

SHIN – G O – R Y U KARATE

Kampregler ved semikontakt karatestævner

KAMPAREALET:

Kamparealet skal være kvadratisk med en sidelængde på 6 x 6 meter til 8 x 8 meter. Kamparealet kan forsynes med måtte (Tatami) Kamparealet skal være plant og uden hindringer.

SCORING:

Der kæmpes til et point (ippon) eller to halve point (waza-ari)

KAMPTID:

Kamp tiden er 2 min. Tiden stoppes kun af kamplederen.

FORLÆNGELSE:

Er der ikke fundet en vinder inden for ordinær kamptid, kan kampen forlænges med yderligere 2 min. Der kan maksimalt forlænges to gange. Dvs. ordinær kamp samt maksimalt to forlængelser. Point og advarsler som er tildelt i ordinær kamp følger med i forlængelsen. Er der ikke fundet en vinder efter sidste forlængelse, findes vinderen ved dommere afgørelse. (hantei)

ADVARSLER:

Advarsler gives hvis en kæmper handler på følgende måde.

1. anvender ulovlig teknik
2. anvender lovlig teknik som er for hård (hårdkontakt)
3. søger at undgå kamp (flygter)
4. optræder usportsligt (ord og handling)
5. hvis coachen optræder usportsligt (ord og handling)
6. anvende ukontrolleret teknikker som skønnes at kunne skade modstanderen

ADVARSLER

Advarsler tildeles på følgende måde.

1. Chukoku gives ved mindre overtrædelser (Henstilling)
2. Keikkoku gives ved mindre overtrædelser (1. advarsel)
3. Hansoku-chui gives efter keikoku eller ved alvorlige overtrædelser (2. advarsel)
4. Hansoku gives efter hansoku-chui eller ved meget alvorlige overtrædelser (3. advarsel)
(Hansoku medføre diskvalifikation.)

Ved samme overtrædelse gradueres advarslen op. Dvs. en henstilling kan ikke gives flere gange. Har en Kæmper fået en henstilling og laver samme overtrædelse igen, vil næste step være første advarsel. Osv. Ved grove overtrædelser kan der skrides til diskvalifikation med samme, hvis dommere panelet skønner det. Er stillingen uafgjort efter endt kamp og en af kæmper har to advarsler, taber denne kampen.

BESKYTTELSE.

Senior mænd:

Vrist og ben beskytter af stof eller blødt plast. (skal anvendes)

Skridt beskytter (Skal anvendes)

Tandbeskytter (må anvendes)

Senior Kvinder:

Vrist og ben beskytter af stof eller blødt plast. (skal anvendes)

Bryst beskyttelse BH model (skal anvendes)

Tandbeskytter (må anvendes)

Skridt beskyttelse (må anvendes)

Junior Mænd: (16- 17 år.)

Vrist og ben beskyttelse af stof eller blødt plast (skal anvendes)

Skridt beskyttelse (skal anvendes)

Hjelm af skum/plast (skal anvendes)

Tandbeskyttelse (må anvendes)

Junior kvinder: (16- 17 år)

Vrist og ben beskyttelse af stof eller blødt plast (skal anvendes)

Bryst beskyttelse (skal anvendes)

Hjelm af skum/plast (Skal anvendes)

Tandbeskytter (må anvendes)

Skridt beskyttelse (må anvendes)

Drenge (10 – 15 år)

Vrist og ben beskyttelse af stof eller blødt plast (skal anvendes)

Vest og hjelm af skum/plast (skal anvendes)

Skridt beskytter (skal anvendes)

Tandbeskyttelse (må anvendes)

Piger (10 – 15 år.)

Vrist og ben beskytter af stof eller blødt plast (skal anvendes)

Vest og hjelm af skum/plast (skal anvendes)

Skridt beskytter (må anvendes)

Tandbeskytter (må anvendes)

Der må ikke anvendes tape til hænder og fødder ved stævne start. (første runde) Opstår der en skade i løbet af stævnet som kræver behandling med tape, for at deltageren kan forsætte, skal dette godkendes af stævne lægen.

TILLADTE OG SCORENDE TEKNIKKER

HOVEDET:

1. Cirkelspark hvor der rammes med over eller underside af foden.
2. Strakte cirkelspark hvor der rammes med over eller undersiden af foden.

