









ČSGS - MORAVSKÝ POHÁR - POŽADAVKY PRO JEDNOTLIVÉ KATEGORIE - 2023 - platnost - 1.1.2023

KATEGORIE					
1	2017-2016 STARŠÍ PŘÍPRAVKA (6-7 let)	kotoul letmo z můstku na žíněnky ve výšce 40 cm ZNÁMKA E z 10,0 b.	----- BEZ BRADEL -----	lavička - 20 cm volná sestava ZNÁMKA D - 0,50 za každý prvek hodnoceno max 6 prvků (3 body) bez hodnoty obtížnosti prvků (HO). Jeden prvek musí být akrobatický Závěr může být přímý skok na žíněnku ZNÁMKA E - z 10 bodů - za 6 prvků za každý chybějící srážka 1 bod	volná sestava - bez hudeb. doprovodu ZNÁMKA D - 0,5 za každý prvek hodnoceno max 6 prvků (3 body) bez hodnoty obtížnosti prvků (HO). Jeden prvek musí být akrobatický ZNÁMKA E - z 10 bodů - za 6 prvků za každý chybějící srážka 1 bod
2	2015 NEJMLADŠÍ ŽÁKYNĚ " A "	Výška bedny / stolu (80 cm +- 5 cm) přemet do lehu ZNÁMKA E z 10,0 b.	Jen 3 prvková sestava PP : 1/ náskok prvkem 2/ točový prvek 3/ seskok prvkem ZNÁMKA D 1,50 bodu + HO ZNÁMKA E : min. 3 prvky E z 10,0 b. 2 prvky E z 8,0 b. 1 prvek E z 6,0 b. (je možné zacvičit i silovou sestavu) D=0	hodnocení dle pravidel ČSGS kladina 40 - 45 cm PP : 1/ gymnastický skok 2/ obrat jednož min. 180° 3/ akrobatický prvek 4/ závěr: štika - 0,30 bodu rondát - 0,50 bodu	hodnocení dle pravidel ČSGS PP : 1/ spojení 2 gymnastických skoků 2/ obrat jednož min. 180° 3/ akrobatický prvek vpřed/stranou 4/ akrobatický prvek vzad a 0.3 akrobatický prvek vzad A 0.5 hudební doprovod možný bonifikace za hudbu vždy 0,1/0,3/0,5
3	2014 NEJMLADŠÍ ŽÁKYNĚ " B "	Výška bedny / stolu (80 cm +- 5 cm) přemet do lehu ZNÁMKA E z 10,0 b.	Jen 3 prvková sestava PP : 1/ náskok prvkem 2/ točový prvek 3/ seskok prvkem ZNÁMKA D 1,50 bodu + HO ZNÁMKA E : min. 3 prvky E z 10,0 b. 2 prvky E z 8,0 b. 1 prvek E z 6,0 b.	hodnocení dle pravidel ČSGS kladina 100 cm PP : 1/ gymnastický skok 2/ obrat jednož min. 180° 3/ akrobatický prvek 4/ závěr: malé a - 0,3 b. / A - 0,5 b	hodnocení dle pravidel ČSGS PP : 1/ spojení 2 gymnastických skoků 2/ obrat jednož min. 360° 3/ akrobatický prvek vpřed/stranou 4/ akrobatický prvek vzad a 0.3 akrobatický prvek vzad A 0.5 hudební doprovod možný bonifikace za hudbu vždy 0,1/0,3/0,5
4	2013 MLADŠÍ ŽÁKYNĚ " A "	Výška stolu 100cm +-5cm celý přemet a obtížnější skok dle pravidel ČSGS ZNÁMKA E z 10,0 b.	Jen 3 prvková sestava PP : 1/ náskok prvkem 2/ točový prvek 3/ seskok prvkem ZNÁMKA D 1,50 bodu + HO ZNÁMKA E : min. 3 prvky E z 10,0 b. 2 prvky E z 8,0 b. 1 prvek E z 6,0 b.	hodnocení dle pravidel ČSGS kladina 100 cm PP : 1/ gymnastický skok 2/ obrat jednož min. 180° 3/ akrobatický prvek 4/ závěr: malé a - 0,3 b. / A - 0,5 b	hodnocení dle pravidel ČSGS PP : 1/ spojení 2 gymnastických skoků 2/ obrat jednož min. 360° 3/ akrobatický prvek vpřed/stranou 4/ akrobatický prvek vzad a 0.3 akrobatický prvek vzad A 0.5 hudební doprovod možný bonifikace za hudbu vždy 0,1/0,3/0,5

