

RAZPISUJE

39. ODPRTO PRVENSTVO BEŽIGRADA V SKOKIH Z MALE PROŽNE PONJAVE

DATUM	Sobota, 5. april 2014, z začetkom ob 9.45 uri.
KRAJ	Športni center Triglav, Vodovodna 25, Ljubljana.
INFORMACIJE	Preko elektronske pošte: info@sokolbezigrad.si ali telefona: (01) 434-76-03, GSM: 041 797 726 Tina Sebanc.
PRIJAVE	Prijave pošljite do vključno petka, 28. marca 2014 , na naslov: ŠD Sokol Bežigrad, Trg 9. maja 1, 1000 Ljubljana ali preko elektronske pošte: info@sokolbezigrad.si . Prosimo, da na prijavi navedete elektronski naslov, kamor vam lahko pošljemo urnik tekmovanja.
URNIK	Izdelan bo na podlagi prijav in ga bodo ekipe prejele pet dni pred tekmovanjem. Skupaj z urnikom bodo posredovana tudi obvestila o tekmovanju.
KOTIZACIJA	Določena bo glede na število prijav in bo objavljena hkrati z urnikom.
SODNIKI	Vsako kategorijo sodita dva licencirana in registrirana sodnika pri GZS. Začetnike sodi en sodnik.
TEKMOVANJE	Poteka v ekipni in posamični konkurenci. Tekmujejo lahko registrirani in neregistrirani tekmovalci-ke pri GZS.
KATEGORIJE	Tekmujejo lahko registrirani (A, C) in neregistrirani tekmovalci: začetnice in začetniki.....vsi, ki še niso tekmovali na OP Bežigrada in med začetniki prejeli medalje; cicibanke in cicibani..... rojeni 2005 in mlajšiekipa (4+2); mlajše deklice in dečki rojeni 2002 -2004ekipa (4+2); starejše deklice in dečki..... rojeni 1999 -2001ekipa (4+2); mladinke in mladinci..... rojeni 1995 -1998ekipa (3+2); članice in člani..... rojeni 1994 in starejšiekipa (3+2).

TEKMOVALNI PROGRAM

Glej C PROGRAM GIMNASTIKE 2001 – Skoki z male prožne ponjave:
en obvezen in trije različni poljubni skoki. Začetnice in začetniki skačejo po pravilniku za šolska športna tekmovanja (glej prilogo).

Obvezni skoki: (po pravilniku C-programa)

cicibanke..... (skok št. 2) – skok raznožno roki vzročeno;
cicibani (skok št. 5) – skok skrčeno;
mlajše deklice..... (skok št. 4) – skok prednožno snožno;
mlajši dečki (skok št. 3) – skok prednožno raz. s predklonom z rokami dotik nog;
starejše deklice (skok št. 3) – skok prednožno raz. s predklonom z rokami dotik nog;
starejši dečki (skok št. 1B) – skok stegnjeno z obratom 360 stopinj;
mladinke (skok št. 5) – skok skrčeno;
mladinci (skok št. 8) – salto naprej skrčeno;
članice..... (skok št. 5) – skok skrčeno;
člani (skok št. 8) – salto naprej skrčeno.

PRIZNANJA

Začetniki in začetnice:

tekmujejo le posamezno, vsi prejmejo priznanja, za medaljo pa mora skupno število 4 skokov preseči 36 točk.

Ostale kategorije:

prvi trije posamezniki v vsaki kategoriji prejmejo kolajno, prvih šest pa diplomo;

prve tri uvrščene ekipe v posamezni kategoriji prejmejo pokal, diplomo in kolajne.

Ljubljana, 12. marec 2014

Organizacijski odbor:
Tina Sebanc in Jure Kern

Predsednik:
mag. Andrej Pregelj

PRILOGA

PRAVILNIK ZA PROGRAM SKOKOV Z MALE PROŽNE PONJAVE ZA ZAČETNICE IN ZAČETNIKE (povzet po pravilniku za šolska športna tekmovanja za skoke z male prožne ponjave)

Vsak tekmovalec ali tekmovalka skoči po en obvezni skok in tri različne po poljubni izbiri iz spodnje preglednice skokov.

Številka skoka	Prvina	Izhodiščna ocena
1	Skok stegnjeno (obvezna prvina).	10,0
2	Skok skrčeno.	10,0
3	Skok raznožno.	10,0
4	Skok prednožno raznožno.	10,0
5	Skok prednožno sonožno.	10,0
6	Skok z obratom za 180 stopinj.	10,0