



# MIKULÁŠSKÝ ZÁVOD

## 16. ROČNÍK

dle manuálu ČSGS, Česko Slovenských gymnastických her  
<http://gymsparty.cz/temp/MANUALCSGH.pdf>

**HULÍN - SOBOTA 7.12.2024**

## P A R T N E Ř I :

**ČSGS, ČUS, Město Hulín, ZŠ Hulín, NSA, Zlínský kraj**

### 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 náradích – prostná a přeskok. Pořadí je určeno celkovou známkou z gymnastického dvojboje [známka z prostných+ známka z přeskoku].

## STARTOVNÍ PODMÍNKY

- Pořadatel :** GYMNASTICKÝ KLUB HULÍN z.s..  
**Kontakt e-mail:** [gymnastika.hulin@gmail.com](mailto:gymnastika.hulin@gmail.com)
- Místo konání :** tělocvična ZŠ Hulín, Nábřeží 938, GPS - 49°19'6.99"N, 17°28'17.35"E
- Datum :** **7. 12. 2024 - SOBOTA**
- Závodní kancelář :** a tělocvična bude otevřena v den závodu **od 7,30 hodin** - vstup zadním vchodem
- Závod zajišťují:** ředitel závodu: Obdržálek Pavel 603 101 684  
hlavní rozhodčí: Daňková Vlasta 603 104 552
- Podmínky účasti :** Včas zasláná přihláška – v příloze, na email: [gymnastika.hulin@gmail.com](mailto:gymnastika.hulin@gmail.com)  
**Za zdravotní stav a zdravotní způsobilost závodnice zodpovídá vysílající oddíl.**  
Závodí se dle manuálu ČSGS, Česko Slovenských gymnastických her.  
Úbor dle Manuálu ČSGH
- PŘIHLÁŠKA :** obrátem, nejpozději do **1.12.2024** - jmenné přihlášky závodnic v tabulce pro přihlašování na závody.
- Startovné :** **200,00 Kč** – ZÁVODNICE AKTUÁLNĚ **REGISTROVANÉ V ČSGS.**  
(Registrace je možná kdykoliv i v průběhu roku – i těsně před závody)  
**300,00 Kč** – ZÁVODNICE AKTUÁLNĚ **NEREGISTROVANÉ V ČSGS** nebo závodnice ze spolků neregistrovaných v ČSGS. Pokud jim pořadatel umožní start.

**Omezení počtu :** Pořadatel může při velkém počtu závodnic a naplnění kapacity, počty závodnic z jednotlivých spolků omezit. /mimo pořádající GK Hulín.

**Ceny:** 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

**Kategorie : Ženy:**

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 / ženy

**Muži:**

Kategorie 11 – 2018 – 2015  
Kategorie 12 – 2014 – 2011  
Kategorie 13 – 2010 – 2005

**Rozhodčí :** uveďte vysílající spolek, příjmení, jméno, zda je nebo není rozhodčí registrovaná v ČSGS nebo v ČGF, kvalifikaci a nominaci na nářadí – při nedostatku rozhodčích na jiném nářadí může pořadatel rozhodčí z nominovaného nářadí přesunout na jiné nářadí. Každý spolek zajistí na 8 závodnic jednu rozhodčí/ho. Nutná znalost pravidel ČSGS - minimálně srážky na kladině a prostrná.

**Požadavky :** jsou uvedeny v závěru rozpisu a vše ostatní v manuálu ke hrám

**Hudba :** U závodnic, které mohou nebo musí mít hudbu je nutné mít všechny hudby za celý spolek na jednom USB. Je také možné poslat hudbu s předstihem na email.  
Hudba ve formátu muziky – MP3. Každá hudba (soubor) musí být v daném formátu zápisu – viz vzor. **Rok narození závodnice** mezera **příjmení závodnice** mezera **jméno závodnice** mezera **vysílající spolek** (možné uvést i známou zkratku) mezera **příjmení trenéra (vše psáno velkými písmeny)**  
Za funkčnost své hudby a za uložení ve formátu MP3 odpovídá trenér závodnice (vedoucí spolku, který se závodů účastní a závodnice při závodě prezentuje)

**Časový plán:**

7:30 otevření tělocvičny a závodní kanceláře  
7:30 – 8:30 registrace a platba startovného všech přihlášených závodnic za celý oddíl  
7:30 – 9:40 volné rozcvičení  
9:00 porada rozhodčích a trenérů  
9:50 seřazení závodnic na nástup před tělocvičnou  
9:55 slavnostní nástup a zahájení závodu 1. sledu Kategorie: 1, 2  
X:xx rozcvičení 2. sledu + vyhlášení 1.sledu

....

**Podrobnější časový plán a rozlosování bude proveden po zaslaných přihláškách.**  
Pro závodnice z dalších sledů bude volné rozcvičení před zahájením jejich sledu.

