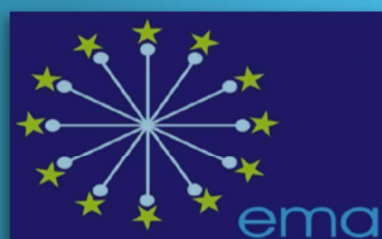




ČESKÁ MAŽORETKOVÁ
FEDERACE

Příloha – Povinné,
gymnastické a akrobatické
(PGA) prvky

Platná pro MČR ČMF v mažoretkách roku 2018



2018

POVINNÉ PRVKY

POVINNÉ PRVKY jsou akceptovány v případě, pokud je předvede alespoň minimální počet soutěžících uvedený v následující tabulce:

DISCIPLÍNA (POČET SOUTĚŽÍCÍCH)	MINIMÁLNÍ POČET SOUTĚŽÍCÍCH PRO UZNÁNÍ POVINNÝCH PRVKŮ
SÓLO (1)	1
DUO/TRIO (2-3)	2
MINIFORMACE (4-7)	2
VELKÁ FORMACE (8-11)	3
VELKÁ FORMACE (12-14)	4
VELKÁ FORMACE (15-19)	5
VELKÁ FORMACE (20 A VÍCE)	6

Povinné prvky mohou být prováděny i v kombinacích.

Pozdrav bude akceptován pouze v případě, že bude jasné a zřetelné, že jde o pozdrav.

1. POVINNÉ PRVKY BATON

Povinné prvky platí pro kategorie sólo, sólo 2 hůlky, sólo improvizace, duo/trio, duo/trio 2 hůlky, miniformace, velká formace, pochodové defilé.

Povinné prvky nemají kategorie sólo a duo/trio s rekvizitami, rodičovské týmy, a velká formace classic.

1.1. POVINNÉ PRVKY BATON PŘÍPRAVKA B

- Minimálně 1x jednoduché a nízké vyhození

1.2. POVINNÉ PRVKY BATON DĚTI A

- Minimálně 1x jednoduché a nízké vyhození
- Minimálně 1x flip
- Minimálně 1x jednoduchá otočka pod hůlkou
- Minimálně 1x jednoduchý přehoz mezi soutěžícími

1.3. POVINNÉ PRVKY BATON DĚTI B

- Minimálně 1x jednoduché a nízké vyhození
- Minimálně 1x jednoduchá výměna mezi soutěžícími

1.4. POVINNÉ PRVKY BATON KADETKY A

- Minimálně 1x výhoz s pohybem těla (travelling, póza, dřep, ...)
- Minimálně 1x výhoz se složitým chycením hůlky (backhand, za zády, pod nohou, ...)

- Minimálně 1x výhoz se složitým vyhozením hůlky (backflip, za zády, pod nohou, ...)
- Minimálně 1x flip
- Minimálně 1x jednoduchá otočka pod hůlkou s horizontálním vyhozením
- Minimálně 1x jednoduchá otočka pod hůlkou s vertikálním vyhozením
- Minimálně 2x krátký přehoz mezi soutěžícími
- Minimálně 1x vertikální rolls
- Minimálně 1x gymnastický prvek

1.5. POVINNÉ PRVKY BATON KADETKY B

- Minimálně 1x jednoduché a nízké vyhození
- Minimálně 1x flip
- Minimálně 1x jednoduchá otočka pod hůlkou
- Minimálně 1x jednoduchý přehoz mezi soutěžícími

1.6. POVINNÉ PRVKY BATON JUNIORKY A

- Minimálně 1x výhoz s pohybem těla (travelling, póza, dřep, ...)
- Minimálně 2x výhoz se složitým chycením hůlky (backhand, za zády, pod nohou, ...)
- Minimálně 2x výhoz se složitým vyhozením hůlky (backflip, za zády, pod nohou, ...)
- Minimálně 1x flip
- Minimálně 1x dvojitá otočka pod hůlkou s horizontálním vyhozením
- Minimálně 1x dvojitá otočka pod hůlkou s vertikálním vyhozením
- Minimálně 2x krátký přehoz mezi soutěžícími
- Minimálně 1x dlouhý přehoz mezi soutěžícími
- Minimálně 1x vertikální rolls
- Minimálně 1x horizontální rolls
- Jednoduchá kombinace rollsů
- Minimálně 2x gymnastický prvek

