



## **Polska Liga Karate Shinkyokushin 2019'**

### **ZAPROSZENIE**

*Drodzy Shihan, Sensei, Sympatycy Karate,*

*W imieniu Tomasz Basiak Shinkyokushin Team zapraszamy na „Puchar Smoka 2019” , który odbędzie się w Warszawie 25 maja 2019r.*

*Zawody zostaną rozegrane w ramach Polskiej Ligi Karate w formule karate kontaktowego Shinkyokushin/Full Contact i skierowane są dla dzieci i młodzieży w wieku 6-18 lat z podziałem na kategorie wiekowe i wagowe.*

*W imieniu komitetu organizacyjnego, życzymy powodzenia podczas turnieju, a także miłego pobytu w Warszawie.*

*W imieniu komitetu organizacyjnego  
Tomasz Basiak  
i  
Piotr Sztencel*

# „Polska Liga Karate Shinkyokushin / Full Contact – 2019”

II turniej  
pt. „Puchar Smoka 2019”

25.05.2019 r. Warszawa

## REGULAMIN TURNIEJU

### I. Organizator i Patronat:

- TBST – Tomasz Basiak i Piotr Sztencel

#### Patronat:

- Dzielnica Wola m.st. Warszawy

### HH. Data i miejsce odbycia zawodów:

- Data: 25.05.2019 r.
- Miejsce: Turniej zostanie rozegrany w Hali sportowej OSiR „Reduta” przy ul. Redutowej 37 w Warszawie.

### III. Termin zgłoszenia:

Zgłoszenia należy dokonać wyłącznie poprzez formularz zgłoszeniowy podając dokładną wagę i datę urodzenia **w nieprzekraczalnym terminie do 15 maja 2019**. Ze względów organizacyjnych, prosimy o dotrzymanie terminu zgłoszeń zawodników. Zawodnicy zgłoszeni z nieprawidłowymi danymi, mogą zostać zdyskwalifikowani.

Rejestracja zawodników wyłącznie on-line. Formularz zgłoszeniowy do rejestracji zawodników dostępny jest pod linkiem: [http://www.proscore.pl/liga\\_karate/](http://www.proscore.pl/liga_karate/)

UWAGA: Po dokonaniu zgłoszenia przez formularz elektroniczny, na podany adres e-mail przesłany zostanie wypełniony formularz zgłoszeniowy z kodem kreskowym, prosimy o podpisanie i okazanie wraz z dokumentem tożsamości (legitymacją szkolną lub innym ze zdjęciem) podczas rejestracji w dniu zawodów.

Formularz zgłoszeniowy dostępny jest również na stronie Facebook: [www.facebook.com/LigaKarate](http://www.facebook.com/LigaKarate)

### KONTAKT:

Tomasz Basiak tel. +48 509 671 525 e-mail: <a href="mailto:basiak69@wp.pl">basiak69@wp.pl</a> Sprawy rejestracji zawodników, sędziowskie	Piotr Sztencel tel. +48 513 133 120 e-mail: <a href="mailto:smok@smok.waw.pl">smok@smok.waw.pl</a> Sprawy organizacyjne i logistyczne turnieju
---	---

#### **IV. Zakwaterowanie i wyżywienie:**

1. Organizator nie zapewnia zakwaterowania.
2. Organizator nie zapewnia darmowych posiłków dla zawodników.
3. Jest możliwość wykupienia na miejscu obiadu dla ekip startujących w cenie **20zł/osoba**. Kontakt w tej sprawie z organizatorem turnieju:

***Tomasz Basiak tel. +48 509 671 525, e-mail: basiak69@wp.pl***

#### **V. Wpisowe.**

Wpisowe - startowe dla zawodników wynosi: 40 złotych. Wpłata opłaty startowej w dniu zawodów tj. 25.05.2019r **gotówką**.

