

ČLÁNEK 9 - Bradla

9.1 Všeobecné zásady

- Hodnocení sestavy začíná odrazem z můstku nebo žíněny. Přídavné zpevňující podložky pod můstek (např. další můstek) **nejsou** povoleny.
- **Druhý** rozběh k náskoku na nářadí je povolen, pokud se závodnice při svém **prvním** pokusu (kdy si rozběh rozmyslela) **nedotkne** můstku, nářadí nebo nářadí nepodběhne.
 - Po druhém neúspěšném pokusu o náskok musí závodnice své cvičení zahájit.
 - Pokud se závodnice nedotkne můstku, nářadí nebo nářadí nepodběhne, neobdrží srážku.
 - Třetí rozběh není povolen.
- Při **pádu** z nářadí je povoleno přerušit cvičení na 30 vteřin (čas přerušeni se začíná měřit okamžikem, kdy se závodnice po pádu postaví na nohy). V povoleném limitu musí závodnice znovu naskočit na bradla a zahájit svoje cvičení.
 - Probíhající čas přerušeni při pádu je zobrazován ve vteřinách na výsledkové tabuli.
 - Varovný signál (gong) zazní a upozorní závodnici
 - po deseti,
 - dvaceti a znovu současně s uplynutím
 - třicetivteřinového časového limitu.
 - Nenaskočí-li závodnice znovu na bradla do konce tohoto třicetivteřinového časového limitu, cvičení je považováno za ukončené.

9.2 Obsah a skladba cvičení

- Do hodnoty obtížnosti se započítává 8 nejobtížnějších prvků včetně závěru sestavy.
- Prvky obtížnosti by měly být rozmanitě voleny z následujících skupin prvků:
 - toče a kmihy
 - veletoč vzad
 - veletoč vpřed
 - kmihy a přemyky
 - Stalder toče vpřed/vzad
 - toče schylmo vpřed/vzad
 - letové prvky
 - letové prvky z vyšší žerdě na nižší žerd' (nebo naopak)
 - prvky s kontra letovou fází (přes žerd")
 - přeskoky
 - letky
 - salta

9.3 Skladební požadavky (SP) - panel D

		+ 2,50 b.
1 -	letový prvek z vyšší žerdě na nižší a z nižší žerdě na vyšší	+ 0,50 b.
2 -	letový prvek s chycením stejné žerdě	+ 0,50 b.
3 -	minimálně dva různé hmaty (kromě zákmihů, náskoku a závěru) a jeden neletový prvek blízky žerdě	+ 0,50 b.
4 -	neletový prvek s obr. nejméně 360° (předvedeným na žerdě)	+ 0,50 b.
5 -	závěr sestavy	
	• sestava bez závěru nebo závěr obtížnosti A či B	+ 0,00 b.
	• závěr obtížnosti C	+ 0,30 b.
	• závěr obtížnosti D nebo vyšší	+ 0,50 b.

9.4 Hodnota vazeb (HV) - panel D

Hodnota vazeb může být udělena za přímé vazby. Bonifikační koeficient za hodnotu vazeb se přičítá ke známce D.

Vzorce pro přímé vazby:

0,10	0,20
D (let z vyšší žerdi na nižší) + C (musí být předvedeno v tomto pořadí)	D (let s chycením stejné žerdi nebo z nižší žerdi na vyšší) + C a vyšší (na vyšší žerdi) (musí být předvedeno v tomto pořadí)
D + D a vyšší	D + E (jeden z nich je letový prvek) E + E

Poznámka: Prvky C i D musí mít let nebo obrat nejméně o 180°

- Prvek může být pro získání hodnoty vazby (HV) předveden dvakrát (2x) v rámci stejné přímé vazby, podruhé však není uznán jako prvek obtížnosti.
- Letovým prvkem se rozumí prvek s viditelným letem:
 - z vyšší žerdi s přehmatem na nižší žerď (nebo naopak)
 - s kontra letovou fází (přes žerď), přeskokem, letkou či saltem s uchopením téže žerdi či žerdi druhé
 - předvedený jako závěr sestavy.

