**2018.11.24. Serdülő Csapat 4. forduló**

**Verseny értékelés**

A Serdülő csapatott az UTE torna szakosztályából 5 tornászlány képviselte. Barlabás Anna Kata, Béres Zsófia, Nerhof Anett, Szilágyi Nikolett és Tomsits Linda.

Az eredményt két féleképpen hirdették.

1. Szabadon választott OB, 3.+4. forduló alapján

A csapat: 2. helyezett

Egyéni összetett:

Szilágyi Nikolett: 2. hely

Nerhof Anett: 5. hely

Béres Zsófia: 13. hely

Barlabás Anna Kata: 15. hely

1. Országos Bajnokság 1.+2.+3.+4. forduló alapján

A csapat: 2. helyezett

Egyéni összetett és szerenkénti eredmények:

Szilágyi Nikolett: Egyéni összetett: 1. hely

 ugrás: 2. hely

 felemás korlát: 2. hely

 gerenda: 1. hely

 talaj: 1. hely

Nerhof Anett: Egyéni összetett: 5. hely

 ugrás: 4. hely

 felemás korlát: 6. hely

 gerenda: 5. hely

Béres Zsófia: Egyéni összetett: 9. hely

 ugrás: 6. hely

 Barlabás Anna Kata Egyéni összetett: 14. hely

Tomsits Linda sérülés és betegség miatt a csak két fordulón indult mind a négy szeren, ezért az egyéni összetett eredménye: 26. hely

Szilágyi Nikolett volt a legeredményesebb versenyző 8 éremmel: 3 arany, 5 ezüst éremmel. A Niki gerendán és a talajon mind a négy fordulóban nyerni tudott. Ennek a két szernek ebben a verseny évben igazi BAJNOKA! Csak így tovább!

Nerhof Anett nagyon jó eredményes versenyző 7 éremmel: 2 ezüst, 5 bronz éremmel. Az Anett sokat fejlődött. Nagyon szorgalmas ügyes és még sok van benne. Csak így tovább!

Béres Zsófia jó versenyző 3 éremmel: 2 ezüst 1 bronz érem. A Zsófi, amit tudott meg csinálta. Remélem a jövőben még szorgalmasabb lesz és akkor jobb eredményt tud majd elérni. Hajrá!

Barlabás Anna Kata jó versenyző 2 ezüst éremmel. Az Anna, ha nem izgulja túl magát, akkor nagyon ügyesen oda tud figyelni és koncentrálni. Remélem a jövőben ezt sikerül le küzdenie és akkor eredményesebb lesz. Hajrá!

Tomsits Linda jó versenyző. Remélem a következő évben szerencsésebb lesz. A betegség és a sérülés mentesen folyamatosan tud majd dolgozni és a versenyekre fel készülni. Hajrá!

A 4. forduló versenye:

A versenyt ugráson kezdtük. Mindenkinek sikerült bele állnia, kisebb ellépésekkel. A felemás korláton az Anett gyakorlata volt a legpontosabb. Nikinek a kézállásai nem voltak meg. A kör egésztámlát ügyesen meg mentette, ezeket az elemeket pontosítani kell. Zsófinak sok tartás hibáival, de sikeres gyakorlatot mutatott be. Sajnos Anna a kézállás 360°-at elrontotta. A korláton még sok technikai és tartás hiba javítani valónk van. A harmadik szerünk a gerenda volt. Zsófi sikeres gyakorlatot mutatott be. A gimnasztikus kötésen és a tartás hibákat javítani kell. Niki ügyesen javította a megingásait, végül jó gyakorlatot csinált. Az Anna és az Anett túl izgulták magukat, ezért le estek kétszer is a gerendáról. Sajnos! Bántotta Őket a rontás,de még van egy szer oda kell figyelmi. Az utolsó szer talaj következett. A talajon az akrobatikus sorokba pontos beleállásokat a gimnasztikus kötések ugrások és a fordulatok technikai kivitelén még javítanunk kell. Niki, Anett nagyon jó, Anna jó gyakorlatot mutatott be. Zsófinak jobban sikerült kicsivel a gyakorlata mint az előző versenyen, de nagyon sokat vontak le a tartása miatt. Van mit javítani rajta. A Linda betegség miatt csak ugráson indult. Reméljük a verseny után lendületet kaptak ahhoz, hogy további új elemeket tanuljanak.

A cél az, hogy 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. A gyakorlatát kis hibával mutatta be.

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

Budapest, 2018.11.26.

 Harangozó Ildikó edző