



PROGRAM NATJECANJA U RG ZA 2011.GODINU

„B“ i „C“ PROGRAM

U Zagrebu, 12. prosinac 2010.godine



OPĆE ODREDBE:

Opća podjela natjecanja u ritmičkoj gimnastici odnosi se na individualni i grupni program.

Rekviziti u ritmičkoj gimnastici (redosljed po FIG-U): vijača, обруч, lopta, čunjevi i traka.

* Gimnastičarke u kategoriji mini, mlađih kadetkinja i kadetkinja imaju i vježbu bez rekvizita.

Programom gimnastičkih natjecanja u ritmičkoj gimnastici obuhvaćena su tri programa koja se odvijaju na tri razine.

Prema programima natjecanja dijele se na: «A», «B» i «C» program

a prema razini na:

I. razina natjecanja	gradska razina
II. razina natjecanja	regionalna razina
III. razina natjecanja	nacionalna razina

Regije su određene prema zemljopisnim oznakama strana svijeta :

"SJEVER", "JUG", "ISTOK" i "ZAPAD".

Regijama pripadaju sljedeće županije:

Regija "SJEVER"
Zagrebačka
Grad Zagreb
Krapinsko - Zagorska
Varaždinska
Koprivničko - Križevačka
Bjelovarsko - Bilogorska
Međimurska
Regija "ISTOK"
Virovitičko - Podravska
Požeško - Slavonska
Brodsko - Posavska
Osječko - Baranjska
Vukovarsko - Srijemska

Regija "JUG"
Ličko - Senjska
Zadarska
Šibensko - Kninska
Splitsko - Dalmatinska
Dubrovačko - Neretvanska
Regija "ZAPAD"
Karlovačka
Primorsko - Goranska
Sisačko - Moslavačka
Istarska

PREGLED KLUBOVA PO REGIJAMA: SJEVER

KRG Leda, Zagreb
GK Maksimir, Zagreb
KRG Zagreb, Zagreb
GK Vindija, Varaždin



ISTOK	KRŠG Rondo, Osijek
ZAPAD	KRSG Poreč, Poreč KSRG Gazela, Pula KRG Arabesque, Rovinj
JUG	GK Sirena, Zadar GD Šibenik, Šibenik GK Šibenik, Šibenik KRŠG Rusulice, Trogir KRŠG Floramye, Split

Troškove natjecanja – regionalnih i na nacionalnoj razini snosi izvršni organizator natjecanja.

Kotizaciju za regionalno natjecanje određuju svaka regija za sebe, a odluku o visini kotizacije za Završnicu kupa Hrvatske u B i C programu donijet će Izvršni odbor HGS-a, a uplaćuje se izvršnom organizatoru natjecanja.

Izvršni organizator regionalnog natjecanja dužan je dostaviti rezultate u roku 8 dana u HGS.

Pravo nastupa na regionalnim natjecanjima i Završnici Kupa Hrvatske u “B” i “C” programu imaju pravovremeno prijavljene natjecateljke registrirane u HGS-u za tekuću natjecateljsku godinu i to pod slijedećim uvjetima:

- Svaka natjecateljka može istovremeno nastupati u pojedinačnim i u grupnim vježbama;
- Natjecateljke ne smiju istovremeno nastupati u “A” i “B” programu pojedinačnih vježbi, ali mogu istovremeno nastupati npr. u “B” programu pojedinačnih i “A” ili “C” programu grupnih vježbi ili obratno;
- Natjecateljke ne smiju istovremeno nastupati u više starosnih kategorija (gdje to propozicije dozvoljavaju - raspon godišta) bilo u “B” programu pojedinačnih ili “C” programu grupnih vježbi;
- Natjecateljka se dozvoljava prijelaz iz “B” programa u kojem su nastupale u 1. dijelu godine u “A” program u 2. dijelu godine, ali ne i obratno;
- Natjecateljka može prijeći iz mlađe u stariju kategoriju (gdje to propozicije dozvoljavaju - raspon godišta) u 2. dijelu godine, ali ne i obratno.



