



POLSKA UNIA KARATE TRADYCYJNEGO

## **RESOVIA KARATE CUP O PUCHAR PREZYDENTA MIASTA RZESZOWA**

Akademia Karate Tradycyjnego w Rzeszowie zaprasza wszystkie kluby Polskiej Unii Karate Tradycyjnego oraz Federacje Krajowe WTKF do udziału w Turnieju dla Dzieci, Młodzieży i Dorosłych „**RESOVIA KARATE CUP**” **O PUCHAR PREZYDENTA MIASTA RZESZOWA**. Tegoroczna edycja odbędzie się pod patronatem Polskiej Unii Karate Tradycyjnego.

Serdecznie zapraszam  
Prezes Marta Niewczas

# REGULAMIN ZAWODÓW

## „RESOVIA KARATE CUP” O PUCHAR PREZYDENTA MIASTA RZESZOWA

### INFORMACJE OGÓLNE:

**DATA:** 5 listopada 2022 (sobota)

**MIEJSCE:** Uniwersyteckie Centrum Lekkoatletyczne Uniwersytetu Rzeszowskiego,  
ul. Cicha 2A, 35-326 Rzeszów

**ORGANIZATOR:** Akademia Karate Tradycyjnego w Rzeszowie

**PATRONAT:** Polska Unia Karate Tradycyjnego

### KATEGORIE:

- **Grupa A+ - turniej pierwszego kroku** (5 lat i młodsi) urodzeni 2017 i później
- **Grupa B +- - turniej pierwszego kroku** (7-6 lat) urodzeni 2016, 2015
- **Grupa A** (7 lat i młodsi) urodzeni 2015 i później
- **Grupa B** (8 i 9 lat) urodzeni 2014, 2013
- **Grupa C** (10 i 11 lat) urodzeni 2012 i 2011
- **Grupa D** (12 i 13 lat) urodzeni 2010 i 2009
- **Grupa E** (14 i 15 lat) urodzeni 2008 i 2007
- **Grupa F** (16 i 17 lat) urodzeni 2006 i 2005
- **Grupa (35 lat i starsi) „WETERAN 35+” „Masters35+”**

### PROGRAM:

**5 listopada 2022 (sobota)**

- godz. 9.00 Ceremonia Otwarcia (prezentacja ekip),
- godz. 9.30 Wspólna rozgrzewka,
- godz. 10.00-18.00 Przeprowadzenie zawodów w konkurencjach wszystkich grup,

### KONKURENCJE:

Turniej pierwszego kroku	
KIHON	
Grupa A+ (5 lat i młodsi) ur. 2017 i później	Grupa B+ (7-6 lat) ur. 2015 i 2016
KIHON dziewczynki i chłopcy	KIHON dziewczynki i chłopcy
CHOKU ZUKI x4 AGE UKE x4 SOTO UKE x4 UCHI UKE x4 GEDAN BARAI x4 MAI GERI x4  systemem chorągiewkowy	CHOKU ZUKI x4 AGE UKE x4 SOTO UKE x4 UCHI UKE x4 GEDAN BARAI x4 MAI GERI x4  systemem chorągiewkowy

