



POLSKA UNIA KARATE TRADYCYJNEGO

REGULAMIN

Mistrzostwa Polski 2026

DATA	sobota, 25 kwietnia 2026 - niedziela, 26 kwietnia 2026
ADRES	Sportowa 29 05-825 Grodzisk Mazowiecki Hala Widowiskowo-Sportowa CAiS
ORGANIZATOR	Polska Unia Karate Tradycyjnego
PLAN ZAWODÓW	25.04 sobota godz. 8:30 zbiórka na hali godz. 9:00 start w kategoriach kadet, junior, młodzieżowiec, senior godz. 18:00 oficjalna ceremonia otwarcia Mistrzostw Polski, finały wybranych konkurencji 26.04 niedziela godz. 8:00 zbiórka na hali godz. 8:30 wspólna rozgrzewka, rozpoczęcie turnieju godz. 9:00 start w kategorii dzieci, gr. A, B, C, D
LINK DO TURNIEJU	fight.pukt.pl/go/mp-2026



Grupy		
Grupa A	2019 i wcześniej	7 lat i młodszy
Grupa B	2017 - 2018	8 - 9 lat
Grupa C	2015 - 2016	10 - 11 lat
Grupa D	2013 - 2014	12 - 13 lat
Kadet	2011 - 2012	14 - 15 lat
Junior	2009 - 2010	16 - 17 lat
Młodzieżowiec	2006 - 2008	18 - 20 lat
Senior	2005 i później	21 lat i starsi

Kata			
Grupa A	Grupa B	Grupa C	Grupa D
<u>Mężczyźni:</u> <u>Kobiety:</u> 9 kyu - 1 kyu: System pucharowy z repasażami według zasad Kata-1	<u>Mężczyźni:</u> <u>Kobiety:</u> 9 kyu - 8 kyu: 7 kyu: 6 kyu - 1 kyu: System pucharowy z repasażami według zasad Kata-1	<u>Mężczyźni:</u> <u>Kobiety:</u> 9 kyu - 7 kyu: 6 kyu: 5 kyu - 1 kyu: System pucharowy z repasażami według zasad Kata-1	<u>Mężczyźni:</u> <u>Kobiety:</u> 9 kyu - 6 kyu: 5 kyu - 4 kyu: System pucharowy z repasażami według zasad Kata-1 3 kyu - 1 kyu: System punktowy według zasad Kata-2
Kadet	Junior	Młodzieżowiec	Senior
<u>Mężczyźni:</u> <u>Kobiety:</u> 6 kyu - dan: System punktowy według zasad Kata-4	<u>Kobiety:</u> <u>Mężczyźni:</u> 5 kyu - dan: System punktowy według zasad Kata-4	<u>Mężczyźni:</u> <u>Kobiety:</u> 3 kyu - dan: System punktowy według zasad Kata-3	<u>Mężczyźni:</u> <u>Kobiety:</u> 3 kyu - dan: System punktowy według zasad Kata-3



Kumite			
Grupa A	Grupa B	Grupa C	Grupa D
<u>Mężczyźni:</u> <u>Kobiety:</u> 9 kyu - 1 kyu: System pucharowy z repasażami według zasad Kumite-1	<u>Mężczyźni:</u> <u>Kobiety:</u> 9 kyu - 8 kyu: 7 kyu: 6 kyu - 1 kyu: System pucharowy z repasażami według zasad Kumite-1	<u>Mężczyźni:</u> <u>Kobiety:</u> 9 kyu - 7 kyu: 6 kyu: 5 kyu - 1 kyu: System pucharowy z repasażami według zasad Kumite-1	<u>Mężczyźni:</u> <u>Kobiety:</u> 9 kyu - 6 kyu: System pucharowy z repasażami według zasad Kumite-1 5 kyu - 4 kyu: System pucharowy z repasażami według zasad Kumite-2 3 kyu - 1 kyu: System pucharowy z repasażami według zasad Kumite-3
Kadet	Junior	Młodzieżowiec	Senior
<u>Mężczyźni:</u> <u>Kobiety:</u> 6 kyu - dan: System pucharowy z repasażami według zasad Kumite-5	<u>Mężczyźni:</u> <u>Kobiety:</u> 5 kyu - dan: System pucharowy z repasażami według zasad Kumite-5	<u>Mężczyźni:</u> <u>Kobiety:</u> 3 kyu - dan: System pucharowy z repasażami według zasad Kumite-4	<u>Mężczyźni:</u> <u>Kobiety:</u> 3 kyu - dan: System pucharowy z repasażami według zasad Kumite-4

