

PROPOZICIJE NACIONALNOG PROGRAMA

2017. – 2020.

Program gimnastičkih natjecanja u ženskoj sportskoj gimnastici u Hrvatskoj obuhvaća tri različita programa prilagođena mogućnostima i uzrastima i odvija se na četiri stupnja.

Prema programima sadrži: FIG program, "B" i "C" program.

Prema stupnjevima na:

- I stupanj natjecanja – općinsko - gradski
- II stupanj natjecanja – međuopćinski - županijski III
- stupanj natjecanja – međužupanijski - regionalni
- IV stupanj natjecanja – nacionalni

FIG PROGRAM

FIG program ima dva natjecanja na nacionalnoj razini.

1. natjecanje FIG programa održava se pod nazivom:

"Višebojsko prvenstvo Hrvatske u ženskoj sportskoj gimnastici"

2. natjecanje FIG programa održava se pod nazivom:

"Pojedinačno prvenstvo Hrvatske u ženskoj sportskoj gimnastici"

Na pojedinačnom prvenstvu Hrvatske natječu:

- | | |
|--------------------------------------|-----------------------------|
| - mlađe kadetkinje (9 god. i mlađe) | vidi prilog – tablice 1 i 2 |
| - kadetkinje (10 i 11 godina) | vidi prilog - tablice 1 i 3 |
| - mlađe juniorke (12 i 13 godina) | vidi prilog – tablica 1 |
| - juniorke (14 i 15 godina) | vidi prilog – tablica 1 |
| - seniorke (16 i starije) | vidi prilog – tablica 1 |

Na višebojskom prvenstvu Hrvatske natječu gimnastičarke u pojedinačnom i ekipnom višeboju.

U ženskoj sportskoj gimnastici za ekipni poredak uzimaju se u obzir 3 najbolje ocjene na svakoj disciplini kod, mlađih kadetkinja, kadetkinja, mlađih juniorki i juniorki.

U kategoriji seniorki na svakoj disciplini određuje se unaprijed (na tehničkom sastanku) tri gimnastičarke čije će se ocjene uzimati u obzir za konačni rezultat (sukladno odredbama UEG za ekipno natjecanje).

PROPOZICIJE – Tablice 1, 2 i 3

Vježbe se ocjenjuju prema bodovnom pravilniku međunarodne gimnastičke federacije.

**"POJEDINAČNO PRVENSTVO HRVATSKE U ŽENSKOJ SPORTSKOJ GIMNASTICI"**

Opće odredbe:

1. Preporuča se nastup sve četiri discipline.
2. Dozvoljen je nastup na jednoj disciplini.
3. Dozvoljen je nastup gimnastičarki iz B ili C programa, koje žele natjecati u istoj godini na Završnici kupa Hrvatske u B ili C - programu i na Pojedinačnom prvenstvu Hrvatske u FIG-programu, ali po sljedećim pravilima:
 - a) U kategorijama mlađih kadetkinja, kadetkinja i mlađih juniorki na max. dvije sprave
 - b) U kategoriji juniorki i seniorki može i na sve četiri.
4. Ukoliko je konačni rezultat izjednačen, primjenjuju se slijedeća pravila:
 - a) Bolji plasman ima gimnastičarka s višom E- ocjenom.
 - b) Ako je rezultat i nadalje izjednačen, bolji plasman ima gimnastičarka s višom E ocjenom kada uzmemo u obzir sve E- ocjene na dotičnoj spravi (i najvišu i najnižu).
 - c) Ako je rezultat i nadalje izjednačen, bolji plasman ima gimnastičarka s većim brojem nastupa.

