

NARAMA SEITO



propozice na turnaj v karate

A) Všeobecná ustanovení

1. **Pořadatel soutěže:** o.s. Škola bojových umění NARAMA
2. **Datum konání:** 12. května (neděle) 2013
3. **Místo konání:** Sportovní hala TJ Slavoj Plzeň, Třebízského 12, Plzeň (nad zimním stadiónem)
4. **Ředitel soutěže:** Lukáš Princ, e-mail: eLPrinc@seznam.cz, tel. 732582892
5. **Hlavní rozhodčí:** Petr Hora, e-mail: p.hora@seznam.cz, tel. 604321448
6. **Rozhodčí:** zajistí o.s.NARAMA
7. **Startovné:** členové o.s.NARAMA 90,-Kč, ostatní 150,-Kč
8. **Losování:** proběhne před zahájením
9. **Informace:** Pavel Bělohavý tel. 603418383, narama@narama.cz, www.narama.cz
10. **Lékař:** MUDr. Jaroslav Soutner
11. **Přihlášky:** na místě, členové o.s. Narama nahlásí svoji účast trenérovi

B) Technická ustanovení:

1. Předpis:

- **UPOZORNĚNÍ: závodník musí při prezentaci předložit souhlas zákonného zástupce (přiložený revers nebo revers ČSFu) se startem na turnaji a lékařskou prohlídku (průkaz ČSKe, ČSFu nebo jiného sportovního sdružení ČSTV nebo ČASPV), která není starší jednoho roku! Závodníky přihlašuje trenér.**
- zúčastnit se mohou závodníci cvičící karate, ve věku **od 6 do 17 let** (kata, řízené kumite), na disciplínu ippon shobu dorostenci od 15 do 17 let a ippon shobu muži a ženy od **17 let**
- povinný oděv je bílé karate-gi (kimono)
- ve všech kategoriích (mimo ippon shobu) bude vyhodnocen **absolutní vítěz** (součet výsledků z kata a kumite), v případě rovnosti bodů rozhodne o vítězi přerážecí test
- závodí se na třech zápasíštích, dvě jsou tatami o rozměrech 9 x 9 m.

2. Věkové kategorie

- mladší žáci a žákyně **6-11 let** (v den konání soutěže nesmí závodník dosáhnout 12 let)
- starší žáci a žákyně **12-14 let** (v den konání soutěže nesmí závodník dosáhnout 15 let)
- dorostenci a dorostenky **15-17 let** (v den konání soutěže nesmí závodník dosáhnout 18 let)
- muži, ženy **od 17 let**

3. Soutěžní kategorie (den konání soutěže nesmí závodník přesáhnout věkovou hranici)

- **dopolední program (bílý pásy)**
 - mladší žáci 6-7 let, bez technického stupně, ■ mladší žáci 8-9 let, bez technického stupně, ■ mladší žáci 10-11 let, bez technického stupně, ■ ml. žáci 6-8 let, 8.kyu, ■ ml. žáci 9-11 let, 8.kyu, ■ ml. žákyně 6-8 let, bez technického stupně, ■ ml. žákyně 9-11 let, bez technického stupně, ■ ml.žákyně 8.kyu, ■ st.žáci do 8.kyu, ■ st.žákyně do 8.kyu, ■ dorostenci do 8.kyu, ■ dorostenky do 8.kyu
- **odpolední program (od 7.kyu)**
 - ml.žáci 7.kyu, ■ ml.žáci od 6.kyu, ■ ml.žákyně 7.kyu, ■ ml.žákyně od 6.kyu, ■ st.žáci 7.-5.kyu, ■ st.žáci od 4.kyu, ■ st.žákyně 7.-5.kyu, ■ st.žákyně od 4.kyu, ■ dorostenci 7.-5.kyu, ■ dorostenci od 4.kyu, ■ dorostenky od 7.-5.kyu, ■ dorostenky od 4.kyu, ■ dorostenci ippon shobu, ■ muži ippon shobu, ■ ženy ippon shobu

4. Disciplíny:

- **kata:** kategorie mladšího žactva bez technického stupně = **tajkjoku 1**
kategorie mladšího žactva 8.kyu = **tajkjoku 1, heian 1**
kategorie staršího žactva a dorostu 8.kyu = **tajkjoku1, heian 1-2**
kategorie mladšího žactva 7.kyu) = **heian 1-3**
kategorie mladšího žactva od 6.kyu a staršího žactva a dorostu 7.-5.kyu = **heian 1-4**
kategorie staršího žactva a dorostu od 4.kyu = **heian 1-5, tekki 1**
- **řízené kumite:** kategorie žactva a dorostu bez kyu a 8.kyu = **sanbon-kumite**
kategorie žactva a dorostu 7.-5.kyu = **kihon-ippon-kumite**
kategorie staršího žactva a dorostu od 4.kyu = **džíú-ippon-kumite**
- **ippon shobu:** kategorie dorostenci 15 - 17 let a muži a ženy od 17 let

