

LEDEČSKÝ POHÁR

V KARATE

5. ročník

sobota 19.6.2010



Tělocvična ZŠ Ledec nad Sázavou, Nádražní 780



Kategorie:

KUMITE jednotlivci a týmy
KATA jednotlivci

Nejmladší žáci,žačky do 8 let
Mladší žáci, žačky 9 – 11 let
Starší žáci, žačky 12 – 14 let
Kadeti, kadetky 15 – 17 let
Junioři, juniorky 18 – 20 let
Senioři, seniorky 21 a více let

Ostaršení možno o jednu kategorii
(tzn. Možný start ve 2 věkových kategoriích)

Startovné: 150,-Kč za osobu

Časový rozvrh:

8:00 – 9:00 prezentace
9:00 zahájení soutěže
18:00 předpokládané ukončení

Ceny:

1. – 3. Místo: medaile a diplom

Pohár pro nejlepšího závodníka a závodnici
Pohár pro 3 nejlepší oddíly turnaje



Přihlášky: nejpozději do 15.6.2010

Informace: Lukáš Havel, J. Haška 646, Ledec nad Sázavou, 584 01

 : lh@atf-sro.cz

 : 724 321 736

SOUTĚŽNÍ PRAVIDLA

LEDEČSKÝ POHÁR 2010

1) ODĚV A VYBAVENÍ ZÁVODNÍKŮ

- 1) Závodník musí mít oblečeno bílé, čisté Karate-Gi
- 2) V zápase Kumite a v soutěži Kata, musí, pro identifikaci, mít jeden ze závodníků uvázán červený pás a druhý bílý pás. Závodník je povinen mít svůj vlastní pás, barvou odpovídající dosaženému technickému stupni. Šerpy (bílá a červená) zajistí pořadatel.
- 3) Závodník musí mít krátce ostříhané nehty na rukou i nohou. Je zakázáno nosit jakékoliv kovové či jiné předměty, které by mohly způsobit zranění soupeře.
- 4) Závodník smí používat bandáže, obvazy atd. pouze se svolením oficiálního turnajového zdravotníka.
- 5) Následující pravidla upravují nošení ochranných prostředků Kumite:

- a) Chrániče rukou jsou povinné. Musí být pokryté bílou látkou nebo hladkou kůží. Prsty musí zůstat nezakryty. Maximální tloušťka jsou 2 cm.
- b) Chrániče holení jsou zakázané.
- c) Chrániče nártů jsou zakázané.
- d) Chrániče zubů jsou povolené (doporučené).
- e) Chrániče přirození jsou povolené. Musí být vyroben z plastu nebo kůže. Kovové části nejsou povoleny.
- f) Chrániče hrudníku jsou povolené (doporučené) v ženských kategoriích.
- g) Brýle nejsou povoleny.
- h) Nošení měkkých kontaktních čoček je povoleno na vlastní riziko.

2) PRAVIDLA KUMITE – SHOBU IPPON

Soutěž probíhá na principu vyřazovacích bojů Play Off (systém dvou porážek).

A) Druhy zápasu

Druhy zápasu jsou následující:

1) Zápas jednotlivců

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.
2. Vítězem se stane ten, kdo po vypršení základního časového limitu má na svém kontě vyšší skóre.
3. Hantei
4. Encho-Sen
5. Hansoku, Shikkaku, Kiken udělený soupeři

2) Utkání týmů:

- a) Počet osob tvořící tým (muži i ženy) je stanoven na 3.
- b) Před každým utkáním (myšleno dvou týmů) se zástupci obou týmů dostaví ke stolku rozhodčích a předají oficiální listinu obsahující jména a pořadí nastupujících závodníků. Pořadí závodníků lze pro každé kolo změnit. Pokud je však již jednou nahlášeno, změny jsou zakázány.
- c) Zápas mezi jednotlivci každého týmu se konají v předem stanoveném pořadí.
- d) O vítězi utkání týmů rozhodne celkové skóre (počet Ipponů a Wazari).

B) Zahájení, přerušení a ukončení zápasu

- 1) Zahájení: na začátku zápasu Kumite se rozhodčí postaví na vnější stanů zápasíště. Po jeho levé a pravé ruce stojí sudí. Po vzájemné úkloně závodníků a rozhodčích (Shomen ni Rei – Otaga ni Rei), učiní rozhodčí krok zpět, sudí se otočí směrem k němu a ukloní se vzájemně. Zápas je zahájen slovy rozhodčího: „Shobu Ippon Hajime“
- 2) Přerušení: slovy „Yame“ zastaví rozhodčí dočasně zápas a přikáže závodníkům zaujmout výchozí postavení. Rozhodčí znovu zahájí zápas slovy: „Tsuzukete Hajime“.
- 3) Časoměřič signalizuje pomocí gongu: 30 vteřin před koncem – „Atoshibaraku“ (jeden signál) a konec zápasu (dva signály).
- 4) Ukončení: po zastavení zápasu rozhodčí oznámí jeho konec slovy „Soremade“. Rozhodčí vyhlásí výsledek zápasu a po závěrečné výměně vzájemných pozdravů uklonou (Otaga ni Rei – Shomen ni Rei) je zápas ukončen.

