

II Otwarte Mistrzostwa Łodzi w Karate Tradycyjnym

Łódź, 25 kwietnia 2026

Termin: 25 kwietnia 2026 (sobota) godz. 10.00

Miejsce: hala sportowa SP nr 44 , Łódź ul. Kusocińskiego 100.

REGULAMIN

KONKURENCJE CZĘŚĆ A: Turniej pokazowy „Pierwszy krok” (kihon)	
Kategoria wiekowa A - Młodzicy 7 lat i młodsi (ur. 2019 r. i młodsi) 9 kyu oraz zawodnicy bez stopnia	
Kihon dziewcząt	Kihon - AKA, SHIRO : Po trzy powtórzenia na liczenie sędziego
Kihon chłopców	
Kategoria wiekowa B - Młodzicy 8-9 lat (ur. 2018 i 2017 r.) 9 kyu oraz zawodnicy bez stopnia	
Kihon dziewcząt	Kihon - AKA, SHIRO : Po trzy powtórzenia na liczenie sędziego
Kihon chłopców	
Kategoria wiekowa C - Młodzicy 10-11 (ur. 2016, 2015 r.) 9 kyu oraz zawodnicy bez stopnia	
Kihon dziewcząt	Kihon - AKA, SHIRO : Po trzy powtórzenia na liczenie sędziego
Kihon chłopców	

KONKURENCJE**CZĘŚĆ B:**(Kihon-Ippon-Kumite,
Kata Heian)

Kategoria wiekowa B - Młodzicy 9 lat i młodsi (ur. 2017 r. i młodsi) 8 kyu	
Kumite dziewcząt	Kihon-Ippon-Kumite Ocena: system chorągiewkowy
Kumite chłopców	
Kata dziewcząt	Kata Heian dostosowane do stopnia Ocena: system chorągiewkowy
Kata chłopców	
Kategoria wiekowa B - Młodzicy 9 lat i młodsi (ur. 2017r. i młodsi) 7 kyu	
Kumite dziewcząt	Kihon-Ippon-Kumite Ocena: system chorągiewkowy
Kumite chłopców	
Kata dziewcząt	Kata Heian dostosowane do stopnia Ocena: system chorągiewkowy
Kata chłopców	
Kategoria wiekowa B - Młodzicy 9 lat i młodsi (ur. 2017r. i młodsi) 6 kyu	
Kumite dziewcząt	Kihon-Ippon-Kumite Ocena: system chorągiewkowy
Kumite chłopców	
Kata dziewcząt	Kata Heian dostosowane do stopnia Ocena: system chorągiewkowy
Kata chłopców	
Kategoria wiekowa C - Młodzicy 10-11 (ur. 2016, 2015 r.) 8 kyu	
Kumite dziewcząt	Kihon-Ippon-Kumite Ocena: system chorągiewkowy
Kumite chłopców	
Kata dziewcząt	Kata Heian dostosowane do stopnia Ocena: system chorągiewkowy
Kata chłopców	
Kategoria wiekowa C - Młodzicy 10-11 (ur. 2016, 2015 r.) 7 kyu	
Kumite dziewcząt	Kihon-Ippon-Kumite Ocena: system chorągiewkowy
Kumite chłopców	
Kata dziewcząt	Kata Heian dostosowane do stopnia Ocena: system chorągiewkowy
Kata chłopców	
Kategoria wiekowa D - Młodzicy 12-13 lat (ur. 2014 i 2013 r.) 9-8 kyu	
Kumite dziewcząt	Kihon-Ippon-Kumite Ocena: system chorągiewkowy
Kumite chłopców	
Kata dziewcząt	Kata Heian dostosowane do stopnia Ocena: system chorągiewkowy
Kata chłopców	

