

Pravidla členů klubu moderní gymnastiky

Všeobecné informace

1. Jedná se o výkonností (olympijský) sport ne zájmový kroužek
2. Sport vyžaduje disciplínu jak ze strany trenérů a dětí tak i jejich rodičů - pravidelnou účast na trénincích, závodech a akcích pořádaných klubem pokud byly závodnice nominované (Ostravský Pohár, oblastní přebory, závody moravskoslezské Superligy)
3. Omluvy - v případě neúčasti dítěte na tréninku musí být řádně omluveno trenérce
4. Závodní programy: A – zařazeny děti s předpoklady pro vrcholový sport

B – výkonnostní sport, méně sestav a nižší obtížnost

5. Děti jsou zařazovány do závodního programu A a B – o zařazení rozhoduje vždy trenér, ne rodič. Není řečeno, že dítě zařazené na začátku své kariéry do závodního programu A nebo B v něm zůstane po celou dobu. Po každé závodní sezóně probíhá trenérská rada, která rozhodne o případné změně závodního programu – v úvahu se bere: účast a pracovitost dítěte na trénincích, zdravotní stav, výkonnost a výsledky v závodech.
6. Klub je pověřen ČSMG vedením Sportovní akademie (dále jen SA), kde jsou zařazovány děti nejen z našeho klubu, ale z celé SM oblasti s předpoklady pro vrcholový sport. Pro klub je vedení SA prestižní záležitost a děti do ní zařazené mají tréninky navíc, v případě potřeby individuální tréninky, přednost v účasti na závodech. Povinností těchto dětí je účast na každoročním celostátním testování SA, SpS a SCM a přebornických a mistrovských soutěží. Z těchto družstev (SA, SpS, nebo SCM) jsou děti dále vybírány do družstev nadějí a reprezentačních družstev ČR.
7. Vybrané děti jsou zařazeny do nezávodní přípravky na cca dva roky, kde si osvojují dovednosti nutné k zahájení závodní činnosti.
8. Od doby, kdy děti začnou závodit jsou jejich sestavy po dobu prvních dvou až tří let společné, a to z důvodu, že tak malé děti nejsou schopny samostatné individuální práce. V této tréninkové fázi vybírá hudbu vždy trenér.
9. **Výběr hudeb k sestavám** – starší děti mají možnost výběru hudby samy, ale vždy ji musí schválit trenér případně choreograf, a to z důvodu pravidel MG. Hudba může a nemusí být sestříhaná, v případě nutnosti stříhání hudby u klubového trenéra činí poplatek 250Kč. Malé úpravy hudeb 100,-Kč.
10. **Choreografie sestav** – v prvních letech mají děti sestavu společnou, hudbu k ní vybírá trenérka a rodiče za choreografii neplatí. Později začíná trenérka dělat individuální choreografie. Poplatek za individuální choreografii je 1.000,-Kč.
11. **Přestupy závodnic** – v případě přestupu závodnice do jiného klubu může být požadováno tzv. výchovné, které se řídí stanovami ČSMG

12. U dětí zařazených do závodní složky vyžadujeme účast na soustředění a srpnových trénincích

Co s sebou na trénink

1. Přiléhavý trikot nebo kraťasy/elastáky a úplé triko, gymnastická obuv, pití a náčiní určené trenérem
2. Upravené vlasy – culík nebo drdol, případně copánky vždy dostatek náhradních gumiček a sponek pro nezbedné vlásky
3. Česání zajišťuje vždy rodič nikdy ne trenér!

Závodní činnost

1. Závody se dělí na přípravné (přátelské), nominační (oblastní) a mistrovské
2. Na mistrovství ČR se dítě nominuje pouze z oblastního přeboru
3. Za dopravu dítěte na závody zodpovídá rodič, předá učesané a namalované dítě ve stanovený čas trenérce
4. Přihlašování na závody – na závody (domácí nebo zahraniční) přihlašuje a nominuje závodnice vždy klub nikdy ne rodič, především z důvodu omezeného počtu míst na většině závodů.
5. Závody, kterých se v závodní sezóně budeme účastnit vybírá trenérská rada klubu a informuje rodiče o nominaci, ke které se rodič vyjádří, zda souhlasí nebo ne.
6. Každý klub na závody vždy musí nominovat rozhodčí, bez které není možná účast.
7. Dopravu trenérek a rozhodčích na závody zajišťují rodiče závodících dětí.
8. U starší kategorie (juniorky a seniorky) není účast trenéra na všech závodech garantována.
9. Závodnice připravující se na MČR absolvují ideálně 5-6 startů před mistrovstvím.
10. Soutěže společných skladeb (SS) – podzimní sezóna je tvořena především soutěžemi společných skladeb. O účasti na těchto soutěžích rozhoduje trenérská rada. V případě rozhodnutí, že se společných skladeb účastnit budeme, musí souhlasit všichni rodiče závodnic zařazených do SS. Ze zařazení vyplývá povinnost účasti na všech trénincích, omluvou je pouze nemoc nebo zranění, klub neakceptuje účast na dovolených, školách v přírodě atd... v takovém případě je závodnice z SS vyloučena.

Soutěže organizované klubem – oblastní přebory, závody SM ligy, Pohár města Ostravy a mistrovství republiky

1. Pohár města Ostravy – prestižní mezinárodní závod pořádaný klubem každoročně
2. Účast na tomto závodě je pro nominované závodnice povinná, a to z důvodu reprezentace klubu.
3. Při organizaci závodů pořádaných klubem je potřebná pomoc rodičů, bez které se neobejdeme.

Příspěvky

1. Výši příspěvků stanovuje klub s ohledem na zařazení do tréninkové skupiny.
2. Klubové příspěvky placené rodičem tvoří zhruba 1/3 celkových nákladů nutných pro výchovu závodnice.
3. V případě onemocnění ani odpadlých tréninků se proto peníze nevrací.
4. Náklady nutné pro výchovu závodnice – zajištění zvukové techniky a kobercových ploch, platy trenérů, pronájmy hal, náklady spojené s účastí trenérů a rozhodčích na závodech a soustředěních – ubytování, stravování a výjimečně doprava, školení trenérů a rozhodčích – poplatky za školení, ubytování a dopravu, choreografie sestav.

Spolupráce klubu s SG D.a E.Zátopkových v Ostravě Zábřehu

Od roku 2005 klub spolupracuje se sportovním gymnáziem D.a E. Zátopkových

v Ostravě Zábřehu. Díky této spolupráci jsou zajištěny kvalitní podmínky pro přípravu závodnic našeho klubu. Především pro výkonnostní a vrcholový sport. SG nám zajišťuje především sportovní zázemí – halu a baletní sál, někteří naši trenéři jsou zaměstnanci SG. Členky klubu mají možnost se ucházet o přijetí do 8-letého a 4-letého oboru SG se sportovní přípravou, specializace moderní gymnastika.