**2019.11.16. Női Ifjúsági Szerbajnokság**

**Verseny értékelés**

A verseny helyszín: Budapest, Istvánmezei út 1.-3. Tornacsarnok

A Női Ifjúsági Szerbajnokságon az UTE torna szakosztályát 2 tornászlány képviselte. Nerhof Anett és Szilágyi Nikolett.

**Szerenkénti eredmények:**

**Ugrás:**

**Nerhof Anett: 2.**

**Szilágyi Nikolett: 3.**

**Felemás korlát:**

**Szilágyi Nikolett: 3.**

**Nerhof Anett: 5.**

**Gerenda:**

**Szilágyi Nikolett: 1.**

**Nerhof Anett: 3.**

**Talaj**

**Szilágyi Nikolett: 1.**

**Nerhof Anett: 5.**

A verseny értékelése:

Az általános melegítésben az Anettnek gerendán kicsit nehezebben ment az alkalmazkodás, de ügyesen meg oldotta. A Nikinek a korláton adottak problémái. Őt ott kellett segíteni.

A versenyt korláton kezdtük. Az Anettet szólították elsőként. Sajnos kétszer rontott. A feszökkenésnél nagyon közel kapta el a felső karfát, ezért csak köz lendülettel tudta folytatni a gyakorlatát. Az egész támla után a ginger szaltóból esett le. A hibákat javítani kell. Reméljük a következő versenyen sikeres gyakorlatot fog tudni bemutatni! A pontszám szerint 5. helyezett lett. Niki következett. A gyakorlata sikerült, de hiányzik egy speciális követelmény a (szaltó). A sok technikai és tartás hibái miatt kevés pontszámot kapott. A hibákat javítani kell és a szaltót a verseny gyakorlatba be kell építeni. A pontszám alapján 3. helyezett lett. A gerenda következett. Nikit szólították elsőnek. Az egy kezesben nem tartotta meg a két másodpercet, így ezt az elemet leértékelték egy tizedel kevesebbet kapott. Az oldalszaltó- váltó futó- angol spárga kötését nem csinálta meg, így nem kapta meg érte a plusz tizedeket. A gyakorlat többi része jól sikerült. A pontszám alapján 1. helyezett lett. Anettet utolsónak szólították nagyon szép aránylag pontos jó gyakorlatot mutatott be. Sajnos elég sokat vontak le tartás és technikai hibáért, így a pontszám alapján 3. helyezett lett. Nagyon örültünk, hogy sikerültek a gyakorlatok és érmesek lettek mindketten. A talaj következett. Anett gyakorlata sikerült, de az akrobatikus sorokból az ellépések, szökkenések miatt sokat vontak le és így kevés pontszámot kapott. Ezt javítani kell. A pontszám alapján 5. helyre volt elég. A Niki következet. Sikeres, jó gyakorlatot mutatott be. Az akrobatikus soraiban még pontosabb beleállásokat kell csinálnia, ezeket javítani kell. A pontszáma alapján 1. helyezett lett. Az ugrás volt az utolsó szerünk. Anett első ugrása jurcsenko zsugor egész csavar volt. Sikeres, jó ugrást mutatott be. A második ugrása foder szaltót volt. Verseny körülmények között most mutatta be először. Sikerült, jó ugrást mutatott be. A két ugrás átlag pontszám alapján 2. helyezett lett. Niki az első ugrására foder szaltót mutatott be. Sikeres, jó ugrása volt. A második ugrás jurcsenko szuplé. Sajnos jól indította, de nem tartotta végig a szuplé helyzetét és így nem fogadták el szuplénak. A két ugrás átlag pontszám alapján 3. helyezett lett.

A cél: A verseny gyakorlataikba be tudják építeni az új elemeket, hogy ezzel a ki induló pontszámok magasabbak legyenek.

Mind a négy szeren alap a speciális követelmények megtanulása és a versenyen való bemutatása.

Büszkék vagyunk a lányokra, nagyon ügyesek voltak!

Gratulálunk a versenyzőknek és a felkészítő edzőknek. Ildikó néninek, Józsi bácsinak és Jutka néninek.

További sportsikereket kívánunk mindenkinek.

Budapest, 2019.11.17.

 Harangozó Ildikó edző