



## TIEDOTE

**2.2.2012**

### **JUNIOREIDEN JA NUORISON SALIKILPAILUT 12.2.**

Karatejutsujaoksen vuoden 2012 salikilpailukausi käynnistyy! Järjestämme kamppailukeskuksella salikilpailut juniori- ja nuorisoryhmille **sunnuntaina 12.2. klo 17.30 - 19.30**. Kilpaileminen kehittää kamppailu-urheilussa tärkeitä ominaisuuksia, joita ei normaaleissa harjoitustilanteissa saada kehitettyä. Toivomme, että kaikki vähänkin kilpailemisesta kiinnostuneet tytöt ja pojat lähtevät mukaan, jotta saamme hyvät ja monipuoliset kisat pystyyn!

**HUOM!** Kisoista johtuen su 12.2. ei ole normaaleja harjoituksia, mutta kaikki ovat tervetulleita seuraamaan kisoja ja kannustamaan!

### **KISOJEN LAJIT JA SÄÄNNÖT**

#### **A) Pyykkipoikaottelu: 8-10-vuotiaat**

Pukuun kiinnitetään neljä pyykkipoikaa, joita vastustajalta nappaamalla saa pisteitä. Ottelussa ei ole tarkoitus painia, vaan nopealla lyönninomaisella liikkeellä napataan pyykkipoika vastustajalta. Pyyhkäisy on sallittu, mutta potkut eivät. Pisteen saa, kun tilanteen jälkeen pyykkipoika on edelleen kädessä. Pudonneesta pyykkipojasta ei tule pisteitä. Irrotetut ja irronneet pyykkipojat laitetaan aina tilanteen jälkeen takaisin paikalleen tuomarin toimesta. Omista pyykkipojista ei saa pitää kiinni, ottelualueelta ei saa poistua, eikä kasvoihin kohdistuvaa hyökkäystä sallita. Toistuvista rikkeistä annetaan vastapuolelle pisteitä. Erä kestää minuutin tai siihen asti kun toisella on kasassa 5 pistettä.

#### **B) Pystyottelu: 11-13-vuotiaat ja 14-16-vuotiaat**

Pystyottelussa käytetään potkuja, lyöntejä ja kaatoja. Ottelijat käyttävät käsi- ja jalkasuojia sekä mahdollisesti kypärää. Pisteytys on seuraava: a) yksi piste yksittäisestä tekniikasta vartaloon, b) kaksi pistettä, jos vartaloon kohdistuva tekniikka tehdään väistön tai torjunnan jälkeen, c) kolme pistettä päähän kohdistuvasta kontrolloidusta potkusta ja onnistuneen kaadon jälkeen onnistuneesta pistetekniikasta. Ottelu voi jatkua muutaman sekunnin maassa, josta pystyssä oleva voi saada pisteitä. Maasta ei voi saada pisteitä, siellä voi vain suojata itseään niin kauan kunnes tuomari katkaisee tilanteen. Liian kovasta kontaktista vastapuoli saa pisteitä tai hyökkääjä hylätään suoraan. Ottelun voittaa se, jolla on enemmän pisteitä erän jälkeen tai joka on saanut ensin 6 pistettä.

Käännä!





# GIJOMON-KAI KARATEJUTSU

## TIEDOTE

**2.2.2012**

### C) Positiopaini: 8-10-vuotiaat, 11-13-vuotiaat ja 14-16-vuotiaat

Positiopainissa on tarkoitus saada vastustaja sidottua niin, ettei hän pääse pois sidonnasta. Toisen luovuttaessa ottelu päättyy siihen. Pisteitä saa kerättyä sillä, että parantelee asemaansa. Parantuneesta positioista saa aina yhden pisteen kerrallaan. Päällä olija saa pisteen, jos ohittaa alla olijan jalat. Alla olija saa puolestaan pisteen, jos erillisessä tilanteessa (3 sekunnin jälkeen) onnistuu sitomaan vastustajan jaloillaan guardiin tai half guardiin. Alta kilpikonna-asentoon kääntyminen tuo pisteen, samoin päällä olijalle, jos hän saa vastustajan käännettyä tai jotenkin kilpikonna-asennon murrettua. Onnistuneesta kaadosta ja sen jälkeisestä hallinnasta (3 sekuntia) saa kaksi pistettä. Pelkästä kaadosta ilman hallintaa saa vain yhden pisteen, jos sen avulla pääsee pois alta. Lukkojen tekeminen tai kuristaminen ei ole sallittua, kyse on vain asennoista eli positioista ja painin perusasioiden hallitsemisesta. Voittaja on se, jolla on enemmän pisteitä erän jälkeen, joka saa ensimmäisenä 8 pistettä tai joka on onnistunut saamaan vastustajan luovuttamaan.

Lisätiedot: karatejutsu@budokeskus.com tai Toni Leivo, puh. 040 507 1781.

Sitovat ilmoittautumiset viimeistään 10.2.2012 joko alla olevalla lomakkeella, joka palautetaan ohjaajalle tai samoilla tiedoilla sähköpostitse osoitteeseen karatejutsu@budokeskus.com.

Kisoissa on tarjolla mehua ja kannustajille kahvia. Kaikki osallistujat palkitaan. Lisäksi vuoden lopussa kaikkien osakilpailujen parhaat kaikista sarjoista palkitaan kiertopalkinnolla.

**Tervetuloa kisaamaan ja kannustamaan!**

---

### ILMOITTAUTUMINEN SALIKISOIHIN SU 12.2.2012

Nimi: \_\_\_\_\_ Ikä: \_\_\_\_\_

Vyöarvo: \_\_\_\_\_

Laji(t), joihin osallistuu:

- Pyykkipoikaottelu/pystyottelu  
 Positiopaini

**Täytä ja palauta ohjaajalle viimeistään 10.2.2012!**