

GODIŠNJI PLAN RADA ZA 2025. GODINU

TEHNIČKI ODBOR RITMIČKE GIMNASTIKE

UVOD (Ispunjava predsjednik TO RG)

Ritmička gimnastika u 2024. godini ostvarila je napredak u pozicioniranju na europskom prvenstvu te odlične rezultate na pojedinim FIG turnirima i Balkanskim igrama. Tijekom posljednjih osam godina teško smo se probijali na svjetskoj sceni, no u 2024. godini postigli smo zapažene rezultate u individualnom programu.

Tamara Artić (GK Vindija) ostvarila je najbolji rezultat na Europskom prvenstvu u Budimpešti u vježbi s trakom, zauzevši 35. mjesto od 76 natjecateljica, čime smo ispunili cilj osiguranja plasmana u prvu polovicu. Na WCC Portimao u vježbi s čunjevima zauzela je 21. mjesto, a u vježbi s obručem 23. mjesto. Također, imala je dobar rezultat na Europskom Kupu u Azerbejdžanu (26. mjesto - traka).

Kao mlada nada ritmičke gimnastike, Gresa Ramadani (GK Aura), u svojoj prvoj seniorskoj godini, postigla je zapažen rezultat u višeboju na Balkanskim igrama, zauzevši 7. mjesto u finalu. Ramadani je osvojila svoju prvu seniorsku medalju na FIG Aura Cupu u vježbi s trakom, gdje je osvojila 3. mjesto. Lana Sambol (GK Aura) predstavljala nas je na brojnim velikim natjecanjima.

U 2024. godini organizirali smo CRO GYM ligu. U seniorskoj kategoriji, ukupna pobjednica svih kola je ritmičarka iz GK Vindija, Tamara Artić. Drugo mjesto pripalo je Gresi Ramadani iz GK Aura, dok je treće mjesto osvojila Siena Gančev, također iz GK Aura. U juniorskoj kategoriji, ukupna pobjednica je Ana Jurković iz GK Maksimir, drugo mjesto pripalo je Viti Franov iz KRG Sirena, dok je treće mjesto zauzela Lana Benčić iz KREG Galatea.

Na državnim natjecanjima ritmičke gimnastike povećali smo broj natjecateljica u slobodnom individualnom i slobodnom grupnom programu. Naš cilj je pojačati trenerski kadar i ulagati u njihovo znanje kako bismo poboljšali kvalitetu ritmičke gimnastike u najvišim programima.

U 2025. godini cilj nam je nastaviti pozitivan trend razvoja reprezentativki A statusa. Ostvariti veći broj finala na FIG međunarodnim turnirima, pokušati doći do medalje po rekvizitu, kao i plasman u gornju polovicu na Europskom i Svjetskom prvenstvu.

SENIORI (Ispunjava izbornik seniorske reprezentacije)

Uvod

U 2025. godini seniorke nastavljaju raditi prema planu i programu sa svojim osobnim trenerima, pripremajući se za novi COP. U planu i programu imamo kontrolne točke i četiri kola APSOLUTNOG PRVENSTVA HRVATSKE koja će služiti za praćenje naših reprezentativki. Uz poboljšanu komunikaciju, bolji protok informacija s vrha gimnastike prema trenerima, te jasnije i konkretne savjete za poboljšanje koreografija i izvedbe, povećan broj zajedničkih treninga osigurat će stabilnije nastupe naših reprezentativki.

Cilj nam je omogućiti reprezentativkama A statusa što bolje uvjete na velikim natjecanjima. Glavni cilj u 2025. godini je plasman barem jedne ritmičarke u prvih 20 mjesta na WCC-u. Zadatak TO RG je da svojim odlukama pomogne u ostvarenju ovog cilja. Reprezentativke A statusa zauzet će svoja mjesta u tablici zauzetosti, a sva eventualna slobodna mjesta moći će iskoristiti seniorke B statusa.

Izbornik seniorske reprezentacije, u dogovoru s trenerima reprezentativki A statusa, raspodijelit će mjesta u tablici zauzetosti. Pravila i sve akcije seniorske reprezentacije definirane su pripadajućim Planom i Programom seniorki 2025., Kalendarom RG 2025 te seniorskom APSOLUTNOM PRVENSTVU HRVATSKE 2025.

