

VÁNOČNÍ POHÁR

Datum konání: 14.12.2024

Místo konání: Tělocvična ZŠ, ul. Nádražní 780, Ledec nad Sázavou

Pořadatel: ABU SPORT a SVČ Ledec

Informace: Lukáš Havel, 722 939 059 , lukas.karate@seznam.cz

Přihlášky: elektronicky do 12.12. 2024 na e-mail: lukas.karate@seznam.cz

Časový plán:

8:30-9:00 prezentace

9:00-9:30 porada rozhodčích a zástupců oddílů

9:30 slavnostní zahájení soutěže

Předání ocenění bezprostředně po skončení kategorie.

Startovné: jedna disciplína 150,-Kč
více disciplín 300,-Kč

DISCIPLÍNY A KATEGORIE:

KATA jednotlivci

KUMITE jednotlivci

- Nejmladší žáci a žákyně do 7 let
- Mladší žáci a žákyně 8 - 9 let
- Starší žáci a žákyně 10 - 11 let
- Kadeti a kadetky 12 - 14 let
- Junioři a juniorky 15 - 17 let
- Senior - muži a ženy 18 - 39 let
- Master - muži a ženy 40 a více let

KIHON jednotlivci

- 9. kyu 0-8 let 9-11 let 12 a více let
- 8. kyu 0-8 let 9-11 let 12 a více let
- 7. kyu 0-8 let 9-11 let 12 a více let

Pravidla: Dle pravidel tradičního karate s úpravami ABU SPORT
Kata, Kumite i Kihon se závodí na dvě porážky

Zdravotník: zajišťuje pořadatel

Ceny: 1.-3. místo medaile a diplom

Podmínky účasti: Soutěž otevřená zájemcům ze všech svazů a federací. Bez nutnosti jakéhokoli členství nebo známek

Poznámka: Soutěžící jsou povinni mít platnou lékařskou prohlídku, která však nebude kontrolována. Akce se každý účastní na vlastní nebezpečí, na kumite se doporučuje uzavřít úrazové pojištění.

Chrániče: povinné pouze na ruce bílé (modré a červené tolerovány)
doporučené na zuby, suspensor, ženy chránič hrudníku
ostatní chrániče jsou zakázané

SOUTĚŽNÍ PRAVIDLA

ODĚV A VYBAVENÍ ZÁVODNÍKŮ

- 1) Závodník musí mít oblečeno, čisté Karate-Gi
- 2) Závodník musí mít krátce ostříhány nehty na rukou i nohou. Je zakázáno nosit jakékoliv kovové či jiné předměty, které by mohly způsobit zranění soupeře.
- 3) Následující pravidla upravují nošení ochranných prostředků Kumite:
 - a) chrániče rukou bílé jsou povinné (červené a modré tolerovány)
 - b) chrániče zubů jsou doporučené
 - c) chrániče přirození jsou povolené (doporučené). Musí být vyroben z plastu nebo kůže. Kovové části nejsou povoleny
 - d) chrániče hrudníku v ženských kategoriích jsou doporučené
 - e) ostatní chrániče jsou zakázané
 - f) v kumite nejsou povoleny brýle, nošení měkkých kontaktních čoček je povoleno na vlastní riziko

PRAVIDLA KUMITE – SHOBU IPPON

A) Druhy zápasu

Zápas jednotlivců je rozhodován jako „Shobu Ippon“. Zápas na jeden bod, je zápas, ve kterém se závodníci snaží dosáhnout jednoho bodu dříve než jejich soupeř, v daném časovém limitu.

