



PROPOZICIJE NATJECANJA U MSG ZA CIKLUS 2017.-2020.

(Natjecateljski „B“ i „C“ i „D“ program)

POPULARNI PROGRAM

U Zagrebu, 12. prosinac 2016.



OPĆE I SPECIJALNE ODREDBE:

B, C i D program

- B i C programi imaju 1 natjecanje na državnoj razini te najmanje 2 natjecanja na regionalnoj razini.
- D program ima najmanje 2 natjecanja na regionalnoj razini, a na zadnjem kolu se proglašavaju najuspješnije ekipe i pojedinci (zbroj dva najbolja rezultata s održanih kola) sve **dok odlukom TO za narednu godinu**, zbog dovoljnog broja učesnika na kolima ne budu uvršteni na završnicu.
- U završnici Kupa Hrvatske B i C programa, pravo nastupa imaju po jedna najbolja ekipa i po **6 najbolje plasiranih pojedinaca** (kod univerzalne kategorije mlađih kadeta na završnici nastupa 13 pojedinaca + ekipa od najviše 7 članova) iz regije na temelju zbroja dva najbolja rezultata - u svakoj kategoriji.
- **U slučaju da se u regiji nije plasirala ekipa u nekoj kategoriji ili je manji broj članova od najvećeg dopuštenog broja, Delegati regija povećavaju broj pojedinaca do ukupnog najvećeg broja kategorije i obavještavaju klubove o mogućnosti dodatnog nastupa.**

Tablica. Broj članova ekipa i pojedinaca iz jedne regije i ukupan broj na završnici Kupa (B prog.)

Kategorija	Broj članova ekipe po kategorijama	Broj pojedinaca iz regije	Ukupno iz jedne regije (MAKSIMALAN BROJ)	Ukupno na završnici
Seniori	5	6	11	44
Juniori	5	6	11	44
Kadeti	6	6	12	48
Mlađi kadeti (A)	7	13	20	60
Ukupno iz Regije	16 člana ekipe	12 pojedinaca	34	136

Tablica. Broj članova ekipa i pojedinaca iz jedne regije i ukupan broj na završnici Kupa (C prog.)

Kategorija	Broj članova ekipe po kategorijama	Broj pojedinaca iz Regije	Ukupno iz jedne regije (MAKSIMALAN BR.)	Ukupno na završnici
Seniori	5	6	11	44
Juniori	6	6	12	48
Kadeti	7	6	13	52
Mlađi kadeti (A)	7	13	20	60
Ukupno iz Regije	18 člana ekipe	18 pojedinaca	36	144

Tablica. Broj članova ekipa i pojedinaca iz jedne regije i ukupan broj na završnici Kupa (D prog.)

JOŠ SE NE KORISTI JER U 2017. NEMA ZAVRŠNICE ZA „D“ PROGRAM, ZA 2018. JE U PLANU!

Kategorija	Broj članova ekipe po kategorijama	Broj pojedinaca iz Regije	Ukupno iz jedne regije	Ukupno na završnici
Mlađi Kadeti	7	6	13	52
Kadeti	7	6	13	52
Ukupno iz Regije	14 članova ekipe	12 pojedinaca	26	104



Napomena: Broj članova ekipe ne mora nužno biti 7 (4 + 3), 6 (4 + 2) ili 5 (3 + 2). Da bi ekipa imala plasman dovoljno je imati minimalni broj gimnastičara koji propisuju pravila za pojedinu kategoriju i program. Npr. u sustavu 7 (4 + 3) dovoljno je imati 4 gimnastičara gdje sve ocjene na svim spravama idu u zbroj za ekipu.

- Regije su određene prema zemljopisnim oznakama strana svijeta : "SJEVER", "JUG", "ISTOK" i "ZAPAD". **Iznimno odlukom IO pojedini klub ili županija mogu nastupiti u drugoj regiji (primjer Sisak!).** 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

- Godišta po kategorijama B/C/D program:

Za 2017.

