

PRAVIDLA

SOUTĚŽNÍ AEROBIC MASTER CLASS

FISAF.cz

PLATNOST OD 1. 1. 2024

1 ÚVOD	3
1. 1 Přihlašování závodníků.....	3
2 VŠEOBECNÉ INFORMACE.....	3
2. 1 Kategorie závodníků.....	3
2. 2 Soutěžní kategorie	3
2. 3 Struktura závodu.....	4
2. 3. 1 Dvoukolový závod.....	4
2. 3. 2 Tříkolový závod.....	4
2. 4 Mistrovství ČR v SAMC	4
2. 4. 1 Ligový závod SAMC.....	5
3 LEKTOR – ČAS – HUDBA.....	5
3. 1 Lektor	5
3. 2 Délka soutěžních kol	5
4 ROZHODOVÁNÍ A BODOVÁNÍ.....	5
4. 1 Rozhodčí.....	5
4. 2 Počet rozhodčích.....	5
4. 3 Kritéria hodnocení.....	6
4. 4 Výstroj závodníka	8
4. 5 Způsob hodnocení.....	8
4. 6 SAMC liga	9
4.6.1 Vyhodnocování ligy	9
4.6.2 Získávání bodů závodníky.....	9
4.6.3 Shody bodů.....	9
4.6.4 Vyhlášení SAMC Ligy.....	9
5 ZPĚTNÁ VAZBA.....	10

1 ÚVOD

Soutěžní aerobic master class (dále jen SAMC) je soutěž pro registrované i neregistrované závodníky FISAF.cz. Jedná se o soutěž, kdy jednotlivci cvičí dle lektora.

1. 1 Přihlašování závodníků

Závodníci, či jejich zástupci (v případě neplnoletých závodníků), se k závodům přihlašují pomocí webové aplikace www.fisaf.it4sport.cz, a to nejpozději 1 měsíc před závodem. V této aplikaci lze vytvořit přihlášku a tu použít pro přihlášení k jednomu, či více závodům. Přihlašování závodníků na místě v den závodu je možné pouze pokud mají vytvořený profil ve webové aplikaci, bez předem vytvořeného profilu není start možný.

2 VŠEOBECNÉ INFORMACE

2. 1 Kategorie závodníků

0. kategorie: do 5 let – nepostupová – bez pořadí – „AEROBIK HROU“

I. kategorie: 6 – 7 let

II. kategorie: 8 – 10 let

III. kategorie: 11 – 13 let

IV. kategorie: 14 – 16 let

V. kategorie: 17 – 25 let

VI. kategorie 26 a více let

Závodníci soutěží ve věkové kategorii, dle dosaženého věku v daném kalendářním roce.

Metodika 0. a I. kategorie

Lekce 0. kategorie je lektorem vedena hravou formou. Cílem cvičení v této kategorii je prevence rané specializace. Při cvičení je možné využít tzv. „kotvících“ prvků (např. různé sport. bloky, švihadla atd.). Výukový proces vyžaduje vyšší stupeň koncentrace a komunikace lektora se skupinou. Po dohodě s organizátorem závodu je možné využití programu Děti na startu. Soutěžní struktura této kategorie je jednokolová bez určení konečného pořadí.

Lekce I. kategorie se skládá pouze ze základních prvků komerčního aerobiku.

2. 2 Soutěžní kategorie

SAMC se může konat v kategoriích aerobic, step a hip hop. Mistrovství České republiky SAMC se koná pouze v kategorii aerobik.

2. 3 Struktura závodu

- a) do 15 závodníků: jednokolová – finále
- b) 16 – 24 závodníků: dvoukolová – základní kolo + finále (12 závodníků)
- c) 25 – 50 závodníků: dvoukolová – základní kolo + finále (15 závodníků)
- d) 51 – 80 závodníků: tříkolová – základní kolo + semifinále (30 závodníků) + finále (15 závodníků)
- e) 81 a více závodníků: tříkolová – základní kolo + semifinále (40 závodníků) + finále (15 závodníků)

Závodníci startují ve všech kolech závodu se startovním číslem, které jim bylo přiděleno pro základní kolo. Startovní číslo musí být umístěno na hrudi!