5. Způsob soutěže:

- **kata** vylučovací způsob na praporky
- **sanbon kumite** = kategorie žactva a dorostu bez technického stupně a 8.kyu vylučovací způsob na praporky, proti-technika vždy gjaku-cuki čůdan
eliminace: 1)T (tori - útočník) oi-cuki džodan, U (uke - obránce) age-uke, 2) T oi-cuki čůdan, U soto-uke
semifinále a finále: mladší žactvo bez technického stupně cvičí stejně jako v eliminaci,
ostatní kategorie = 1-2) T a U to samé jako v eliminaci, 3)T mae-geri, U gedan-barai
- **kihon ippon kumite** = kategorie mladšího žactva 7.kyu vylučovací způsob na praporky, proti-technika vždy gjaku-cuki :
eliminace: začíná se vždy z levého ZD 1)T (tori - útočník) oi-cuki džodan, U (uke - obránce) age-uke
2)T oi-cuki čůdan, U soto-uke
semifinále, finále: 1-2)T a U to samé jako v eliminaci, 3)T mae-geri, U gedan-barai
- **kihon ippon kumite** = kategorie mladšího žactva od 6.kyu, staršího žactva a dorostu 7.-5.kyu vylučovací způsob na praporky, proti-technika vždy gjaku-cuki
eliminace: začíná se z levého ZD 1)T (tori - útočník) oi-cuki džodan, U (uke-obránce) age-uke
2)T oi-cuki čůdan, U soto-uke
3)T mae-geri, U gedan-barai
4)T joko-geri-kekomi, U gedan-barai
semifinále a finále: 1-4) T a U to samé jako v eliminaci, 5)T mawaši-geri (džodan), U nagaši-uke
- **džíú ippon kumite** = kategorie staršího žactva a dorostu od 4.kyu vylučovací způsob na praporky, U provádí libovolné bloky a proti-technika gjaku-cuki nebo mae-geri:
eliminace: T (tori - útočník) oi-cuki džodan, oi-cuki čůdan, mae-geri, joko-geri-kekomi, mawaši-geri
semifinále a finále: T to samé jako v eliminaci, navíc uši-ro-geri
- **ippon shobu kumite** = dorostenci 15-17 let a muži, ženy od 17 let vylučovací způsob na praporky, povinné chrániče zubů, upřesnění pravidel bude před turnajem

- 6. Časový rozvrh:** 8.45 - 9.30 hod. prezentace závodníků do 8.kyu
9.30 - 9.45 hod. losování
10.00 hod. ukázka kata 1, heian 1-2, sanbon kumite
10.15 hod. zahájení soutěže
12.00 - 12.30 hod. prezentace závodníků od 7.kyu
12.30 hod. ukázka **AIKIDO**

- 7. Ceny:** závodníci na 1. - 3. místě obdrží medaili, diplom a věcnou cenu, závodníci na 4. místě diplom a cenu,
absolutní vítěz každé kategorie vyhrává pohár + věcnou cenu,
ippon shobu 1. - 3. místo pohár, diplom, medaile

Upozornění: Za každý klub jsou se závodníky na sportovní ploše pouze dva trenéři a maximálně dvě další osoby, které jim pomáhají. **Rodiče soutěžících z organizačních a bezpečnostních důvodů musí být v hledišti.** Děkujeme za pochopení.

V Plzni dne 5. 4. 2013

Za o.s. Škola bojových umění **NARAMA**
Pavel Bělohavý

Podporují:

- generální sponzor



STAVEBNINY
BERÁNEK

* **ConTree Concept a.s.,**

* Svaz karate Plzeňského kraje,

* Nadace 700 let města Plzně



REVERS

Potvrzuji tímto a souhlasím se startem svého syna / své dcery na veškerých soutěžích pořádaných o.s. Škola bojových umění Narama v roce 2013.

Jméno, příjmení a rodné číslo soutěžícího :

Jméno a příjmení zákonného zástupce :
Oboustranně

.....
podpis zákonného zástupce

.....
podpis závodníka

V Dne

Vyplněný a podepsaný doklad odevzdejte při prezentaci před zahájením turnaje.

REVERS

Potvrzuji tímto a souhlasím se startem svého syna / své dcery na veškerých soutěžích pořádaných o.s.Škola bojových umění Narama v roce 2013.

Jméno, příjmení a rodné číslo soutěžícího :

Jméno a příjmení zákonného zástupce :

.....
podpis zákonného zástupce

.....
podpis závodníka

V Dne

Vyplněný a podepsaný doklad odevzdejte při prezentaci před zahájením turnaje.

PREZENČNÍ LISTINA

NARAMA SEITO – 12. 5. 2013

klub..... trenér.....

ČÍSLO	PŘÍJMENÍ	JMÉNO	DATUM NAROZENÍ	KYU	KATA	KUMITE
1.						
2.						
3.						
4.						
5.						
6.						
7.						
8.						
9.						
10.						
11.						
12.						
13.						
14.						
15.						
16.						
17.						
18.						
19.						
20.						
21.						
22.						
23.						
24.						
25.						

Hodnocení pro soutěž Narama seito:

Kategorie: (do 8.kyu a mladší žáci 7.kyu)

- správné postoje
- správná dráha techniky (počátek v hiki-te, hiki-aši)
- správná vzdálenost v kumite
- správné pásmo pro útočnou techniku
- správná reakce na útok soupeře v kumite (kake-no-sen)
- nesmí dojít ke kontaktu při útoku nebo protiútku v kumite
- kata musí být provedena bez zaváhání s technikou provedenou podle bodů 1 a 2.

Kategorie: (7.-5.kyu)

- stejné jako u předchozí kategorie
- celkový dojem z vystupování (sebejistota, techniky prováděné bez zaváhání)
- synchronizace pohybu (tělo a ruka/noha, technika dokončená s došlapem)
- techniky prováděné dynamicky
- dodržení správných postojů v kata (embusen)

Kategorie: (od 4.kyu)

- stejné jako předchozí kategorie
- správné střídání svalového napětí a uvolnění
- sebekontrola a soustředění po celou dobu cvičení (zanšin)
- maximální předání energie úderu nebo kopu (kime)
- správná reakce obránce na počátek útoku soupeře v kime (tai-ni-sen)
- dodržení budo principu
- kata provedená s maximálním nasazením s dodržáním principů techniky