For at opnå et helt point kræves det at der er tydelig og god kontakt til det scorende område samt en god balance. Er der mindre god balance kan der tildeles et ½ point. (vær opmærksom på at grænsen for om der dømmes point eller advarsel er meget fin)

KROPPEN:

1. Alle former for slag. Kno, håndkant, albue, åben hånd osv.
2. Alle former for sprak. Cirkel, front, side, osv.

For at opnå et helt point skal modstanderne være ukampdygtig i mere end 5 sek. (knock Out)

Er modstanderen ramt men klar inden for 5 sek. Tildeles et ½ point.

Kroppen defineres som det der kan rammes med slag og sprak når modstanderen står med ryggen op af en mur.

FOD FEJNING:

Fod fejning er tilladt på nedester 1/3 del af under benet. For at opnå point skal der markeres en teknik i samme bevægelse som fod fejningen udføres.

IKKE TILLADTE TEKNIKKER

HOVEDET:

1. For hårdkontakt med en lovlig teknik.
2. Slag mod hovedet.
3. Front sprak mod hovedet.
4. Baglæns, side, knæspark mod hovedet
5. Spark med hælen mod hovedet.

KROPPEN:

1. Greb mod tøj
2. Kast af enhver art
3. Skubben
4. Angreb mod hals, nakke, skridt og ryg.

BENENE:

- Angreb mod knæ
- Angreb mod lår (lårspark)
- Angreb mod liggende modstander

VÆGT OG GRUPPEINDELING

DRENGE 10 – 12 ÅR (IKKE delt i A+B)

Vægt -30 -40 +40 Kg

PIGER 10 – 12 ÅR (IKKE delt i A+B)

Vægt – 30 -40 + 40 Kg

DRENGE 13- 15 ÅR. (IKKE delt i A+B)

Vægt -55 kg -65 kg +65kg

PIGER 13 – 15 ÅR (IKKE delt i A+B)

Vægt – 45kg -50kg +50kg

JUNIOR MÆND 16- 17 ÅR

(gruppe A+B)

Vægt -70kg -75kg + 75kg

JUNIOR KVINDER 16 – 17 ÅR

(gruppe A+B)

Vægt -53kg -59kg +59kg

SENIOR MÆND + 18 ÅR

(gruppe A+B)

Vægt -70kg -80kg +80kg

SENIOR KVINDER + 18 ÅR

(gruppe A+B)

Vægt -60kg - 65kg + 65 kg

B-GRUPPERNE ER FOR KÆMPERE MED INGEN ELLER LIDT STÆVNE ERFARING (KÆMPRENE MÅ
MAX HAVE DELTAGET I 3 STÆVNER TIDLIGERE)

A-GRUPPERNE ER FOR KÆMPERE MED STÆVNE ERFARING

KATA REGLER

Kata konkurrencen afvikles efter elimineringsystemet. (rød kæmper mod hvid kæmper)
Vinderen findes ved dommer afgørelse. Der skal findes en vinder. Uafgjort er ikke tilladt.

En kæmper kan diskvalificeres hvis vedkommende.

1. Ikke kan huske sin kata
2. Går i stå under udførelse af sin kata
3. Optræder usportsligt i ord eller handling

Chef dommeren viser diskvalifikation ved at krydse flagene.

Alle kata er tilladt

Samme kata må vises i alle runder (dvs. kæmperen skal kun kunne en kata)

Kriterier for afgørelse.

1. korrekt udførelse i forhold til stilart.
2. stillinger
3. teknik
4. timing
5. fokus (kime)
6. teknisk sværhedsgrad
7. styrke
8. hastighed
9. rytme

Ved kata konkurrence tilstræbes det, at der er dommere fra hver af de deltagende stilarter.
Dommere panelet består af en chef dommere og 4 hjørne dommere.

Gruppeinddeling.

Senior Kvinder (+ 18 år)

Senior Mænd (+ 18 år)

Junior Kvinder (16 – 17 år)

Junior Mænd (16 – 17 år)

Drenge (10 – 12 år)

Piger (10 – 12 år)

Drenge (13 – 15 år)

Piger (13 – 15 år)