Kategoria wiekowa D - Młodzicy 12-13 lat (ur. 2014 i 2013 r.) 7 kyu	
Kumite dziewcząt	Kihon-Ippon-Kumite Ocena: system chorągiewkowy
Kumite chłopców	
Kata dziewcząt	Kata Heian dostosowane do stopnia Ocena: system chorągiewkowy
Kata chłopców	
Juniorzy Młodszy 14-15 lat (ur. 2012, 2011 r.) do 7 kyu	
Kumite dziewcząt	Kihon-Ippon-Kumite Ocena: system chorągiewkowy
Kumite chłopców	
Kata dziewcząt	Kata Heian dostosowane do stopnia Ocena: system chorągiewkowy
Kata chłopców	
Juniorzy, Młodzieżowcy i Seniorzy 16 lat i starsi (ur. 2010 r. i starsi) do 7 kyu	
Kumite kobiet	Kihon-Ippon-Kumite Ocena: system chorągiewkowy
Kumite mężczyzn	
Kata dziewcząt	Kata Heian dostosowane do stopnia Ocena: system chorągiewkowy
Kata chłopców	

KONKURENCJE

CZEŚĆ B:

(Jiyu-Ippon-Kumite, Kata Heian)

Kategoria wiekowa C - Młodzicy 11 lat i młodsi (ur. 2015 r. i młodsi) 6 kyu	
Kumite dziewcząt	Jiyu-Ippon-Kumite Ocena: system chorągiewkowy
Kumite chłopców	
Kata dziewcząt	Kata Heian dostosowane do stopnia Ocena: system chorągiewkowy
Kata chłopców	
Kategoria wiekowa C - Młodzicy 11 lat i młodsi (ur. 2015 r. i młodsi) 5-1 kyu	
Kumite dziewcząt	Jiyu-Ippon-Kumite Ocena: system chorągiewkowy
Kumite chłopców	
Kata dziewcząt	Kata Heian dostosowane do stopnia Ocena: system chorągiewkowy
Kata chłopców	
Kategoria wiekowa D - Młodzicy 12-13 lat (ur. 2014 i 2013 r.) 6-4 kyu	
Kumite dziewcząt	Jiyu-Ippon-Kumite Ocena: system chorągiewkowy
Kumite chłopców	
Kata dziewcząt	Kata Heian dostosowane do stopnia Ocena: system chorągiewkowy
Kata chłopców	
Juniorzy Młodzi 14-15 lat (ur. 2012, 2011 r.) 6-4 kyu	
Kumite dziewcząt	Jiyu-Ippon-Kumite Ocena: system chorągiewkowy
Kumite chłopców	
Kata dziewcząt	Kata Heian dostosowane do stopnia Ocena: system chorągiewkowy
Kata chłopców	
Juniorzy, Młodzieżowcy i Seniorzy 16 lat i starsi (ur. 2010 r. i starsi) 6-4 kyu	
Kumite dziewcząt	Jiyu-Ippon-Kumite Ocena: system chorągiewkowy
Kumite chłopców	
Kata dziewcząt	Kata Heian dostosowane do stopnia Ocena: system chorągiewkowy
Kata chłopców	