Fukugo			
Grupa D	Kadet	Junior	Młodzieżowiec
<u>Mężczyźni:</u> <u>Kobiety:</u> 5 kyu - 1 kyu: System pucharowy z repasażami według zasad Fukugo-3	<u>Mężczyźni:</u> <u>Kobiety:</u> 5 kyu - dan: System pucharowy z repasażami według zasad Fukugo-1	<u>Mężczyźni:</u> <u>Kobiety:</u> 5 kyu - dan: System pucharowy z repasażami według zasad Fukugo-1	<u>Mężczyźni:</u> <u>Kobiety:</u> 3 kyu - dan: System pucharowy z repasażami według zasad Fukugo-2
Senior			
<u>Mężczyźni:</u> <u>Kobiety:</u> 3 kyu - dan: System pucharowy z repasażami według zasad Fukugo-2			



Kata drużynowe			
Grupa A, Grupa B	Grupa C, Grupa D	Kadet, Junior	Młodzieżowiec, Senior
<u>Kobiety i Mężczyźni:</u> 9 kyu - 1 kyu: System pucharowy z repasażami według zasad Kata drużynowe-1	<u>Mężczyźni:</u> <u>Kobiety:</u> 9 kyu - 4 kyu: System punktowy według zasad Kata drużynowe-1 3 kyu - dan: System punktowy według zasad Kata drużynowe-2	<u>Mężczyźni:</u> <u>Kobiety:</u> 6 kyu - dan: System punktowy według zasad Kata drużynowe-3	<u>Mężczyźni:</u> <u>Kobiety:</u> 3 kyu - dan: System punktowy według zasad Kata drużynowe-3

Kumite drużynowe	
Młodzieżowiec, Senior	
<u>Mężczyźni:</u> <u>Kobiety:</u> 3 kyu - dan:	System pucharowy z repasażami według zasad Kumite drużynowe-1

Enbu		
Kadet, Junior	Kadet, Junior	Młodzieżowiec, Senior
<u>Mężczyźni:</u> 6 kyu - dan: System punktowy według zasad Enbu-1	<u>Kobiety i Mężczyźni:</u> 6 kyu - dan: System punktowy według zasad Enbu-1	<u>Mężczyźni:</u> <u>Kobiety i Mężczyźni:</u> 3 kyu - dan: System punktowy według zasad Enbu-1

KONKURENCJE INDYWIDUALNE
1. Ilość zawodników z jednego klubu w jednej konkurencji w danej grupie stopni: bez ograniczeń. 2. Minimalna ilość zawodników w jednej konkurencji w danej grupie stopni: 5 zawodników 3. Zawodnik nie może startować w tej samej konkurencji w różnych grupach wiekowych i stopni. 4. W przypadku niewystarczającej liczby zawodników w danej grupie lub poszczególnej konkurencji, zawodnicy zostaną dołączeni do innej grupy lub poszczególnej konkurencji najbardziej zbliżonej do wieku. 5. W przypadku połączenia grup obowiązują zasady rozgrywania konkurencji z grupy wyższej/starszej.

**KONKURENCJE DRUŻYNOWE**

1. Ilość drużyn z jednego klubu w jednej konkurencji w danej grupie stopni: bez ograniczeń.
2. Minimalna ilość drużyn w jednej konkurencji w danej grupie stopni: 3 drużyn(y)
3. W przypadku niewystarczającej liczby drużyn w danej grupie lub poszczególnej konkurencji, drużyny zostaną w miarę możliwości dołączeni do innej grupy lub poszczególnej konkurencji.
4. W przypadku braku możliwości połączenia konkurencji z inną by osiągnąć minimalną wymaganą ilość drużyn - konkurencja się nie odbędzie.
5. Drużyna musi składać się z uczestników z odpowiedniej kategorii wiekowej (za wyjątkiem konkurencji dopuszczonych poniżej).
6. Drużyna musi składać się z uczestników z odpowiednim stopniem (za wyjątkiem konkurencji dopuszczonych poniżej).
7. Zawodnik może wystartować tylko w jednej drużynie danego typu konkurencji.
8. Dopuszcza się uczestnictwa zawodnika z niższym stopniem w drużynie w następujących konkurencjach:
Kata drużynowe Mężczyźni Grupa C, Grupa D 3 kyu - dan
Kata drużynowe Kobiety Grupa C, Grupa D 3 kyu - dan
9. Dopuszcza się uczestnictwa młodszego zawodnika w drużynie w następujących konkurencjach:
Kata drużynowe Mężczyźni Młodzieżowiec, Senior 3 kyu - dan
Kata drużynowe Kobiety Młodzieżowiec, Senior 3 kyu - dan
Enbu Mężczyźni Młodzieżowiec, Senior 3 kyu - dan
Enbu Kobiety i Mężczyźni Młodzieżowiec, Senior 3 kyu - dan

