

Oddíl aerobiku T.J. Sokol CHRUDIM

Tyršovo nám. 249, 537 01 Chrudim

pořádá

Chrudimskou soutěž – sóla, týmy

(soutěž je vhodná pro začátečníky i pokročilé)

Kdy: neděle 7.6.2015

Kde: sportovní hala Chrudim, Tyršovo nám. 249, 537 01 Chrudim

Uzávěrka přihlášek: středa 20.5.2015 v 22:00, přihlášky po termínu není možné akceptovat, přihlášky Vám budeme potvrzovat, pokud Vám přihlášku nepotvrdíme = byla naplněna kapacita závodu, děkujeme Vám za pochopení a včasné přihlášení.

Čas: start odpoledne, přesný časový harmonogram a startovní listinu pošleme přihlášeným závodníkům do pondělí 25.5.2015.

Vypsání kategorie a požadavky pro start:

- A. Komerční aerobik = sestavy, které musí obsahovat min. 8 prvků low aerobiku, cvičenci využívají různé nápadité náčiní, které aktivně používají, svojí sestavou se snaží vyjádřit děj, kladně je hodnocena interakce. Kostým, výraz, aerobní vazby a přechody, cvičení v různých polohách. Hi aerobik není předmětem hodnocení ani flexibilita, skoky a síla. U týmů je hodnocen synchron, prostorové útvary. Max. délka sestavy 02:30. Sóla, 2-5 členné týmy.
- B. Sportovní aerobik = sestavy, které musí obsahovat 2-4 kliky za sebou, hi leg kick P/L – front, hi leg kick P/L - side, 4 jumping jacks s pohybem paží, prvek statické síly, skok odrazem jednož, skok snožmo, prvek flexibility, obrat. Obtížnost všech prvků musí být přiměřena dané věkové kategorii. Hodnotí se aerobní sekvence, přechody, technika, intenzita, variabilita, úroveň dosažených pohybových schopností, zvládnutí prostoru, výraz. U týmů je hodnocen synchron, prostorové útvary. Max. délka sestavy 01:30. Sóla, 2-4 členné týmy.
- C. Fitness aerobik = sestavy, které obsahují prvky hi aerobiku. Nejsou použité pomůcky, povinné prvky nejsou dány, min. 5 útvarů, cvičení na zemi. Hodnotí se aerobní sekvence, přechody, technika, intenzita, variabilita, úroveň dosažených pohybových schopností, výraz, synchron, prostorové útvary. Max. délka sestavy 02:00, 5-8 členů.
- D. Step aerobik = sestavy, které využívají stepy, výška stepu je úměrná věku a vyspělosti závodníků. Hodnotí se výstupy a sestupy, práce paží, synchron, interakce, technika. Min. 4 formace stepů a 5 výměn mezi cvičenci. Max. délka sestavy 02:00, max. 8 členů v týmu.

U všech kategorií má rozhodčí právo udělit srážky za cviky, které by evidentně ohrozily zdravotní stav závodníka – zákaz akrobacie.

Vypsání věkové kategorie:

1. do 7 let (r.n.2008, 2009,...)
2. 8-10 let (r.n.2007, 2006, 2005)
3. 11-14 let (r.n.2004, 2003, 2002, 2001)
4. 15 a více let (r.n.2000, 1999,.....)

Sólo závodnice a závodníci se řadí do kategorie podle ročníku narození.

Týmy budeme na startovní listinu řadit podle věkového průměru týmů.

Závody tohoto typu pořádáme poprvé, proto jsou naše pravidla velmi štíhlá, nevíme, jaké závodníky a týmy budeme hostit, těšíme se na Vás všechny a věříme, že si závody užijete =.

Proto je i naše přihláška částečně formou dotazníku, který prosím vyplňte zodpovědně.

U prezence je nutné odevzdat CD v hudebním formátu (2 kopie), 1 skladba = 1 CD.

Soutěž bude rozhodovat školný 5 členný panel rozhodčích.

Vyhlásíme celkové pořadí (všichni diplom a drobná cena), 1.- 3. místo – medaile, diplom, drobná cena.

Protesty není možné podávat, zpětnou vazbu nezajišťujeme. Výsledky a fotografie ze soutěže budou k dispozici na stránkách oddílu T. J. Sokol Chrudim do 1 týdne od soutěže.

