



KLASIFIKAČNÝ PORIADOK

Moderná gymnastika

2021

www.sgf.sk

Platný od: 1.1.2021

OBSAH

1	PROGRAMOVÁ ŠTRUKTÚRA	3
	TECHNICKÉ PARAMETRE KATEGÓRIÍ	4
1.1	PROGRAM „A“	6
1.1.1	INDIVIDUÁLNY PROGRAM	6
1.1.2	SPOLOČNÉ SKLADBY	7
1.2	PROGRAM „B“	8
1.2.1	INDIVIDUÁLNY PROGRAM B	8
1.2.2	INDIVIDUÁLNY PROGRAM B*	9
1.2.3	SPOLOČNÉ SKLADBY B + B* + C	11
1.3	PROGRAM „C“	13
1.3.1	INDIVIDUÁLNY PROGRAM	13
1.3.2	NÁPLŇ ZOSTÁV C PROGRAMU	15
2	PRÍLOHY	19
	PRÍLOHA A: Príslušnosť do kategórie 2019 - 2024	19

1 PROGRAMOVÁ ŠTRUKTÚRA

Slovenská gymnastická federácia (ďalej ako SGF) organizuje zaregistrovaných členov SGF do niekoľkých súťažných programov a kategórií s ohľadom na rok narodenia a výkonnosť. Do príslušnej kategórie ich registruje domáci klub a to podľa podmienok Registračného a prestupového poriadku SGF. Nasledujúca tabuľka znázorňuje programovú štruktúru MG pre rok **2021**.

JEDNOTLIVKYNE:

	PROGRAM „A“	PROGRAM „B“	PROGRAM „C“
SENIORKY (2005+)	16 ročné a st.	16 ročné a st. <i>(bývalé staršie dorastenky)</i>	15 ročné a st.
JUNIORKY 2006-2008	13 – 15 ročné	13 – 15 ročné <i>(bývalé mladšie dorastenky)</i>	13 – 14 ročné
STARŠIE NÁDEJE 2009	PROGRAM B* 12 ročné	12 ročné <i>(bývalé staršie nádeje)</i>	11 – 12 ročné NÁDEJE
MLADŠIE NÁDEJE 2010	PROGRAM B* 11 ročné	11 ročné <i>(bývalé staršie nádeje)</i>	
STARŠIE ŽIAČKY 2011	x	10 ročné <i>(bývalé mladšie nádeje)</i>	9 – 10 ročné ŽIAČKY
MLADŠIE ŽIAČKY 2012	x	9 ročné <i>(bývalé mladšie nádeje)</i>	
	I MSR A	I MSR B+B*	I SPMG C
PRÍPRAVKY 2013-2014	x	7 - 8 ročné	7 - 8 ročné
SLNIEČKA 2015-2016	x	5 – 6 ročné	5 – 6 ročné

SPOLOČNÉ SKLADBY:

SENIORKY (2005+)	16 ročné a st.
JUNIORKY 2006-2008	13 – 15 ročné
NÁDEJE 2009-2010	11 - 12 ročné
ŽIAČKY 2011-2012	9 – 10 ročné
PRÍPRAVKY 2013-2014	7 – 8 ročné

I
MSR

TECHNICKÉ PARAMETRE KATEGóriÍ

	A	B	C VIDEO ZOSTAVY	SPOLOČNÉ SKLADBY, DVOJICE, TROJICE
SENIORKY A B program 2005 a staršie C program 2006 a staršie	D: bez max. E: 10,000 Obruč, lopta Kužele, stuha; 4 náčinia	D: bez max. E: 10,000 Obruč, stuha, ľubovoľne; 3 náčinia	Kužele PZ: Kužele VZ: BD: 1,900 BD: 1,800 AD: 1,400 AD: 1,700 E: 10,000 E: 10,000 Stuha: BD: 1,900 AD: 0,800 E: 10,000	D: bez max. E: 10,000 5 obručí 3 stuhy + 2 lopty Dvojice: 2 lopty, 2 stuhy, 2 obruče Trojice: 2 stuhy + 1 lopty alebo 2 lopty + 1 stuha alebo 3 obruče
JUNIORKY A B program 2006-2008 C program 2007-2008	D: bez max. E: 10,000 Obruč, lopta, kužele, stuha; 4 náčinia	D: bez max. E: 10,000 Lopta, stuha, ľubovoľne; 3 náčinia	Lopta PZ: Lopta VZ: BD: 1,700 BD: 1,800 AD: 1,900 AD: 1,600 E: 10,000 E: 10,000 Kužele: BD: 1,900 AD: 1,400 E: 10,000	D: bez max. E: 10,000 5 lôpt, 5 švihadiel 2/3 lopty alebo 2/3 švihadlá
	B *			
STARŠIE NÁDEJE 2009	D: bez max. E: 10,000 Stuha, lopta, kužele alebo obruč, švihadlo ; 4 náčinia	D: bez max. E: 10,000 Stuha, lopta, kužele alebo obruč; 3 náčinia	Obruč PZ: Obruč VZ: BD: 1,100 BD: 1,400 AD: 2,000 AD: 1,400 E: 10,000 E: 10,000 Lopta: BD: 1,100 AD: 3,000 E: 10,000	NÁDEJE 2008-2009 D: bez max. E: 10,000 5 švihadiel 2/3 švihadlá
MLADŠIE NÁDEJE 2010	D: bez max. E: 10,000 Obruč, lopta, kužele alebo stuha, švihadlo ; 4 náčinia	D: bez max. E: 10,000 Obruč, lopta, kužele alebo stuha; 3 náčinia		
STARŠIE ŽIAČKY 2011		D: bez max. E: 10,000 Švihadlo, obruč, kužele alebo lopta; 3 náčinia	Švihadlo PZ: Švihadlo VZ: BD: 0,900 BD: 1,400 AD: 1,900 AD: 1,300 E: 10,000 E: 10,000 Obruč: BD: 1,600 AD: 2,700 E: 10,000	ŽIAČKY 2010-2011 D: bez max. E: 10,000 5 lôpt 2/3 lopty
MLADŠIE ŽIAČKY 2012		D: bez max. E: 10,000 Bez náčinia, lopta, švihadlo alebo obruč; 3 zostavy		
PRÍPRAVKY 2013-2014		D: bez max. E: 10,000 Bez náčinia, obruč 2 zostavy	Bez náčinia: BD: 1,200 AD: 0,400 E: 10,000 Švihadlo: BD: 0,900 AD: 1,400 E: 10,000	D: bez max. E: 10,000 Bez náčinia 2-6 gymnastiek
SLNIEČKA 2015 a mladšie	X	D: bez max. E: 10,000 1 zostava bez náčinia	BD: 1,200 AD: 0,200 1 zostava bez náčinia	X

