

A verseny részletes leírása

A kategóriás versenyzők:

Technikailag képzettek, válogatott szinten, vagy ahhoz közel állók. Kiemelt és nemzetközi versenyeken jó eredményre képesek.

B kategóriás versenyzők:

Technikailag közepesen képzettek, kezdő és haladó szint határán állnak. Van versenytapasztalatuk, de teljesítményük nem éri el az A kategóriás szintet.

C kategóriás versenyzők:

Technikailag képzettlenek, alap tudással rendelkeznek. Nincs, vagy minimális a versenytapasztalatuk.

Versenyszámok utánpótlás részére

- Minden kategóriában 3-4 versenyzőből álló csoportokat alakítunk ki körmérkőzés vagy keresztbe mérkőzéssel. 2-3 küzdelmet valamint érmet biztosítunk minden résztvevő számára. Egy versenyző maximum két versenyszámban indulhat.
- **Shiko dachi:** A két versenyző egyszerre bejön, a bírót utasítására felkészül (yoi), kilép shiko dachiba (kamae) és 10 tsukit üt, 10. kiai befejezi a gyakorlatot és kimegy (yame), majd eredményhirdetés történik. **4-13 éveseknek**
- **Szivacs Kumite:** Játékos versenyszám azoknak, akik még félnek az igazi kumitétól. A versenyzők textil mellényt (kék illetve piros) viselnek, melyre a kezükben lévő tépőzárral bevont két darab szivacscocka valamelyikét kell felragasztani egyenes tsuki szerű mozdulattal. A cél, hogy az ellenfél chudanjára illetve hátára a szivacscockát feltegyék. Csak a mellényen fent is maradt szivacscocka érvényes találat. A csípőcsont alatt feltapadt szivacscocka nem ér találatot. A bírók a karate technikára leginkább hasonlító mozdulatot részesítik előnyben. A vállra egyenes mozdulattal feltett szivacscocka is találatot ér. Az győz, akinek a küzdő idő lejártakor több pontja van. Döntetlen esetében az első tiszta pont (senshu) a mérvadó. A mérkőzés időtartama 1 perc futó idő.
Játék közben tilos: két kézzel zárt tartásban alkaral folyamatosan védeni a has felületét, az ellenfél arcához hozzáérni, a szivacsot dobni, illetve rúgó technikát alkalmazni! WKF szerinti intéseket alkalmaznak a bírók. **4-13 éveseknek 10-7kyu fokozat**

Versenyszámok kata és kumite A,B és C kategória részére

C kategóriában 3-4 versenyzőből álló csoportokat alakítunk ki körmérkőzés vagy keresztbe mérkőzéssel két-három küzdelmet, valamint érmet biztosítunk minden versenyző számára. 13 éves korig 1 kata szükséges, 14 éves kortól 2 kata bemutatása szükséges, a döntőben és 3. helyért bármelyik kata bemutatható.

Családi kata: Szinkron formagyakorlat, amit a testvérek, szülők gyerekeikkel 2 fő illetve 3 vagy annál több fő esetén a család mutat be(kata megkötés nincs).

A és B kategória:

- **Kata versenyszámok:** Egyenes kieséssel, vigaszággal, két harmadik helyezettel.

13 éves korig a versenyzők egyszerre hajtják végre a katát.

- 8-9 és 10-11 éves kategóriában 2 kata bemutatása szükséges.

- 12-13 éves kategóriában 3 kata bemutatása szükséges. (döntőben és 3. helyért bármelyik kata bemutatatható)

- 14-15, 16-17 éves és felnőtt kategóriákban WKF szabályrendszer a mérvadó.

- Senior kategóriában 3 kata szükséges

- **Kumite versenyszámok:** Egyenes kiesés teljes vigaszággal, két harmadik helyezettel. Három fő indulása esetén körmérkőzéses rendszerben bonyolítjuk le a kategóriát.

Kontakt szabályok:

- 6-15 éves korig a hivatalos WKF kadet versenyszabály van érvényben

- 16-17 éves korosztályban és senior kategóriában a juniorokra vonatkozó WKF szabályok vannak érvényben

- Felnőtt korosztályban WKF szabály van érvényben

- Védőfelszerelések WKF szabálykönyv szerint (piros és kék kézvédő, azonos színű lábfejevédő, fogvédő, lábszárvédő, illetve 14 év felett mellvédő használata kötelező. Lágyékvédő, arcmaszk, testvédő engedélyezett.)

Kata listák

Tanuló katák: (C kategória)

Kihon katák

Shino kata

Tenno kata

Heian katák

Taikyoku katák

Pinan katák

Geksai katák

Fukyu katák

Gekiha I.

B kategóriás Kata lista:

Shito-ryu:

1. Ananko

2. Aoyagi

3. Bassai Dai

4. Bassai Sho

5. Chinte

6. Heiku

7. Ishimine Bassai

8. Itosu Rohai 1-2-3

9. Jiiin

10. Jion

11. Jitte
12. Juroku
13. Matsukaze
14. Matsumura Rohai
15. Myojo
16. Naifanchin 1-2-3
17. Niseishi
18. Rohai
19. Saifa
20. Sanseiru
21. Seiyunchin
22. Shinpa
23. Shisochin
24. Sochin
25. Wanshu

Goju-ryu:

1. Saifa
2. Seinchin
3. Sanseiru
4. Shisochin
5. Seisan

Shotokan:

1. Bassai Dai
2. Bassai Sho
3. Empi
4. Hangetsu
5. Jitte
6. Jiin
7. Jion
8. Socin
9. Nijushiho

Wado-ryu:

1. Bassai
2. Jitte
3. Naihanchi
4. Rohai

- "A" kategóriákban a mindenkor WKF Kata lista érvényes
- "B" kategóriában lehetőség van az alacsonyabb, "C" kategóriás katák bemutatására is.

