



UKS POMERANIA-SZCZECIN
Doskonalić się poprzez trening



P O M E R A N I A S Z C Z E C I N C U P

20 maja 2023

GODZINA ROZPOCZĘCIA: 10.00

MIEJSCE:

Zespół Szkół Elektryczno-Elektronicznych
im. prof. Maksymiliana Tytusa Hubera w Szczecinie
ul. Racibora 60/61

ORGANIZATOR:

UKS POMERANIA – SZCZECIN



POLSKA UNIA KARATE TRADYCYJNEGO



KONKURENCJE	
KATA INDYWIDUALNE	KUMITE INDYWIDUALNE

GRUPY	
Grupa A - DZIECI (7 lat i młodsi) ur.2016 i później	Grupa B - DZIECI (8, 9 lat) ur.2015, 2014
Grupa C - DZIECI (10, 11 lat) ur.2013, 2012	Grupa D - DZIECI (12, 13 lat) ur.2011, 2010
JUNIOR MŁODSZY: 14-15 lat (ur.2009, 2008)	JUNIOR: 16-17 lat (ur.2007, 2006)
MŁODZIEŻOWIEC: 18-20 lat (ur.2005- 2003)	SENIOR: 21 lat i starsi (ur.2002 i wcześniej)
WETERAN: 35 lat i starsi (ur.1988 i wcześniej)	MASTERS OD 3 DAN +: 35 lat i starsi (ur.1988 i wcześniej)



UKS POMERANIA-SZCZECIN
Doskonalić się poprzez trening



KATA INDYWIDUALNE

(dziewcząt i chłopców)

Grupa A (7 lat i młodsi) ur. 2016 i później	Grupa B (8, 9 lat) ur. 2015, 2014	Grupa C (10, 11 lat) ur. 2013, 2012	Grupa D (12, 13 lat) ur. 2011, 2010
w 3 grupach stopni:	w 6 grupach stopni:	w 6 grupach stopni:	w 6 grupach stopni:
9-8 kyu, 7 kyu, 6 kyu i wyższe. Eliminacje-Półfinał-Finał: Kata HEIAN. Kata dopasowane do niższego stopnia. Zapowiada sędzia. Ocena: system chorągiewkowy. Reparaże.	9-8 kyu, 7 kyu, 6 kyu, 5 kyu, 4 kyu. Eliminacje-Półfinał-Finał: Kata HEIAN. Kata dopasowane do niższego stopnia. Zapowiada sędzia. Ocena: system chorągiewkowy. Reparaże.	9-8 kyu, 7 kyu, 6 kyu, 5 kyu, 4 kyu. Eliminacje-Półfinał-Finał: Kata HEIAN. Kata dopasowane do niższego stopnia. Zapowiada sędzia. Ocena: system chorągiewkowy. Reparaże.	9-8 kyu, 7 kyu, 6 kyu, 5 kyu, 4 kyu. Eliminacje-Półfinał-Finał: Kata HEIAN. Kata dopasowane do niższego stopnia. Zapowiada sędzia. Ocena: system chorągiewkowy. Reparaże.
	3-1 kyu. Eliminacje-Półfinał: Kata HEIAN. Zapowiada sędzia. Finał: Bassai Dai, Ji-On, Kan-Ku Dai, En-Pi. <u>Zapowiada zawodnik.</u> Ocena: system chorągiewkowy. Reparaże.	3-1 kyu. Eliminacje-Półfinał: Kata HEIAN. Zapowiada sędzia. Finał: Bassai Dai, Ji-On, Kan-Ku Dai, En-Pi. <u>Zapowiada zawodnik.</u> Ocena: system chorągiewkowy. Reparaże.	3-1 kyu. Eliminacje: Bassai Dai, Ji-On, Kan-Ku Dai. <u>Zapowiada zawodnik.</u> Półfinał-Finał: Bassai Dai, Ji-On, Kan-Ku Dai, En-Pi. <u>Zapowiada zawodnik.</u> (w finale inne kata) Ocena: <u>system punktowy</u>



