

# II OGÓLNOPOLSKA OLIMPIADA KARATE

Z OKACJI DNIA DZIECKA

## 1. Organizator:

Polska Federacja Okinawa Uechi-Ryu Karate-Do  
Zbigniew Rychlewski  
tel. 606-160-325  
Nikoła Zasepa  
tel. 666-382-984

## 2. Termin i miejsce:

1 czerwiec 2019 r., **godz. 9:00**  
Hala Sportowa w Poraju, ul. Górnicza 18

## 3. Uczestnictwo:

- Zgłoszenia prosimy wysyłać na adres: [zasepanikola@gmail.com](mailto:zasepanikola@gmail.com) do dnia 27.05.2019r.,  
**W ZGŁOSZENIU PROSIMY O PODANIE PEŁNEJ DATY URODZENIA!**
- Opłata startowa wynosi 30 zł – płatne w dniu zawodów.
- Wymagane dokumenty:
  - Zgoda rodziców lub opiekunów prawnych (brak zgody rodziców skutkuje skreślenie z listy zawodników)
  - Aktualne badania lekarskie (potwierdza opiekun zgłoszonego Klubu)

## 4. Konkurencje:

- Karate Light Contact (kat. 4-5 lat, 6-7 lat, 8-9 lat, 10-11 lat)
- Karate Semi Contact (kat. 12-13 lat, 14-15 lat, 16-17lat)
- Sumo-grappling (kat. 4-5 lat, 6-7 lat, 8-9 lat, 10-11 lat, 12-13 lat)

## 5. Kategorie wiekowe i wagowe:

**W ZGŁOSZENIU PROSIMY O PODANIE PEŁNEJ DATY URODZENIA!**

### 16 - 17 lat – (2002r. – 2003r.)

- Karate i sumo-grappling chłopców w kategoriach wagowych: -60, -65, -70, +70 kg
- Karate i sumo-grappling dziewcząt w kategoriach wagowych: -60, -65, -70, +70 kg

### 14 - 15 lat - (2004r. – 2005r.)

- Karate i sumo-grappling chłopców w kategoriach wagowych: -50, -55, -60, +60kg
- Karate i sumo-grappling dziewcząt w kategoriach wagowych: -50, -55, -60, +60 kg

### 12 - 13 lat – (2006r. – 2007r.)

- Karate i sumo-grappling chłopców w kategoriach wagowych: -40, -45, -50, +50 kg
- Karate i sumo-grappling dziewcząt w kategoriach wagowych: -40, -45, -50, +50 kg

#### 10 – 11 lat – (2008r. – 2009r.)

- Karate i sumo-grappling chłopców w kategoriach wagowych: -30, -35, -40, +40 kg
- Karate i sumo-grappling dziewcząt w kategoriach wagowych: -30, -35, -40, +40 kg

#### 8 - 9 lat – (2010r. – 2011r.)

- Karate i sumo-grappling chłopców w kategoriach wagowych: -30, -35, +35 kg
- Karate i sumo-grappling dziewcząt w kategoriach wagowych: -30, -35, +35 kg

#### 6 – 7 lat – (2012r. – 2013r.)

- Karate i sumo-grappling chłopców w kategoriach wagowych: -25, +25 kg
- Karate i sumo-grappling dziewcząt w kategoriach wagowych: -25, +25 kg

#### 4 – 5 lat – (2014r. – 2015r.)

- Karate i sumo-grappling chłopców i dziewcząt w kategoriach wagowych: -20, +20 kg

**W przypadku niedostatecznej ilości zawodników w poszczególnych kategoriach mogą one zostać połączone. Organizator zastrzega sobie również prawo do modyfikacji kategorii wagowych.**

#### 6. Szczegółowy opis konkurencji:

- **Karate Light Contact i Semi Contact:**

Czas trwania walki: **1 min** (kat. 4-5 lat, 6-7 lat, 8-9 lat, 10-11 lat), **1,5 min** (kat. 12-13lat, 14-15 lat, 16-17 lat). W przypadku remisu o zwycięstwie decyduje waga zawodników – zwycięża zawodnik lżejszy.

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”

Techniki dozwolone:

Zawodnikom wolno prowadzić walkę stosując wyłącznie dozwolone techniki i akcje:

- kopnięcia okrężne i proste na korpus,
- kopnięcia okrężne na głowę
- kopnięcia okrężne na strefę gedan (**kat. 12-13 lat, 14-15 lat, 16-17 lat**)
- wszystkie uderzenia pięścią na korpus,

Techniki zabronione:

- kopnięcia kolanem

- wszystkie kopnięcia na strefę gedan (poniżej pasa ) (**wyjątek w Karate Semi Contact**)

- 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

#### Warunki zwycięstwa:

Walkę wygrywa zawodnik, który po zakończeniu rundy, 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 (2) kopnięcia w głowę przeciwnika

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

#### • **Sumo-grappling:**

Czas trwania walki: 1 min. W przypadku remisu o zwycięstwie decyduje waga zawodników – zwycięża zawodnik lżejszy.

Strój zawodników: Karate-Gi lub Judo-Gi

#### 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.

#### 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.

#### 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

Techniki zabronione:

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

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.

**7. Każda ekipa biorąca udział w II Ogólnopolskiej Olimpiadzie Karate obowiązkowo wyznacza minimum jednego sędziego.**

**8. W sprawach nieobjętych regulaminem decyduje Organizator.**

**Serdecznie zapraszamy!**