ČSGS - MORAVSKÝ POHÁR - POŽADAVKY PRO JEDNOTLIVÉ KATEGORIE - 2023 -

platnost - 1.1.2023

KATEGORIE					
5	2012 - 2011 MLADŠÍ ŽÁKYNE " B " (11 - 12 let)	Výška stolu 110cm +-5cm celý přemet a obtížnější skok dle pravidel ČSGS ZNÁMKA E z 10,0 b.	PP : 1/ náskok prvkem 2/ točový prvek 3/ přechod na v.ž. 4/ seskok prvkem ZNÁMKA D 2,00 body + HO ZNÁMKA E: min. 5 prvků 4 prvky E z 10,0 b. 3 prvky E z 8,0 b. 2 prvky E z 6,0 b. E z 4,0 b.	hodnocení dle pravidel ČSGS kladina 120 cm PP : 1/ gymnastický skok s roznožením 180° 2/ obrat jednož min. 360° 3/ akrobatický prvek 4/ závěr: malé a - 0,3 b. / A - 0,5 b.	hodnocení dle pravidel ČSGS PP : 1/ pasáž 2 gymnastických skoků 2/ obrat jednož min.360° 3/ akrobatický prvek s letovou fází 4/ akrobatická řada bez salta 0,3 b. akrobatická řada se saltem 0.5 b. <i>hudební doprovod povinný</i>
6	2010 - 2009 STARŠÍ ŽÁKYNE (13 - 14 let)	Výška stolu 120cm +-5cm celý přemet a obtížnější skok dle pravidel ČSGS ZNÁMKA E z 10,0 b.	PP : 1/ náskok prvkem 2/ točový prvek 3/ přechod na v.ž. 4/ seskok prvkem ZNÁMKA D 2,00 body + HO ZNÁMKA E: min. 5 prvků 4 prvky E z 10,0 b. 3 prvky E z 8,0 b. 2 prvky E z 6,0 b. E z 4,0 b.	hodnocení dle pravidel ČSGS kladina 120 cm PP : 1/ spojení 2 gym.skoků, jeden 180° 2/ obrat jednož min. 360° 3/ akrobatický prvek 4/ závěr: malé a - 0,3 b. / A - 0,5 b.	hodnocení dle pravidel ČSGS PP : 1/ pasáž 2 gymnastických skoků 2/ obrat jednož min.360° 3/ akrobatický prvek s letovou fází 4/ akrobatická řada bez salta 0,3 b. akrobatická řada se saltem 0.5 b. <i>hudební doprovod povinný</i>
7	2008 - 2007 - 2006 JUNIORKY (15 - 16 - 17 let) a 2005 A STARŠÍ ŽENY (18 a starší)	Výška stolu 120cm +-5cm celý přemet a obtížnější skok dle pravidel ČSGS ZNÁMKA E z 10,0 b.	PP : 1/ náskok prvkem 2/ točový prvek 3/ přechod na v.ž. 4/ seskok prvkem ZNÁMKA D 2,00 body + HO ZNÁMKA E: min. 5 prvků 4 prvky E z 10,0 b. 3 prvky E z 8,0 b. 2 prvky E z 6,0 b. E z 4,0 b.	hodnocení dle pravidel ČSGS kladina 120 cm PP : 1/ spojení 2 gym.skoků, jeden 180° 2/ obrat jednož min. 360° 3/ akrobatický prvek 4/ závěr: malé a - 0,3 b. / A - 0,5 b.	hodnocení dle pravidel ČSGS PP : 1/ pasáž 2 gymnastických skoků 2/ obrat jednož min.360° 3/ akrob.prvek s letovou fází 4/ akrobatická řada se saltem 0,3 b. akrobatická řada s druhým saltem 0.5 b. <i>hudební doprovod povinný</i>
8	2014 A STARŠÍ ELITE (9 let a starší) pro účastnice MČR linie A a B	Výška stolu dle věkové kategorie celý přemet a obtížnější skok dle pravidel ČSGS ZNÁMKA E z 10,0 b.	PP : 1/ náskok prvkem 2/ točový prvek 3/ přechod na v.ž. 4/ seskok prvkem ZNÁMKA D 2,00 body + HO ZNÁMKA E: min. 6 prvků 5 prvků E z 10,0 b. 4 prvky E z 8,0 b. 3 prvky E z 6,0 b. E z 4,0 b.	hodnocení dle pravidel ČSGS kladina 120 cm PP : 1/ spojení 2 gym.skoků, jeden 180° 2/ obrat jednož min. 360° 3/ akrobatický prvek 4/ závěr: malé a - 0,3 b. / A - 0,5 b.	hodnocení dle pravidel ČSGS PP : 1/ pasáž 2 gymnastických skoků 2/ obrat jednož min.360° 3/ akrob.prvek s letovou fází 4/ akrobatická řada se saltem 0,3 b. akrobatická řada s druhým saltem 0.5 b. <i>hudební doprovod povinný</i>
POZNÁMKY		SPOJENÍ 2 PRVKŮ - znamená, že po dokončení prvního prvku následuje okamžitý odraz do druhého prvku (snožmo nebo jednož).			
		Spojení musí být provedeno plynule, bez zaváhání a přerušení.			
		PASÁŽ 2 GYMNASTICKÝCH SKOKŮ - Pasáž nejméně dvou (2) různých skoků či poskoků (uvedených v pravidlech) přímo nebo nepřímo spojených (rychlými kroky, malými skoky, poskoky, přísunným poskokem nebo obraty snožmo o 180°), a jeden z nich musí být skok s rozsahem 180 ° v bočním nebo čelném roznožení nebo s přednožením roznožmo.			
		AKROBATICKÁ ŘADA - obsahuje nejméně 2 akrobatické prvky s letovou fází z nichž jeden prvek je salto.			
		AKROBATICKÁ ŘADA BEZ SALTA - je přímé spojení minimálně 2 akrobatických prvků, z nichž minimálně jeden musí obsahovat projití stojem na rukou.			