UKS POMERANIA-SZCZECIN
Doskonalić się poprzez trening



KUMITE INDYWIDUALNE (dziewcząt i chłopców)		
Grupa A, B, C, D (9-8 kyu) Grupa A, B, C, D (7 kyu) Grupa A (6 kyu i wyższe) Grupa B, C, D (6 kyu) Grupa B (5 kyu), Grupa B (4 kyu)	Grupa C, D (5 kyu) Grupa C, D (4 kyu) Grupa C (3-1 kyu)	Grupa D (3-1 kyu)
Kihon Ippon Kumite Bez ochraniacza! ATAK: 1. Oi zuki jodan x1 2. Oi zuki chudan x1 3. Maegeri chudan x1 4. Mawashigeri jodan x1 (od 6 kyu) * pozycja <i>hidari zenkutsu-dachi</i> . OBRONA: GO-NO-SEN 1. Age-uke / Gyakuzuki 2. Soto <i>lub</i> Uchi-uke / Gyakuzuki 3. Gedan-barai / Gyakuzuki 4. Uchi-uke / Gyakuzuki (od 6 kyu) * pozycja <i>hidari lub migi zenkutsu-dachi</i> . Ocena: ogólne wrażenie „overwień”. Repasaże.	Jiyu Ippon Kumite Ochraniacze Obowiązkowe! ATAK: 1. Kizamizuki jodan x1 2. Gyakuzuki chudan x1 3. Maegeri chudan x1 4. Mawashigeri jodan x1 5. Ushirogeri chudan x1 * pozycja <i>hidari zenkutsu-dachi</i> . * wykonanie ataku do 10 sekund. OBRONA: GO-NO-SEN - dowolny kontratak * pozycja <i>hidari lub migi zenkutsu-dachi</i> . Ocena: punkt techniczny wazari. Repasaże.	Ko-Go Kumite Ochraniacze Obowiązkowe! ATAK: - według zasad Ko-Go Kumite. * pozycja <i>dowolna</i> . OBRONA: - według zasad Ko-Go Kumite. * pozycja <i>dowolna</i> . Ocena: według zasad Ko-Go Kumite. Repasaże.
W sytuacji remis – wskazanie bez dogrywki - system chorągiewkowy.	Grupa C (3-1 kyu) w FINALE Ko-Go Kumite. Ocena: według zasad Ko-Go Kumite. W sytuacji remis – w eliminacjach wskazanie bez dogrywki, w finale dogrywka	Grupa D w FINALE Jiyu Kumite (wolna walka). Ocena: według zasad Jiyu Kumite. W sytuacji remis – dogrywka



UKS POMERANIA-SZCZECIN
Doskonalić się poprzez trening



KATA INDYWIDUALNE (junior młodszy, junior, młodzieżowiec)		
JUNIOR MŁODSZY: 14-15 lat (ur.2009, 2008)	JUNIOR: 16-17 lat (ur. 2007, 2006)	MŁODZIEŻOWIEC: 18-20 lat (ur.2005- 2003)
w 3 grupach stopni:	w 3 grupach stopni:	w 3 grupach stopni:
9-7 kyu, 6-4 kyu.	9-7 kyu, 6-4 kyu.	9-7 kyu, 6-4 kyu.
Eliminacje-Półfinal-Final: Kata HEIAN. <u>Zapowiada zawodnik.</u>	Eliminacje-Półfinal-Final: Kata HEIAN. <u>Zapowiada zawodnik.</u>	Eliminacje-Półfinal-Final: Kata HEIAN. <u>Zapowiada zawodnik.</u>
Ocena: system chorągiewkowy. Reparaże.	Ocena: system chorągiewkowy. Reparaże.	Ocena: system chorągiewkowy. Reparaże.
3 kyu-dan.	3 kyu-dan.	3 kyu-dan.
Eliminacje: Bassai Dai, Ji-On, Kan-Ku Dai, En-Pi. <u>Zapowiada zawodnik.</u>	Eliminacje: Bassai Dai, Ji-On, Kan-Ku Dai, En-Pi. <u>Zapowiada zawodnik.</u>	Eliminacje: Dowolne kata mistrzowskie. <u>Zapowiada zawodnik.</u>
Ocena: system chorągiewkowy.	Ocena: system chorągiewkowy.	Ocena: system punktowy.
Final: Dowolne kata mistrzowskie, inne niż w eliminacjach. (TOKUI-KATA). <u>Zapowiada zawodnik.</u>	Final: Dowolne kata mistrzowskie, inne niż w eliminacjach. (TOKUI-KATA). <u>Zapowiada zawodnik.</u>	Final: Dowolne kata mistrzowskie, inne niż w eliminacjach. (TOKUI-KATA). <u>Zapowiada zawodnik.</u>
Ocena: system punktowy.	Ocena: system punktowy.	Ocena: system punktowy.