ZASADY KONKURENCJI

Kata-1	Eliminacje-Półfinał-Finał: Kata HEIAN. Kata dopasowane do niższego stopnia. Zapowiada sędzia.
Kata-2	Eliminacje: Kata HEIAN, Bassai Dai, Ji-On, Kan-Ku Dai, En-Pi Finał: Bassai Dai, Ji-On, Kan-Ku Dai, En-Pi Zapowiada zawodnik. W finale inne kata niż w półfinale.
Kata-3	Eliminacje-Półfinał-Finał: dowolne kata mistrzowskie (TOKUI-KATA) Zapowiada zawodnik. W finale inne kata niż w półfinale.
Kata-4	Eliminacje: Kata HEIAN 3-5, Bassai Dai, Ji-On, Kan-Ku Dai, En-Pi Finał: dowolne kata mistrzowskie (TOKUI-KATA), inne niż w półfinale Zapowiada zawodnik.
Kumite-1	Kihon Ippon Kumite Bez ochraniaczy! ATAK: 1. Oi zuki jodan x1 2. Oi zuki chudan x1 3. Maegeri chudan x1 4. Mawashigeri jodan x1 (od 6 kyu) * pozycja hidari zenkutsu-dachi. OBRONA: GO-NO-SEN



	1. Age-uke / Gyakuzuki chudan 2. Soto lub Uchi-uke / Gyakuzuki chudan 3. Gedan-barai / Gyakuzuki chudan 4. Uchi-uke / Gyakuzuki chudan (od 6 kyu) * pozycja hidari lub migi zenkutsu-dachi. Ocena: ogólne wrażenie „overview”.
Kumite-2	Eliminacje: Kihon Ippon Kumite Bez ochraniaczy! Półfinał-Finał: Jiyu Ippon Kumite Pojedynek o 3 miejsce: Jiyu Ippon Kumite Ochraniacze obowiązkowe!
Kumite-3	Eliminacje-Półfinał-Finał: Ko-Go Kumite (bez dogrywki) Ochraniacze Obowiązkowe!
Kumite-4	Jiyu Kumite Ochraniacze Obowiązkowe! Wolna walka, 90 sekund długości pojedynku. Ocena: punkt techniczny wazari, ippon, punkty karne W przypadku remisu dogrywka do pierwszego punktu technicznego.
Kumite-5	Eliminacje: Ko-Go Kumite (bez dogrywki) Półfinał-Finał: Jiyu Kumite. Pojedynek o 3 miejsce: Jiyu Kumite Ochraniacze obowiązkowe!
Fukugo-1	Kata: KI-TEI. Kumite Eliminacje-Półfinał: Ko-Go Kumite (bez dogrywki) Kumite Finał: Jiyu kumite
Fukugo-2	Kata: KI-TEI. Kumite Eliminacje-Półfinał-Finał: Jiyu kumite
Fukugo-3	Kata: KI-TEI. Kumite Eliminacje-Półfinał-Finał: Ko-Go Kumite (bez dogrywki)
Kata drużynowe-1	Eliminacje-Półfinał-Finał: Kata HEIAN. Jedno kata. Finał bez BUNKAI.
Kata drużynowe-2	Eliminacje-Półfinał-Finał: Kata HEIAN, Bassai Dai, Ji-On, Kan-Ku Dai, En-Pi Jedno kata. FINAŁ Z BUNKAI.



Kata drużynowe-3	Eliminacje-Półfinał-Finał: Dowolne kata mistrzowskie (TOKUI-KATA). W finale inne niż w półfinale. FINAŁ Z BUNKAI.
Kumite drużynowe-1	Kumite drużynowe rozgrywane według zasad Jiyu kumite Trzy pojedynki w podstawowym czasie. W przypadku remisu czwarty pojedynek dogrywkowy (występuje czwarty zawodnik lub ponownie dowolny z trzech poprzednich - jeżeli drużyna składa się z trzech zawodników). W przypadku remisu po dogrywce - wskazanie sędziów.
Enbu-1	Ocena według standardowych zasad en-bu. Bez sygnału początku i końca regulaminowego czasu pokazu.

