

**Zagrebačko božićno gimnastičko natjecanje za veterane i odrasle
Memorijal Stjepana Boltžara 2024**

INFORMACIJE I PRAVILA ZA NATJECANJE

Organizator: **Zagrebačko tjelovježbeno društvo "Hrvatski sokol"**

Datum: **nedjelja, 1. prosinca 2024.**

Mjesto: **ZTD „Hrvatski sokol“, Trg Republike Hrvatske 6, Zagreb, Hrvatska**

Natjecanje: **Natjecanje u sportskoj gimnastici u muškoj i ženskoj konkurenciji, za veteran i odrasle, pojedinačno i ekipno. Natjecanje će započeti u 10:00 sati ujutro, a završetak je predviđen u 11:30 sati prijepodne. Ukoliko bude veliki broj prijavljenih natjecatelja, natjecanje će biti organizirano u dva turnusa s tim da će drugi turnus započeti 45 minuta nakon završetka prvog turnusa. Proglašenje i dodjela medalja će se održati 30 minuta nakon završetka natjecanja. Zagrijavanje započinje 45 minuta prije početka natjecanja. Konačni raspored sa startnim listama biti će poslan prijavljenim natjecateljima nakon zadnjeg datuma za prijave za natjecanje.**

Trening: **Training će biti omogućen u subotu, 30. Studenog 2024., od 18:30 do 21:00 sat u istoj dvorani u kojoj će se održati natjecanje.**

Prijave: **On-line putem Google obrasca:**

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSf2P68QQwLKBWIEOgss6jviFNKf0OdcKjYj-wy5TWiud8VZpfg/viewform?usp=sf_link

Rok za prijavu je 15. Studenog 2024.

Kotizacija: **Za domaće natjecatelje iznosi 25 € (50% popusta) - uplatom na račun:**

KORISNIK: ZTD Hrvatski Sokol

OIB: 62134292408

BANKA: Erste&Steiermarkische banka d.d.

SJEDIŠTE: Jadranski trg 3a, 51 000 Rijeka

IBAN: HR3124020061100723848

IZNOS: 25 EUR

OPIS PLAĆANJA: kotizacija (ime i prezime natjecatelja)

Rok za uplatu kotizacije je 22. studenog 2024.

Za sva pitanja vezano uz natjecanje kontaktirajte ztdhs.tajnistvo@gmail.com.

PRAVILA ZA ŽENE

KATEGORIJE

| Kategorija | Dob (godine)* | Minimalan broj elemenata po spravi ** |
|------------|---------------|---------------------------------------|
| I | 26-35 | 5 |
| II | 36-45 | 4 |
| III | 46-55 | 3 |
| IV | 56-65 | 2 |
| V | 65+ | 2 |

* Broj godina se računa rođendanom u tekućoj godini.

** U elemente se ubrajaju sve gimnastičke kretnje, izvlačenja i izdržaji

PRAVILA ZA OCJENJIVANJE VJEŽBI

Natjecateljica odabire sprave na kojima nastupa, a za plasman se računa zbroj najboljih ocjena s dvije sprave.

Konačna ocjena se dobiva zbrajanjem E ocjene (izvedba) i D ocjene (težina).

Početna E ocjena iznosi 10 bodova. Konačni odbici za E ocjenu su upola manji od onih prema važećem pravilniku FIG-a.

D ocjena: Nema specifičnih zahtjeva za pojedinu spravu te nema ni bonifikacije za ispunjene uvjete na spravi. Ukupno se boduje najviše 5 različitih najtežih elemenata po spravi, uključujući i saskok ukoliko se izvede. Elementi imaju dvostruko veću vrijednost nego u važećem pravilniku FIG-a (A težina - 0,2 boda; B težina - 0,4 boda, itd). Elementi kojih nema u važećem pravilniku imaju vrijednost od 0,1 bod. Nedostatak svakog elementa za pojedinu kategoriju se kažnjava oduzimanjem 2 boda. Vježba bez elemenata se ocjenjuje s 0 bodova.

Natjecateljice imaju izbor vježbanja na niskoj gredi.

