

Regulamin walk  
obowiązujący w turnieju  
organizowanym przez Koluszkowski Klub Karate Kyokushin  
w dniu 31 marca 2012 roku.

**MIEJSCE** : hala sportowa Koluszki ul. Ludowa 2

**Rozpoczęcie zawodów** : **godzina 9<sup>00</sup>**

**PLANOWANE KATEGORIE I KONKURENCJE**

**SUMO-GRAPPLING:**

**6-7 lat** – bez podziału na płeć;

kategorie wagowe:

lekka, średnia,

**8 – 9 lat** - bez podziału na płeć;

kategorie wagowe:

lekka, średnia,

**GRAPPLING**

**8 – 9 lat** - bez podziału na płeć;

kategorie wagowe:

lekka, średnia,

**10 – 12 lat** – Dziewczynki, Chłopcy;

kategorie wagowe:

lekka, średnia,

**13 – 15 lat** - Dziewczynki, Chłopcy;

kategorie wagowe:

lekka, średnia, ciężka,

**Karate (semi contact)**

**7 – 9 lat** – bez podziału na płeć,

kategorie wagowe:

lekka, średnia,

**10 – 12 lat** - Dziewczynki, Chłopcy;

kategorie:

lekka, średnia,

**Karate (light contact)**

**13 – 15 lat** - Dziewczynki, Chłopcy;

kategorie:

lekka, średnia, ciężka,

# SZCZEGÓŁOWY OPIS KONKURENCJI

## konkurencja SUMO-GRAPPLING

### 1. Kategorie wagowe:

Kategorie wagowe ustalane są w dniu zawodów po zważeniu wszystkich uczestników konkurencji. Dodatkowo zawodnicy mogą być podzieleni na grupy wiekowe.

### 2. Czas trwania walki:

Walki eliminacyjne i finałowe trwają **1 min.** W przypadku remisu o zwycięstwie decyduje waga zawodników – zwycięża zawodnik lżejszy.

### 3. Pole walki:

Walka odbywa się na wyznaczonym polu na macie o wymiarach - 4x4m.

### 4. Strój zawodników:

Karate-Gi lub Judo-Gi

### 5. Przebieg walki:

Walka odbywa się w pozycji stojącej. Walczący, za pomocą dozwolonych podcięć, rzutów i obaleń, dąży do:

- Wytrącenia przeciwnika z równowagi, czego efektem ma być upadek na matę, podparcie się kolaniem lub ręką.
- Wypchnięcia przeciwnika poza matę.

### 6. Punktacja:

Za spowodowanie upadku, podparcia się ręką lub kolaniem oraz wypchnięcie przeciwnika poza matę przyznaje się jeden punkt.

- W przypadku podparcia się wystarczy, że przeciwnik dotknie jedną ręką lub kolaniem maty, żeby uzyskać punkt.
- W przypadku wypchnięcia wystarczy wyjście jedną stopą poza obszar walki, aby przyznać punkt.

Punktów nie przyznaje się jeżeli zawodnik, który upadł lub został wypchnięty, zdołał w trakcie tego zdarzenia pociągnąć za sobą przeciwnika powodując jego upadek lub wyjście poza matę.

### 7. Sędziowanie:

Walkę sędziują:

- sędzia maty
- dwóch sędziów bocznych

### 8. Techniki dozwolone:

- podcięcia (ashi-barai, o-soto-gari, ko-soto-gari, o-uchi-gari, ko-uchi-gari itp.)
- rzuty (o-goshi, uchi-mata, harai-goshi, ippon-seoi-nage, itp.)
- wyniesienia trzymając przeciwnika w pasie
- obalenia

### 9. Techniki zabronione:

- wszystkie ciosy i kopnięcia
- wszystkie dźwignie i duszenia
- rzuty z wyniesieniem, suplesy itp.

### 10. Werdykt:

Walkę wygrywa zawodnik, który zdobył większą ilość punktów. W przypadku równej ilości punktów o zwycięstwie decyduje waga zawodników – zwycięża zawodnik lżejszy. W przypadku stosowania techniki niedozwolonej sędzia maty stosuje ostrzeżenie. Jeżeli zawodnik ponownie wykonuje technikę niedozwoloną, otrzymuje 1 punkt ujemny. Za stosowanie techniki niedozwolonej po raz trzeci, sędzia ogłasza dyskwalifikację.

## konkurencja GRAPPLING

### 1. Kategorie wagowe:

Kategorie wagowe ustalane są w dniu zawodów po zważeniu wszystkich uczestników konkurencji. Dodatkowo zawodnicy mogą być podzieleni na grupy wiekowe.

### 2. Czas trwania walki:

Walki eliminacyjne i finałowe trwają **2 min.** W przypadku remisu o zwycięstwie decyduje waga zawodników – zwycięża zawodnik lżejszy.

### 3. Pole walki:

Walka odbywa się na wyznaczonym polu na macie o wymiarach - 5x5m.