PZ - povinná zostava / VZ - voľná zostava

POZNÁMKY

JEDNOTLIVKYNE:

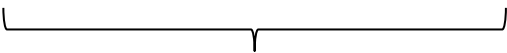
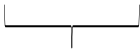
SGF vyhlasuje majstrovské súťaže (a s nimi spojené kvalifikačné súťaže) pre kategórie:

- v rámci ktorých gymnastky dovърšíli minimálnu vekovú hranicu 9 rokov,
- pre gymnastky programu „A“ a programu „B“.

SGF nevyhlasuje majstrovskú súťaž pre prípravky kategórie B, pre kategórie C programu a pre kategóriu Slniečka. Najvyššou súťažou programu C (okrem kategórie prípravky) je *Slovenský pohár v modernej gymnastike v kategórii C* a s ním spojené kvalifikačné kolá: *Oblasťná kvalifikácia východ a Oblasťná kvalifikácia a západ*.

PROGRAM

Gymnastky zaradené do reprezentačného výberu SR (značka RV) sú povinné pretekať v rámci programu "B*". TENTO PROGRAM JE OTVORENÝ AJ PRE ĎALŠIE GYMNASTKY, ktoré do reprezentačného výberu neboli nominované. Tieto gymnastky sa zúčastňujú reprezentačných zrazov SGF, v rámci ktorých prebiehajú kontrolné preteky 4. náčinia.

Staršie nádeje	Stuha	Lopta	Kužeľe/obruč	Švihadlo
Mladšie nádeje	Obruč	Lopta	Kužeľe/stuha	Švihadlo
	 Slovenský pohár v MG Majstrovstvá SR programu „B“			 RV + ďalšie pretekárky B* Samostatné vyhlásenie výsledkov, MSR bez titulu

1.1 PROGRAM „A“

Do programu „A“ sú zaradené gymnastky, ktoré prislúchajú tomuto programu vekom a výkonnosťou. Gymnastky pretekajú v dvoch kategóriách: **seniorky a juniorky**. Najvyššou slovenskou súťažou programu „A“ sú Majstrovstvá Slovenska.

1.1.1 INDIVIDUÁLNY PROGRAM

ROZPIS NÁČINIA

SENIORKY	2017/2018	2019/2020	2021/2028	
16 ročné a staršie	obruč	obruč	obruč	
	lopta	lopta	lopta	
	kužele	kužele	kužele	
	stuha	stuha	stuha	
JUNIORKY	2017/2018	2019/2020	2021/2028	
13 – 15 ročné	obruč	švihadlo	obruč	
	lopta	lopta	lopta	
	kužele	kužele	kužele	
	stuha	stuha	stuha	

ZLOŽENIE ZOSTAVY

	OBTIAŽNOSŤ TELA (BD)	SÉRIA TANEČNÝCH KROKOV (S)	DYNAMICKÉ PRVKY S ROTÁCIOU (R)	OBTIAŽNOSŤ NÁČINIA (AD)
SENIORKY	Min. 3 (9 najvyšších sa počíta)	Min. 1	Min. 1 – Max. 5	Min. 1
JUNIORKY	Min. 3 (7 najvyšších sa počíta)	Min. 2	Min. 1 – Max. 4	Bez limitov

1.1.2 SPOLOČNÉ SKLADBY

ROZPIS NÁČINIA

SENIORKY	2019/2020	2021	2022-2023	2024
16 ročné a staršie	5 lôpt	5 obručí	5 obručí	5 stúh
	3 obruče 2 páry kuželí	3 stuhy 2 lopty	3 stuhy 2 lopty	3 lopty 2 obruče
JUNIORKY	2019	2020	2021/2022	2023
13 – 15 ročné	5 obručí	5 lôpt	5 švihadiel	5 párov kuželí
	5 stúh	5 stúh	5 lôpt	5 obručí
	MSR 2019 5 švihadiel 5 stúh			

ZLOŽENIE ZOSTAVY

	OBTIAŽNOSŤ TELA BEZ VÝMEN (BD)	OBTIAŽNOSŤ TELA S VÝMENAMI (ED)	SÉRIA TANEČNÝCH KROKOV (S)	DYNAMICKÉ PRVKY S ROTÁCIOU (R)	KOLABORÁCIE (C)
SENIORKY	Min. 4	Min. 4	Min. 1	Min. 1	Min. 4
	Max. 9 (jedna podľa výberu)				
JUNIORKY	Min. 3	Min. 3	Min. 2	Max. 1	Min. 4
	Min. 7 (jedna podľa výberu)				

1.2 PROGRAM „B“

Do programu „B“ sú zaradené gymnastky, ktoré prislúchajú tomuto programu vekom a výkonnosťou. Gymnastky pretekajú v kategóriách: **seniorky, juniorky, nádeje (staršie, mladšie), žiačky (staršie, mladšie)**. Najvyššou slovenskou súťažou programu „B“ sú Majstrovstvá Slovenska.

