

**Mērķi:**

- popularizēt veselīgu un aktīvu dzīves veidu bērnu un jauniešu vidū Ogres novadā un Latvijā, kā bērnu un jaunatnes alkoholisma, smēķēšanas, narkomānijas un noziedzības profilakses līdzeklis;
- sporta, cīņu māksla, un konkrēti sporta karatē popularizēšana, attīstīšana un prestiža celšanā Ogres novadā un Latvijā, kā arī patriotisko jūtu celšana bērnu un jaunatnes vidū;
- talantīgo sportistu meklēšana bērnu un jaunatnes vidū Latvijas izlases komplektēšanai.

**Vadība:** Ogres karatē un tuvcīņas bērnu klubs “KARATĒ SEN-E” sadarbībā ar Latvijas Karatē Federāciju.

**Laiks un vieta:** 12. martā (svētdienā) 2016. gadā. Sakums: 10.00. (Reģistrācija: 8.25. - 9.25.);

Ogrē, Ogres Sporta Centra HALLĒ, Skolas ielā 21. Karte (Latvija un Ogre): <http://kartes.delfi.lv/>

**Dalībnieki:** Sportisti - zēni un meitenes no 6 gadu vecuma, kuriem ir piedalīšanas pieredze sacensībās pēc karatē WKF (WORLD KARATE FEDERATION) noteikumiem. SUMO – no 4-m gadiem. Dalībniekiem jāzin un jāievēro sacensības noteikumus WKF un noteikumus SUMO (pieņemtie LKF; sk.pielik.). Pilngadīgs dalībnieks ir atbildīgs par savu **apdrošināšanu** un savu **veselības stāvokli** sacensībās, kā arī sportisti paši uzņemas atbildību par jebkāda veida **traumām** (ja dalībnieks ir nepilngadīgs, atbildību uzņemas vecāki vai aizbildņi). Komandas pārstāvis un/vai treneris ir atbildīgs par dalībnieka atbilstību konkrētai vecuma un svara kategorijai, kā arī par konkrēta sportista **sagatavotību** sacensībām. Komandas pārstāvja pienākums ir **iepazīstināt** katru komandas sportistu ar Nolikuma nosacījumiem.

**Noteikumi:**

Karatē **WKF** (WORLD KARATE FEDERATION) noteikumi, ar organizatora izmaiņām (sk.pielik.). Balts **KIMONO** (KARATE-GI) – obligāti. 3-4 tatami 7x7 metri. Visās kategorijās – tikai viena 3-ā vieta. **SUMO, FANTOM-KUMITE:** „**apļveida**” sistēma pa 3 vai 4 sportisti apakšgrupā (5 – tikai, ja ir 5 dalībnieki). No apakšgrupa tālāk iet 2 sportisti. Pēc tam - „**olimpiskā**” sistēma bez “repechage”. **KATA:** sk.pielik. **KUMITE:** „**olimpiskā**” sistēma ar pilnu “repechage”. Organizatori nenodrošina sportistus ar individuālo sacensību ekipējumu. Aizsargvestes (ķermeņa protektori) un krūšu aizsargi (sievietiem) nav obligāti (pēc sportista vēlēšanās), bet ieteicams (sportisti (vecāki vai aizbildņi) uzņemas atbildību par jebkāda veida **traumām**). Protesta izskatīšana – 70 EUR.

**Svēršanās** notiek pirms atbilstošas kategorijas sākuma (vizuāli). Pieļaujamā svara pārsvars - 300 g.

Pēc kategorijas sakuma – pretenzijas par svaru nepieņem.

**Pārbaude:** BUDO-PASE (vecums, KYU) – obligāti! Visiem sportistiem ir obligāta personas apliecība vai pase.

**Kategorijas:** Sportists var piedalīties 2 un vairāk kategorijās vienā disciplīnā, piemēram, augstāk - kyu, vecums, svars (sportista (vecāki vai aizbildņi) atbildība):

**KATA:**

Papildinājumi un izmaiņas – sk.pielik.

**Kategorijas KATA zēni:**

gadi	kyu		
5 - 7	- 9 kyu	+ 8 kyu	- (zēni un meit. kopa)
8 - 9	- 9 kju	+ 8 kju	
10 - 11	- 8 kju	+ 7 kju	
12 - 13	- 8 kju	+ 7 kju	
14 - 15	- 7 kju	+ 6 kyu	
+ 16	- norādīt sportista precīzu vecumu un KYU		

**Kategorijas KATA meitenes:**

Kategorijas būs izskatītas pēc pieteikumu pieņemšanas.