B PROGRAM - POSEBNE ODREDBE

U „B“ programu vježbačice se natječu u individualnom programu.

Individualni «B» program ima jedno natjecanje na nacionalnoj razini i 1-3 natjecanja na regionalnoj razini.

Na regionalnoj razini natjecanje se održava pod nazivom:

«Kup Hrvatske u ritmičkoj gimnastici za 2011.godinu – regija _____».

Na nacionalnoj razini natjecanje se održava početkom lipnja pod nazivom:

«Kup Hrvatske u ritmičkoj gimnastici za 2011.godinu».

Gimnastičarke su podijeljene u 5 natjecateljskih kategorija:
mini, mlađe kadetkinje, kadetkinje, juniorke i seniorke.

Pravo nastupa na regionalnim natjecanjima imaju sve gimnastičarke koje su registrirane pri HGS i čiji su klubovi podmirili financijske obveze prema HGS-u.

Pravo nastupa na završnici Kupa Hrvatske u ritmičkoj gimnastici – B program imaju gimnastičarke koje su se kvalificirale na regionalnim natjecanjima (najbolje plasirane vježbačice).

Broj vježbačica iz svake Regije u svakoj kategoriji određuje se prema slijedećem kriteriju:
broj klubova pojedine Regije * 2 za svaku starosnu kategoriju.

Godišta po kategorijama za 2011.godinu:

Mini	2003.godište i mlađe
Mlađe kadetkinje	2001. i 2002. godište
Kadetkinje	1999. i 2000. godište
Juniorke	1996., 1997. i 1998.godište
Seniorke	1995. godište i starije



PROPOZICIJE ZA 2011.GODINU:

KATEGORIJA MINI

Vježba bez rekvizita

D1 max. 8 težina A-F (2+2+2+2) (max. 4.80 bodova)

Umjetništvo: max 8.00 bodova

Izvođenje: max 10.00 bodova

KATEGORIJA MLAĐE KADETKINJE

Vježba bez rekvizita + vježba po izboru (vijača,obruč,lopta)

D1 max. 8 težina A-F (D1 – bez rekvizita i обруч 2+2+2+2)

min. 5 specifičnih za rekvizit (3+2) (max. 4.80 bodova)

D2 max. 8.00 bodova

Umjetništvo: max 10.00 bodova

Izvođenje: max 10.00 bodova

KATEGORIJA KADETKINJE

Lopta + vježba po izboru (vijača, обруч, čunjevi)

D1 max. 8 težina A-F, 5 specifična za rekvizit (3+2) (max. 4.80 bodova)

D2 max. 8.00 bodova

Umjetništvo: max 10.00 bodova

Izvođenje: max 10.0 bodova

KATEGORORIJA JUNIORKE

Vijača + vježba po izboru (obruč, lopta, čunjevi)

D1 max 8 težina, min. 5 specifičnih za rekvizit (max. 6.00 bodova)

D2 max. 8.00 bodova

Umjetništvo: max 10.00 bodova

Izvođenje: max 10.00 bodova

KATEGORIJA SENIORKE

Traka + vježba po izboru (vijača, обруч, lopta, čunjevi)

D1 max. 10 težina A-F, min. 6 specifičnih za rekvizit (max. 6.00 bodova)

D2 max. 8.00 bodova (min. 1 rizik)

Umjetništvo: max 10.00 bodova

Izvođenje: max 10.00 bodova



C PROGRAM - POSEBNE ODREDBE

U „C“ programu gimnastičarke se natječu u grupnim vježbama.

«C» program ima jedno natjecanje na nacionalnoj razini i 2-3 natjecanja na regionalnoj razini.

Na regionalnoj razini natjecanje se održava pod nazivom:

«4.Kup Hrvatske u ritmičkoj gimnastici za grupne vježbe - regija ____ (1-3 kolo) ».

Na nacionalnoj razini natjecanje se održava pod nazivom:

«4.Kup Hrvatske u ritmičkoj gimnastici za grupne vježbe».