#### **VI. Udział w zawodach.**

1. W zawodach mogą wziąć udział zawodnicy i zawodniczki zrzeszeni w Jacek Baranowski BRANCH, TBST, Polskim Związku Shinkyokushin Karate (PZSK), PFKK oraz zawodnicy i zawodniczki z zaproszonych klubów i organizacji.
2. Wszyscy zawodnicy muszą posiadać ważne zaświadczenie lekarskie na start w zawodach karate nie starsze niż 6 miesięcy (wystawione przez uprawnionego lekarza).
3. Każdy zawodnik biorący udział w zawodach musi posiadać aktualne ubezpieczenie NNW obowiązujące do udziału w zawodach sportowych.
4. Wiek zawodników obliczany jest na podstawie roku urodzenia.
5. Wszyscy zawodnicy muszą posiadać odpowiednio dla organizacji Budo Pasy.
6. Wszyscy zawodnicy niepełnoletni, powinni posiadać zezwolenie na udział w turnieju podpisane przez rodziców/ prawnych opiekunów.
7. Zawodnicy powinni mieć obcięte krótko paznokcie u rąk i nóg, oraz posiadać czyste białe Karate-Gi z naszytymi emblematami stylowymi, klubowymi.
8. Zabrania się zawodnikom i zawodniczkom noszenia podczas zawodów biżuterii, kolczyków, pierścionków lub innych ozdób mogących powodować zranienie lub skaleczenie.
9. Zawodnicy powinni znać reguły turnieju, komendy sędziowskie oraz etykietę Dojo i zobowiązani są do jej bezwzględnego przestrzegania

#### **VII. Orientacyjny Plan turnieju**

zawody rozgrywane będą na 4 matach

**25.05.2019r /sobota/**

- 10.00 – 11.00 – rejestracja, weryfikacja zawodników, kontrola badań lekarskich,
- 10.30 – 11.00 – narada sędziowska,
- 11.00 – 12.30 – oficjalne otwarcie turnieju, rozegranie konkurencji KATA
- 12.30 – 16.00 - rozegranie konkurencji KUMITE
- 16.00 – 17.00 – wręczenie nagród, zakończenie turnieju

## VIII. Kategorie Kata.

Turniej KATA będzie rozegrany w następujących konkurencjach z podziałem ze względu na wiek:

1. Kata dzieci 6-7 lat (rocznik 2012-2013)
2. Kata dzieci 8-9 lat (rocznik 2010-2011)
3. Kata dzieci 10-11 lat (rocznik 2008-2009)
4. Kata kadetów 12-13 lat (rocznik 2006-2007)
5. Kata młodzików 14-15 lat (rocznik 2004-2005)
6. Kata Juniorów 16-18 lat (rocznik 2003-2001)

**1. Kategoria** – (6 – 7 lat) roczniki 2012, 2013. Chłopcy i dziewczęta razem.

Wymagane Kata:

1 runda - eliminacje (Kata obowiązkowe)	2 runda – ćwierć finał i następne (Kata do wyboru)
Taikyoku Sono Ichi	Taikyoku Sono Ni, Taikyoku Sono San

**2. Kategoria** – (8 - 9 lat) roczniki 2010, 2011. Chłopcy i dziewczęta razem.

Wymagane Kata:

1 runda - eliminacje (Kata obowiązkowe)	2 runda – ćwierć finał i następne (Kata do wyboru)
Taikyoku Sono Ichi,	Taikyoku Sono Ni, Taikyoku Sono San, Pinan Sono Ichi,

**3. Kategoria** – (10 - 11 lat) roczniki 2008, 2009. Chłopcy i dziewczęta razem.

Wymagane Kata:

Kat.	Stopnie KYU	1 runda - eliminacje (Kata obowiązkowe)	2 runda – ćwierć finał i następne (Kata do wyboru)
3. a	Białe, pomarańczowe, niebieskie pasy	Taikyoku Sono Ichi	Taikyoku Sono Ni, Taikyoku Sono San Pinan Sono Ichi
3.b	Żółte, zielone pasy	Taikyoku Sono San,	Pinan Sono Ichi, Pinan Sono NI, Pinan Sono San

**4. Kategoria** – (12 -13 lat) roczniki 2006, 2007. Chłopcy i dziewczęta razem.

Wymagane Kata kategorie:

Kat.	Stopnie KYU	1 runda - eliminacje (Kata obowiązkowe)	2 runda – ćwierć finał i następne rundy (Kata do wyboru)
4.a	Białe, pomarańczowe, niebieskie pasy	Taikyoku Sono Ichi	Taikyoku Sono Ni, Taikyoku Sono San Pinan Sono Ichi
4.b	Żółte, zielone, brązowe pasy	Pinan Sono Ichi,	Pinan Sono Ni, Pinan Sono San, Pinan Sono Yon, Pinan Sono Go,

**5. Kategoria** – (14 - 15 lat) roczniki 2004, 2005. Chłopcy i dziewczęta razem . **Kata w kolejnych rundach nie mogą się powtórzyć z wyjątkiem kat. 5.a.** Wymagane Kata, kategorie:

