



OD ROKU 2020

KRONIKA

Moderní gymnastika Liberec



Všechny fotky a videa naleznete zde:

<https://www.zonerama.com/MGLiberec/866483>

OBSAH

2020.....	4
VÝZVY.....	6
ONLINE ZÁVODY	12
Carslbád HomeCup 2020	12
Carslbád AIRcup 2020.....	15
SVATBA – KATEŘINA BENČOVÁ (LANKOVÁ)	17
LETNÍ SOUSTŘEDĚNÍ.....	17
2021.....	23
ONLINE TRÉNINKY	23
.....	24
VELIKONOČNÍ STOPOVANÁ.....	25
ČÁSTEČNÁ OBNOVA TRÉNINKŮ.....	27
PRÁZDNINOVÁ ONLINE ÚNIKOVÁ HRA	28
LETNÍ SOUTŘEDĚNÍ.....	29
ZÁVODY	32
Chomutovský pohár 5. 9. 2021 – KP.....	32
Ústecký pohárek 26. 9. 2021 – KP	33
Závod ke dni dětí 30. 10. 2021 – KP.....	34
Oblastní přebory KP - 6. 11. 2021.....	35
Oblastní přebory ZP - 7. 11. 2021	37
MČR základní program - 20. 11. 2021	39
MČR kombinovaný program - 21. 11. 2021.....	41
2022.....	43
TRENÉRKY JAKO NOVOPEČENÉ MAMINKY	43
ZÁVODY JEDNOTLIVKYŇ	45
Ústecký pohárek 27.3.2022 – KP	45
Stodůlecký pohár 2.4.2022 – ZP	46
Jiřetínský dráček 9.4.2022 - KP	47
Jiřetínský pohár 10.4.2022 – ZP.....	48
Hradecká korunka 24.4.2022 – KP.....	49
O čarodějnické koště z Vinohrad 30.4.2022 – ZP	50
Oblastní přebory ZP – 7.5.2022	52

Oblastní přebory KP – 8.5.2022.....	54
Oddílový závod ZP – 24.5.2022.....	57
Mistrovství ČR - ZP 4.6.2022.....	57
Mistrovství ČR - KP 5.6.2022.....	59
LETNÍ SOUTŘEDĚNÍ.....	60
ZÁVODY SPOLEČNÝCH SKLADEB.....	60
Cena města Chomutova - 15.10.2022	61
Oblastní přebor společných skladeb linie B - 5.11.2022.....	63
Porta Bohemia Cup Ústí n. L. - 6.11.2022.....	64
Memoriál Míly Morávkové - 12.11.2022	65
MČR společné skladby linie B - 26.11.2022	66
2023.....	67
ZÁVODY JEDNOTLIVKYŇ	67
Bizon's Cup 25.3.2023 – KP	67
Ústecký pohárek 26.3.2023 – KP	68
Stodůlecký pohár 1.4.2023 – ZP	69
Jablonecká perlička 1.4.2023 – KP.....	70
Jiřetínský pohár 26.4. - ZP.....	71
O čarodějnické koště z Vinohrad 30.4.2023 - ZP	72
Oblastní přebory ZP – 6.5.2023	73
Oblastní přebory KP – 7.5.2023.....	75
Článek v Libereckém deníku	77
Mistrovství ČR základní program – 27.5.2023.....	78
Mistrovství ČR kombinovaný program – 28.5.2023	80
Článek v Libereckém deníku.....	82
Liberecká špička 10.6.2023.....	83
LETNÍ SOUTŘEDĚNÍ.....	84
ZÁVODY SPOLEČNÝCH SKLADEB.....	86
O Hradeckou stuhu 15.10.2023.....	86
Velká cena města Plzně - 21.10.2023	87
Porta Bohemia Cup - 28.10.2023.....	88
Oblastní přebory ve společných skladbách – 4.11.2023	88
Článek v Libereckém deníku.....	91
Memoriál Míly Morávkové – 11.11.2023	92
Jablonecký pohár – 11.11.2023	93

Pohár Meteoru České Budějovice – 17.11.2023	94
MČR dvojic, trojic - 19.11.2023, Havířov	95
MČR společných skladeb linie B - 25.11.2023, Praha	96
Vánoční besídka - 12.12.2023.....	98



2020

Rok 2020 začal stejně jako každý jiný - od ledna začaly tréninky jednotlivkyň a nejmladší gymnastky z kombinovaného programu čekaly závody neobvykle brzy a to již v únoru. V tu dobu ještě nikdo z nás netušil, že to budou první a zároveň i poslední závody roku 2020.

Prvními závody sezóny 2020 bylo **1. kolo severočeské oblastní ligy KP** pro 1. a 2. kategorii, které se konalo v Jablonci nad Nisou. Tohoto závodu se zúčastnilo 5 našich závodnic:

I. kategorie (2011-2012)

– volná sestava bez náčiní a povinná sestava se švihadlem

10. Adélka Musilová

15. Viki Tomešová



Zleva: Adélka Musilová, Viki Tomešová

II. kategorie (2009-2011)

– volná sestava se švihadlem, povinná sestava bez náčiní

11. Natálka Trávníčková

13. Adélka Novotná

16. Karolína Benešová



Shora: Natálka Trávníčková, Adélka Novotná, Kája Benešová

Vzhledem k celosvětové pandemii Covid-19, která poté vypukla, se nakonec jednalo o poslední normální závody v roce 2020.

Starší děvčata z kombinovaného programu se připravovala na své první závody, které se měly konat 15.3. také v Jablonci, ovšem dne 10.3. došlo jednak k uzavření všech škol a také mimořádným opatřením vlády došlo k zákazu všech akcí nad 100 osob, v důsledku čehož byl rovněž zrušen i závod Jablonecký korálek.

Na posledním tréninku před těmito plánovanými závody došlo ke kuriozní nehodě, kdy se Kačce Červové při tréninku zlomila jedna kužel. V tu chvíli ještě nikdo z nás netušil, že nakonec nové kužele potřebovat nebude.



V důsledku vládních opatření a dalších přísnějších omezení tak byly zrušeny i následující závody, kterých jsme se chtěly účastnit.

ZRUŠENÉ ZÁVODY – JARO 2020

- 15. 3. Jablonecký korálek – KP
- 21. 3. Bizon's Cup Praha – KP+ZP
- 18. 4. Jarní závod ZPMG v Ústí nad Labem
- 19. 4. Chomutovský pohár – KP
- 2.-3. 5. Oblastní přebory KPMG a ZPMG

Zrušeno bylo i MČR jednotlivkyň ZP i KP



Bývalá česká reprezentantka v moderní gymnastice Monika Vlčková (Míčková) na svých stránkách GymGym rovněž zveřejnila videa s návody pro domácí gymnastické tréninky, které byly užitečné nejen pro naše gymnastky, ale spoustu inspirace tam našly i naše trenérky.

VÝZVY

Od 17. 3. v důsledku vládních nařízení byly zrušeny všechny naše tréninky a v rámci možností jsme se snažily motivovat děvčata, aby si zacvičily doma.

Začaly jsme tak sérii týdenních gymnastických výzev, jejichž vymyšlení a realizaci si vzaly na starosti trenérky Kateřina Benčová a Helena Červová.

Tréninky nakonec byly přerušeny na dva měsíce do půlky května a za tu dobu jsme stihly realizovat celkem 10 výzev.

VÝZVA Č. 1 – ŠVIHADLOVÁ ŠKOLKA

Úkolem bylo vymyslet, nacvičit a natočit video své krátké sestavičky se švihadlem. Do první výzvy se zapojilo 18 našich gymnastek (nejmladší Baruška Stehlíková, roč. 2015) až po nejstarší Elenku Věchtovou (ročník 2005). Trenérky vybraly 6 nejzajímavějších videí, která byla zveřejněna na našem facebooku.

VÝZVA Č. 2 – POSILOVÁNÍ

Tentokrát měly dívky vymyslet a natočit posilovací cviky, které lze provádět doma a tentokrát se zapojilo 19 děvčat a dokonce i jeden tatínek (pan Musil).

VÝZVA Č. 3 – NESTŮJ JAKO TVRDÉ Y

Chtěly jsme aspoň částečně vynahradit děvčatům zrušené závody a tak bylo jejich úkolem obléct se do závodního dresu, učesat se jako na závody a vymyslet a nafotit alespoň 3 pózy se svým současným náčiním. Do této výzvy se zapojilo rekordních 23 děvčat a všem jsme za odměnu nechaly na památku vytisknout zaslouženou fotku.





VÝZVA Č. 4 – TRÉNINK PODLE JMÉNA

Využili jsme nápad Českého olympijského týmu a vyzvali k vytvoření vlastního tréninku pomocí abecedy a to např. zacvičit své jméno nebo slovo gymnastika apod.

VÝZVA Č. 5 – FLEXIBILITA NOHOU

Dívky měly za úkol nafotit se na začátku týdne v provaze (na obě nohy) a v rozštěpu.

Během týdne pak pilně protahovat a na konci týdne nafotit stejné pozice a uvidí rozdíl.

Protahování není oblíbenou disciplínou, takže se do této výzvy zapojilo pouze 9 děvčat, ale u všech byl vidět pokrok a důkaz, že pravidelné protahování má smysl a přináší viditelné výsledky.

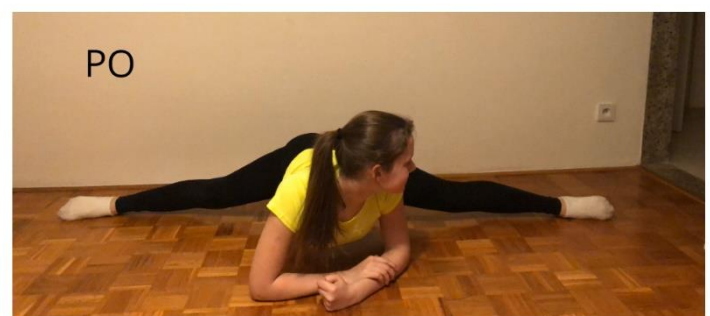
VYHLÁSKUJ JMÉNO A SESTAV SI TRÉNINK

A 10x KLIK	N 20x SKLAPOVAČKY
B 50x JUMPING JACK (PANÁK)	O 40x VYSOKÁ KOLENA
C 30x VÝSTUP NA ŽIDLÍ	P 10x VÝPAD
D 10x ANGLIČÁK	Q 40s VYSOKÁ KOLENA
E 20x SKLAPOVAČKY	R 30x DŘEP
F 30s VÝDRŽ V PODŘEPU	S 15x ANGLIČÁK
G 20x DŘEP	T 30x JUMPING JACK (PANÁK)
H 30s BĚH NA MÍSTĚ	U 15x KLIK
CH 20x VÝPAD	V 40s KOLO
I 40s VYSOKÁ KOLENA	W 30s VÝDRŽ V PODŘEPU
J 20x BRUSLAŘ	X 20x DŘEP S VÝSKOKEM
K 20x NŮŽKY	Y 20x ANGLIČÁK
L 15x ANGLIČÁK	Z 20x VÝSTUP NA ŽIDLÍ
M 10x KLIK	

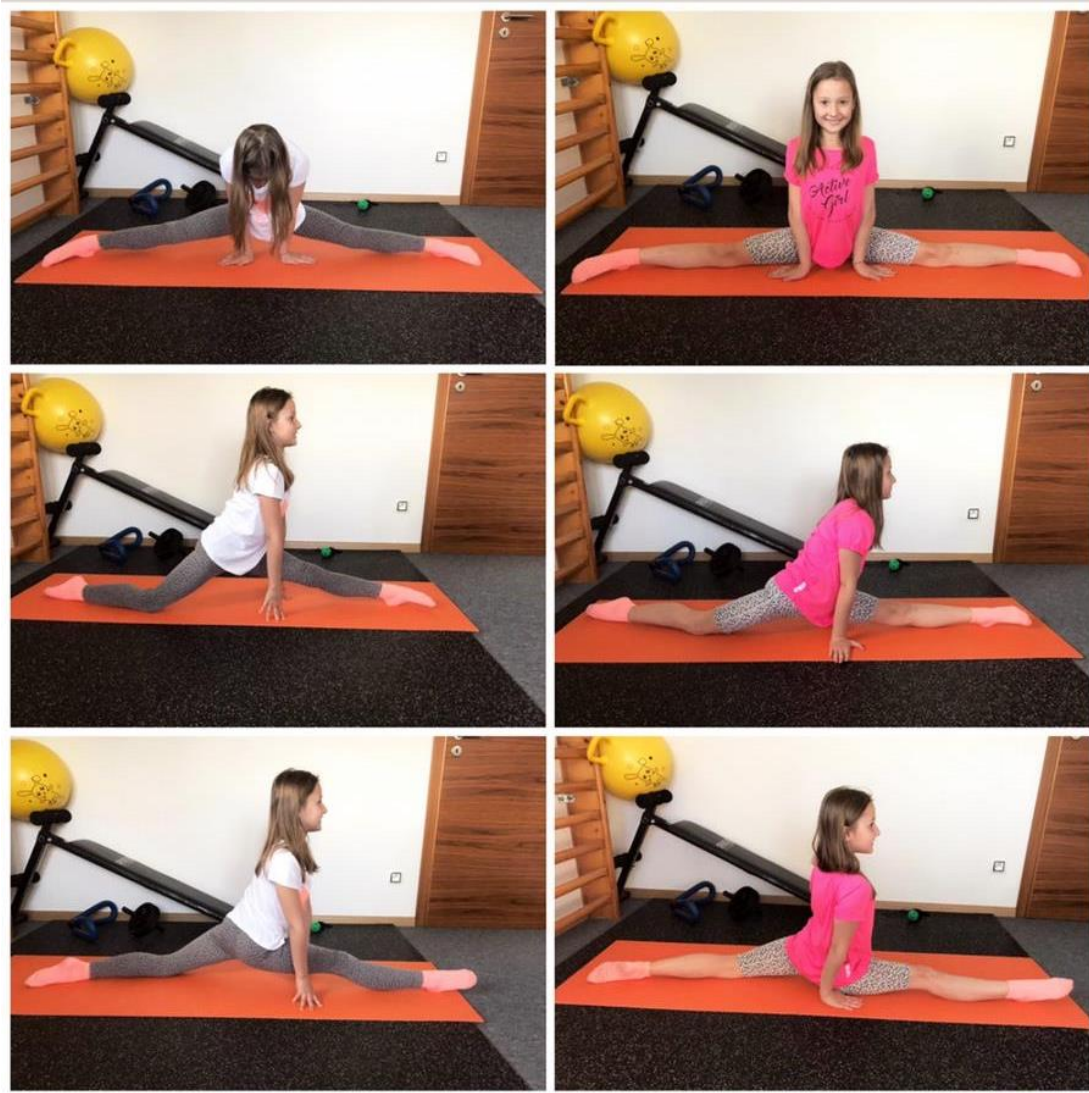
@olympijskytym



#olympijskaabecedā



Elenka Věchtová



Kája Benešová

VÝZVA Č. 6 – VELIKONOČNÍ - ŽONGLOVÁNÍ

I v dubnu pokračoval nouzový stav a tréninky stále nemohly být obnoveny, tak jsme pro naše gymnastky připravili velikonoční výzvu. Úkolem bylo naučit se žonglovat a pak natočit video, jak žonglují s velikonočními vajíčky. Nakonec se našlo 11 odvážných dívek a také jeden tatínek (tentokrát tatínek Elenky Věchtové), kteří tento úkol splnili.

VÝZVA Č. 7 – ROVNOVÁHY

Postupně jsme děvčatům zadali úkoly na posilování, protahování i zručnost a tak další výzva byla zaměřena na trénování rovnováh. Úkolem bylo natrénovat co nejlepší provedení rovnováh a opět natočit a poslat – obtížnost a délka výrdže v rovnováhách byla upravena pro každou věkovou kategorii zvlášť od nejjednodušších až po složitě.

Základní rovnováhy pro nejmladší gymnastky pomohla nafotit Barča Červová:



VÝZVA Č. 8 – VOLNÁ DISCIPLÍNA NEBO OBRÁZEK

Od první výzvy uplynulo 6 týdnů a tak jsme další výzvu připravili trochu odpočinkovou. Děvčata si měla vymyslet svou vlastní jakoukoliv výzvu, kterou by chtěla zadat ostatním. Nejmladší holčičky, které si netroufnou samy na vymýšlení úkolů pro ostatní, mohly nakreslit obrázek na téma „moderní gymnastika“. Sešlo se nám spousta krásných obrázků a velmi mile nás překvapila děvčata, která se vrhla do vymýšlení výzev pro ostatní a jejich nápady skvěle zapadly do sebe. Elenka Věchtová natočila video, jak je možné se obléknout pomocí gymnastických prvků, Barča Červová poslala návod na originální způsob obouvání a Natálka Trávníčková a Kačka Červová poslaly originální návody na posilování a nakonec

Majda Rachotová poslala návod na obkreslení nohou v placce. Tato výzva byla opravdu povedená a plná originálních nápadů.



VÝZVA Č. 9 – ZÁDA

Tentokrát jsme nechali děvčata protahovat svá záda a podle věku jsme zadali tři různé cviky na flexibilitu zad a opět jsme čekali na fotky a videa .

Tentokrát se zapojila i jedna maminka.



Evička Šulcová s maminkou

VÝZVA Č. 10 – BALET

Poslední výzva byla výzva baletní. Kačka Červová pomohla natočit 3 kratičké baletní variace (pro každou věkovou kategorií jedna variace) a úkolem bylo natrénovat a opět natočit tuto variaci. Důležitý byl tentokrát i hudební doprovod a variaci „zatančit“ správně do hudby.