WARUNKI STARTU DLA ZAWODNIKÓW

1. Odpowiedni wiek: wg wymienionych roczników (liczy się rok urodzenia)
2. Odpowiedni stopień: zarejestrowany w PUKT
3. Licencja członkowska PUKT: Posiadanie ważnej licencji członkowskiej PUKT
4. Licencja zawodnicza PUKT: Posiadanie ważnej licencji zawodniczej PUKT
5. Aktualne badania lekarskie od lekarza specjalisty w zakresie medycyny sportowej lub posiadającego certyfikat Polskiego Towarzystwa Medycyny Sportowej lub lekarza podstawowej opieki zdrowotnej.
6. Ubezpieczenie NNW: Obowiązek zapewnienia ubezpieczenia NNW zawodnikowi uczestniczącemu we współzawodnictwie sportowym organizowanym przez PUKT spoczywa na klubie, który zgłosił zawodnika do rywalizacji sportowej.
7. Posiadanie pisemnej zgody prawnego opiekuna na start w zawodach.
8. 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.
9. Zawodnik podczas rozgrywanych konkurencji nie może mieć na swoim karate-gi emblematów narodowych.

WARUNKI STARTU DLA ZAWODNIKÓW - KUMITE

1. Mając na uwadze 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
 - 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).
2. Od zawodnika wymaga się następujących ochraniaczy:
 - Kihon ippon kumite: Brak
 - Jiyu Ippon / Ko-Go / Jiyu kumite: Ochraniacze na zęby
 - Jiyu Ippon / Ko-Go / Jiyu kumite od grupy D wzwyż: ochraniacze na krocze u chłopców/mężczyzn i na piersi u dziewcząt/kobiet
3. Ochraniacze muszą być założone bez względu na podkarate-gi.
4. Zawodnicy bez wymaganych ochraniaczy nie będą dopuszczeni do startu.
5. W przypadku połączenia grup, zawodników dotyczą obostrzenia z grupy wyższej.



WARUNKI STARTÓW DLA KLUBÓW

1. Posiadanie przez klub ważnej na dany rok kalendarzowy licencji klubowej PUKT, uprawniającej do udziału we współzawodnictwie sportowym.
2. Dokonanie opłaty startowej w terminie zgłoszenia. W przypadku braku opłaty startowej w terminie zgłoszenie zostanie przeniesione do kolejnego terminu z obowiązującymi w tym terminie cenami. Brak opłaty startowej po ostatnim terminie zgłoszeń będzie skutkował odrzuceniem zgłoszenia.
3. Zgłoszenie co najmniej jednego coacha.

WARUNKI DLA COACHÓW

1. Według aktualnego regulaminu trenera/coacha dołączonego na końcu tego regulaminu
2. Licencja członkowska PUKT: Posiadanie ważnej licencji członkowskiej PUKT

PUNKTY MISTRZOWSKIE

1. Ilość punktów przydzielanych za obecność na turnieju: 10
2. Ilość punktów przydzielanych za pierwsze miejsce w konkurencji: 50
3. Ilość punktów przydzielanych za drugie miejsce w konkurencji: 30
4. Ilość punktów przydzielanych za trzecie miejsce w konkurencji: 20
5. Ilość punktów przydzielanych za czwarte miejsce w konkurencji: 10
6. Ilość dodatkowych punktów przydzielanych za miejsce w konkurencji o wyższym stopniu zaawansowania: 20
7. Ilość dodatkowych punktów przydzielanych za miejsce w konkurencji o najwyższym stopniu zaawansowania: 40
8. Ilość punktów przydzielanych za sędziowanie na turnieju: 10



ZAPISY I OPŁATY:

Zapisów dokonują kluby poprzez PUKT.Fight (www.fight.pukt.pl)

W razie problemów zapytania proszę kierować na adres system@pukt.pl

Wysokość opłaty w zależności od terminu zgłoszenia umieszczona jest w tabeli:

Lp.	Termin zgłoszenia	Wysokość opłaty
1 Termin	Od 20.03.2026 12:00 do 13.04.2026 23:59	Pierwsza konkurencja indywidualna: 170,00 zł/os Każda kolejna konkurencja indywidualna: 80,00 zł/os Konkurencja drużynowa: 180,00 zł/drużyna
2 Termin	Od 13.04.2026 23:59 do 20.04.2026 23:59	Pierwsza konkurencja indywidualna: 210,00 zł/os Każda kolejna konkurencja indywidualna: 100,00 zł/os Konkurencja drużynowa: 220,00 zł/drużyna

Nie przewiduje się możliwości zgłoszenia na zawody w terminie innym niż wyżej wymienione.

