



# CIECHANOWSKI KLUB KARATE KYOKUSHIN

06-400 Ciechanów, ul. 17 Stycznia 60B,  
REGON 141187621, NIP 566-19-42-581, tel.: +48 500138092  
konto 76 8230 0007 0017 2879 2000 0001  
[www.ckkk.eu](http://www.ckkk.eu) , [ckkk@ckkk.eu](mailto:ckkk@ckkk.eu),



[www.ckkk.eu](http://www.ckkk.eu)

## XIV TURNIEJ KARATE KYOKUSHIN O PUCHAR PREZYDENTA MIASTA CIECHANÓW

Ciechanów - sobota 5 października 2024 roku

Przedsięwzięcie współfinansowane ze środków Samorządu Miasta Ciechanów.

**Honorowy patronat**  
**Prezydent Miasta Ciechanów**



**MOSiR**

### Regulamin:

#### 1. Organizatorzy:

Ciechanowski Klub Karate Kyokushin  
Mazowiecki Klub Karate Kyokushin

#### 2. Termin i miejsce:

Sobota, 5 października 2024 roku.  
Hala sportowa MOSiR  
ul. 17 Stycznia 60C  
06-400 Ciechanów

#### 3. Uczestnictwo:

W zawodach mogą wziąć udział ekipy ze wszystkich klubów karate Kyokushin współpracujących z IKO i innych klubów zaproszonych przez organizatora składające się z dowolnej liczby zawodników.

#### Do startu będą dopuszczeni zawodnicy posiadający:

- Aktualne badania od lekarza sportowego, stwierdzające zdolność do uprawiania karate. Brak takich badań uniemożliwia udział w zawodach, a w szczególności w konkurencji SEMI KONTAKT osób niepełnoletnich.
- W kategoriach dla niepełnoletnich zawodnicy obowiązkowo walczą w kasku z kratą. **Każdy zawodnik musi posiadać WŁASNY kask oraz HOGO. Organizator nie zapewni kasków ani hogo.**
- **Osoby niepełnoletnie - pisemną zgodę rodziców lub opiekunów prawnych na udział w turnieju wg załączonego wzoru. Brak takiej zgody w przypadku zawodników startujących w konkurencji SEMI KONTAKT powoduje automatyczne wykluczenie z turnieju.**

- Osoby pełnoletnie - zrzeczenie się roszczeń wobec organizatora z tytułu wypadków oraz reprodukcji wizerunku wg załączonego wzoru.
- Dokument tożsamości ze zdjęciem stwierdzający wiek zawodnika (dokładną datę urodzenia).
- IKO Membership Card (legitymacja IKO).
- Czyste białe karate gi.
- Komplet obowiązujących ochraniaczy osobistych dla danej kategorii.
- **Kierownik ekipy zobowiązany jest do sędziowania i powinien posiadać w tym celu kompletny strój sędziowski. Turniej zostanie rozegrany na trzech matach, stąd mile widziane dodatkowe osoby zdolne do sędziowania.**

#### 4. Konkurencje:

Turniej będzie rozegrany w następujących konkurencjach:

- kumite semi kontakt (wg przepisów IKO) dla osób w wieku poniżej 18 lat i lekki kontakt (dzieci 6-7 lat);
- kumite full kontakt seniorów (pow. 18 lat) wg przepisów IKO, lecz z użyciem ochraniaczy na gołe i stopę.
  - SENIORZY (pow. 18 lat)
  - SENIORKI (pow. 18 lat)
  - SENIORZY PIERWSZY KROK (pow. 18 lat)
  - SENIORKI PIERWSZY KROK (pow. 18 lat)
  - SENIORZY PIERWSZY KROK (pow. 35 lat)
- **Konkurencja kata zostanie rozegrana w dwóch turach w czterech kategoriach wiekowych bez podziału na płeć.**
  - I tura obowiązkowa – zawodnik wykonuje dowolne kata z wymienionych poniżej,
  - II tura – zawodnik wykonuje dowolne kata z wymienionych poniżej:

#### Seniorzy:

- I tura: Pinan sono yon, Pinan sono go, Yantsu, Tsuki no kata, Saifa.
- II tura: Kanku-dai, Gekesai-san, Seienchin, Sushi-ho, Garyu, Seipai.

#### Juniorzy:

- I tura: Pinan sono ni, Pinan sono san, Pinan sono yon.
- II tura: Pinan sono go, Tsuki no kata, Gekesai ichi, Gekesai ni, Gekesai san, Yantsu, Saifa.