Baletní výzva byla poslední, jelikož od 19. 5. bylo možné opět částečně obnovit tréninky (pouze pro dívky zařazené do závodních kategorií a každá skupina jen 1x týdně).

Všem děvčatům, která se zapojila aslespoň do 3 výzev jsme připravily diplomy a malý dáreček. Celkem 4 gymnastky se aktivně zapojily do všech výzev:

Kristýnka Šafaříková (2014)

Barča Červová (2008)

Kačka Červová (2006)

Elenka Věchtová (2005)



Všechny fotky a videa z jarních výzev 2020 jsou uložena v naší fotogalerii:

<https://www.zonerama.com/MGLiberec/866500> (heslo: gym*vizvy)

Zajímal nás i názor děvčat, jak se jim výzvy líbily a z odpovědí z dotazníku, který jsme všem našim členkám po skončení poslaly, vyplynulo, že je výzvy bavily a 2/3 odpovědělo, že je plnily rády a samy pro sebe a ne pro odměnu.

VYHODNOCENÍ VÝZEV

Jako nejzajímavější a také nejnáročnější výzva byla hodnocena výzva č. 6 – Velikonoční žonglování

Naopak nejjednodušší bylo pro většinu dívek focení, aneb výzva č. 3 Nestůj jako tvrdé Y

Nejvíce je bavila výzva č. 1 Švihadlová školka a naopak jako nejnudnější byla zvolena výzva č. 4 Trénink podle jména.

Ve které výzvě se dívky nejvíce překonaly? Téměř polovina zvolila výzvu č. 5 – Flexibilita.

ONLINE ZÁVODY

Carlsbad HomeCup 2020

Vzhledem k tomu, že byly zrušeny všechny jarní závody, tak klub TopGym Karlovy Vary přišel se skvělým nápadem uspořádat první internetové závody. Do závodu se mohly přihlásit děvčata ze všech výkonnostních kategorií (ZP, KP i VP).

Z našeho oddílu se nakonec přihlásilo 10 závodnic.



Závod probíhal tak, že každá závodnice si připravila sestavu podle předepsaných kritérií pro každou kategorii. Sestava byla omezena prostorově na možnosti obývacího/dětského pokoje a byly zakázány skoky či risky s náčiním. Sestavu každá gymnastka natočila doma a to v závodním dresu a za hudebního doprovodu a video zaslala pořadateli. Sestavy hodnotily jednak kvalifikované rozhodčí a zároveň probíhalo i hlasování veřejnosti na facebooku.

VÝSLEDKY CARSLBAD HOMECUP 2020

II. Mini – KP+ZP (BN)

2. místo Adélka Musilová

VII. Naděje – KP (BN)

5. Novotná Adélka

XI. Kadetky – KP (BN)

1. místo Barča Červová

9. Natálka Trávníčková

XVI. Juniorky – ZP (MÍČ)

4. Bára Bělohlávková

XVII. Juniorky- KP 2007 (MÍČ)

5. Terka Beničková

XVIII. Juniorky- 2005, 2006 (MÍČ)

1. místo Kačka Červová

5. Verča Kupková

6. Christi Forsterová

Obě Adélky (Musilová a Novotná) rovněž získaly nejvíce "lajků" ve svých kategoriích

Denča Simaku se bohužel při natáčení soutěžního videa zranila a video nemohla dotočit a zúčastnit se tak závodu.

Vzhledem k tomu, že tělocvičny byly zavřené a tréninky nemohly probíhat, bylo pouze na děvčatech, aby si sama vybrala a sestříhala hudbu a vymyslela sestavu. Nejmladším se snažily na dálku pomáhat trenérky a využili jejich stávající sestavy, ale starší dívky si sestavy už dělaly zcela samy. I za toto mají náš velký obdiv.

V konkurenci závodnic z celé ČR nakonec naše gymnastky získaly krásná umístění a to včetně 3 medailí.

Dvě zlaté medaile získaly sestry Kačka a Barča Červovy a jednu stříbrnou vybojovala nejmladší Adélka Musilová.



Zleva: Adélka Novotná, Barča Červová, Kačka Červová, Bára Bělohávková, Terka Beníčková, Christi Forsterová, Verča Kupková

Reportáž o Carlsbad HomeCupu byla vysílána na sport TN.NOVA! Mezi ukázkami bylo i video naší závodnice Kačky Červové

<https://sport.tn.nova.cz/clanek/video-gymnastky-soutezi-z-obyvaku-sestava-s-micem-hned-vedle-gauce.html?fbclid=IwAR3CjRc6aMm3V46fhRIsi3Pc3xOhb48eO2WD-3C3bGtToQGBIti100F1nVo>

Fotka sestavy s míčem Kačky Červové se objevila rovněž v tisku:

MLADÁ FRONTA DNES | čtvrtek 21. 5. 2020

DNES Vedoucí redakce: Martin Polívka
Regionální obchodní manažer:
Milena Seidlerová
Inzerce: 359 404 310

Jugoslávská 1706/3, Karlovy Vary
tel. 359 404 210, redkv@mfdnes.cz
Předplatné a distribuce: 225 555 522
predplatne@mafra.cz

Ka

Jak se závodí v obýváku



Carlsbad Home Cup 2020 Doma cvičí Sára Bláhová z SK Provo Brno (vlevo), Kateřina Červová z MG Liberec a Kristina Bematová z pořádajícího oddílu (vpravo dole). Foto: 3x TopGym Karlovy Vary

TopGym uspořádal historicky první závody v moderní gymnastice pomocí internetu.

Pavel Mrhálek
sportovní redaktor
MF DNES



KARLOVY VARY Že se v současné době dá doma kromě sportovního tréninku absolvovat i závodní klání, dokazují české moderní gymnastky. Právě pro ně uspořádal sportovní klub TopGym Karlovy Vary historicky první internetový závod s názvem „Carlsbad HomeCup 2020“. „Závodů se účastnilo 192 moderních gymnastek z různých koutů Česka, dokonce se přidaly i dvě z Chorvatska. Tak velký zájem nás opravdu překvapil,“ uvedl Jiří Herian,

předseda pořádajícího klubu, a popisuje, jak závody probíhají: „Každá závodnice si připravila zjednodušenou sestavu, kterou byla schopna odvést doma v pokoji, obýváku či třeba garáži. Natočená videa jsme zpracovali a zveřejnili ve facebookové skupině „Závody moderní gymnastiky“. Kromě hodnocení odborných rozhodčích mohou v této skupině návštěvníci „lajkovat“ závodnice, které se jim líbily, a budou tak navíc uděleny ceny veřejného hodnocení.“

Závod se setkal s nebyvalým zájmem. „Během pouhých šesti dnů, kdy výkony hodnotili rozhodčí i veřejnost, se do facebookové skupiny

Fakta Medailistky TopGymu

- Rozálie Laslopová (2016) 1. místo
- Daniela Yakimets (2014) 3. místo
- Viktorie Křížová (2013) 1. místo
- Barbora Laslopová (2013) 2. místo
- Laura Kopfstein (2010) 3. místo
- Alisa Samareva (2008) 1. místo
- Michaela Borovičková (2008) 2. místo
- Klára Orlová (2006) 3. místo
- Kristina Bematová (1998) 2. místo

Videa všech závodních kategorií včetně slavnostního vyhlášení a další informace najdete zde: <https://www.facebook.com/groups/266034807768737/>

aktivně přidalo přes 2200 členů, které vlastně můžeme považovat za diváky. Závodnice obdržely více než 25 tisíc hlasů veřejnosti,“ informuje o průběhu závodu Jiří Herian. „Tyto internetové závody tak co do

počtu závodnic a zejména diváckého zájmu dalece překonávají ty opravdové pořádané ve sportovních halách, a přibližují tak krásu moderní gymnastiky i mnoha lidem, kteří se do teď s ní neměli možnost seznámit,“ je s průběhem závodu spokojený jejich organizátor Jiří Herian.

Příští závod bude mezinárodní a gymnastky si zacvičí venku

Hlasování veřejnosti skončilo v pondělí 4. května o půlnoci a v úterý večer proběhlo slavnostní vyhlášení formou videa zveřejněného ve facebookové skupině. Moderní gymnastky byly vyhodnoceny v celkem 25 věkových a výkonnostních kategoriích a uděleny budou i zvláštní ceny. Nejmladší závodnice jsou teprve tři roky a nejstarší 27 let. „Jsme opravdu potěšeni nejen velkým zájmem a hlavně pozitivními ohlasy, které nám chodí. Jsme hrdí, že i v nelehké době je možné vytvořit takový pozi-

itivní projekt. Již jsme spustili další kolo závodů, které proběhne v květnu obdobným způsobem, ale závodnice budou tentokrát cvičit své sestavy venku, a především bude závod mezinárodní. Zájem zahraničních účastníků se ukázal již během prvních závodů, jelikož se informace o této unikátní akci po sociálních sítích dostala do celého světa,“ prozrazuje další plány Jiří Herian.

„Internetové závody nezapomněly ani na své sponzory,“ říká Jiří Herian: „V této době pokládáme za naši povinnost oplátit sponzorům jejich podporu, a proto v soutěžních videích jsou reklamy na jejich služby a produkty, abychom společně podpořili českou ekonomiku. A samozřejmě největší prostor je věnován propagaci Karlových Varů a celého regionu, ať se nám vrátí co nejdříve turisté. Jsme opravdu hrdí, že jako sportovci můžeme takto aspoň trochu podpořit oživení hospodářství,“ uzavírá Herian.

Carlsbad AIRcup 2020

První internetové závody měly velký pozitivní ohlas mezi gymnastkami i veřejností a tak se pořadatelé rozhodli uspořádat další internetový závod Carlsbad AIRcup2020. Tentokrát to byl závod mezinárodní a přihlásit se mohly i gymnastky z jiných zemí.



Odvahu našlo 7 našich závodnic a opět je čekalo vymýšlení sestavy, která se tentokrát cvičila a natáčela venku. Z bezpečnostních důvodů byly vynechány prvky rotací, naopak mohly být zařazeny risky a skoky a kromě nejmladších závodnic, které cvičily bez náčiní, si ostatní mohly samy zvolit libovolné náčiní. Opět se do vymýšlení sestav pustily dívky samy, pomoc trenérek probíhala pouze na dálku online pomocí konzultací.

Sestavy hodnotily jednak kvalifikované rozhodčí + probíhalo i hlasování veřejnosti na facebooku.

VÝSLEDKY CARSLBAD AIRCUP 2020

II. linie C – Mini 2012 (BN)

4. místo Adélka Musilová

VII. linie C – Hope 2010 (BN)

7. Adélka Novotná

16. Ema Bělohlávková

XI. linie C – Cadet 2008

2. místo Barča Červová (obruč)

XVI. Linie C – Junior 2007

7. Terka Beníčková (obruč)

XVII. Linie C – Junior 2006,2005

1. místo Kačka Červová (kužele)

12. Bára Bělohlávková (obruč)

Zvláštní ocenění – rozhodčích:

Kačka Červová – zvláštní ocenění za nejhezčí taneční kroky

I tyto druhé online závody byly pro náš klub úspěšné a cinkly nám dvě medaile – jedna zlatá díky Kačce Červové a jedna stříbrná pro Barču Červovou.

Kačka Červová za svoji sestavu s kuželi, kterou si vytvořila zcela sama, získala i zvláštní cenu rozhodčích a to za „nejhezčí taneční kroky“



Zleva: Barča Červová, Adélka Novotná, Kačka Červová, Ema Bělohávková, Terka Beníčková, Adélka Musilová, Bára Bělohávková

Medailistky z online závodů:



Adélka Musilová



Barča Červová



Kačka Červová

SVATBA – KATEŘINA BENČOVÁ (LANKOVÁ)

Uvolnění vládních opatření umožnila naší trenérce Kačce Benčové realizovat svatbu, kterou plánovala téměř rok dopředu. Dne 25. července 2020 se ze slečny Kateřiny Benčové stala mladá paní Kateřina Lanková.

Krásného obřadu v nádherném prostředí Hotelu Antonie ve Frýdlantu se zúčastnily i naše trenérky, které ji jménem celého klubu předaly svatební dar a popřály samá „nej“ do dalšího společného života.



LETNÍ SOUSTŘEDĚNÍ

V sprnu jsme rovněž mohli realizovat naše pravidelné letní soustředění v osadě Jizerka, kterého se zúčastnilo 37 gymnastek, 7 trenérek a jako instruktorky i 2 bývalé gymnastky, (Anička Lehmanová, Klárka Kupková) a Anička Machátová (původně z pražského klubu, momentálně studující v Liberci). V roli zdravotníka se vystřídal Terka a Pavlína Hájkovy. Z pracovních důvodů (práce na infekčním oddělení, kde se léčili i Covid pacienti) se nemohla soustředění zúčastnit předsedkyně klubu Marcela Bartošová.



Počasi na Jizerce nám tentokrát přalo a bylo nezvykle teplo a slunečno, takže opět nechybělo kromě tréninků v tělocvičně i cvičení venku, výlety po okolí a také oblíbená pokladovka.



Terka Hájková si připravila pro všechny gymnastky kurz první pomoci.

Na realisticky maskovaném zranění si mohly vyzkoušet poskytnutí první pomoci a na svítící figuríně také masáž srdce. Všem se toto zpestření soustředění moc líbilo .



Vzhledem k tomu, že letos s námi jelo hodně nových, malých holčiček, tak tradiční stezku odvahy letos nahradila „noční hra“ s bludičkami.



A samozřejmě nechybělo ani závěrečné vystoupení pro rodiče, i když do poslední chvíle nebylo jisté, zda ho budeme moci realizovat vzhledem k opětovným zpřísněním vládních opatření v souvislosti s pandemií Covid. Vše nakonec vyšlo podle našich představ a všechna děvčata mohla předvést vše, co se stihla na soustředění naučit.





gymnastky



Trenérky (zleva: Klára Kupková, Kateřina Kupková, Anna Lehmanová, Štěpánka Tomešová, Anna Machátová, Bohuslava Labská, Klára Beníčková, Kateřina Lanková, Šárka Kitlerová, Pavlína Hájková, Helena Červová)

Fotky a videa ze soustředění: <https://www.zonerama.com/MGLiberec/866484> (heslo: jizerka*2020)

V září jsme začaly s tréninky tak jako obvykle, ale tentokrát jsme se rozhodly vynechat podzimní sezónu společných skladeb a volnější podzim využít pro dohnání trénikového manka z jara a zaměření se na pilování techniky a nových prvků. Bohužel trénovat jsme stihly pouze jeden měsíc a od 12.10. byly opět zrušeny všechny tréninky z důvodů druhé vlny pandemie Covid-19 a uzavření všech vnitřních sportovišť. Bohužel tréninky nebylo možné do konce roku 2020 již obnovit.

Nezbylo nám tak nic jiného, než všem popřát především zdraví a doufat, že rok 2021 bude pro gymnastiku mnohem příznivější a snad se brzy budeme moci vrátit do „starých kolejí“.

VÁNOČNÍ GYMNASTICKÉ PŘÁNÍ



Až na adventním věnci rozsvítíte všechny **SVÍČKY**
a na obloze se rozzáří vánoční **HVĚZDY**,
k vánočnímu stromečku jděte tiše po **ŠPIČKÁCH**,
ať nevyplašíte Ježíška.

Do nového roku vstupte po pevném **MOSTĚ**
štěstí a zdraví a ať Vám přátelé vždy podají pevný
PROVAZ, aby Vás vytáhli z **KOTOULŮ** problémů
a **OBRATEM** Vás postaví zpět na nohy .