Preskok: Svaka natjecateljica odabire visinu konja te koristi jednu ili dvije daske ili mali trampolin. D ocjena za preskok je prema važećem pravilniku FIG-a. Preskoci koji nisu navedeni u važećem pravilniku FIG-a imaju D vrijednost od 1 boda. Natjecateljice IV i V kategorije mjesto konja mogu koristiti švedski sanduk s visinom po želji te mogu nogama naskočiti na konja/sanduk s uporom ili bez upora rukama.

PRAVILA ZA MUŠKARCE

KATEGORIJE

| Kategorija | Dob u godinama* | Minimalan broj elemenata po spravi** |
|------------|-----------------|--------------------------------------|
| I | 31-40 | 6 |
| II | 41-50 | 5 |
| III | 51-60 | 4 |
| IV | 61-70 | 3 |
| V | 70+ | 2 |

*Broj godina se računa rođendanom u tekućoj godini.

** U elemente se ubrajaju sve gimnastičke kretnje, izvlačenja i izdržaji

PRAVILA ZA OCJENJIVANJE VJEŽBI

Natjecatelj odabire sprave na kojima nastupa, **a za plasman se računa zbroj najboljih ocjena s tri sprave.**

Konačna ocjena se dobiva zbrajanjem E ocjene (izvedba) i D ocjene (težina).

Početna E ocjena iznosi 10 bodova. Konačni odbici za E ocjenu su upola manji od onih prema važećem pravilniku FIG-a.

D ocjena: Nema specifičnih zahtjeva za pojedinu spravu te nema ni bonifikacije za ispunjene uvjete na spravi. Ukupno se boduje najviše 6 različitih najtežih elemenata po spravi, uključujući i saskok ukoliko se izvede. Elementi imaju dvostruko veću vrijednost nego u važećem pravilniku FIG-a (A težina - 0,2 boda; B težina - 0,4 boda, itd.). Elementi kojih nema u važećem pravilniku imaju vrijednost od 0,1 bod. Nedostatak svakog elementa za pojedinu kategoriju se kažnjava oduzimanjem 2 boda. Vježba bez elemenata se ocjenjuje s 0 bodova.

Visina ruča nije zadana. Natjecatelji kategorija IV i V imaju izbor vježbanja na niskoj preči i niskim karikama. Svi natjecatelji mogu vježbati na preči nad jamom.

Preskok: Svaki natjecatelj odabire visinu konja te koristi jednu ili dvije daske ili mali trampolin. D ocjena za preskok je prema važećem pravilniku FIG-a. Preskoci koji nisu navedeni u važećem pravilniku FIG-a imaju D vrijednost od 1 boda. Natjecatelji kategorija IV i V umjesto konja mogu koristiti švedski sanduk s visinom po želji te mogu nogama naskočiti na konja/sanduk s uporom ili bez upora rukama.

PRAVILA ZA EKIPNO NATJECANJE

Svaka muška ili ženska ekipa broji najmanje tri i najviše pet natjecatelja, s time da najviše dva natjecatelja iz ekipe mogu biti iz iste kategorije. Svaki natjecatelj dobiva bodove ovisno o svom konačnom plasmanu u svojoj kategoriji. Posljednji dobiva jedan bod, prethodni dva boda i tako dalje. Ukoliko je u kategoriji samo jedan natjecatelj, ona/on dobiva jedan bod i „kredit“ koji će se koristiti kao prednost u slučaju izjednačenog rezultata između ekipa. Ekipni rezultat se izračunava zbrajanjem tri najbolja plasmana u svakoj ekipi.

Ekipa može predstavljati nacionalnu ili klupsku vrstu. Svaka zemlja ili klub može imati više ekipa. Ukoliko pojedini natjecatelji nemaju mogućnosti sudjelovati u nacionalnoj ili klupskoj ekipi, mogu se formirati miješane ekipe. Svaka ekipa mora imati kapetana koji je zadužen za prijavu svoje ekipe. Ime ekipe se temelji na nacionalnom ili klupskom nazivu, a ako je više ekipa iz iste zemlje ili kluba, potrebna je dodatna oznaka (npr. prema boji, broju i sl.). Kapetani trebaju poslati prijavu ekipe na ztdhs.tajnistvo@gmail.com najkasnije do 15. studenog 2024.