Kat.	Stopnie KYU	1 runda - eliminacje (Kata obowiązkowe)	2 runda – ćwierć finał i następne rundy (Kata do wyboru)
5.a	Białe, pomarańczowe, niebieskie pasy	Taikyoku sono Ichi	Taikyoku Sono Ni, Taikyoku Sono San Pinan Sono Ichi
5.b	Żółte, zielone, brązowe, czarne pasy	Pinan Sono Ni,	Pinan Sono San, Pinan Sono Yon, Pinan Sono Go, Yantsu Gekisai Dai, Tsuki No Kata, Saiha,

**6. Kategoria** – (16 - 17 – 18 lat) roczniki 2003-2001 (liczy się rok urodzenia). Chłopcy i dziewczęta razem. **Kata w kolejnych rundach nie mogą się powtórzyć z wyjątkiem kat. 6.a.** Wymagane Kata, kategorie:

Kat.	Stopnie KYU	1 runda – eliminacje (Kata obowiązkowe)	2 runda – ćwierć finał i następne rundy (Kata do wyboru)
6.a	Białe, pomarańczowe, niebieskie pasy	Taikyoku sono Ichi	Taikyoku Sono Ni, Taikyoku Sono San Pinan Sono Ichi
6.b	Żółte, zielone, brązowe, czarne pasy	Pinan Sono Ni,	Pinan Sono San, Pinan Sono Yon, Pinan Sono Go, Yantsu, Tsuki No, Gekisai Dai, Saiha, Gekisai sho

## **IX. KATEGORIE KUMITE:**

Turniej KUMITE będzie rozegrany w konkurencjach z podziałem ze względu na wiek i wagę. W przypadku innego rozkładu wagi zgłoszonych zawodników możliwa jest zmiana lub powołanie innych kategorii wagowych.

### **1. Junior 16 – 18 lat (2001 – 2003):**

Kumite chłopców w kategoriach wagowych: -65, -70, -75, +75 kg

Kumite dziewcząt w kategoriach wagowych: -60, +65 kg

### **2. Młodzik 14 – 15 lat (2004 – 2005):**

Kumite chłopców w kategoriach wagowych: -55, -65, -70, +70 kg

Kumite dziewcząt w kategoriach wagowych: -48, -55, -60, +60 kg

### **3. Kadet 12 – 13 lat (2006 – 2007):**

Kumite chłopców w kategoriach wagowych: -35, -45, -55, -65, +65 kg

Kumite dziewcząt w kategoriach wagowych: -35, -45, +45 kg

### **4. Dzieci 10-11 lat (2007 – 2008):**

Kumite chłopców w kategoriach wagowych: -33, -40, +40 kg

Kumite dziewcząt w kategoriach wagowych: -28, -35, +35 kg

### **5. Dzieci 8 – 9 lat (2010 – 2011):**

Kumite chłopców w kategoriach wagowych: -25, -30, +30 kg

Kumite dziewcząt w kategoriach wagowych: -30, +30 kg

### **6. Dzieci 6 – 7 lat (2012 – 2013):**

Kumite chłopców w kategoriach wagowych: OPEN

Kumite dziewcząt w kategoriach wagowych: OPEN

**UWAGA:** W przypadku niedostatecznej ilości zawodników w poszczególnych kategoriach mogą one zostać połączone. W poszczególnych kategoriach zmianie może ulec stosowanie ochraniaczy na tułów „hogo” oraz dodatkowe ograniczenia w stosowaniu technik.

## **X. Reguły KATA.**

1. Turniej Kata zostanie rozegrany na 4 matach tatami o wymiarach 8m x 8m.
2. Obowiązuje system pucharowy. Wskazanie zwycięzcy poprzez chorągiewki (4 sędziów + 1 sędzia maty). Nie ma remisów. Po prezentacji sędzia maty wskazuje werdykt razem z sędziami bocznym. Sędzia maty wskazuje zwycięzcę. W zawodach KATA obowiązują standardowe komendy dla zawodów KATA i KUMITE. Zawodnicy wychodzą na matę razem obowiązuje standardowa etykieta jak do Kumite. Na macie pozostaje jeden zawodnik i po wezwaniu przez sędziego maty prezentuje Kata: AKA – NAKAI!  
Np. TSUKI NO – MOKUSO – TSUKI NO – YOI –MOGORE - HAJIME !

Zawodnicy pojedynczo prezentują swoje KATA, w pierwszej rundzie sędzia maty wypowiada nazwę KATA obowiązkowego, w 2 rundzie i pozostałych zawodnicy mówią nazwę dowolnego KATA, które będą wykonywać. Kryteria decyzji; o zwycięstwie decydują następujące rzeczy:

- najlepsze wykonanie,
- mniejsza ilość błędów,
- dobra i poprawna prezentacja,
- kime, poprawność pozycji, dynamika oraz tempowanie
- inne.