Věříme, že v příštím roce budeme moci brzy opět
SKOČIT rovnýma nohama do tréninků a už se
moc těšíme na všechny velké i malé gymnastky.

trenérky MG Liberec



Všechny fotky a videa naleznete zde:

<https://www.zonerama.com/MGLiberec/866483>





2021

Ani začátek roku 2021 nepřinesl změnu, situace kolem pandemie Covid-19 se nezlepšila a tak tělocvična zůstala zavřená a tréninky stále zrušené. Jelikož byl leden vcelku bohatý na sněhovou nadílku, tak jsme pro zpestření připravily pro děvčata jednu zimní výzvu, ze které vzniklo několik hezkých videí:

<https://eu.zonerama.com/MGLiberec/Album/6970412> (heslo: gym*vyzvy)

ONLINE TRÉNINKY

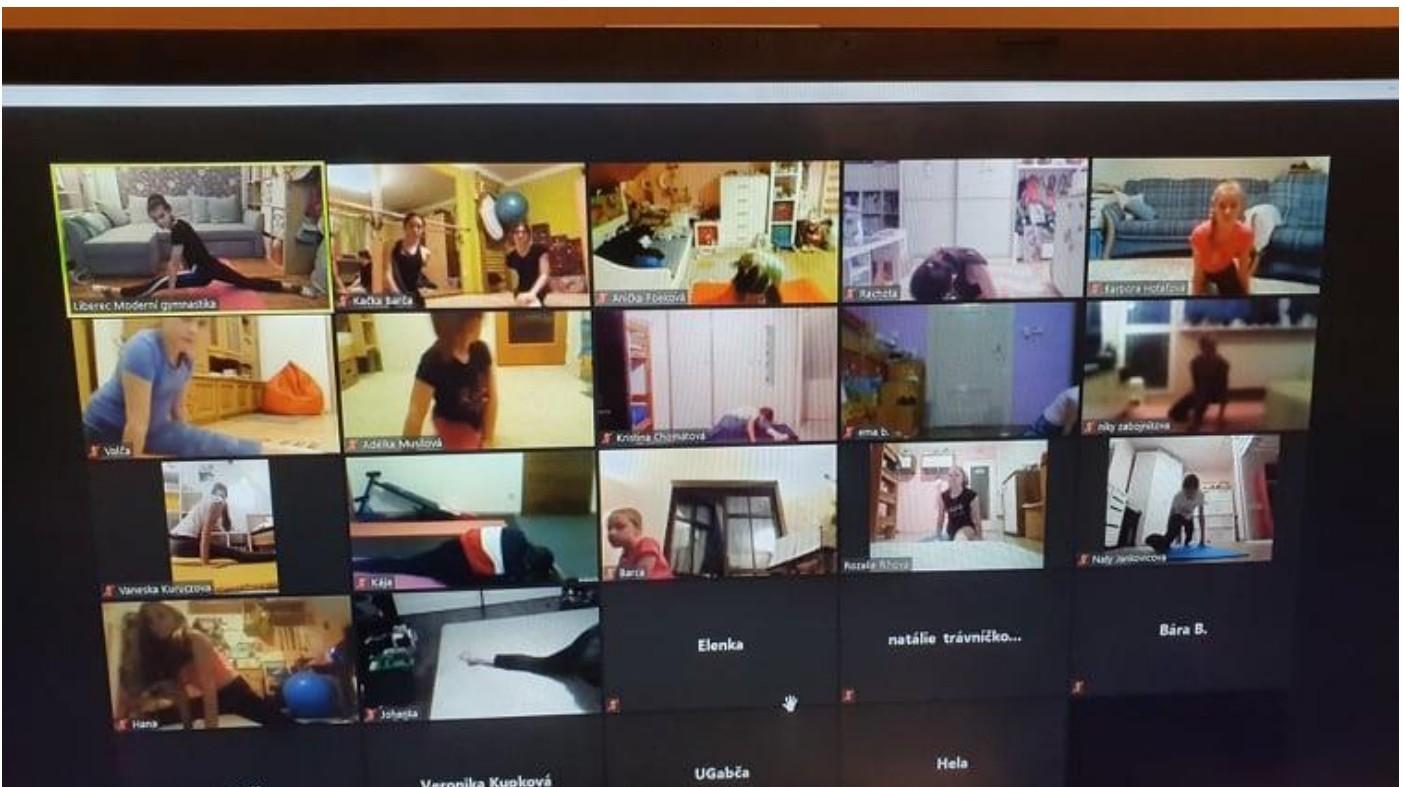
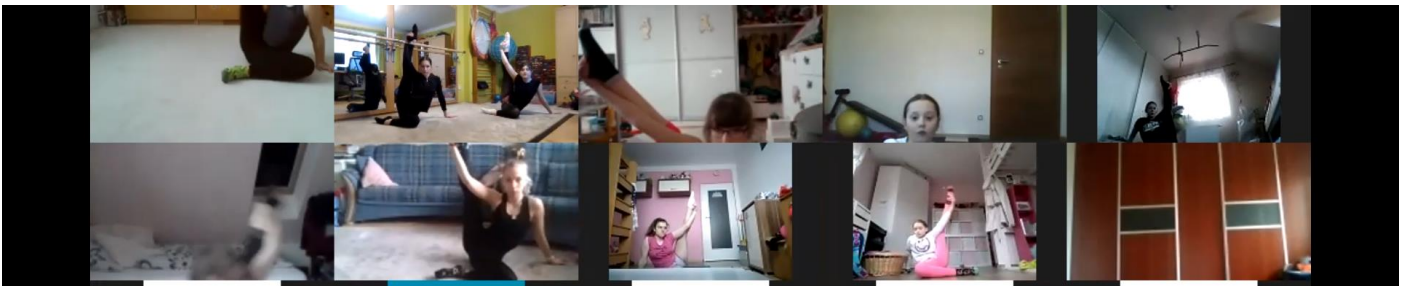
Bohužel se zhoršující se situací a stále přísnějšími opatřeními nám bylo jasné, že tréninky neobnovíme ani od druhého pololetí. Proto jsme se odhodlaly pustit se do on-line tréninků, které jsme spustily od února 2021. Byla to zejména pro trenérky velká výzva, ale vše zvládly a 1x týdně každé úterý prostřednictvím aplikace ZOOM jsme se aslepoň na dálku opět potkávaly a cvičily společně v domácích podmínkách.

Do on-line tréninků se aktivně zapojily tyto trenérky:

- * od 17h pro mladší gymnastky (2012 a mladší) – Bobina, Šárka, Anička Lehmanhová a Kačka Červová
- * od 18h pro starší gymnastky (2011 a starší) – Kačka Lanková, Kačka Kupková, Hela, Anička Machátová a Klárka

Kromě pravidelných online setkání ještě některé trenérky natočily několik videí, podle kterých si mohly doma děvčata cvičit kdykoli:

<https://modgymliberec.raice.net/> (jméno: gym heslo: gym*21)



VELIKONOČNÍ STOPOVANÁ

Po dobu velikonočních svátků (od Květné neděle 28.3. do Velikonočního pondělí 5.4.) jsme pro všechny naše gymnastky připravily velikonoční stopovanou se spoutou sportovních úkolů i kvízových otázek na téma Velikonoce.



Bound: Velikonoční gymnastická stopovaná

Jelikož stále platil zákaz setkávání se více osob a dokonce i zákaz pohybu mezi obcemi, tak jsme využily možnosti moderní techniky a stopovanou vytvořily pomocí aplikace Actionbound. Tu si každý stáhl do svého telefonu a pak si mohl trasu absolvovat samostatně kdykoliv chtěl.



Stopovaná měla úspěch a zapojilo se do ní 29 našich gymnastek společně s jejich rodiči a sourozenci. Trasa vedla v okolí Veseckého rybníku v délce cca 6km a celá cesta i s plněním úkolů zabrala účastníkům v průměru 3,5 hodiny.

Get the Actionbound app for free in the Apple App Store or at the Google Play Store

Scan the QR code with the Actionbound app

Počasí bylo doslova aprílové, takže zatímco jeden den se teploty na sluníčku šplhaly k 18 stupňům a děvčata se fotila v tričkách, tak kdo vyrazil v dalších dnech, tak naopak potřeboval pořádně teplé oblečení.





ČÁSTEČNÁ OBNOVA TRÉNINKŮ

Po víc jak půl roce jsme se dočkaly zlepšení situace a od 25.5. jsme mohly částečně obnovit tréninky v tělocvičně. Děti se začaly vracet do škol a tak se otevřely i tělocvičny, i když platila přísná pravidla jako např. max. počet sportovců v tělocvičně, dodržování rozestupů 1,5m, nošení roušek ve všech prostorech, dezinfekce rukou při vstupu do tělocvičny, šatny nebylo možné používat a hlavně všichni museli mít platný negativní test nebo potvrzení o prodělání nemoci.

Především omezení počtu sportovců nás vedla k tomu, že jsme tréninky obnovily pouze 1x týdně a to v úterý, kdy bylo možné děti rozdělit do skupin tak, aby se postupně vystřídaly všechny gymnastky a přitom jsme splnili všechny podmínky.

PRAVIDLA SPORTOVÁNÍ OD 24. 5.



VĚNKU

AMATÉRŠTÍ SPORTOVCI (odpadlo do 18-ti let)

POUZE SPORTY "POD SPORTOVNÍMI SVAZY"

MAX 30 SPORTUJÍCÍCH - 1 OSOBA 15 M²

UVNITŘ

MAXIMÁLNĚ 30 OSOB - 1 OSOBA 15M²

SKUPINA MAX 12 OSOB

ŠATNY A SPRCHY UZAVŘENY

Evidence účastníků (ideálně tel., testy antigen max 72h zpětně.
PCR max 7 dní zpět. Případně čestné prohlášení)

PRÁZDNINOVÁ ONLINE ÚNIKOVÁ HRA

Vzhledem k dlouhému tréninkovému výpadku jsme chtěly motivovat děvčata, aby cvičila i o prázdninách. Pro všechny gymnastky, které se měly zúčastnit letního soutředění jsme připravily online únikovou hru, kterou mohly plnit celé prázdniny.

Princip únikové hry bylo získat číselný kód, který odemkne cestu k odměně. Čísla do kódu získávaly po splnění jednotlivých úkolů. Po kliknutí na zasláný odkaz se děvčata dostala do hry, kde si pod fotkami jednotlivých trenérek otevíraly virtuální místnosti, kde kromě fotek a videí našly i nějaký gymnastický úkol. Po jeho splnění získaly číslo do kódu a čísla si mohly zapisovat do připravené tabulky, kterou jsme jim na posledním tréninku rozdaly. Na všechna děvčata, která dokončila celou hru, na soustředění čekala drobná odměna.



číselný kód

únikovka 2021

1. 2. 3. 4. 5. 6. 7. 8.

INSTRUKCE

01 Najdi postupně všechny trenérky
Každá trenérka má pro Tebe nějaký úkol a za jeho splnění získáš jednu číslici z kódu ke dveřím. Získaná čísla si někam poznamenávej, abys na konci mohla zadat celý číselný kód a odemkla dveře.

02 Úkoly můžeš plnit postupně celé prázdniny
Úkoly můžeš plnit postupně po celé prázdniny. Není důležité v jakém pořadí je budeš plnit.

03 Až budeš mít celý kód
Až získáš všechny čísla z kódu, tak ho vyťukej na číselném zámku.



LETNÍ SOUSTRĚDĚNÍ

15. – 21. srpna jsme jako každý rok vyrazily na Jizerku, kde jsme pro vybrané gymnastky pořádaly letní soustředění. Jelikož v roce 2021 byly zrušeny závody společných skladeb, tak jsme měly dost prostoru věnovat se především práci na fyzice a pilování techniky. Dlouhá tréninková pauza byla znát, ale našlo se i několik děvčat, která poctivě cvičila i doma a na soustředění přijela ve skvělé formě.

Většina dívek od ledna 2022 měla přejít do starší kategorie, tudíž jsme na soustředění začaly dávat dohromady právě nové sestavy pro další závodní rok.



Kromě cvičení samozřejmě zbyl i čas na procházky po okolí, nechyběla tradiční pokladovka a pro nejmladší gymnastky byly připraveny i nějaké výtvarné aktivity.

Proti loňskému slunečnému a teplému počasí se tento rok výrazně ochladilo a většinu času nám přelo nebo foukal nepříjemný studený vítr.

A právě studené počasí ovlivnilo i noční hru, kterou jsme přesunuli do tělocvičny, což se nakonec ukázalo jako skvělé řešení a nejstarší děvčata v roli strašidel připravila opravdu skvělou atmosféru a hru, kterou si s nadšením prošly i trenérky.



A samozřejmě nechybělo ani závěrečné vystoupení pro rodiče, kde bylo k vidění spousta nových sestav a do úvodního nástupu se aktivně zapojily i trenérky se setavičkou se stuhami.



Gymnastky



Trenérky (zleva nahoře: Štěpánka Tomešová, Hela Červová, Bobina Labská, Klára Beníčková, Marcela Bartošová, Jiřinka Bartošová
Zleva dole: Kačka Kupková, Jolča Vašáková, Klárka Kupková, Aička Lehmanová, Pavlína Hájokvá) – chybí Šárka Kitlerová a Kačka Lanková, které odjely den předem na svatby.

Fotky ze soustředění: <https://eu.zonerama.com/MGLiberec/Album/7536437> (heslo: jizerka*2021)

Videa ze soustředění: <https://eu.zonerama.com/MGLiberec/Album/7548464> (heslo: jizerka*2021)

ZÁVODY

V roce 2021 se pořádaly závody pouze na podzim a tak byly zrušeny závody společných skladeb a závodily pouze jednotlivkyně.

Vzhledem k tomu, že po téměř dvouleté pauze většina děvčat od ledna přecházela do nových kategorií a na podzim by závodily ještě v původní kategorii, tak na podzimní závody se připravovala jen úzká skupina závodnic. Jednalo se o děvčata, která buď zůstávala ve stejné kategorii nebo zvládla staré sestavy a souběžně si připravovat sestavy nové na další rok.

Chomutovský pohár 5. 9. 2021 – KP

První závod kombinovaného programu se uskutečnil ještě dříve, než jsme začaly tréninky v tělocvičně a tak do Chomutova vyrazilo pouze 5 statečných závodnic, které si své sestavy vyzkoušely pouze na 1 tréninku, který jsme pro ně zařídily. Na soustředění si připravovaly především nové sestavy na další rok, tudíž staré sestavy se musely rychle oprášit a hned vyrazit na závodní koberec. Přesto si vedly velmi dobře a dokonce jsme do Liberce vezly cenné kovy a poháry:



Barča Červová, Kačka Červová, Elenka Věchtová, Denča Simaku, vpředu Adélka Musilová

VÝSLEDKY CHOMUTOVSKÝ POHÁR 2021

I. kategorie – BN

8. místo Adélka Musilová

III. kategorie – OBRUČ, MÍČ

1. místo Barča Červová

IV. kategorie – KUŽELE, STUHA

3. místo Kateřina Červová

V. kategorie – libovolné náčiní

5. Elenka Věchtová

8. Denisa Simaku

Ústecký pohárek 26. 9. 2021 – KP

Další závod na sebe nenechal dlouho čekat a opět v září děvčata z kombinovaného programu vyrazila do Ústí nad Labem, kde se opět dařilo a opět do Liberce putovaly dvě medaile zásluhou sester Červových. I ostatní dívky předvedly svké výkony.



VÝSLEDKY ÚSTECKÝ POHÁREK 2021

I. kategorie – BN

13. místo Adélka Musilová

II. kategorie – BN + ŠVIHADLO

11. místo Adélka Novotná

III. kategorie – OBRUČ, MÍČ

1. místo Barča Červová

IV. kategorie – KUŽELE, STUHA

2. místo Kateřina Červová

V. kategorie – libovolné náčiní

12. Elenka Věchtová



Kačka Červová, dole Adélka Novotná a Adélka Musilová, Barča Červová, Elenka Věchtová

Závod ke dni dětí 30. 10. 2021 – KP

Na poslední závody před OP vyrazila děvčata z KP do Prahy, kde se sešla konkurence z celé ČR a rovněž rekordní počet startujících v každé kategorii.

Skvěle se dařilo Barče Červové ve 3. kat, která tento podzim získala svojí třetí zlatou medaili navíc v nabité konkurenci 30 závodnic z celé ČR.

Nejmladší Adélka Musilová v 1.kat předvedla také skvělý výkon a svou premiéru se švihadlem na závodech zvládla výborně a umístila se na nádherném 6. místě.

Starší děvčata bohužel potrápily pády náčiní, což se odrazilo i na výsledném umístění.

VÝSLEDKY ZÁVOD KE DNI DĚTÍ 2021

I. kategorie – BN + ŠVIHADLO

6. místo Adélka Musilová

III. kategorie – OBRUČ, MÍČ

1. místo Barča Červová

IV. kategorie – KUŽELE, STUHA

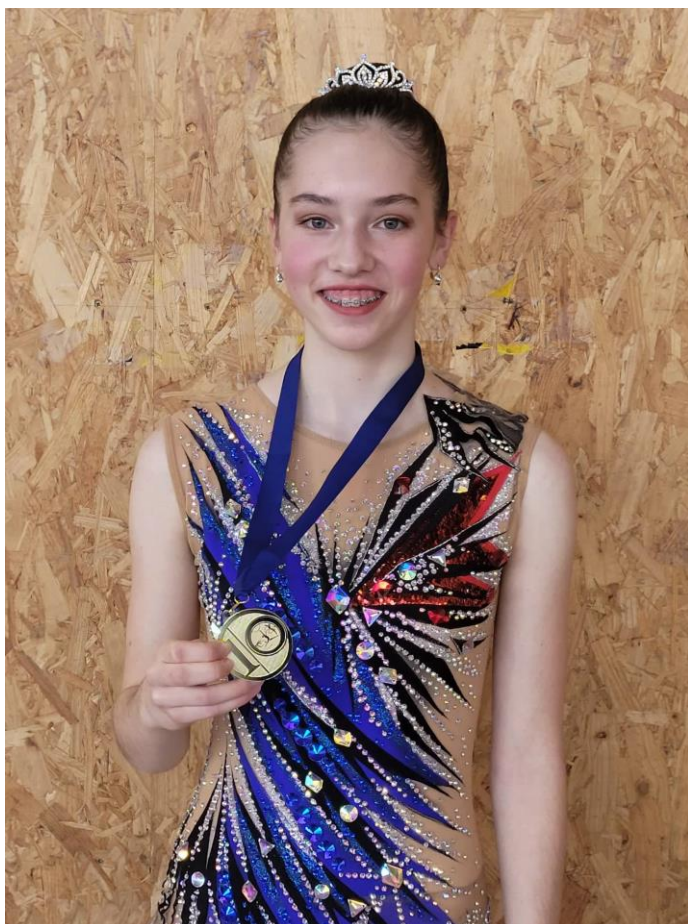
17. místo Kateřina Červová

26. místo Verča Kupková

V. kategorie – libovolné náčiní

14. Elenka Věchtová

24. Denisa Simaku



Barča Červová



Adélka Musilová

Oblastní přebory KP - 6. 11. 2021

OP kombinovaného programu se konal ve Spořicích u Chomutova a zúčastnilo se ho 7 našich závodnic a z toho 3 si vybojovaly účast na MČR a vezly domů medaile:

Titul **přebornice oblasti** a zlatou medaili za 1. místo vybojovala **Barča Červová** ve 3. kategorii, kde získala nejvyšší známky za sestavu s míčem i s obručí – trenérka ***Kateřina Lanková***.

