



„Ten kto łatwo rezygnuje nie wygrywa,
wygrywa ten kto nie rezygnuje nigdy”
Alex Schoenauer

Komunikat – zaproszenie dla zawodników K1

Nazwa:

SLT 5 „Wściekła Pięść”

Miejsce:

Szczeciński Dom Sportu – Hala Widowiskowa, ul. Wąska 16, Szczecin

Termin:

data: 25.11.2017 (Sobota)

godz. 8.00 - ważenie zawodników

godz. 9.00 - odprawa trenerów

godz. **18.00 - start walk**

Organizatorzy:

"Jatubaht" Szczecin

„Berserker's Team" Szczecin

SPDM „Za jeden uśmiech" w Szczecinie

Koszty i opłaty:

Brak opłaty startowej!

Koszty dojazdu i noclegu we własnym zakresie.

Koszty ubezpieczenia NNW we własnym zakresie.

Uczestnicy:

Zawodnicy mogą startować w kategorii juniorów do końca roku, w którym ukończyli 18 lat.

Zawodnicy zrzeszeni w klubach oraz zawodnicy niezrzeszeni.

Zgłoszenia zawodników:

1. Zgłoszenia przyjmowane są do dnia **31.10.2017**. W tym celu należy wypełnić formularz zgłoszeniowy dostępny na stronie www.slt.szczecin.pl
2. O udziale w turnieju decyduje kolejność zgłoszeń zawodników (przy takiej samej kategorii wiekowej i wagowej) oraz organizator (przy dobieraniu zawodników do poszczególnych walk).
3. Wytypowani zawodnicy zostaną powiadomieni do dnia **10.11.2017** na podany e-mail.
4. Zgłoszenie zawodnika powinno zawierać:
 - Imię i nazwisko,
 - Data urodzenia,
 - Kategoria wagowa,
 - Ilość stoczonych pojedynków
 - Nazwa klubu
 - Dane kontaktowe (numer telefonu, e-mail)





„Ten kto łatwo rezygnuje nie wygrywa,
wygrywa ten kto nie rezygnuje nigdy”
Alex Schoenauer

Wymagania startowe:

1. Zawodnicy zobowiązani są posiadać podczas ważenia książeczkę sportowo-lekarską z aktualnymi badaniami od lekarza sportowego, uprawniającymi do udziału w zawodach.
2. Dokument tożsamości potwierdzający wiek zawodnika.
3. Pisemna zgoda rodziców lub prawnych opiekunów, bądź trenera na uczestnictwo zawodników niepełnoletnich w walkach pełno-kontaktowych (full contact).
4. Każdy zawodnik zobowiązany jest mieścić się w swojej kategorii wagowej (brak tolerancji wagowej).
5. Każdy zawodnik zobowiązany jest do zapoznania się z regulaminem.

Kategorie wagowe:

Kadeci - do 16 lat:

-42kg, -45kg, -48kg, -51kg, -54kg, -57kg, -60kg, -63,5kg, -67kg, -71kg, -75kg, -81kg, 81kg+

Juniorzy - 16-18 lat:

-51kg, -54kg, -57kg, -60kg, -63,5kg, -67kg, -71kg, -75kg, -81kg, -86kg, -91kg, 91kg+

Seniorzy - powyżej 18 lat:

-57kg, -60kg, -63,5kg, -67kg, -71kg, -75kg, -81kg, -86kg, -91kg, 91kg+

Istnieje możliwość wykonania „wagi kontrolnej”.

Wymagania sprzętowe:

1. Dozwolony strój sportowy:
 - Spodenki sportowe,
 - sprzęt sportowy ochronny.
2. Sprzęt sportowy ochronny, obowiązkowy dla każdej kategorii wiekowej i wagowej:
 - a) Rękawice bokserskie:
 - waga 14 uncji (14 oz) - Kadeci
 - waga 12 uncji (12 oz) - Juniorzy
 - waga 10 uncji (10 oz) - Seniorzy
 - b) Pozostały sprzęt ochronny:
 - bandaż bokserskie,
 - ochraniacz krocza,
 - ochraniacze na golenie (razem z ochraniaczami na stopę),
 - ochraniacz na zęby,
 - kask - obowiązkowy w kategorii kadet i junior, w kategorii senior można przy zgłoszeniu zawodnika uwzględnić, iż jest gotowy walczyć bez kasku. Kaski zapewnia organizator.





„Ten kto łatwo rezygnuje nie wygrywa,
wygrywa ten kto nie rezygnuje nigdy”
Alex Schoenauer

Zasady walki:

1. Zawody rozgrywane są w stójce uderzanej na zasadach K1.
2. Walki odbywają się w formule full contact.
3. Obszarem walki jest ring bokserski o wymiarach 7x7m.
4. Walka trwa 2x2 minuty dla kadetów, 3x2 minuty dla juniorów, 3x3 minuty dla seniorów.
5. Nad przebiegiem walki czuwa sędzia ringowy i 3 sędziów punktowych.
6. Zawodnik może mieć maksymalnie 2 sekundantów.
7. Zawodnik wygrywa walkę przez decyzję sędziów, nokaut lub poddanie przeciwnika.