**SUMO:**

Tiesāšanas sistēma pieņemta LKF – divi tiesneši laukumā „3 x 3”, līdz diviem YUKO (sk.pielik.):

**Kategorijas SUMO zēni:**

gadi	svars				
- 5	-21kg	+21kg			- (zēni un meit. kopa)
6-7	-23kg	-27kg	+27kg		
8-9	-28kg	-33kg	-39kg	+39kg	
10-11	-33kg	-39kg	-44kg	+44kg	
12-13	-46kg	+46kg			

### **Kategorijas SUMO meitenes:**

Norādīt precīzu sportista vecumu un svaru.

Kategorijas būs izskatītas pēc pieteikumu pieņemšanas.



### **FANTOM-KUMITE:**

Sajauktie noteikumi KATA и KUMITE WKF. 3 tiesneši uz TATAMI. Cīņas laiks – 20.sek. Divi dalībnieki („AKA” un „AO”) vienlaicīgi pa 2-m FANTOMiem (mērķiem) veic **kontrolētus** sitienus ar rokām un kājām, atļauti WKF. FANTOMiem ir 2 vērtējamas zonas: CHUDAN / JODAN. **Atļautais kontakts, pieskāriens vai bez-kontakts - noteikumi CADETS WKF.** Ekipējums – KUMITE WKF (var bez kājas aizsargiem un zobu sarga). Tiesneši pēc laika izbeigšanās piešķir uzvaru vienam no dalībniekiem (HANTEI).

#### **Vērtējuma kritēriji (tiesnešiem):**

Tehniskais izpildījums (stājas, tehnikas laba forma, pārejas kustības). Koncentrācija (spēcīgs, enerģisks, ātrs un akcentēts izpildījums). Tehnikas potenciāls. Precizitāte (CHUDAN/JODAN, optimālais sitiena leņķis 90°). Līdzsvars. Uzmanība, skatiens (FOKUS). Pareiza elpošana. ZANSHIN (pastāvīga gatavība, koncentrēšanās cīņai). Cīņas gars. Tehniku un kombināciju (uz vērtējumu) dažādība, sarežģītība un daudzums. Distances kontrole. Taktika (uzbrukuma leņķa maiņa). Pārkāpumu daudzums (pārsniedz pieļaujamo kontaktu, ...).

#### **Kategorijas** (zēni un meit. kopa):

6 y.	7 y.	8 y.	9 y.	10 y.	11 y.	12 y.	13 y.	14 y.	+15 y.
open	open	open	open	open	open	open	open	open	open

### **KUMITE:**

Papildinājumi un izmaiņas – sk.pielik.

#### **Kategorijas KUMITE zēni:**

Vecums (gadi)	kg	
... – 7	-26 ; +26	- (мальчики и девочки вместе)
8 - 9	-30 ; -35 ; +35	
10 - 11	-34 ; -39 ; -44 ; +44	
12 – 13	-40 ; -45 ; -52 ; +52	
14 – 15	-52 ; -57 ; -63 ; +63	
16 - 17	-55 ; -61 ; -68 ; +68	
+18 ...	-75 ; +75	

#### **Kategorijas KUMITE meitenes:**

Norādīt precīzu sportista vecumu un svaru.

Kategorijas būs izskatītas pēc pieteikumu pieņemšanas.

#### **Apbalvošana:**

Tiek apbalvotas 1,2,3 vietas ar medaļām, diplomiem (viena trešā vieta). Komanda, kura saņems visvairāk medaļas tiks apbalvota ar Čempionāta Kausu. Balva par vislabāko tehniku vai skatītāju simpātijas balva. Apbalvošana uzreiz pēc kategorijas beigšanas (pēc 10-15 min).

**Uzņemšanas noteikumi:** Dalības maksa vienai personai: 1-ā (katrā) kategorijā - 20 EUR.

**Pieteikumi:** [ogres.karate@inbox.lv](mailto:ogres.karate@inbox.lv) . PIETEIKUMUS JĀIESNIEDZ **LĪDZ 07.03.2016.g.**

Par **KATRĀM** izmaiņām reģistrācijas formā pēc 07.marta tiek piemērota **PAPILDU samaksa 5 EUR apmērā!!!**

**Pieteikumu sūtīt tikai norādītajā formā** (sk. pielikumu) !

**Lūdzam norādīt precīzu vecumu, svaru un „kju” (kur tas ir nepieciešams).**

**Papild. informācija** - sk. pielikumu.

Var būt citas izmaiņas. Beidzamās izmaiņas būs aprunātas tiesnešu-**treneru** brīfinga laikā 12.marta 09.30. (tiesnešiem un sekretāriem jābūt obligāti).

Ar cieņu, Jevgenijs Ivanovs, t. (+371) 2640 8970.