Stříbrnou medaili za 2. místo získala **Adélka Musilová** ve 2. kategorii za sestavy se švihadlem a bez náčiní, rovněž trenérka ***Kateřina Lanková***

Stříbro za 2. místo získala také **Kačka Červová** ve 4. kategorii za sestavu s kuželi a stuhou – trenérka ***Kateřina Kupková***



VÝSLEDKY OBLASTNÍ PŘEBORY KP 2021

I. kategorie – BN + ŠVIHADLO

2. místo Adélka Musilová – postup na MČR

II. kategorie – BN + ŠVIHADLO

6. místo Adélka Novotná

9. místo Karolína Benešová

III. kategorie – OBRUČ, MÍČ

1. místo Barbora Červová – postup na MČR

IV. kategorie – KUŽELE, STUHA

2. místo Kateřina Červová – postup na MČR

7. místo Veronika Kupková

V. kategorie – libovolné náčiní

6. místo Elenka Věchtová



Fotky a videa z OP: <https://eu.zonerama.com/MGLiberec/Album/7846261> (heslo: gym*21)



Barča Červová s trenérkou Kateřinou Lankovou



Adélka Musilová s trenérkou Kateřinou Lankovou



Kačka Červová s trenérkou Kateřinou Kupkovou



Zleva nahoře: Kačka Č., Verča K., Eleknka V., Barča Č.
Zleva dole: Adélka N., Adélka M., Kája B.

Oblastní přebory ZP - 7. 11. 2021

V neděli se na stejném místě konal OP základního programu, kterého se zúčastnilo rovněž 7 našich závodnic a do Liberece nakonec putovaly 4 medaile s postupy MČR

Titul **přebornice oblasti** a zlatou medaili za 1. místo vybojovala **Barča Popeláková** ve 1. kategorii za sestavu se švihadlem a obručí – trenérka **Klára Beníčková**.

Stříbrnou medaili za 2. místo získala **Adélka Kulišová** ve 4. kategorii za sestavy s kuželi a stuhou - trenérka **Klára Beníčková**.

Dvě 3. místa **vybojovaly Anička Boboková** ve 3. kategorii s míčem a obručí – trenérka **Helena Červová** a také **Bára Bělohávková** ve 4. kategorii - trenérka **Klára Beníčková**

Od všech trenérek mají holky zvláště velký obdiv, protože na rozdíl od KP neměly tento rok žádnou příležitost si zazávodit a s úplně novými sestavami závodily rovnou na přeborech

Fotky a videa z OP:

<https://eu.zonerama.com/MGLiberec/Album/7845936> (heslo: gym*21)

VÝSLEDKY OBLASTNÍ PŘEBORY ZP 2021

II. kategorie – ŠVIHADLO, OBRUČ

1. Barbora Popeláková – postup na MČR

III. kategorie – OBRUČ, MÍČ

3. místo Anička Boboková – postup na MČR

5. místo Kateřina Kolouchová

IV. kategorie – KUŽELE, STUHA

2. místo Adéla Kulišová – postup na MČR

3. místo Barbora Bělohávková – postup na MČR

4. místo Rozálie Říhová

V. kategorie – KUŽELE, libovolné náčiní

8. místo Antonie Šebková



Zleva:

1. Barča Popeláková
2. Adélka Kulišová
3. Anička Boboková
3. Barbora Bělohávková



Trenérka Klára Beníčková – zleva Rozálie Řihová, Bára Bělohlávková
Tonča Šebková, Adélka Kulišová, vpředu Barča Popeláková

Zleva Kačka Kolouchová, trenérka Hela Červová, Anička
Boboková



MČR základní program - 20. 11. 2021

Na základě výsledků oblastních přeborů 4 naše závodnice vybojovaly postup na MČR, které se konalo v Dubňanech u Břeclavi. Místo Adélky Kulišové, která se účasti na MČR vzdala, další v pořadí postoupila Rózka Říhová, která nakonec získala na MČR nejlepší umístění z našich gymnastek v jednotlivkyních.

MČR probíhá jako soutěž družstev, kde se nejlépe umístilo družstvo Severní Čechy 1 složené z přebornic oblasti v jednotlivých kategoriích včetně naší Barči Popelákové.



VÝSLEDKY MČR ZP 2021

II. kategorie – ŠVIHADLO, OBRUČ

16. místo Barbora Popeláková

III. kategorie – OBRUČ, MÍČ

21. místo Anička Boboková

IV. kategorie – KUŽELE, STUHA

6. místo Rozálie Říhová

16. místo Barbora Bělohlávková

SOUTĚŽ DRUŽSTEV

3. místo – družstvo s Bárou Popelákovou

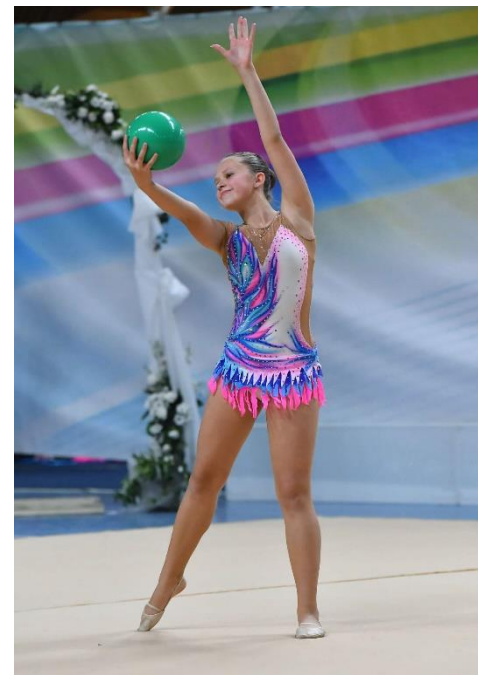
11. místo – družstvo s Aničkou a Rózkou

21. místo – družstvo s Barčou B.

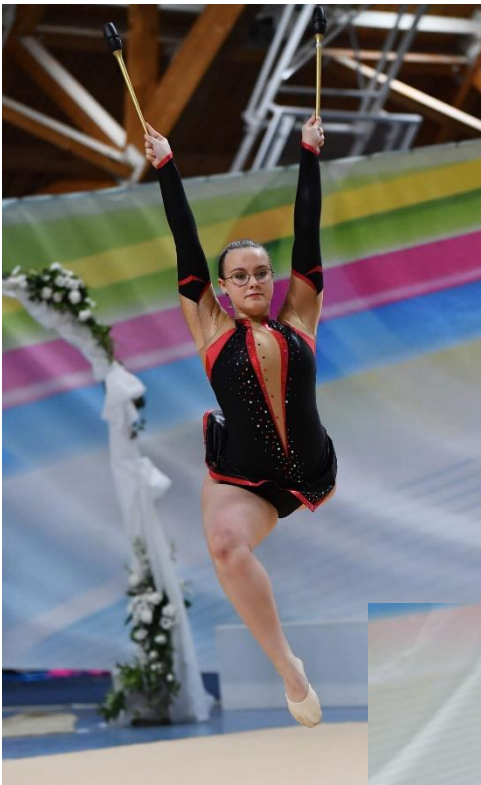




Barča Popeláková

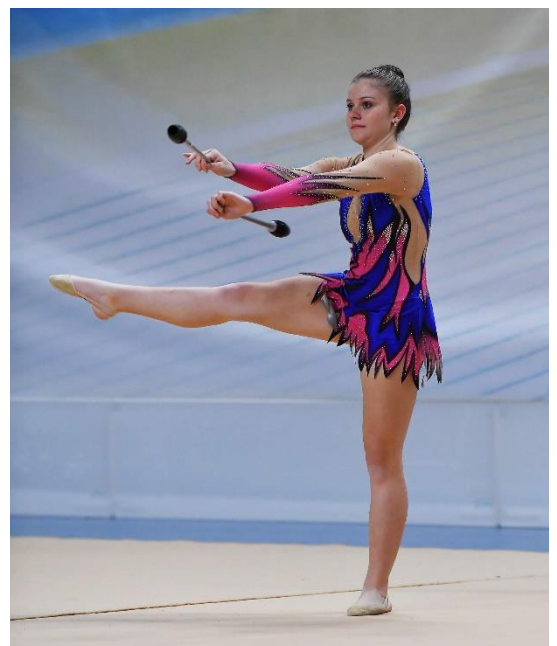


Anička Boboková



Rózka Říhová
S trenérkou Klárou B.

Bára Bělohávková



MČR kombinovaný program - 21. 11. 2021

V neděli pokračovalo MČR kombinovaného programu za účasti 3 našich gymnastek.

V jednotlivkyních předvedly skvělé výkony sestry Barča a Kačka Červovy.

Poprvé v historii oddílu naše gymnastky bojovaly o medailová místa, což se nakonec podařilo a **BRONZOVOU** medaili za svůj výkon zaslouženě získala **Kačka Červová** ve 4. kategorii – trenérka **Kateřina Kupková**.

Nepopulární "bramborovou" medaili, ale za nás za naprosto úžasné 4. místo, vybojovala **Barča Červová** (3. kat), která tento podzim předvedla neuvěřitelný výkon a z předchozích 4 závodů přivezla vždy zlato – trenérka **Kateřina Lanková**



VÝSLEDKY MČR KP 2021

I. kategorie – BN, ŠVIHADLO

17. místo Adélka Musilová

III. kategorie – OBRUČ, MÍČ

4. místo Bára Červová

IV. kategorie – KUŽELE, STUHA

3. místo Kateřina Červová

SOUTĚŽ DRUŽSTEV

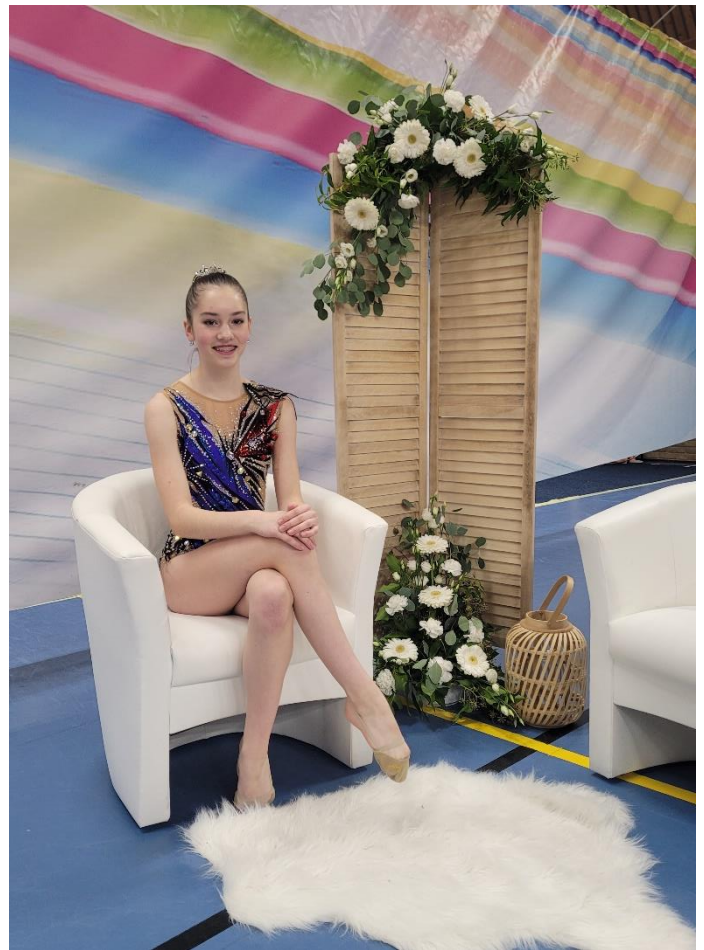
8. místo – družstvo s Barčou a Kačkou

22. místo – družstvo s Adélkou





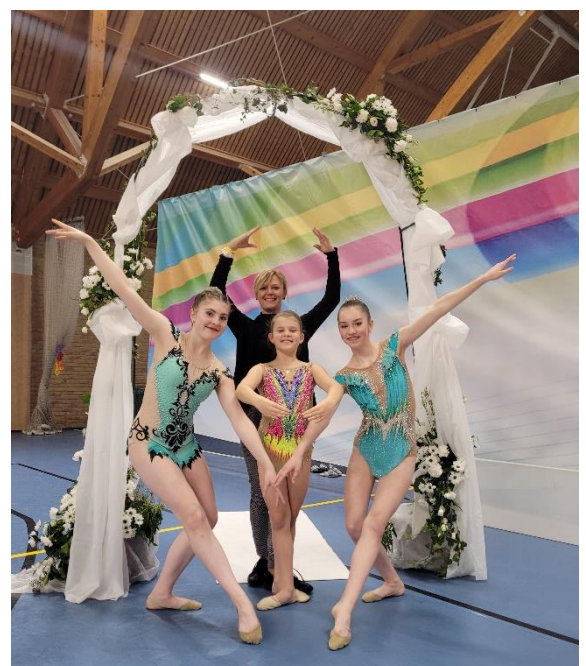
Kačka Červová



Barča Červová



Adélka Musilová



s trenérkou Kačkou Kupkovou

Fotky a videa z MČR KP: <https://eu.zonerama.com/MGLiberec/Album/7908861> (heslo: gym*2021)

Kompletní oficiální video záznamy z obou MČR jsou zde:

ZP: <https://www.csmg.cz/cs/fotky-a-video/video/video-z-mcr-v-zakladnim-programu-mg-ze-dne-20-11-2021.html>,

KP: <https://www.csmg.cz/cs/fotky-a-video/video/video-z-mcr-v-kombinovanem-program-mg-21-11-2021.html>



2022

V roce 2022 jsme se dočkaly návratu k normálu a tréninky i závody mohly probíhat bez omezení a ve stejném režimu jako před covidovým obdobím. Odložily jsme roušky a skončilo testování před tréninky i před závody, a tak jsme se mohly pustit do tréninků v plném nasazení.

TRENÉRKY JAKO NOVOPEČENÉ MAMINKY

Než jsme odstartovaly jarní závodní sezónu, tak první pozitivní zprávy nám přišly od trenérky Kačky Lankové, která 8.2.2022 přivedla na svět syna Alberta.



Další trenérkou, která se stala novopečenou maminkou byla Anička Machátová, které se narodil také kluk Antonín a to 3.4.2022



Díky mateřským povinnostem tak byl náš trenérský tým lehce oslaben. Rovněž výpadek dvou rozhodčích Kačky Lankové (mateřská) a Helči Červové (zdravotní důvody) způsobil, že zbylé dvě rozhodčí Marcelka Bartošová a Kačka Kupková musely zvládnout objet a rozhodovat všechny závody.

Trenérka Kačka Kupková tak zůstala sama na všechny závodnice kombinovaného programu. Na závodech KP, kde musela rozhodovat, tak musely v roli trenérky v zákulisí zaskočit nejstarší závodnice a občas zaskočil v roli trenéra tatínek Adélky Musilové – Lukáš Musil, který projevil o náš sport nebývalý zájem a byl všem velkou oporou. Rovněž mu děkujeme za skvělou foto a video dokumentaci všech závodů KP.

V základním programu jsme měli také jednu velmi ochotnou a nápomocnou maminku – paní Markétu Popelákovou, která rovněž velmi pomáhala a všechny závody ZP dokumentovala.



ZÁVODY JEDNOTLIVKYŇ

V roce 2022 se závody vrátily do tradičního rozdělení sezón na jarní sezónu jednotlivkyň a podzimní sezónu společných skladeb.

Na jaře tak závodila naše děvčata v závodech jednotlivkyň a na podzim jsme po dlouhých třech letech opět mohly závodit ve společných skladbách.

Ústecký pohárek 27.3.2022 – KP

Na první závody jarní sezóny vyrazila děvčata z kombinovaného programu do Ústí nad Labem. Premiéry s novými sestavami v nových kategoriích zvládly se ctí a dokonce i zacinkaly medaile. Barča Červová ve 4. kategorii s novými sestavami s kuželi a stuhou vyhrála a její starší sestra Kačka v 5. kategorii získala 2. místo za volné sestavy s kuželi a míčem.



zleva: Naša Polishchuk, Kačka Červová, Barča Červová, Verča Kupková, Elenka Věchtová, Adélka Musilová



VÝSLEDKY ÚSTECKÝ POHÁREK 2022

II. kategorie – BN, ŠVIHADLO

9. místo Adélka Musilová

IV. kategorie – KUŽELE, STUHA

1. místo Barča Červová

11. místo Naša Polishchuk

V. kategorie – LIBOVOLNÉ náčiní

2. místo Kateřina Červová

5. místo Elenka Věchtová

7. místo Veronika Kupková



Stodůlecký pohár 2.4.2022 – ZP

Děvčata ze základního programu odstartovala jarní závodní sezónu na závodech v Praze. Pro některé z nich to byl úplně první start na opravdových závodech a pro většinu to byla premiéra v nových kategoriích s novými sestavami. První závody v tomto roce po dlouhé závodní pauze zvládly všechny se ctí a dokonce zacinkala pro Liberec i jedna medaile díky Barče Popelákové, která se umístila na nádherném 3. místě.

