

REGULAMIN

IV PUCHARU ZIEMI
SPISKIEJ I PODHALA
W KARATE TRADYCYJNYM

22 LUTEGO 2026

ZAPISY DO 10.02.2026

NIEDZICA

UL. 3-EGO MAJA 97



DATA	22 lutego 2026 r. (niedziela), oficjalne otwarcie i rozpoczęcie zawodów o godz. <u>10.00</u>
MIEJSCE	ul. 3 Maja 97, 34-441 Niedzica, Hala Sportowa
ORGANIZATOR	Zakopiański Klub Karate Tradycyjnego

KIHON I KATA INDYWIDUALNE

Grupa A (7 lat i młodsi) ur. 2019 i młodsi	Grupa B (8-9 lat) ur. 2018 i 2017	Grupa C (10-11 lat) ur. 2016 i 2015	Grupa D (12-13 lat) ur. 2014 i 2013
w 2 grupach stopni: <ul style="list-style-type: none">• 9 kyu (kion*)• 8-6 kyu (kata)	w 3 grupach stopni: <ul style="list-style-type: none">• 9 kyu (kion*)• 8-7 kyu (kata)• 6-1 kyu (kata)	w 4 grupach stopni: <ul style="list-style-type: none">• 9-8 kyu (kata)• 7 kyu (kata)• 6 kyu (kata)• 5-1 kyu (kata)	w 5 grupach stopni: <ul style="list-style-type: none">• 9-8 kyu (kata)• 7 kyu (kata)• 6 kyu (kata)• 5-4 kyu (kata)• 3-1 kyu (kata)
Grupa Junior Młodszy (14-15 lat) ur. 2012 i 2011	Grupa Junior (16-17 lat) ur. 2010 i 2009	Grupa Młodzieżowiec (18-20 lat) ur. 2008-2006	Grupa Senior (21 lat i starsi) ur. 2005 i starsi
w 5 grupach stopni: <ul style="list-style-type: none">• 9-8 kyu (kata)• 7 kyu (kata)• 6 kyu (kata)• 5-4 kyu (kata)• 3-1 kyu (kata)	w 3 grupach stopni: <ul style="list-style-type: none">• 9-7 kyu (kata)• 6-4 kyu (kata)• 3 kyu-DAN (kata)	w 3 grupach stopni: <ul style="list-style-type: none">• 9-7 kyu (kata)• 6-4 kyu (kata)• 3 kyu-DAN (kata)	w 3 grupach stopni: <ul style="list-style-type: none">• 9-7 kyu (kata)• 6-4 kyu (kata)• 3 kyu-DAN (kata)



KUMITE INDYWIDUALNE

Grupa B (8-9 lat) ur. 2018 i 2017	Grupa C (10-11 lat) ur. 2016 i 2015	Grupa D (12-13 lat) ur. 2014 i 2013
w 3 grupach stopni: <ul style="list-style-type: none">• 9-7 kyu (kihon ippon kumite)• 6-5 kyu (kihon ippon kumite)• 3-1 kyu (jiyu ippon kumite)	w 3 grupach stopni: <ul style="list-style-type: none">• 9-7 kyu (kihon ippon kumite)• 6-4 kyu (jiyu ippon kumite)• 3-1 kyu (jiyu ippon kumite)	w 3 grupach stopni: <ul style="list-style-type: none">• 9-7 kyu (kihon ippon kumite)• 6-4 kyu (jiyu ippon kumite)• 3-1 kyu (jiyu ippon kumite)
Grupa Junior Młodszy (14-15 lat) ur. 2012 i 2011	Grupa Junior (16-17 lat) ur. 2010 i 2009	Grupa Młodzieżowiec (18-20 lat) ur. 2008-2006
w 3 grupach stopni: <ul style="list-style-type: none">• 9-7 kyu (kihon ippon kumite)• 6-4 kyu (jiyu ippon kumite)• 3-1 kyu (kogo kumite, finał jiyu kumite)	w 3 grupach stopni: <ul style="list-style-type: none">• 9-7 kyu (kihon ippon kumite)• 6-4 kyu (jiyu ippon kumite)• 3 kyu-DAN (kogo kumite, finał: jiyu kumite)	w 3 grupach stopni: <ul style="list-style-type: none">• 9-7 kyu (kihon ippon kumite)• 6-4 kyu (jiyu ippon kumite)• 3 kyu-DAN (jiyu kumite)
Grupa Senior (21 lat i starsi) ur. 2005 i starsi		
w 3 grupach stopni: <ul style="list-style-type: none">• 9-7 kyu (kihon Ippon Kumite)• 6-4 kyu (jiyu Ippon Kumite)• 3 kyu-DAN (jiyu Kumite)		
Kihon Ippon Kumite: 3 ataki (Oizuki Jyodan, Oizuki Chudan, Maegeri)		
Jiyu Ippon Kumite: 4 ataki (Kizami Zuki Jyodan, Gyakuzuki Chudan, Maegeri, Ushiro-geri) – pojedynki oceniane systemem chorągiewkowym, w obronie OJI WAZA		
Kogo Kumite: wg przepisów PZKT		
Jiyu Kumite: wg przepisów PZKT		