<b>KATA INDYWIDUALNE</b>			
<b>Grupa A (7 lat i młodszy) ur. 2015 i młodszy</b>	<b>Grupa B (8, 9 lat) ur. 2014, 2013</b>	<b>Grupa C (10, 11 lat) ur. 2012, 2011</b>	<b>Grupa D (12, 13 lat) ur. 2010, 2009</b>
<b>Kata ind. chłopców Kata ind. dziewcząt</b>	<b>Kata ind. chłopców Kata ind. dziewcząt</b>	<b>Kata ind. chłopców Kata ind. dziewcząt w</b>	<b>Kata ind. chłopców Kata ind. dziewcząt</b>
<p><b>9-8 kyu,</b> 7 kyu, 6 kyu <i>i wyższe.</i></p> <p><b>Eliminacje-Półfinał-Finał:</b> Kata HEIAN.</p> <p>Kata dopasowane do niższego stopnia. Zapowiada sędzia.</p> <p><b>Ocena:</b> system chorągiewkowy.</p>	<p><b>9-8 kyu,</b> 7 kyu, 6 kyu, 5 kyu, 4 kyu.</p> <p><b>Eliminacje-Półfinał-Finał:</b> Kata HEIAN.</p> <p><b>3-1 kyu.</b> <b>Eliminacje-Półfinał:</b> Kata HEIAN.</p> <p><b>Finał:</b> Bassai Dai, Ji-On, Kan-Ku Dai – do wyboru.</p> <p>Kata dopasowane do niższego stopnia. Zapowiada sędzia.</p>	<p><b>9-8 kyu,</b> 7 kyu, 6 kyu, 5 kyu, 4 kyu.</p> <p><b>Eliminacje-Półfinał-Finał:</b> Kata HEIAN.</p> <p><b>3-1 kyu.</b> <b>Eliminacje:</b> Kata HEIAN.</p> <p><b>Półfinał-Finał:</b> Bassai Dai, Ji-On, Kan-Ku Dai, En-Pi – do wyboru (<i>finał inne kata</i>) (TOKUI-KATA).</p> <p>Kata dopasowane do niższego stopnia. Zapowiada sędzia.</p>	<p><b>9-8 kyu,</b> 7 kyu, 6 kyu, 5 kyu, 4 kyu.</p> <p><b>Eliminacje-Półfinał-Finał:</b> Kata HEIAN.</p> <p><b>3-1 kyu.</b> <b>Eliminacje:</b> Bassai Dai, Ji-On, Kan-Ku Dai</p> <p><b>Półfinał-Finał:</b> Bassai Dai, Ji-On, Kan-Ku Dai, En-Pi – do wyboru (<i>finał inne kata</i>) (TOKUI-KATA).</p> <p><b>Ocena (3-1 kyu):</b> system punktowy od ćwierć finału.</p> <p>Kata dopasowane do niższego stopnia. Zapowiada sędzia do 4 kyu.</p>
<b>Grupa E (14, 15 lat) – Junior Młodszy ur. 2008, 2007</b>	<b>Grupa F (16, 17 lat) - Junior ur. 2006, 2005</b>	<b>WETERAN (35 lat i starsi) ur. 1987 i wcześniej</b>	<b>MASTERS: 35 lat i starsi (ur. 1987 i</b>
<b>Kata ind. chłopców Kata ind. dziewcząt w</b>	<b>Kata ind. chłopców Kata ind. dziewcząt</b>		
<p><b>9-7 kyu, 6-4 kyu.</b> <b>Eliminacje-Półfinał-Finał:</b> Kata HEIAN. Zapowiada sędzia. Kata dopasowane do niższego stopnia.</p> <p><b>3 kyu-dan.</b> <b>Eliminacje:</b> Bassai Dai, Ji-On, Kan-Ku Dai, En-Pi. <b>Finał:</b> Dowolne kata mistrzowskie, inne niż w eliminacjach. (TOKUI-KATA). Zapowiada zawodnik. <b>Ocena:</b> system chorągiewkowy.</p>	<p><b>9-7 kyu, 6-4 kyu.</b> <b>Eliminacje-Półfinał-Finał:</b> Kata HEIAN. Zapowiada sędzia. Kata dopasowane do niższego stopnia.</p> <p><b>3 kyu-dan.</b> <b>Eliminacje:</b> Bassai Dai, Ji-On, Kan-Ku Dai, En-Pi. <b>Finał:</b> Dowolne kata mistrzowskie, inne niż w eliminacjach. (TOKUI-KATA). Zapowiada zawodnik. <b>Ocena:</b> system chorągiewkowy.</p>	<p><b>9-7 kyu, 6-4 kyu.</b> <b>Eliminacje-Półfinał-Finał:</b> Kata HEIAN. Zapowiada sędzia. Kata dopasowane do niższego stopnia.</p> <p><b>3 kyu-2 dan.</b> <b>Eliminacje:</b> Dowolne kata mistrzowskie. <b>Finał:</b> Dowolne kata mistrzowskie, inne niż w eliminacjach. (TOKUI-KATA). Zapowiada zawodnik.</p> <p><b>Ocena:</b> system chorągiewkowy. Repasaże. <b>Ocena (3 kyu-dan):</b> system</p>	<p><b>3 dan i wyższe.</b> <b>Eliminacje:</b> Dowolne kata mistrzowskie. <b>Finał:</b> Dowolne kata mistrzowskie, inne niż w eliminacjach. (TOKUI-KATA). Zapowiada zawodnik.</p> <p><b>Ocena:</b> system punktowy.</p>

