



Moderní gymnastika Liberec

# LIBERECKÁ ŠPIČKA



## ZÁVOD JEDNOTLIVKYŇ – ZÁKLADNÍ PROGRAM MG

DATUM: 10.6.2023

MÍSTO: tělocvična ZŠ Dobiášova, Liberec

PŘIHLÁŠKY: do 26.5.2023 na e-mail: [gymnastikaliberec@gmail.com](mailto:gymnastikaliberec@gmail.com)

STARTOVNÉ: 300,- Kč za závodnici ZP 2 sestavy

200,- Kč za závodnici ZP 1 sestava

Závodí se dle pravidel a popisu povinných sestav pro Základní program moderní gymnastiky platných pro rok 2023.

Přihlášené závodnice nesmí být registrované v kombinovaném nebo volném programu a v roce 2023 **se nezúčastnily oblastních přeborů ZPMG ani nebyly uvedeny v přihlášce na oblastní přebory ZPMG**

KATEGORIE:

Kategorie	Věk	1. sestava	2. sestava	Poznámka
0. B	2017 a mladší	bez náčiní	---	--
0.A	2016	bez náčiní	---	---
I.	2014 - 2015	bez náčiní	švihadlo	lze cvičit obě sestavy nebo jen jednu
II.	2012 - 2013	švihadlo	obruč	lze cvičit obě sestavy nebo jen jednu

\*) v I. a II. kategorii lze cvičit obě sestavy nebo jen jednu (uvedte v přihlášce)

Kategorie pro závodnice, které začaly cvičit později:

Kategorie	Věk	1. sestava	2. sestava	Poznámka
Hobby_děti	2011 a mladší	bez náčiní	---	Sestava BN pro I. kategorii ZP
Hobby_juniorky	2010 a starší	obruč	míč	Sestavy pro III. Kategorii ZP lze cvičit obě sestavy nebo jen jednu

\*) v kategorii Hobby\_juniorky lze cvičit obě sestavy nebo jen jednu (uvedte v přihlášce)

Každý oddíl může přihlásit libovolný počet závodnic a minimálně 2 rozhodčí

Pořadající oddíl si vyhrazuje právo upravit počet přihlášených závodnic, pokud by se jich přihlásilo velké množství a závod by nebyl uskutečnitelný v jeden den. V přihlášce proto uvádějte pořadí podle důležitosti, bude-li potřeba snížit počet přihlášených, bude se škrtat odzadu.



Moderní gymnastika Liberec

# LIBERECKÁ ŠPIČKA



## ZÁVOD DVOJIC / TROJIC PRO ZP + KP

DATUM: 10.6.2023

MÍSTO: tělocvična ZŠ Dobiášova, Liberec

PŘIHLÁŠKY: do 26.5.2023 na e-mail: [gymnastikaliberec@gmail.com](mailto:gymnastikaliberec@gmail.com)

Hudby na závody dvojic a trojic zašlete na e-mail společně s přihláškou

STARTOVNÉ: 400,- za dvojici

500,- za trojici

**Přihlášené závodnice nesmí být registrované ve volném programu v roce 2023, účastnit se mohou pouze závodnice základního a kombinovaného programu**

KATEGORIE:

Kategorie	Věk	Náčiní	Obtížnost	Bodování	
0.	2014 a mladší	bez náčiní	6 povinných vazeb x 0,5 = 3 b Spolupráce = 1 b	D 4 bodů E 10 bodů <b>Celkem 14 bodů</b>	
I.	2013 – 2011	libovolné	6 povinných vazeb x 0,5 = 3 b 4 výměny x 0,5 = 2 b Spolupráce = 1 b	D 6 bodů E 10 bodů <b>Celkem 16 bodů</b>	
II.	2011 – 2009	libovolné	6 povinných vazeb x 0,5 = 3 b 4 výměny x 0,5 = 2 b Spolupráce = 1 b	D 6 bodů E 10 bodů <b>Celkem 16 bodů</b>	
III.	2009 a starší	libovolné	6 povinných vazeb x 0,5 = 3 b 4 výměny x 0,5 = 2 b Spolupráce = 1 b	D 6 bodů E 10 bodů <b>Celkem 16 bodů</b>	

Délka sestavy dvojic nebo trojic: 1:30 – 2:00 min. Výběr náčiní je libovolný, může být i kombinace náčiní.

**6 povinných vazeb** znamená:

- max. 4 prvky obtížnosti (min. 1 rovnováha, 1 obrat, 1 skok) – pokud bude zařazeno více prvků, tak nebude žádná penalizace, ale hodnotit se budou pouze první 4 předvedené
- 1 vlna nebo osma – počet zařazených vln/osem není omezen, počítá se pouze 1
- 1 taneční kroky – min. 8 s

**Výměny** – výška vyhození stačí nad vzpažení gymnastek (bez ohledu na vzdálenost)

**Spolupráce** – každá spolupráce bude mít hodnotu 0,2, započítávají se max. do hodnoty 1 bodu

Risky nebo zvedačky mohou být zařazeny, ale nebudou mít žádnou bodovou hodnotu.

Hodnocení provedení (E) dle platných pravidel pro ZP a KP v roce 2023