



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

## 22 maja 2021

GODZINA ROZPOCZĘCIA: 10.00

MIEJSCE:

Hala Sportowa przy szkole podstawowej nr 35,  
Ul. Świętoborzyców 40, 71-665 Szczecin

ORGANIZATOR:

UKS POMERANIA – SZCZECIN



POLSKA UNIA KARATE TRADYCYJNEGO



**UKS POMERANIA-SZCZECIN**  
*Doskonalić się poprzez trening*

<b>Gr. A (7 lat i młodsi)</b> ur. w latach 2014 i młodsi		<b>Gr. B (8,9 lat)</b> ur. w latach 2013, 2012	<b>Gr. C (10-11 lat)</b> ur. w latach 2011,2010	<b>Gr. D młodzik</b> (12-13 lat) ur. w 2009,2008
Kata ind. dziewcząt Kata ind. chłopców		Kata ind. dziewcząt Kata ind. chłopców	Kata ind. dziewcząt Kata ind. chłopców  Kumite ind. dziewcząt Kumite ind. chłopców	Kata ind. dziewcząt Kata ind. chłopców  Kumite ind. dziewcząt Kumite ind. chłopców
<b>Gr. Junior mł.</b> (14-15 lat) ur. w 2007,2006	<b>Gr. Junior</b> (16-17 lat) ur. w 2005,2004	<b>Gr. młodzieżowiec</b> (18-20 lat) ur. w 2003,2002,2001	<b>Gr. senior</b> (21 – 34 lat) ur. 2000 - 1989	<b>Gr. Senior 35+</b> (35 lat i starsi)
<b>Kata ind. kobiet</b> <b>Kata ind. mężczyzn</b>  <b>Kumite ind. kobiet</b> <b>Kumite ind. mężczyzn</b>				



## UKS POMERANIA-SZCZECIN

*Doskonalić się poprzez trening*

### KATA



- ❖ Grupa A,B,C,D do 7 kyu: Eliminacje, półfinał i finał: HEIAN 1-2
- ❖ Grupa B,C,D 6-4 kyu: Eliminacje, półfinał: HEIAN 1-5 finał: HEIAN 3-5.
- ❖ Kata wykonywane parami. Sędzia wybiera kata, dostosowując do niższego stopnia.  
Grupa D 3 kyu - dan: dowolne kata z listy WTKF, finał: inne kata niż w eliminacjach.
- ❖ Grupa junior młodszy, junior, młodzieżowiec, senior, senior 35+:
  - stopnie 9 kyu – 4 kyu HEIAN 1-5
  - stopnie 3 kyu – dan, eliminacje, półfinał: dowolne kata z listy WTKF, finał: inne kata niż w eliminacjach

---

### KUMITE



#### Gr. C - eliminacje i finały:

Do 7 kyu: Kihon Ippon Kumite ( 3 ataki – hidari )

atak: pw. ZKD oi zuki jodan      obrona: pw. HD age uke, kontr. gyaku zuki

atak: pw. ZKD oi zuki chudan      obrona: pw. HD soto uke, kontr. gyaku zuki

atak: pw. ZKD mae geri chudan      obrona: pw. HD gedan barai, kontr. gyaku zuki

od 6 kyu: Jiyu Ippon Kumite (3 ataki z postawy wolnej kamae te, hidari)

ataki: kizami zuki jodan, gyaku zuki chudan, mai geri chudan, ushiro geri chudan

obrona: Oji waza ( sen lub go no sen)

#### Gr. D - eliminacje i finały;

do 7 kyu: Kihon Ippon Kumite j. w.

od 6 kyu: Jiyu Ippon Kumite (3 ataki z postawy wolnej kamae te, hidari)

ataki: kizami zuki jodan, gyaku zuki chudan, mai geri chudan, ushiro geri chudan

obrona: Oji waza ( sen lub go no sen)

3 kyu – dan: eliminacje: Ko-go Kumite      finał: Jiyu Kumite



## UKS POMERANIA-SZCZECIN

### *Doskonalić się poprzez trening*

#### Gr. Junior młodszy:

do 7 kyu: Kihon Ippon Kumite j. w.  
od 6 kyu: Jiyu Ippon Kumite (3 ataki z postawy wolnej kamae te, hidari)  
ataki: kizami zuki jodan, gyaku zuki chudan, mai geri chudan, ushiro geri chudan  
obrona: Oji waza ( sen lub go no sen)  
3 kyu – dan: eliminacje: Ko-go Kumite finał: Jiyu Kumite

#### Gr. Junior:

do 7 kyu: Kihon Ippon Kumite j. w.  
od 6 kyu: Jiyu Ippon Kumite (3 ataki z postawy wolnej kamae te, hidari)  
ataki: kizami zuki jodan, gyaku zuki chudan, mai geri chudan, ushiro geri chudan  
obrona: Oji waza ( sen lub go no sen)  
3 kyu – dan: eliminacje: Ko-go Kumite finał: Jiyu Kumite