Opłat startowych dokonują kluby

Konto do wpłat:

Polska Unia Karate Tradycyjnego

Numer konta: 41105014451000009080837249

Tytuł przelewu: MP2026/Nazwa Klubu

Opłaty startowej można dokonać przelewem tradycyjnym na wyżej wymienione dane.

Należy dołączyć potwierdzenie przelewu PDF do zgłoszenia w PUKT.Fight

Opłaty startowej można również dokonać poprzez natychmiastowy przelew online za pomocą PUKT.Pay przy pomocy odpowiedniego przycisku po dokonaniu zgłoszenia w PUKT.Fight

1. W przypadku stwierdzenia braków dotyczących warunków dla zawodników lub klubów – za termin zgłoszenia przyjmuje się termin uzupełnienia braków. Wówczas opłata startowa będzie dostosowana do terminu, w którym braki zostaną uzupełnione.
2. Brak dokonania opłaty startowej będzie również traktowany, jako brak formalny.
3. W dniu rozpoczęcia zawodów nie będą przyjmowane zgłoszenia i nie będzie możliwości uzupełniania braków.
4. Nie przewiduje się zawrotów opłaty startowej w przypadku rezygnacji ze startu w zawodach.



Kontakt do organizatora
Polska Unia Karate Tradycyjnego email: biuro@pukt.pl

Do regulaminu dołączono aktualny regulamin trenera i opis kumite



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)

* zawodnik może zmierzyć dystans przed wykonaniem pierwszego ataku w stosunku do osoby broniącej się.

* **atak** z pozycji **hidari zenkutsu-dachi** według kolejności wykonania 1,2,3 i 4 (od 6 kyu).

ATAKUJĄCY ZAPOWIADA i WYKONUJE *ATAK DOPIERO PO POTWIERDZENIU „OSS” przez OBRONĘ.

Każda zła kolejność ataku – upomnienie obniżenie oceny ogólnego wrażenia.

Każdy zły *atak – upomnienie obniżenie oceny ogólnego wrażenia.

W przypadku stwierdzenia kontaktu, jako zamierzony lub celowy dyskwalifikacja zawodnika „Han-soku”.

OBRONA: GO-NO-SEN (po ataku przeciwnika)

1. Age-uke / Gyakuzuki
2. Soto *lub* Uchi-uke / Gyakuzuki
3. Gedan-barai / Gyakuzuki
4. Uchi-uke / Gyakuzuki (od 6 kyu)

* **obrona** oczekuje na atak w pozycji yoi-dachi **bez przygotowanego bloku**,

* **obrona** może wykonywać zejścia z linii ataku stosując „hiraki-ashi”, jednak ostatecznie kończąc kontratak w pozycji „zenkutsu-dashi”,

* **kontratak** wykonywany jest tylko na strefę **chudan GYAKU-ZUKI** z pozycji końcowej **hidari** lub **migi zenkutsu-dachi**.

Każdy zły *kontratak – upomnienie obniżenie oceny ogólnego wrażenia.

W przypadku stwierdzenia kontaktu, jako zamierzony lub celowy dyskwalifikacja zawodnika „Han-soku”.

Ocena: ogólne wrażenie „overwiev”.

W sytuacji remisu – wskazanie bez dogrywki - system chorągiewkowy. Repasaże.