MI. kadeti (UNIVERZALNA KATEGORIJA / POSEBNO JEDINO D PROGRAM)	9 godina (2008. godište) i mlađi.
Kadeti	10-13 godina (2007.-2004.) i mlađi.
Juniori	14-16 godina (2003.-2001.) i mlađi.
Seniori	17 godina (2000. godište) i stariji

Za 2018.

MI. kadeti (UNIVERZALNA KATEGORIJA / POSEBNO JEDINO D PROGRAM)	9 godina (2009. godište) i mlađi.
Kadeti	10-13 godina (2008.-2005.) i mlađi.
Juniori	14-16 godina (2004.-2002.) i mlađi.
Seniori	17 godina (2001. godište) i stariji



Za 2019.

Ml. kadeti (UNIVERZALNA KATEGORIJA / POSEBNO JEDINO D PROGRAM)	9 godina (2010. godište) i mlađi.
Kadeti	10-13 godina (2009.-2006.) i mlađi.
Juniori	14-16 godina (2005.-2003.) i mlađi.
Seniori	17 godina (2002. godište) i stariji

Za 2020.

Ml. kadeti (UNIVERZALNA KATEGORIJA / POSEBNO JEDINO D PROGRAM)	9 godina (2011. godište) i mlađi.
Kadeti	10-13 godina (2010.-2007.) i mlađi.
Juniori	14-16 godina (2006.-2004.) i mlađi.
Seniori	17 godina (2003. godište) i stariji

- Natjecatelji koji kalendarsku godinu započnu u B, C ili D programu tijekom godine mogu prijeći samo u viši rang natjecanja ili višu kategoriju (jun u sen), ali nikako u niži rang (npr. iz C u A – može, ali iz B u C ne može) ili u nižu kategoriju (iz sen u jun-ne može).
- Na završnici Kupa HR u B ili C programu u sklopu kojeg je VPH i PPH u A programu, vježbač mora odabrati samo jednu kategoriju u kojoj će nastupiti (A, B, C).
- B, C program ima 1 natjecanje na državnoj razini u sklopu ili VPH / PPH A programa ili zasebno koje se zove završnica Kupa Hrvatske te najmanje 2 natjecanja na regionalnoj razini (kola Kupa Hrvatske). Univerzalna kategorija mlađih kadeta nastupa na kolima, završnici Kupa HR te na pojedinačnom prvenstvu Hrvatske za mlađe kategorije.
- U završnici Kupa Hrvatske pravo nastupa imaju po jedna najbolja ekipa i po 6 najbolje plasiranih pojedinaca (u univerzalnoj A kategoriji mlađih kadeta ekipa je 7 (4 + 3) te nastupa još 13 pojedinaca) iz svake od četiri regije na temelju zbroja dva najbolja rezultata - u svakoj kategoriji.
- Sastav ekipa u B, C ili D programu:

B program

Kadeti	3 + 2
Juniori	2 + 2
Seniori	2 + 2

C program

Kadeti	4 + 3
Juniori	3 + 3
Seniori	2 + 3

D program

Mlađi kadeti	4 + 3
Kadeti	4 + 3



- Pravo nastupa na **regionalnim natjecanjima** u popularnoj gimnastici imaju svi gimnastičari koji su registrirani pri HGS-u, a čiji klubovi su podmirili financijske obveze prema HGS-u.
- Proglašavaju se ekipni i pojedinačni rezultati.
- U ekipnoj konkurenciji proglašavaju se prve tri ekipe bez obzira na njihov broj. Na završnici Kupa HR svim učesnicima ekipa (1.-3.mjesto) dodijeljuje se medalja te pehar za ekipu.
Na zadnjem kolu regija proglašavaju se ukupno najuspješniji pojedinci i ekipe D programa- mlađi kadeti i kadeti (do uvođenja D programa na završnici Kupa HR)!
Tada se dodijeljuju medalje pojedincima i svim učesnicima UKUPNO NAJUSPJEŠNIJIH ekipa (1.-3.mjesto) te pehar za ekipu (napomena: Trošak medalja i pehara za završnicu i proglašenja ukupnih pobjednika D programa na zadnjem kolu podmiruje HGS!) Za pojedinačni i ekipni plasman računaju se dva najbolja rezultata.
- **Na finalu Kupa HR u B/C programu se dozvoljava zamjena najviše dva natjecatelja iz ekipe s onim vježbačima koji nisu niti na jednom kolu bili članovi ekipe, i to samo u slučaju da su članovi ekipe koji su pomogli plasmanu u finale odsutni s natjecanja.**
- U pojedinačnoj konkurenciji proglašava se najboljih šest natjecatelja višeboja.
- Za B, C i D program propisane su obavezne vježbe čiji je opis sastavni dio ovih propozicija.
- Za sve vježbe u B, C i D programu maksimalna „D“ ocjena je 10,00 bodova, dok je „E“ ocjena 10,00 osim u slučaju ako vježbač izvede manje od 6 elemenata, tada „E“ ocjena počinje od 8,00 bodova.
- U B, C i D programu vježba se sastoji od maksimalno 10 elemenata uz napomenu da ne postoje uvjeti na spravama. Svaki element ili veza elemenata u B i C programu ima vrijednost 1 bod osim kod D programa gdje svaki element ima svoju određenu vrijednost.
- Broj izvedenih elemenata u vježbi ovisi isključivo o sposobnostima vježbača i trenerove procijene koje elemente nije riskantno izvoditi u natjecateljskim uvjetima.
- Ako npr. vježbač ne izvede 4. element po redoslijedu, način povezivanja 3. i 5. elementa je proizvoljan uz napomenu da ne smije doći do stanki ili grubog narušavanja ritma.
- U svrhu postizanja ritmičnosti vježbe može doći i do izvođenja elementa koji nije na popisu obavezne vježbe. U tome slučaju nema sankcija od „D“ komisije dok „E“ komisija odbija prema važećem pravilniku FIG.
- Ako trener asistira vježbača, element se ne priznaje, a asistencija se ne sankcionira (odbitak je samo 1.00 bod od startne ocjene). U tom slučaju „E“ sudačka komisija sankcionira greške tijekom izvedbe asistiranog elementa (npr. grčenja, sklanjanja, uvijanja).
- Vježba se može izvesti i bez saskoka, ukoliko trener procjenjuje da je pri izvođenju saskoka ugrožena sigurnost vježbača.