1. W przypadku niewystarczającej liczby zawodników w danej grupie zostaną oni dołączeni do innej, najbardziej zbliżonej do stopnia i wieku. We wszystkich grupach obowiązuje podział na kategorie dziewcząt i chłopców.
2. Konkurencja *KIHON w miejscu : Pozycja yoi dachi (5x chokuzuki, 5x ageuke, 5x maegeri)
3. Kata będą wykonywane do wysokości zaawansowania niższego stopnia.
4. W grupie D stopnie 3-1 kyu zawodnicy wybierają kata spośród: Bassai Dai, Jion, Kanku Dai.
5. W grupie junior młodszy , junior, młodzieżowiec, senior (3kyu – Dan) dowolne kata mistrzowskie (w finale inne kata niż w półfinale).
6. Kata ocena systemem chorągiewkowym wszystkie kategorie i stopnie, oprócz 3kyu – Dan w grupie: junior młodszy, junior, młodzieżowiec, senior – w finale ocena systemem punktowym.

WARUNKI STARTU DLA ZAWODNIKÓW I KLUBU

1. Odpowiedni wiek i stopień: wg wymienionych roczników i stopni.
2. Ubezpieczenie NNW.
3. Aktualne badania sportowo-lekarskie.
4. Posiadanie pisemnej zgody prawnego opiekuna na start w zawodach.
5. Dokonanie zgłoszenia przez formularz
6. W dniu rozpoczęcia zawodów nie będą przyjmowane zgłoszenia. Nie przewiduje się zwrotów opłaty startowej w przypadku rezygnacji ze startu w zawodach.
7. Opiekę podczas zawodów i startów pełnią instruktorzy klubowi.
8. Osoby startujące w konkurencji kumite:
 - Jiu Ippon Kumite – zalecane ochraniacze na zęby.
 - Kogo Kumite, Jiyu Kumite – obowiązują ochraniacze na zęby, ochraniacze na krocze u chłopców i na piersi u dziewczyn.



ZAKOPIAŃSKI KLUB KARATE TRADYCYJNEGO



+48 604-256-027



KARATE.PODHALE@GMAIL.COM

TERMIN ZGŁOSZEŃ WRAZ Z OPŁATĄ STARTOWĄ

I TERMIN 10.02.2026 r.	120 zł za konkurencję
II TERMIN 16.02.2026 r.	150 zł za konkurencję

(*) Po tym terminie nie będą przyjmowane zgłoszenia!

ZGŁOSZENIA

- Zgłoszeń należy dokonać poprzez formularz zgłoszeniowy dostępny w załączeniu na maila karate.podhale.kontakt@gmail.com
- Opłatę startową należy dokonać przelewem na poniższe konto, zgodnie ze stawką odpowiadającą terminowi zgłoszenia:

Nr konta: PKO BP SA 07 1020 3466 0000 9502 0025 3633

Ul. W. Brzegi 1

34-500 Zakopane

Tytuł: Opłata startowa – IV Puchar Ziemi Spiskiej i Podhala, Klub <nazwa klubu>

- W dniu zawodów nie ma możliwości zapisania zawodników lub dokonania jakichkolwiek zmian.
- Organizatorzy nie odpowiadają za błędy w zgłoszeniach zawodników dokonanych przez kluby.



ZAKOPIAŃSKI KLUB KARATE TRADYCYJNEGO



+48 604-256-027



KARATE.PODHALE@GMAIL.COM

Dodatkowe informacje

Dominika Bolechowska—Rączka tel.: 660 617 286,

Józef Rączka tel.: 604 256 027