#### Juniorzy młodsi/Młodzicy:

- I tura: Taikyoku sono san, Pinan sono ichi, Pinan sono ni, Sakugi sono ichi.
- II tura: Pinan sono ni, Pinan sono san, Tsuki no kata.

#### Kadeci:

- I tura: Taikyoku sono ichi, Taikyoku sono ni, Taikyoku sono san.
- II tura: Pinan sono ichi, Sakugi sono ichi, Sakugi sono ni, Sakugi Sono san.
- **Konkurencja Team Kata zostanie rozegrana w jednej turze. Drużyny mogą być mieszane bez podziału na mężczyzn i kobiet i składać się z 3 osób.**

#### KATEGORIE KUMITE SEMI KONTAKT i LEKKI KONTAKT (dzieci 6-7 lat)

O przydziale do kategorii decyduje rok urodzenia. Organizator zastrzega sobie prawo do zmian w kategoriach wagowych. Prosimy o dokładne podawanie wagi zawodników.

#### Mężczyźni:

- |                           |                                                                                     |                                                               |
|---------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|
| - juniorzy                | 16 - 17 lat (rocznik 2008-2007 i rocznik 2006, nie ukończone w dniu zawodów 18 lat) | do 60 kg; do 65 kg; do 70kg; do 75 kg; do 85; pow. 85 kg      |
| - juniorzy młodsi         | 14 - 15 lat (rocznik 2010-2009)                                                     | do 45 kg, do 50 kg, do 55 kg, do 60 kg, do 65 kg, pow. 65 kg  |
| - młodzicy                | 12 - 13 lat (rocznik 2012-2011)                                                     | do 35 kg, do 40 kg, do 45 kg, do 55 kg, pow. 55 kg            |
| - kadeci (chłopcy)        | 10 - 11 lat (rocznik 2014-2013)                                                     | do 30 kg, do 35 kg, do 40 kg, do 45 kg, pow. 45 kg            |
| - dzieci (chłopcy)        | 8 - 9 lat (rocznik 2016-2015)                                                       | do 25 kg, do 30 kg, do 35 kg, pow. 35 kg                      |
| - dzieci młodsi (chłopcy) | 6 - 7 lat (rocznik 2018-2017)                                                       | do 20 kg, do 25 kg, do 30 kg, pow. 30 kg <u>lekki kontakt</u> |

#### Kobiety:

- |                              |                                                                                     |                                                     |
|------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|
| - juniorki                   | 16 - 17 lat (rocznik 2008-2007 i rocznik 2006, nie ukończone w dniu zawodów 18 lat) | do 55 kg, do 65 kg, pow. 65 kg                      |
| - juniorki młodsi            | 14 - 15 lat (rocznik 2010-2009)                                                     | do 50 kg, do 60 kg, pow. 60 kg                      |
| - młodziczki                 | 12 - 13 lat (rocznik 2012-2011)                                                     | do 40 kg, do 50 kg, pow. 50 kg                      |
| - kadetki (dziewczęta)       | 10 - 11 lat (rocznik 2014-2013)                                                     | do 35 kg, do 45 kg, pow. 45 kg                      |
| - dzieci (dziewczęta)        | 8 - 9 lat (rocznik 2016-2015)                                                       | do 25 kg, do 30 kg, pow. 30 kg                      |
| - dzieci młodsi (dziewczęta) | 6 - 7 lat (rocznik 2018-2017)                                                       | do 20 kg, do 25 kg, pow. 25 kg <u>lekki kontakt</u> |

## ZASADY ROZGRYWANIA KONKURENCJI KUMITE SEMI KONTAKT

Turniej rozegrany będzie indywidualnie systemem pucharowym. Jeżeli w kategorii będzie mniej niż trzech zawodników kategoria może zostać połączona z inną kategorią. **Wszystkie kategorie wiekowe będą walczyć wg światowych przepisów IKO tj.** w szczególności:

- na głowę będą dozwolone wszystkie kopnięcia,
- we wszystkich kategoriach dopuszczalne jest stosowanie low kick (mawashi geri gedan) z kontrolowaną siłą,
- wazari będzie przyznawane za technikę wywołującą wyraźne wrażenie na przeciwniku, a ippon za technikę wywołującą dłuższą niż 3 sekundy niezdolność do walki,
- nie będzie dyskwalifikacji za zbyt mocne wykonanie przepisowej techniki w dozwoloną do atakowania strefę.