UKS POMERANIA-SZCZECIN
Doskonalić się poprzez trening



KATA INDYWIDUALNE (senior, weteran, masters)		
SENIOR: 21 lat i starsi (ur. 2002 i wcześniej)	WETERAN: 35 lat i starsi (ur. 1988 i wcześniej)	MASTERS: 35 lat i starsi (ur. 1988 i wcześniej)
w 3 grupach stopni:	w 3 grupach stopni:	w 1 grupach stopni:
9-7 kyu, 6-4 kyu.	9-7 kyu, 6-4 kyu.	
Eliminacje-Półfinał-Finał: Kata HEIAN. <u>Zapowiada zawodnik.</u>	Eliminacje-Półfinał-Finał: Kata HEIAN. <u>Zapowiada zawodnik.</u>	
Ocena: system chorągiewkowy. Repasaże.	Ocena: system chorągiewkowy. Repasaże.	
3 kyu-dan.	3 kyu-2 dan.	3 dan i wyższy.
Eliminacje: Dowolne kata mistrzowskie.	Eliminacje: Dowolne kata mistrzowskie.	Eliminacje: Dowolne kata mistrzowskie.
Final: Dowolne kata mistrzowskie, inne niż w eliminacjach. (TOKUI-KATA). <u>Zapowiada zawodnik.</u>	Final: Dowolne kata mistrzowskie, inne niż w eliminacjach. (TOKUI-KATA). <u>Zapowiada zawodnik.</u>	Final: Dowolne kata mistrzowskie, inne niż w eliminacjach. (TOKUI-KATA). <u>Zapowiada zawodnik.</u>
Ocena: system punktowy.	Ocena: system punktowy.	Ocena: system punktowy.



