

ČASOVÝ ROZPIS

Oblastního přeboru Severomoravské soutěžní oblasti



Organizační informace:

- Páteční trénink 2.5. proběhne v obvyklém čase na Sokolce!
- Na závod s sebou přibalte kartičku zdravotní pojišťovny nebo občanský průkaz závodnice pro kontrolu českého občanství! Doklad se bude předkládat při prezenci.
- PROSÍME O DODRŽENÍ ČASU SRAZU NA ZÁVOD ZEJMÉNA U KATEGORIÍ NNML! V 6:45 už se začínáme ROZCVIČOVAT! Pokud máte možnost přespání, určitě toho využijte – závod bude zahájen už v 8:15 hodin!
- Vyhlášení výsledků dopoledního závodu ve 13:45 a odpoledního závodu v 19:45 se MUSEJÍ ZÚČASTNIT VŠECHNY ZÁVODNICE BEZ VÝJIMKY. Oblastní přebor má svá pravidla a soutěžní řád, které musíme dodržovat. Děkuji za pochopení.
- V hale bude otevřený bufet
- Na závodní plochu a do tréninkového prostoru je zákaz vstupu v botech, prosíme trenéry a závodnice, aby měly přezůvky.
- Na rozcvičovací plochu je zákaz vstupu všem rodičům a rodinným příslušníkům, pokud nejsou osloveni příslušnou trenérkou.

ZÁVOD: Oblastní přebor Severomoravské oblasti 2025
DATUM: sobota 3. 5. 2025
ADRESA: Sportovní hala Mikulovice, Hlavní 203, 790 84 Mikulovice
STARTUJÍCÍ ZÁVODNICE: VŠECHNY ZÁVODNICE
SRAZ:
NNML 2017 a mladší – 6:45
NNML 2016 – 7:30
NML – 10:00
NST – 12:30
JUN – 14:30
SEN – 16:30
NA SEBE: oddílové tílko + černé ¾ kalhoty, oddílovou teplákovou soupravu, kotníkové bílé ponožky, vlasy už na zvolený čas srazu učesané do PEVNÉHO UHLAZENÉHO DRDOLU + NAMALOVANÉ !!!
S SEBOU: ĚAPKY, ZÁVODNÍ DRESY NA RAMÍNKU V OBALU, TĚLOVÁ BODY NEBO KALHOTKY S PODPRSENKOU, (nejsou nutná), SVOJE NÁČINÍ, SE KTERÝM BUDOU GYMNASTKY ZÁVODIT, přezůvky, pití (neperlivou vodu), svačina, švihadlo, zátěže, jóga kostku, posilovací gumu, malý ručníček na utírání potu, malovátko, rtěnku, zrcátko, vlastní lak na vlasy, vlastní uhlažovací hřebínek (NE kartáč), náplasti na spáleniny, talismana pro štěstí a dobrou náladu 😊
STARTOVNÉ: hrazeno oddílem
PŮJČOVNÉ ZA ODDÍLOVÝ DRES: za závod vybíráme 100,-/dres. Dresy prosím neplatte předem! Peníze si od vás v hotovosti vybereme dohromady na konci jarní sezóny.
TRENÉRKY: Marie Beránková, Majda Peřinová, Johana Roubalová
ROZHODČÍ: Eliška Materová (739 909 180), Zdeňka Wertheimerová

Místo a datum konání:

3. 5. 2025

Sportovní hala Mikulovice, Hlavní 203, 790 84 Mikulovice

Časový harmonogram:

6.30	Otevření haly
7.30 – 7.45	Prezence
7.45	Porada rozhodčích
8.15 – 10.20	NNML E 2018 a ml., NNML D a C 2017, NNML A a B 2016
10.20 – 10.30	Přestávka
10.30 – 13.30	NML A 2014, NML A 2015, NML B 2014 a 2015
13.30 – 14.30	Polední pauza a oběd rozhodčích a trenérů
13.45 – 14.05	Vyhlášení dopolední části závodu
14.05 – 14.25	Rozcvičení na závodní ploše pro odpolední část závodu
14.30 – 16.05	NST A 2012 a 2013, NST B 2012 a 2013
16.05 – 16.15	Přestávka
16.15 – 18.20	Juniorky B
18.20 – 18.30	Přestávka
18.30 – 19.30	Seniorky B
19.45	Vyhlášení odpolední části závodu

Rozcvičení na závodní ploše:

7.20 – 7.30	La Pirouette Jeseník a TJ Šumperk
7.30 – 7.40	SSK Vítkovice
7.40 – 7.50	SK MG Olomouc
7.50 – 8.00	SK MG Havířov
8.00 – 8.10	GK Velký Týnec a TJ Spartak Přerov

Těšíme se na Vás a přejeme šťastnou cestu!

La Pirouette Jeseník