

## Aerobik Dynamic Cup – pravidla 2023

### **VŠEOBECNÉ INFORMACE**

Soutěž jednotlivců typu cvičení dle lektora

Všichni závodníci se zaregistrují na prezenci, kde obdrží startovní číslo

Dané číslo má závodník po celou dobu závodu připnuté na hrudníku/noze, jednoduše tak, aby bylo viditelné

Prezence se uzavírá 15 minut před zahájením soutěžního kola

Zařazení do věkové kategorie je dle dosaženého věku v den soutěže

### **SOUTĚŽNÍ DISCIPLÍNY**

aerobic – komerční aerobic

### **PŘIHLÁŠKY**

Přihlášení na závod probíhá elektronicky pomocí elektronické přihlášky na stránkách [www.tskdynamik.com](http://www.tskdynamik.com), a to nejpozději do 10.4. 2023

### **VĚKOVÉ KATEGORIE**

Do 6 let

7-10 let

11-15 let

16-25 let

26 a více let

### **STRUKTURA ZÁVODU**

Do 6 let, 7-10 let - 1 kolo (pouze finále)

Ostatní kategorie - 2 kola (základní kolo + finále)

Organizátor vyhrazuje možnost sloučit kategorie, podle počtu přihlášených závodníků, které se však budou hodnotit zvlášť

## **DÉLKA SOUTĚŽNÍCH KOL**

Základní kolo 25 minut

Finále 15 minut

## **ROZDĚLENÍ DO FINÁLE**

Počet nejlepších závodníků vybraných panelem rozhodčích ze základního kola do finále bude různý, tedy může postoupit do tohoto kola závodníků pět, deset..

## **KRITÉRIA HODNOCENÍ**

Hodnotí se správné držení těla, správné provedení pohybu dolních a horních končetin, tam spadá přesnost a rychlost. Pohyby jsou ve správné linii a mají určitý začátek a konec. Celková energie závodníka, rovnováha, zpomalení a zrychlení tempa. Pokud se bude hodnotit i flexibilita, tak závodník by měl umět tzv. provaz, rozštěp, placku apod. V případě, že flexibilita není úplná nebo totožná, nevadí, pokud je pohyb kontrolovaný a zvládnutý s ohledem na správné držení těla, budeme brát na to ohled též. Kdyby byla požadována síla, tak ta se hodnotí na základě správně zvládnuté techniky, řadíme zde kliky (dámské, pánské, triceps, biceps apod.) Hodnotí se i výraz, tedy úsměv 😊

## **LEKTOR**

Lektoři jsou vybráni ředitelkou soutěže a předcvičují všechna soutěžní kola dané věkové kategorie. Jsou obeznámeni s pravidly soutěže a musí respektovat věkové zákonitosti závodníků. Hudba a choreografie musí odpovídat určité věkové kategorii. Během cvičení lektor dohlíží na všechny soutěžící a komunikuje s nimi gesty či slovy

## **ROZHODČÍ**

Soubor se skládá z pěti rozhodčích

## **HODNOCENÍ**

Soubor rozhodčích ze základního kola vybere do finále určitý počet závodníků tím, že přidělí svůj bod

Umístění na 1., 2. a 3. místo + cena poroty

## **STARTOVNÉ**

Členové klubu = 30 Kč /start

Ostatní = 50 Kč / start

## **OHODNOCENÍ, CENY**

Medaile, diplomy, předměty od sponzorů a partnerů

## **ZDRAVOTNÍK**

Přítomen po celou dobu soutěže

## **DISKVALIFIKACE**

V případě, že závodník, trenér nebo rodič bude mít nesportovní chování, či projeví vulgarity, může být závodník kvůli těmto důvodům diskvalifikován. Diskvalifikace spadá i do nesprávného zařazení do věkové kategorie

## **ZPĚTNÁ VAZBA**

Na tomto typu soutěže není možné podávat protesty, zpětná vazba se neposkytuje