C) DOBA TRVÁNÍ ZÁPASU

Kategorie nejmladší žáci/žačky do 8 let	1 minuta	(čistého času)
Kategorie mladší žáci/žačky 9 - 11 let	1 minuta	(čistého času)
Kategorie starší žáci/žačky 12 - 14 let	1,5 minuty	(čistého času)
Kategorie kadeti/kadetky 15 - 17 let	1,5 minuty	(čistého času)
Kategorie junioři/juniorky 18 - 20 let	2 minuty	(čistého času)
Kategorie senioři/seniorky nad 21 let	2 minuty	(čistého času)

D) 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 musí být vydáno na základě jak zápasu, tak prodloužení.
- 4) Do prodloužení se přenášejí všechny body a tresty.
- 5) Doba prodloužení je 1 minuta.

E) 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

Na hlavu povolen pouze lehký kontakt, na tělo povolen kontakt plný.

F) 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 (technika s pravděpodobným účinkem v rámci tradičních prvků karate)
 - b) správný přístup (čistý - nezákeřný přístup v rámci tradičních prvků karate)
 - c) silná technika (silná, rychlá a kontrolovaná technika)
 - d) zanshin
 - e) přesné načasování (timing – optimální načasování techniky, aby její účinek byl co největší)
 - f) správná vzdálenost (provedení techniky ve správné vzdálenosti za účelem dosáhnout co největšího účinku)
- 2) Waza-ari se uděluje za techniky téměř srovnatelné, ale pouze o něco málo méně účinné než techniky, které jsou ohodnoceny Ipponem.

G) Kritéria pro rozhodování (Hantei)

- 1) Pokud závodník získá minimálně o jedno Waza-ari víc než jeho soupeř, bude automaticky prohlášen vítězem (Kachi).
- 2) Při trvání nerozhodného výsledku (rovnost bodů) i po prodloužení, dojde k rozhodnutí (Hantei) na základě těchto kritérií:
 - 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

H) Zakázané techniky

- 1) Nekontrolované útoky.
- 2) Techniky, které ač mířeny na bodované oblasti, mohou způsobit nepřiměřený kontakt. Rozhodčí musí vzít ohled na oblast, na kterou je útok veden.
- 3) Útok na horní či dolní končetiny.
- 4) Útok na třísla a na přirození.
- 5) Útok na kyčelní a kolenní klouby, na nárt a hleň.
- 6) Úchopy (které nejsou následovány technikou), držení (klinč) nebo neopodstatněné vrážení tělem do soupeře.
- 7) Nebezpečné hody.
- 8) Útoky na hrdlo.

I) 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 trenérů, manažerů a celého realizačního týmu).
- 4) Nebezpečné chování vůči vlastní osobě (Mubobi).
- 5) Neuposlechnutí příkazů rozhodčího.

J) 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 prohlásit za poraženého:
 - a) Závodník se odmítá podřídit příkazu rozhodčího.
 - b) Závodník se přestane ovládat do té míry, že rozhodčí posoudí jeho chování jako nebezpečné jeho oponentovi
 - c) Závodníkovo 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:
 - i) Osobní varování (bez trestu) – uděluje se za první mírné porušení pravidel
 - ii) 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)
 - iii) 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. Chui = Wazari pro soupeře
 - iv) 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:
 - i) Po prvním vystoupení, je závodníkovi uděleno osobní varování – Jogai-ikai
 - ii) Po druhém vystoupení, je závodníkovi uděleno oficiální varování – Jogai-nikai = Wazari pro soupeře
 - iii) Po 3. závodníkovo opouštění zápasíště, musí být závodník diskvalifikován – Jogai-sankai = Hansoku pro soupeře

3) PRAVIDLA KATA

Závodníci mohou každou kata opakovat max. 2x.

Závodníci v kategorii žáků a žákyň, do technického stupně 5. kyu, mohou opakovat stejnou Kata max. 3x.

Praporkový systém:

Soutěž probíhá na principu vyřazovacích bojů Play Off (systém dvou porážek). 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. Postupně předvedou svoji Kata (nejprve červený a po jeho dokončení a odchodu teprve nastupuje bílý) . Poté rozhodčí rozhodnou o vítězi většinouou volbou. Rozhodčí zdvižením praporku na povel Hantei určí toho závodníka, který lépe splnil kritéria správně provedené Kata.

A) Rozhodování

- 1) Závodníci mohou předvádět kata ze stylu Shotokan nebo Goju-ryu
- 2) Soutěž rozhoduje 5 rozhodčích: jeden hlavní rozhodčí a 4 rohový rozhodčí
- 3) Soutěž se řídí výhradně pokyny rozhodčích

B) Zahájení a ukončení soutěže

- 1) Zahájení
 - a) Když hlasatel ohlásí závodníkovo jméno, vstoupí jmenovaný na zápasíště (prostor určený k provedení Kata), ukloní se rozhodčímu a zřetelně oznámí název Kata, kterou bude cvičit.
 - b) Rozhodčí název Kata zřetelně zopakuje.
 - c) Závodník poté předvede ohlášenou Kata a po skončení se vrátí na výchozí pozici, kde vyčká verdiktu rozhodčích.
- 2) Ukončení
 - a) Poté co závodník docvičí Kata, rozhodčí si vyžádá hodnocení rohových rozhodčích - Hantei. Rozhodčí a rohový rozhodčí poté ihned zdvihnou praporky.
 - b) Hlasatel zřetelně oznámí vítěze.
 - c) Po vyhlášení výsledku se závodníci ukloní rozhodčímu a opustí zápasíště.

C) 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
- f) Stabilita a rovnováha
- g) Kiai
- h) Dýchání
- j) Bojový duch