



pořádá

3. ročník závodu ve sportovní gymnastice „Rožnovská Prostná“

jako součást **ČESKO SLOVENSKÝCH GYMNASTICKÝCH HER**

Videozáznam z roku 2019: https://www.youtube.com/watch?v=sg3pr_-jMNI

Videozáznam z roku 2021: https://youtu.be/6M5WJX_Gsc8 (velká hala)

v neděli 06.11.2022

*V prostorách haly Střední školy informatiky, elektrotechniky a řemesel
Rožnov pod Radhoštěm, Školní 1610 (velká hala s hledištěm 49.4645006N, 18.1277733E)*

Pro koho je soutěž určena:

Soutěž je určena pro oddíly sportovní gymnastiky, které se věnují sportovní gymnastice na zájmové úrovni a trénují 1x–2x týdně. Primárně pro Střediska volného času, DDM, také pro oddíly sportovní gymnastiky tělovýchovných jednot a gymnastické kluby splňující výše uvedenou podmínku.

Termín: 06.11.2022 – Neděle

Místo konání: Střední škola informatiky, elektrotechniky a řemesel Rožnov pod Radhoštěm,
Školní 1610 – sportovní hala

Pořadatel: Základní škola 5. května, Rožnov p. R., příspěvková organizace, ulice 5. května 1700

Závod zajišťují: ředitel závodu: Ing. Luboš Ďurčanský
hlavní rozhodčí: Pavlína Crhová

Kontakt: telefon: +420608854887, email: lubod@seznam.cz,
garant Miroslav Kokinopulos – tel. kontakt 739 589 940

Časový harmonogram:

8:00 otevíření tělocvičny
8:30 – 9:15 prezence závodnic
9:15 – 9:30 porada rozhodčích a trenérů
8:30 – 9:40 volné rozcvičení
9:45 nástup všech závodnic po oddílech
10:00 zahájení závodu

Nářadí: Prostná – gymnastický koberec, délka 14 metrů, šířka 2 metry o tloušťce 3,5cm
Pod dvěma koberci bude umístěn Airtrack.

Rozcvičení: Je volné před začátkem soutěží.

Není povoleno rozcvičení 30 sekund před každým zahájením sestav na nářadí.

SOUTĚŽ „A“

Závodnice soutěží ve vypsanych kategoriích bez hudebního doprovodu, tedy také bez hodnocení choreografie a uměleckého projevu.

1. Kategorie: 2016 - 2015 mladší přípravka
2. Kategorie: 2014 – starší přípravka
3. Kategorie: 2013 – nejmladší žákyně
4. Kategorie: 2012 – nejmladší žákyně
5. Kategorie: 2011 – mladší žákyně
6. Kategorie: 2010 – mladší žákyně
7. Kategorie: 2009-2008 – starší žákyně
8. Kategorie: 2007 – 2006 - 2005

SOUTĚŽ „B“

Závodnice soutěží ve vypsanych kategoriích s hudebním doprovodem, tedy i s hodnocením choreografie, uměleckého projevu.

Hudba : Musí být v požadovaném formátu **MP3 o délce 70 až 90 sekund**. Všechny hudby z jednoho spolku na jedné flešce. Popis souborů v MP3 : rok narození závodnice / , mezer, příjmení závodnice, mezer, jméno závodnice, mezer, spolek / i známou zkratku spolku – např. Valmez / , mezer, příjmení trenéra. PŘÍKLAD : 2019 FIALOVÁ JANA VALMEZ GROŠ

- B1. Kategorie: 2011 a mladší
- B2. Kategorie: 2010
- B3. Kategorie: 2009-2008
- B4. Kategorie: 2007 a starší

Podmínky účasti:

Zúčastněné oddíly zajistí na svých 8 závodnic 1 rozhodčí, který/á rozhoduje po celý závod.

Příklad: pro 1-8 závodnic 1 rozhodčí, 9-16 2 rozhodčí atd. Pokud oddíl nedisponuje rozhodčí, požádá poradatele a ten zajistí a zaplatí rozhodčí z uhrazené pokuty.

Počet závodnic z jednoho oddílu může být omezen v závislosti na počtu přihlášených dětí!!!