Ciljevi i zadaci

- Praćenje seniorske reprezentacije kroz sustav kontrolnih treninga, natjecanja i priprema
- Poticanje na suradnju i timski rad

Pripreme, okupljanja i kontrolni treninzi (KT)

K1 (1.-3. mjesec)

- 24.-28. 2. 2025. Pripreme seniorske reprezentacije
- Sredina 3. mjeseca 1. KOLO APSOLUTNOG PRVENSTVA HRVATSKE (1. KT seniorki)

K2 (4.-6. mjesec)

- 2. KOLO APH (2. KT seniorki)
- 17.-24. 4. 2025. Pripreme seniorske reprezentacije

K3 (7.-9. mjesec)

- 3.-16. 8. 2025. Aura kamp Pula (mogućnost dolaska seniorske reprezentacije)
- 19.-31. 8. 2025. Galatea kamp Vrsar (mogućnost dolaska seniorske reprezentacije)
- 9. mjesec 3. KOLO APH (3. KT seniorki)

K4 (10.-12. mjesec)

- 25.10.2025. 4. KOLO APH (4. KT seniorki)

Natjecanja

K1 (1.-3. mjesec)

- Sredina 3. mjeseca 1. KOLO APH (1. KT seniorki)

K2 (4.-6. mjesec)

- 4.-6. 4. 2025. FIG WORLD CUP 2025 SOFIJA (Bul)
- 11.-13. 4. 2025. FIG 37. MTM LJUBLJANA (Slo)
- 18.-20. 4. 2025. FIG WORLD CUP 2025 BAKU (Aze)
- 25.-27. 4. 2025. FIG RITAM CUP, BEOGRAD (Srb)
- ?? Europski Cup
- 9.-11. 5. 2025. FIG WCC PORTIMAO (Pt)
- 4.-8. 6. 2025. 41. SENIOR EUROPEAN CHAMPIONSHIP
- 13.-15. 6. 2025. VPH

K3 (7.-9. mjesec)

- 25.-27. 7. 2025. FIG WORLD CHALLENGE CUP 2025 CLUJ NAPOCA (Rou)
- 20.-24. 8. 2025. 41st FIG WORLD CHAMPIONSHIP, BRASIL
- 9. mjesec 3. KOLO APH
- 9. mjesec Balkanske igre

K4 (10.-12. mjesec)

- 17.-19. 10. 2025. FIG AURA CUP CROATIA 2025
- 4. KOLO APH
- 7.-9. 11. 2025. FIG CHALLENGE TOURNAMENT ŠIŠKA (Slo)
- 28.-30. 11. 2025. PEPH

Edukacija trenera

Cilj nam je kroz kontrolne točke, APH i pripreme seniorske reprezentacije poboljšati komunikaciju s osobnim trenerima reprezentativki. Doprinijeti boljim koreografijama, poboljšati bazu tijela i rekvizita što se traži s novim COP. Organizirati kraće sastanke nakon kontrolnih točaka i pojedinih natjecanja. Uz savjete i zajedništvo poboljšati rad seniorskih reprezentativki i njihovih trenera.

Oprema

Na početku 2025. godine osigurati svu potrebnu opremu reprezentativkama. Omogućiti A statusu veći izbor sportske odjeće za velika natjecanja, minimalno jedan novi dres i rekvizit.

Ostalo

Osigurati reprezentativkama fizioterapeuta ako se pokaže potreba, kao i svu psihološku i tehničku podršku koja će im biti potrebna.

Zaključak

2025. će biti jako izazovna sezona za seniorke. Prva polovica je vrlo zahtjevna i duga. Plan reprezentivki A statusa treba pratiti i dobro programirati kako bi najbolju formu imale početkom lipnja te održati dobru formu do kraja kolovoza za SP. Ove godine glavni cilj nam je stručno praćenje najboljih reprezentivki uz sve moguće pripreme i kontrolne točke reprezentacije. Omogućiti im stabilnost u izvedbi, bolji trenerski kadar koji surađuje sa sudačkim dijelom. Raditi na zajedništvu tako da svi doprinesemo rezultatu.

JUNIORI (Ispunjava izbornik juniorske reprezentacije)

Uvod

S ulaskom u novu godinu, sve prošlogodišnje juniorske reprezentivke A i B statusa prešle su u kategoriju seniorki. U 2024. godini pet mlađih juniorki ostvarilo je A ili B status za 2025. godinu. U narednoj godini najbitnije natjecanje za juniorsku reprezentaciju je Svjetsko juniorsko prvenstvo koje se održava u Tallinnu. U planu je poslati ritmičarke koje će pokazati najvišu razinu kvalitete i spremnosti na kontrolnim natjecanjima.