VÝSLEDKY STODŮLECKÝ POHÁR 2022

II. kategorie – ŠVIHADLO, OBRUČ

3. místo Barča Popeláková

9. místo Verča Kortanová

11. místo Viki Tomešová

12. místo Dorotka Pašková

IV. kategorie – MÍČ, STUHA

7. místo Anička Boboková

V. kategorie – STUHA a libovolné náčiní

6. místo Tonča Šebková

7. místo Bára Bělohávková



3. Barča Popeláková, nahoře zleva: Dorotka Pašková, Verča Kortanová, Viki Tomešová
Dole zleva: Tonča Šebková, Anička Boboková, Bára Bělohávková



Jiřetínský dráček 9.4.2022 - KP

Víkendový závodní maraton odstartovaly v sobotu závody KP v hale v Meziboří nedaleko Horního Jiřetína. Tentokrát si děvčata vybrala svůj díl smůly a bohužel se do sestav vloudily i nějaké pády náčiní a Barču potrápila zamotaná stuha. Pro Adélku Novotnou to byl navíc první start po dvouleté covidové pauze a také premiéra s novými sestavami v nové kategorii. Nejlepší výkon nakonec předvedla v ženách Kačka Červová, která se umístila na nádherném 2. místě



zleva: Adélka Novotná, Barča Červová, Kačka Červová, Elenka Věchtová, Adélka Musilová. Dole – trenérka Kačka Kupková



VÝSLEDKY JIŘETÍNSKÝ DRÁČEK 2022

II. kategorie – BN, ŠVIHADLO

13. místo Adélka Musilová

III. kategorie – OBRUČ, MÍČ

21.-22. místo Adélka Novotná

IV. kategorie – KUŽELE, STUHA

11. místo Barča Červová

V. kategorie – LIBOVOLNÉ náčiní

2. místo Kateřina Červová

8. místo Elenka Věchtová



Jiřetínský pohár 10.4.2022 – ZP

V neděli opět v Meziboří startovaly pro změnu děvčata ze základního programu. Závodní premiéru zde absolvovaly dokonce dvě závodnice a to Elis Pašková a Vanesa Kuruczová - obě ve 3. kategorii. V neděli se stejně jako v sobotu zadařilo vybojovat jednu medaili a to Barče Popelákové, která za své sestavy se švihadlem a obručí ve 2. kategorii vybojovala nádherné 2. místo.

VÝSLEDKY JIŘETÍNSKÝ POHÁR 2022

II. kategorie – ŠVIHADLO, OBRUČ

2. místo Barča Popeláková

11. místo Dorotka Pašková

III. kategorie – OBRUČ, MÍČ

10.-11. místo Vanesa Kuruczová

14. místo Elis Pašková

V. kategorie – STUHA a libovolné
náčiní

8.-9. místo Bára Bělohlávková



Zleva: Bára Bělohlávková, Dorotka Pašková, Barča Popeláková, Elis Pašková, Vanesa Kuruczová, trenérka Klárka Beníčková



Hradecká korunka 24.4.2022 – KP

Na poslední závod před oblastními přebory závodnice kombinovaného programu vyrazily do Hradce Králové, kde se v nabité konkurenci klubů z Čech i Moravy naše děvčata neztratila a opět jsme vezli do Liberce i cenné kovy.

Zlatou medaili a krásnou korunku za 1. místo vybojovala za sestavy s kuželi a stuhou Barča Červová ve 4. kategorii. Její sestra Kačka v 5. kategorii za sestavu s kuželi a míčem získala krásné 3. místo

VÝSLEDKY HRADECKÁ KORUNKA 2022

II. kategorie – BN, ŠVIHADLO

12. místo Adélka Musilová

III. kategorie – OBRUČ, MÍČ

16. místo Natálka Trávníčková

17. místo Adélka Novotná

IV. kategorie – KUŽELE, STUHA

1. místo Barča Červová

16. místo Nášťa Polishchuk

V. kategorie – LIBOVOLNÉ náčiní

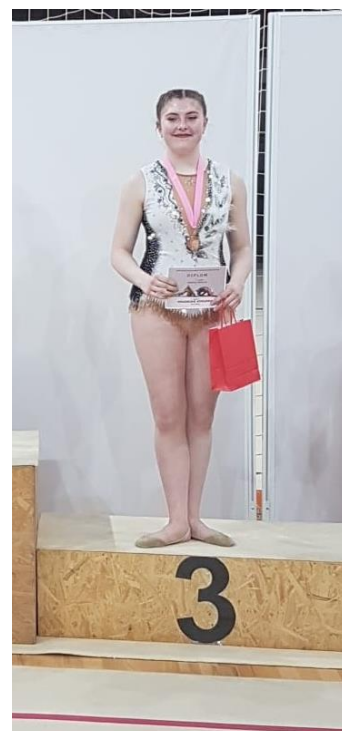
3. místo Kačka Červová

5. místo Verča Kupková

6. místo Elenka Věchtová



Zleva sedící: Nášťa Polishchuk, Adélka Novotná, Elenka Věchtová, Verča Kupková, Adélka Musilová, Natálka Trávníčková. Nahoře stojí Kačka a Barča Červovy



O čarodějnické koště z Vinohrad 30.4.2022 – ZP

Na poslední závod před svými přebory naše děvčata ze základního programu vyrazila do Prahy. Svoji premiéru si odbyly ty nejmladší závodnice z 1. kategorie. Závod to byl úspěšný a z 15 závodnic si 4 domů vezly medaile: 1. místo získala Rózka Říhová ve 4. kategorii, 2. místo Barča Popeláková ve 2. kategorii a 2x 3. místo - Evička Šulcová (1.kat) a Ema Bělohávková (3. kat. zač.). Tradičně je tento závod určen i pro začínající nebo méně zkušené gymnastky, pro které jsou vytvořeny zvláštní kategorie, proto jsme mohly na tyto závody nominovat tak velký počet našich závodnic.



nahoře: Áda Kulišová, Bára Bělohávková, Anička Boboková, Rózka Říhová
uprostřed: Barča Popeláková, Ema Bělohávková, Majda Rachotová, Niki Zábojníková, Anička Poeková, Viki Tomešová

dole: Dominika Krásná, Isabelka Isachová, Amálka Kysilka, Barborka Dolejší, Nela Krásná, Evička Šulcová

VÝSLEDKY VINOHRADSKÉ KOŠTĚ 2022

I. kategorie 2014 – BN, ŠVIHADLO

3. místo Evička Šulcová

6. místo Barborka Dolejší

I. kategorie 2013 – BN, ŠVIHADLO

8. místo Isabelka Isachová

10. místo Nela Krásná

11. místo Amálka Kysilka

II. kategorie 2012 – ŠVIHADLO, OBRUČ

4. místo Viki Tomešová

II. kategorie 2011 – ŠVIHADLO, OBRUČ

2. místo Barča Popeláková

III. kategorie začátečníci – OBRUČ, MÍČ

3. místo Ema Bělohávková

4. místo Majda Rachotová

III. kategorie – OBRUČ, MÍČ

4. místo Niki Zábojníková

5. místo Anička Poeková

IV. kategorie 2007,2008 – MÍČ, STUHA

1. místo Rózka Říhová

9. místo Anička Boboková

IV. kategorie 2006 – MÍČ, STUHA

4. místo Adélka Kulišová

V. kategorie – STUHA a libovolné náčiní

5. místo Bára Bělohávková



Rózka Řihová



Anička Boboková



Áďa Kulšová



Oblastní přebory ZP – 7.5.2022

Oblastní přebory základního programu se letos konaly v Horním Jiřetíně, kde náš oddíl reprezentovalo celkem 25 gymnastek a z toho 4 si odvezly domů i kovy nejcennější.

Zlatou medaili za 1. místo a titul přebornice oblasti získaly Barča Popeláková a Kačka Kolouchová a obě si tak zajistily přímý postup na MČR. Bronzové medaile za 3. místo si domů vezly Rózka Říhová a Tonča Šebková, které nakonec také postoupily na MČR. Rózka Říhová se z účasti na MČR omluvila a místo ní jela další v pořadí Áďa Kulišová.

Za výkony našich závodnic stála nemalá práce trenérek - v základním programu jsou to Klára Beníčková, Bobina Labská, Štěpánka Tomešová, Šárka Kitlerová a Lucka Chmelíková a jako rozhodčí celé jaro jezdila Marcela Bartošová



VÝSLEDKY OBLASTNÍ PŘEBOR ZP 2022

O.B kategorie – BN, akrobacie

7. místo Dominika Krásná

O.A kategorie – BN, akrobacie

6. místo Valinka Tomešová

7. místo Viki Stolínová

10. místo Barborka Stehlíková

I. kategorie – BN, ŠVIHADLO

14. místo Isabelka Isachová

15. místo Evička Šulcová

16. místo Nela Krásná

17. místo Amálka Kysilka

19. místo Barborka Dolejší

II. kategorie – ŠVIHADLO, OBRUČ

1. místo Barča Popeláková

5. místo Dorotka Pašková

8. místo Verča Kortanová

10. místo Viki Tomešová

III. kategorie – OBRUČ, MÍČ

4. místo Niki Zábojníková

9. místo Vanesa Kuruczová

10. místo Naty Fejfarová

11. místo Elis Pašková

12. místo Majda Rachotová

13. místo Ema Bělohávková

IV. kategorie – MÍČ, STUHA

1. místo Kačka Kolouchová

3. místo Rózka Říhová

4. místo Áďa Kulišová

5. místo Anička Boboková

V. kategorie – STUHA a libovolné náčiní

3. místo Tonča Šebková

5. místo Bára Bělohávková



Zleva Dominika Krásná, Barča Stehlíková, Viki Stolínová
Valinka Tomešová a trenérka Bobina Labská

zleva stojící: Kačka Kolouchová, Bára Bělohlávková, Viki Tomešová, Verča Kortanová, Nati Fejfarová,
Bára Popeláková, Elis Pašková, Nela Krásná, Dorotka Pašková, Amálka Kysilka, Isabelka Isachová,
Majda Rachotová, Vanesa Kuruscsová, trenérka Lucka Chmelíková

Zleva sedící: trenérka Klárka Beníčková, Niki Zábojníková, Ema Bělohlávková, Anička Boboková,
Rózka Říhová, Áďa Kulišová, Tonča Šebková



Oblastní přebory KP – 8.5.2022

Oblastní přebor kombinovaného programu se konal na domácí půdě ve sportovní hale ZŠ Dobiášova, jelikož pořadatelem byl náš oddíl. Výprava byla skromnější než v sobotu a k závodě nastoupilo 8 našich gymnastek a v konečném výsledku vybojovaly jednu medaili a to díky Kačce Červové za 2. místo za volné sestavy s míčem a s kuželi. Zároveň si tak vybojovala přímý postup na MČR.

Naděje jsme vkládali do její mladší sestry Barči, která vyhrála sestavu s kuželi, ale chyba ve stuze jí stála drahocené desetinky bodů a ve velmi nabitě konkurenci nakonec skončila až na 6. místě.

Nemalé poděkování patří trenérce Kačce Kupkové, která tuto jarní sezónu měla na starosti všechny závodnice KP úplně sama a to včetně rozhodování všech jejich závodů.

VÝSLEDKY OBLASTNÍ PŘEBOR KP 2022

II. kategorie – BN, ŠVIHADLO

9. místo Adélka Musilová

III. kategorie – OBRUČ, MÍČ

6. místo Natálka Trávníčková

12. místo Adélka Novotná

IV. kategorie – KUŽELE, STUHA

6. místo Barča Červová

V. kategorie – LIBOVOLNÉ náčiní

2. místo Kačka Červová

7. místo Elenka Věchtová

8. místo Verča Kupková

11. místo Denča Simaku





Adélka Musilová 2. kategorie



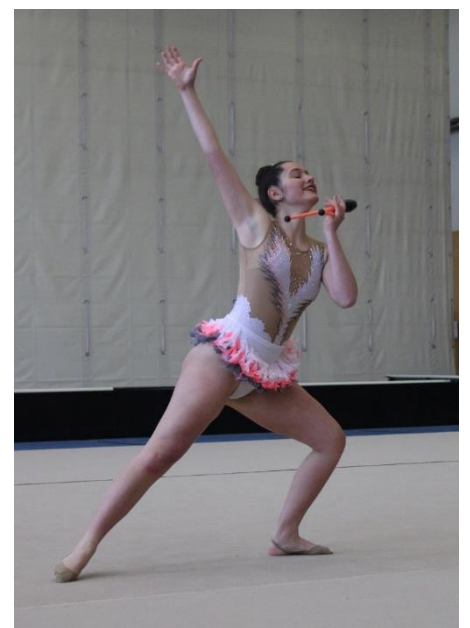
Adélka Novotná 3. kategorie



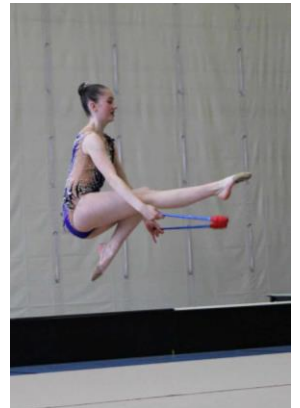
Denča Šlmaku 5. kategorie
Vlevo: Natálka Trávníčková 3. kategorie



Elenka Věchtová 5 kategorie



Verča Kupková 5. kategorie



Barča Červová 4. kategorie



Kačka Červová 5. kategorie

Oddílový závod ZP – 24.5.2022

Po neskutečně dlouhých 3 letech jsme opět mohli uspořádat tradiční oddílové závody na závěr jarní závodní sezóny jednotlivkyň. Nechce se nám tomu věřit, ale díky covidové pandemii poslední oddílové závody proběhly v dubnu 2019.

Závodu se nakonec zúčastnilo 49 našich gymnastek základního programu, rozdalo se 34 medailí a spousta cen a můžeme tak jarní závodní sezónu považovat téměř za uzavřenou.



Mistrovství ČR - ZP 4.6.2022

V sobotu 4.6.22 na MČR ZP do Prahy vyrazilo 5 našich gymnastek a v nabité konkurenci těch nejlepších gymnastek z celé ČR se nejlépe zadařilo Barče Popelákové, která v konečném součtu v jednotlivkyních obsadila krásné 12. místo. Trenérkou děvčat je Klára Beníčková
Záznam z MČR ZP: <https://www.csmg.cz/cs/fotky-a-video/video/video-z-mcr-zpmg.html>

VÝSLEDKY MISTROVSTVÍ ČR 2022

II. kategorie – ŠVIHADLO, OBRUČ

12. místo Barbora Popeláková

IV. kategorie – MÍČ, STUHA

22. místo Kateřina Kolouchová

23. místo Anna Boboková

24. místo Adéla Kulišová

V. kategorie – STUHA, LIBOVOLNÉ

14. místo Antonie Šebková





Barbora Vilma Popeláková – 2. kategorie



Kateřina Kolouchová - 4. kategorie



Anna Boboková – 4. kategorie



trenérka Klára Beníčková



Adéla Kulišová – 4. kategorie



Antonie Šebková – 5. kategorie

Mistrovství ČR - KP 5.6.2022

V neděli 5.6.22 pokračovalo MČR v kombinovaném programu a rovněž za účasti naší závodnice. **Kačka Červová** zvládla svoji premiéru v nejstarší kategorii žen perfektně a za dvě bezchybně zacvičené sestavy si vysloužila krásné známky a ještě krásnější **7. místo**. Trenérkou Kačky je Kateřina Kupková.

Záznam z MČR kombinovaný program: <https://www.csmg.cz/cs/fotky-a-video/video/video-z-mcr-kpmg-2022.html>



LETNÍ SOUSTRĚDĚNÍ

14. – 20. srpna jsme jako každý rok vyrazily na Jizerku, kde jsme pro vybrané gymnastky pořádaly letní soustředění. V roce 2022 byly obnoveny závody společných skladeb, takže jsem se po dlouhé době opět pustily do vymýšlení a nácviku společných skladeb pro podzimní sezonu. Během soustředění tak vzniklo 5 společných skladeb. Ve volném čase jako každý rok nechyběla pro nejmladší gymnastky tradiční pokladovka a také stezka odvahy v režii nejstarších gymnastek.



Cena města Chomutova - 15.10.2022

V sobotu 15.10.22 jsme se zúčastnili prvních závodů společných skladeb v tomto roce. Závody společných skladeb se konaly po dlouhých 3 letech, kdy se kvůli covidu žádné nepořádaly.

Premiéru zvládly všechny naše 4 skladby nad očekávání dobře. Chybičky a pády se nevyhnuly nikomu, ale našim gymnastkám se dařilo chybovat nejméně a z Chomutova si přivezly:

2x zlato 🥇🥇, 1x bronz 🥉 a 1x čtvrté místo.



VÝSLEDKY CENA MĚSTA CHOMUTOVA

1. kategorie – SS s obručemi

3. místo Violetky - Isabelka Isachová, Verča Kortanová, Dorotka Pašková, Viki Tomešová, Evička Šulcová (trenérka Štěpánka Tomešová)

2. kategorie – SS s míči

1. místo Večernice – Adélka Musilová, Bára Popeláková, Adélka Novotná, Natálka Trávníčková, Nikča Zábojníková (trenérka Klára Beníčková)

4. kategorie – SS s míči a obručemi

1. místo Scherzo – Barča Červová, Kačka Červová, Verča Kupková, Denča Simaku, Elenka Věchtová (trenérka Kateřina Kupková)

4. místo Hellenky – Bára Bělohlávková, Anička Boboková, Kačka Kolouchová, Adélka Kulišová, Nastya Polishchuk, Tonča Šebková (trenérka Helena Červová)





1. kategorie – Violetky



2. kategorie - Večernice.



4. kategorie – Scherzo



4. kategorie – Hellenky



Oblastní přebor společných skladeb linie B - 5.11.2022

Náročný závodní víkend odstartoval v sobotu 5.11. nejdůležitějším závodem podzimní sezóny. Na oblastní přebory společných skladeb linie B jsme vyrazili do Ústí nad Labem. Náš oddíl reprezentovalo celkem 5 společných skladeb, které nakonec zpátky do Liberce vezly **1x stříbro** 🥈, **1x bronz** 🥉, **2x 4. místo** a **1x 5. místo**.

Pro nejmladší holčičky z 0.B kategorie (2015 a mladší) „Friends“ to byl vůbec první závod ve společných skladbách a svoji premiéru zvládly se ctí a v konečném pořadí skončily na 4. místě. Nejmladší společná skladba cvičila ve složení Dominička Krásná, Rozárka Klokočnicková, Barča Stehlíková, Viki Stolínová a Valča Tomešová.

