



# SPORTOVNÍ GYMNÁZIUM

DANY A EMILA ZÁTOKOVÝCH, OSTRAVA,  
PŘÍSPĚVKOVÁ ORGANIZACE

Volgogradská 2631/6, 700 30 Ostrava-Zábřeh

## Kritéria talentové zkoušky z atletiky

4. 10. 2021

### Speciální pohybový test

Skok daleký z místa (žabák), 30 m letmo s náběhem, skok daleký, hod koulí zády přes hlavu (kluci 4 kg, dívky 3 kg), vytrvalostní běh 12 minut chlapci a 6 minut dívky, koule z místa (kluci 4 kg, dívky 3 kg)

Při hodu koulí přes hlavu je možno přešlápnout, vyběhnout za ním.

Za pohybový test je možno získat maximálně 70 bodů.

Uchazeč musí absolvovat všech 6 testů, do celkového hodnocení se sčítají pouze 2 nejlépe hodnocené testy.

T: +420 596 752 246  
M: +420 775 559 653  
E: [sg@sportgym-ostrava.cz](mailto:sg@sportgym-ostrava.cz)

IČ: 00602060  
REDIZO: 600 017 516  
ID DS: 5xcfck2

Bankovní spojení: Komerční banka, a.s., pobočka Ostrava  
č. účtu: 24933761/0100

[www.sportgym-ostrava.cz](http://www.sportgym-ostrava.cz)  
[www.probos.cz](http://www.probos.cz)  
[www.sportembavimeostravu.cz](http://www.sportembavimeostravu.cz)



Dálka z místa	chlapani	dívky	30 letmo	chlapani	dívky	Dálka	chlapani	dívky
35	více jak 260	více jak 235	35	3,35 a méně	3,60 a méně	35	více jak 575	více jak 485
34	255-259	230-234	34	3,36-3,38	3,61-3,63	34	570-574	480-484
32	250-254	225-229	32	<b>3,39-3,41</b>	3,64-3,66	32	565-569	475-479
30	245-249	220-224	30	3,42-3,44	3,67-3,69	30	560-564	470-474
28	240-244	215-219	28	3,45-3,47	3,70-3,72	28	550-559	460-469
26	235-239	210-214	26	3,48-3,50	3,73-3,75	26	540-549	450-459
24	230-234	205-209	24	3,51-3,53	3,76-3,78	24	530-539	440-449
22	225-229	200-204	22	3,54-3,56	3,79-3,81	22	520-529	430-439
20	220-224	195-199	20	3,57-3,59	3,82-3,84	20	510-519	420-429
18	215-219	190-194	18	3,60-3,62	3,85-3,87	18	500-509	410-419
16	210-214	185-189	16	3,63-3,65	3,88-3,90	16	490-499	400-409
14	205-209	180-184	14	3,66-3,68	3,91-3,93	14	480-489	390-399
12	200-204	175-179	12	3,69-3,71	3,94-3,96	12	470-479	380-389
10	195-199	170-174	10	3,72-3,74	3,97-3,99	10	460-469	370-379
8	190-194	165-169	8	3,75-3,77	4,00-4,02	8	450-459	360-369
6	185-189	160-164	6	3,78-3,80	4,03-4,05	6	440-449	350-359
4	180-184	155-159	4	3,81-3,83	4,06-4,08	4	430-439	340-349
2	175-179	150-154	2	3,84-3,86	4,09-4,11	2	420-429	330-339
1	170-174	145-149	1	3,87-3,89	4,12-4,14	1	410-419	320-329

T: +420 596 752 246  
M: +420 775 559 653  
E: sg@sportgym-ostlava.cz

IČ: 00602060  
REDIZO: 600 017 516  
ID DS: 5xcfck2

[www.sportgym-ostlava.cz](http://www.sportgym-ostlava.cz)  
[www.probos.cz](http://www.probos.cz)  
[www.sportembavimeostravu.cz](http://www.sportembavimeostravu.cz)

Príspevková organizace  
Moravskoslezského kraje



Bankovní spojení: Komerční banka, a.s., pobočka Ostrava  
č. účtu: 24933761/0100

<b>Koule vzad</b>	<b>chlapci 4 kg</b>	<b>dívky 3 kg</b>	<b>Koule z místa</b>	<b>chlapci 4 kg</b>	<b>dívky 3 kg</b>	<b>12/6' běh</b>	<b>chlapci 12'</b>	<b>dívky 6'</b>
35	více jak 15,00	více jak 13,00	35	více jak 13,00	více jak 10,00	35	více jak 3360	více jak 1560
34	14,80-14,90	12,60 - 12,90	34	12,60-12,90	9,80-9,95	34	3330-3350	1540-1550
32	14,50-14,70	12,20 - 12,50	32	12,20-12,50	9,60-9,75	32	3290-3320	1520-1530
30	14,00-14,40	11,80 - 12,10	30	11,80-12,10	9,40-9,55	30	3250-3280	1500-1510
28	13,50-13,90	11,40 - 11,70	28	11,40-11,70	9,20-9,35	28	3200-3240	1470-1490
26	13,00-13,40	11,00 - 11,30	26	11,00-11,30	9,00-9,15	26	3150-3190	1440-1460
24	12,50-12,90	10,60 - 10,90	24	10,60-10,90	8,80-8,95	24	3100-3140	1410-1430
22	12,00-12,40	10,20 - 10,50	22	10,20-10,50	8,60-8,75	22	3050-3090	1380-1400
20	11,50-11,90	9,80 - 10,10	20	9,80-10,10	8,40-8,55	20	3000-3040	1350-1370
18	11,00-11,40	9,40 - 9,70	18	9,40-9,70	8,20-8,35	18	2950-2990	1320-1340
16	10,50-10,90	9,00 - 9,30	16	9,00-9,30	8,00-8,15	16	2900-2940	1290-1310
14	10,00-10,40	8,60 - 8,90	14	8,60-8,90	7,80-7,95	14	2850-2890	1260-1280
12	9,50-9,90	8,20 - 8,50	12	8,20-8,50	7,60-7,75	12	2800-2840	1230-1250
10	9,00-9,40	7,90 - 8,10	10	7,90-8,10	7,40-7,55	10	2750-2790	1200-1220
8	8,50-8,90	7,60 - 7,80	8	7,60-7,80	7,20-7,35	8	2700-2740	1170-1190
6	8,00-8,40	7,30 - 7,50	6	7,30-7,50	7,00-7,15	6	2650-2690	1130-1160
4	7,50-7,90	7,00 - 7,20	4	7,00-7,20	6,80-6,95	4	2600-2640	1100-1120
2	7,00-7,40	6,70 - 6,90	2	6,70-6,90	6,60-6,75	2	2550-2590	980-1090
1	6,50-6,90	6,40 - 6,60	1	6,40-6,60	6,40-6,55	1	2500-2540	950-970

T: +420 596 752 246  
M: +420 775 559 653  
E: sg@sportgym-ostrava.cz

IČ: 00602060  
REDIZO: 600 017 516  
ID DS: 5xcfc2

[www.sportgym-ostrava.cz](http://www.sportgym-ostrava.cz)  
[www.probos.cz](http://www.probos.cz)  
[www.sportembavimeostravu.cz](http://www.sportembavimeostravu.cz)

Príspevková organizace  
Moravskoslezského kraje



Bankovní spojení: Komerční banka, a.s., pobočka Ostrava  
č. účtu: 24933761/0100