## KUMITE INDYWIDUALNE

### Kumite ind. Chłopców, Kumite ind. Dziewcząt

Grupa A, B, C, D (9-8 kyu) Grupa A, B, C, D (7 kyu) Grupa B, C, D (6 kyu) Grupa A (6 kyu i wyższe) Grupa B (5-4 kyu)	Grupa C, D 5-4 kyu Grupa C 3-1 kyu	Grupa D 3-1 kyu
<p><b>Kihon Ippon Kumite</b> <b>Bez ochraniacza!</b></p> <p>*ATAK:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Oi zuki jodan x 1,</li> <li>Oi zuki chudan x 1</li> <li>Maegeri chudan x 1</li> <li>Mawashigeri jodan x1 (od 6 kyu)</li> </ol> <p>* pozycji hidari zenkutsu-dachi według kolejności 1,2,3,4</p> <p>*OBRONA:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Age-uke/ Gyakuzuki</li> <li>Soto-uke /Gyakuzuki</li> <li>Gedan-barai/Gyakuzuki</li> <li>Uchi-uke / Gyakuzuki (od 6 kyu)</li> </ol> <p>pozycja hidari lub migi zenkutsu-dachi wykonywana jest tylko na strefę chudan i <b>TYLKO GIAKU-TSUKI</b></p> <p>ATAKUJĄCY ZAPOWIADA ATAK i WYKONUJE DOPIERO PO POTWIERDZENIU „OSS” przez OBRONĘ. <b><u>Każdy rodzaj kontaktu – punkt karny jak w kumite !</u></b> <b><u>Za każdy zły atak – punkt karny</u></b> <b><u>Za każdy zły kontratak – punkt karny</u></b></p> <p><b>Ocena:</b> punkt techniczny wazari(4). Repasaże. W sytuacji remisu – wskazanie</p>	<p><b>Jiyu Ippon Kumite</b> (sparing półwolny). <b>Ochraniacze Obowiązkowe!</b></p> <p>*ATAK:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Kizamizuki jodan x 1</li> <li>Gyakuzuki chudan x 1</li> <li>Maegeri chudan x 1</li> <li>Ushirogeri chudan x 1</li> </ol> <p>* czas wykonania ataku do 10 sekund. *</p> <p>* OBRONA: <b>GO-NO-SEN</b> (po ataku przeciwnika), dowolny kontratak</p> <p>* atak według kolejności 1,2,3,4 - atak i obrona z pozycji hidari lub migi zenkutsu-dachi. <b>- bez zapowiedzi,</b></p> <p><b><u>Za każdą złą kolejność ataku – punkt karny</u></b> <b><u>Za każdy zły atak – punkt karny</u></b></p> <p><b>Grupa C (3-1 kyu) w FINALE Ko-Go Kumite.</b></p> <p><b>Ocena:</b> punkt techniczny wazari (4) ippon (10), według zasad Ko-Go Kumite. Repasaże. W sytuacji remisu – wskazanie bez dogrywki. System chorągiewkowy.</p>	<p><b>Ko-Go Kumite</b> <b>Ochraniacze Obowiązkowe!</b></p> <p><b>ATAK:</b> według zasad Ko-Go Kumite.</p> <p>* <i>pozycja dowolna</i></p> <p><b>OBRONA:</b> - według zasad Ko-Go Kumite</p> <p>* <i>pozycja dowolna</i></p> <p><b>Grupa D w FINALE Jiyu Kumite</b> (wolna walka).</p> <p><b>Ocena:</b> punkt techniczny wazari (4) ippon (10), według zasad Ko-Go Kumite. Repasaże.</p> <p>W sytuacji remisu – wskazanie bez dogrywki - system chorągiewkowy.</p>
<p><b>Grupa E – Junior Młodszy (14-15 lat)</b> <b>KUMITE</b> (lewa noga z przodu) <b>Grupa F - Junior (16-17 lat)</b></p> <p style="text-align: center;"><b>9 – 7 kyu</b></p>	<p><b>Grupa E – Junior Młodszy (14-15 lat)</b> <b>KUMITE</b> (lewa noga z przodu) <b>Grupa F - Junior (16-17 lat)</b></p> <p style="text-align: center;"><b>6 – 4 kyu</b></p>	<p><b>Grupa E – Junior Młodszy (14-15 lat)</b> <b>KUMITE</b> (lewa noga z przodu) <b>Grupa F - Junior (16-17 lat)</b></p> <p style="text-align: center;"><b>3 kyu – DAN</b></p>
<p><b>Kihon Ippon Kumite</b> <b>Bez ochraniacza!</b></p> <p>*ATAK:</p>	<p><b>Jiyu Ippon Kumite</b> (sparing półwolny). <b>Ochraniacze Obowiązkowe!</b></p>	<p><b>Ko-Go Kumite, Jiyu Kumite</b> <b>Ochraniacze Obowiązkowe!</b></p> <p><b>Junior młodszy: Eliminacje: Ko-Go</b></p>

