

CUPA NAPOCA JUNIOR

CLUJ-NAPOCA 9 FEBRUARIE 2014 - EDITIA a I-a

CAT.VARSTA	KATA		KIHON		KUMITE NIHON / IPPON	
	fete	baieti	fete	baieti	fete	baieti
-7 ani	9kyu	9kyu	9kyu	9kyu	Open ippon	Open ippon
	+8kyu	+8kyu	+8kyu	+8kyu		
7-8 ani	9-8kyu	9-8kyu	9kyu	9kyu	9-8kyu nihon	9-8kyu nihon
	+7kyu	+7kyu	8kyu	8kyu	+7kyu nihon	+7kyu nihon
9-10 ani	9-8kyu	9-8kyu	9kyu	9kyu	9-8kyu nihon	9-8kyu nihon
	+7kyu	+7kyu	8kyu	8kyu	+7kyu nihon	+7kyu nihon
11-12 ani	9-7kyu	9-7kyu	-	-	9-8kyu nihon	9-8kyu nihon
	6-4kyu	6-4kyu			+7kyu nihon	+7kyu nihon
	+4kyu	+4kyu				

ECHIPE	Kata fete	Kumite fete nihon	Kata baieti	Kumite baieti nihon
-10 ani	DA	DA	DA	DA
+10 ani	DA	DA	DA	DA

COMBINATII KIHON	SHOTOKAN
	OI ZUKI
	MAE GERI
	AGE UKE
	GYAKU ZUKI

**Kumite – cat. -7, 7-8, 9-10,11-12 ani, sportivii vor lupta cu casca si pieptar
La echipe +10 ani se accepta un sportiv cu o categorie mai mica de varsta.**

Exemplu de desfășurare a probei KIHON:

- arbitrul central alege una din cele 4 combinatii si o comunica celor doi concurenti.

Exemplu: OI ZUKI - concurentii la comanda **HAJIME** executa: **kamae zenkutsu-dachi gedan barai**, se deplaseaza de **3 ori cu oi zuki in zenkutsu-dachi**, a treia tehnica de oi zuki - **kiai**, dupa care **mawate zenkutsu-dachi gedan barai**, se deplaseaza din nou de **3 ori cu oi zuki in zenkutsu-dachi**, a treia tehnica de oi zuki cu **kiai**, dupa care **mawate zenkutsu-dachi gedan barai** si **yoi dachi**. Sistemul este eliminatziu, se desfășoară în paralel cu 2 concurenți și se arbitrează cu stegulețe.