Zdravotní stav doloží gymnastky v souladu s manuálem ČSGH 2022. V souvislosti s riziky spojené s COVID 19 je nutno dodržovat všechny nařízené opatření.

Rozhodčí:

Rozhoduje po celou dobu závodu podle **pravidel ČSGS, manuálu pro ČSGH 2022**.

Zašlete jméno a příjmení, kvalifikaci a nominaci viz přihláška.

Manuál ČSGH 2022 SK verze: <https://gymnastikakelcov.sk/ViewerJS/#..\files/ManualCSGHSK.pdf>

Manuál ČSGH 2022 CZ verze: <http://gymnsporty.cz/dlfile.php?file=files/MANUALCSGH2022.pdf>

Pravidla ČSGS: <http://gymnsporty.cz/dlfile.php?file=files/pravidla.pdf>

Prostná (**povolené prvky**): http://gymnsporty.cz/dlfile.php?file=files/prvky_prostna.pdf

Startovné:

150,00 Kč – ZÁVODNICE AKTUÁLNĚ REGISTROVANÉ V ČSGS nebo SGF.

200,00 Kč – ZÁVODNICE AKTUÁLNĚ NEREGISTROVANÉ V ČSGS nebo SGF.

Pro oddíly, které nepostaví **alespoň 3 závodnice ze svého oddílu** do kategorií B, pro všechny závodnice z daného oddílu příplatek ke startovnému: **50,- Kč / závodnice**.

Přihlášky: Zaslat nejpozději do **15.10.2022** na email: lubod@seznam.cz

Přihláška ke stažení: <https://gymsporty.cz/temp/P-CSGS-2022-XLS.xls>

Návod na vyplnění přihlášky zde: <http://gymsporty.cz/ViewerJS/#..\temp\NP.pdf>

Nocleh (přespání) 05.11.2022:

Nocleh z 05.11.2022 na 06.11.2022 se pokusíme zajistit v provizorních podmínkách zdarma

Občerstvení/oběd:

- Bude zřízen bufet,

TĚŠÍME SE NA VAŠI ÚČAST

V Rožnově pod Radhoštěm 31.08. 2022

Ing. Ľuboš Ďurčanský

POVINNÉ POŽADAVKY – DLE PRAVIDEL

SOUTĚŽ „A“

1. a 2. KATEGORIE

PROSTNÁ: volná sestava bez hudby, 6 prvků – prvky bez hodnoty obtížnosti - hodnotí se pouze provedení. Za každý chybějící prvek srážka 1 bod.

3. až 8. KATEGORIE

PROSTNÁ: 8 prvků v sestavě bez hudby, nepočítá se počet akrobatických a gymnastických prvků.

Povinné prvky (za každý splněný povinný prvek 0,5 bodu):

- 1 akrobatický prvek
 - 2 gymnastický skok
 - 3 obrat jednož minimálně 360 stupňů
 - 4 závěrečný akrobatický prvek jiný než požadavek 1
-

SOUTĚŽ „B“ (hudba)

B1. a B2. KATEGORIE

PROSTNÁ: V sestavě **s hudbou** se počítá 8 nejobtížnějších prvků. Počítá se počet akrobatických a gymnastických prvků (3akro + 3gym + 2různé)

Povinné prvky (za každý splněný povinný prvek 0,5 bodu):

- 1 pasáž 2 gymnastických skoků
- 2 obrat jednož minimálně 360 stupňů
- 3 akrobatický prvek s letovou fází
- 4 závěrečný akrobatický prvek jiný než požadavek 3

B3. a B4. KATEGORIE

PROSTNÁ: V sestavě **s hudbou** se počítá 8 nejobtížnějších prvků. Počítá se počet akrobatických a gymnastických prvků (3akro + 3gym + 2různé)

Povinné prvky (za každý splněný povinný prvek 0,5 bodu):

- 5 pasáž 2 gymnastických skoků
 - 6 obrat jednož minimálně 360 stupňů
 - 7 akrobatický prvek s letovou fází
 - 8 akro řada bez salta – 0,3
akro řada se saltem – 0,5
-

URČENÍ POŘADÍ:

V případě stejného bodového výsledku se určuje pořadí podle srážek za provedení (panel E).