3. Kata w poszczególnych rundach nie mogą się powtórzyć, za wyjątkiem kategorii wskazanych w niniejszym komunikacie.



## XI. Reguły Kumite.

1. Turniej zostanie rozegrany na 4 matach tatami o wymiarach 8m x 8m.
2. Zasady udziału:
  - a) białe czyste Karate-Gi,
  - b) Obowiązkowe dopuszczone **są wyłącznie miękkie bawełniane** ochraniacze na nogi typu „goleń-stopa” oraz na dłonie. Ochraniacze na dłonie typu MMA, itp. są zabronione. Ochraniacze stopa-goleń inne niż miękkie bawełniane są zabronione. **Organizator nie zapewnia ochraniaczy indywidualnych tzn. ochraniaczy nóg i rąk,**
  - c) Obowiązkowy ochraniacz na genitalia suspensorium dla chłopców. Kobiety (kategoriach 12 lat i wyżej) obowiązkowo ochraniacz piersi (typu miseczki) i w każdej suspensorium dla dziewcząt.  
**Organizator nie zapewnia indywidualnych ochraniaczy na genitalia, i piersi,**
  - d) Obowiązkowo we wszystkich kategoriach KUMITE wymagany jest kask ochronny na głowę z kratką lub przezroczystą szybką ochronną. Organizator zapewnia kaski ochronne. Możliwe jest użycie własnych ochraniaczy głowy za zgodą sędziego głównego zawodów,
  - e) Obowiązkowo w kategoriach do 13 lat (kategorie dzieci i młodzik ) wymagany jest ochraniacz tułowia. Organizator zapewnia ochraniacze tułowia. Dopuszczone jest użycie własnych ochraniaczy tułowia, wyłącznie za zgodą sędziego głównego,
  - f) Ochraniacz szczęki jest opcjonalnie.
  - g) Nie ma walk o 3 miejsce - równorzędne dwa miejsca 3.

**UWAGA:** Możliwe jest użycie własnych ochraniaczy (głowa, tułów) po zatwierdzeniu przez sędziego głównego zawodów.

3. W turnieju w kategoriach Kumite dozwolone są techniki:
  - na strefę gedan (dozwolony jest atak na udo) we wszystkich kategoriach,
  - techniki nożne na strefę jodan (w głowę) – **TYLKO I WYŁĄCZNIE!**
  - Mawashi-Geri haisoku,
  - Uchi-Mawashi-Geri haisoku,
  - Kake Geri Chusoku.
  - Ushiro mawashi geri chusoku (tylko z kontrolowaną siłą)

Techniki nożne muszą być stosowane z kontrolowaną siłą, bez przenoszenia za oś ciała (techniki na kask typu „klaskane”).

1. Punktowane są „czyste” techniki bez bloku, pięta wraca pod pośladek. **Wszelkie pozostałe techniki nożne nie wymienione wyżej są zabronione.**
2. Techniki na strefę Jodan wyłącznie dozwolone na głowę osłoniętą kaskiem!

### 4. Techniki zabronione:

- a) Zabrania się stosowania technik z niekontrolowaną i pełną siłą. Stosowanie technik nożnych i ręcznych opadających na tułów i głowę tj. techniki nożne typu: domawashi kaiten geri, oroshi kakato, techniki ręczne typu: shuto, tettsui itp) są zabronione,
- b) Zabrania się atakowania stawów, kręgosłupa, szyi, genitaliów,
- c) Zabrania się stosowania wszelkiego typu dźwigni, rzutów oraz stosowania pchnięć otwartymi dłońmi,
- d) Zabrania się stosowania technik ręcznych na głowę,
- e) Zabrania się atakowania głową.

### Czas walki Kumite:

- a) **DZIECI** ( 6 - 7 lat, 8 - 9 lat) - **1 min. bez dogrywki**
- b) **DZIECI** (10 - 11 lat ) - **1 min + 1 min. dogrywka**
- c) **KADET** (12 - 13 lat ) - **1,5 min + 1,5 min. dogrywka + waga (różnica 3 kg) + 1,5 min**
- d) **MŁODZIK** (14 - 15 lat ) - **1,5 min + 1,5 min. dogrywka + waga (różnica 3 kg) + 1,5 min**
- e) **JUNIOR** ( 16 - 17 lat) - **2 min. + 2 min. dogrywka + waga ( różnica 3 kg.) + 2 min dogrywka**