Pokud dojde po uzávěrce harmonogramu (tj. 14 dní před zahájením soutěže) vlivem odhlášení ke **snížení** konečného počtu startujících, který odpovídá jinému počtu kol, je závod realizován v počtu kol stanoveném v bodu 2.3 pravidel SAMC.

Pokud dojde po uzávěrce harmonogramu (tj. 14 dní před zahájením soutěže) vlivem pozdního dohlášení ke **zvýšení** konečného počtu startujících, který odpovídá jinému počtu kol, je závod realizován v původně vypsáném počtu kol.

2. 3. 1 Dvoukolový závod

Ze základního kola postupuje 12, resp. 15 závodníků, do finále, případně další závodníci, kteří měli stejný počet hlasů jako umístěním patnáctý závodník. Příklad s 5členným panelem rozhodčích: do finále postupuje 14 závodníků se 4 a 5 hlasy a další 3 závodníci se třemi hlasy od rozhodčích. To znamená, že ve finále startuje 17 závodníků. Nepostupující závodníci mohou cvičit i finále, ale bez startovních čísel a hodnocení.

2. 3. 2 Tříkolový závod

Ze základního kola postupuje do semifinále 30, resp. 40 závodníků, případně další závodníci, kteří měli stejný počet hlasů jako poslední postupující závodník. Do finále postupuje ze semifinále 15 nejlepších, případně další závodníci, kteří měli stejný počet hlasů jako umístěním patnáctý závodník.

2. 4 Mistrovství ČR v SAMC

MČR v SAMC vyhlásováno 1 x ročně Českým svazem aerobiku a fitness, FISAF.cz (dále jen FISAF.cz) v kategorii aerobik. MČR SAMC se mohou zúčastnit pouze závodníci, kteří dokončí minimálně základní kolo na dvou ligových závodech ve věkových **kategoriích I. – VI.** Struktura závodu je stejná jako u ostatních závodů SAMC. Výsledky z MČR v SAMC se nezapočítávají do SAMC ligy, s výjimkou určení pořadí v SAMC lize při shodě bodů. Součástí MČR v SAMC je vyhlášení a odměnění SAMC ligy. **Na MČR soutěží každá věková kategorie samostatně. O případném sloučení V. a VI. kategorie může na základě počtu přihlášených rozhodnout hlavní rozhodčí.**

2. 4. 1 Ligový závod SAMC

Je každý závod soutěže SAMC, který je takto označen na webu FISAF.cz. Tohoto závodu se mohou zúčastnit všichni závodníci bez ohledu na registraci či místo bydliště. Výsledky jednotlivých ligových závodů jsou ohodnoceny body a tyto body jsou započteny do SAMC ligy viz kap. 4.6.

3 LEKTOR – ČAS – HUDBA

3. 1 Lektor

Lektor na ligové a nižší soutěže je jmenován ředitelem soutěže. Lektor určený pro danou kategorii se prezentuje v základním kole, semifinále i finále. Lektor musí znát pravidla, respektovat věkové zákonitosti závodníků a nesmí zařazovat cviky, které by mohly ohrozit jejich zdraví. Tempo a výběr hudby musí odpovídat specifické věkových kategorií. [Lektory na MČR nominuje kancelář FISAF.cz a schvaluje Komise ČSH.](#)

3. 2 Délka soutěžních kol

- základní kolo a semifinále = 20 – 45 minut
- finále = 15 – 30 minut

4 ROZHODOVÁNÍ A BODOVÁNÍ

4. 1 Rozhodčí

Panel rozhodčích se na ligových závodech skládá z pěti rozhodčích, z nichž jeden je hlavní. Na MČR v SAMC se panel skládá ze sedmi rozhodčích, z nichž jeden je hlavní. Všichni rozhodčí jsou povinni se zúčastnit porady před zahájením závodu. Vzhledem k rankingovému systému hodnocení musí být vždy lichý počet rozhodčích. Ve výjimečném případě sudého počtu rozhodčích má hlavní rozhodčí dva hlasy. Tzv. lead rozhodčí (jeho hodnocení rozhoduje v případě shody rozhodčích) je vždy hlavní rozhodčí. V případě, že hlavní rozhodčí nerozhoduje (non ranking) je lead rozhodčím R1.