Ciljevi i zadaci

- Praćenje juniorske reprezentacije kroz sustav kontrolnih treninga, natjecanja i priprema
- Poticanje na suradnju i timski rad

Pripreme, okupljanja i kontrolni treninzi (KT)

K1 (1.-3. mjesec)

- 24.-28. 02. 2025. - pripreme juniorske reprezentacije
- Ožujak - 1. kolo APH

K2 (4.-6. mjesec)

- Travanj - 2. kolo APH
- 17.-24. 04. 2025. - pripreme juniorske reprezentacije

K3 (7.-9. mjesec)

- Rujan - 3. kolo APH

K4 (10.-12. mjesec)

- 17.-19. 10. 2025. FIG AURA CUP CROATIA 2025
- 4. KOLO APH
- 7.-9. 11. 2025. FIG CHALLENGE TOURNAMENT ŠIŠKA (SLO)
- 28.-30. 11. 2025. PEPH

tjecanja

K1 (1.-3. mjesec)

- 1. kolo APH

K2 (4.-6. mjesec)

- 2. kolo APH
- FIG MTM Ljubljana
- FIG Ritam Cup Beograd
- VPH
- SP Juniorke

K3 (7.-9. mjesec)

- 3. kolo APH
- Balkanske igre

K4 (10.-12. mjesec)

- FIG Aura Cup
- 4. kolo APH
- PEPH
- FIG Šiška Ljubljana

Edukacija trenera

U suradnji s osobnim trenerima reprezentativki poboljšati međusobnu komunikaciju, sugerirati i usmjeravati u što bolje izvedbe natjecateljica na svim kontrolnim točkama reprezentacije. Održavati kratke sastanke nakon natjecanja reprezentacije kako bi treneri konstantno imali povratnu informaciju u skladu svih promjena vezanih uz novi COP.

Oprema

U 2025. godini članicama juniorske reprezentacije potrebno je osigurati svu potrebnu opremu.

Ostalo

Osigurati reprezentativkama fizioterapeuta ako se pokaže potreba, kao i svu psihološku i tehničku podršku koja će im biti potrebna.

Zaključak

U 2025. zbog velikog broja natjecateljica koje prelaze u seniorsku kategoriju imat ćemo mali broj mladih ritmičarki. Glavni cilj juniorske reprezentacije je stvoriti jednu do dvije ritmičarke koje bi se spremale za Svjetsko juniorsko prvenstvo.

MLAĐE DOBNE KATEGORIJE (MDK) (Ispunjava izbornik reprezentacije MDK)

Uvod

Razvoj i praćenje ritmičarki u mlađim dobnim kategorijama od izuzetne je važnosti za buduće uspjehe ritmičke gimnastike u Hrvatskoj.

Ciljevi i zadaci

- Redovna okupljanja ritmičarki - jednom kvartalno
- Organizacija redovnih kontrolnih treninga i priprema radi praćenja napretka i forme perspektivnih mladih ritmičarki
- Poticanje na suradnju trenera
- Poboljšati tehniku rada rekvizitom i baze tijela

Pripreme, okupljanja i kontrolni treninzi (KT)

K1 (1.-3. mjesec)

- 24.-28. 02. 2025. - pripreme za mlađe dobne kategorije

K2 (4.-6. mjesec)

- 17.-19. 04. 2025. - pripreme za mlađe dobne kategorije (u periodu)

K3 (7.-9. mjesec)

- Kolovoz – pripreme za mlađe dobne kategorije
- Rujan – kontrolni trening (Balkanske igre)

K4 (10.-12. mjesec)

- kontrolni trening

Natjecanja

K1 (1.-3. mjesec)

- MT Leda Cup
- MT Piruetta Cup

K2 (4.-6. mjesec)

- MT Vindija Cup
- VPH

K3 (7.-9. mjesec)

- Balkanske igre

K4 (10.-12. mjesec)

- MT Sirena Cup
- MT Aura Cup
- PEPH

Edukacija trenera

U suradnji s osobnim trenerima reprezentativki poboljšati međusobnu komunikaciju, sugerirati i usmjeravati u što bolje izvedbe natjecateljica na svim kontrolnim točkama reprezentacije. Održavati kratke sastanke nakon natjecanja reprezentacije kako bi treneri konstantno imali povratnu informaciju u skladu svih promjena vezanih uz novi COP.

Oprema

U 2025. godini potrebno je osigurati opremu za mlađe dobne kategorije ritmičke gimnastike za Balkanske igre.

Ostalo

Osigurati psihološku i tehničku podršku po potrebi.

Zaključak

U mlađim dobnim kategorijama imamo veliki broj natjecateljica koje su u 2024. ostvarile ulazak u reprezentaciju (za status juniorske kategorije). Glavni cilj je zadržati potencijalne mlade reprezentativke na visokom nivou. Uz plan i program treba ih dovesti do juniorske kategorije u 2027. godini u punom sjaju.