1.2.1 INDIVIDUÁLNY PROGRAM B

ROZPIS NÁČINIA

SENIORKY	2019	2020	2021	2022
16 ročné a staršie	lopta	obruč	obruč	
2005+	stuha	stuha	stuha	
	obruč/kužele	ľubovoľné	ľubovoľné	
JUNIORKY	2019	2020	2021	2022
13-15 ročné	obruč	lopta	lopta	
2006-2008	stuha	stuha	stuha	
	ľubovoľné	ľubovoľné	ľubovoľné	
STARŠIE NÁDEJE	2019	2020	2021	2022
12 ročné	stuha	stuha	stuha	
2009	lopta	lopta	lopta	
	švihadlo/kužele	švihadlo/kužele	obruč/kužele	
MLADŠIE NÁDEJE	2019	2020	2021	2022
11 ročné	švihadlo	švihadlo	obruč	
2010	obruč	obruč	lopta	
	kužele/lopta	kužele/lopta	kužele/stuha	
STARŠIE ŽIAČKY	2019	2020	2021	2022
10 ročné	bez náčinia	švihadlo	švihadlo	
2011	švihadlo	obruč	obruč	
	obruč/lopta	kužele/lopta	kužele/lopta	
MLADŠIE ŽIAČKY	2019	2020	2021	2022
9 ročné	bez náčinia	bez náčinia	bez náčinia	
2012	švihadlo	lopta	lopta	
	obruč/lopta	švihadlo/ obruč	švihadlo/ obruč	
PRÍPRAVKY	2019	2020	2021	2022
7-8 ročné	bez náčinia	bez náčinia	bez náčinia	
2013-2014	švihadlo	obruč	obruč	
SLNIEČKA	2019	2020	2021	2022
5-6 ročné	bez náčinia	bez náčinia	bez náčinia	
2015 a mladšie				

1.2.2 INDIVIDUÁLNY PROGRAM B*

ROZPIS NÁČINIA

STARŠIE NÁDEJE	2019	2020	2021	2022
12 ročné	stuha	stuha	stuha	
2009	lopta	lopta	lopta	
	švihadlo/kužele	švihadlo/kužele	obruč/kužele	
		obruč*	švihadlo*	
MLADŠIE NÁDEJE	2019	2020		2022
11 ročné	švihadlo	švihadlo	obruč	
2010	obruč	obruč	lopta	
	kužele/lopta	lopta/kužele	kužele/stuha	
		stuha*	švihadlo *	

Gymnastky zaradené do reprezentačného výberu SR (značka RV) sú povinné pretekať v rámci programu "B*". TENTO PROGRAM JE OTVORENÝ AJ PRE ĎALŠIE GYMNASTKY, ktoré do reprezentačného výberu neboli nominované. Tieto gymnastky sa zúčastňujú kvalifikačných a majstrovských súťaží so 4. náčiniami. Vo 4. náčiní prebieha samostatná súťaž so samostatným vyhodnotením výsledkov. Skóre štvrtej zostavy sa nezapočítava do celkového poradia M SR. SGF tak vyhlasuje spoločné M SR pre nádeje (staršie a mladšie) programu „B*“ a nádeje (staršie a mladšie) programu „B“.

ZLOŽENIE ZOSTAVY B + B*

	OBTIAŽNOSŤ TELA (BD)	SÉRIA TANEČNÝCH KROKOV (S)	DYNAMICKÉ PRVKY S ROTÁCIOU (R)	OBTIAŽNOSŤ NÁČINIA (AD)
SENIORKY	Min. 3 – Max. 7	Min. 2	Min. 1 – Max. 4	Bez limitov
JUNIORKY	Min. 3 – Max. 7	Min. 2	Min. 1 – Max. 4	Bez limitov
STARŠIE NÁDEJE	Min. 3 – Max. 7	Min. 2	Min. 1 – Max. 4	Bez limitov
MLADŠIE NÁDEJE	Min. 3 – Max. 7	Min. 2	Min. 1 – Max. 4	Bez limitov
STARŠIE ŽIAČKY	Min. 3 – Max. 6	Min. 2	Min. 1 – Max. 3	Bez limitov
MLADŠIE ŽIAČKY	Min. 3 – Max. 6	Min. 2	Min. 1 – Max. 3 (R/R1)	Bez limitov
PRÍPRAVKY**	Min. 3 – Max. 5	S náčiním min. 2 Bez náčinia min. 3	Min. bez limitu – Max. 3	Bez limitov
SLNIEČKA**	Min. 3 – Max. 5	Min. 3	Min. bez limitu – Max. 3	x

** Pretekárky môžu robiť viac BD bez zrážky, rozhodkyňa započíta max. s najvyššou hodnotou (min. 1 skok, min. 1 rovnováha a min. 1 obrat).

Základná hodnota R = 0,2 (s náčiním).

Základná hodnota R1 = 0,1 (s náčiním)

R1 - stačí jedna rotácia tela v čase letu náčinia (neplatí vyhodenie/chytenie v čase rotácie).

Základná hodnota R2 = 0,2 (bez náčinia) – povolené sú iba IBA R2 alebo R3.

Hodnotu počítame ako s náčiním. Zmena osi a roviny max. 1x.

Dĺžka zostavy: 1:15-1:30.