"VIŠEBOJSKO PRVENSTVO HRVATSKE U ŽENSKOJ SPORTSKOJ GIMNASTICI "

Opće odredbe:

1. Ekipu kluba čini svaka kategorija zasebno. Ekipu čine 3+2 gimnastičarke. U kategoriji seniorki 3+2 znači da trener unaprijed određuje čije će se vježbe na pojedinoj spravi računati za ukupni zbroj. Na svakoj spravi mogu nastupati svih pet vježbačica ekipe. U ostalim kategorijama za ekipni zbroj računaju se 3 najbolje ocjene po spravi.
2. Pobjednik je ekipa s najvećim zbrojem bodova po sistemu 3+2 i proglašavaju se za svaku kategoriju zasebno prve tri ekipe.
3. U pojedinačnoj konkurenciji zbrajaju se sve 4 ocjene i proglašavaju se prve 3 gimnastičarke u svakoj kategoriji zasebno.
4. Ukoliko je konačni rezultat izjednačen, primjenjuju se slijedeća pravila:
 - a) Bolji plasman ima ekipa ili pojedinak s višom konačnom ocjenom na 1 disciplini.
 - b) Ako je rezultat i nadalje izjednačen, bolji plasman ima ekipa ili pojedinak s višom konačnom ocjenom na 2 discipline.
 - c) Ako je rezultat i nadalje izjednačen, bolji plasman ima ekipa ili pojedinak s višom konačnom ocjenom na 3 discipline.
5. Višebojski rezultat se proglašava ako je gimnastičarka nastupila na sve 4 sprave u kategoriji mlađih kadetkinja, kadetkinjai mlađih juniorki, a u kategoriji juniorki i seniorki na minimalno 3 sprave.



„B“ PROGRAM

U B programu ŽSG natjecanje se provodi u pojedinačnom i ekipnom višeboju.

Dobne kategorije:

- mlađe kadetkinje (9 godina i mlađe)	obavezni B program
- kadetkinje (10 godina)	obavezni B program s bonifikacijama
- mlađe juniorke (11 i 12 godina)	slobodni B program
- juniorke (13 -15 godina)	slobodni B program
- seniorke (16 godina i starije)	slobodni B program

Dozvoljava se raniji prijelaz u višu kategoriju(jednu kategoriju ranije), ali kad gimnastičarka jednom prijeđe u višu kategoriju ne može se više vraćati u nižu (npr. ako gimnastičarka s 11 godina nastupa kao juniorka ne može više nastupati kao mlađa juniorka). Ne dozvoljava se nastup starije gimnastičarke u mlađoj kategoriji.

Predlaže se održavanje 3 kola na regionalnoj razini.

Nakon svakog natjecanja proglašavaju se ekipni i pojedinačni rezultati.

Ukoliko je konačni rezultat izjednačen, primjenjuju se slijedeća pravila:

- Bolji plasman ima ekipa ili pojedinak s višom konačnom ocjenom na 1 disciplini.
- Ako je rezultat i nadalje izjednačen, bolji plasman ima ekipa ili pojedinak s višom konačnom ocjenom na 2 discipline.
- Ako je rezultat i nadalje izjednačen, bolji plasman ima ekipa ili pojedinak s višom konačnom ocjenom na 3 discipline.

Za izračun ekipnog rezultata natječu 3+2 gimnastičarke. Za ekipni rezultat računaju se 3 najbolja rezultata na svakoj spravi.

Rezultati s regionalne razine dostavljaju se u Savez. Rezultate dostavlja predstavnik regije.

Na Završnici Kupa Hrvatske pravo nastupa u svakoj kategoriji ima:

- Prvoplasirana ekipa regije (3+2).
- Pet najboljih pojedinaka, čiji se redoslijed dobiva zbrojem bodova iz 2 najbolja rezultata na regionalnoj razini. Ukoliko je članica prvoplasirane ekipe ujedno i među prvih pet pojedinaka, njeno mjesto zauzima najbolja pojedinak iza 5. mjesta.
- Jedna pojedinak po pozivu TO ŽSG.
- Ako na Završnici Kupa Hrvatske neka regija u pojedinoj kategoriji nema plasiranu ekipu, plasirane pojedinke iz ostale 3 regije mogu biti proglašene kao ekipa.**



Iz svake regije u Završnici Kupa Hrvatske mogu nastupiti najviše 1 ekipa i 6 pojedinki (najviše 11 gimnastičarki) u svakoj dobnoj kategoriji. **Ukoliko dvije pojedinke (zbrojem dva najbolja rezultata na Kolima) imaju isti ukupni zbroj bodova te dijele 11. mjesto, na Završnici Kupa Hrvatske dopušta se nastup objema gimnastičarkama.**

Ukoliko iz neke regije nema ekipe u pojedinoj kategoriji na Završnici Kupa Hrvatske, TO prema prijedlogu povjerenika regije te na temelju rezultata dopušta povećanje broja pojedinaca u toj kategoriji do maksimalnog broja, tj. za broj članova ekipe koja ne nastupa.