KONKURENCJE CZĘŚĆ C: (Ko-Go Kumite, Jiyu Kumite, Fuku-Go, Kata)	
MŁODZIK: 12-13 lat (ur. 2014, 2013) min.: 3 kyu	
Kata indywidualne dziewcząt	eliminacje kata do wyboru: Bassai Dai, Ji-On, Kan-Ku Dai, En-Pi, w finale dowolne kata mistrzowskie wg przepisów PZKT, inne niż w eliminacjach
Kata indywidualne chłopców	
Fuku-go dziewcząt	kitei
Fuku-go chłopców	ko-go kumite
Ko-go kumite dziewcząt	przepisy PZKT ko-go kumite
Ko-go kumite chłopców	
JUNIOR MŁODSZY: 14-15 lat (ur. 2012, 2011) min.: 3 kyu	
Kata indywidualne dziewcząt	eliminacje kata do wyboru: Bassai Dai, Ji-On, Kan-Ku Dai, En-Pi, w finale dowolne kata mistrzowskie wg przepisów PZKT, inne niż w eliminacjach
Kata indywidualne chłopców	
Fuku-go dziewcząt	kitei
Fuku-go chłopców	ko-go kumite, od ćwierćfinału: jiyu kumite
Kumite indywidualne dziewcząt	eliminacje: ko-go kumite od ćwierćfinału: jiyu kumite
Kumite indywidualne chłopców	
JUNIOR: 16-17 lat (ur. 2010, 2009) min.: 3 kyu	
Kata indywidualne dziewcząt	eliminacje kata do wyboru: Bassai Dai, Ji-On, Kan-Ku Dai, En-Pi, w finale dowolne kata mistrzowskie wg przepisów PZKT, inne niż w eliminacjach
Kata indywidualne chłopców	
Fuku-go dziewcząt	kitei eliminacje
Fuku-go chłopców	ko-go kumite od ćwierćfinału jiyu kumite
Kumite indywidualne dziewcząt	eliminacje: ko-go kumite od ćwierćfinału: jiyu kumite
Kumite indywidualne chłopców	
MŁODZIEŻOWIEC: 18-19-20 lat (ur. 2008, 2007, 2006) min.: 3 kyu	
Kata indywidualne kobiet	dowolne kata mistrzowskie wg przepisów PZKT, w finale inne niż w eliminacjach
Kata indywidualne mężczyzn	dowolne kata mistrzowskie wg przepisów PZKT, w finale inne niż w eliminacjach
Fuku-go kobiet	Kitei, jiyu kumite
Fuku-go mężczyzn	Kitei, jiyu kumite
Kumite indywidualne kobiet	jiyu kumite
Kumite indywidualne mężczyzn	jiyu kumite

SENIOR: 21 i starsi (ur.2005 i wcześniej) min.: 3 kyu	
Kata indywidualne kobiet	dowolne kata mistrzowskie wg przepisów PZKT, w finale inne niż w eliminacjach
Kata indywidualne mężczyzn	dowolne kata mistrzowskie wg przepisów PZKT, w finale inne niż w eliminacjach
Fuku-go kobiet	Kitei, jiyu kumite
Fuku-go mężczyzn	Kitei, jiyu kumite
Kumite indywidualne kobiet	jiyu kumite
Kumite indywidualne mężczyzn	jiyu kumite

CZĘŚĆ A. (9kyu i bez stopnia kyu)	
KIHON	Demonstracja technik wykonywanych przez 2 zawodników zawodnicy wykonują samodzielnie techniki atakujące w przejściach do przodu oraz bloki do tyłu
	AKA, SHIRO : Po trzy powtórzenia na liczenie sędziego 1. Oizuki do przodu 2. Age uke do tyłu 3. Maegeri do przodu 4. Gedanbarai do tyłu

CZĘŚĆ B. (Kihon ippon kumite: 9-8 kyu i 7-6 kyu)	
Kihon ippon kumite (sparing półwolny na jeden krok)	Demonstracja technik wykonywanych przez 2 zawodników *ATAK: 1. Oi zuki jodan x 1 2. Oi zuki chudan x 1 3. Maegeri chudan x 1 osoba wykonująca atak pozostaje w pozycji wykonania techniki, czas wykonania ataku do 10 sekund
	*OBRONA: 1. Age-uke Gyakuzuki 2. Soto-uke Gyakuzuki 3. Gedan-barai Gyakuzuki * obrona wykonywana (kontratak) jest na strefę chudan, Ocena: system chorągiewkowy

<p style="text-align: center;">Jiyu-ippōn-kumite (sparing półwolny)</p>	<p>Jiyu Ippon Kumite (sparing półwolny)</p> <p>*ATAK:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Kizami zuki jōdan x 1 2. Gyaku zuki chudan x1 3. Maegeri chudan x 1 <p>*OBRONA:</p> <p>Go-no-Sen (po ataku przeciwnika)</p> <ol style="list-style-type: none"> a) Amashi – Waza (przesunięcie ciała) b) Uke-Waza (bloki) <p>- Kontratak dowolny</p> <p>- Bez dogrywki, w przypadku remisu</p> <p>wskazanie sędziowskie</p> <p>Ocena: według kryteriów Ko-go Kumite</p> <p>W Jiyu-ippōn-kumite wymagane są:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ochraniacze na zęby - dla zawodników od 12 roku życia (ur. 2013 i starsi) stosownie do płci ochraniacze na krocze lub piersi.
--	---

