

Závodní program pro závod družstev žen na KP 2014 Jihočeský kraj a kraj Vysočina

(zároveň doporučení KSK JK a KV oddílům pro pořádání podzimních pohárových soutěží i jako závod jednotlivců)

Všeobecné pokyny pro všechny ligy:

Družstva mohou být složena až ze 6-ti závodnic.

Hostování povoleno, základ družstva tvoří 2 závodnice mateřské jednoty. Za hostující závodnici se považuje závodnice jiné TJ. Hostování povoleno pro III. ligu (a, b, c) v rámci Jihočeského kraje a Vysočiny, pro II. ligu dle ZP. Družstva startují na náradí ve složení 3+1. V družstvu musí nastoupit vždy minimálně 2 závodnice mateřské jednoty. Do výsledku družstva se započítávají vždy 3 nejvyšší známky závodnic, bez ohledu na mateřskou TJ. Pro II. ligu dle ZP (započítávají se 2 domácí závodnice).

Každá závodnice může startovat pouze v jedné kategorii.

II. liga - Juniorky B a Ženy B	pro rok 2014 startují ročníky	2001 a starší	- dle ZP
III. liga (a) - Žákyně B /9-12 let/		2002-2005	- dle ZP
III. liga (b) - Starší žákyně /8-10 let/		2004, 2005, 2006	- viz níže
III. liga (c) - Mladší žákyně /7-9 let/		2005, 2006, 2007	- viz níže
Základní stupeň (pouze pro pohárové soutěže)		2008 a mladší	- dle ZP

Poznámka: KSK JK a KV doporučuje vyhlašovat ročník 2007 v kategorii III. liga (c) zvlášť.

III. liga (c) - Mladší žákyně - volný čtyřboj se skladebními požadavky

PŘESKOK

bedna našší 80 cm (švédská bedna bez dvou dílů) + žíněnky v úrovni bedny – povolen 1 můstek

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

Povoleny 2 skoky.

Do výsledku se započítává lepší známka z obou přeskoků.

Hodnocení z 6,0 bodů.

Hodnocení dle ZP a Pravidel FIG.

BRADLA

volná sestava se skladebními požadavky

Skladební požadavky:

1. výmyk tahem
2. točový prvek vpřed nebo vzad
3. přechod z nižší na vyšší žerď (nemusí být prvkem = bez srážky)
4. zákmih min. vodorovně ramena – boky – špičky
5. závěr sestavy
 - závěr prvkem A z dopl. tabulky (ne saltový) nebo závěr z povinné sestavy st. žákyně obdrží **0,30 b.**
 - závěr saltem nebo obtížností dle FIG **0,50 b.**

Bonifikace:

- 1.) ad 1) Vzepření vzklopmo (nahrazuje výmyk) **0,8 b.**
- 2.) ad 4) Zákmih do stoje na rukou snožmo nebo schylmo roznožmo (nahrazuje zákmih) **1,0 b.**

KLADINA - výška kladiny 80 cm (výška žíněnky 20 cm)

volná sestava se skladebními požadavky

Skladební požadavky:

1. gymnastický skok
2. obrat jednož min. 180° (= obtížnost A)
3. akrobatický prvek *)
4. akrobatický prvek *)
5. závěr sestavy
 - závěr prvkem A (ne saltový), nebo prvek z DTP **0,30 b.**
 - závěr saltem nebo prvkem obtížnost min. B **0,50 b.**

*) Poznámka: povinné prvky č. 3 a 4 musí být různé a provedené na kladině.

PROSTNÁ

volná sestava se skladebními požadavky

– hudba není povinná, neuplatňují se srážky za um. projev

Skladební požadavky:

1. pasáž nejméně 2 různých gymnastických skoků odrazem z jedné nohy
2. obrat jednož min. 360°
3. akrobatický prvek vpřed/stranou
4. akrobatický prvek vzad
5. závěr sestavy

- akrobatická řada bez salta obdrží *) **0,30 b.**
- saltem (musí být jako poslední akro prvek) **0,50 b.**

*) Akrobatická řada bez salta – přímé spojení min. 2 různých prvků, z nichž min. jeden musí obsahovat projití stojem na rukou.

