**2019.03.30. Női Szuper Csapat 1. forduló**

**2019.03.30.-31.Matolay Elek Nemzetközi Torna Verseny**

**2019.03.30. Női Ifjúsági I.o. Budapest- Vidék Bajnokság**

**Verseny értékelés**

A **Női Szuper CSB-n** az UTE Tornaszakosztályát 5 tornászlány képviselte:

 Barlabás Anna Kata, Béres Zsófia, Nerhof Anett, Szilágyi Nikolett és Dominika Ponizlová CZE.

 A következő fordulóban kapnak érmet a lányok.
 A csapat: **4. helyen** végzett

A **Matolay Elek Nemzetközi Torna Versenyén** az UTE torna szakosztályát 4 tornászlány képviselte.
 III. korcsoport: Barlabás Anna Kata,

 II. korcsoport: Béres Zsófia, Nerhof Anett, Szilágyi Nikolett,

**Eredmények**: a <http://matsz.hu/matsz/jegyzokonyvek> **(Matolay Elek Nemzetközi** **Torna Verseny címszó alatt találhatóak!)**

A **Női Ifjúsági I.o. Budapest – Vidék Bajnokságán** az UTE torna szakosztályát 3 tornászlány képviselte.

 Béres Zsófia, Nerhof Anett, Szilágyi Nikolett.

**Eredmények**: a <http://matsz.hu/eredmenyek/torna/2019/2019-03-30_noi_ifjusagi_I_o_bp-v_bajnoksag/noi_ifi1_bp.pdf> alatt találhatóak

A három verseny eredménye egy pontszám alapján volt hirdetve. A Női Szuper CSB, Matolay egyéni összetett és a Budapest – Vidék egy napon volt meg rendezve. A III. korcsoport 10.00.-tól a II. korcsoport 14.00.-tól a I. korcsoport 18.00-tól.

A verseny eredménye még beszámított az első válogatóra.

A szövetségi kapitány írásban adta ki, hogy keret szűkítés lesz a verseny eredmény hirdetés után. A 12 tornászlányból 6 készül együtt tovább az **Ifjúsági Világbajnokságra** és az **EYOF** rangos versenyére.

Az UTE torna szakosztályából 2 tornászlánynak sikerült a követelményeknek megfelelni.

1. Szilágyi Nikolett
2. Nerhof Anett

**Hajrá lányok!!! Sérülés mentes, sikeres felkészülést kívánunk!!!**

**A verseny leírása csapat és egyéni összetett:**

A III. korcsoport délelőtt 10.00-kor kezdte a versenyt. Az Anna jól melegített. A versenyt pihenőben kezdtük. Az első szer ugrás volt. Nagyon ügyesen sikerült pici ellépéssel bele állnia. A következő szeren korláton voltak nehézségei, de a szólított gyakorlatában a felszökkenésben lendületét vesztette. Sajnos rossz technikával csinálta, ezért meg állt újból billent, végül sikerült befejezni a gyakorlatot. A harmadik szerünk gerenda volt. Jó gyakorlatot mutatott be kisebb meg ingással. Az utolsó szeren talajon új koreográfiával, jó gyakorlat sikerült. Anna ön magához képest jól versenyzett. Az előző hétvégén másik gyakorlat anyaggal kellett a tornacsarnokban szerhez állnia. Ezért nagy dicséret, hogy ilyen ügyesen helyt állt a nehézségek ellenére is. Az első nemzetközi versenyén. Minden szeren van mit javítanunk a technikai hibákon és az új elemek tanulásában. Ehhez kívánok kitartást és szorgalmat.