Na Završnici Kupa Hrvatske dozvoljava se zamjena najviše 2 člana ekipe s članovima koji nisu bili članovi ekipe (nisu nastupili za ekipu niti na jednom kolu ili su nastupali kao pojedinci), ali samo u slučaju da članovi koji su izaboreli s ekipom finale na Završnicu Kupa Hrvatske na istoj neće nastupiti.

Natjecanja na regionalnoj razini održavaju se pod nazivom:

"Kup Hrvatske u ženskoj sportskoj gimnastici - B program - regija _____, __ kolo"

Na državnoj razini održava se natjecanje pod nazivom:

"__ . Završnica Kupa Hrvatske u ženskoj sportskoj gimnastici - B program"

Sve vježbe ocjenjuju su prema pravilniku za B program, izdanje siječanj 2018.

Posebne odredbe:

1. Na regionalnoj razini za vježbu na tlu koristi se akrobatska staza dužine 12m
2. Na Završnici Kupa za vježbu na tlu koristi se parter površine 12x12m ili akrobatska staza dužine 12m.
3. U kategorijama mlađih kadetkinja i kadetkinjakod saskoka s ruča obavezano je korištenje dodatnih debelih strunjača visine 40-50cm na osnovnu strunjaču.
4. U kategorijama mlađih kadetkinja i kadetkinjakod saskoka s grede i ruča obavezno je korištenje dodatnih debelih strunjača visine 40-50cm na osnovnu strunjaču. Dozvoljena je upotreba dodatnih debelih strunjača (25cm) ispod grede.
5. U kategoriji mlađih juniorki, juniorki i seniorki obavezna je upotreba dodatne strunjače (10cm) prilikom saskoka s grede, ruče i doskoka s preskoka.
6. Nije dozvoljena dodatna strunjača na parteru.
7. Visina preskoka određena je za svaku kategoriju i ne smije se mijenjati: kadetkinje 110cm, mlađe juniorke – 115 ili 125cm , juniorke i seniorki – 125cm



„C“ PROGRAM

U C programu ŽSG natjecanje se provodi u pojedinačnom i ekipnom višeboju u svim dobnim kategorijama.

Dobne kategorije:

- Mlađe kadetkinje (7 godina i mlađe) – kategorija se uvela 2014. godine
- Kadetkinje (8 i 9 godina)
- Mlađe juniorke (10 -12 godina)
- Juniorke (13 -15 godina)
- Seniorke (16 godina i starije)

Dozvoljava se raniji prijelaz u višu kategoriju (jednu kategoriju ranije), ali kad gimnastičarka jednom prijeđe u višu kategoriju ne može se više vraćati u nižu (npr. ako gimnastičarka s 10 godina nastupa kao juniorka ne može više nastupati kao mlađa juniorka). Ne dozvoljava se nastup starije gimnastičarke u mlađoj kategoriji.

Predlaže se održavanje 3 kola na regionalnoj razini.

Nakon svakog natjecanja proglašavaju se ekipni i pojedinačni rezultati.

Ukoliko je konačni rezultat izjednačen, primjenjuju se slijedeća pravila:

- a) Bolji plasman ima ekipa ili pojedinak s višom konačnom ocjenom na 1 disciplini.
- b) Ako je rezultat i nadalje izjednačen, bolji plasman ima ekipa ili pojedinak s višom konačnom ocjenom na 2 discipline.
- c) Ako je rezultat i nadalje izjednačen, bolji plasman ima ekipa ili pojedinak s višom konačnom ocjenom na 3 discipline.

Za izračun ekipnog rezultata natječu 4+2 gimnastičarke. Za ekipni rezultat računaju se 4 najbolja rezultata na svakoj spravi.

Na natjecanje na regionalnoj razini klub može dovesti 1 ekipu po dobnoj kategoriji, a ostalo su pojedinke.

Rezultati s regionalne razine dostavljaju se u Savez. Rezultate dostavlja predstavnik regije.