1.2.3 SPOLOČNÉ SKLADBY B + B* + C

ROZPIS NÁČINIA

SENIORKY	2019	2020	2021	2022
16 ročné a staršie	5 obručí	5 lôpt	5 obručí	
2005+	3 lopty + 2 švihadlá	3 obruče + 2 páry kuželí	3 stuhy + 2 lopty	
JUNIORKY	2019	2020	2021	2022
13 – 15 ročné	5 stúh	5 lôpt	5 lôpt	
2006-2008	5 švihadiel	5 stúh	5 švihadiel	
NÁDEJE	2019	2020	2021	2022
11 - 12 ročné 2009-2010	5 lôpt / 5 párov kuželí	5 párov kuželí	5 švihadiel	
ŽIAČKY	2019	2020	2021	2022
9 – 10 ročné 2011-2012	5 obručí / 5 párov kuželí	5 lôpt	5 lôpt	
PRÍPRAVKY	2019	2020	2021	2022
8 ročné a mladšie 2013 a mladšie	bez náčinia	bez náčinia	bez náčinia	

ZLOŽENIE ZOSTAVY

	OBTIAŽNOSŤ TELA BEZ VÝMEN (BD)	OBTIAŽNOSŤ TELA S VÝMENAMI (ED)	SÉRIA TANEČNÝCH KROKOV (S)	DYNAMICKÉ PRVKY S ROTÁCIOU (R)	KOLABORÁCIE (C)
SENIORKY	Min. 4	Min. 4	Min. 1	Min. 1	Min. 4
	Max. 9 (jedna podľa výberu)				
JUNIORKY	Min. 3	Min. 3	Min. 2	Max. 1	Min. 4
	Min. 7 (jedna podľa výberu)				
NÁDEJE	Min. 3	Min. 3	Min. 2	Max. 1	Min. 4
	Max. 7 (jedna podľa výberu)				
ŽIAČKY	Min. 3	Min. 3	Min. 2	Max. 1	Min. 4
	Max. 7 (jedna podľa výberu)				
PRÍPRAVKY	Min. 3 Max. 5	x	Min. 2	x	0,1 max. 1 0,2 min. 1 0,3 max. 1*

*zdvíhačka

POZNÁMKY

INDIVIDUÁLNY PROGRAM:

- SGF pre Juniorky neodporúča prvky vykonávať obtiažnosti (BD) na kolenách.
- Fundamentálne aj vedľajšie manipulácie s náčiním s nedominantnou rukou musia byť vykonávané minimálne počas 2 prvkov obtiažnosti v zostave s loptou a so stuhou v kategórii junioriek **a nádejí**.
- Rozhodkyňa D1 D2 udeľuje gymnastke zrážku 0,3:
 - ak v predvedení chýba zastúpenie skupiny prvkov (rovnováhy, skoky, rotácie) - zrážka je za každú chýbajúcu skupinu prvkov BN,
 - ak gymnastka predvedie menej ako 3 BD,
 - ak chýba manipulácia s náčiním s nedominantnou rukou min. v 2 prvkoch obtiažnosti (BD), IBA v kategórii junioriek **a nádejí**,
 - za chýbajúcu sériu tanečných krokov v kategórii senioriek,
 - ak gymnastka predvedie menej ako 2 série tanečných krokov (S),
 - ak gymnastka vykoná viac ako jeden turlan.
- Rozhodkyňa D2 D3 udeľuje gymnastke zrážku 0,3 zakaždým:
 - ak v prevedení chýba minimálne jedna séria dynamických prvkov s rotáciou
 - ak v prevedení chýba minimálne jeden prvok obtiažnosti s manipuláciou náčinia (len v kategórii senioriek)
- Hudba so spievaným textom môže byť v max. 2 zostavách.
- Pretekárky môžu robiť viac obtiažností tela (BD) bez zrážky, rozhodkyňa započíta stanovené max. s najvyššou hodnotou.

KTO SÚ SLNIEČKA?

Program Slniečka je vytvorený s cieľom rozvoja športového ducha u detí v pred-súťažnom veku. Je určený k zlepšeniu úrovne fyzickej prípravy detí a tiež k vytvoreniu pozitívnejšieho úvodu do súťažného režimu modernej gymnastiky. Filozofiou programu je zmeniť zameranie na oceňovanie a vytváranie „rebríčkov“ týchto mladých športovkýň. Cieľom je zabrániť vysokému úbytku gymnastiek už v mladom veku. Program Slniečka slúži na posilnenie pozitívnej účasti na súťažiach namiesto podpory potreby konkurencieschopnosti prostredníctvom hodnotenia. Práve takýto prístup vytvára u detí výborný predpoklad pre budúci a najmä dlhodobý rozvoj.

Všetky gymnastky vo veku do 5-6 rokov, ktoré sa zúčastnia súťaže:

- všetky gymnastky dostanú jednotnú cenu (medaila, darček, diplom – podľa možností organizátora akcie)
- usporiadateľ môže vyhlásiť celkové poradie (1. až posledné miesto) v akom sa gymnastky umiestnili podľa bodovania rozhodkýň

POZNÁMKY

SPOLOČNÉ SKLADBY:

