

„UKAŽ, CO UMIŠ“

Závod žactva a dorostu bez výkonnostních stupňů a tříd ve sportovní gymnastice.

1. Pořadatel: TJ Sokol Vysoké Mýto – oddíl sportovní gymnastiky
2. Datum: 19. 2. 2012
3. Místo: Sokolovna Vysoké Mýto
4. Vedoucí činitelé: D.Holcová, I.Navrátilová, V.Veselá
5. Přihlášky: na adresu jveta.navratilova@email.cz do 15.2.2012
6. Úhrada: startovné 30,-Kč/závodník
7. Předpis: dle pravidel SG a tohoto rozpisu
8. Podmínka účasti: jakýkoli doklad o datumu narození a za zdravotní stav zodpovídá vysílající TJ a každá vysílající složka zajistí jednu kvalifikovanou rozhodčí na vlastní náklady (jinak pokuta 150Kč)
9. Startují: žákyně a dorostenky – dvojboj (kladina, lavička a přeskok), žáci (akrobacie a přeskok)
10. Disciplíny: **žákyně 2004 a mladší**
 - lavička: PP 2 řady z 10 bodů, bonifikace 1b za váhu a 1b za kotoul
 - přeskok: z 10 bodů, bedna 60 – 80cm – rozběh, výskok do dřepu a seskok**žákyně 2003 a starší, juniorky**
 - kladina 80cm: PP 2 řady z 10 bodů, bonifikace 1b kotoul, 1b hvězda a 1b obrat jednož o 360°
 - přeskok: bedna 80 – 100cm – skrčka a roznožka z 9b a přemet z 10b**žáci 2003 a mladší**
 - akrobacie: PP 1 řada minimálně 6m z 10 bodů, bonifikace 1b hvězda
 - přeskok: bedna 60 – 80cm z rozběhu výskok do dřepu a seskok z 10b**žáci 2002 a starší**
 - akrobacie: PP 1 řada min. 10m z 10b, bonifikace kotoul vzad 1b a hvězda 1 b
 - přeskok: bedna 80 – 100cm – skrčka a roznožka z 9 bodů a přemet z 10b
11. Ceny: na prvních 3 místech obdrží závodníci medaile a diplomy
12. Časový program: 8,00 – 8,30 prezence

8,00 – 8,55 rozcvičení

8,45 porada trenérů a rozhodčích

9,00 zahájení závodu

Srdečně zveme všechny zájemce a těšíme se na předvedené výkony sportovců.