UKS POMERANIA-SZCZECIN
Doskonalić się poprzez trening



KUMITE INDYWIDUALNE (junior młodszy, junior, młodzieżowiec, senior, weteran, masters)		
(9-7 kyu)	(6-4 kyu)	(3 kyu-dan)
<p>Kihon Ippon Kumite Bez ochraniacza! ATAK:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Oi zuki jodan x12. Oi zuki chudan x13. Maegeri chudan x1 <p><i>* pozycja hidari zenkutsu-dachi.</i></p> <p>OBRONA: GO-NO-SEN</p> <ol style="list-style-type: none">1. Age-uke / Gyakuzuki2. Soto <i>lub</i> Uchi-uke / Gyakuzuki3. Gedan-barai / Gyakuzuki <p><i>* pozycja hidari lub migi zenkutsu-dachi.</i></p> <p>Ocena: ogólne wrażenie „overwiev”. Repasáže.</p> <p>W sytuacji remisu – wskazanie bez dogrywki - system chorągiewkowy.</p>	<p>Jiyu Ippon Kumite Ochraniacze Obowiązkowe! ATAK:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Kizamizuki jodan x12. Gyakuzuki chudan x13. Maegeri chudan x14. Mawashigeri jodan x15. Ushirogeri chudan x1 <p><i>* pozycja hidari zenkutsu-dachi. * wykonanie ataku do 10 sekund.</i></p> <p>OBRONA: GO-NO-SEN - dowolny kontratak</p> <p><i>* pozycja hidari lub migi zenkutsu-dachi.</i></p> <p>Ocena: punkt techniczny wazari, ippon. Repasáže.</p> <p>W sytuacji remisu – wskazanie bez dogrywki - system chorągiewkowy.</p>	<p>Ko-Go Kumite, Jiyu Kumite Ochraniacze Obowiązkowe!</p> <p>Junior młodszy: <u>Eliminacje:</u> Ko-Go Kumite <u>Półfinał-Finał:</u> Jiyu Kumite</p> <p>Junior: <u>Eliminacje:</u> Ko-Go Kumite <u>Ćwierć-Półfinał-Finał:</u> Jiyu Kumite</p> <p>Młodzieżowiec: <u>Eliminacje-Finał:</u> Jiyu Kumite</p> <p>Senior, weteran, masters: <u>Eliminacje-Finał:</u> Jiyu Kumite</p> <p>Ocena: punkt techniczny wazari ippon, według zasad Ko-Go, Jiyu Kumite. Repasáže.</p> <p>W sytuacji remisu po dogrywce – wskazanie - system chorągiewkowy.</p>



KONKURENCJE INDYWIDUALNE

1. W konkurencjach ocenianych przez wskazanie chorągiewkami rozgrywki będą prowadzone systemem pucharowym z repasażami.
2. Ilość zawodników z jednego klubu w jednej konkurencji w danej grupie stopni: bez ograniczeń.
3. Minimalna ilość zawodników w jednej konkurencji w danej grupie stopni: *według decyzji organizatora*.
4. Zawodnik **nie może** startować w tej samej konkurencji w różnych grupach wiekowych i stopni.
5. Chłopcy/Mężczyźni i Dziewczęta/Kobiety startują oddzielnie.
6. W przypadku niewystarczającej liczby zawodników w danej grupie lub poszczególnej konkurencji, zawodnicy zostaną dołączeni do innej grupy lub poszczególnej konkurencji najbardziej zbliżonej do wieku, jednak o tym samym stopniu kyu lub kolorze pasa.
7. Kata indywidualne dla grupy A, B, C rozgrywane systemem chorągiewkowym, będą wykonywane parami do wysokości zaawansowania niższego stopnia, zarówno w eliminacjach jak i w finałach.
8. Od grupy B (3-1 kyu) kata zapowiada zawodnik.
9. Kata indywidualne dla grupy D (3-1 kyu) - ocena systemem punktowym
10. W eliminacjach KATA dla grupy junior młodszy i junior (kata wybiera zawodnik) - ocena systemem punktowym.

WARUNKI STARTU DLA KLUBÓW:

Posiadanie przez klub **WAŻNEJ NA ROK 2023 LICENCJI PUKT UPRAWNIAJĄCEJ DO UDZIAŁU WE WSPÓLZAWODNICTWIE SPORTOWYM.**

WARUNKI DLA TRENERA (COACH'A):

1. Coach musi posiadać rekomendację, którą zgłasza klubu, który za pośrednictwem systemu PUKT w aplikacji PUKT-Fight lub w formie pisemnej na adres e-mail organizatora.
2. W czasie zawodów musi być ubrany w karate-gi lub dres klubowy (*tylko osoby tak przygotowane będą mogły wejść w strefę rozgrywania zawodów*).