Profily rozhodčích budou před závodem na stránkách oddílu T. J. Sokol Chrudim.

Startovné: 120 Kč (1 závodník/závodnice, každý člen týmu, stejné i při opakovaném startu) se platí hotově u prezenze v den soutěže.

Vstupné: dospělí diváci 50 Kč se platí hotově u vstupu do haly (děti zdarma).

Vstup do prostoru šaten je umožněn pouze po přezutí do čistých sport. bot s podrážkou, která nebarví nebo v návlecích. Návleky je možné zakoupit na místě.

Vstup na plochu je zakázán. Na ploše se mohou pohybovat pouze závodnice, závodníci, rozhodčí, trenér a pořadatelé.

1 rodič a trenér po přezutí nebo v návlecích u věkové kategorie 1. a věkové kategorie 2. může doprovodit dítě do šaten a na plochu, ale musí dodržovat pokyny pořadatelů, nesmí vstupovat do závodů a označené závodní plochy, nesmí rozhodčím bránit ve výhledu a ani stát za jejich zády.

Dostatek šaten je k dispozici. Za odložené věci neručíme, vezměte si je s sebou na tribunu a hlídejte si svoje věci, doklady, peníze, mobily, oblečení atd. nikde si nic neodkládejte a nenechávejte!

Vstup do hlediště na tribunu a do bufetu je povolen bez přezutí.

Hlediště je veliké, je možné zde děti učesat.

Hlavní WC najdete u vstupu do objektu (u recepce), na tribuně je omezený počet toalet, v chodbě u šaten jsou další WC.

Rodič závodícího dítěte zodpovídá za jeho dobrý zdravotní stav, ručí za to, že dítě nemá zdravotní problémy a je schopné se soutěže v aerobiku 7.6.2015 aktivně zúčastnit.

Během akce je k dispozici na tribuně zdravotník. Během konání akce je v hale otevřený BUFET.

Parkování v okolí haly je dostatečné.

V celém prostoru udržujte pořádek, dbejte na svoji bezpečnost, bezpečnost ostatních osob a všech dětí, respektujte jejich práva.

Dodržujte pravidla fair play.

Platí přísný zákaz kouření v celém objektu.

Důležitá telefonní čísla: 155 záchranná služba, 150 hasiči, 158 policie.

Soutěží Vás bude provázet oddíl aerobiku T. J. Sokol Chrudim.

Přihláška ve tvaru: viz níže

Přihlášky pošlete na: aktivnichrudim@seznam.cz

Kontakt:

www.aktivnichrudim.cz oddíl dětského aerobiku T. J. Sokol Chrudim, Mgr. Kamila Kinclová, mob.: 736 17 85 73

Chrudimsko nabízí mnohé kulturní vyžití (historické centrum, muzeum loutkářských kultur, rozhlednu Báru, muzeum koní ve Slatiňanech, Kočičí hrádek, Aquacentrum Pardubice atd).

TĚŠÍME SE NA VÁS!

Přihláška 7.6.2015

Název kolektivu, oddílu, klubu:	
Kontakt (mobil, e-mail):	
Název sestavy:	
Trenér a choreograf:	
Délka skladby:	
Jméno interpreta skladby a její název (názevy):	
Jméno a příjmení závodníka:	Celé datum narození, rok narození:
Kategorie: A. Komerční aerobik B. Sportovní aerobik C. Fitness aerobik D. Step aerobik	
Věková kategorie: 1. 2. 3. 4.	
Závodník (závodníci) se účastní: <u>prosím vyznačte</u> Účastní se republikových závodů MSM Účastní se závodů I. VT Účastní se závodů II. VT Účastní se závodů III. VT Účastní se republikových závodů ŽP, BAT, DF Účastní se regionálních závodů Se závoděním začínají Ostatní, jiné:	
Datum a podpis zákonného zástupce:	
Prohlašuji, že jsem uvedl pravdivé informace. Rodič závodícího dítěte zodpovídá za jeho dobrý zdravotní stav, ručí za to, že dítě nemá zdravotní problémy a je schopné se soutěže v aerobiku 7.6.2015 aktivně zúčastnit.	