení bude rozděleno na dopolední a odpolední část. Rozcvičení v průběhu závodu bude probíhat po sledech.

ZÁVODNÍ PŘEDPIS:

Startují jednotlivkyňe dle vypsaných kategorií v gymnastickém DVOJBOJI – PŘESKOK - PROSTNÁ. Závodí se dle platných pravidel FIG a ZP pro Jč kraj a Vysočinu pro rok 2016 – podzim (dále jen ZP) a úprav dle tohoto rozpisu. Pro příslušné kategorie platí Doplňková tabulka prvků dle Závodního programu ČGF str. 40.

Přeskok – můstek podle ZP pro Jč kraj a Vysočinu – vždy povoleny 2 přeskoky!!!
Prostná – akrobatický pás 17m

KATEGORIE PŘÍPRAVEK – (r. n. 2010 a mladší)

PŘESKOK - hodnocení z 10.00 bodů

Bedna nadél 60 –80 cm + trampolína + žíněnky v úrovni trampolínky.

Předepsaný skok : seskok z místa z jedné nohy na trampolínku – přímý výskok s doskokem na žíněnku

Do výsledků se započítává lepší známka z obou skoků, dle „Závodního programu“ pro Základní stupeň str. 11.

PROSTNÁ (gymnastický pás, max. délka 10 m, 1 řada): skladební požadavky
- každý prvek dle pravidel (ZP, FIG a DT ZP ČGF) + 0,5 b.
(váha vzad /stranou uznána jako prvek A)

Hodnotí se max. 4 prvky dle Pravidel FIG, ZP a tohoto rozpisu, každý v hodnotě 0,5 bodu.
Max. D známka je 2,0 bodu. Známká E je z 10 bodů.

KATEGORIE ZÁKLADNÍ STUPEŇ – (r. n. 2009 a mladší)

Dle ZP pro základní stupeň.

KATEGORIE MLADŠÍ ŽÁKYNĚ – (r. n. 2008 – 2009)

Dle ZP pro mladší žákyně.

KATEGORIE STARŠÍ ŽÁKYNĚ – (r. n. 2006 – 2007)

Dle ZP pro starší žákyně.

KATEGORIE ŽÁKYNĚ A – (r. n. 2004 – 2008)

Dle ZP ČGF pro žákyně A .

KATEGORIE ŽÁKYNĚ B – (r. n. 2004 – 2007)

Dle ZP ČGF pro žákyně B .

KATEGORIE JUNIORKY A ŽENY – (r. n. 2003 a starší)

Dle ZP ČGF pro juniorky B.

3. Ceny

1.- 6. startující v každé kategorii obdrží věcnou cenu a diplom.
Všechna startující děvčata v každé kategorii obdrží věcnou upomínkovou cenu.

4. Závěrečná ustanovení

- Doping** : dle reglementu FIG
- Výsledky** : každý oddíl obdrží výsledky po skončení závodu + budou rozeslány emailem
- Úbor** : dle pravidel FIG

ing. Čestmír Cepák
ředitel závodu

Možná přijde i Mikuláš.....