



Gymnastika specializace Prostná z.s.
IČ 19113960, 1. Máje 1161,
75661 Rožnov pod Radhoštěm

pořádá
**závod ve sportovní gymnastice
„Rožnovská Prostná“**

V sobotu 16.11.2024

PROPOZICE:

Pro koho je soutěž určena:

Soutěž je určena pro oddíly sportovní gymnastiky, které se věnují SG na **zájmové úrovni** a trénují 1x – 2x týdně. Primárně pro Střediska volného času, DDM, také pro oddíly sportovní gymnastiky tělocvičných jednot Sokol a gymnastické kluby splňující výše uvedenou podmínku, tj. trénují 1x-2x týdně (např. rekreační družstvo oddílu). Počet závodnic z jednoho oddílu není omezen, ale v případě velkého zájmu si pořadatel vyhrazuje právo počty omezit. Soutěžit se bude na dvou nářadích – kladina (lavička) a prostná. Pořadí je určeno celkovou známkou z gymnastického dvojboje [známka z kladiny (lavičky) + známka z prostných].

Termín: 16.11.2014

Místo konání: tělocvična SŠIER, Rožnov p.R., 49.4645428N, 18.1278517E

Pořadatel: Gymnastika specializace Prostná z.s.

Závod zajišťují: ředitel závodu: Petr Jurík
hlavní rozhodčí: Pavlína Crhová
technika: Břetislav Gerla

Kontakt: telefon – 728101374, email: petrjurik78@gmail.com - přihlášky

Časový harmonogram: 7:30 – otevření tělocvičny
7:30 – 9:00 prezence závodnic
9:15 – 9:30 porada rozhodčích a trenérů
7:30 – 9:50 volné rozcvičení
9:50 - nástup všech závodnic po oddílech
10:00 - zahájení závodu

Kategorie:

Kategorie 1 – 2018–2017 - přípravka
Kategorie 2 – 2016 – nejmladší žákyně " A "
Kategorie 3 – 2015 – nejmladší žákyně " B "
Kategorie 4 – 2014 – mladší žákyně " A "
Kategorie 5 – 2013 – mladší žákyně " B "
Kategorie 6 – 2012 – starší žákyně " A "
Kategorie 7 – 2011–2010 – starší žákyně " B "

Kategorie 8 – 2009 a starší – juniorky a ženy

Kategorie Muži:

Kategorie 11 – 2018 -2015

Kategorie 12 – 2014 -2011

Kategorie 13 – 2010 -2005

Podmínky účasti:

Zúčastněné oddíly zajistí na svých 8 závodnic 1 rozhodčí, který/á rozhoduje po celý závod. Za zdravotní stav závodnice zodpovídá vysílající oddíl. Zařazení do kategorií podle roku narození, ne měsíce narození!

Rozhodčí: Rozhoduje po celou dobu závodu podle pravidel ČSGS a úprav v tomto rozpisu. Zašlete jméno a příjmení, kvalifikaci a nominaci na nářadí.

Bude vyhlášeno 6 nejlepších závodnic v každé kategorii, 1.-3. místo medaili, diplom a cenu, 4.-6. místo obdrží diplom a cenu, všechny závodnice drobný dárek

Rozcvičení: Volné rozcvičení před zahájením závodu 7:30-9:50 hod.

Nářadí: kladina (lavička), prostná
kategorie 1 a 2 – lavička (polstrovaná) – výška 20 cm, žíněnky
kategorie 3, – kladina - výška 40 cm, žíněnky
kategorie 4,5, a 6 – kladina - výška 100 cm, žíněnky
kategorie 7 a 8 – kladina – výška 120 cm, dopadová žíněnka na doskok
prostná – gymnastický airtrack + koberec, délka 12 metrů,

Muži: prostná – gymnastický airtrack + koberec, délka 12 metrů,

Občerstvení: bude otevřen bufet.

TĚŠÍME SE NA VAŠI ÚČAST.

PROSÍME NASTUDOvat MANUÁL **ČSGH 2024 – platný od 1.1.2024** a sestavený pro gymnastické závody jednotlivkyň dle pravidel ČSGS, které najdete na stránkách: www.gymsporty.cz

