



ČASOVÝ HARMONOGRAM



ZÁVODU V MODERNÍ GYMNASTICE O VINOHRADSKÉ KOŠTĚ

Datum konání: **neděle 4. 5. 2025**

Místo konání: Velká hala sokolovny, Polská 2400/1a, 12000 PRAHA 2-Vinohrady

Dopoledne ZP 0.B, 0.A, IV., V. + KP - odpoledne ZP I., II., III

7:00 nástup do šaten

7:30 - 8:20 rozcvičení dle přílohy

7:30 - 8:00 prezence ZP+KP

8:00 - 8:25 porada trenérek a rozhodčích ZP+KP

8:30 - 12:00 kategorie 0.B + 0.A (sál reuter v přízemí)

8:30 - 10:30 kategorie KP (velká hala 1. patro)

8:40 - 11:40 kategorie IV.-V. ZP (velká hala 1. patro)

11:50-12:00 rozcvičení na hudbu – bude probíhat na obou kobercích bez ohledu na oddíl od I. kategorie až po II. kategorii

12:10 vyhlášení výsledků 0.B, 0.A, IV. a V. ZP + KP

13:30 - 16:00 kategorie I. (velká hala 1. patro)

16:10 - 18:10 kategorie II. (velká hala 1. patro)

18:20 - 19:50 kategorie III. (velká hala 1. patro)

20:00 vyhlášení výsledků I., II., III. ZP

Prosíme trenéry a závodnice odpoledního programu, aby počítali s možným posunutím rozcvičení z důvodu zkrácení, nebo prodloužení dopoledního závodu.

Rozcvičení povinných sestav bude probíhat na obou kobercích současně bez ohledu na oddíl na hudbu.

Rozcvičení volných sestav bude probíhat na obou kobercích současně dle oddílů bez hudby.

7:30 - 8:00	Rozcvičení povinných sestav ZP IV. – V. a KP Hudba bude pouštěna postupně po kategoriích
8:05 - 8:10	T.J. Sokol Pražský + SK Triumf Praha - KOBEREC U SÍTĚ T.J. Sokol Praha Král. Vinohrady - KOBEREC U PLYŠÁKA
8:10 - 8:15	SK Eli Dolní Břežany - KOBEREC U SÍTĚ SK MG Plzeň Bolevec- KOBEREC U PLYŠÁKA
8:15 - 8:20	GSK Mariánské Lázně MG TJ Meteor ČB
8:20 - 8:25	TJ Nové Město na Moravě + TGK Zlín - KOBEREC U SÍTĚ MG Liberec + TJ Sokol Malá Strana - KOBEREC U PLYŠÁKA

Rozcvičení 0.A a 0.B kat. sestav bude probíhat v přízemí sokolovny po oddílech.
Prosíme dodržujte časový rozpis.

7:30 - 7:35	T.J. Sokol Praha Královské Vinohrady
7:35 - 7:40	SK Triumf Praha
7:40 - 7:45	SK Motorlet Praha
7:45 - 7:50	GSK Tábor
7:50 - 7:55	MG TJ Meteor ČB
7:55 - 8:00	TJ Sokol Malá Strana + SK Zlatníky + T.J. Sokol Pražský
8:00 - 8:05	SK MG Plzeň Bolevec + T. J. Sokol Žďár nad Sázavou + Oddíl MG při ZŠ Hovorčovická 11 + TGK Zlín
8:05 - 8:10	GSK Mariánské Lázně + TJ Tatran Volary
8:10 - 8:15	MG Liberec
8:15 - 8:20	CMG Litvínov

Žádáme, aby se na hale pohybovaly jen kategorie, které právě závodí. Gymnastky, které odzávodí, žádáme, aby se přesunuly do hlediště. Upozorňujeme všechny gymnastky a trenéry, že v hale je dovoleno jíst pouze v hledišti. Na ploše haly je přísný zákaz konzumace jídla a pití (s výjimkou rozhodčích). Rodiče a doprovod prosíme, aby nevstupovali na plochu haly. Na plochu haly mají přístup jen přezutí trenéři, rozhodčí a organizátoři závodu. Na plochu haly je zákaz vstupu s podpatky, rozhodčí prosíme, aby se pohybovali jen po pěnových podložkách. V šatnách si nenechávejte nic cenného, šatny jsou volně přístupné, nezamykají se.

Prosíme o informování rodičů a gymnastek. Všechny účastníky závodu žádáme o dodržování těchto pravidel.

Možné parkování před sokolovnou: 2 hodiny: 50 Kč, 3 hodiny: 70 Kč. 4 hodiny: 90 Kč – platba ve vrátnici sokola. Platí do naplnění kapacity parkoviště.