1.7. POVINNÉ PRVKY BATON JUNIORKY B

- Minimálně 1x výhoz s pohybem těla (travelling, póza, dřep, ...)
- Minimálně 1x výhoz se složitým chycením hůlky (backhand, za zády, pod nohou, ...)
- Minimálně 1x výhoz se složitým vyhozením hůlky (backflip, za zády, pod nohou, ...)
- Minimálně 1x flip
- Minimálně 1x jednoduchá otočka pod hůlkou s horizontálním vyhozením
- Minimálně 1x jednoduchá otočka pod hůlkou s vertikálním vyhozením

- Minimálně 2x krátký přehoz mezi soutěžícími
- Minimálně 1x vertikální rolls
- Minimálně 1x gymnastický prvek

1.8. POVINNÉ PRVKY BATON SENIORKY A

- Minimálně 1x výhoz s pohybem těla (travelling, póza, dřep, ...)
- Minimálně 3x výhoz se složitým chycením hůlky (backhand, za zády, pod nohou, ...)
- Minimálně 2x výhoz se složitým vyhozením hůlky (backflip, za zády, pod nohou, ...)
- Minimálně 1x flip
- Minimálně 1x dvojitá otočka pod hůlkou s horizontálním nebo vertikálním vyhozením
- Minimálně 1x trojitá otočka pod hůlkou s horizontálním nebo vertikálním vyhozením
- Minimálně 2x krátký přehoz mezi soutěžícími
- Minimálně 2x dlouhý přehoz mezi soutěžícími
- Minimálně 2x vertikální rolls
- Minimálně 1x horizontální rolls
- Jednoduchá kombinace rollsů
- Minimálně 2x gymnastický prvek

1.9. POVINNÉ PRVKY BATON SENIORKY B

- Minimálně 1x výhoz s pohybem těla (travelling, póza, dřep, ...)
- Minimálně 2x výhoz se složitým chycením hůlky (backhand, za zády, pod nohou, ...)
- Minimálně 2x výhoz se složitým vyhozením hůlky (backflip, za zády, pod nohou, ...)
- Minimálně 1x flip
- Minimálně 1x jednoduchá otočka pod hůlkou s horizontálním vyhozením
- Minimálně 1x jednoduchá otočka pod hůlkou s vertikálním vyhozením
- Minimálně 2x krátký přehoz mezi soutěžícími
- Minimálně 1x dlouhý přehoz mezi soutěžícími
- Minimálně 1x vertikální rolls
- Minimálně 1x horizontální rolls
- Jednoduchá kombinace rollsů
- Minimálně 2x gymnastický prvek

2. POVINNÉ PRVKY POM-POM

Povinné prvky platí pro kategorie sólo, sólo improvizace, duo/trio, miniformace, velká formace, pochodové defilé.

Povinné prvky nemá rodičovský tým.

2.1. POVINNÉ PRVKY POM-POM PŘÍPRAVKA B

- Třepání

2.2. POVINNÉ PRVKY POM-POM DĚTI A

- Minimálně 1x jednoduché a nízké vyhození pom
- Minimálně 1x jednoduchá výměna pom mezi soutěžícími
- Minimálně 1x vlna
- Minimálně 1x obrazec

2.3. POVINNÉ PRVKY POM-POM DĚTI B

- Třepání
- Minimálně 1x jednoduché a nízké vyhození pom
- Minimálně 1x vlna

2.4. POVINNÉ PRVKY POM-POM KADETKY A

- Minimálně 1x jednoduché a nízké vyhození pom
- Minimálně 1x jednoduchá výměna pom mezi soutěžícími
- Minimálně 1x vlna
- Minimálně 1x obrazec
- Minimálně 1x výměna nebo přehození pom z pravé do levé ruky
- Minimálně 3 různé gymnastické prvky