Gimnastičarke su podijeljene u 4 natjecateljske kategorije:

1.razred i mlađe, 3.razred i mlađe, 5.razred i mlađe, 8.razred i mlađe.

Grupu čini 4 do 6 vježbačica (+1 rezerva). Moguće je prijaviti dvije vježbačice kao rezerve, ali na natjecanju može biti prisutna samo jedna.

Pravo nastupa na regionalnim natjecanjima imaju vježbačice klubova članica HGS-a koji su podmirili financijske obveze prema HGS-u. Broj regionalnih kola određuje svaka regija za sebe.

Pravo nastupa na završnici Kupa Hrvatske u ritmičkoj gimnastici – C program imaju vježbačice prijavljene u sastavu grupnih vježbi koje su se kvalificirale na regionalnim natjecanjima (najbolje plasirane grupne vježbe). Vježbačice koje sudjeluju na završnici Kupa Hrvatske obavezno moraju biti registrirane u HGS-u kao natjecateljice za pojedini od klubova stalnih ili privremenih članica HGS-a koji su podmirili sve financijske obaveze prema HGS-u.

Broj grupnih vježbi iz svake Regije u svakoj kategoriji određuje se prema slijedećem kriteriju: broj klubova koji nastupe na Regionalnom natjecanju * 1 za svaku starosnu kategoriju.

(Pojašnjenje: ako u nekoj Regiji nastupe na bilo kojem kolu regionalnog natjecanja 4 kluba na Završnicu će se kvalificirati grupe koje osvoje 1.-4. mjesta.)

Sastav grupe prijavljuje se na svakom kolu regionalnog natjecanja i mora biti isti na Završnici s time da je moguće prijavljivanje dvije rezerve, ali od 1. kola u Regiji pa nadalje do Završnice sastav grupe mora biti isti.

Godišta po kategorijama za 2011.godinu:

1.razred i mlađe	2003.godište i mlađe
3.razred i mlađe	2001.godište i mlađe
5.razred i mlađe	1999.godište i mlađe
8.razred i mlađe	1996.godište i mlađe



PROGRAM NATJECANJA ZA 2011.GODINU:

1. razred i mlađe	bez rekvizita
3. razred i mlađe	bez rekvizita + обруч (3b.r.+2 обруча)
5. razred i mlađe	lopte
8. razred i mlađe	obruč + vijača ili обруч + čunjevi ili обруч + traka (3 обруча + 2 vijače ili čunja ili trake)

Trajanje vježbi za sve kategorije iznosi od 1 min 15 sec do 1 min 30 sec.
Svaka vježba mora imati zapis na obrascu.

PROPOZICIJE ZA 2011.GODINU:

VJEŽBA BEZ REKVIZITA

- ✓ 4 A ili B težine iz svake tjelesne grupe po jedan (1 skok, 1 okret, 1 ravnoteža, 1 pokretljivost)
- ✓ 1 akrobatski element
- ✓ min. 4 – max. 7 formacija
- ✓ min. 2 – max. 5 suradnja
- ✓ max. 3 serije plesnih koraka

OBRUČ

- ✓ 4 A ili B težine iz svake tjelesne grupe po jedan (1 skok, 1 okret, 1 ravnoteža, 1 pokretljivost)
- ✓ 1 akrobatski element
- ✓ 1 dodatna A ili B težina po izboru
- ✓ min. 4 – max. 7 formacija
- ✓ min. 4 – max. 7 suradnja
- ✓ max. 3 serije plesnih koraka
- ✓ 1 razmjena bez težine
- ✓ Osnovna tehnika rada s rekvizitom iz slijedećih grupa:
1 kotrljanje, 1 bacanje, 1 prolaz kroz обруч, 1 rotacija