### 4. Strój zawodników:

Karate-Gi lub Judo-Gi

### 5. Przebieg walki:

5.1 Walka rozpoczyna się **w pozycji stojącej**. Walczący, za pomocą dozwolonych podcięć, rzutów, dąży do obalenia przeciwnika. W parterze walka **może być** kontynuowana na zasadach junior-grapplingu. W przypadku pasywności zawodników w trakcie trwania walki w parterze, lub kiedy walka przeniesie się poza obszar walki, sędzia natychmiast ją przerywa i wznawia ją ze środka „ze stójki”.

5.2 Wyjątek stanowi sytuacja, w której zawodnicy walcząc „w parterze” opuścili pole walki. W tym wypadku sędzia przerywa walkę i wznawia ją ze środka z tej samej pozycji, w której została przerwana.

### 6. Warunki zwycięstwa:

#### 6.1 Dzieci poniżej 12 roku życia.

O wyniku walki decydują zdobyte punkty:

- Walcząc w „stójce” zawodnik otrzymuje 1 punkt za wykonanie rzutu, wycięcia, obalenia na przeciwniku
- W „parterze” zawodnik otrzymuje 1 punkt, za każde **3 sek** utrzymania pozycji dominującej lub „trzymania”(np. garda brazylijska, dosiad, tate shiho gatame, hon kesa gatame itp.), W tym przedziale wiekowym punktowane jest także utrzymanie przeciwnika w gardzie brazylijskiej. Półgarda nie jest punktowana.

- 1 pkt za przewinięcie przeciwnika

#### 6.2 Dzieci powyżej 12 roku życia.

Walczący mogą wygrać walkę w dwojaki sposób.

- Wygrana na punkty, gdzie zawodnik otrzymuje 1 punkt, za wykonanie rzutu, wycięcia, obalenia na przeciwniku lub każde **3 sek** utrzymania pozycji dominującej lub „trzymania”. (np. dosiad, tate shiho gatame, hon kesa gatame itp.), Półgarda nie jest punktowana.

- 1 pkt za przewinięcie przeciwnika

- Wygrana poprzez zmuszenie przeciwnika do poddania walki (odklepanie).

- Garda brazylijska **nie jest punktowana**.

### 7. Sędziowanie:

Walkę sędziują:

- sędzia maty
- dwóch sędziów bocznych

### 8. Techniki dozwolone:

#### 8.1 Dzieci poniżej 12 roku życia.

- podcięcia (ashi-barai, o-soto-gari, ko-soto-gari, o-uchi-gari, ko-uchi-gari itp.)
- rzuty (o-goshi, uchi-mata, harai-goshi, ippon-seoi-nage, itp.)
- obalenia
- Wszystkie trzymania (kesa-gatame, kata-gatame, shiho-gatame itp.)
- Pozycje (boczna, dosiad, kolano na brzuch itp.)

#### 8.2 Dzieci powyżej 12 roku życia.

- podcięcia (ashi-barai, o-soto-gari, ko-soto-gari, o-uchi-gari, ko-uchi-gari itp.)
- rzuty (o-goshi, uchi-mata, harai-goshi, ippon-seoi-nage, itp.)
- obalenia
- Wszystkie trzymania (kesa-gatame, kata-gatame, shiho-gatame itp.)
- Pozycje (boczna, dosiad, kolano na brzuch itp.)
- **Dźwignie** (łokciowe)
- **Wszystkie duszenia**

### 9. Techniki zabronione:

#### 9.1 Dzieci poniżej 12 roku życia.

- wszystkie ciosy i kopnięcia
- wszystkie dźwignie
- rzuty z wyniesieniem, suplesy itp.
- wszystkie duszenia

#### 9.2 Dzieci powyżej 12 roku życia.

- wszystkie ciosy i kopnięcia
- dźwignie niewymienione w punkcie nr. 8.2

- rzuty z wyniesieniem, suplesy itp.

10. Werdykt:

Walkę wygrywa zawodnik, który zdobył większą ilość punktów (lub poddanie – pow. 12 roku życia).

W przypadku równej ilości punktów o zwycięstwie decyduje waga zawodników – zwycięża zawodnik lżejszy. W przypadku stosowania techniki niedozwolonej sędzia maty stosuje ostrzeżenie. Jeżeli zawodnik ponownie wykonuje technikę niedozwoloną, otrzymuje 1 punkt ujemny. Za stosowanie techniki niedozwolonej po raz trzeci, sędzia ogłasza dyskwalifikację.

## konkurencja Karate (semi contact)

1. Kategorie wagowe:

Kategorie wagowe ustalane są w dniu zawodów po zważeniu wszystkich uczestników konkurencji. Dodatkowo zawodnicy mogą być podzieleni na grupy wiekowe.

2. Czas trwania walki:

Wszystkie walki w tej konkurencji, trwają dwie rundy po **1 min.** W przypadku remisu o zwycięstwie decyduje waga zawodników – zwycięża zawodnik lżejszy.