- **Svaki skok na preskoku iz dotične kategorije ima vrijednost 10,00 bodova.**
- U B, C i D programu gimnastičar smije izvesti skok na preskoku iz niže kategorije, ali je u tom slučaju vrijednost skoka od 7,00, a ne od 10,00 bodova. Alternativa grčenom saltu za ml. kadete C program je grčeni skok uz vrijednost skoka 7,00, a ne 10,00 bodova. Ukoliko se izvodi dvije kategorije lakši skok D ocjena je manja za 3 dodatna boda, npr:
 - Juniori C – Pruženi salto – D=10.0 (obavezan skok)
 - Juniori C – Sklonjeni salto – D = 7.0 (skok iz kategorije niže-kadeti)
 - Juniori C – Grčeni salto – D = 4.0 (skok za dvije kategorije niže-bivši ml kadeti)
- Na preskoku u kategorijama koje koriste samo trampolin bez konja doskok je u visini višeg ruba trampolina.
- Ukoliko vježbač izvede skok koji nije dio obaveznog programa za određenu kategoriju konačna ocjena će biti 0.
- Na ručama organizator natjecanja dužan je osigurati povišenje u obliku odskočne daske, gym kocke ili sanduka koji omogućava mladim vježbačima (ml. kadeti) naskok na ruče s pruženim rukama, kako je propisano obaveznim vježbama.
- Ukoliko se element ili veza elemenata ne izvede u cijelosti početna ocjena vježbe umanjuje se za vrijednost neizvedenog elementa ili veze elemenata.
- Ukoliko vježbač ne izvede samo jedan dio veze elemenata koji su pod istim brojem oduzet će mu se 1 bod od vrijednosti vježbe.
- Ukoliko se element ili samo jedan dio veze elemenata izvede za odbitak (0.5 velika greška) ne priznaje se vrijednost cijelog elementa ili kombinacije elemenata pod određenim brojem. **Ovo pravilo primjenjuje se samo u slučaju kada registrirana greška od (0.5) bitno narušava strukturu gibanja** (špičak napravljen isključivo odrazom, a ne snagom i sl.)
- Greške i odstupanja u izvedbi vježbi procjenjuju se prema važećem FIG pravilniku i to vrijedi za B, C i D program.
- Svi elementi mogu se izvoditi u stranu koja najbolje odgovara vježbaču (npr. zvijezda, flik, vaga na tlu, odbočna kola, razni okreti na tlu, ručama itd.).
- Svi elementi tipa njija ili odnjija neovisno o spravi izvode se do vodoravnog položaja tijela u odnosu na doskočnu površinu osim u slučajevima gdje je izričito navedena pozicija koju treba dostići (npr. zanjihom do stoja na ručama, odnjih do stoja na preči ili kolut nazad na parteru (45⁰ do stoja)). Za prednjih do mane primjenjuje se isto pravilo.
- Njihom do stoja u zanjihu na ručama priznaje se ako je odbitak (koji se tiče blizine dolaska u idealnu poziciju stoja) najviše - 0.30 (srednja greška). Sve što je više od - 0.30 odbitka koji se odnosi na poziciju stoja - element njihovom do stoja u zanjihu se ne priznaje i služi kao poveznica za slijedeći element.
- U mlađim kadetima-univerzalna kategorija skaču se 2 skoka uz računanje bolje ocjene.



- Ako je u vježbi zadan raznožni špičak a vježbač izvede sunožni – ne sankcionira se dok u obratnom slučaju ako je zadan sunožni (Seniori B ruče ili karike), a vježbač izvede raznožni greška je - 0.30 za atipično širenje nogu.
- Konj s hvataljkama-na kraju svake vježbe sudac smije oduzeti **malu, srednju ili veliku grešku za ritmičnost vježbe** prema subjektivnoj procjeni.
- Na konju s hvataljkama definirana je **globalna greška za visinu njihova i premaha**. Razlog uvođenja ovih grešaka je to što po FIG pravilniku sudac treba oduzeti grešku za ritmičnost i visinu njihova pri svakom takvom „elementu“, a u praksi suci to uglavnom ne rade. Odbici za visinu njihova nalaze se u slijedećoj tablici:

Gornji kuk u visini donjeg ramena	Bez odbitka
Gornji kuk ispod visine donjeg ramena	0.3
Kukovi miruju tijekom cijele vježbe	0.5

- Na preči je definirano kutno odstupanje i odbitak kod okreta u prednjihu za 180° (sanžirovki) u B programu. Navedeni kutevi i pripadni odbici nalaze se u tablici ispod. Napomena, navedeni odbici odnose se samo na okrete pored kojih u zagradi piše „sanžirovka“. Obični okret u prednjihu kod ml kadeta ne ulazi u ovo pravilo već se primjenjuje pravilo za njihove.

Kut u odnosu horizontalu	Odbitak
$\geq 45^\circ$	Bez odbitka
$30^\circ - 45^\circ$	0.1
$16^\circ - 30^\circ$	0.3
$0^\circ - 15^\circ$	0.5
Ispod horizontale	0.5 + nepriznavanje

Koordinator B/C/D programa HGS-a pri TO HGS
Marko Musić