# ***Základní program moderní gymnastiky***



1. **Všeobecná ustanovení:**

**Pořadatel**: USK Slávie Ústí nad Labem, oddíl MG

**Datum konání**: sobota 10. 6. 2017

**Místo konání**: Sportovní hala PF UJEP Ústí nad Labem, Resslova ul.

**Závazné přihlášky:** do 1. 6. 2017 na adresu: Monika Jirkovská, Jizerská 5,

Ústí n. L., 400 11 nebo e-mailem: [monika.usti@seznam.cz](mailto:monika.usti@seznam.cz)

S přihláškou můžete zaslat i hudbu v MP3, pro jistotu i s sebou

**Startovné:** 150,- Kč za závodnici v ZPMG, kategorie 0.C 100,- Kč

#### Technická ustanovení: Disciplíny:

0.C kategorie 2012 a mladší  1. bez náčiní

0.B kategorie: 2011  1. bez náčiní, 2. akrobacie

0.A kategorie: 2010  1. bez náčiní, 2. akrobacie

I. kategorie: 2009 a 2008  1. bez náčiní, 2. švihadlo

II. kategorie: 2007 a 2006  1. švihadlo, 2. obruč

III. kategorie: 2005 a 2004  1. obruč 2. míč

IV. kategorie: 2003 a starší  2 sestavy s libovolným náčiním (Šv, K, St, M)

Ve všech kategoriích je možné cvičit obě dané sestavy nebo jen jednu (uveďte v přihlášce).

**Podmínky účasti:**

Každý oddíl či škola může přivézt libovolný počet závodnic a 1, raději 2 vyškolené rozhodčí, jejichž jména prosím uveďte v přihlášce. Lékařská prohlídka ne starší než 1 rok.

Přihlášené závodnice nesmí být současně závodnicemi volného nebo kombinovaného programu MG a v letošním roce se nezúčastnily oblastních přeborů v ZPMG ani nebyly uvedeny v přihlášce na OP!!!

Pořádající oddíl si vyhrazuje právo upravit počet přihlášených závodnic, pokud by se jich náhodou přihlásilo velké množství a závod by nebyl uskutečnitelný v jeden den, proto přihlášku vyplňujte v pořadí důležitosti, budeme-li muset snížit počet přihlášených, budeme snižovat odzadu. Děkujeme za pochopení.

**Podrobnější informace (časový program, sledy a nominace RO) budou přihlášeným oddílům zaslány před závodem.**

**Těšíme se na vás!** Mgr.Hana Horklová, předsedkyně oddílu

## ***Volné sestavy dvojic nebo trojic- ZPMG + KPMG pohybové skladby***

1. **Všeobecná ustanovení:**

**Pořadatel**: USK Slávie Ústí nad Labem, oddíl MG

**Datum konání**: sobota 10. 6. 2017

**Místo konání**: Sportovní hala PF UJEP Ústí nad Labem, Resslova ul.

**Závazné přihlášky:** do 4. 6. 2017 na adresu: Monika Jirkovská, Jizerská 5,

Ústí n. L., 400 11 nebo e-mailem: [monika.usti@seznam.cz](mailto:monika.usti@seznam.cz)

**Startovné:** 200,- Kč za dvojici, 300,- Kč za trojici, 500,- Kč za pohybovou skladbu

#### Technická ustanovení: Disciplíny:

1. kategorie: 2010 a mladší  bez náčiní - 4 prvky bez obtížnosti + 2 spolupráce
2. kategorie: 2009 - 2008  bez náčiní - 4 prvky bez obtížnosti + 2 spolupráce

VII. kategorie: 2007 - 2006  libovolné náčiní

- 2 prvky obt. A nebo B. + 2 spolupráce + 2 výměny náčiní

VIII. kategorie: 2005 - 2004  libovolné náčiní

- 3 prvky obt. A nebo B + 2 spolupráce + 3 výměny náčiní

IX. kategorie: 2003 – 2000  libovolné náčiní

- 3 prvky obt. A nebo B + 2 spolupráce + 4 výměny náčiní

X. kategorie: 1999 a starší  libovolné náčiní

- 4 prvky obt. A nebo B + 3 spolupráce + 4 výměny náčiní

XI. soutěž pohybových skladeb: - možno bez náčiní nebo s náčiním typizovaným i

netradičním

- bez omezení věku a počtu účastnic

## Výběr náčiní libovolný, náčiní může být stejné pro všechny cvičící nebo různé, hudební doprovod libovolný, délka skladby dvojice/trojice 1:15 – 1:45 min, pohybová skladba max. 5 min.

**Podmínky účasti:**

Každý oddíl či škola může přivézt libovolný počet dvojic nebo trojic a pohybových skladeb a 1, raději 2 vyškolené rozhodčí, jejichž jména prosím uveďte v přihlášce. Lékařská prohlídka ne starší než 1 rok.

Přihlášené závodnice nesmí být současně závodnicemi volného programu MG !!!

Pořádající oddíl si vyhrazuje právo upravit počet přihlášených závodnic, pokud by se jich náhodou přihlásilo velké množství a závod by nebyl uskutečnitelný v jeden den, proto přihlášku vyplňujte v pořadí důležitosti, budeme-li muset snížit počet přihlášených, budeme snižovat odzadu. Děkujeme za pochopení.

**Podrobnější informace (časový program, sledy a nominace RO) budou přihlášeným oddílům zaslány před závodem.**

**Těšíme se na vás!** Mgr**.** Hana Horklová, předsedkyně oddílu