Przerwa pomiędzy rundami wynosi **1 min.**

3. Pole walki:

Walka odbywa się na wyznaczonym polu na tatami 5x5 m

4. Strój zawodników:

Karate-Gi, Judo-Gi lub inny strój sportowy dopuszczony przez sędziów

Zawodnicy zobowiązani są do założenia następujących ochraniaczy:

- suspensorium
- ochraniacz tułowia hogo
- rękawice do karate lub bokserskie
- **kaski ochronne z „maską”**

5. Techniki dozwolone:

Zawodnikom wolno prowadzić walkę stosując wyłącznie dozwolone techniki i akcje:

- kopnięcia okrężne i proste na korpus i głowę,
- wszystkie uderzenia pięścią na korpus,

6. Techniki zabronione:

- kopnięcia kolanem
- wszystkie kopnięcia na strefę gedan (poniżej pasa )
- uderzenia łokciem
- klinczowanie
- wychwytywanie kopnięć
- wszystkie dźwignie i duszenia
- kopnięcia w krocze, szyję, kręgosłup i plecy, stawy, wszelkie kopnięcia w parterze (po upadku przeciwnika)
- uderzenia ręką w głowę, szyję, kręgosłup, wszelkie uderzenia po upadku przeciwnika
- wszystkie rzuty
- uciekanie z maty

7. Warunki zwycięstwa:

Walkę wygrywa zawodnik, który po zakończeniu dwóch rund, zostanie wskazany przez sędziów jako zwycięzca. Na decyzję sędziów, wpływ mają następujące czynniki:

- aktywność zawodników w czasie walki
- unikanie walki, ucieczki z pola walki
- celne kopnięcia w głowę przeciwnika

W przypadku stosowania techniki niedozwolonej sędzia maty stosuje ostrzeżenie. Jeżeli zawodnik ponownie wykonuje technikę niedozwoloną, **sędzia ogłasza dyskwalifikację.**

## konkurencja Karate (light contact)

### 1. Kategorie wagowe:

Kategorie wagowe ustalane są w dniu zawodów po zważeniu wszystkich uczestników konkurencji.

Dodatkowo zawodnicy mogą być podzieleni na grupy wiekowe.

### 2. Czas trwania walki:

Wszystkie walki w tej konkurencji, trwają dwie rundy po **1 min 30 sek.** W przypadku remisu wyłania się zwycięzcę na podstawie różnicy wagowej (lżejszy zawodnik wygrywa).

Przerwa pomiędzy rundami wynosi **1 min.**

### 3. Pole walki:

Walka odbywa się na wyznaczonym polu na tatami 5x5 m.

### 4. Strój zawodników:

Karate-Gi lub Judo-Gi lub inny strój sportowy dopuszczony przez sędziów.

Zawodnicy zobowiązani są do założenia następujących ochraniaczy:

- ochraniacz szczęki

- suspensorium

- kask ochronny

### 5. Techniki dozwolone:

Zawodnikom wolno prowadzić walkę stosując wyłącznie dozwolone techniki i akcje:

- wszystkie kopnięcia na uda, korpus i głowę

- wszystkie uderzenia pięścią i łokciem na korpus

- wychwytywanie kopnięć i uderzeń przeciwnika

- podcięcia

### 6. Techniki zabronione:

- ściąganie rękami głowy do hiza-geri jodan

- klinczowanie

- wszystkie dźwignie i duszenia

- kopnięcia w krocze, szyję, kręgosłup i plecy, stawy, wszelkie kopnięcia w parterze (po upadku przeciwnika)

- uderzenia ręką w głowę, szyję, kręgosłup, wszelkie uderzenia po upadku przeciwnika,

- rzuty i obalenia,

- uciekanie z maty

### 7. Warunki zwycięstwa:

Walkę wygrywa zawodnik, który po zakończeniu dwóch rund, zostanie wskazany przez sędziów jako zwycięzca. Na decyzję sędziów, wpływ mają następujące czynniki:

- aktywność zawodników w czasie walki

- unikanie walki, ucieczki z pola walki

- celne kopnięcia w głowę przeciwnika

W przypadku stosowania techniki niedozwolonej sędzia maty stosuje ostrzeżenie. Jeżeli zawodnik ponownie wykonuje technikę niedozwoloną, **sędzia ogłasza dyskwalifikację.**

## ORGANIZATOR I NAGRODY

1. Organizatorem zawodów jest **Koluszkowski Klub Karate Kyokushin**

2. Dla zawodników przewidziane zostały nagrody:

- Dyplomy dla każdego uczestnika

- Medale dla najlepszych

- Puchary/ statuetki za zajęcie pierwszego miejsca w danej konkurencji

- Puchar dla najlepszej drużyny turnieju

## OPŁATY I ZGŁOSZENIE ZAWODNIKÓW

1. Każdy z zawodników mający ochotę wziąć udział w turnieju, winien wnieść opłatę wpisową:  
**- 15 zł.**

1a. Jednorazowa opłata daje możliwość startu we wszystkich konkurencjach.

2. Ostateczny termin zgłaszania zawodników mija z dniem **29.03.2012 r.**

3. Wpisowe pobierane będzie w dniu zawodów przed ich rozpoczęciem

4. Zgłoszeń prosimy dokonywać według załączonego poniżej wzoru na **email: [kriders5@wp.pl](mailto:kriders5@wp.pl)**

NAZWA KLUBU				
lp.	Imię i Nazwisko zawodnika	konkurencja	wiek	waga