4. 2 Počet rozhodčích

1. neligový závod – minimálně 1 hlavní + 1 další rozhodčí, kteří mají absolvováno školení rozhodčích FISAF.cz + minimálně 1 další rozhodčí. Výsledky se nezapisují do SAMC ligy.
2. ligový závod – hlavní rozhodčí + 4 - 6 dalších rozhodčích. Všichni rozhodčí musí mít absolvováno školení rozhodčích FISAF.cz a musí být nominováni STK FISAF.cz.

3. Mistrovství ČR v SAMC – hlavní rozhodčí + 4 - 7 dalších rozhodčích. Všichni rozhodčí musí mít absolvováno školení rozhodčích FISAF.cz a musí být nominováni STK FISAF.cz.

4. 3 Kritéria hodnocení

Kategorie 8–10 let a 11–13 let – aerobik

Kritérium	Počet bodů
Provedení (technika cvičení)	10
Výraz	10
Schopnost zachycení předvedeného	10
Celkem maximálně	30

Kategorie 14–16 let a nad 17 let – aerobik

Kritérium	Počet bodů
Provedení (technika cvičení)	15
Výraz	10
Vzhled	10
Schopnost zachycení předvedeného	5
Flexibilita	5
Síla	5
Celkem maximálně	50

Kategorie 8–10 let a 11–13 let – step

Kritérium	Počet bodů
Provedení (technika cvičení)	10
Výraz	10

Schopnost zachycení předvedeného	10
Celkem maximálně	30

Kategorie 14–16 let a nad 17 let - step

Kritérium	Počet bodů
Provedení (technika cvičení)	15
Výraz	10
Vzhled	10
Schopnost zachycení předvedeného	10
Kardiovaskulární vytrvalost	5
Celkem maximálně	50

Hip hop – všechny věkové kategorie

Kritérium	Počet bodů
Provedení (technika jednotlivých stylů)	25
Výraz	10
Schopnost zachycení předvedeného	15
Celkem maximálně	50

Provedení (technika cvičení)

Při bodování provedení rozhodčí hodnotí techniku a bezpečnost pohybů provedených závodníkem. Forma a bezpečnost pohybů je určována podle toho, zda jsou pohyby kloubů a končetin prováděny kontrolovaně, ve správných liniích a umístění v prostoru. Hodnotí se také správné držení těla, přesnost a rychlost pohybů. Body se snižují např. za poskoky prováděné pouze na špičkách, hyperextenzi kolen, hyperlordózu bederní páteře, zvedání ramen, předsunuté držení hlavy.

Schopnost zachycení předvedeného

Hodnotí se schopnost závodníka pohotově a přesně zachytit předvedené cviky, resp. vazby.

Výraz

Při bodování výrazu hodnotí rozhodčí vzrušení, smělost, odvalu a pozitivní emoce při navázání kontaktu s diváky a rozhodčími prostřednictvím gest a výrazu obličeje v průběhu celého vystoupení.

Vzhled

Při bodování vzhledu rozhodčí hodnotí výstroj a fyzickou konstituci závodníka. Tělesná stavba závodníka by měla vypadat zdravě a sportovně.

4. 4 Výstroj závodníka

Závodníci musí vyhovovat minimálním požadavkům na výstroj, tj. pro dívky jsou povinné punčocháče nebo legíny, které musí skrývat části těla nedostatečně kryté dressem, ale musí umožňovat pohyby těla.