Vítězství může být dosaženo na základě následujících kritérií:

1. Vítězem se stane ten, kdo jako první dosáhne jednoho bodu – ippon nebo 2x waza-ari.
2. Vítězem se stane ten, kdo po vypršení základního časového limitu má na svém kontě vyšší skóre
3. Encho-Sen
4. Hantei
5. Hansoku udělený soupeři

B) DOBA TRVÁNÍ ZÁPASU

Kategorie nejmladší žáci/žačky do 7 let 1 minuta (čistého času)

Kategorie mladší žáci/žačky 8 - 9 let 1 minuta (čistého času)

Kategorie starší žáci/žačky 10 - 11 let 1,5 minuty (čistého času)

Kategorie dorostenci/dorostenky 12 - 14 let 1,5 minuty (čistého času)

Kategorie junioři/juniorky 15 - 17 let 2 minuty (čistého času)

Kategorie senioři/seniorky 18 - 39 let 2 minuty (čistého času)

Kategorie masters m/ž nad 40 let 2 minuty (čistého času)

C) Prodloužení

- 1) V případě nerozhodného výsledku se zápas, v soutěži jednotlivců, prodlužuje (Encho-Sen).
- 2) Toto prodloužení je rozhodnuto prvním bodováním (náhlá smrt) nebo na základě udělení trestu.
- 3) Pokud během prodloužení není ani jeden ze závodníků ohodnocen (nejsou mu přiděleny body), rozhodnutí na hantei
- 4) Do prodloužení se přenáší všechny body a tresty.
- 5) Doba prodloužení je 1 minuta.

D) Bodování

Udělené body jsou:

- a) Ippon (jeden bod)
- b) Waza-ari (půl bodu)

Bodované oblasti (místa na těle soupeře, na něž je povoleno útočit) jsou následující:

Hlava, obličej, břicho, hrudník, bok, záda (vyjma ramen a přímých úderů na páteř)

Na tělo povolen kontakt. Hlava bez kontaktu, může být dotek. V případě, kdy jdou závodníci do sebe je

povolen lehký kontakt – je možno přidělit body. Při středním a těžkém kontaktu, nebo pokud dojde k zasažení při ústupu, následuje trest.

E) Kritéria pro udělení Ippon a Waza-ari

- 1) Ippon je udělen, pokud je technika umístěna do bodované oblasti a splňuje následující kritéria:
 - a) dobrá forma (silná, rychlá a kontrolovaná technika)
 - b) přesné načasování (timing – optimální načasování techniky)
 - c) správná vzdálenost (provedení techniky ve správné vzdálenosti)
 - d) zanshin
- 2) Waza-ari se uděluje za techniky téměř srovnatelné, ale pouze o něco málo méně účinné než techniky, které jsou ohodnoceny Ippon.

F) Kritéria pro rozhodování (Hantei)

- a) porovnání bojového přístupu k zápasu
- b) schopnosti a dovednosti závodníků
- c) úroveň bojového ducha
- d) počet útočných akcí
- e) porovnání strategické a taktické dovednosti
- f) Fair-play

G) Zakázané techniky

- 1) Nekontrolované útoky.
- 2) Techniky, které ač mířeny na bodované oblasti, mohou způsobit nepřiměřený kontakt.
- 3) Útok na horní či dolní končetiny
- 4) Útok na třísla a na přirození
- 5) Útok na kyčelní a kolenní klouby, na nárt a holeň
- 6) Úchopy (které nejsou následovány technikou), držení (klinč) nebo neopodstatněné vrážení tělem do soupeře
- 7) Útoky na hrdlo

H) Zakázaná chování

- 1) Zdržování, plýtvání časem
- 2) Jakékoliv nesportovní chování, jako slovní výpady (urážky), provokace nebo nevhodné poznámky
- 3) Jakékoliv chování, které by mohlo poškodit Karate, případně jeho pověst (týká se koučů, manažerů a celého realizačního týmu)
- 4) Nebezpečné chování vůči vlastní osobě (Mubobi)
- 5) Neuposlechnutí příkazů rozhodčího