Poznámka: Závodnice dostane neutrální srážku za krátkou sestavu:

0 bodů, pokud předvede 3 a více prvků na bradlech, 5 a více prvků na kladině a prostných

3 body, pokud předvede 2 prvky na bradlech, 4 prvky na kladině a prostných

5 bodů, pokud předvede 1 prvek na bradlech, 3 prvky na kladině a prostných

8 bodů, pokud předvede 1 – 2 prvky na kladině a prostných

10 bodů, nepředvede-li žádný prvek

III. liga (b) - Starší žákyně - volný čtyřboj se skladebními požadavky

PŘESKOK

přeskokový stůl 110 -125 cm

1/ volný přeskok

Povoleny 2 přeskoky stejné nebo různé.

Do výsledku se započítává lepší známka z obou přeskoků.

Povoleny 2 můstky.

Srážky dle Pravidel FIG.

BRADLA

volná sestava se skladebními požadavky

Skladební požadavky:

1. vzepření vzklopno
2. točový prvek vpřed nebo vzad
3. přechod z nižší na vyšší žerď (nemusí být prvkem = bez srážky)
4. stoj na rukou
5. závěr sestavy

- závěr prvkem z dopl. tabulky (ne saltový) obdrží **0,00 b.**
- závěr saltem nebo prvkem dle FIG **0,30 b.**
- závěr obtížnosti min. B **0,50 b.**

Poznámka: Na bradlech dostane závodnice neutrální srážku:

0 bodů, pokud předvede 5 a více prvků 2 body, pokud předvede 4 prvky

4 body, pokud předvede 3 prvky 6 bodů, pokud předvede 2 prvky

8 bodů, pokud předvede 1 prvek 10 bodů, nepředvede-li žádný prvek

KLADINA

volná sestava se skladebními požadavky

Skladební požadavky:

1. spojení nejméně 2 různých gymnastických prvků, z nichž jeden musí být skok s rozsahem 180° v bočním i čelném roznožení nebo s přednožením roznožmo
2. obrat ze sk. 3 Pravidel FIG
3. akrobatický prvek *)
4. akrobatický prvek *)
5. závěr sestavy

- závěr prvkem A (ne saltový) obdrží **0,00 b.**
- závěr saltem **0,30 b.**
- závěr obtížnosti min. B, nebo salto schylmo **0,50 b.**

*) Poznámka: povinný prvek č. 3 a 4 lze plnit také prvky uvedenými v „Doplňkové tabulce prvků“ s výjimkou kotoulů s přehmaty pod kladinu. Prvky musí být různé a provedené na kladině.

PROSTNÁ

volná sestava se skladebními požadavky

- hudba není povinná, neuplatňují se srážky za um. projev

Skladební požadavky:

1. pasáž nejméně 2 různých gymnastických prvků, z nichž jeden musí být skok s rozsahem 180°v bočním i čelném roznožení nebo s přednožením roznožmo
2. obrat ze sk. 2 Pravidel FIG
3. akrobatický prvek vpřed/stranou
4. akrobatický prvek vzad
5. závěr sestavy

- akrobatická řada bez salt obdrží *) **0,00 b.**

- akrobatická řada se saltem **0,30 b.**

- závěr obtížnosti min. B (saltové) **0,50 b.**

*)Akrobatická řada bez salta – přímé spojení min. 2 různých prvků, z nichž min. jeden musí obsahovat projití stojem na rukou.

Pro obě kategorie platí doplňková tabulka prvků ze závodního programu + doplnění tabulky prvků nad rámec pravidel a ZP:

bradla: prvek A - předkmihem salto vzad skrčmo, schylmo, prohnutě po kmihu podmetmo a zákmihu (neuplatňuje se srážka za prázdný kmih),

kladina: prvky A – náskok do vzporu dřepmo, váha předklonmo rozsah 135° nebo únožmo s výdrží 2s.

Pokud není v textu uvedeno jinak, platí rozdělení složek hodnocení na náradí stejně jako u žákyň B

známka D

- hodnota obtížnosti **8 nejobtížnějších prvků, včetně závěru** (z toho na kladině a prostných MAX 5 AKRO prvků a MIN 3 GYM prvky), včetně prvků z „Doplňkové tabulky prvků pro nižší věkové skupiny“
- skladební požadavky **5 požadavků → 0,50 b. za každý** upravené pro tuto kategorii

III. liga (a) - Žákyně B - volný čtyřboj se skladebními požadavky

- dle ZP

II. liga - Juniorky B a Ženy B - volný čtyřboj se skladebními požadavky

- dle ZP

Základní stupeň (pouze pro pohárové soutěže)

- dle ZP