Dozwolone obszary ataku:

Następujące części ciała mogą być atakowane za pomocą autoryzowanych technik walki:

- Głowa, przód i boki
- Tors, przód i boki
- Nogi, każda część, którą można zaatakować gołymi rękami
- Stopy, jedynie w przypadku podcięć

Niedozwolone techniki i zachowanie, zabrania się:

- Atakować gardła, dolnej części brzucha, nerek, pleców, stawów, krocza oraz tyłu głowy lub szyi.
- Chwyty nogi przeciwnika.
- Kopnięcia typu front kick przedniej części uda, kolana lub golenia; dotyczy to również ataków kolanem.
- Trzymając przeciwnika za szyję wyprowadzenia więcej niż jeden cios kolanem.
- Przekręcania, podnoszenia i obracania przeciwnika.
- Zadawania ciosów łokciem, kantem dłoni, głową, kciukiem i ramieniem.
- Podcięć powyżej kostki.
- Odwracania się plecami do przeciwnika, ucieczki, upadku, zamierzonego klinczu, technik osłepiania, zapasów i sięgania poniżej pasu przeciwnika.
- Atakowania przeciwnika, który znalazł się między linami.
- Atakowania przeciwnika, który pada na podłogę lub już się na niej znalazł w momencie kiedy jedna ręka lub kolano styka się z podłożem.
- Dalszej walki po komendzie „Stop” lub „Break” lub po oficjalnym sygnale zakończenia rundy.
- Natłuszczania twarzy lub ciała.
- Naruszenia zasad i przepisów w zależności od ich powagi mogą prowadzić do ostrzeżeń, punktów ujemnych lub nawet dyskwalifikacji.





„Ten kto łatwo rezygnuje nie wygrywa,
wygrywa ten kto nie rezygnuje nigdy”
Alex Schoenauer

Dozwolone techniki / Kryteria przyznawania punktów:

Punkt musi zostać przyznany po wykonaniu dozwolonej techniki i przy spełnieniu następujących kryteriów przyznawania punktów:

- Dobra forma (dobra technika przy zachowaniu całkowitej równowagi)
- Energiczny cios (z pełną siłą i szybkością)
- Świadomość (całkowita koncentracja oraz nieodwracanie twarzy podczas wykonywania techniki)
- Dobre wyczucie czasu i odpowiedni dystans (co sprawia, że dana technika osiąga maksymalny pożądany efekt)
- Sportowa postawa (brak złych zamiarów w trakcie wykonywania danej techniki).

Techniki uderzeń ręcznych:

- Ciosy (wszystkie z repertuaru bokserskiego)
- Ciosy grzbietem dłoni typu backfist oraz spinning backfist
- Klincz trzymając szyję przeciwnika oburącz nie dłużej niż 5 sekund z wprowadzeniem jednego uderzenia kolanem.

Techniki uderzeń stopą:

- Techniki uderzeń stopą, nogą i kolanem
- Kopnięcie typu front kick
- Kopnięcie typu side kick
- Kopnięcie typu roundhouse kick
- Kopnięcie piętą, także w udo przeciwnika i także z obrotu
- Kopnięcie typu crescent kick
- Kopnięcie typu axe kick
- Kopnięcie typu jump kick
- Wykorzystywanie goleni do ataku na każdą część ciała i głowy zgodnie z Art. 3 i dozwolonymi obszarami ataku
- Klincz trzymając szyję przeciwnika oburącz nie dłużej niż 5 sekund z wprowadzeniem jednego uderzenia kolanem.
- Podcięcia stopą pod warunkiem, że angażują stopy (kostka i środkowa część łydki).





„Ten kto łatwo rezygnuje nie wygrywa,
wygrywa ten kto nie rezygnuje nigdy”
Alex Schoenauer

Techniki rzucania:

- Zawodnik K-1 nie może rzucać przeciwnika wykorzystując tors, biodra, kostki, stopy lub nogi. Techniki ręczne i nożne powinny być wykorzystywane w równym stopniu w trakcie całego okresu walki. Uznaje się jedynie te techniki nożne, które wyraźnie wskazują na intencję uderzenia przeciwnika z właściwą siłą.
- Wszystkie techniki należy stosować z właściwą siłą. Jakakolwiek technika, która zostaje częściowo złagodzona lub zablokowana, lub, która jedynie dotyka, ociera lub popycha przeciwnika nie będzie punktowana.

Nagrody i wyróżnienia:

1. Dla wszystkich zawodników przygotowano okolicznościowe T-shirty i dyplomy.
2. Dla zwycięzców walk wręczone zostaną dodatkowo puchary i nagrody rzeczowe.
3. Dodatkowe wyróżnienia dla zawodników, którzy stoczą „Najlepszą walkę” SLT.
4. Dodatkowe wyróżnienie dla „Najlepszego wojownika” SLT.

Wszelkie pytania można zgłaszać do organizatorów na: kontakt@slt.szczecin.pl

ZAPRASZAMY

Organizatorzy