I) Tresty a diskvalifikace

- 1) Pokud se závodník chystá nebo provede zakázané techniky, rozhodčí vydá varování nebo udělí trest.
- 2) Pokud se závodník vyhýbá zápasu, rozhodčí vydá varování nebo udělí trest.
- 3) Pokud se závodník dopustí nebezpečného chování vůči vlastní osobě, rozhodčí vydá varování nebo udělí trest.
- 4) Pokud se závodník dopustí jednoho nebo více skutků, uvedených v následujících bodech, může ho rozhodčí vyhlásit poraženým:
 - a) závodník se odmítá podříditi příkazu rozhodčího
 - b) Pokud se závodník přestane ovládat do té míry, že rozhodčí posoudí jeho chování jako nebezpečné jeho oponentovi
 - c) Pokud je závodníkově chování zlomyslné (zákeřné) a záměrně porušující pravidla, je zakázané.
 - d) Jiné chování a techniky, zjevně porušující pravidla zápasu.
- 6) kategorie trestů:
 - a) Akce a chování:

- Oficiální varování: Kei-koku – uděluje se za mírné porušení pravidel, které však nemá za přímý následek Chui (Hansoku). Může být uděleno přímo (bez předchozího udělení varování)
- Oficiální varování: Chui – uděluje se za mírné porušení pravidel, pokud již bylo uděleno kei-koku nebo za vážné porušení pravidel, které však nemá za přímý následek Hansoku.
- Diskvalifikace: Hansoku – uděluje se za vážné porušení pravidel, za které již mohlo být uděleno Chui nebo za velmi vážné porušení pravidel jako např. neuposlechnutí příkazů rozhodčího nebo v případě, že se závodník nedokáže ovládat do té míry, že rozhodčí ohodnotí jeho chování jako nebezpečné jeho oponentovi. Může být uděleno přímo, bez předchozích varování.

b) Jogai:

- Po prvním vystoupení, je závodníkovi uděleno osobní varování - Jogai
- Po druhém vystoupení, je závodníkovi uděleno oficiální varování - Jogai Chui – Wazari pro soupeře
- Po 3. závodnickově opuštění zápasště, musí být závodník diskvalifikován - Jogai Hansoku

PRAVIDLA KATA

Závodníci musí v každém kole cvičit odlišnou kata než v kole předcházejícím (tzn. alespoň dvě kata, které se budou střídat).

Soutěž probíhá na principu vyřazovacích bojů Play Off. Každého kola se účastní dva soutěžící, přičemž vítěz postupuje do kola dalšího. Závodníci, kteří se utkají v daném kole jsou rozlišeni bílým a červeným páskem. Současně předvedou svoji Kata. Poté rozhodčí rozhodnou o vítězi většinou volbou. Rozhodčí zdvižením praporečku na povel Hantei určí toho závodníka, který lépe splnil kritéria správně provedené Kata.

Závodníci mohou předvádět katu ze stylu Shotokan, Goju-ryu nebo Shorin-ryu.

B) Kritéria rozhodování

Posouzení a hodnocení předvedené kata musí být provedeno na základě následujících kritérií:

- a) Posloupnost technik v Kata
- b) Správný přístup
- c) Ovládnutí napětí a kontrakce
- d) Ovládnutí rychlosti a rytmu
- e) Stabilita a rovnováha
- f) Dýchání, Kiai, bojový duch

PRAVIDLA KIHON

Průběh soutěže a kritéria pro rozhodování obdobná jako při souřezí kata

Oba závodníci cvičí současně kihon pro svou kategorii. Cvičí se na tři kroky. Každá třetí technika s kiai
U závodníků v kategorii 9.kyu / nábor není vyžadováno kimono.

9.kyu

1. (ZE) Oi-zuki (vpřed)
2. (ZE) Gedan-barai (vzad)
3. (ZE) Soto-uke (vpřed)
4. (ZE) Age-uke (vzad)

8. kyu

1. (ZE) Oi-zuki (vpřed)
2. (ZE) Gedan-barai (vzad)
3. (ZE) Soto-uke (vpřed)
4. (ZE) Age-uke (vzad)
5. (ZE) Mae-geri (vpřed)
6. (ZE) Uchi-uke (vzad)

7.kyu

1. (ZE) Oi-zuki (vpřed)
2. (ZE) Gedan-barai (vzad)
3. (KO) Shuto-uke (vpřed)
4. (ZE) Age-uke (vzad)
5. (ZE) Mae-geri (vpřed)
6. (ZE) Uchi-uke (vzad)