2.5. POVINNÉ PRVKY POM-POM KADETKY B

- Minimálně 1x jednoduché a nízké vyhození pom
- Minimálně 1x jednoduchá výměna pom mezi soutěžícími
- Minimálně 1x vlna
- Minimálně 1x obrazec
- Minimálně 1x gymnastický prvek

2.6. POVINNÉ PRVKY POM-POM JUNIORKY A

- Minimálně 1x jednoduché a nízké vyhození pom
- Minimálně 1x vysoký výhoz pom s pohybem těla (travelling, póza, otočka)
- Minimálně 1x složité chycení pom
- Minimálně 1x jednoduchá výměna pom mezi soutěžícími
- Minimálně 1x vlna

- Minimálně 1x obrazec
- Minimálně 1x výměna nebo přehození pom z pravé do levé ruky
- Minimálně 3 různé gymnastické prvky
- Minimálně 2 různé akrobatické prvky
- Minimálně 1x kombinace minimálně 2 různých akrobatických a gymnastických prvků
- Minimálně 1x zvedačka

2.7. POVINNÉ PRVKY POM-POM JUNIORKY B

- Minimálně 1x jednoduché a nízké vyhození pom
- Minimálně 1x složité chycení pom
- Minimálně 1x jednoduchá výměna pom mezi soutěžícími
- Minimálně 1x vlna
- Minimálně 1x obrazec
- Minimálně 1x výměna nebo přehození pom z pravé do levé ruky
- Minimálně 3 různé gymnastické prvky
- Minimálně 1x zvedáčky

2.8. POVINNÉ PRVKY POM-POM SENIORKY A

- Minimálně 1x jednoduché a nízké vyhození pom
- Minimálně 1x vysoký výhoz pom s pohybem těla (travelling, póza, otočka)
- Minimálně 1x složité vyhození pom
- Minimálně 1x složité chycení pom
- Minimálně 1x jednoduchá výměna pom mezi soutěžícími
- Minimálně 1x vlna
- Minimálně 1x obrazec
- Minimálně 1x výměna nebo přehození pom z pravé do levé ruky
- Minimálně 3 různé gymnastické prvky
- Minimálně 2 různé akrobatické prvky
- Minimálně 1x kombinace minimálně 3 různých akrobatických a gymnastických prvků
- Minimálně 1x zvedačka

2.9. POVINNÉ PRVKY POM-POM SENIORKY B

- Minimálně 1x jednoduché a nízké vyhození pom
- Minimálně 1x vysoký výhoz pom s pohybem těla (travelling, póza, otočka)
- Minimálně 1x složité chycení pom
- Minimálně 1x jednoduchá výměna pom mezi soutěžícími
- Minimálně 1x vlna
- Minimálně 1x obrazec

- Minimálně 1x výměna nebo přehození pom z pravé do levé ruky
- Minimálně 3 různé gymnastické prvky
- Minimálně 1x kombinace minimálně 2 různých akrobatických a gymnastických prvků
- Minimálně 1x zvedačka

3. POVINNÉ PRVKY POM-POM CLASSIC

Povinné prvky platí pro kategorie sólo, duo, miniformace, velká formace, pochodové defilé.

3.1. POVINNÉ PRVKY POM-POM CLASSIC KADETKY A

- Minimálně 1x jednoduché a nízké vyhození pom
- Minimálně 1x vysoký výhoz pom s pohybem těla (travelling, póza, otočka)
- Minimálně 1x jednoduchá výměna pom mezi soutěžícími
- Minimálně 1x vlna
- Minimálně 1x obrazec
- Minimálně 1x výměna nebo přehození pom z pravé do levé ruky

3.2. POVINNÉ PRVKY POM-POM CLASSIC JUNIORKY A

- Minimálně 1x jednoduché a nízké vyhození pom
- Minimálně 1x vysoký výhoz pom s pohybem těla (travelling, póza, otočka)
- Minimálně 1x složité vyhození pom
- Minimálně 1x složité chycení pom
- Minimálně 1x jednoduchá výměna pom mezi soutěžícími
- Minimálně 1x složitý přehoz pom mezi soutěžícími
- Minimálně 1x vlna
- Minimálně 1x obrazec
- Minimálně 1x výměna nebo přehození pom z pravé do levé ruky