Starší děvčata, která už závodila s náčiním také předvedla velmi povedené výkony a v těchto kategoriích pro nás zacinkaly i medaile:

V 1. kategorii (2011 a mladší) "**Violetky**" se skladbou s obručemi získaly krásné **3. místo** 🥉

Ve 2. kategorii (2009-2011) "**Večernice**" se skladbou s míči vybojovaly úžasné **2. místo** 🥈 a díky tomu zároveň i širší nominaci na postup na MČR.

Největší konkurence byla v nejstarší 4. kategorii (2007 a starší), ve které jsme měly dvě želízka v ohni. Své společné skladby s kombinací náčiní - obruče a míče - předvedly dvě skladby "Hellenky" a "Scherzo". Hellenkám těsně o 0,15 bodů uteklo 3. místo a skončily tak na nepopulárním 4. místě. Úplně nejstarší děvčata ze skladby Scherzo se bohužel letos potýkají s vleklými zdravotními problémy jedné ze závodnic, což zásadně ovlivnilo jejich přípravu, kdy mnoho společných tréninků neměly a do poslední chvíle nevěděly, zda vůbec budou startovat v plném počtu. Zatímco v prvním provedení předvedly perfektní výkon, který rozhodčí ocenily nejvyšší známkou, tak bohužel nervozita ve druhém provedení přinesla nešťastné pády náčiní a 5. místo v konečném pořadí.



Porta Bohemia Cup Ústí n. L. - 6.11.2022

V neděli jsem se zúčastnila pohárového závodu Porta Bohemia Cup, který se konal opět v Ústí nad Labem na stejném místě jako sobotní přebory. Na start tohoto závodu se postavily 4 naše společné skladby, pro naše nejmladší "Friends" nebyla na tomto závodě vypsaná jejich kategorie. Přestože naše děvčata měla za sebou náročný celodenní závod v sobotu a k tomu i dlouhou cestu na závody a zpět a druhý den opět cestu do Ústí, tak dokázaly i druhý den předvést skvělé výkony, které byly zaslouženě oceněny a domů si tak vezly medaili úplně všechny naše společné skladby. Konečná bilance nedělních závodů je **1 x zlato a 3 x bronz**

1. kategorie (sestava s obručemi) - Violetky - 3. místo 🏅

2. kategorie (sestava s míči) - Večernice - 3. místo 🏅

4. kategorie (sestava s míči a obručemi) - Scherzo - 1. místo 🏆, Hellenky - 3. místo 🏅

Velký obdiv patří skladbě Scherzo ve složení Kačka Červová, Verča Kupková, Denča Simaku a Eli Věchtová, které kvůli zdravotním problémům jejich páté závodnice Barči Červové, nemohly v neděli startovat v plném počtu a na poslední chvíli musely předělat sestavu z 5 na 4 závodnice a i přesto dokázaly nejen odzavodit, ale zacvičit tak skvěle, že nakonec svoji kategorii vyhrály.



Memoriál Míly Morávkové - 12.11.2022

Na poslední závod společných skladeb jsme vyrazily do Prahy. Startovní pole bylo velmi silně obsazeno a konkurence byla veliká. Některé naše skladby potrápily pády náčiní, zato v nejsilněji obsazené nejstarší 4. kategorii se oběma našim sestavám povedlo předvést dvě velmi pěkná provedení bez pádů, ze kterých měly radost nejen trenérky, ale hlavně samotné gymnastky. V konečném součtu bodů jsme si odvezly tato umístění:

- 0.B kat - Friends - 9. místo
- 1. kat - Violetky - 8. místo
- 2. kat. - Večernice - 8. místo
- 4. kat - Scherzo - 6. místo, Hellenky 7. místo



1. kategorie – Violetky



2. kategorie - Večernice



4. kategorie - Hellenky



0. kategorie - Friends



4. kategorie - Scherzo

MČR společné skladby linie B - 26.11.2022

Vrcholem závodní sezóny společných skladeb linie B bylo MČR, které se konalo v Brně a na kterém náš klub reprezentovala jedna společná skladba ve 2. kategorii. Sestavu s míči pod názvem Večernice cvičily: Barbora Vilma Popeláková, Adéla Musilová, Adéla Novotná, Natálie Trávníčková a Nikola Zábojníková. Trenérkou byla Klára Beníčková

V konkurenci nejlepších skladeb z celé ČR naše děvčata obsadila úžasné **10. místo**.

Záznam z MČR společných skladeb: <https://www.csmg.cz/cs/fotky-a-video/video/video-z-mcr-spolecne-skladby-linie-b.html>



zleva: Adélka Novotná, Barča Popeláková, Adélka Musilová, Niki Zábojníková, Natálka Trávníčková





2023

ZÁVODY JEDNOTLIVKYŇ

Bizon's Cup 25.3.2023 – KP

VÝSLEDKY BIZON'S CUP 2023

I.A kategorie – BN, ŠVIHADLO

7. místo Evička Šulcová

II. kategorie – BN, ŠVIHADLO

15. místo Adélka Musilová

18. místo Verča Kortanová

III. kategorie – OBRUČ, MÍČ

21. místo Adélka Novotná

IV. kategorie – KUŽELE, STUHA

4. místo Barča Červová

20. místo Natálka Trávníčková

IV. kategorie – LIBOVOLNÉ náčiní

8. místo Kačka Červová

18. místo Naša Polishchuk

Jako první svoji závodní sezónu odstartovala děvčata z kombinovaného programu a to hned dvěma závody během jednoho víkendu. Na první závod jsme vyrazili do Prahy, kde většinu našich děvčat čekala premiéra na závodech s novými sestavami.

Poprvé v kombinovaném programu závodily dvě naše nejmladší závodnice Evička Šulcová (1. kat) a Verča Kortanová (2. kat). První závody většinou doprovází i větší nervozita a chybičky se vloudily do sestav všem, ale i tak si naše gymnastky z Prahy odvezly moc pěkná umístění ve velmi nabitě





Nejmladší závodnice: Evička Šulcová, Adélka Musilová, Verča Kortanová

Ústecký pohárek 26.3.2023 – KP

V neděli jsme pokračovali závody v Ústí nad Labem, kde se všem našim závodnicím povedly jejich sestavy lépe než v sobotu a nakonec z toho byly 4 bronzové medaile pro náš klub.



Medailistky: Barča Červová, Evička Šulcová, Adélka Musilová, Kačka Červová



VÝSLEDKY ÚSTECKÝ POHÁREK 2023

I.A kategorie – BN, ŠVIHADLO

3. místo Evička Šulcová

II. kategorie – BN, ŠVIHADLO

3. místo Adélka Musilová

8. místo Verča Kortanová

III. kategorie – OBRUČ, MÍČ

8. místo Adélka Novotná

IV. kategorie – KUŽELE, STUHA

3. místo Barča Červová

13. místo Natálka Trávníčková

IV. kategorie – LIBOVOLNÉ náčiní

3. místo Kačka Červová

Stodůlecký pohár 1.4.2023 – ZP

V sobotu na apríla jsem se rozdělili na dvě party a zúčastnili se dvou závodů současně. Naše závodnice základního programu měly své první závody letošní sezóny v Praze. Většina letos přecházela do vyšších kategorií a pro většinu šlo i o první závody s novými sestavami. V nabité konkurenci se naše děvčata neztratila a vybojovala moc hezká umístění. Dorotka Pašková dokonce za sestavu s obručí získala nejvyšší známku (bohužel chyby ve švihadle jí připravily o zisk celkové medailové pozice).

VÝSLEDKY STODŮLECKÝ POHÁR 2023

0.A kategorie – BN, AKROBACIE

11. místo Dominika Krásná

I. kategorie – BN, ŠVIHADLO

11. místo Diviška Jonášová

II. kategorie – ŠVIHADLO, OBRUČ

6. místo Dorotka Pašková

13. místo Julča Jonášová

14. místo Nela Krásná

III. kategorie – OBRUČ, MÍČ

5. místo Barča Popeláková

IV. kategorie – ŠVIHADLO, MÍČ

5. místo Anička Boboková

6. místo Niki Zábojníková

7. místo Kačka Kolouchová

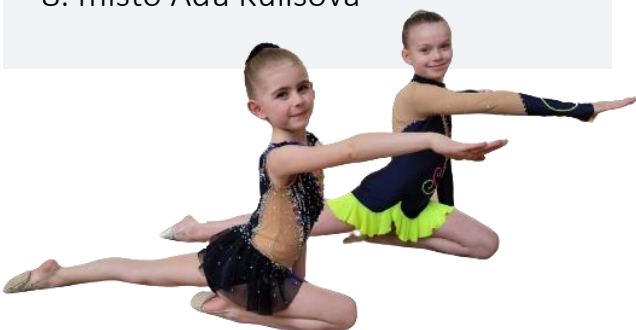
V. kategorie – MÍČ, VOLNÁ sestava

6. místo Tonča Šebková

8. místo Áďa Kulišová



Nahoře zleva: Diviška Jonášová, Dominika Krásná, Barča Popeláková, Dorotka Pašková, Julča Jonášová, Nela krásná
Dole zleva: Anička Boboková, Niki Zábojníková, Kačka Kolouchová, Tonča Šebková, Áďa Kulišová



Jablonecká perlička 1.4.2023 – KP

Druhá skupina našich gymnastek - závodnice kombinovaného programu v sobotu vyrazily do nedalekého Jablonce n.N. Tentokrát se závodilo pouze ve volných sestavách a pro náš oddíl to byly závody velmi úspěšné. Do Liberce putovalo celkem 6 medaí a to v kompletní sadě:

1x 🏆, 2x 🥈, 3x 🥉

Naše nejmladší Evička v 1. kategorii vyhrála, dvě stříbrné medaile za druhá místa získaly Barča za sestavu se stuhou a Kačka za sestavu s kuželi. Tři bronzové medaile získaly Verča za sestavu bez náčiní a Kačka si odvezla bronz za sestavu s obručí a rovněž 3. místo za celkové umístění v součtu obou sestav. Nepopulární "bramborovou" medaili s minimálním bodovým odstupem získala Adélka ve 2. kat.



Zleva: Kačka Červová, Natálka Trávníčková, Evička Šulcová, Adélka Musilová, Verča Kortanová, Adélka Novotná, Barča Červová

VÝSLEDKY JABLONECKÁ PERLIČKA 2023

I.A kategorie – BN, ŠVIHADLO

1. místo Evička Šulcová

II. kategorie – BN, ŠVIHADLO

3. místo Verča Kortanová

4. místo Adélka Musilová

III. kategorie – OBRUČ, MÍČ

18. místo Adélka Novotná

IV. kategorie – KUŽELE, STUHA

2. místo Barča Červová

9. místo Natálka Trávníčková

IV. kategorie – LIBOVOLNÉ náčiní

3. místo Kačka Červová

+ 2. místo kužele, 3. místo obruč



Jiřetínský pohár 26.4. - ZP

VÝSLEDKY JIŘETÍNSKÝ POHÁR 2023

0.A kategorie – BN, AKROBACIE

12. místo Dominika Krásná

2.A kategorie – ŠVIHADLO, OBRUČ

3. místo Dorotka Pašková

5. místo Viki Tomešová

2.B. kategorie – ŠVIHADLO, OBRUČ

9. místo Isabelka Isachová

14. místo Nela Krásná

4. kategorie – ŠVIHADLO, MÍČ

11. místo Anička Boboková

12. místo Niki Zábojníková

5. kategorie – MÍČ, VOLNÁ sestava

5. místo Áďa Kulišová

11. místo Bára Bělohlávková

V neděli jsme vyrazili na závody základního programu do Horního Jiřetína. Závody to byly velmi silně obsazené a pro některá naše děvčata to byly první letošní závody. Najúspěšnější byla **Dorotka Pašková**, která ve 2. kategorii vybojovala úžasné **3. místo**



3. místo Dorotka Pašková



Dominika Krásná



Zleva nahoře: Áďa Kulišová, Niki Zábojníková, Anička Boboková, Bára Bělohlávková
Zleva dole: Viki Tomešová, Isabelka Isachová, Dorotka Pašková, Nela Krásná. Trenérky: Štěpánka a Klárka

O čarodějnické koště z Vinohrad 30.4.2023 - ZP

Místo pálení čarodějnic některé naše závodnice základního programu vyrazily závodit do Prahy. Na tomto závodě tradičně mohou startovat i začínající gymnastky, které mohou závodit pouze s jednou sestavou. Závod to byl počtem závodnic asi největší, kterého jsme se letos zúčastnily a i tak se naše gymnastky neztratily a z Prahy jsme přivezly i několik cenných kovů. Konečná bilance: **1x zlato, 2x stříbro, 3x bronz**



VÝSLEDKY ČARODĚJNICKÉ KOŠTĚ 2023

0.B kategorie – BN, AKROBACIE

5. místo Majda Hrubešová

0.A kategorie – BN, AKROBACIE

3. místo Dominika Krásná

1. kategorie – ŠVIHADLO

3. místo Tereza Klimešová

1. kategorie – BN, ŠVIHADLO

9. místo Viki Stolínová

14. místo Valča Tomešová

17. místo Verča Křenková

2. kategorie – OBRUČ

7. místo Johanka Jandourková

2. kategorie – ŠVIHADLO, OBRUČ (2011)

12. místo Isabelka Isachová

21. místo Nela Krásná

2. kategorie – ŠVIHADLO, OBRUČ (2012)

4. místo Viki Tomešová

6. místo Dorotka Pašková

3. kategorie – OBRUČ

3. místo Elis Pašková

6. místo Majda Rachotová

3. kategorie – OBRUČ, MÍČ

2. místo Barča Popeláková

4. kategorie - ŠVIHADLO, MÍČ

4. místo Vanesa Kuruczová

5. kategorie – MÍČ, VOLNÁ sestava

2. místo Tonča Šebková

5. kategorie – sestava

1. místo Áďa Kulišová (stuha)

Oblastní přebory ZP – 6.5.2023

Vrcholem závodní sezóny jsou oblastní přebory. OP v základním programu se konaly v Meziboří u Horního Jiřetína. Bohužel se nám letos nevyhly nemoci a zranění a z původních 18 našich přihlášených závodnic jich nakonec startovalo jen 11. Pro většinu našich nejmladších závodnic to byly jejich první přebory, tudíž se na jejich výkonech podepsala trochu tréma a dopustily se chybiček, přesto předvedly moc hezké výkony a krásná umístění.

Starší zkušenější závodnice už se s trémou uměly popasovat a naopak všechny předvedly své nejlepší výkony této jarní sezony a mohly se těšit z medailí a nominací na MČR.

Stříbrnou medaili za **2. místo získala Barča Popeláková** ve 3. kategorii za sestavy s míčem a obručí a tímto umístěním si zajistila přímý postup na MČR. **Anička Boboková** se umístila na nádherném **3. místě**, čímž si také zajistila nominaci na MČR.





VÝSLEDKY
OBLASTNÍ PŘEBOR ZP 2023

0.A kategorie – BN, AKROBACIE

6. místo Dominika Krásná

1. kategorie – BN, ŠVIHADLO

9. místo Viki Stolínová

13. místo Valča Tomešová

2. kategorie – ŠVIHADLO, OBRUČ

4. místo Viki Tomešová

5. místo Dorotka Pašková

11. místo Isabelka Isachová

3. kategorie – OBRUČ, MÍČ

2. místo Barča Popeláková

4. kategorie - ŠVIHADLO, MÍČ

3. místo Anička Boboková

6. místo Nikča Zábajníková

8. místo Vanesa Kuruczová

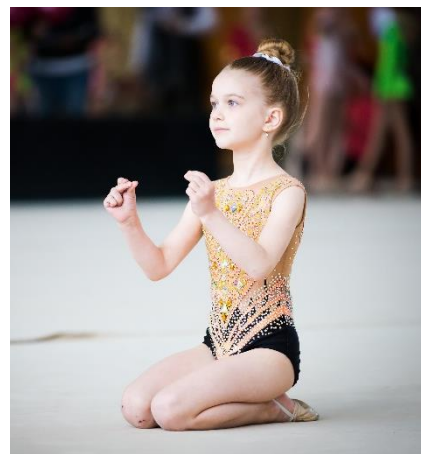
11. místo Kačka Kolouchová



Valča Tomešová



Dominika Krásná



Viki Stolínová



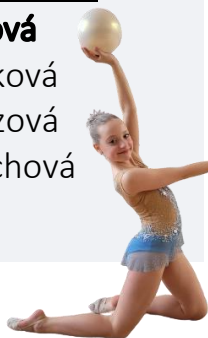
Isabelka Isachová



Viki Tomešová



Dorotka Pašková



Barča Popeláková



Vanesa Kuruczová



Nikča Zábajníková



Anička Boboková

Oblastní přebory KP – 7.5.2023

V neděli jsme pokračovali oblastními přebory KP v Ústí nad Labem. Nejúspěšnějšími závodnicemi našeho oddílu se staly sestry Červovy, které obě shodně vybojovaly **titul přebornice oblasti** ve svých kategoriích a zároveň zvítězily i v jednotlivých sestavách. Barča Červová ve 4. kategorii získala 3 zlaté medaile – za sestavy s kuželi a se stuhou a dále pak celkové vítězství a titul přebornice oblasti a tím i přímý postup na MČR, který se bude konat na konci května v Dubňanech.

Její starší sestra Kateřina Červová rovněž vybojovala 3 zlaté medaile v nejstarší 5. kategorii žen, a to za sestavy s obručí a kuželi a celkové vítězství a titul přebornice oblasti rovněž s přímým postupem na MČR.

Ostatní závodnice kombinovaného programu byly rovněž velmi úspěšné a získaly několik medailí v jednotlivých náčiních a do širší nominace na MČR se dostaly další 3 naše závodnice, které skončily na celkovém 4. místě – Evička Šulcová, Adélka Musilová a Adélka Novotná.