A II. korcsoport délután 14.00- kor kezdte a versenyt korláton. Zsófit szólították elsőnek. A melegítésben szólt, hogy ő meg akarja csinálni a kör egészet. A szólított gyakorlatban sikerült, de az elejét kétszer elrontotta át dőlt a kéz állásokban. Az Anett következett. Nagyon pontos jó gyakorlatot csinált. A szerenkénti döntőbe 5. ként jutott be. A Niki jó gyakorlatot mutatott be, de nagyon sok a technikai hiba volt. A szerenkénti döntőbe 8. ként került be. A második szerhez gerendához készültünk. Az Anettet szólították elsőnek. Jó gyakorlatot mutatott be. Sajnos a kellő pontszámot nem kapta meg, mert a gyakorlatot nem tudja előadni. A tartásán javítani kell és az önbizalmát erősíteni. Ha ez sikerül szuper lesz! A Niki következett. Nagyon jó gyakorlat mutatott be. A szerenkénti döntőbe 1. ként jutott be. Az utolsónak Zsófit szólították. Sajnos a flick szaltóból le esett. A Zsófi jó versenyző, de a fel készülés közben nehézségei voltak és vannak. Az edzés terhelés minimálisra van csökkentve. Nagy dicséret, hogy versenyzik! A következő szerünk talaj volt. A Nikit szólították elsőnek. Új koreográfiával jó gyakorlatot mutatott be. A szerenkénti döntőbe 1. ként jutott be. A Zsófi következett. Az új elemet a dupla szaltót sikeresen bemutatta. A gimnasztikái pontatlanok és kevés a ki induló pontszáma ezeken kell javítani. Az Anettet szólították utolsónak. Jó gyakorlatot mutatott be, de ugyan úgy mint a gerendán itt sem kapja meg a kellő pontszámot. Próbálunk javítani és segíteni neki. Az utolsó szerünk ugrás volt. Zsófit szólították elsőnek. Sikeres volt az ugrása kisebb ellépéssel. Az Anett következett. Jurcsenko szuplét akart be mutatni,de nem fogadták el csak bicska szaltónak. Sajnos, így sokat vontak le és kevés pontszámot kapott. A Niki ugrott utolsó ként. Ügyesen bele állt csak egy kicsit közel érkezett a ugró asztalhoz. A lányok szépen ki egyen súlyozottan versenyeztek. Nagyon örültünk az eredménynek és ahhoz, hogy az Anett és a Niki be jutottak a szerenkénti döntőbe.

Az I. korcsoport 18.00.-kor kezdődött. Az UTE torna szakosztályát felnőtt tornász Dominika Ponizlová /CZE/ segítette. Nagyon szépen versenyzett. A csapatott a pontszámával hozzá segítette 4. helyhez. Köszönjük szépen Jutka néninek, hogy meg tesz mindent annak érdekébe, hogy eltudjunk indulni a Női Szuper Csapat Bajnokságon.

**A verseny leírása szerenkénti döntő:**

A szerenkénti döntőt korláton kezdtük. Sajnos a melegítés nem volt irányított és a korlátnál nagyon sokáig kellett várni míg a szerhez jutottak a lányok. A felnőtt, junior és a serdülő egy szere. Próbáltam nyugtatni a lányokat mert izgultak, hogy nem tudtak így megszokottan melegíteni. Az Anettet 2.-nak szólították. Sikeres gyakorlatot mutatott be, de pontatlan volt. A pontszáma alapján 7. lett. A Nikit 8.- ként szólították. Sajnos a kör egészet nem tudta befejezni. Nem esett le, de a speciális eleme, így nem volt meg. A ki induló pontszámán látszott. Sok volt a levonás a technikai hibái miatt is. A pontszáma alapján 8. lett.

A következő döntő gerenda volt. Nikit 3.-ként szólították. Nagyon szép, pontos gyakorlatot mutatott be. Mosolyogva örömmel jött felém és én könnyes szemmel öleltem, dicsértem meg Nikit. Mikor a kijelzőn megjelent a pontszám és a helyezés nem hittem el. Nikivel még jobban örültünk. Az oldalszaltó- váltófutó-angolspárga nyitás kötését ügyesen nem kötötte. Így nem ingott meg, csak a kiinduló pontszám volt 0,2- el kevesebb. A gerenda bajnoka lett.

A következő döntő talaj volt. A szólításban 3.-ként szólították Nikit. Nagyon jó gyakorlatot mutatott be. Felszabadultan mosolyogva jött le a talajról. Nagyon dicsértem, hogy milyen ügyes volt. A pontszám alapján 1. lett.

 A cél az, hogy a következő versenyen minden szeren technikailag pontosabb gyakorlatokat mutassanak be a lányok. A ki induló pontszám magasabb és a levonásoknál a pontszám kevesebb legyen.

Nagyon ügyesek voltak a lányok, büszkék vagyunk rájuk! Gratulálunk a versenyzőknek és a felkészítő edzőknek. Ildikó néninek, Józsi bácsinak, Jutka néninek, Kristóf bácsinak, Tereza néninek. További sportsikereket kívánunk mindenkinek.

Budapest, 2019.04.01.

 Harangozó Ildikó edző