**2019.10.13. Serdülő Csapat 3. forduló**

**Versenyértékelés**

A Serdülő csapatott az UTE torna szakosztályából 4 tornászlány képviselte.

1.Barlabás Anna Kata,

2.Nerhof Emese,

3. Maczák Noa.

4. Szilágyi Gréta

A versenyt ugráson kezdtük. Grétit szólították elsőként. A felkészülés során problémái adodtak, ezért csak cukahara tempót ugrott. Reméljük, hogy a következő fordulóra már szaltóval fogja bemutatni az ugrását. Emese következett. A legmagasabb második íve volt az ugrásának, sikerült beleállnia. Egy picit hamar kezdi a szaltót,ha ezt kijavítja, akkor szuper lesz! Noa és az Anna is sikeres ugrást mutattak be. A következő szer felemás korlát volt. Gréti, amit gyakorolt megcsinálta. Jó lenne ha több elemet is bele tudnánk rakni a gyakorlatába a következő versenyre! Emesét szólították utána. Az alsó karfán a gyakorlat elején egymás után kétszer csinált billenést, majd folytatta tovább. Sikeres gyakorlatot mutatott be, kisebb tartáshibákkal. Noa a gyakorlat közben elvesztette a lendületét, küzdött végig. A leugrásban majdnem hasra esett, azt se tudta hol van, de megmentette, és sikerült talpon maradnia. Szurkoltunk mindannyian. Anna jó gyakorlatot mutatott be. Az Ő gyakorlatában van meg két speciális követelmény, ezért kapta a csapaton belül a legmagasabb kiinduló pontszámot. A harmadik szerként a gerenda következett. Gréti sajnos leesett az oldalszaltóból. A gyakorlat többi része jól sikerült. Emese jó gyakorlatot mutatott be kisebb megingással. Noa is az oldalszaltóból esett le. Kár volt, pedig jó kis gyakorlat lett volna! Annának sikeres gyakorlata volt, kisebb technikai hibákkal. A kiinduló pontszámunk kevés volt. Az akrobatikus kötés hiányzik mindenkinek ez az egy speciális követelmény, amit még meg kell tanulni. Az utolsó szer talaj volt. Gréti a foder egész csavarból fenékre ült, sajnos a többi akrobatikus sorban is ellépett vagy elszökkent. A hibákat javítani kell. Emese a dupla szaltót először mutatta be versenyen, de a rontás ellenére nagyon ügyes volt ennél az elemnél, aminek következtében az akrobatikus sorai sem voltak pontosak. Noa sikeres gyakorlatot mutatott be, de sok volt a technikai hiba, az akrobatikus sorok pontatlansága miatt. Anna következett. Sajnos ő a dupla csavart rontotta el. A talajon nagyon sok javítani való van a következő fordulóra. Az akrobatikus sorok pontosítása és a dupla szaltó bemutatása szükséges!

A cél az, hogy a versenygyakorlataikba be tudják építeni az új elemeket, hogy ezzel a kiinduló pontszámok magasabbak legyenek. Mind a négy szeren az alap a speciális követelmények megtanulása, és a versenyen való pontos bemutatása.

 A lányok nagyon igyekeztek, büszkék vagyunk rájuk! Gratulálunk a versenyzőknek és a felkészítő edzőknek. Ildikó néni, Józsi bácsinak. Jutka néninek köszönjük szépen a pontozást, és a „problémák” esetén nyújtott segítséget!

Budapest, 2019.10. 18.

 Harangozó Ildikó – Kaptay József

 edzők