Celková bilance je **10 medailí z toho 7x zlato a 3x bronz**



Kačka a Barča Červovy

VÝSLEDKY OBLASTNÍ PŘEBOR KP 2023

I. kategorie – BN, ŠVIHADLO

4. místo Evička Šulcová + 3.místo ŠV

II. kategorie – BN, ŠVIHADLO

4. místo Adélka Musilová + 1. místo BN
10. místo Verča Kortanová + 3. místo ŠV

III. kategorie – OBRUČ, MÍČ

4. místo Adélka Novotná + 3. místo míč

IV. kategorie – KUŽELE, STUHA

1. místo Barča Červová

– titul přebornice oblasti, 1. místo K + S
13. místo Natálka Trávníčková

IV. kategorie – LIBOVOLNÉ náčiní

1. místo Kačka Červová

– titul přebornice oblasti, 1. místo O + K
10. místo Nasta Polishchuk





Článek v Libereckém deníku

O úspěšné účasti na oblastních přeborech vyšel článek jednak v tištěném Libereckém deníku a článek s fotkami rovněž v online podobě: <https://liberecky.denik.cz/>

Prim hrály skvělé sestry Červovy

Gymnastky z oddílu MG Liberec velice úspěšně účastnily oblastních přeborů v moderní gymnastice severočeské oblasti.

Jedná se o nejvyšší závody, ze kterých se gymnastky mohou kvalifikovat na MČR. V sobotu probíhal závod základního programu a v neděli závod kombinovaného programu. Oblastních přeborů se v každém dni v účastnilo kolem 100 závodnic z celého Libereckého a Ústeckého kraje, tudíž konkurence byla veliká.

„Nejúspěšnějšími závodnicemi našeho oddílu se staly sestry Červovy, které startovaly v neděli na přeborech kombinovaného programu. Obě shodně vybojovaly titul přebornice oblasti ve svých

kategoriích a zároveň zvítězily i v jednotlivých sestavách,“ řekla Helena Červová, trenérka MG Liberec.

Barbora Červová ve 4. kategorii získala 3 zlaté medaile – za sestavy s kuželi a se stuhou a dále pak celkové vítězství a titul přebornice oblasti a tím i přímý postup na MČR, který se bude konat na konci května v Dubňanech. Její starší sestra Kateřina Červová rovněž vybojovala 3 zlaté medaile v nejstarší 5. kategorii žen, a to za sestavy s obručí a kuželi a celkové vítězství a titul přebornice oblasti rovněž s přímým postupem na MČR.

Ostatní závodnice kombinovaného programu byly rovněž velmi úspěšné a získaly několik medailí v jed-

notlivých náčiních a do širší nominace na MČR se dostaly další liberecké závodnice, které skončily na celkovém 4. místě – Evička Šulcová, Adélka Musilová a Adélka Novotná.

V sobotu na přeborech základního programu si přímý postup na MČR vybojovala Barbora Vilma Popeláková, která ve 3. kategorii získala celkově 2. místo. Do širší nominace na MČR se dostala Anička Boboková za 3. místo ve 4. kategorii a Viky Tomešová za 4. místo ve 2. kategorii.

Celková bilance jsou dvě medaile ze sobotních závodů a deset medailí ze závodů v neděli z toho sedmkrát zlato, jedno stříbro a čtyřikrát bronz. **(zem)**



závodnice kombinovaný program



závodnice základní program

Mistrovství ČR základní program – 27.5.2023

V sobotu se konal vrcholný závod jarní sezóny pro závodnice základního programu a to MČR ZP 2023. Do dalekých Dubňan náš klub a zároveň i Severočeskou oblast vyrazily reprezentovat dvě naše závodnice - **Barča Popeláková a Anička Boboková**.

Barča Popeláková ve 3. kategorii bojovala s úžehem a teplotou, ale přesto dokázala zacvičit obě své sestavy s míčem a obručí velmi pěkně a v konečném součtu se jí podařilo vybojovat krásné 17. místo mezi nejlepšími závodnicemi z celé republiky.

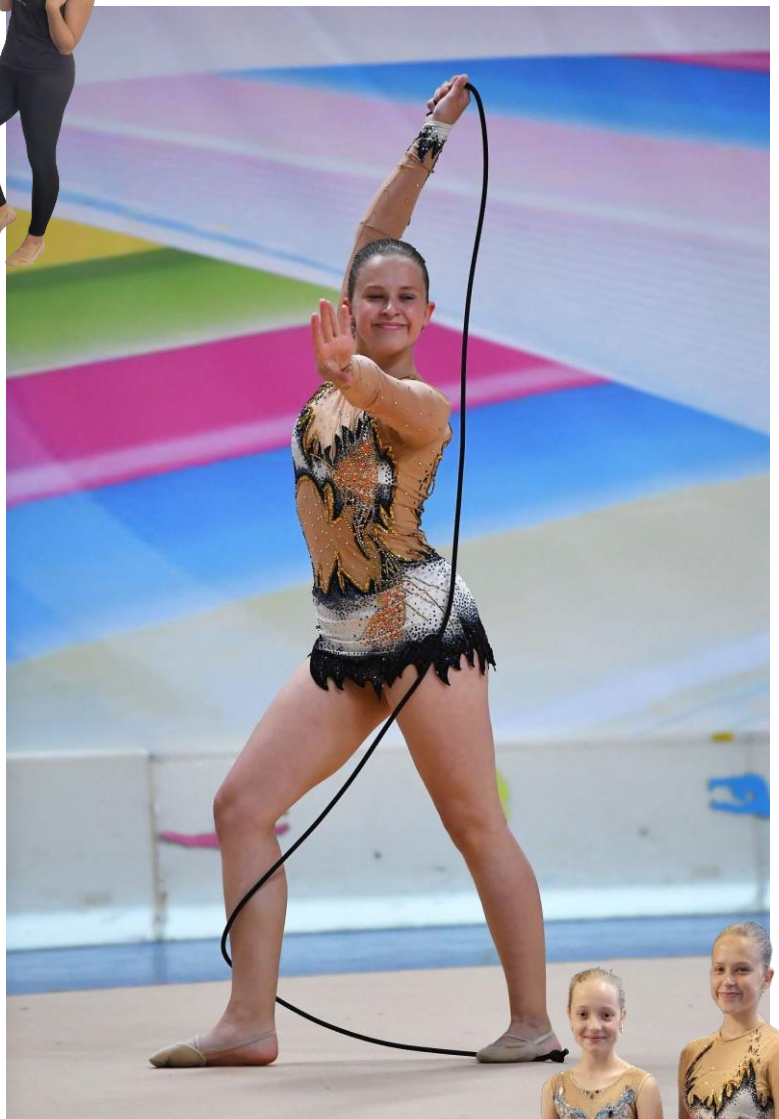
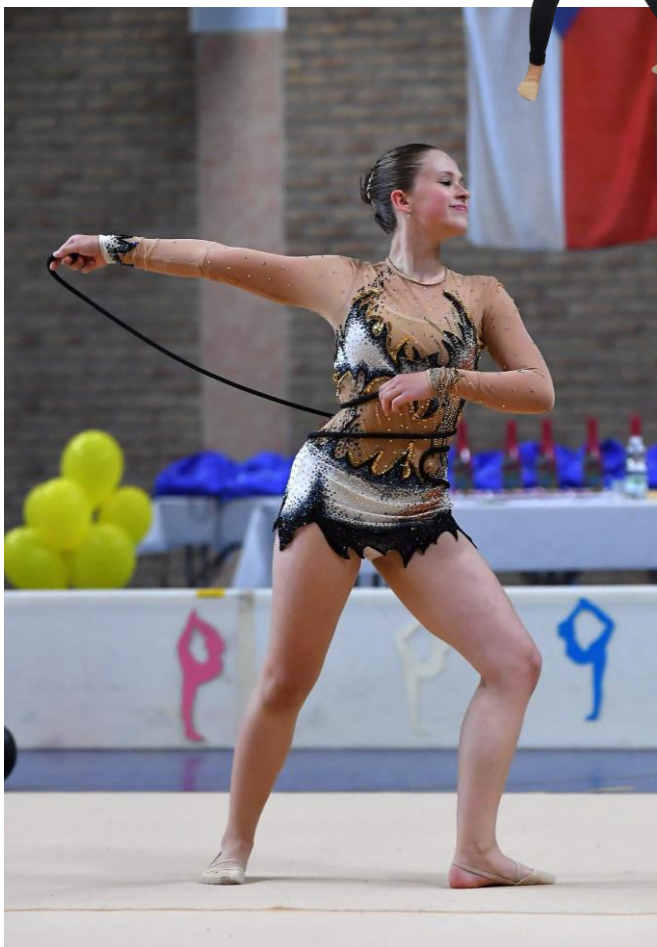
Anička Boboková ve 4. kategorii rovněž předvedla své nejlepší výkony v sestavách se švihadlem a míčem a v konečném součtu obsadila 21. místo.

V soutěži družstev se družstvo Severočeská oblast 2 (s naší Barčou) umístilo na 12. místě a družstvo Severočeská oblast 3 (s naší Aničkou) obsadilo 23. místo.





Barbora Vilma Popeláková



Anna Boboková

Mistrovství ČR kombinovaný program – 28.5.2023

V neděli opět v Dubňanech probíhalo Mistrovství ČR kombinovaného programu, kde náš klub a zároveň i Severočeskou oblast reprezentovalo 5 našich gymnastek.

V 1. kategorii **Evička Šulcová**, která svoji premiéru na MČR zvládla skvěle a v konečném součtu se mohla těšit z 21. místa. Stejnou příčku (21. místo) obsadila i **Adélka Musilová**, která startovala ve 2. kategorii. Evička s Adélkou obě cvičily sestavy se švihadlem a bez náčiní.

Ve 3. kategorii měla svoji premiéru na MČR **Adélka Novotná**, která předvedla sestavy s míčem a obručí. Nervozita z tak významného závodu hrála roli a trochu nešťastný pád v míči nakonec Adélce přinesl 25. místo.

Barča Červová ve 4. kategorii zacvičila krásnou sestavu se stuhou, ale i jí se nevyhnul pád v sestavě s kuželi a v končeném součtu se mohla radovat z krásného 12. místa.

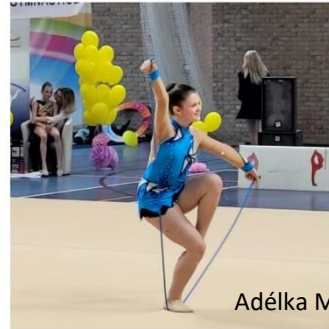
V nejstarší 5. kategorie **Kačka Červová** zacvičila své sestavy s kuželi a obručí bez chyb a s maximálním nasazením. Konkurence v nejstarší kategorii žen je vždy opravdu nabitá a rozdíly v bodech se pohybují v desetinkách a tak Kačce skvělý výkon vynesl 14. místo s minimální bodovou ztrátou na první desítku.

V soutěži družstev se družstvo Severočeská oblast 1 (s naší Barčou a Kačkou) umístilo na 14. místě, družstvo SČ3 (s naší Adélkou N.) obsadilo 21. místo a družstvo SČ4 (Adélka M. a Evička) obsadilo 23. místo.





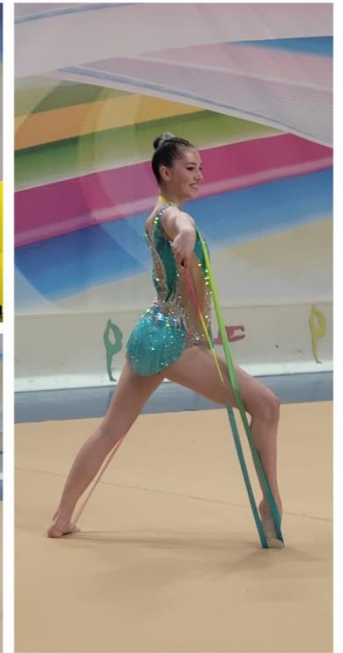
Evička Šulcová



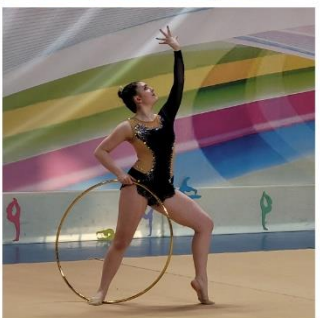
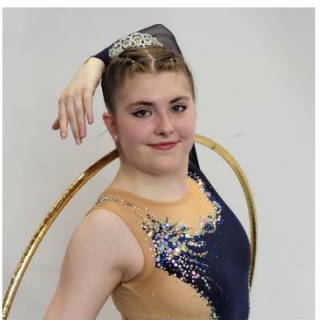
Adélka Musilová



Adélka Novotná



Barča Červová



Kačka Červová



Článek v Libereckém deníku

O účasti libereckých gymnastek na MČR vyšel článek jednak v tištěném Libereckém deníku a rovněž i článek s fotkami v online podobě: <https://liberecky.denik.cz/>

SPORT | Liberecký kraj

Gymnastky medaile nezískaly, přesto předvedly dobré výkony

JAROSLAV ZEMAN

V dalekých Dubňanech na jižní Moravě se se konalo MČR v moderní gymnastice základního a kombinovaného programu. Oddíl MG Liberec a zároveň Severočeskou oblast vyrazilo reprezentovat celkem sedm libereckých gymnastek.

V sobotu probíhalo MČR základního programu, kde si účast na MČR vybojovala Barbora Vilma Popeláková (3. kategorie) a Anna Boboková (4. kategorie). „Obě předvedly velmi povedené výkony a v konkurenci těch nejlepších závodnic z celé republiky si Barča Popeláková za sestavy s míčem a obručí vybojovala krásné 17. místo a Anička Boboková se švihadlem a míčem obsadila 21. místo,“ pravila trenérka Helena Červová. Ta vede právě Barbaru Popelákovou, trenérkou Anny Bobokové je Klára Beníčková.

V neděli pokračovalo MČR kombinovaného programu. „Zde jsme měli zastoupení v každé kategorii po jedné naší



LIBERECKÉ GYMNASTKY NA MČR. Anna Boboková a Barbora Popeláková (menší snímek). Foto: archiv MG Liberec

závodnicí. V 1. kategorii startovala Evička Šulcová, která svoji premiéru na mistrovství zvládla skvěle a v konečném součtu se mohla těšit z 21. místa. Stejnou příčku obsadila i Adélka Musilová,

kteřá startovala ve 2. kategorii. Evička s Adélkou obě cvičily sestavy se švihadlem a bez náčiní. Ve 3. kategorii měla svoji premiéru na republice Adélka Novotná, která předvedla sestavy s



míčem a obručí a umístila se na 25. místě. Barča Červová ve 4. kategorii zacvičila krásnou sestavu se stuhou, ale bohužel pád v sestavě s kuželi ji stál cenné body a v konečném součtu se tak mohla radovat z krásného 12. místa,“ pokračovala Helena Červová.

V nejstarší 5. kategorii Kateřina Červová zacvičila své sestavy s kuželi a obručí bez chyb a s maximálním nasazením.

„Konkurence v nejstarší kategorii žen je vždy opravdu nabitá a rozdíly v bodech se pohybují v desetinkách, a tak Kačce skvělý výkon vynesl 14. místo s minimální bodovou ztrátou na první desítku. Trenérkou všech děvčat v kombinovaném programu je Kateřina Kupková,“ dodala Červová.

Liberecká špička 10.6.2023

Ačkoliv závodní sezóna jednotlivkyň vyvrcholila a skončila MČR, tak jsme se rozhodli uspořádat trochu netradiční závod, kdy dopolední část byla určena pro začínající gymnastky a gymnastky, která nestartovaly na oblastních přeborech. Pro většinu našich děvčat se jednalo o jejich první závody a všechny nás moc mile překvapily svými výkony. Potěšilo nás, že i na dopolední část se přihlásily závodnice z jiných oddílů, takže mohly porovnávat své síly i s konkurencí gymnastek z jiných měst.

Odpoledne jsme pak připravily závod dvojic a trojic pro gymnastky ze ZP a KP. Na tento závod dorazila spousta zkušených závodnic i závodnice, které v jednotlivkyních startovaly na MČR. Kromě oddílů z naší oblasti na závod dvojic dorazily i závodnice z dalekého Brna. Konkurence tak byla opravdu nabitá a na vysoké úrovni a pro diváky to byl určitě atraktivní závod.

Bylo rozdáno celkem 50 cenných kovů a z toho 23 braly závodnice našeho oddílu. Tímto závodem jsme definitivně uzavřely jarní závodní sezónu.



LETNÍ SOUTŘEDĚNÍ

Již tradičně jsme se v předposledním srpnovém týdnu pořádně zapotily s vybranými děvčaty na týdenním soustředění v nádherném prostředí sklářské osady Jizerka. Čekala nás spousta práce s opětovným nastartováním kondice po proběhlých prázdninách a především s přípravou nových či předěláním starších společných skladeb a sestav jednotlivkyň pro celou sezónu 2023/2024. Počasí nám přálo, mohly jsme tak trénovat nejen v tělocvičně, ale i venku na trávě. Dokonce jsme letos ani nevymrzly, jak bývalo zvykem v uplynulých letech, při stezce odvahy. Naopak ty nejotrlejší z nás (především trenérky) chodily zchladit těla do blízkého potoka s teplotou vody 9 °C. Moc jsme si celé soustředění užily. Výsledky veškerého snažení děvčata poté převedla rodičům, příbuzným, přátelům a kamarádům v závěrečném vystoupení, za což sklidila zasloužený aplaus.