### 6. Ocena walki, i komendy sędziowskie według zasad EKO.

- a) walka toczy się do uzyskania maksymalnie 1 pełnego punktu (IPPON)
- b) skuteczna, prawidłowa technika WAZARI niezdolność do 3 sek.- pół punkta . Powyżej 3 sek. Ippon - pełny punkt.
- c) 2 x WAZARI = IPPON (pełny punkt)
- d) **Z uwagi na ograniczony kontakt, niedozwolone jest zwycięstwo poprzez nokautujące techniki.**

### XII. System rozgrywania zawodów:

- 1. Kata – system pucharowy (wskazanie sędziów przez chorągiewki)
- 2. Kumite – system pucharowy (wskazanie sędziów przez chorągiewki)  
Nie ma walk o 3 miejsce - równorzędne dwa miejsca 3

### XIII. Sędziowie.

- 1. Sędzią głównym zawodów jest Shihan Jacek Baranowski 5 Dan,
- 2. Każdy klub, którego zawodnicy biorą udział w turnieju, **OBOWIĄZKOWO** powinien wskazać do sędziowania przynajmniej jednego sędziego. **Jeżeli klub nie wystawi żadnego sędziego będzie zobowiązany do wniesienia opłaty sędziowskiej w wysokości 500 zł przed zawodami.** Jest warunkiem dopuszczenia klubu do startu. Ten punkt regulaminu będzie przestrzegany RYGORYSTYCZNIE i proszę szefów klubów o wzięcie tego pod uwagę przy zgłoszeniu na zawody.
- 3. Oficjalny strój sędziego:
  - żółta lub biała mucha,
  - ciemne spodnie,
  - granatowa koszula,
  - gwizdek

**UWAGA:** Sędziowie nie mogą posiadać podczas sędziowania telefonów komórkowych, zegarków, i innych ozdób na rękach.

### XIV. Nagrody:

- 1. Za miejsca: I – puchar + dyplom + medal
- 2. Za miejsca: II, III - medal + dyplom
- 3. Puchar dla najlepszego zawodnika
- 4. Puchar dla najlepszej zawodniczki

## **XV. Postanowienia końcowe.**

1. Zawodnicy biorący udział w turnieju startują na własne ryzyko. Uczestnicy biorąc udział w turnieju zgadzają się z zasadami na jakich turniej zostanie rozegrany i je w całości akceptują. Organizator zawodów lub jakiegokolwiek inne osoby zaangażowane w organizację zawodów o nazwie „**Puchar Smoka 2019**”, które to zawody odbędą się w Warszawie 25.02.2019, nie biorą na siebie odpowiedzialności za szkody lub uszczerbek na zdrowiu spowodowany udziałem w ww. zawodach.
2. Organizator zastrzega sobie prawo zmian w kategorii lub połączenia kategorii gdy liczba zawodników zgłoszonych w poszczególnych kategoriach będzie zbyt mała, aby rozegrać daną kategorię. Decyzję o zmianie kategorii podejmie komitet organizacyjny zawodów w porozumieniu z sędzią głównym zawodów po ustaniu przyjmowaniu zgłoszeń do udziału w turnieju.
3. Za zawodnikiem biorącym udział w walce kumite lub wykonującym kata, przy tatami po jego stronie, może stać **tylko jedna osoba** pełniąca funkcję trenera lub sekundanta.
4. Protesty wyłącznie w formie pisemnej, może składać tylko kierownik ekipy lub trener **po uiszczeniu opłaty w wysokości 200 zł**. Protesty ustne lub składane od rodziców i innych postronnych osób nie będą uwzględniane. Protesty składa się do Sędziego Głównego poprzez biuro organizatora. W przypadku decyzji przyjęcia lub odrzucenia protestu, opłata nie zostanie zwrócona.
5. Wszystkie osoby uczestniczące w niniejszych zawodach muszą posiadać aktualne ubezpieczenie NNW, oraz ważne zaświadczenie lekarskie dopuszczające do startu i udziału w zawodach wystawione przez uprawnionego lekarza. Zawodnik nie spełniający tych kryteriów, nie zostanie dopuszczony do startu. Niepełnoletni muszą posiadać pisemną zgodę rodzica lub przedstawiciela ustawowego na udział w zawodach, pod rygorem dyskwalifikacji i niedopuszczenia do zawodów.
6. Organizator oraz Sędzia Główny zawodów zastrzegają sobie prawo zmian w niniejszym regulaminie.
7. We wszystkich sprawach spornych, lub nie ujętych w niniejszym komunikacie ostateczną decyzję podejmuje sędzia główny zawodów w porozumieniu z organizatorem zawodów.