Neodpovídající výstroj zahrnuje:

- dres, který je příliš krátký (jsou vidět intimní části těla)
- nedostatečný, neupravený nebo špinavý úbor, celkový špatný vzhled
- nedostatečné opory těla (prádlo)
- nevhodná obuv pro aerobik
- není dovoleno užívat rukavice, hudební nástroje, divadelní rekvizity.

Závodníci jsou povinni si před závodem zkontrolovat výstroj (např. zavázání startovních čísel či tkaniček u bot). Pokud dojde během závodu k poškození úboru, které závodník nemůže ovlivnit, v bodovém hodnocení nebude na tuto skutečnost brán zřetel. Úprava vlasů musí odpovídat sportovnímu charakteru aerobiku (delší vlasy musí být vyčesány do drdolu, culíku, copu atp.).

4. 5 Způsob hodnocení

Rozhodčí vyberou v základním kole a semifinále podle kritérií uvedených v kapitole 4. 3 Kritéria hodnocení příslušný počet závodníků (kapitola 2. 3) tak, že každému vybranému závodníku přidělí jeden hlas. Do dalšího kola postupují závodníci s nejvyšším počtem hlasů tak, jak je popsáno ve struktuře soutěže (kapitola 2. 3).

Ve finále rozhodčí určí pořadí závodníků podle výše svého bodování. Vyhodnocení výsledků je pomocí rankingového systému. Cílem rankingového systému je určit vítěze pomocí majority umístění od většiny rozhodčích. V rankingovém systému se hledá závodník s nejvyšším počtem umístění na prvním místě, na druhém atd. a tím se určí konečné pořadí. Vysvětlení rankingového systému je uloženo na webových stránkách FISAF.cz.

4. 6 SAMC liga

SAMC liga je soutěž, ve které se sčítají dosažené body jednotlivých závodníků na jednotlivých ligových závodech. Výsledkem soutěže SAMC Liga je tabulka s pořadím závodníků.

4.6.1 Vyhodnocování ligy

Liga se vyhodnocuje ve všech věkových kategoriích kromě kategorie do 5 let. Liga se vyhodnocuje za každou závodní sezonu – kalendářní rok. Průběžné výsledky jsou zveřejněny na webu FISAF.cz a v aplikaci pro přihlašování závodníků k soutěžím SAMC.

4.6.2 Získávání bodů závodníky

Za účast na závodě:	2 body – každému, kdo zahájí základní kolo (ZK)
Za dokončené základní kolo:	2 body – každému, kdo dokončí ZK
Za hlasy od rozhodčích:	1 bod – za každý hlas od rozhodčích v ZK a semifinále
Za finálové kolo:	1 bod – každému, kdo postoupí do finálového kola (neplatí v případě jednokolového závodu)
Za umístění ve finálovém kole:	1. místo: 6 bodů 2. místo: 5 bodů 3. místo: 4 body 4. místo: 3 body 5. místo: 2 body 6. místo: 1 bod

4.6.3 Shody bodů

Pokud budou mít závodníci po posledním ligovém závodě shodný počet bodů, potom mezi nimi rozhoduje dosažené umístění na MČR v SAMC. Závodník s lepším umístěním na MČR v SAMC je vyhodnocen v SAMC lize před závodníkem, který má v SAMC lize shodné umístění, ale na MČR dosáhl horšího umístění.

4.6.4 Vyhlášení SAMC Ligy

V každé věkové kategorii SAMC ligy budou vyhlášeni a odměněni závodníci umístění na prvních třech místech, závodník s nejvyšším počtem bodů získá ocenění Mistr SAMC ligy příslušné věkové kategorie (např. Mistr SAMC ligy 2020 kategorie 11-13 let). Ve všech věkových kategoriích (včetně

kat. do 5 let) budou vyhlášena čestná uznání SAMC ligy pro aktivního závodníka. Ocenění obdrží závodníci, kteří absolvují všechny závody v sezóně.

Další vyhlášení jsou možná.

5 ZPĚTNÁ VAZBA

Na tomto typu soutěže není možné podávat protesty, zpětná vazba se neposkytuje.