

SOKOL ČERNOŠICE

pořádá 4.ročník

Černošického dvojboje

v sobotu 25.4.2020

ve Sportovní hale Věry Čáslavské

Místo konání: Sportovní hala Věry Čáslavské, Pod Školou 447, 252 28 Černošice

Ředitelka závodu: Dana Pánková

Kontakt: Marta Formánková, tel: 603 837 108 mail: marta.formankova@ecomso.cz

Disciplíny: dívky: kladina, akrobacie

chlapci: akrobacie, hrazda

Doprava: Vlakem ze stanice Praha Hl. nádraží nebo Praha Smíchov do stanice

Černošice Mokropsy, odtud asi 8 min. pěšky

Cestovné: Hradí vysílací jednota

Stravování: V hale je bufet

Startovné: 100,- Kč za závodníka bude vybírán u prezence

Počet závodníků: V případě většího počtu nahlášených závodníků může pořadatel

omezit počet závodníků za kategorii

Zdravotnice: Zuzana Pavlovská

Přihlášky: je nutno zaslat do **11.4.2020** na e-mail: **marta.formankova@ecomso.cz**

Přihláška obsahuje: jména a rok narození závodníků, název oddílu,

kategorii a jméno a email kontaktní osoby

Každý přihlášený oddíl musí vyslat minimálně jednoho rozhodčího do deseti závodníků, nad deset dva.

Penále za nedodání rozhodčího 800,-Kč. Jména rozhodčích zašlete na

e-mail: eliskaformankova@gmail.com

S přihláškou zasílejte hudbu ve formátu **MP3** s označením souboru Jednota_Jméno závodnice_Kategorie, nebo jí odevzdejte při prezentaci na flash.

Kategorie:

Kategorie II: rok nar. 2010-9

Kategorie III: rok nar. 2008-7

Kategorie IV: rok nar. 2006-5

Kategorie Dorostenci a dorostenky: rok nar. 2004-2002

Kategorie Muži a ženy: rok nar.2001 a starší

Technická ustanovení:

Použité nářadí: kladina - výška dle platných pravidel ČOS

akrobacie - reuter pás 12m, žíněnky před i za pásem

V rozcvičovací části tělocvičny bude úzký reuter pás a kladina.

Hodnocení:

Výsledná známka je dána **součtem známky za provedení a obtížnost.**

Provedení 0 - 10 bodů.

Od 10ti bodů se odečtou srážky za provedení a za chybějící skladební prvky, **Chybějící skladební prvek dle požadavků ČOS - srážka 1 bod.**

Obtížnost (bonifikace).

Na rozdíl od ČOS se známka za **obtížnost (bonifikaci) jednotlivých prvků a vazeb** přičítá k známce za provedení a její **výše není limitována**, zároveň je hodnoceno i více různých prvků ze stejné skupiny.

Odchylka pro mužské složky:

Je možné zacvičit **povinné sestavy** které budou hodnoceny dle pravidel ČOS.

Volné sestavy budou hodnoceny dle výše uvedených pravidel.

Předběžný časový rozvrh:	8:00 - 9:00	prezence a rozcvičení kategorie II
	8:30	porada rozhodčích
	9:00	nástup kategorie II a zahájení závodu
	11:00	nástup a zahájení závodu kategorie III
	13:00	nástup k vyhlášení výsledků kategorie II a zahájení závodu kategorie IV
	15:00	nástup k vyhlášení výsledků kategorie III a zahájení závodu kategorie dorost, žen a mužů
	17:00	vyhlášení výsledků kat. junior, žen a mužů

Časový rozpis se může podle počtu přihlášených závodníků změnit! V případě změny zašleme nejpozději týden před závodem.

Registrace vždy min. 30 min. před nástupem příslušné kategorie. Vedoucí odevzdají soupisku závodníků a uhradí startovné dle skutečného počtu závodníků.

Podmínka účasti: závodníci nesmí být registrováni ve sportovních svazech gymnastiky, teamgym.

Výsledky: zpracuje pořadatel v den závodu.

Výsledky budou vedoucím zaslány e-mailem