Starptautiskā Tradicionālā Karatē Federācija (ITKF)

Ko-Go Kumite sacensību disciplīna

NOTEIKUMI *(saīsināti)*

*I - Vispārīgi*

1. Ko-Go Kumite būtība – pārmaiņus veikts Uzbrukums/ Aizsardzība, kas dalībniekiem sniedz iespēju pakāpeniski apgūt kontrolētu brīvo kumite *(Jyu kumite)*, it sevišķi tā būtiskas sastāvdaļas – distances izjūtu un visefektīvākā brīža identificēšanu tehniku izpildei *(anlg. – timing).*

2. Ko-Go Kumite sacensībās katrā cīņā abi dalībnieki pārmaiņus izpilda 3 uzbrukumus un 3 aizsardzības tehnikas.

*Aka (sarkanā puse) uzbrūk pirmais, izpildot uzbrukuma tehnikas 3 reizes pēc kārtas. Pēc tam seko Baltās puses (Shiro) uzbrukuma tehniku izpilde 3 reizes pēc kārtas.*

3. Katra cīņa ir neatkarīga - soda punkti netiek pārnesti uz nākošo cīņu.

***Izņēmums:*** *Gadījumā, ja tiek piemērotas sankcijas, kuru rezultātā dalībnieks neturpina cīņu vai tiek pilnībā diskvalificēts no turpmākās dalības sacensībās - „Han-soku” (augstākais soda punktu skaits par neatļautu darbību), „Shi-Kaku” (diskvalifikācija), pretinieks tiek pasludināts par cīņas uzvarētāju.*

4. Uzvarētāju nosaka, aprēķinot kopējo punktu skaitu. Neizšķirta rezultāta gadījumā tiek izmantota papildus cīņa (*Kettei-sen*), kurā katrs dalībnieks atkārtoti uzbrūk un aizsargājas 3 reizes. Pirmais uzbrūk *Aka.* Uzvarētājs ir tas sportists, kurš pirmais izpilda rezultatīvu uzbrukuma vai aizsardzības tehniku – t.i., tiek piešķirts *Waza-ari* vai *Ippon*. Gadījumā, ja neviens sportists neiegūst *Waza-ari* vai *Ippon*, uzvarētāju nosaka, ņemot vērā cīņā iegūto kopējo punktu skaitu. Ja vēl aizvien ir neizšķirts rezultāts, tad uzvarētājs tiek noteikts saskaņā ar tiesnešu lēmumu, ņemot vērā *Vispārīgos Kumite Noteikumus*.

II - Sacensību process

1. Pēc tam, kad *Shu-shin* irnorādījis, kurš dalībnieks izpilda uzbrukuma tehniku un kurš- aizsardzības, seko komanda *„Shobu Ippon – Hajime”.*

2. **Dalībnieka, kurš izpilda uzbrukuma tehniku (turpmāk tekstā – „Uzbrukuma puse”), rīcība:**

2.1. Pēc komandas *„Hajime”*, 10 sekunžu laikā uzsāk uzbrukumu. Ja 10 sekunžu laikā netiek izpildīts uzbrukums, tad darbība tiek klasificēta kā *„Beidzies laiks”*

2.2. Tiklīdz Uzbrukuma puses vadošā rokas dūre/ plauksta gandrīz saskaras ar Aizsardzības puses vadošās rokas dūri/ plaukstu, kas Aizsardzības pusei dod tiesības uzsākt tehniku izpildi, Uzbrukuma pusei jātur rokas, saliektas elkoņa locītavās leņķī, kas nav mazāks par 45°. Ja iepriekšminētais netiek ievērots, kā arī gadījumā, ja rokas tiek paslēptas aiz ķermeņa, tad darbība tiek vērtēta kā *„Kakushi”.*

2.3. Izpildāmo tehniku skaita ierobežojums – 4 tehnikas, ieskaitot māņu kustības un kustības, kuru mērķis ir izjaukt pretinieka fizisko stabilitāti (līdzsvaru).

**Izņēmums:** Ir pieļaujams, ka pēc tam, kad Uzbrūkošā puse ir izpildījusi pēdējo uzbrukuma tehniku un Aizsargājošā puse ir reaģējusi ar aizsardzības un pretuzbrukuma tehniku, Uzbrūkošā puse drīkst izvairīties vai izpildīt aizsardzības tehniku ar sekojošo 1 pretuzbrukuma tehniku.

2.4. Tehniku (uzbrukuma, māņu utt.) izpildē jāievēro nepārtrauktības princips, lai kustību virkne veidotu tehniku kombināciju.

3. **Dalībnieka, kurš izpilda aizsardzības tehniku (turpmāk tekstā – „Aizsardzības puse”), rīcība:**

3.1. Drīkst izpildīt tehniku tikai pēc tam, kad Uzbrukuma puse fiziski uzsāk uzbrukumu. Jebkura fiziska kustība, t.sk., piemēram, māņu kustība, tiek uzskatīta kā fiziska uzbrukuma tehnikas izpilde.

Ja Aizsardzības puse uzsāk tehnikas izpildi pirms Uzbrukuma puse uzsāk uzbrukumu, tad darbība tiek vērtēta kā *„Saki”.*

3.2. Aizsardzības pusei jāreaģē uz Uzbrukuma puses darbību, izpildot pretuzbrukuma tehniku, kas sastāv ne vairāk kā no 3 tehnikām – aizsardzības, izvairīšanās,

uzbrukuma utt.

3.3. Izvairīšanās/ aizsardzības un tai sekojošā pretuzbrukuma tehnikas izpildē jāievēro kustību nepārtrauktības princips.

3.4. Ja abu pušu vadošo roku dūres/ plaukstas atrodas tādā attālumā, kurā ir iespējams saskaties *(angl. – „touching distance”)*, tad Aizsardzība pusei nav pienākums gaidīt, lai Uzbrukuma puse uzsāk izpildīt uzbrukuma tehniku. Šajā gadījumā Aizsardzības puse drīkst pieskarties Uzbrūkošās puses vadošajai rokai/dūrei/plaukstai (atkarībā no attāluma), tādejādi uzskatāmi parādot, ka distance ir piemērota, un pēc tam izpildīt tehniku – apsteidzošu pretuzbrukumu. Pieskaršanās laikā ķermeņa augšdaļai jābūt taisnai, t.i., dalībnieks nedrīkst noliekties, tādējādi samazinot attālumu līdz Uzbrūkošajai pusei.

3.5. Ja Uzbrukuma puse ir izpildījusi 4 uzbrukuma tehnikas un Aizsardzības puse izpilda nepilnīgas, neefektīvas aizsardzības tehnikas vai arī pārvietojas ar mērķi atkāpties (bēgt), tad darbība tiek vērtēta kā *„Bēgšana” (angl. – „Escape”).*

III - Sankcijas

1. Tiek piemērota Vispārīgajos Kumite noteikumos norādītās sankcijas un soda punktu sistēma, kā arī tiek piemēroti soda punkti par sekojošām dalībnieku darbībām un situācijām:

1.1. „Laiks beidzies” – 2 punkti

1.2. „Kakushi” – 2 punkti

1.3. „Saki” – 2 punkti

1.4. „Bēgšana” – 2 punkti

1.5. Kritiens – „Tento” (piemēro Vispārīgos Kumite noteikumus) – 1 punkts

Tātad:

Max. pieļaujamais tehniku skaits cīņā:

**Uzbrūkošā puses 4 => Aizsargājošā puse 3 => Uzbrūkošā puse 2**

Cēsu karate kluba

valdes locekle A.Nestro