CZĘŚĆ C. (Ko-Go kumite, Jiyu kumite)	
<p style="text-align: center;">Ko-Go kumite, Jiyu kumite</p>	<p>Ko-go kumite i Jiyu kumite przepisy PZKT</p> <p>Wymagane ochraniacze:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ochraniacze na zęby dla wszystkich grup wiekowych. • stosownie do płci ochraniacze na krocze lub na piersi, dla wszystkich grup wiekowych.

Turniej będzie rozgrywany w systemie grupowym oraz systemie pucharowym w zależności od grup.

WARUNKI STARTU DLA ZAWODNIKÓW:

1. Odpowiedni wiek (liczy się rok urodzenia).
2. Stopień zarejestrowany w PZKT w bazie karate.
3. Aktualne badania lekarskie wg obowiązujących przepisów.
4. Ubezpieczenie NNW.
5. Posiadanie ważnej na dzień zawodów indywidualnej licencji członkowskiej PZKT.
6. Posiadanie licencji zawodniczej Polskiego Związku Karate Tradycyjnego (bezpłatna).
7. Posiadanie pisemnej zgody prawnego opiekuna na start w zawodach osób niepełnoletnich.
8. Zawodników startujących w konkurencjach kumite i fuku-go obowiązuje posiadanie ochraniaczy na zęby, na krocze (u mężczyzn) oraz na piersi (u kobiet) - wszystkie kategorie wiekowe.
9. Wyrażenie zgody na przetwarzanie danych osobowych oraz nieodpłatne udostępnienie wizerunku na potrzeby realizacji zawodów oraz sprawozdawczości z w/w.
10. Dokonanie zgłoszenia w terminie przez formularz zgłoszeniowy oraz bazie karate.
11. Dokonanie opłaty startowej do dnia 18.04.2026 r. :
 - o 90,00 zł/ konkurencja I termin
12. Dokonanie opłaty startowej do dnia 23.04.2026 r. :
 - o 150,00 zł/ konkurencja II termin
13. Po 18.04.2026 istnieje jedynie możliwość zamiany zawodnika jednego na drugiego. Nie ma zwrotów opłat startowych, chyba, że dana konkurencja się nie odbędzie.
14. Przyjmowanie zgłoszeń zawodników jest możliwe tylko wraz z jednoczesnym przysłaniem potwierdzenia dokonania opłaty startowej (same zgłoszenia nie będą przyjmowane). Numer konta bankowego do wpłat:
UWAGA NOWY NUMER KONTA: [69 1140 2004 0000 3102 8627 7597](https://www.konto.pl/69114020040000310286277597)
15. Opłat startowych dokonują kluby, aby otrzymać fakturę prosimy o przesłanie potwierdzenia przelewu oraz danych nabywcy na adres e-mail: piotrek@lipczyk.com . Faktury zostaną wystawione klubom po zawodach do końca miesiąca kwietnia, zgodnie z dokonanymi przelewami.
16. Zapisy przez bazę karate – <https://bazakarate.pl/>

OŚWIADCZENIE DLA KLUBÓW: w osobnym załączniku.

Karty zgłoszeniowe zawodników „Pierwszy Krok” przysyłamy na e-mail: piotrek@lipczyk.com

Serdecznie pozdrawiam – Piotr Lipczyk

KARTA ZGŁOSZENIA ZAWODNIKÓW „Pierwszy Krok” :

NAZWA KLUBU:

KOBIETY

L.P.	STOPIEŃ	ROCZNIK	KIHON	NAZWISKO I IMIĘ
1				

MĘŻCZYŹNI

L.P.	STOPIEŃ	ROCZNIK	KIHON	NAZWISKO I IMIĘ