

ZÁVOD: O pohár města Ostravy
DATUM: sobota 9.5.2026
ADRESA: Sportovní hala City Campus OU, Černá louka 3189/3, 702 00 Ostrava
STARTUJÍCÍ ZÁVODNICE: Závodnice ročníku 2016 a starší
SRAZ:
NML 2016 (BN+ŠV), 2015 (Karhanová – BN+O, Poprachová – BN+ŠV) – 10:00
NST (O+K) – 13:30
JUN (O+K) – 15:00
SEN (O+ST) – 15:00
NA SEBE:
<ul style="list-style-type: none"> • oddílové tílko + černé ¾ kalhoty • oddílovou teplákovou soupravu • kotníkové bílé ponožky • vlasy už na zvolený čas srazu učesané do PEVNÉHO VYSOKÉHO UHLAZENÉHO DRDOLU • namalované
S SEBOU:
<ul style="list-style-type: none"> • ZÁVODNÍ ŤAPKY • ZÁVODNÍ DRESY NA RAMÍNKU V OBALU • TĚLOVÁ BODY NEBO TĚLOVÉ KALHOTKY • VLASTNÍ NÁČINÍ, SE KTERÝM BUDOU GYMNASTKY ZÁVODIT • švihadlo, zátěže, jóga kostka, posilovací gumu, malý ručníček na utírání potu • přezůvky, pití (neperlivou vodu), svačina • malovátka, rtěnka, zrcátko, vlastní lak na vlasy, vlastní uhlazovací hřebínek (NE kartáč) • náplasti na spáleniny • talismana pro štěstí a dobrou náladu 😊
STARTOVNÉ:
<ul style="list-style-type: none"> • 600,- • zaplatit předem nebo nejpozději v den závodu na oddílový účet: 2500954897/2010 (do zprávy pro příjemce napište datum a jméno a příjmení závodnice)
PŮJČOVNÉ ZA ODDÍLOVÝ DRES: za závod vybíráme 200,-/dres. Dresy prosím neplatte předem! Peníze si od vás v hotovosti vybereme dohromady na konci jarní sezóny.
TRENÉRKY: Maruška Beránková
ROZHODČÍ: Zdeňka Wertheimerová

Časový program závodu „O Pohár Města Ostravy 2026“/Time schedule „Ostrava cup 2026“

Sobota 9.5. 2026

- 8,00 otevření haly
- 8,20 – 9,20 rozcvičení / warming up
- 8,20 – 8,45 prezentace / presentation
- 13,30 – 13,40 hned po skončení dopoledního závodu
- 12,00 – 12,20 prezentace odpolední program
- 8,50 - 9,20 porada rozhodčích/ judges meeting
- 9,25 zahájení závodu hlasatelkou

Program dopoledního závodu / morning competition program

Bez nástupu / without opening ceremony

- 9,30 – 13,45 závod kategorií NNML 2018, NNML 2017, NML 2016 A, NML B 2015 - 2016 – **Aničky + Andy**
- 13,45 – 14,40 vyhlášení výsledků, obědová pauza/ lunch break,

Program odpoledního závodu / afternoon competition program

Bez nástupu / without opening ceremony

- 14,45 – 16,55 závod kategorií NML 2015 A, NST 2014-2013 A,B - **Johanka**
- 16,55 - 17,05 přestávka/ break
- 17,05 – 19,10 závod kategorie Juniorky A, B - **Kája**, Seniorky A,B – **Eliška, Denča**
- 19,30 vyhlášení výsledků / awarding ceremony

V případě odhlášení většího počtu závodnic nebudeme dodržovat časový program, ale budeme začínat dříve / In the event that a larger number of competitors register off, we will not adhere to the schedule and we will speed up the race