*Poznámka: Změny hmatu nebo obraty ve stoji na rukou o 180° a 360° prováděné skokem **nejsou** letovými prvky.*

- Tyto přímé vazby mohou být předvedeny jako:
 - vazby s náskokem (náskok není považován za letový prvek)

např.  D + D = 0,10 b.

čelem k v.ž. - odrazem vzepření zákmihem a přemýk do stoje na rukou s obr. o 180° + „Tkačev“

- vazby uvnitř sestavy
- vazby se seskokem.

Je-li mezi dvěma (2) prvky proveden „prázdný kmih“ nebo „mezikmih“, hodnota vazby (HV) nemůže být udělena.

- „Prázdný kmih“ je definován jako **kmih vpřed/vzad bez provedení prvku** uvedeného v tabulce prvků před vrácením kmihu do opačného směru.

Výjimka: prvky typu "Šapošnikova"



ze vzporu na n.ž. zády k v.ž. toč vzad do stoje na rukou s přehmatem do svisu na v.ž.

- „Mezikmih“ je definován jako **přídavný kmih či zákmih ze vzporu a/nebo dlouhý kmih, který není nutný k provedení následujícího prvku.**

9.5 Specifické srážky (panel E)

Chyby	0,10	0,30	0,50 a více
- Rozběhy <ul style="list-style-type: none"> • Rozběh s dotykem můstku nebo bradel bez předvedení náskoku • Třetí pokus o náskok 			1,00 1,00
- Úprava polohy rukou ve hmatech	x		
- Dotek/lehký dotek chodidly náradí		x	
- Dotek/lehký dotek žíněnky			0,50
- Náraz chodidly na náradí			0,50
- Náraz chodidly na žíněnku			1,00
- Necharakteristické pohyby (např. roznožení v prvcích před dokončením stoje na rukou)		x	
- Špatný rytmus prvků	x		
- Nedostatečná výška letových prvků	x	x	
- Nedokončená rotace letových prvků	x		
- Nedostatečný rozsah vzklopek nebo zákmihů	x		
- Prázdný kmih		x	
- Mezikmih			0,50
- Úhel dokončení prvků	x	x	X
- Rozsah: <ul style="list-style-type: none"> • Kmihy vpřed i vzad pod horizontálu • Zákmihy 	x x	x	
- Změna žerdě jinak než prvkem		x	
- Provedení více než dvou stejných prvků přímo spojených se závěrem sestavy	x		
- Sestava bez závěru*			0,50

*Pád v závěru sestavy:

- Závěrečné salto není započato (není zahájena rotace) a dojde k pádu, nebo
- pokus o seskok není vůbec předveden (doskok na nohy nebo pád po doskoku na nohy):

Příklad č. 1: podmet bez zahájení rotace s doskokem na nohy nebo jinou část těla

Hodnocení:

- chybí skladební požadavek (panel D)
 - chybí hodnota obtížnosti - započítává se pouze 7 prvků (panel D)
 - srážka 0,50 b. za sestavu bez závěru (panel E)
 - pád - srážka 1,00 b. - nebo příslušné srážky za doskok (panel E)
- Závěrečné salto je započato a následuje pád:

Příklad č. 2: podmet a salto vpřed skrčmo s dopadem na jinou část těla než na nohy

Hodnocení:

- chybí skladební požadavek (panel D)
- chybí hodnota obtížnosti - započítává se pouze 7 prvků (panel D)
- pád - srážka 1,00 b. (panel E)

9.6 Poznámky

Pády - letové prvky

- uchopení žerdě oběma rukama (chvilkový vis nebo opora žerdi) - hodnota obtížnosti se uznává
- bez uchopení žerdě oběma rukama - hodnota obtížnosti se **neuznává**

Náskoky

- Náskokem může být splněn požadavek č. 1 (letový prvek z nižší na vyšší žerď a nebo z vyšší na nižší žerď)
- Prvky, které byly provedeny jako náskok, mohou být předvedeny také v sestavě a naopak, ale hodnotu obtížnosti obdrží pouze jednou.