WARUNKI STARTU DLA ZAWODNIKÓW:

1. **Odpowiedni wiek:** wg wymienionych roczników (liczy się rok urodzenia).
2. **Odpowiedni stopień** zarejestrowany w PUKT.
3. **Wszyscy zawodnicy bez względu na wiek zobowiązani są posiadać ważną licencję członkowską PUKT.**
4. **Aktualne badania lekarskie od lekarza specjalisty w zakresie medycyny sportowej lub posiadającego certyfikat Polskiego Towarzystwa Medycyny Sportowej lub lekarza podstawowej opieki zdrowotnej.**
5. **Ubezpieczenie NNW.**
Obowiązek zapewnienia ubezpieczenia NNW zawodnikowi uczestniczącemu we współzawodnictwie sportowym organizowanym przez PUKT spoczywa na klubie, który zgłosił zawodnika do rywalizacji sportowej.
6. **Posiadanie pisemnej zgody prawnego opiekuna na start w zawodach.**



7. Ochraniacze.

Kihon Ippon KUMITE	Od Jiyu Ippon KUMITE ...
wszystkie grupy wiekowe BEZ OCHRANIACZY	wszystkie grupy wiekowe OCHRANIACZE na zęby od grupy D dodatkowe obowiązkowo OCHRANIACZE na krocze u chłopców/mężczyzn i na piersi u dziewcząt/kobiet. Ochraniacze muszą być założone bez względu na podkarate-gi. Zawodnicy bez wymaganych ochraniaczy nie będą dopuszczeni do startu.

8. Bezpieczeństwo startujących.

Każdy zawodnik startujący w konkurencji KUMITE podczas jej rozgrywania **nie może mieć na sobie:**

- długich paznokci u rąk i nóg, muszą być krótko obcięte w przeciwnym wypadku zawodnik nie będzie dopuszczony do startu w konkurencji KUMITE,
- pierścionków, łańcuszków, kolczyków, okularów, zegarków, spinek i wsuwek do włosów (*lub innych twardych przedmiotów upiętych we włosach*), ortez (*lub innych twardych usztywniaczy kończyn lub części ciała, oprócz dopuszczonych przez komisję medyczną zawodów*).

9. Dokonanie opłaty startowej.

10. Podpisanie przez kierownika ekipy/klubu oświadczenia organizatorowi zawodów o posiadaniu przez zawodników startujących: ubezpieczenia NNW, aktualnych badań lekarskich, zgody na upowszechnianie wizerunku, RODO, zgody prawnych opiekunów na start w zawodach oraz oświadczenia zgodnego z aktualnymi wytycznymi GIS, MZ i MEN jeżeli takowe są wymagane.

TERMIN ZGŁOSZENIA WRAZ Z OPŁATĄ STARTOWĄ

80 zł od uczestnika niezależnie od ilości konkurencji

L.p.	Termin zgłoszenia	Wysokość opłaty startowej dla zawodników i klubów spełniających wymagane warunki
I termin	Do 9 maj, poniedziałek 2023 do godz. 24:00)	Opłata startowa: - 80 zł
II termin	Do 13 maja, sobota, 2023 do godz. 24:00)	Opłata startowa: - 100 zł



UKS POMERANIA-SZCZECIN
Doskonalić się poprzez trening

ZGŁOSZENIA

1. Zgłoszenie odbywa się przez System PUKT, aplikacja PUKT Fight
2. Po rejestracji konieczne jest dokonanie opłaty i załączenie pliku w formacie „pdf”.
Dopiero po weryfikacji pliku przez organizatora zgłoszenie zostanie zarejestrowane i przyjęte.
3. Dokonanie opłaty startowej na konto bankowe Klubu
Konto klubowe: UKS Pomerania-Szczecin, ul. Świętoborzyców 40, 71-665 Szczecin,
Aliorbank nr **47 2490 0005 0000 4600 1220 2471**
w tytule: „Turniej Pomerania-Szczecin Cup 2023, nazwa klubu”
4. Rejestracji zawodników na zawody dokonują kierownicy ekip poszczególnych klubów.
5. Nie przewiduje się zwrotów opłaty startowej w przypadku rezygnacji ze startu w zawodach.
6. Dodatkowe informacje: biuro klubowe e-mail: karate.pomerania@gmail.com, tel. 511 854 059

Prezes
UKS Pomerania-Szczecin
Paweł Karpow
tel. 666 500 919