Kihon Ippon Kumite <i>– obniżenie oceny ogólnego wrażenia –</i>	
Wykonanie jakiegokolwiek błędu wpływa na obniżenie oceny ogólnego wrażenia.	
ATAK	OBRONA
• zła pozycja – inna niż ustalona, inna strona, • wykonanie ataku za wcześnie (bez potwierdzenia przez obronę), • zła kolejność – inna niż ustalona, • zły atak – inna technika niż ustalona – strefa ataku i rodzaj techniki, • wycofanie się po ataku – brak możliwości przeprowadzenia kontrataku przez obronę, • technika blokująca - wykonanie techniki blokujące na kontratak.	• zła pozycja – inna niż ustalona, • wykonanie kontrataku za wcześnie (przed wykonaniem techniki przez atakującego) • zła kolejność – inna niż ustalona • zły kontratak – inna technika niż ustalona – strefa kontrataku, rodzaj techniki i obrony, • złe oczekiwanie na atak – inne niż ustalone.
kontakt – przy wykonaniu techniki atakującej / kontratakującej – zamierzonej lub celowej (Han-soku)	



Jiyu Ippon Kumite.	
DZIECI Grupa D (5 kyu) i (4 kyu) od półfinału (walki o 3 miejsca i finał)	JUNIOR MŁODSZY - WETERAN
Ochroniacze Obowiązkowe! (według opisu warunki startu dla zawodników – ochroniacze). ATAK: 1. Kizamizuki jodan x1 2. Gyakuzuki chudan x1 3. Maegeri chudan x1 4. Mawashigeri jodan x1 5. Ushirogeri chudan x1 * czas wykonania ataku do 10 sekund (przekroczenie czasu – utrata szansy wykonania ataku). * atak według kolejności wykonania 1,2,3,4,5 - atak z pozycji hidari zenkutsu-dachi. * atak może zostać wykonany po rozbiciu gardy u osoby broniącej się, jednak technika ataku musi zostać wykonana, jako kontynuacja rozbicia. W przypadku braku kontynuacji ataku technika rozbicia będzie uznana, jako wykonany atak. - bez zapowiedzi, - bez straszenia, (każda symulacja ataku wykonana akcją ciała lub ręką lub nogą – uznana będzie, jako wykonana akcja ataku), - bez podcięć i przechwytów, (każda próba wykonania – punkt karny Kei-koku), - po wykonanym ataku przejście do kamae – bez stosowania bloków. (każda próba wykonania – punkt karny Kei-koku) Każda zła kolejność ataku – punkt karny (Kei-koku). Każdy zły atak (w tym inna pozycja niż hidari zenkutsu-dachi) – punkt karny (Kei-koku). Każde wyjście poza strefę wyznaczającą pole walki – procedura (Jo-gai). W przypadku stwierdzenia kontaktu – ustalenie okoliczności i sankcji według przepisów KUMITE. OBRONA: GO-NO-SEN (po ataku przeciwnika) * kontratak musi być poprzedzony blokiem lub zbiciem ataku, obrona z pozycji hidari lub migi zenkutsu-dachi. * kontratak może zostać wykonany w przypadku przekroczenia dystansu (skrzyżowanie dłoni) przez atakującego, jednak tylko po uprzednim rozbiciu gardy bez przemieszczenia ciała w momencie rozpoczęcia rozbicia gardy.	Ochroniacze Obowiązkowe! (według opisu warunki startu dla zawodników – ochroniacze). ATAK: 1. Kizamizuki jodan x1 2. Gyakuzuki chudan x1 3. Maegeri chudan x1 4. Mawashigeri jodan x1 5. Ushirogeri chudan x1 * czas wykonania ataku do 10 sekund (przekroczenie czasu – utrata szansy wykonania ataku). * atak według kolejności wykonania 1,2,3,4,5 - atak z pozycji hidari zenkutsu-dachi. * atak może zostać wykonany po rozbiciu gardy u osoby broniącej się, jednak technika ataku musi zostać wykonana, jako kontynuacja rozbicia. W przypadku braku kontynuacji ataku technika rozbicia będzie uznana, jako wykonany atak. - bez zapowiedzi, - bez straszenia, (każda symulacja ataku wykonana akcją ciała lub ręką lub nogą – uznana będzie, jako wykonana akcja ataku), - dozwolone podcięcia i przechwyty, - po wykonanym ataku przejście do kamae – bez stosowania bloków. (każda próba wykonania – punkt karny Kei-koku) Każda zła kolejność ataku – punkt karny (Kei-koku). Każdy zły atak (w tym inną pozycję niż hidari zenkutsu-dachi) – punkt karny (Kei-koku). Każde wyjście poza strefę wyznaczającą pole walki – procedura (Jo-gai). W przypadku stwierdzenia kontaktu – ustalenie okoliczności i sankcji według przepisów KUMITE. OBRONA: GO-NO-SEN (po ataku przeciwnika) * kontratak musi być poprzedzony blokiem lub zbiciem ataku, obrona z pozycji hidari lub migi zenkutsu-dachi. * kontratak może zostać wykonany w przypadku przekroczenia dystansu (skrzyżowanie dłoni) przez atakującego, jednak tylko po uprzednim rozbiciu gardy bez przemieszczenia ciała w momencie rozpoczęcia rozbicia gardy.



