

oddíl sportovní gymnastiky

TJ Spartak MAS Sezimovo Ústí

pořádá

20.ročník

JARNÍHO POHÁRU

ve sportovní gymnastice žen a mužů

Neděle 8.4.2018 od 9⁰⁰ hod

v tělocvičně gymnázia P. de Coubertina v Táboře

Rozpis 20. ročníku Jarního poháru

1. Všeobecná ustanovení

- Pořadatel** : TJ SPARTAK MAS Sezimovo Ústí
oddíl sportovní gymnastiky
- Místo** : Tělocvična gymnázia P. de Coubertina v Táboře
- Datum** : **8.4.2018 - neděle**
- Přihlášky** : **do 4.4.2018 na adresu :**

Čestmír Cepák
Nám. Přátelství 2802
390 05 Tábor
tel.: 602 200 550
E-mail : cestmir.cepak@seznam.cz
nebo prostřednictvím GISu
- Startovné** : **100,- Kč za závodníci**
- Podmínka účasti** : Včas zasláná přihláška, lékařská prohlídka, ne starší než 1 rok nebo prohlášení rodičů o způsobilosti dítěte k závodu + průkaz pojištění. Všichni trenéři, závodnice a rozhodčí startují na náklady vysílající složky. Každý oddíl musí delegovat min 1 kvalifikovanou rozhodčí, rozhodčího do 5 přihlášených účastníků. Při větším počtu, vždy na každých dalších 1-5 účastníků další rozhodčí, či rozhodčího. (platí pro mužské a ženské složky odděleně). Rozhodčí působí po celou dobu závodu! (pokud není dohodnuto jinak s ředitelem závodu)
Při nesplnění požadavku na počet rozhodčích, bude účtováno penále ke startovnému ve výši 100,- Kč za každou chybějící rozhodčí či rozhodčího.
Při nedodržení časové podmínky pro celodenní rozhodování, budou příslušní závodníci, či závodnice ze závodu diskvalifikováni.
Jména s kvalifikací rozhodčích uveďte, prosím, do přihlášky.
- Losování** : je veřejné a proběhne 5.4.2018 v tělocvičně I.ZŠ v Sez. Ústí II v 18.30
- Ubytování** : možnost přespání v tělocvičně I.ZŠ v Sezimově Ústí ve vlastních spacácích za 50Kč/osobu
Zájem o nocleh, či jiné požadavky, je nutné uvést v přihlášce!
V případě požadavku na ubytování je toto třeba nahlásit nejpozději do 3.4.2018.

**Závodní kancelář bude otevřena v den a v místě závodu od 7³⁰ hodin.
Je zajištěno občerstvení v místě konání závodu.**

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.

2.1. ZÁVODNÍ PŘEDPIS ŽENSKÝCH SLOŽEK :

Startují jednotlivkyňe ve vypsaných kategoriích v gymnastickém ČTYŘBOJI. Závodí se dle platných pravidel FIG a ZP ČGF ver. 14 a úprav tohoto Rozpisu. Pro příslušné kategorie platí Doplňková tabulka prvků dle Závodního programu ČGF str. 40.

PRO KATEGORII VS4C PLATÍ VÝKONNOSTNÍ OMEZENÍ : k závodu nebude přijata závodnice, která v roce 2017 získala v kterémkoliv čtyřboji (závodu) 44,5 bodu a více

KATEGORIE VS0 A, VS1 A, VS2 A, VS0 B, VS1 B, VS4B, VS5 B + VS6 B, VS4 C, VS5 C +

VS 6C

Kategorie VS0 A, VS1 A, VS0 B a VS1 B CVIČÍ BEZ ROZCVIČENÍ PŘED NÁŘADÍM, mají pouze volné rozcvičení před závodem!!!!

Kategorie VS6 B závodí dle ZP ČGF ver. 14 pro VS5 B

Kategorie VS6 C závodí dle ZP ČGF ver. 14 pro VS5 C

Ostatní dle platného ZP ČGF ver. 14 s výjimkou, že ve všech kategoriích jsou povoleny na přeskočce 2 skoky bez podmínek.

2.2. ZÁVODNÍ PŘEDPIS MUŽSKÝCH SLOŽEK :

1. Minižáci (2012-2011)

Prostná – min. 5 cviků

povinné požadavky – rovnovážný prvek, prvek uvolněnosti (placka, rozštěp), přemet stranou

Kůň s madly – 3x výšvih pravou a levou nohou, seskok vzad

Kruhy – výška min 170 cm, min 3 prvky

Povinné požadavky – shyb, svis vznesmo

Hodnocení z 10 b. – nesplnění požadavků u všech nářadí - srážka -1 b.

Přeskok – bedna 80 cm – výskok do dřepu , seskok 8b.

skrčka, roznožka 9 b.

přemet 10 b.

2. Začátečníci (2010 - 2009 dosud nestartovali na KP)

Stejný program

3. Nejmladší žáci (2011 - 2009)

4 boj - prostná, kůň, kruhy, přeskok – bedna 80 cm

Sestavy dle platného ZP 2016 (opr. 16.3.2017) a nových dodatků - jaro

4. Mladší žáci (2008 – 2007)

4 boj - prostná, kůň, kruhy, přeskok – přeskok stůl 110 cm

Sestavy dle platného ZP 2016 (opr. 16.3.2017) a nových dodatků – jaro

5. Starší žáci (2006 – 2005)

4 boj - prostná, kůň, kruhy, přeskok – přeskok stůl 120 cm

Sestavy dle platného ZP 2016 (opr. 16.3.2017) a nových dodatků – jaro

KATEGORIE 1 – 3 CVIČÍ při závodě BEZ ROZCVIČENÍ PŘED NÁŘADÍM, mají pouze volné rozcvičení před závodem!!!

3. Ceny

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

Všichni startující v každé kategorii obdrží věcnou upomínkovou cenu.

4. Závěrečná ustanovení a sdělení

- Rozcvičení** : ráno volné na závoděšti, během dne je k dispozici horní tělocvična, rozcvičení starších kategorií na nářadí bude operativně uzpůsobeno dle počtu přihlášených závodnic před každým sledem, nebo před nářadím
- Doping** : dle reglementu FIG
- Výsledky** : každý oddíl obdrží výsledky po skončení závodu + budou rozeslány emailem
- Úbor** : dle pravidel FIG

Ing. Čestmír Cepák
ředitel závodu