Na Završnici Kupa Hrvatske pravo nastupa u svakoj kategoriji ima:

- a) Prvoplasirana ekipa regije (4+2).
- b) Četiri najbolje pojedinke, čiji se redoslijed dobiva zbrojem bodova iz 2 najbolja rezultata na regionalnoj razini. Ukoliko je članica prvoplasirane ekipe ujedno i među prve četiri pojedinke, njeno mjesto zauzima najbolja pojedinak iza 4. mjesta.
- c) Jedna pojedinak po pozivu TO ŽSG
- d) **Ako na Završnici Kupa Hrvatske neka regija u pojedinoj kategoriji nema plasiranu ekipu, plasirane pojedinke iz ostale 3 regije mogu biti proglašene kao ekipa.**



Iz svake regije u Završnici Kupa Hrvatske mogu nastupiti najviše 1 ekipa i 5 pojedinki (najviše 11 gimnastičarki) u svakoj dobnoj kategoriji. **Ukoliko dvije pojedinke (zbrotom dva najbolja rezultata na Kolima) imaju isti ukupni zbroj bodova te dijele 11. mjesto, na Završnici Kupa Hrvatske dopušta se nastup objema gimnastičarkama.**

Ukoliko iz neke regije nema ekipe u pojedinoj kategoriji na Završnici Kupa Hrvatske, TOprema prijedlogu povjerenika regije te na temelju rezultata dopušta povećanje broja pojedinaca u toj kategoriji do maksimalnog broja, tj. za broj članova ekipe koja ne nastupa.

Na Završnici Kupa Hrvatske dozvoljava se zamjena najviše 2 člana ekipe s članovima koji nisu bili članovi ekipe (nisu nastupili za ekipu niti na jednom kolu ili su nastupali kao pojedinci), ali samo u slučaju da članovi koji su izborili s ekipom finale na Završnicu Kupa Hrvatske na istoj neće nastupiti.

Natjecanja na regionalnoj razini održavaju se pod nazivom:

"Kup Hrvatske u ženskoj sportskoj gimnastici - C program – regija _____, ___kolo"

Završno natjecanje na razini Hrvatske u popularnoj gimnastici održava se pod nazivom:

"__ Završnica Kupa Hrvatske u ženskoj sportskoj gimnastici - C program"

Sve vježbe ocjenjuju su prema pravilniku za C program, izdanje siječanj 2018.



Regije su određene prema zemljopisnim oznakama strana svijeta i u Kupu Hrvatske sudjeluju "SJEVER", "JUG", "ISTOK" i "ZAPAD". Regijama pripadaju sljedeće županije:

Regija SJEVER Povjerenik regije: Aida Badić	Regija JUG Povjerenik regije: Ivo Borozan
Zagrebačka Grad Zagreb Krapinsko – zagorska Varaždinska Koprivničko – križevačka Bjelovarsko – bilogorske Međimurska Zagrebačka	Ličko – senjska Zadarska Šibensko – kninska Splitsko – dalmatinska Dubrovačko – neretvanska

Regija ISTOK Povjerenik regije: Tihana Lujev (zamjenici Tomislav Birovljević i Bosiljka Stojšić)	Regija ZAPAD Povjerenik regije: Andrija Crnić
Virovitičko – podravska Požeško – slavonska Brodsko – posavska Osječko - baranjska Vukovarsko – srijemska	Karlovačka Primorsko- goranska Sisačko – moslovačka (bez ŠGK Sokol Sisak) Istarska

Povjerenike regije predlaže TO ŽSG, a konačnu odluku donosi Izvršni odbor HGS-a.

Klub nositelj regije ima sljedeće obveze:

1. Predlaže kalendar natjecanja na regionalnoj razini za tekuću godinu.
2. Predlaže kotizaciju natjecatelja za kup natjecanja u regiji.
3. Predlaže sudačku taksu u regiji.
4. Predlaže ključ prema kojem se osigurava dovoljan broj sutkinja po natjecanju (minimalno 2 po spravi).
5. Predlaže sankcije za klubove koji ne osiguraju dovoljan broj sutkinja.