Dozwolone kontrataki:

- dowolny kontratak (dozwolona tylko pojedyncza technika w kontrataku).

- bez podcięć i przechwytów,

(każda próba wykonania – punkt karny Kei-koku),

- bez ostentacyjnego wycofywania się uniemożliwiający wykonanie technik atakującemu.

(każda próba wykonania – punkt karny Kei-koku),

Każde wyjście poza strefę wyznaczającą pole walki – procedura (Jo-gai).

Każdy wcześniejszy kontratak – punkt karny (Saki).

W przypadku stwierdzenia kontaktu – ustalenie okoliczności i sankcji według przepisów KUMITE.

Dozwolone kontrataki:

- dowolny kontratak (dozwolona tylko pojedyncza technika w kontrataku). Nie dotyczy podcięć i przechwytów.

- dozwolone podcięcia i przechwyty,

- bez ostentacyjnego wycofywania się uniemożliwiający wykonanie technik atakującemu.

(każda próba wykonania – punkt karny Kei-koku),

Każde wyjście poza strefę wyznaczającą pole walki – procedura (Jo-gai).

Każdy wcześniejszy kontratak – punkt karny (Saki).

W przypadku stwierdzenia kontaktu – ustalenie okoliczności i sankcji według przepisów KUMITE.

Ocena: punkt techniczny wazari, ippon, pozostałe przypadki według zasad Ko-Go Kumite.
W sytuacji remisu – wskazanie bez dogrywki - system chorągiewkowy. Repasaże.



POLSKA UNIA KARATE TRADYCYJNEGO

Jiyu Ippon Kumite – DZIECI, JUNIOR MŁODSZY-WETERAN – punkty karne –

Każdy jakikolwiek błąd – punkt karny „Kei-koku” – nie dotyczy sytuacji **kontaktu**.

ATAK	OBRONA
zła pozycja – inna niż ustalona, inna strona, zła kolejność – inna niż ustalona, zły atak – inna technika niż ustalona – strefa ataku i rodzaj techniki, uciekanie po wykonaniu ataku – brak możliwości przeprowadzenia kontrataku przez obronę, technika blokująca - wykonanie techniki blokujące na kontratak, podcięcie lub przechwyt - wykonanie lub próba wykonania. <u>Dozwolone dla grup Junior Młodszy-Weteran.</u> wyjście poza strefę pola walki - Jo-gai.	zła pozycja – inna niż ustalona, wykonanie kontrataku za wcześnie (przed wykonaniem techniki przez atakującego) – Saki, <i>wyjątek rozbić gardy i kontratak bez przemieszczenia lub wychylenia ciała przez broniącego się – tak jak w KO-GO Kumite.</i> zła kolejność – inna niż ustalona, zły kontratak – inny rodzaj obrony niż GO-NO-SEN lub więcej niż jedna technika w kontratak. <u>Nie dotyczy podcięć i przechwytów w grupach Junior Młodszy – Weteran.</u> uciekanie ostentacyjne przed atakującym – brak możliwości przeprowadzenia techniki ataku przez atakującego, podcięcie lub przechwyt - wykonanie lub próba wykonania. <u>Dozwolone dla grup Junior Młodszy-Weteran.</u> wyjście poza strefę pola walki - Jo-gai.
kontakt – przy wykonaniu techniki atakującej / kontratakującej (Kei-koku / Chui / Han-soku)	
<u>Utrata szansy wykonania techniki atakującej / kontratakującej – bez sankcji otrzymania punktów karnych:</u> zbyt długi czas na wykonanie ataku (10 sekund), rozbić gardy przy braku kontynuacji ataku / kontrataku, straszenie – każda symulacja ataku / kontrataku, chika-ma – przekroczenia dystansu i braku reakcji po stronie zawodników.	
Pozostałe przypadki według zasad Ko-Go Kumite.	

Ko-Go Kumite

Ochroniacze Obowiązkowe! (według opisu warunki startu dla zawodników – ochroniacze).

ATAK: według zasad Ko-Go Kumite.

OBRONA: według zasad Ko-Go Kumite.