ZÁVODY SPOLEČNÝCH SKLADEB

Pro podzimní sezonu společných skladeb 2023 jsme postavily celkem 5 závodních společných skladeb a jednu dvojici:

- * 0.A kategorie (2014 a mladší), bez náčiní - **HVĚZDIČKY** – Dominika Krásná, Rozálie Klokočnicková, Barbora Stehlíková, Viktorie Stolínová a Valerie Tomešová, trenérka Šárka Kitlerová, Bohuslava Labská a Lucie Švecová
- * 1. kategorie (2012 a mladší), obruče – **VIOLETKY** – Tereza Klimešová, Teodora Pašková, Eva Šulcová a Viktorie Tomešová, trenérka Štěpánka Tomešová
- * 2. kategorie (2010-2012), míče – **RIVER** – Veronika Kortanová, Adéla Musilová, Adéla Novotná a Barbora Vilma Popeláková, trenérka Kateřina Kupková
- * 3. kategorie (2008-2010), míče – **GREEN** – Anna Boboková, Vanesa Kuruczová, Natálie Trávníčková a Nikola Zábojníková, trenérka Klára Beníčková
- * 4. kategorie (2008 a starší), míče a obruče – **HELLENKY** – Barbora Bělohávková, Kateřina Kolouchová, Adéla Kulišová, Nastya Polihchuk, Antonie Šebková, trenérka Helena Červová
- * **Dvojice** Seniorky (2007 a starší), obruče – Barbora Červová, Kateřina Červová, trenérka Helena Červová

O Hradeckou stuhu 15.10.2023

Podzimní závodní sezonu odstartovala jako první naše dvojice. Na svůj první závod v kategorii Dvojice/trojice-seniorky vyrazila naše jedinná dvojice - Kačka a Barča Červovy. Závod dvojic/trojic patří pod linii A, tudíž to byla pro naše dvě závodnice z kombinovaného programu velká výzva, porovnat se se závodnicemi z vyšší výkonnostní úrovně.

V nabité konkurenci se naše závodnice neztratily a přestože v prvním provedení je potrápily nešťastné pády náčiní, tak druhé provedení se povedlo bez velkých chyb a v konkurenci závodnic z linie A vybojovaly krásné 4. místo.



Velká cena města Plzně - 21.10.2023

O týden později odstartovaly podzimní závodní sezónu naše všechny společné skladby linie B. Vyrazily jsem až do Plzně, kde se konalo III. Kolo Českomoravského poháru. Pro některé naše závodnice to byly úplně první závody ve společných skladbách, premiéru měly dvě nové choreografie a i starší sestavy letos doznaly velkých změn nejen v choreografiích, ale i ve složení závodnic. Bohužel nervozita z prvních závodů s sebou přinesla pády náčiní, ale i přesto se všechny naše skladby dokázaly umístit do 10. místa v silně obsazeném závodě.

Velkou radost nám udělaly naše nejmladší Hvězdičky, které letos postoupily do vyšší kategorie 0.A a se svojí novou sestavou v nových dresech opravdu zazářily a z Plzně si odvezly úžasné 10. místo v konkurenci 16. sestav.

V 1. kategorii Violetkám patří náš velký obdiv, jelikož dva týdny před závody jim jedna závodnice vypadla a narychlo musela do sestavy nastoupit náhradnice Terežka, která s gymnastikou začala teprve před rokem. Přesto dokázaly v nejpočetněji obsazené kategorii vybojovat skvělé 9. místo ze 17. sestav.

V 2. kategorii se představila s novou choreografií v novém složení společná skladba River. Bohužel pády náčiní je stály cenné body, ale i tak vybojovaly krásné 8. místo z 12. sestav.

Ve 3. kategorii se sestavu Green děvčata svým výkonem vybojovala 10. místo z 12 sestav. Naše nejstarší závodnice ve 4. kategorii předvedly upravenou sestavu Hellenky a předvedly velmi povedená obě provedení, ale konkurence v nejstarší kategorii je opravdu na vysoké úrovni a nakonec si tak odvezly 8. místo z 11 sestav.



Porta Bohemia Cup - 28.10.2023

Na další závod vyrazila dvojice Kačka s Barčou do Ústí nad Labem. V silně obsazené kategorii 11 seniorských dvojic z celé ČR obsadily krásné 6. místo, které je potěšilo zejména vysokým bodovým ziskem za obě provedení.



Oblastní přebory ve společných skladbách – 4.11.2023

V sobotu 4.11.2023 se našich 5 společných skladeb a jedna dvojice zúčastnily oblastního přeboru severočeské oblasti v soutěži společných skladeb a dvojic/trojic, který se konal v Chomutově. Tento závod je zároveň kvalifikací na MČR a účastnily se ho oddíly z Libereckého a Ústeckého kraje.

Všechny naše závodnice předvedly skvělé výkony a zaslouženě si všechny odvezly z Chomutova cenné kovy. Konečná bilance je **3x zlato, 2x stříbro a 1x bronz**.

Vítězkami svých kategorií a tituly přebornice oblasti získaly dvě naše společné skladby – **Violetky a Hellenky** - a vítězství si odvezla i naše **seniorská dvojice** a tím se obě společné skladby a dvojice kvalifikovaly na MČR.

Záznam z oblastních přeborů: <https://eu.zonerama.com/MGLiberec/Album/10619726>, heslo: gym*23

VÝSLEDKY OP SPOLEČNÉ SKLADBY 2023

1. místo:
Violetky v 1. kategorii (obruče)
Hellenky ve 4. kategorii (obruče+míče)
Dvojice v kategorii Seniorky (obruče)

2. místo:
Hvězdičky v 0A. kategorii (bez náčiní)
River ve 2. kategorii (míče)

3. místo:
Green ve 3. kategorii (míče)



VIOLETKY



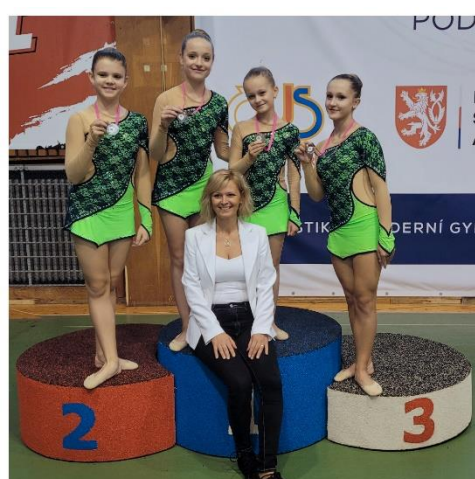
HELLENKY



DVOJICE



HVĚZDIČKY



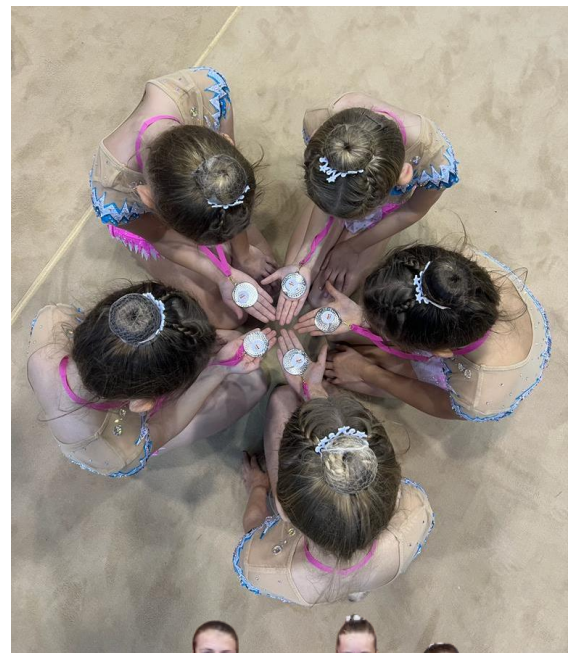
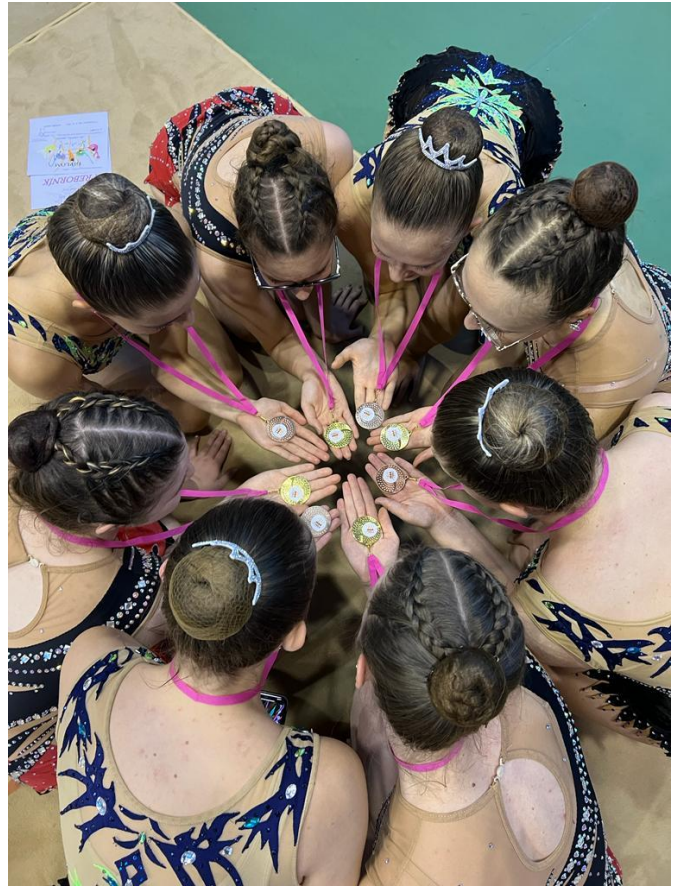
RIVER



GREEN



trenérky: zleva Lucka Švecová, Šárka Kitlerová, Kačka Kupková, Štěpánka Tomešová, Helena Červová, Klárka Beníčková



Článek v Libereckém deníku

O medailovém úspěchu libereckých gymnastek na oblastních přeborech společných skladeb vyšel článek s fotkami v online podobě Libereckého deníku: <https://liberecky.denik.cz/>

PODÍVEJTE SE: Gymnastky sbíraly medaile na oblastních přeborech

0 ★★★★★
Nehodnoceno, buďte první!

Ohodnoťte článek

DNES 07:01



Jaroslav Zeman

Sportovní redaktor

Napište mi



Gymnastky z oddílu MG Liberec se zúčastnily oblastního přeboru severočeské oblasti v soutěži společných skladeb a dvojic/trojic, který se konal v Chomutově. Tento závod je zároveň kvalifikací na MČR a účastnily se ho oddíly z Libereckého a Ústeckého kraje.



 15 fotografií
v galerii >

Liberecké gymnastky se zúčastnily oblastních přeborů v moderní gymnastice v závodech společných skladeb a dvojic/trojic. | Foto: archiv klubu

Liberecký oddíl na tomto závodě reprezentovalo celkem pět společných skladeb a jedna dvojice. Všechny liberecké závodnice předvedly skvělé výkony a tak si zaslouženě všechny odvezly z Chomutova cenné kovy. Konečná bilance je 3x zlato, 2x stříbro a 1x bronz.

Memoriál Míly Morávkové – 11.11.2023

Oblastními přebory naše závody neskončily a čekalo nás ještě několik závodů. V sobotu 11.11. jsme měly zastoupení rovnou na dvou závodech současně. Zatímco dvojice vyrazila do blízkého Jablonce, tak všechny naše společné skladby se zúčastnily VII. kola Českomoravského poháru, které se konalo v Praze.

Bohužel po přeborech v Chomutově nám řada gymnastek i trenérek onemocněla, tudíž některé společné skladby nemohly trénovat v kompletním složení a na výkonech se podepsalo i oslabení po nemoci.

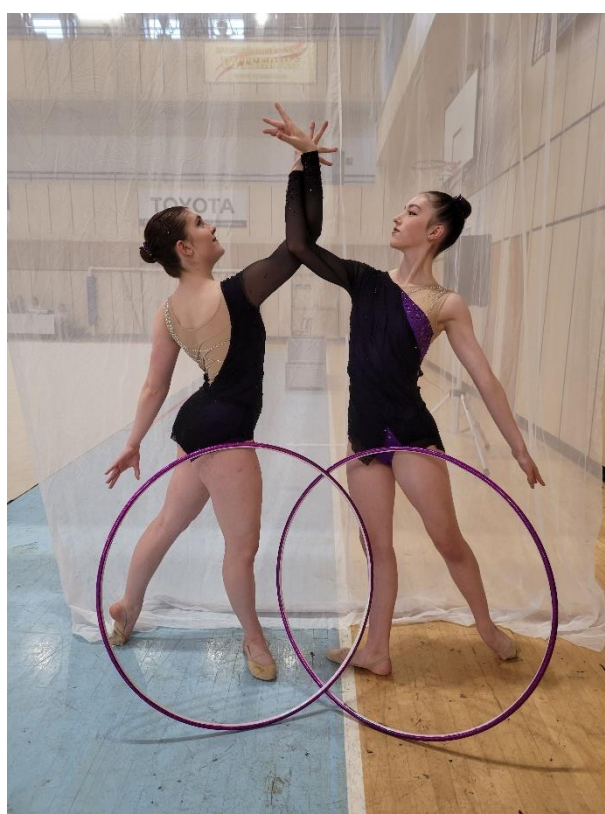
Hvězdičky v 0.A kategorii si odvezly z Prahy 9. místo a stejnou příčku obsadily i Hellenky ve 4. kategorii. Violetky (1.kat), River (2. kat) a Green (3.kat) vybojovaly všechny shodně 8. místo ve svých kategoriích.



Jablonecký pohár – 11.11.2023

Zatímco společné skladby závodily v Praze, tak naše dvojice seniorek vyrazila do nedalekého Jablonce nad Nisou na závod, který pořádala TJ Bižuterie Jablonec.

I dvojice se potýkala s nemocí a tréninkovým výpadkem, přesto se jim podařilo vybojovat úžasné **2. místo**.



Pohár Meteoru České Budějovice – 17.11.2023

V pátek 17.11. vyrazily naše společné skladby na poslední závod až do Českých Budějovic. Bohužel naši nejstarší společnou skladbu Hellenky skolily nemoce dvou závodnic, takže nakonec na tomto závodě startovat nemohly. Přes dlouhou cestu a únavu naše zbylé společné skladby předvedly moc hezké výkony a odvezly si tato umístění:

Violetky (1. kat) - 12. místo

River (2. kat) - 9. místo

Green (3. kat) - 8. místo

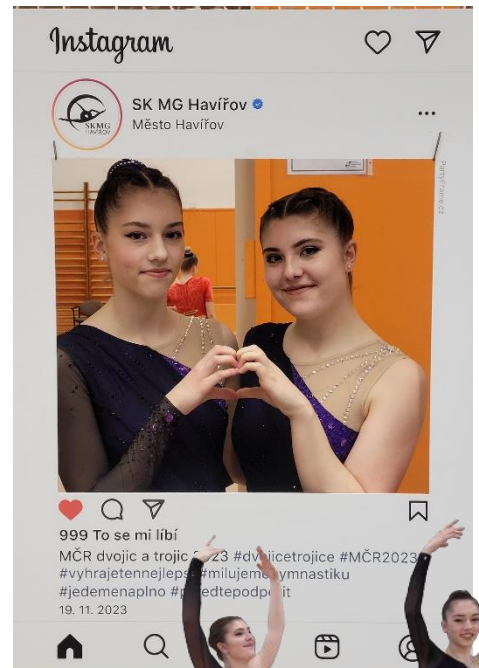


MČR dvojic, trojic - 19.11.2023, Havířov

Naše dvojice v kategorii seniorek, kterou tvoří sestry Kačka a Barča Červovy, vybojovala vítězství na oblastních přeborech postup na MČR, které se konalo 19.11. v Havířově.

Soutěže dvojic spadají pod linii A, přesto se naše dvě závodnice z kombinovaného programu v náročné konkurenci neztratily a předvedly výkony rovnocenné se závodnicemi z volného programu. Za skvěle zacvičenou sestavu vybojovaly neuvěřitelné **7. místo** a zůstaly tak těsně před branami finále, kam postupovalo 6 nejlepších dvojic

Záznam z MČR dvojic: <https://www.csmg.cz/cs/fotky-a-video/video/video-z-mcr-dvojice-a-trojice-2023.html>



MČR společných skladeb linie B - 25.11.2023, Praha

Posledním závodem sezony bylo MČR společných skladeb kam se nominovaly dvě naše společné skladby. Pro některé naše závodnice to byl vůbec první start na MČR a nervozita z tak velkého závodu sehrála svoji roli. Bohužel se oběma skladbám nevyhly nešťastné pády náčiní. Nakonec obě naše skladby obsadily shodně **14. místa**.

V 1. kategorii - Violetky - závodily Terezka Klimešová, Dorotka Pašková, Evička Šulcová a Viki Tomešová, trenérka Štěpánka Tomešová

Ve 4. kategorii - Hellenky - ve složení Barča Bělohlávková, Kačka Kolouchová, Áďa Kulišová, Nasťa Polishchuk a Tonča Šebková, trenérka Helena Červová

Kompletní videozáznam z MČR společných skladeb je zde: <https://www.csmg.cz/cs/fotky-a-video/video/video-z-mcr-spolecne-skladby-linie-b-2023.html>





Vánoční besídka - 12.12.2023

Poslední trénink v roce 2023 jsme pojaly jako vánoční besídka. V tělocvičně jsem tak přivítaly rodiče a všechny příznivce našeho oddílu a všechny naše členky předvedly, co se od září naučily. K vidění byly i závodní verze všech našich společných skladeb. Pro všechna děvčata jsme připravily i drobné dárečky.



Děkujeme všem závodnicím za skvělou reprezentaci na závodech roku 2023 a přejem všem v dalším roce spoustu sportovního štěstí a hlavně radost ze cvičení.