Povjerenik ima sljedeće obveze:

1. Kontrolira pripadnost natjecatelja odgovarajućoj natjecateljskoj kategoriji.
2. Kontrolira ispunjenje obveza natjecatelja prema HGS-u (članarina).



3. Kontrolira valjanost zdravstvenih kartona.
4. Rezultate i izvještaje s pojedinog kola dostavlja uredu HGS-a i predsjedniku TO ŽSG.
5. Dostavlja izvještaj o kvalificiranim ekipama i pojedinkama za Završnicu Kupa uredu HGS-a i predsjedniku TO ŽSG.
6. Osigurava četiri sutkinje za Završnicu kupa u B programu i četiri sutkinje za Završnicu kupa u C programu dajući prednost sutkinjama s višim sudačkim rangom i pripadnosti različitih klubova.

Prijedlozi se prihvaćaju na razini regije.

U tekućoj godini gimnastičarka može prelaziti iz nižeg programa u viši, ali ne i obrnuto. To znači da nakon prvog nastupa na natjecanju:

- iz C programa može prijeći u B ili FIG program
- iz B programa može prijeći samo u FIG program

Prelazak iz nižeg u viši program moguć je na prvom slijedećem natjecanju (istim natjecanjem smatra se redni broj kola, 1. Kolo B ili C smatra se istim natjecanjem).

U slijedećoj natjecateljskoj godini

- gimnastičarka FIG programa može nastupati u B programu, ali ne može u C programu
- gimnastičarka B programa može nastupati u C programu

Trener treba procijeniti da li njegova gimnastičarka ne može pratiti dosadašnji program i da samo iz tog razloga prelazi u niži program.

Pravo tumačenja ovih propozicija ima ovlaštenu predstavnik Tehničkog odbora za žensku sportsku gimnastiku.

Vrijedi od 01.01.2018.

TO ŽSG HGS

Prilog – Tablice 1.- 5.

B pravilnik, izdanje siječanj 2018.

C pravilnik, izdanje siječanj 2018.

Tablica 5 izdaje se svake godine u prosincu i vrijedi od siječnja sljedeće godine.

FIG program

Kategorija Dob	Broj elemenata	Posebni zahtjevi	Bonifikacija i težine	Preskok	Zahtjevi ekipa
Mlađe kadetkinje (9 godina i mlađe)	E ocjena: za min 4 el.= nema odbitka za 1-3 el = odbitak 4.00	Nema kompozicijskih zahtjeva; slobodna vježba s obaveznim elementima	FIG	Obavezni skokovi - dva različita VPH konačna ocjena = bolja ocjena 2 različita skoka PPH konačna ocjena = prosjek ocjena 2 razl.skoka Visina konja i strunjača = 110 cm	VPH / Ekipa = 3+2 3 bolje ocjene
Kadetkinje (10 i 11 godina)	FIG	Najviše 3 KZ; slobodna vježba s obaveznim elementima	FIG	VPH konačna ocjena = bolja ocjena 1 ili 2 skoka PPH konačna ocjena = prosjek 2 različita skoka Visina konja = 115 cm ili 125cm	VPH / Ekipa = 3+2 3 bolje ocjene
Mlađe juniorke (12 i 13 godina)	FIG	FIG	FIG	VPH konačna ocjena = bolja ocjena 1 skoka PPH konačna ocjena = prosjek 2 ista ili različita skoka Visina konja = 125cm	VPH / Ekipa = 3+2 3 bolje ocjene
Juniorke (14 i 15 godina)	FIG	FIG	FIG	VPH = 1 skok PPH = dva različita skoka - mogu biti iz iste grupe	VPH / Ekipa = 3+2 3 bolje ocjene
Seniorke 16 godina i starije	FIG	FIG	FIG	VPH = natjecanje I (1 skok) PPH = natjecanje III (2 skoka iz različitih grupa s različitim drugim fazama leta)	VPH / Ekipa = 3+2 3 unaprijed određene ocjene

Tablica 1. Godišta i zahtjevi po kategorijama

Ženska sportska gimnastika 2017. – 2020.