<p>1. Oi zuki jodan, 2. Oi zuki chudan 3. Maegeri chudan</p> <p><b>OBRONA:</b> 1. Age-uke / Gyakuzuki 2. Soto-uke / Gyakuzuki 3. Gedan-barai / Gyakuzuki</p> <p><i>* pozycja <b>hidari</b> lub <b>migi</b> zenkutsu-dachi.</i></p> <p><b>Ocena:</b> punkt techniczny wazari (4). Repasaże.</p> <p>W sytuacji remisu – wskazanie bez dogrywki - system chorągiewkowy.</p>	<p><b>*ATAK:</b> 5. Kizamizuki jodan x 1 6. Gyakuzuki chudan x 1 7. Maegeri chudan x 1 8. Ushirogeri chudan x 1</p> <p><i>* czas wykonania ataku do 10 sekund. <b>Pozycja <b>hidari</b> zenkutsu-dachi</b></i></p> <p><b>* OBRONA:</b> <b>GO-NO-SEN</b> (po ataku przeciwnika), dowolny kontratak</p> <p><i>* pozycja <b>hidari</b> lub <b>migi</b> zenkutsu-dachi.</i></p> <p><b>Ocena:</b> punkt techniczny wazari (4) ippon (10), według zasad Ko-Go Kumite. Repasaże. W sytuacji remisu – wskazanie bez dogrywki - system chorągiewkowy.</p>	<p>Kumite <u>Półfinał-Finał</u>: Jiyu Kumite</p> <p><b>Junior młodszy:</b> <u>Eliminacje</u>: Ko-Go Kumite <u>Półfinał-Finał</u>: Jiyu Kumite</p> <p><b>Ocena:</b> punkt techniczny wazari (4) ippon (10), według zasad Ko-Go, Jiyu Kumite. Repasaże.</p> <p>W sytuacji remisu <b>po dogrywce</b> – wskazanie - system chorągiewkowy.</p>
--	--	---

Organizator zastrzega sobie prawo łączenia poszczególnych grup w przypadku braku odpowiedniej ilości zawodników (minimum 3 zawodników do rozegrania konkurencji)

### **W konkurencjach ocenianych przez wskazanie chorągiewkami rozgrywki będą prowadzone systemem pucharowym z repasażami.**

1. Ilość zawodników z jednego klubu w jednej konkurencji indywidualnej w danej grupie stopni: bez ograniczeń.
2. W przypadku niewystarczającej liczby zawodników w danej grupie, zawodnicy zostaną dołączeni do innej grupy najbardziej zbliżonej do stopnia i wieku.
3. Kata indywidualne będą wykonywane parami do wysokości zaawansowania niższego stopnia, zarówno w eliminacjach jak i w finałach. Przepis ten nie dotyczy (3–1 kyu).
4. W grupie D (3-1 kyu), ocena systemem punktowym **(od ćwierć finału)**

### **WARUNKI STARTU DLA ZAWODNIKÓW:**

1. **Odpowiedni wiek:** wg wymienionych roczników.
2. **Odpowiedni stopień** zarejestrowany w PUKT.
3. **Wszyscy zawodnicy bez względu na wiek zobowiązani są posiadać ważną licencje 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.**