- V spoločných skladbách s náčiním cvičí 5 gymnastiek, v prípravkách 4-6.
- Spoločné skladby môžu štartovať v neobmedzenom počte za klub, pokiaľ sa líšia hudbou a choreografiou. Pokiaľ štartuje viac spoločných skladieb za klub, je možné, aby max. 1 gymnastka súťažila v 2-och rôznych skladbách.
- Gymnastky, ktoré štartujú v spoločných skladbách nemôžu štartovať na tej istej súťaži v kategórii dvojíc a trojíc.
- Rozhodkyňa D1 D2 udeľuje gymnastke zrážku 0,3:
 - ak v predvedení chýba zastúpenie skupiny prvkov (rovnováhy, skoky, rotácie) - zrážka za každú chýbajúcu skupinu prvkov BN,
 - ak jedna obtiažnosť tela nie je vykonaná naraz alebo vo veľmi malých intervaloch (nie v podskupinách),
 - ak gymnastky predvedú menej ako 3 BD – juniorky, menej ako 4 BD – seniorky,
 - ak gymnastky predvedú menej ako 3 obtiažnosti tela s výmenami (ED) – juniorky, menej ako 4 ED – seniorky,
 - ak gymnastky predvedú menej ako 1 (v seniorkách) a menej ako 2 série tanečných krokov.
- Rozhodkyňa D2 D3 udeľuje gymnastke zrážku 0,3 zakaždým:
 - ak gymnastky predvedú viac ako jednu sériu dynamických prvkov s rotáciou (R),
 - ak gymnastky predvedú menej ako 4 kolaborácie.
- Hudba so spievaným textom môže byť v max. 1 zostave.
- Pretekárky môžu robiť viac obtiažností tela (BD) bez zrážky, rozhodkyňa započíta stanovené max. s najvyššou hodnotou.
- Seniorky a juniorky (okrem reprezentácie): nie je povinný dvojboj - pokiaľ klub súťaží v dvojboji, každá skladba sa považuje za samostatnú skladbu

DVOJICE, TROJICE:

- Dvojice a trojice môžu štartovať v neobmedzenom množstve za klub, pokiaľ sa líšia hudbou a choreografiou. Každá gymnastka môže súťažiť len v jednej skladbe.
- Dvojice a trojice sú hodnotené v rámci kategórie spolu (nie samostatne dvojice a samostatne trojice).
- Gymnastky, ktoré štartujú v spoločných skladbách nemôžu štartovať na tej istej súťaži v kategórii dvojíc a trojíc. V kategórii dvojíc a trojíc platí rovnaké rozdelenie do kategórií podľa veku ako aj obsahová náplň jednotlivých kategórií spoločných skladieb.
- Dĺžka hudby 1:30 – 2:00, 1 predvedenie skladby.

POČET PREDVEDENÍ:

Juniorky a seniorky:	1 zostava 2 predvedenia alebo 2 zostavy a každá zostava po jednom predvedení
Ostatné spoločné skladby:	1 zostava 2 predvedenia
Dvojice a trojice:	1 zostava 2 predvedenia

Kolaborácie bez náčinia:

- C 0,1 kolaborácie, vzťahy bez rotačných prvkov ponad, pod, cez gymnastky,
- C 0,2 kolaborácie, vzťahy s rotačnými prvkami ponad, pod, cez gymnastky,
- C 0,3 zdvíhačky nad úroveň ramien zdvíhajúcich gymnastiek, platné iba v spoločných skladbách bez náčinia,
- C 0,3 môže byť použitá max. 1x, ostatné sa nepočítajú ale ponížujú sa na hodnotu C 0,2.

1.3 PROGRAM „C“

Do programu „C“ sú zaradené gymnastky, ktoré prislúchajú tomuto programu vekom a výkonnosťou. Gymnastky pretekajú v kategóriách: **seniorky, juniorky, nádeje, žiačky a prípravky**. C program dodržiava medzinárodné pravidlá známe ako FIG Code of Point, FIG Technical Regulations a úpravy SGF.

Špecifiká programu „C“:

- Od roku 2020 SGF v programe „C“ nevyhlasuje majstrovstvá Slovenska.
- Najvyššou slovenskou súťažou programu „C“ je **Slovenský pohár v modernej gymnastike C**. Program nevyhlasuje súťaž spoločných skladieb, dvojíc, trojíc (gymnastky programu C sa tejto súťaže môžu zúčastniť v programe B).

1.3.1 INDIVIDUÁLNY PROGRAM C

ROZPIS NÁČINIA

SENIORKY	2019	2020/2021	2022/2023	2024-2025
15 ročné a staršie	kužeľe	kužeľe		
	stuha	stuha		
JUNIORKY	2019	2020/2021	2022/2023	2024-2025
13 – 14 ročné	lopta	lopta		
	kužeľe	kužeľe		
NÁDEJE	2019	2020/2021	2022/2023	2024-2025
11 - 12 ročné	obruč	obruč		
	lopta	lopta		
ŽIAČKY	2019	2020/2021	2022/2023	2024-2025
9 – 10 ročné	švihadlo	švihadlo		
	obruč	obruč		
PRÍPRAVKY	2019	2020/2021	2022/2023	2024-2025
7 – 8 ročné	bez náčinia	bez náčinia		
	švihadlo	švihadlo		
SLNIEČKA	2019	2020/2021	2022/2023	2024-2025
5 - 6 ročné	bez náčinia	bez náčinia		

ZLOŽENIE ZOSTAVY

KVALIFIKÁCIE 2021: Video-zostavy a pomocné tabuľky na rozhodovanie vid' na www.sgf.sk.

SLOVENSKÝ POHÁR 2021: Žiačky, nádeje, juniorky a seniorky môžu (ale nemusia) súťažiť s jednou voľnou zostavou (tzn. zostava s vlastným výberom hudby a choreografiou). Dodržiavať musia ale presne špecifikovanú náplň jednotlivých zostáv - vid' príloha.

Žiačky:	obruč povinná,	švihadlo povinná alebo voľná
Nádeje:	lopta povinná,	obruč povinná alebo voľná
Juniorky:	kužeľe povinná,	lopta povinná alebo voľná
Seniorky:	stuha povinná,	kužeľe povinná alebo voľná

POZNÁMKY

Obťažnosť:

Min. 1x rovnováha, rotácia, skok – aj vo voľnej aj v povinnej zostave.

Prvok BN musí byť predvedený **podľa platných pravidiel FIG s manipuláciou náčinia** (fundamentálna al. vedľajšia pre dané náčinie).