Zawodnicy podczas walki są wyposażeni w ochraniacze wg poniższej tabeli:

kategoria	obowiązkowe ochraniacze osobiste	obowiązkowe ochraniacze zapewniane przez organizatora	ochraniacze zalecane nieobowiązkowe
<i>dzieci młodsze</i>	- białe ochraniacze goleń-stopą, - piąstkówki, - mężczyźni-suspensorium, - <b>kask z ochroną twarzy (kratą)</b> - <b>ochraniacz tułowia hogo,</b>		- kobiety-suspensorium - miękkie ochraniacze na kolana
<i>dzieci</i>	- białe ochraniacze goleń-stopą, - piąstkówki, - mężczyźni-suspensorium, - <b>kask z ochroną twarzy (kratą)</b> - <b>ochraniacz tułowia hogo,</b>		- kobiety-suspensorium - miękkie ochraniacze na kolana
<i>kadeci</i>	- białe ochraniacze goleń-stopą, - piąstkówki, - mężczyźni-suspensorium, - <b>kask z ochroną twarzy (kratą)</b> - <b>ochraniacz tułowia hogo,</b>		- kobiety-suspensorium - miękkie ochraniacze na kolana
<i>młodzicy</i>	- białe ochraniacze goleń-stopą, - piąstkówki - mężczyźni-suspensorium, - <b>kask z ochroną twarzy (kratą)</b> - <b>ochraniacz tułowia hogo,</b>		- kobiety-suspensorium - miękkie ochraniacze na kolana
<i>Juniorzy młodsi/ Juniorzy</i>	- białe ochraniacze goleń-stopą, - piąstkówki, - ochraniacz zębów (tzw. "szczęka"), - mężczyźni-suspensorium, - kobiety-ochraniacz na piersi-osobne mischki piankowe i elastyczna koszulka, - <b>kask bez ochrony twarzy</b>		- kobiety-suspensorium - miękkie ochraniacze na kolana

W kategoriach dla niepełnoletnich (junior młodszy i junior), w których zawodnicy zobowiązani są do używania „szczęki” zawodnik, który jej nie posiada walczy obowiązkowo w kasku z kratą.

Obowiązkiem zawodnika jest stawienie się do walki w regulaminowym czasie **1 minuty** w komplecie ochraniaczy. Organizator nie zapewnia obowiązkowych ochraniaczy osobistych.

## ZASADY ROZGRYWANIA KONKURENCJI KUMITE LEKKI KONTAKT

Turniej rozegrany będzie indywidualnie systemem pucharowym. Jeżeli w kategorii będzie mniej niż trzech zawodników, kategoria może zostać połączona z inną kategorią. Nie będzie walk o trzecie miejsce. **We wszystkich kategoriach dopuszczone do atakowania będą strefy wg światowych przepisów IKO ale:**

- **ZABRONIONE JEST STOSOWANIE PEŁNEJ SIŁY KOPNIĘĆ I UDERZEŃ!!!**

- Na głowę będą dozwolone wszystkie kopnięcia wykonane z kontrolowaną siłą.
- We wszystkich kategoriach dopuszczalne jest stosowanie low kick (mawashi geri gedan) wykonane z kontrolowaną siłą.
- Za zbyt mocne wykonanie przepisowej techniki w dozwoloną do atakowania strefę zawodnik może zostać ukarany lub zdyskwalifikowany. To samo dotyczy technik na strefy zakazane.

### Przebieg i czas walki w kategoriach dzieci młodszych i dzieci:

1,5 min runda podstawowa → pierwsza dogrywka 1 min → waga (o wyniku decyduje różnica wagi większa niż 3 kg) –> druga dogrywka 1 min, po której musi zapaść werdykt.

### Przebieg i czas walki w kategoriach kadetów, młodzików i juniorów:

2 min runda podstawowa → pierwsza dogrywka 1,5 min → waga (o wyniku decyduje różnica wagi większa niż 3 kg) –> druga dogrywka 1,5 min, po której musi zapaść werdykt.

## KATEGORIE KUMITE SENIORÓW

Osoby, które w dniu turnieju mają ukończone 18 lat (2006) i nieukończone 35 lat. Organizator zastrzega sobie prawo do zmian w kategoriach wagowych.

