

Kritéria talentové zkoušky ze sportovní gymnastiky (čtyřletý obor)

4. 10. 2021

Silové testy

Člunkový běh (5-10-15 m)	17 s a méně	5 bodů
	17 s – 19 s	3 body
	více než 19,1 s	1 bod
Vznosy (20 s)	12 a více	5 bodů
	8–12	3 body
	7–1	1 bod
	0	0 bodů
Shyby (20 s)	10 a více	5 bodů
	6–9	3 body
	5–1	1 bod
	0	0 bodů
Výdrž ve stoji (s)	30 s a více	4 body
	15 s – 29 s	2 body
	14 s a méně	1 bod
Skok z místa	1,4 a více	5 bodů
	1,2 – 1,39	3 body
	1,19 a méně	1 bod
„Angličáky“ (30 s)	17 a více	5 bodů
	12–16	3 body
	11 a méně	1 bod
Leh-sed (2 min)	90 a více	5 bodů
	70–89	3 body
	69 a méně	1 bod

Celkem maximum bodů 34

Gymnastické testy – Dívky

Bradla	výmyk (provedení tahem)	3–2–1–0 bod za provedení
	zákmih, toč vzad	3–2–1–0 bod za provedení
	podmet	3–2–1–0 bod za provedení
	vzklopka	3–2–1–0 bod za provedení
Kladina	kotoul vpřed bez přehmatu	3–2–1–0 bod za provedení
	odrazem snožmo skok s bočným roznožením	3–2–1–0 bod za provedení
	stoj na ruce s bočným roznožením	3–2–1–0 bod za provedení
Prostná	rychlý přemet vpřed na 1 nebo 2 nohy	3–2–1–0 bod za provedení
	rondát-flik	3–2–1–0 bod za provedení
	stoj-kotoul	3–2–1–0 bod za provedení
	dálkový skok	3–2–1–0 bod za provedení
	obrat jednož o 360st.	3–2–1–0 bod za provedení

Celkem maximum bodů 36

Gymnastické testy – Chlapci

Bradla	vzklopka	3–2–1–0 bod za provedení
	komíhání ve vzporu do stoje	3–2–1–0 bod za provedení
	špicar	3–2–1–0 bod za provedení
Hrazda	vzklopka	3–2–1–0 bod za provedení
	podmetmo kmih + vzepření zákmihem	3–2–1–0 bod za provedení
	salto z kmihu	3–2–1–0 bod za provedení
Prostná	rychlý přemet vpřed (na 1 nebo 2 nohy)	3–2–1–0 bod za provedení
	rondát-flik	3–2–1–0 bod za provedení
	stoj-kotoul	3–2–1–0 bod za provedení
Kruhy	komíhání	3–2–1–0 bod za provedení
	přednos ve sporu	3–2–1–0 bod za provedení
	vzepření zákmihem	3–2–1–0 bod za provedení

Celkem maximum bodů 36