



LITTLE STARS – turnaj pro začínající karatisty

Každý účastník obdrží medaili a diplom

Neděle 10. listopadu 2019

Sportovní hala Stromovka, České Budějovice

Disciplíny:

1. Kihon – na místě, 5x čoku cuki, 5x age uke, 5x gedan barai, 5x mai geri
2. Kumite beginner – bezkontaktní forma, stínování ve dvojicích proti sobě
3. Superkick – 5 kopů na rychlost do lap (mai geri 4-5 let a 6-7 let, mawashi geri 8-9 let, 10-11 let, 12-13 let)
4. Agility – dovednostní překážková dráha

Kategorie: Chlapci a dívky 4-5 let, 6-7 let, 8-9 let, 10-11 let, 12-13 let

Oblečení: Běžné tréninkové oblečení, kimono být nemusí, ale je vítáno

Časový harmonogram: 9:00 Presentace 9:30 Zahájení soutěží 12:30 Ukončení soutěže

Startovné: 250 Kč (za všechny čtyři kategorie) - platba na místě

Ceny: Medaile, diplomy (každý účastník obdrží medaili a diplom)

Přihlášky: zasílat ma email petr.kubicka@gmail.com nebo SMS (608 085 087) či FB do středy 6.11. (pouze: jméno, příjmení + aktuální věk v době soutěže např. Jiří Novák, 7 let)

Pro koho je turnaj určen: Pro začátečníky (4 -13) bez pásku či maximálně s bílým a bílo-žl. pásem.

Pořadatel: Fight Club z.s., ředitel soutěže PhDr. Petr Beníšek, (info 608 860 845)

Ostatní: Veškeré chrániče či šerpy budou zapůjčeny pořadatelem na místě. Chrániče zubů jsou doporučeny, ale vzhledem k bezkontaktní formě kumite nejsou povinné.

Pravidla kumite beginner: Účelem této disciplíny je naučit pohyb a základní techniky formou simulace zápasu. V soutěži nejsou uděleny žádné body. Techniky jsou vedeny na útočníka ve vzdálenosti 5 – 10 cm od soupeře. Rozhodčí do zápasu zasahuje a zápas zastavuje v momentě, kdy akce začíná být nekontrolovaná a ztrácí charakter sportovního zápasu. Doba zápasu je 1. minuta.

POVOLENÉ TECHNIKY

- (Jodan- hlava) bez doteku- Uraken Uchi, Mawashi Geri, Ura Mawashi Geri
- (Chudan -tělo) bez doteku nebo s velmi lehkým dotekem- Gyaku cuki, Mawashi Geri.