## **POVINNÉ POŽADAVKY – DLE PRAVIDEL ČSGH – Ženy**

### **PROSTNÁ ženy**

kategorie 1 - 2 (nehodnotí se umělecký projev):

- volná sestava, 6 prvků bez hodnoty obtížnosti - hodnotí se pouze provedení.
- Známka D: 0,50 bodu za každý zacvičený a uznaný prvek (max. 3,00 body)
- Známka E: z 10, 00 bodů (za 6 prvků), za každý chybějící prvek srážka 1, 00b.

kategorie 3 - 5: 1. přímé spojení 2 gymnastických skoků  
2. obrat min. 180° na jedné noze  
3. akrobatická řada bez salta  
4. akrobatický prvek jiný než požadavek 3.

kategorie 6 - 8: 1. gymnastická pasáž (1 skok s rozsahem 180°)  
2. obrat – minimálně 360° na jedné noze  
3. akrobatický prvek s letovou fází  
4. akrobatická řada bez salta 0,3 b., se saltem 0,5 b.

U kategorií 3 až 8 se na prostných počítá 8 nejobtížnějších prvků v sestavě a nerozlišují se akrobatické a gymnastické prvky.

Hudební doprovod u 3. – 8. kategorie je možný s bonifikací 0,5 b. Započítávají se srážky za umělecký projev spojený s hudebním doprovodem.

Srážky za krátkou sestavu:

- 7 a více prvků – bez srážky
- 6 prvků - neutrální srážka 2,00 body
- 5 prvků - neutrální srážka 4,00 body
- 4 prvky - neutrální srážka 6,00 bodů
- 3 prvky - neutrální srážka 8,00 bodů
- 2 a 1 prvek - neutrální srážka 9,00 bodů
- 0 prvků - neutrální srážka 10,00 bodů

### **Nářadí:**

kategorie 1 - 2 koberec 12 metrů

kategorie 3 – 5 AirTrack 12 metrů

kategorie 6 – 8 AirTrack 12 metrů

### **KLADINA ženy**

kategorie 1 a 2 (nehodnotí se umělecký projev):

- LAVIČKA – bez polstrování: volná sestava, 6 prvků – prvky bez hodnoty obtížnosti-hodnotí se provedení, včetně náskoku a seskoku. Závěr může být přímý skok na žíněnku.
- Známka D: 0,50 bodu za každý zacvičený a uznaný prvek (max. 3,00 body)
- Známka E: z 10, 00 bodů (za 6 prvků), za každý chybějící prvek srážka 1,00b.

### Výška nářadí:

kategorie 3 – výška 40 cm

kategorie 4-6 – výška 100 cm

kategorie 7-8 – výška 120 cm

### Doporučené požadavky - Kategorie 3 - 5

1. gymnastický skok
2. obrat min. 180° na jedné noze
3. akrobatický prvek předvedený na kladině
4. závěr prvkem

### Doporučené požadavky - Kategorie 6 – 8

1. **gymnastický skok FIG**
2. obrat min. 180° na jedné noze
3. akrobatický prvek předvedený na kladině
4. závěr **a = 0,3 b., A = 0,5 b.**

U všech kategorií je uvedena výška kladiny od země – bez žíněnek.

Žíněnký jsou zpravidla do výšky 20 cm.

U kategorií 3 až 8 se na kladině počítá 8 nejobtížnějších prvků v sestavě a nerozlišují se akrobatické a gymnastické prvky.

## **POVINNÉ POŽADAVKY – DLE PRAVIDEL ČSGH – Muži**

### **PROSTNÁ muži**

#### kategorie 11:

volná sestava, 6 prvků viz “Tabulky prvků ČSGS” bez hodnoty obtížnosti, hodnotí se provedení.

Známka D: 0,50 bodu za každý zacvičený a uznaný prvek (max. 3,00 body)

Známka E: z 10, 00 bodů (za 6 prvků), za každý chybějící prvek srážka 1, 00 b.

Je povolena přítomnost trenéra u nářadí bez penalizace, ovšem nesmí nijak omezovat výhled rozhodčích na cvičence.

#### kategorie 12 a 13:

volná sestava 8 prvků viz “Tabulky prvků ČSGS” bez hodnoty obtížnosti, hodnotí se provedení.

Známka D: 0,50 bodu za každý zacvičený a uznaný povinný požadavek (max. 2,00 body)

Známka E: z 10, 00 bodů

Je povolena přítomnost trenéra u nářadí bez penalizace, ovšem nesmí nijak omezovat výhled rozhodčích na cvičence.

Srážky za chybějící prvky:

7 a více prvků – bez srážky

6 prvků neutrální srážka 2,00 body

5 prvků neutrální srážka 4,00 body

4 prvky neutrální srážka 6,00 bodů

3 prvky neutrální srážka 8,00 bodů

2 a 1 prvek neutrální srážka 9,00 bodů

0 prvků neutrální srážka 10,00 bodů

## Prostná muži:

Kategorie 11, 12 a 13 airtrack délka 12 metrů

## Těšíme se na Vaši účast.

V Hulíně 11.11.2024



kolektiv GK Hulín



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](http://www.gymsporty.cz)



## Parkování:

- 1, u tělocvičny ZŠ a před ZŠ
- 2, u kulturního klubu ul. Žižkova – okolo koupaliště pěšky
- 3, ulice Hvězdoslavova