V prípade rotácií, ak gymnastka nevykoná rotáciu 720 stupňov tak, ako je zapísané v rozhodcovských lístkoch povinnej zostavy, rozhodkyňa uzná rotáciu v prípade, ak bola vykonaná na min. 360 stupňov (v jasne definovanej a zafixovanej pozícii). Ak gymnastka nepredvedie rotáciu ani 360 stupňov, táto rotácia sa neuznáva. Hodnoty všetkých prvkov rešpektujú medzinárodné pravidlá FIG.

V prípade AD, ak gymnastka nevykoná AD s vysokým vyhodením za 0,4 tak, ako je zapísané v rozhodcovských lístkoch povinnej zostavy, **rozhodkyňa uzná AD v hodnote 0,2 (pri nízkom alebo strednom vyhodení)** v prípade, ak bolo toto AD vykonané bez závažných chýb v predvedení (napr. pád náčinia).

Vlny:

Celým telom (vlna časťou tela – hrudník, ruky, hlava, a pod. nebudú uznané). **Za každú chýbajúcu vlnu zrážka 0,3 bod.** Gymnastka je povinná vykonať min. 2 vlny vo voľnej zostave. Za každú chýbajúcu vlnu zráža rozhodkyňa 0,3 bodu. Ak bola vlna vykonaná bez povinnej amplitúdy, táto vlna sa nepovažuje za chýbajúcu. Vlny v povinnej zostave, rovnako ako vo voľnej zostave, rešpektujú pravidlá FIG a nemajú žiadnu hodnotu.

Séria tanečných krokov:

Podľa pravidiel FIG. Akékoľvek klasické tanečné kroky, ľudové tance, moderné tance, spoločenské tance. Minimálne 8 sekúnd, súlad s tempom a rytmom hudobného doprovodu (plati len pre povinnú zostavu), Väčšina tanečných krokov nemá 8 sekúnd (chyba choreografie! - pokiaľ sa dodrží predpísaná manipulácia, rytmus, tanečné kroky sa počítajú).

Minimálne 2 rôzne zmeny pohybu – rytmus, smer, úroveň.

Vyjadrenie charakteru a emočného naplnenie hudby pohybom tela a manipuláciou náčinia.

Prechod a spojenie medzi jednotlivými pohybmi by mali byť logické a plynulé bez zastavenia sa a bez dlhých prípravných pohybov (preparácie) v súlade s tempom, rytmom, charakterom hudby.

S čiastočným alebo úplným premiestnením.

Riziká:

1-2x v zostave podľa kategórie

R1 – 1 akrobačný prvok pod letiacim náčiním

R2 – 1-2 akrobačné prvky pod letiacim náčiním – možnosť chytania náčinia aj do 2 rotácie.

Gymnastka môže robiť aj riziko bez vyhodenia (aj napriek tomu, že na videu je s vyhodením - hodnota sa znižuje o 0,1).

Hudba:

Povinná zostava aj voľná zostava (od 2021) - 1:15

Usmernenia:

Zmeny môžu nastať v možnosti výmeny prvkov (stále ale skok za skok, rovnováhu za rovnováhu, rotáciu za rotáciu) v tej istej resp. nižšej hodnoty ako pôvodná, manipulácia musí ostať predpísaná (niektoré gymnastky si menili aj manipuláciu). Pri zmenenej manipulácii obťažnosť nie je uznaná.

Zrážka 0,3 ak sa gymnastka ani nepokúsi o povinný prvok s náčiním, riziko alebo povinnú manipuláciu. Všetky vyhodenia a chytania sa musia byť predvedené aby sa rátali s minimálne stredným vyhodením

V kategórii 2010/2009 zostava s obručou - zmenené posledné preskoky cez obruč točenia obruče v pred na točenie obruče vzad!

V kategórii 2008/2007 zostava s loptou - vzhľadom k zjednoteniu výslednej známky povinnej a voľnej zostavy sa do celkovej hodnoty D3 nezapočítavajú AD spolu v hodnote 0,6 bodu - viď strana 16. Napriek uvedenému gymnastka musí rešpektovať choreografiu zostavy. Zrážka 0,3, ak sa gymnastka nepokúsi o povinný prvok.

1.3.2 NÁPLŇ ZOSTÁV

Náplň povinných zostáv - pomocná tabuľka pre trénerov BD - 2021

Videozostavy

I. SLNIEČKA 2015 a ml.												
BN	D1/D2	S 0.3	F 0.1	S 0.3	)	b ₁ 0.1	S 0.3	)		< 0.1		1.2
	D3/D4									R1 0.1	R1 0.1	0.2

II. PRÍPRAVKY 2013-2014												
BN	D1/D2	)	S 0.3	F 0.1	)	S 0.3	b ₁ 0.1		S 0.3	< 0.1		1.2
	D3/D4					R1 0.1		R1 0.1			R2 0.2	0.4

II. PRÍPRAVKY 2014-2013												
ŠVIHADLO	D1/D2		S 0.3	∞ 0.1	∞ 0.1	∞ 0.3	b ₁ 0.1			∞ 0.1	∞ 0.1	0.9
	D3/D4	∞ 0.2					b ₁ 0.2		∞ 0.2	R1 0.1	R1 0.1	1.4

III. ŽIAČKY 2011-2012												
ŠVIHADLO	D1/D2	∞ 0.2		∞ 0.2	b ₂ 0.2	∞ 0.3		∞ 0.2		∞ 0.2		0.9
	D3/D4		R1 0.1			∞ 0.2		∞ 0.2	∞ 0.2	∞ 0.2	∞ 0.2	1.9