3.3. POVINNÉ PRVKY POM-POM CLASSIC SENIORKY A

- Minimálně 1x jednoduché a nízké vyhození pom
- Minimálně 1x vysoký výhoz pom s pohybem těla (travelling, póza, otočka)
- Minimálně 1x složité vyhození pom
- Minimálně 2x složité chycení pom
- Minimálně 1x jednoduchá výměna pom mezi soutěžícími
- Minimálně 2x složitý přehoz pom mezi soutěžícími
- Minimálně 1x vlna
- Minimálně 1x obrazec
- Minimálně 1x výměna nebo přehození pom z pravé do levé ruky

4. POVINNÉ PRVKY MIX

Povinné prvky platí pro kategorie miniformace a velká formace.

U kategorie mix musí být využity povinné prvky obou zvolených náčiní.

5. POVINNÉ PRVKY FLAG

Povinné prvky platí pro kategorie sólo, duo/trio a miniformace.

5.1. POVINNÉ PRVKY FLAG JUNIORKY A

- Minimálně 1x jednoduché a nízké vyhození flag
- Minimálně 1x vysoký výhoz flag s pohybem těla (travelling, póza, otočka)
- Minimálně 1x složité vyhození flag
- Minimálně 1x složité chycení flag
- Minimálně 1x jednoduchá výměna flag mezi soutěžícími
- Minimálně 1x složitý přehoz flag mezi soutěžícími
- Minimálně 1x loop („švihadlo“)

5.2. POVINNÉ PRVKY FLAG SENIORKY A

- Minimálně 1x jednoduché a nízké vyhození flag
- Minimálně 1x vysoký výhoz flag s pohybem těla (travelling, póza, otočka)
- Minimálně 1x složité vyhození flag
- Minimálně 2x složité chycení flag
- Minimálně 2x jednoduchá výměna flag mezi soutěžícími
- Minimálně 2x složitý přehoz flag mezi soutěžícími
- Minimálně 2x loop („švihadlo“)

6. POVINNÉ PRVKY MACE

Povinné prvky platí pro kategorie sólo a duo/trio.

6.1. POVINNÉ PRVKY MACE JUNIORKY A

- Minimálně 1x jednoduché a nízké vyhození mace
- Minimálně 1x složité vyhození mace
- Minimálně 1x jednoduchá výměna mace mezi soutěžícími
- Minimálně 1x jednoduchý přehoz mace mezi soutěžícími
- Minimálně 1x vertikální rolls

6.2. POVINNÉ PRVKY MACE SENIORKY A

- Minimálně 2x jednoduché a nízké vyhození mace
- Minimálně 1x složité vyhození mace
- Minimálně 1x složité chycení mace

- Minimálně 1x jednoduchá výměna mace mezi soutěžícími
- Minimálně 2x jednoduchý přehoz mace mezi soutěžícími
- Minimálně 1x vertikální rolls

GYMNASTICKÉ PRVKY

- Otočky (jedno nebo vícenásobné, s nataženou nebo pokrčenou nohou)
- Arabeska
- Podmetena
- Skoky (kufr, s nataženou jednou nebo oběma nohama přednoženýma či zanoženýma)
- Roznožky, jelení skoky, dálkové skoky, kadet, čertík nůžky
- Výkopy
- Provazy a roštěpy s různými variacemi
- Svíčka
- Sfinga, jelen vleže, velbloud, motýlek
- Sudy
- Převaly s variací nohou

AKROBATICKÉ PRVKY

- Kotouly vpřed i vzad s variacemi
- Most zestoje i zleže
- Stoj na hlavě nebo na ruce
- Hvězda s variacemi
- Rondát
- Přemety vpřed i vzad s variacemi
- Flik
- Blecha
- Špicar
- Arab
- Šprajcka