* *atak i obrona dowolna i pozycja.*

Ocena: punkt techniczny wazari, ippon, według zasad Ko-Go Kumite.

W sytuacji remisu – wskazanie bez dogrywki - system chorągiewkowy. Repasaże.

Komisja Sędziowska, e-mail: ks@pukt.pl



REGULAMIN

TRENERA

(COACH'A)

WARUNKI DLA TRENERA (COACH'A):

1. Trenera rekomenduje klub, który go zgłasza za pośrednictwem systemu PUKT w aplikacji PUKT-Fight lub w formie pisemnej lub na adres e-mail organizatora.
2. Trener musi posiadać aktualną roczną licencję PUKT.
3. Trener musi przed zawodami wziąć udział w szkoleniu dla trenerów organizowanym przez Komisję Sędziowską, która to wydaje akredytację na udział w turnieju.
4. Tylko osoby z akredytacją mogą wziąć udział w turnieju w charakterze trenera.
5. W czasie zawodów 1 trener na 10 zawodników (*i nie więcej jak 1 trener przy planszy*) musi być ubrany w karate-gi lub dres klubowy oraz założony specjalny identyfikator przekazany przez organizatora (*tylko osoby tak przygotowane będą mogły wejść w strefę rozgrywania zawodów*).
6. Trener musi przebywać w specjalnym wyznaczonym miejscu / sektorze poza polem walki/rozgrywanej konkurencji.
7. Trener nie może udzielać zawodnikowi wskazówek słownych/werbalnych lub przy pomocy znaków/gestów, gdy zawodnik znajduje się na polu walki/rozgrywanej konkurencji.
8. W czasie trwania spotkania trener nie może podejmować prób wywierania wpływu na sędziów słownie lub przy pomocy innych działań.
9. Trener, który narusza ustalone zasady, nie stosuje się do zaleceń i regulaminów zawodów, w rażący sposób ingeruje w pracę sędziów, nie stosuje się zasad etykiety DOJO i ogólnie przyjętych zasad kultury osobistej zostanie zdyskwalifikowany jako trener i niezwłocznie usunięty z pola rozgrywania zawodów wraz z pozbawieniem akredytacji trenera.
10. W przypadku rażących naruszeń, wraz z trenerem może zostać usunięty również zawodnik lub drużyna bez możliwości startu w konkurencji lub zawodach.



PROTEST TRENERA (COACH'A) – procedura zgłoszenia:

1. Trener (*spełniający warunki dla trenera*) ma prawo do zgłoszenia protestu wyłącznie na podstawie stwierdzenia, że spotkanie odbyło się z naruszeniem Regulaminu Zawodów.
2. Trener będący jednocześnie zawodnikiem NIE może wносить protestów w swoim imieniu przed i podczas startowania w swoich konkurencjach, ani po ich zakończeniu.
3. Wniesienie każdorazowego protestu przez trenera, będzie związane z uiszczeniem opłaty przed złożeniem protestu w wysokości 100 zł (*gotówką*). W przypadku rozpatrzenia protestu jako „zasadny” opłata zostanie zwrócona, w każdym innym przypadku nie zostanie zwrócona.
4. Protest zostaje zgłoszony do Sędziego Technicznego, który prowadzi rejestrację danego spotkania.
5. Sędzia Techniczny po złożonym proteście ma obowiązek przekazania / sygnalizację protestu do sędziego prowadzącego dane spotkanie i zatrzymania rozgrywania spotkania.
6. Po zatrzymaniu rozgrywania spotkania trener wyjaśnia swój protest sędziemu prowadzącemu dane spotkanie (szef planszy – Sushin/Kansa) nie dłużej niż 5 minut.
7. W przypadku braku rozstrzygnięcia protestu przez Szefa planszy – Sushin/Kansa - ostateczną decyzję podejmuje Sędzia Główny Zawodów.
8. Protest może zostać wniesiony tylko w przypadku pomyłki technicznej lub błędnego werdyktu sędziowskiego.
9. W przypadku zgłoszenia protestu dotyczącego danego spotkania, protest musi być złożony zanim którykolwiek z zawodników opuści planszę. Wyjątek stanowi pomyłka sędziego technicznego w rejestracji osobowej, punktowej, chorągiewkowej lub wygranego pojedynku. W takiej sytuacji ponownie należy dokonać rejestracji lub powtórzyć niezbędną ilość pojedynków.

Komisja Sędziowska
e-mail: ks@pukt.pl