LOPTA

- ✓ 4 A ili B težine iz svake tjelesne grupe po jedan (1 skok, 1 okret, 1 ravnoteža, 1 pokretljivost)
- ✓ 1 akrobatski element
- ✓ 1 dodatna A ili B težina pokretljivosti
- ✓ min. 4 – max. 7 formacija
- ✓ min. 4 – max. 7 suradnja
- ✓ max. 3 serije plesnih koraka
- ✓ 1 razmjena bez težine
- ✓ Osnovna tehnika rada s rekvizitom iz slijedećih grupa:
1 kotrljanje, 1 bacanje, 1 serija udaraca, 1 manipulacija



VIJAČA

- ✓ 4 A ili B težine iz svake tjelesne grupe po jedan (1 skok, 1 okret, 1 ravnoteža, 1 pokretljivost)
- ✓ 1 akrobatski element
- ✓ 1 dodatna A ili B težina skokom
- ✓ min. 4 – max. 7 formacija
- ✓ min. 4 – max. 7 suradnja
- ✓ max. 3 serije plesnih koraka
- ✓ 1 razmjena bez težine
- ✓ Osnovna tehnika rada s rekvizitom iz slijedećih grupa: 1 serija poskoka kroz vijaču, 1 izbačaj jednog kraja vijače (echape), 1 skok kroz vijaču, 1 manipulacija

ČUNJEVI

- ✓ 4 A ili B težine iz svake tjelesne grupe po jedan (1 skok, 1 okret, 1 ravnoteža, 1 pokretljivost)
- ✓ 1 akrobatski element
- ✓ 1 dodatna A ili B težina ravnoteže
- ✓ min. 4 – max. 7 formacija
- ✓ min. 4 – max. 7 suradnja
- ✓ max. 3 serije plesnih koraka
- ✓ 1 razmjena bez težine
- ✓ Osnovna tehnika rada s rekvizitom iz slijedećih grupa: 1 mlin, 1 asimetrija, 1 serija malih krugova, 1 malo bacanje

TRAKA

- ✓ 4 A ili B težine iz svake tjelesne grupe po jedan (1 skok, 1 okret, 1 ravnoteža, 1 pokretljivost)
- ✓ 1 akrobatski element
- ✓ 1 dodatna A ili B težina okretom
- ✓ min. 4 – max. 7 formacija
- ✓ min. 4 – max. 7 suradnja
- ✓ max. 3 serije plesnih koraka
- ✓ 1 razmjena bez težine
- ✓ Osnovna tehnika rada s rekvizitom iz slijedećih grupa: 1 spirala, 1 zmija, 1 prolaz kroz traku, 1 osmica



TEHNIČKA I UMJETNIČKA VRIJEDNOST VJEŽBE

TEHNIČKA VRIJEDNOST VJEŽBE

Svaka težina	pravilno i dobro izvedena "A"	0.3 bodova
	pravilno i dobro izvedena "B"	0.5 bodova
Akrobatski elemenat	pravilno i dobro izveden	0.5 bodova
1. Vježba bez rekvizita	maksimum 2,5 boda (0,5 za svaku težinu + 0,5 za akrobatski element)	
2. Vježba s rekvizitima	vijača, obruč, lopta, čunjevi, traka maksimum 3,0 bod	

POPIS „A“ I "B" TEŽINA

SKOKOVI

Svi "A" skokovi navedeni u pravilniku
Svi "B" skokovi navedeni u pravilniku
** Skok sunožnim odrazom za 180°
** Mačji skok

RAVNOTEŽE

Sve "A" ravnoteže navedene u pravilniku
Sve "B" ravnoteže navedene u pravilniku

OKRETI

Svi "A" okreti navedeni u pravilniku
Svi "B" okreti navedeni u pravilniku

-Svi okreti A težine iz pravilnika koji se izvode na koljenu nisu dozvoljeni zbog zdravstvenih razloga.

POKRETLJIVOSTI

Sve "A" pokretljivosti navedene u pravilniku
Sve "B" pokretljivosti navedene u pravilniku

** Veliki val tijelom, nazad ili bočno
** „Pansche“, noga iznad horizontale
** Prolazak kroz čeonu špagu

***Svi „A“ i “B” tjelesni elementi su iz Pravilnika za 2009-2012.godinu, a elementi označeni zvijezdicom su modificirani elementi za koje se pretpostavlja da bi imali vrijednost „A“ težine u ovom programu.