#### Gr. Młodzieżowiec:

do 7 kyu: Kihon Ippon Kumite j. w.  
od 6 kyu: Jiyu Ippon Kumite (3 ataki z postawy wolnej kamae te, hidari)  
ataki: kizami zuki jodan, gyaku zuki chudan, mai geri chudan, ushiro geri chudan  
obrona: Oji waza ( sen lub go no sen)  
3 kyu – dan: Jiyu Kumite

#### Gr. Senior:

do 7 kyu: Kihon Ippon Kumite j. w.  
od 6 kyu: Jiyu Ippon Kumite (3 ataki z postawy wolnej kamae te, hidari)  
ataki: kizami zuki jodan, gyaku zuki chudan, mai geri chudan, ushiro geri chudan  
obrona: Oji waza ( sen lub go no sen)  
3 kyu – dan: Jiyu Kumite

#### Gr. Senior 35+:

do 7 kyu: Kihon Ippon Kumite j. w.  
od 6 kyu: Jiyu Ippon Kumite (3 ataki z postawy wolnej kamae te, hidari)  
ataki: kizami zuki jodan, gyaku zuki chudan, mai geri chudan, ushiro geri chudan  
obrona: Oji waza ( sen lub go no sen)  
3 kyu – dan: Jiyu Kumite



UKS POMERANIA-SZCZECIN  
*Doskonalić się poprzez trening*

1. We wszystkich grupach obowiązuje podział na kategorie dziewcząt i chłopców.
2. W przypadku niewystarczającej liczby zawodników w danej grupie, zawodnicy mogą być dołączeni do innej, najbardziej zbliżonej wiekiem i stopniem.
3. Organizator zastrzega sobie prawo do innego podziału na grupy w zależności od ilości i składu zgłoszonych zawodników.
4. Eliminacje we wszystkich grupach przeprowadzane są systemem „każdy z każdym”. Zwycięzcy z grup walczą dalej w systemie pucharowym.
5. Kata będą wykonywane do wysokości zaawansowania w odpowiedniej grupie lub w przypadku różnych stopni do wysokości zaawansowania niższego stopnia.
6. W konkurencji kihon ippon kumite - każdy rodzaj kontaktu – dyskwalifikacja zawodnika !
7. W konkurencji kihon ippon kumite, zawodnik przed wykonaniem ataku musi zapowiedzieć atak oraz poczekać na odpowiedź „oss” strony wykonującej obronę !



UKS POMERANIA-SZCZECIN  
*Doskonalić się poprzez trening*

WARUNKI UCZESTNICTWA:

1. Odpowiedni wiek i stopień
2. Ubezpieczenie NNW
3. Aktualne na dzień zawodów badania sportowo-lekarskie
4. W dniu rozpoczęcia zawodów nie będą przyjmowane ani zgłoszenia, ani opłaty startowe. Nie przewiduje się zwrotów opłaty startowej w przypadku rezygnacji ze startu w zawodach.
5. Opłata startowa obejmuje udział w zawodach, dyplom pamiątkowy, puchar za zajęcie 1 miejsca, medale za zajęcie miejsc 1-3, dyplom za 4 miejsce .
6. Zgoda opiekuna prawnego na udział w turnieju oraz akceptację postanowień danego regulaminu.
7. **Ochroniacze do kumite:**  
Osoby startujące w Kihon Ippon Kumite – obowiązkowo ochroniacze na żęby.  
Osoby startujące Jiyu Ippon, Ko-go, Jiyu Kumite – obowiązkowo na zęby + na krocze u chłopców i na piersi u dziewczyn.

**Zawodnicy bez wymaganych ochroniaczy, nie będą dopuszczani do startu!**

TERMIN ZGŁOSZENIA WRAZ Z OPŁATĄ STARTOWĄ

**Do 17 maja (poniedziałek).**

Opłata startowa 70 zł od uczestnika niezależnie od ilości konkurencji.

ZGŁOSZENIA

1. Zgłoszenie (wyłącznie na karcie zgłoszeń) na e-maila [biuro@karateklub.szczecin.pl](mailto:biuro@karateklub.szczecin.pl) (przesłanie listy zawodników wraz z dowodem wpłaty)
2. 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 2021, nazwa klubu”

3. Rejestracji zawodników na zawody dokonują kierownicy ekip. Sprawdzanie i ewentualne korygowanie list startowych odbywa się w biurze zawodów w hali, przed rozpoczęciem zawodów. Należy mieć ze sobą kartę zgłoszenia zawodników.
4. Dodatkowe informacje: biuro klubowe e-mail: [biuro@karateklub.szczecin.pl](mailto:biuro@karateklub.szczecin.pl), tel. 511 854 059

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



UKS POMERANIA-SZCZECIN  
*Doskonalić się poprzez trening*



# POMERANIA SZCZECIN CUP



POLSKA UNIA KARATE TRADYCYJNEGO

Adres: ul. Świętoborzyców 40, 71-665 Szczecin  
NIP: 851-313-97-47  
REGON: 320 928 250

[www.karateklub.szczecin.pl](http://www.karateklub.szczecin.pl)  
e-mail: [karate.pomerania@gmail.com](mailto:karate.pomerania@gmail.com)  
tel: 795922777