#### Uwaga:

Zgodnie z Rozporządzeniem Ministra Zdrowia z dnia 14 kwietnia 2011 w sprawie trybu orzekania o zdolności do uprawiania danego sportu przez dzieci i młodzież do ukończenia 21 roku życia oraz przez zawodników pomiędzy 21 a 23 rokiem wraz z Rozporządzeniem Ministra Zdrowia z dnia 27 lutego 2019 wprowadzające zmiany w Rozporządzeniu Ministra Zdrowia z dnia 14 kwietnia 2011, badania lekarskie (wstępne, okresowe i kontrolne) przeprowadza lekarz specjalista w dziedzinie medycyny sportowej. W przypadku braku lekarza specjalisty w dziedzinie medycyny sportowej, badania przeprowadza lekarz posiadający certyfikat ukończenia kursu wprowadzającego do specjalizacji w dziedzinie medycyny sportowej lub lekarza podstawowej opieki zdrowotnej.

6. **Ubezpieczenie NNW.**

### Uwaga!

Zgodnie z Art. 38. ust. 1. oraz ust. 2. ustawy o sporcie z dnia 25 czerwca 2010 r. (Dz. U. Nr 127, poz. 857) obowiązek zapewnienia ubezpieczenia NNW zawodnikowi uczestniczącemu we współzawodnictwie sportowym organizowanym przez polski związek sportowy spoczywa na klubie sportowym.

### **7. Posiadanie pisemnej zgody prawnego opiekuna na start w zawodach.**

### **8. Ochraniacze**

Obowiązkowo ochraniacz na zęby dla wszystkich grup startujących w KUMITE (**juippon i kogo kumite w kihon NIE by zawodnicy mogli zapowiadać wyraźnie ataki – a kontratak jest tylko na strefę chudan**).

Obowiązkowo na krocze u chłopców i na piersi u dziewcząt w grupie D. Zawodnicy bez ochraniacza nie będą dopuszczeni do startu.

### **9. 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 trwałych przedmiotów upiętych we włosach/, ortez /lub innych trwałych usztywniaczy kończyn lub części ciała, prócz dopuszczonych przez komisję medyczną zawodów/.

### **10. Dokonanie opłaty startowej.**

### **11. Podpisanie przez kierownika ekipy/klubu oświadczenia organizatorowi zawodów o spełnieniu posiadania przez zawodników startujących ubezpieczenia NNW, aktualnych badań lekarskich, RODO oraz oświadczenia Covid.**

## **OPLATY:**

Wysokość opłaty startowej będzie zróżnicowana w zależności od terminu zgłoszenia i spełnienia warunków przez zawodników i kluby.

### **Dla klubów zrzeszonych w PUKT:**

<i>L.p.</i>	<i>Termin zgłoszenia</i>	<i>Wysokość opłaty startowej dla zawodników i klubów spełniających wymagane warunki</i>
I termin	21 październik-niedziela 2022	Opłata startowa: - jedna konkurencja – <b>80 zł</b> - dwie konkurencje – <b>120 zł (kata i kumite)</b>
II termin	28 październik-niedziela 2022	Opłata startowa: - jedna konkurencja – <b>100 zł</b> - dwie konkurencje – <b>140 zł (kata i kumite)</b>

### **12. ZAPISY** odbywają się przez PUKT Fight. Z panelu klubowego w PUKT System należy wybrać **więcej... -> PUKTFight - Przeglądaj zawody** lub skorzystać z linku bezpośredniego:

<https://fight.pukt.pl/SignIn> Przy pozycji „Resovia Karate Cup o Puchar Prezydenta Miasta Rzeszowa” należy wybrać z menu akcje odpowiednie czynności (np. Zapisz zawodników).

System podyktuje dane do wpłat, należy w odpowiednim miejscu zamieścić potwierdzenie wpłaty w formacie PDF.

W razie problemów kontakt: [system@pukt.pl](mailto:system@pukt.pl) z tematem: zgłoszenia Puchar Mistrza

### **13. Catering znajduje się w osobnym załączniku.**