POLUAKROBATSKI ELEMENTI

kolut naprijed, kolut nazad, kolut nazad preko ramena, kolut bočno raznožno, stav o lopaticama, stav o grudima (povaljka), premet strance, premet strance na podlakticama



UMJETNIČKA VRIJEDNOST VJEŽBE

BEZ REKVIZITA

Svaka formacija	izvedena	0.1 bod
Svaka suradnja	izvedena	0,2 boda
Plesni koraci	izvedeni	0,1 bod
Sklad s muzikom		0,3 boda
Atraktivnost		0,3 boda

Za vježbu bez rekvizita **max. 2,6 bod**

Formacija	$0,1 \times 7 =$	0,7
Suradnja	$0,2 \times 5 =$	1,0
Plesni koraci	$0,1 \times 3 =$	0,3
Muzika		0,3
Bonusi: atraktivnost		0,3

VIJAČA, OBRUČ, LOPTA, ČUNJEVI I TRAKA

Svaka formacija	izvedena	0.1 bod
Svaka suradnja	izvedena	0.2 boda
Plesni koraci	izvedeni	0,1 bod
Svaka razmjena	izvedena	0.3 boda
	izvedena s padom	0.0 boda

Svaki zahtjev za rekvizit	izveden	0.2 boda
Sklad s muzikom		0.3 boda
Atraktivnost		0.3 boda

Za vježbu s rekvizitom **max. 4,1 bod**

Formacija	$0,1 \times 7 =$	0,7
Suradnja	$0,2 \times 7 =$	1,4
Plesni koraci	$0,1 \times 3 =$	0,3
Razmjena	$0,3 \times 1 =$	0,3
Zahtjevi za rekvizit	$0,2 \times 4 =$	0,8
Muzika		0,3
Bonusi: atraktivnost		0,3



Pojašnjenja za trenere:

Tehnička vrijednost:

- u kombinaciji bez rekvizita i обруч vježba mora sadržavati 4 težine iz svake tjelesne grupe po jedan, jedan akrobatski element i 1 element po izboru (izvode ga sve gimnastičarke, ne samo one koje vježbaju s обруčem)
 - u kombinaciji обруч i traka vježba mora sadržavati 4 težine iz svake tjelesne grupe po jedan, jedan akrobatski element i 1 okret(trake)/po izboru (obruči)*
 - u kombinaciji обруч i vijača vježba mora sadržavati 4 težine iz svake tjelesne grupe po jedan, jedan akrobatski element i 1 skok (vijače)/po izboru (obruči)*
 - u kombinaciji обруч i čunjevi vježba mora sadržavati 4 težine iz svake tjelesne grupe po jedan, jedan akrobatski element i 1 ravnoteža(čunjevi)/po izboru (obruči)*
- *ako je tjelesni element različit, na zapis upisati oba elementa (npr. skok B težine i okret A težine) a vrijednost težine u ovom slučaju je A težina.*

Umjetnička vrijednost:

- trener u CAP zbraja vrijednost formacija, suradnja, plesnih koraka, razmjena, zahtjeva za rekvizit.
- Sudac dodaje još bonus za sklad s muzikom i atraktivnost.
- **U vježbama s dva tipa rekvizita; zahtjevi za rekvizit za oba rekvizita moraju biti izvedena istovremeno**, npr. dok обруči izvode npr. kotrljanje, čunjevi moraju npr. izvoditi seriju rotacija...ispred zahtjeva napisati broj gimnastičarki koje izvode zahtjev.

Napomena: Navedene propozicije C programa vrijede do srpnja 2011. godine, a u srpnju će TO RGH propisati nove propozicije koje će vrijediti za šk.god. 2011./2012.

Predsjednica TORG HGS-a
Svitlana Sergijenko