III. ŽIAČKY 2011-2012												
OBRUČ	D1/D2		S 0.3	∞ 0.2	b ₂ 0.2	∞ 0.3		∞ 0.1		∞ 0.2		1.1
	D3/D4	∞ 0.2				∞ 0.3		∞ 0.2	∞ 0.2	R1 0.1		1.4

IV. NÁDEJE 2009-2010													
OBRUC	D1/D2		$\infty \uparrow$ 0.2	∞^s 0.3		$\infty \downarrow$ 0.2		$\infty \leftarrow$ 0.2		$\infty \rightarrow$ 0.2	$\infty \downarrow$ 0.2		1.1
	D3/D4	$\uparrow \downarrow \neq$ 0.4		$\infty \neq$ 0.2		$\infty \downarrow$ 0.2		$\downarrow \neq =$ 0.4		$\infty \downarrow$ 0.3	R1 ∞ 0.1	R2 $\neq$ 0.2	2.0

IV. NÁDEJE 2009-2010													
LOPTA	D1/D2	$\infty \rightarrow$ 0.1	$\infty \downarrow$ 0.1		∞^s 0.3		$\uparrow <$ 0.1		$\infty \downarrow$ 0.3	$\infty \uparrow$ 0.2	$\infty \rightarrow$ 0.1	$\infty \rightarrow$ 0.1	1.1
	D3/D4		∞ 0.2	∞ 0.2		$\downarrow \neq =$ 0.4	$\infty \neq =$ 0.2	$\uparrow \wedge$ 0.1	$\downarrow \neq$ 0.4	$\infty \downarrow$ 0.3	R2 0.2	$\downarrow$ 0.4	2.8

V. JUNIORKY 2007-2008													
LOPTA	D1/D2	$\infty \uparrow$ 0.2		$\infty \rightarrow$ 0.2	∞^s 0.3		$\uparrow \leftarrow$ 0.2		$\infty \downarrow$ 0.4	∞^s 0.3	$\infty \uparrow$ 0.2	$\infty \downarrow$ 0.2	1.8
	D3/D4		R2 0.2	∞ 0.2	∞ 0.2		$\infty \downarrow$ 0.3	$\uparrow \wedge$ 0.3	$\downarrow =$ 0.3	R2 $\downarrow$ 0.3	∞ 0.2	$\downarrow \neq =$ 0.4	1.9

V. JUNIORKY 2007-2008													
KUŽELE	D1/D2	$\infty \rightarrow$ 0.2	$\infty \uparrow$ 0.2		$\infty \downarrow$ 0.3	$\uparrow \leftarrow$ 0.2		$\infty \downarrow$ 0.2	$\infty \downarrow$ 0.3	$\infty \rightarrow$ 0.3	$\infty \downarrow$ 0.2		1.7
	D3/D4		R2 $\downarrow$ 0.3		$\uparrow \wedge$ 0.3	$\downarrow \neq =$ 0.4	$\infty \downarrow$ 0.2		R2 $\downarrow$ 0.3		$\downarrow =$ 0.4		1.9

VI. SENIORKY 2006 a st.													
KUŽELE	D1/D2		$\infty \rightarrow$ 0.3	$\infty \rightarrow$ 0.3	$\infty \downarrow$ 0.4	$\infty \downarrow$ 0.2	$\uparrow \leftarrow$ 0.2		$\infty \downarrow$ 0.3	$\infty \rightarrow$ 0.2	$\infty \downarrow$ 0.2		1.9
	D3/D4	R1 0.1			$\uparrow \wedge$ 0.3	$\downarrow \neq =$ 0.4	R1 0.1	$\downarrow$ 0.4			R1 0.1		1.4

VI. SENIORKY 2006 a st.													
STUHA	D1/D2	$\infty \downarrow$ 0.2		$\infty \rightarrow$ 0.3	$\infty \downarrow$ 0.2	$\infty \downarrow$ 0.3		$\infty \downarrow$ 0.2		$\infty \downarrow$ 0.3	$\infty \downarrow$ 0.1	$\infty \downarrow$ 0.3	1.9
	D3/D4		R2 $\downarrow$ 0.3			$\infty \downarrow$ 0.2		R2 $\downarrow$ 0.3					0.8

Náplň voľných zostáv pre rok 2021

Tolerancia s povinnými zostavami 0,3 boda.

komponenty obtiažnosti v spojení s technickými prvkami s náčiním		C program ŠVIHADLO 2012/2011	C program OBRUČ 2010/2009	C program LOPTA 2008/2007	C program KUŽELE 2006 a st.
BD	skoky	max hodnota 0,2	max hodnota 0,2	max hodnota 0,2	max hodnota 0,2
	rovnováhy	max hodnota 0,2	max hodnota 0,2	max hodnota 0,2	max hodnota 0,2
	rotácie	max hodnota 0,2	max hodnota 0,2	max hodnota 0,2	max hodnota 0,2
		Max 4x BD v hodnote max. 0,2 Max hodnota spolu 0,8	Max 4x BD v hodnote max. 0,2 Max hodnota spolu 0,8	Max 4x BD v hodnote max. 0,3 Max hodnota spolu 1,2	Max 4x BD v hodnote max. 0,3 Max hodnota spolu 1,2
S		Min. 2x tanečné kroky Min. hodnota spolu 0,6	Min. 2x tanečné kroky Min. hodnota spolu 0,6	Min. 2x tanečné kroky Min. hodnota spolu 0,6	Min. 2x tanečné kroky Min. hodnota spolu 0,6
R		Max 1 riziko R1/R2 (R1/R2 pod náčiním ALEBO R2 s chytením do druhej rotácie) Max hodnota: 0,3	Max 1 riziko R1/R2 (R1/R2 pod náčiním ALEBO R2 s chytením do druhej rotácie) Max hodnota: 0,3	Max 1 riziko R1/R2 (R1/R2 pod náčiním ALEBO R2 s chytením do druhej rotácie) Max hodnota: 0,4	Max 1 riziko R1/R2 (R1/R2 pod náčiním ALEBO R2 s chytením do druhej rotácie) Max hodnota: 0,4
AD		Fundamentálna skupina na základe PZ + min. jedno kritérium Max hodnota 1,0	Fundamentálna skupina na základe PZ + min. jedno kritérium Max hodnota 1,1	Fundamentálna skupina na základe PZ + min. jedno kritérium Max hodnota 1,2	Fundamentálna skupina na základe PZ + min. jedno kritérium Max hodnota 1,3
vlny		Min 2 vlny (zrážka za každú chýbajúcu vlnu 0,3)	Min 2 vlny (zrážka za každú chýbajúcu vlnu 0,3)	Min 2 vlny (zrážka za každú chýbajúcu vlnu 0,3)	Min 2 vlny (zrážka za každú chýbajúcu vlnu 0,3)