## KATEGORIE KUMITE FULL KONTAKT

- **SENIORZY (18-35 lat) do 70 kg, do 80 kg, do 90 kg, pow. 90 kg**
- **SENIORKI (pow. 18 lat) do 60 kg, pow. 60 kg**
- **SENIORZY PIERWSZY KROK (18-35 lat)** osoby do 5 kyu, które nie zdobyły medalu w zawodach rangi krajowej (Mistrzostwa Polski, Puchar Polski, Mistrzostwa Makroregionu) **podział na kategorie wagowe po zgłoszeniach.**
- **SENIORKI PIERWSZY KROK (18-35 lat)** osoby do 5 kyu, które nie zdobyły medalu w zawodach rangi krajowej (Mistrzostwa Polski, Puchar Polski, Mistrzostwa Makroregionu) **podział na kategorie wagowe po zgłoszeniach.**
- **WETERANI PIERWSZY KROK (pow. 35 lat)** osoby, które nie startowały w zawodach rangi krajowej (Mistrzostwa Polski, Puchar Polski, Mistrzostwa Makroregionu) w kategorii seniorów (18-35 lat), kategorie: **do 75 kg, do 85 kg, pow. 85 kg**
- **WETERANKI PIERWSZY KROK (pow. 35 lat)** osoby, które nie startowały w zawodach rangi krajowej (Mistrzostwa Polski, Puchar Polski, Mistrzostwa Makroregionu) w kategorii senierek (18-35 lat), kategorie: **do 60 kg, pow. 60 kg**

## ZASADY ROZGRYWANIA KONKURENCJI KUMITE FULL KONTAKT SENIORÓW I WETERANÓW

Turniej rozegrany będzie indywidualnie systemem pucharowym. Walki odbędą się wg przepisów IKO obowiązujących na świecie tzn. z możliwością stosowania wszystkich kopnięć na strefę głowy.

**W celu ograniczenia kontuzji, zawodnicy muszą obowiązkowo używać ochraniaczy wg poniższej tabeli:**

kategoria	obowiązkowe ochraniacze osobiste	obowiązkowe ochraniacze zapewniane przez organizatora	ochraniacze zalecane nieobowiązkowe
<i>Seniorzy Seniorki Seniorzy I Krok Seniorki I Krok</i>	- białe ochraniacze goleń-stopa, - ochraniacz zębów (tzw. "szczęka"), - mężczyźni-suspensorium, - kobiety-ochraniacz na piersi-osobne miseczki piankowe i elastyczna koszulka		- kobiety-suspensorium - miękkie ochraniacze na kolana,
<i>Weterani I Krok</i>	- białe ochraniacze goleń-stopa, - ochraniacz zębów (tzw. "szczęka"), - mężczyźni-suspensorium, - kobiety-ochraniacz na piersi-osobne miseczki piankowe i elastyczna koszulka - <b>- kask bez kraty</b>		- kobiety-suspensorium - miękkie ochraniacze na kolana,

**Jeśli zawodnik wychodzi do walki bez „szczęki”, to czyni to na własną odpowiedzialność.** W przypadku nieprzepisowego uderzenia w głowę, które w ocenie składu sędziowskiego nie powinno prowadzić do dyskwalifikacji uderzającego, jeśli powstaną skaleczenie czy uszkodzenia zębów, które wg lekarza uniemożliwiają prowadzenie dalszej walki, to sfaulowany może przegrać walkę przez niezdolność.

Obowiązkiem zawodnika jest stawienie się do walki w regulaminowy czasie 1 minuty w komplecie ochraniaczy. **Organizator nie zapewnia obowiązkowych ochraniaczy osobistych.**

### **Przebieg i czas walki seniorzy, seniorki i seniorzy I krok**

2 min runda podstawowa → pierwsza dogrywka 2 min → waga (o wyniku decyduje różnica wagi większa niż 3 kg) → druga dogrywka 2 min, po której musi zapaść werdykt.

### **Przebieg i czas walki seniorzy I krok (pow. 35 lat)**

Dla trzech zawodników i więcej: 1,5 min runda podstawowa → pierwsza dogrywka 1,5 min → waga (o wyniku decyduje różnica wagi większa niż 3 kg) → druga dogrywka 1,5 min po której musi zapaść werdykt.

**Kategorie full kontakt odbędą się nawet dla dwóch zawodników w kategorii, w przypadku dwóch zawodników wg systemu Super Fight. W przypadku zgłoszenia się pojedynczych zawodników kategorie będą łączone.**

### **Dla dwóch zawodników: Super Fight**

2 min **I runda podstawowa** (w przypadku IPPON lub dwóch WAZARI walka kończy się przed czasem i druga runda nie odbywa się) → werdykt → 2 min **II runda podstawowa** → werdykt → WYNIK (decyduje przewaga zwycięstw w dwóch rundach, następnie decyduje różnica wagi większa niż 3 kg) → dogrywka 2 min po której musi zapaść werdykt. Przerwa pomiędzy pierwszą i drugą rundą - 1 min.

### **Dla dwóch zawodników: Super Fight seniorzy I krok (pow. 35 lat)**

1,5 min **I runda podstawowa** (w przypadku IPPON walka kończy się przed czasem i druga runda nie odbywa się) → werdykt → 1,5 min **II runda podstawowa** → werdykt → WYNIK (decyduje przewaga zwycięstw w dwóch rundach, następnie decyduje przewaga sumy chorągiewek w obydwu rundach, następnie decyduje różnica wagi większa niż 3 kg) → dogrywka 1,5 min po której musi zapaść werdykt. Przerwa pomiędzy pierwszą i drugą rundą - 1 min.