NACIONALNI PROGRAM (Ispunjava koordinator za nacionalni program u suradnji s Komisijom za natjecanja)

Uvod

Natjecanja u ritmičkoj gimnastici u 2025. godini će se odvijati u pet programa na četiri razine u četiri regije.

Vrste programa:

1. **Apsolutni program**
 - Apsolutni individualni program
 - Apsolutni grupni program
2. **Slobodni program**
 - Slobodni individualni program
 - Slobodni grupni program, parovi/trojke
3. **Obavezni program**
 - Obavezni individualni program
 - Obavezni grupni program
4. **Osnovni program**
5. **Početni program**

Razine natjecanja:

1. Državna razina
2. Regionalna razina
3. Gradska razina
4. Klupska razina

Regije:

1. Sjever
2. Jug
3. Istok
4. Zapad

PRVENSTVO HRVATSKE

Prvenstvo Hrvatske se odvija u apsolutnom i slobodnom programu.

Apsolutni program:

1. Višebojsko prvenstvo Hrvatske u ritmičkoj gimnastici apsolutni program
2. Pojedinačno prvenstvo Hrvatske u ritmičkoj gimnastici apsolutni program
3. Ekipno prvenstvo Hrvatske u ritmičkoj gimnastici apsolutni program
4. Prvenstvo Hrvatske u grupnim vježbama apsolutni program

Slobodni program:

1. Prvenstvo Hrvatske u ritmičkoj gimnastici slobodni individualni program
2. Ekipno prvenstvo Hrvatske u ritmičkoj gimnastici slobodni program
3. Prvenstvo Hrvatske u ritmičkoj gimnastici slobodni program - grupne vježbe/parovi/trojke

Prvenstva Hrvatske se odvijaju dva puta godišnje:

- **13.-15. 6. 2025.** Višebojsko prvenstvo Hrvatske u apsolutnom programu i Prvenstvo Hrvatske u slobodnom individualnom programu
- **28.-30. 11. 2025.** Pojedinačno i ekipno prvenstvo Hrvatske u apsolutnom programu i Prvenstvo Hrvatske u grupnim vježbama apsolutni/slobodni grupne vježbe/parovi/trojke

SUDCI (Ispunjava vrhovni sudac u suradnji sa Sudačkim odborom)

Uvod

U RG s novim olimpijskim ciklusom definirana su nova pravila za sastavljanje kompozicija, nove vrijednosti težina, uklonjena je mogućnost kombiniranih težina i reducirana je maksimalni broj D elemenata. U skladu s navedenim, pripremljen je i novi pravilnik za suđenje, FIG Rhythmic Gymnastics CODE OF POINTS 2025-2028. Za licenciranje sutkinja u 2025. godini, za razliku od ostalih godina u ciklusu 2025-2028, licencni seminar sadržavat će i ispit.

Licenciranje sudaca i sudački ispiti

- Licencni sudački seminar novi COP s ispitom: 31. 1. 2025 – 2. 2. 2025.

Edukacije sudaca

- Prije svakog državnog natjecanja on-line sudački seminar u periodu od 10 dana prije samog natjecanja
- Nakon svakog službenog FIG natjecanja na kojima će biti objavljivane nadopune i pojašnjenja prema novom RG pravilniku, informacije će u formatu Newslettera biti dostavljene klubovima

Raspored sudaca po natjecanjima

Inicijalni prijedlog podložan promjenama:

Međunarodna natjecanja reprezentacije:

- SK, SP, EP
- FIG WORLD CUP 2025 SOFIJA (BUL) – Starčević ili Maceković
- FIG WORLD CUP 2025 BAKU (AZE) - Starčević ili Maceković
- FIG WCC PORTIMAO (PT) – Maceković
- 41. SENIOR EUROPEAN CHAMPIONSHIP TALLINN (EST) – Starčević
- 3rd FIG RG JUNIOR WORLD CHAMPIONSHIP SOFIJA (BUL) – Maceković
- FIG WORLD CHALLENGE CUP 2025 CLUJ-NAPOCA (ROU) – definirati nakon međunarodnih sudačkih seminara
- 41st FIG RG WORLD CHAMPIONSHIP, BRASIL – Starčević

FIG i GP turniri:

- GP 2025 MARBELLA (ESP) – ovisno o ritmičarkama koje će biti članice delegacije
- FALIRO INTERNATIONAL TOURNAMENT "10th APHRODITE CUP" 2025 PALAIO FALIRO (GRE) – ovisno o ritmičarkama koje će biti članice delegacije
- FIG 37. MTM LJUBLJANA (SLO) – Brevet sutkinja – definirati nakon međunarodnih sudačkih seminara
- FIG WORLD CUP 2025 TASHKENT (UZB) - Brevet sutkinja – definirati nakon međunarodnih sudačkih seminara
- FIG RITAM CUP, BEOGRAD (SRB) – Brevet sutkinja – definirati nakon međunarodnih sudačkih seminara
- FIG AURA CUP CROATIA (CRO) – Brevet sutkinja - definirati nakon međunarodnih sudačkih seminara

Nacionalna natjecanja (PH, APSOLUTNO PRVENSTVO HRVATSKE):

- Sudačka komisija (Maceković, Starčević)
- PH: 1-2 sutkinje po klubu prema prijavi klubova
- APSOLUTNO PRVENSTVO HRVATSKE: 1 sutkinja po klubu prema prijavi klubova (u slučaju nedovoljnog broja prijavljenih sutkinja, za dodatne sutkinje aktivirat će se dodatni poziv)

Međunarodni i domaći klupski turniri:

- Za sutkinje su odgovorni matični klubovi – Sudačkoj komisiji potrebno je za svaku sutkinju dostaviti listu natjecanja i funkciju na kojoj su sudile (D, A, E, T ili L)

Regionalna natjecanja:

- Svaka regija odgovorna je za provedbu svojih natjecanja. Povjerenici regija obavezni su sudačkoj komisiji dostaviti sastav sudačkih komisija koje su sudile na natjecanju.

Zaključak

2025. godina bit će vrlo izazovna za sutkinje u RG, ali isto tako i za trenere i ritmičarke. S obzirom na novi pravilnik i značajne promjene, bit će potrebna česta dvosmjerna komunikacija između trenera i sudaca kako bi treneri imali pravovremenu informaciju i mogućnost ispravaka eventualnih propusta u kompoziciji koje nisu u skladu s novim pravilima.

TRENERI

(Ispunjavaju izbornici u suradnji sa Odborom za licenciranje trenera)

Uvod

Zadaća svakog kluba je da se uskladi s novim Zakonom o sportu te da u svojem trenerskom kadru ima trenere 1.,2.,3.,4. i 5 razine. Svaki klub je dužan imati minimalno jednog trenera neke razine a prema važećem Zakonu o sportu. Uz jednog glavnog trenera dobro je imati i pomoćne trenere.

Licenciranje trenera

Treneri su dužni na godišnjoj razini prisustvovati oranziranom trenerskom licencnom seminaru kako bi dobivali važeću trenersku licenciju za tekuću godinu.

Edukacije trenera

TO RG ima u planu organizirati dodatne edukacijske radionice za trenere u 2025.godini. Predavači bi bili vrhunski treneri iz područja RG u svijetu.

Dodatno bi se svaki trener trebao dodatno educirati i sudjelovati na stručnim konferencijama i ostalim edukativnim radionicama koje bi unaprijedili trenerski posao.

Zaključak

U 2025. godini uz obavezni licencni seminar TO RG će pokušati organizirati edukaciju za trenere koja bi obuhvatila radionice za trenere koji imaju vježbačice u apsolutnom programu kako bi se podigla razina kompetencije trenera za rad s perspektivnim vježbačicama.

RAD TO RG (Ispunjava predsjednik TO RG)

Rad tehničkog odbora ritmičke gimnastike

Tijekom 2025. godine održat će se minimalno četiri sastanka:

Siječanj/ veljača

Lipanj/srpanj

Rujan/listopad

Prosinac

Po potrebi Predsjednica TO će sazivati dodatne sastanke. Sastanci će se odvijati preko video poziva (Zoom aplikacije) ili uživo.

Rad TO RG bit će koncipiran tako da će svaki član odrađivati ulogu unutar TO RG. U planu je provedba zadataka po sadržaju: seniorke, juniorke, MDK, vrhovna sutkinja i koordinatora za nacionalni program u RG. TO će planirati, provoditi i analizirati sve zadatke unutar svojih nadležnosti.

ZAKLJUČAK (Ispunjava predsjednik TO RG)

2025. godina će biti vrlo izazovna. S obzirom na to da je izašao novi pravilnik potrebno je educirati sutkinje i trenere, izraditi nove koreografije, uskladiti sve pravilnike i kriterijske norme reprezentacije. Očekujemo usklađivanje svega navedenog u prvoj polovici godine kako bi reprezentativke i treneri dočekali što spremnije glavna natjecanja koja slijede u drugoj polovici godine (EP, juniorsko i seniorsko SP). Zadaća TO je da transparentno i na vrijeme obavijesti sve klubove o svim promjenama i odlukama koje će se donositi tijekom godine.