SPOLU:

2,7

2,8

3,4

3,5

Pomocná tabuľka pre trénerov AD - na rok 2021

Priklady AD k voľným zostavám

	hodnoty AD						fundamentálna práca s náčiním	vedľajšia práca s náčiním
	0,2	popis	0,3	popis	0,4	popis		
ŽIAČKY ŠVIHADLO 2012/2011		séria dvojšvihov		min. stredné vyhodenie z nohy bez zrakovej kontroly		chytenie z min. stredného vyhodenia na nohu na zemi		
		točené čertíky švihadlo sa točí vzad		min. stredné vyhodenie pod nohou na zemi		chytenie z min. stredného vyhodenia na krk v mlynskom kole		
		šené švihadlo držané za stred medzi nohami		min. stredné vyhodenie v premete rozložené švihadlo		zmiešané chytenie z min. stredného vyhodenia bez zraku jeden uzlik do ruky a jeden pripnúť nohou		
NÁDEJE OBRUČ 2010/2009		krúženie na krku počas presedu na zemi		min. stredné vyhodenie prechod cez obruč		chytenie z min. stredného vyhodenia na zemi navlečenie na nohy		
		prechod obručou v premete		min. stredné vyhodenie bez pomoci rúk a bez zrakovej kontroly		chytenie z min. stredného vyhodenia na zemi vkladu do kotlačky po rukách poza chrbát		
		kotúlenie obruče cez ruky a chrbát v BD / po upažených rukách za hlavou v BD		krúženie na krku a predanie cez nohu do ruky		chytenie z min. stredného vyhodenia do krúženia v polohe na zemi		
JUNIORKY LOPTA 2008/2007		odbitie lopty o hrudník počas mlynskeho kola		min. stredné vyhodenie v premete vpred		chytenie z min. stredného vyhodenia bez zraku na chrbat alebo medzi krk a ruky		
		v "rybičke" odbitie lopty držanej medzi kolenami		kotúlenie lopty na zemi v polohe na bruchu po rukách chrbte chytenie do nochtôch		chytenie z min. stredného vyhodenia na zemi medzi nohy v sede "motýlik"		
		šúchačka po lopke cez špagát (to čo majú v zostave "aleluja")		min. stredné vyhodenie poza chrbát v BD		chytenie z min. stredného vyhodenia na zemi medzi do jednej ruky		
SENIORKY KUŽELE 2006 a st.		malé vyhodenie jednej kuželi na zemi za chrbtom		min. stredné vyhodenie asymetria kuželi v BD/ symetria kuželi v BD		chytenie z min. stredného vyhodenia na zemi pomocou kuželi horizontálne točene kužele		
		chytenie bez pomoci rúk po malo vyhodení na zemi		min. stredné vyhodenie v kotúli vpred z nohy		chytenie z min. stredného vyhodenia poza chrbát na zemi		
		mlynček v kotúli vzad		min. stredné vyhodenie kuželi pomocou druhej kuželi v BD		chytenie z min. stredného vyhodenia na zemi pod nohou		

PRÍLOHA A: Príslušnosť do kategórie 2019 - 2024

Nasledujúca tabuľka slúži ako grafická pomôcka k identifikácii súťažnej kategórie do ukončenia olympijského cyklu 2020-2024.

	2019	2020	2021	2022	2023	2024
2003+	Seniorky	Seniorky	Seniorky	Seniorky	Seniorky	Seniorky
2004	Juniorky	Seniorky	Seniorky	Seniorky	Seniorky	Seniorky
2005	Juniorky	Juniorky	Seniorky	Seniorky	Seniorky	Seniorky
2006	Juniorky	Juniorky	Juniorky	Seniorky	Seniorky	Seniorky
2007	Nádeje st.	Juniorky	Juniorky	Juniorky	Seniorky	Seniorky
2008	Nádeje ml.	Nádeje st.	Juniorky	Juniorky	Juniorky	Seniorky
2009	Žiačky st.	Nádeje ml.	Nádeje st.	Juniorky	Juniorky	Juniorky
2010	Žiačky ml.	Žiačky st.	Nádeje ml.	Nádeje st.	Juniorky	Juniorky
2011	Prípravky	Žiačky ml.	Žiačky st.	Nádeje ml.	Nádeje st.	Juniorky
2012	Prípravky	Prípravky	Žiačky ml.	Žiačky st.	Nádeje ml.	Nádeje st.
2013	Slniečka	Prípravky	Prípravky	Žiačky ml.	Žiačky st.	Nádeje ml.
2014	Slniečka	Slniečka	Prípravky	Prípravky	Žiačky ml.	Žiačky st.
2015	x	Slniečka	Slniečka	Prípravky	Prípravky	Žiačky ml.
2016	x	x	Slniečka	Slniečka	Prípravky	Prípravky