## 5. Opłata startowa:

Uczestnicy turnieju wnoszą opłatę startową w wysokości 100 zł, która pokrywa część kosztów organizacyjnych. Opłata płatna gotówką w dniu zawodów lub przelewem na konto podane w nagłówku (w tym przypadku prosimy o przywiezienie dowodu wpłaty).

## 6. Nagrody i punktacja drużynowa:

Za pierwsze, drugie i trzecie miejsca we wszystkich kategoriach zawodnicy otrzymają puchary i dyplomy. Sposób obliczania punktacji drużynowej **1 miejsce - 5 pkt, 2 miejsce - 3 pkt, 3 miejsce - 1 pkt.**

## 7. Zgłoszenia:

- a) zgłoszenia zawodników dokonujemy poprzez rejestrację zawodników na stronie internetowej [www.mykyokushin.net](http://www.mykyokushin.net)  
**NAJPOZNIJ do 02 października 2024 roku (środy) do godz. 24:00;**  
W celu rejestracji zawodników trener drużyny musi się zarejestrować na stronie [mykyokushin.net](http://mykyokushin.net).
- b) 04 października 2023 ok. godz. 15:00 - 24:00 zostanie umieszczona na facebooku i [www.ckkk.eu](http://www.ckkk.eu), lista zgłoszonych zawodników; dostrzeżone błędy należy jak najszybciej zgłosić telefonicznie lub SMS-em do Piotra Simińskiego numer tel. 501859542; brak informacji o błędach do czwartku 03 października do godz. 24:00 oznacza, że w przesłanych zgłoszeniach nie ma błędów;
- c) losowanie odbędzie się w piątek 04 października 2024 roku na podstawie zgłoszeń;
- d) przed zawodami nastąpi weryfikacja zgłoszeń i wagi zawodników.

### UWAGA!

**ZAWODNICZY NIEZGŁOSZENI W TERMINIE NIE WEZMĄ UDZIAŁU W TURNIEJU**

**ZAWODNICZY, KTÓRZY NIE PRZEJDĄ WERYFIKACJI WAGI LUB NIE BĘDĄ POSIADAĆ AKTUALNYCH BADAŃ LEKARSKICH (LEKARZ SPORTOWY) ZOSTANĄ SKREŚLENI Z LISTY STARTOWEJ.**

**Nie zwalnia to klubu od wpłaty za nich opłaty startowej!**

Weryfikacja zawodników przeprowadzana jest dopiero po opłaceniu przez kierownika opłaty startowej. Dla usprawnienia prosimy o wpłaty na konto i przywiezienie potwierdzenia.

## 8. Plan na sobotę 05 października 2024 roku:

- 08: 00 - 11: 00 - weryfikacja zgłoszonych zawodników kumite (wszystkie roczniki),
- 10: 00 - narada kierowników ekip, powołanie składów sędziowskich,
- 11: 00 - turniej kata (w przypadku szybszego zakończenia kata zaczną się walki eliminacyjne w kumite),
- 13: 00 - oficjalne otwarcie,
- 13: 30 - kumite zawodników ze wszystkich kategorii,
- ok. 18:00 - dekoracja zawodników i zakończenie imprezy.

Godzina zakończenia zawodów zależy od liczby przybyłych zawodników.

## 9. Wyżywienie podczas turnieju:

W ramach opłaty startowej zawodnicy otrzymają pożywną kanapkę. Na hali będzie znajdował się bufet. Dla sędziów przewidziany jest bezpłatny obiad.

## 10. Nocleg:

Organizator nie zapewnia noclegu. Potrzebującym noclegu pomożemy go znaleźć.

## 11. Ubezpieczenie:

Uczestnicy zawodów nie będą ubezpieczeni przez organizatora. Obowiązek ubezpieczenia zawodnika spoczywa, zgodnie z prawem na klubie, w którym zawodnik trenuje.

## 12. Postanowienia końcowe:

W sprawach nieobjętych niniejszym regulaminem decyduje organizator.

**Organizatorzy Turnieju życzą sukcesów sportowych  
oraz miłego pobytu w Ciechanowie  
OSU!**

Sensei Wojciech Gołębiewski tel.: +48 500138092,  
Shihan Rafał Tomala Tel.: +48 602675693,  
e-mail: [ckkk@ckkk.eu](mailto:ckkk@ckkk.eu)