OBAVEZNI ELEMENTI za FIG program – mlađe kadetkinje

PRESKOK – preko konja na strunjače (110 cm)		RUČE Vježba se izvodi na jednoj pritci (*priznaju se elementi izvedeni samo na JEDNOJ pritci), samostalno postavljenoj, obavezna upotreba dodatnih strunjača za doskok visine 40-50cm		GREDA Obavezna uporaba dodatnih strunjača ispod grede (+ 20cm), obavezna upotreba dodatnih strunjača za doskok visine 40-50cm		TLO	
Premet naprijed na leđa	4.00	Sklopka + raznožni/sunožni zamah u stoj	1.00	Naskok špićak	0.50	Rondat + tri premeta nazad + sunožni pruženi skok	1.00
U prvoj fazi leta okret za 180° s doskokom na trbuh na strunjače	4.00	Tri povezana velekovrtljaja <u>3 veletoča = 3 elementa</u>	1.00	Most nazad + menikeli	1.00	Premet naprijed jednonožnim doskokom + premet naprijed sunožnim doskokom	1.00
U prvoj fazi naskok Jurčenko s doskokom na trbuh na strunjače	4.00	Velekovrtljaj + saskok pruženi salto	2.00	Rondat	0.50	Okret 720° na jednoj nozi	1.00
				Okret 360° na jednoj nozi	0.50	Kolut nazad do stoja (pruženim rukama)	0.50
				Daleko visoki skok	0.50	Dva povezana daleko visoka skoka	0.50
				Saskok: most naprijed + salto naprijed; Saskok: zvijezda + salto nazad	1.00		

Tablica 2. Obavezni elementi za mlađe kadetkinje FIG programa

OBAVEZNI ELEMENTI za FIG program – kadetkinje

PRESKOK – konj 115 cm ili 125 cm		RUČE		GREDA		TLO	
Svi skokovi po FIG pravilniku	FIG	Sklopka + zamah u stoj s okretom za 180°	1.00	Serijski dva akrobatska elementa s fazom leta (mogu biti isti)	1.00	Rondat + premet nazad + pruženi salto nazad ili Rondat + premet nazad + pruženi salto nazad s okretom za min. 360°	0.50 ili 1.00
		Kovrtljaj do stoja; Štalter do stoja Tabanac do stoja	1.00	Premet nazad	0.40	Premet naprijed sunožnim doskokom + pruženi salto naprijed; Twist salto	1.00
		Iz stava u upora nathvatom (stoja) prednjom jednoručnim okretom za 180° s prehvatom u nathvat (sanžirovka) – iznad 45°	1.00	Salto po vlastitom izboru	1.00	Akrobatska serija s dva različita salta	0.50
		Podmetni salto naprijed; Dupli salto nazad; Pruženi salto nazad s okretom za min 360° Saskok C težine	1.00	Skok s promjenom nogu do prednožno zanožnog raznoženja	0.40	Skok s promjenom nogu do prednožno zanožnog raznoženja + daleko visoki skok	0.40
				Okret 360° na jednoj nozi	0.20	Okret 720° na jednoj nozi	0.20
				Saskok: premet naprijed jednonožnim doskokom + salto naprijed; Saskok: rondat + salto nazad	1.00	Kolut nazad do stoja na rukama s okretom min. 360°	0.40
						Bosakov salto + araber salto	0.50

Tablica 3. Obavezni elementi za kadetkinje FIG programa

<i>DOB</i>	<i>«C» PROGRAM</i>	<i>«B» PROGRAM</i>	<i>FIG - PROGRAM</i>
7 i mlađe	Mlađe kadetkinje	Mlađe kadetkinje	Mlađe kadetkinje
8	Kadetkinje	Mlađe kadetkinje	Mlađe kadetkinje
9	Kadetkinje	Mlađe kadetkinje	Mlađe kadetkinje
10	Mlađe juniorke	Kadetkinje	Kadetkinje
11	Mlađe juniorke	Mlađe juniorke	Kadetkinje
12	Mlađe juniorke	Mlađe juniorke	Mlađe juniroke
13	Juniorke	Juniorke	Mlađe juniroke
14	Juniorke	Juniorke	Juniorke
15	Juniorke	Juniorke	Juniorke
16 i starije	Seniorke	Seniorke	Seniorke

Tablica 4. Raspored kategorija ŽSG prema programima i dobi