

**MAGYAR KARATE SZAKSZÖVETSÉG**  
**IPPON SHOBU VERSENYSZABÁLYZATA**

**2002**

Ideiglenesen kiegészített változat

2015.01.20.

Kiadja a Magyar Karate Szakszövetség

Második átdolgozott kiadás

Nyomda: Lombos Nyomda Kft

2 / 61

# TARTALOM

## ÁLTALÁNOS SZABÁLYOK

<b>I. fejezet: Általános dolgok</b>	6
1. A versenyek résztvevői és hivatalos megjelenésük	6
2. A küzdőtér	7
3. A versenyen közreműködő személyzet	8
<b>II. fejezet: A bírászkodás</b>	9
1. A bírók kijelölése	9
2. A bírók kötelezettségei	9
3. A főbíró jogai és kötelezettségei	9
4. A vezetőbíró jogai és kötelezettségei	10
5. A vezetőbíró kifejezései és jelzései	10
6. A sarokbíró jogai és kötelezettségei	10
7. A sarokbíró által használt jelzések	10
8. Az ellenőrző bíró jogai és kötelezettségei	11
9. Sérülések a mérkőzés alatt	11
10. Óvás	12
11. Egyéb dolgok	12

## A KUMITE VERSENY SZABÁLYAI

<b>I. fejezet: Általános szabályok</b>	13
1. A mérkőzések fajtái	13
2. Részvétel a mérkőzésen	13
3. Orvosi előírások	13
<b>II. fejezet: Az egyéni mérkőzés</b>	14
1. A mérkőzés lebonyolítása	14
2. A mérkőzés levezetése	14
3. A mérkőzés időtartama	14
4. A mérkőzés meghosszabbítása	15
<b>III. fejezet: A csapatmérkőzés</b>	15
1. A csapatmérkőzés szabályai	15
2. Részvétel a csapatmérkőzésen	16
<b>IV. fejezet: A pontértékelés kritériumai</b>	16
1. Győzelem, vereség	16
2. Érvényes találati felületek	16
3. Pontértékelés	16
4. Az „Ippon”	17
5. A „Waza-ari”	18
6. A döntés kritériumai	18
7. Tiltott viselkedés, tiltott technikák	18
8. Szabálysértés és diszkvalifikáció	19
<b>V. fejezet: A mérkőzés elbírálása</b>	19
1. A bírók	19
2. A vezetőbíró jogai és kötelezettségei	20
3. A sarokbírók jogai és kötelezettségei	21
4. Az ellenőrző bíró jogai és kötelezettségei	21

# A KATA VERSENY SZABÁLYAI

<b>I. fejezet: Általános szabályok</b>	22
1. A mérkőzések fajtái	22
2. A mérkőzések lebonyolítása	22
3. A mérkőzés felügyelete	22
4. Zászlós (kombinált) rendszer	22
5. Pontozásos rendszer	23
<b>II. fejezet: A mérkőzés szabályai</b>	23
1. A mérkőzés indítása, befejezése	23
2. A döntés kritériumai	25
3. A mérkőzés meghosszabbítása	26
<b>III. fejezet: A mérkőzések elbírálásának szabályai</b>	27
1. A bírók	27
2. A vezetőbíró jogai és kötelezettségei	27
3. A sarokbírók jogai és kötelezettségei	28

# ÁLTALÁNOS SZABÁLYOK

## I. Fejezet

### A VERSENYSZABÁLY HATÁLYA

Jelen Ippon Shobu szabálykönyv az MKSZ (Magyar Karate Szakszövetség) „Ippon-shobu versenyek szabályozása” hivatalos melléklete. Alkalmazni kell az MKSZ hivatalos, kiemelt ippon-shobu versenyein (Diákolimpia és Magyar Bajnokság), valamint a versenynaptárban szereplő országos területi versenyeken, amelyet a Magyar Karate Szakszövetség Versenybizottsága engedélyezett. Az ippon-shobu versenyek alapelveit és alapvető céljait a fenti szabályozás tartalmazza.

#### 1. A VERSENYEK RÉSZTVEVŐI ÉS HIVATALOS MEGJELENÉSÜK

##### A versenyzők

- A versenyzők kötelesek megfelelni a hivatalos előírásoknak, feltételeknek.
- A versenyzők kötelesek tiszta, fehér, mindenféle mintázattól mentes karate gi-t viselni.
- Nemzetiszínű vagy klub embléma viselhető a karate gi-felső részének bal oldalán, max. 10 cm<sup>2</sup>-es nagyságban.
- A versenyzők az azonosító számot a gi-felső hátoldalán kötelesek viselni.
- Az övvel megkötött kabát minimum fedje a csípőt, de ne érjen túl a combközépen. Hölgyeknél tiszta fehér trikó viselhető a kabát alatt.
- A kabát ujjá legalább az alkar közepéig érjen, de ne érjen túl a csuklójajlaton. A kabátujjakat felhajtani csak befelé, a kar felé lehet, és rögzíteni kell.
- A nadrágszárak takarják legalább a lábszár kétharmadát, és ne legyenek felhajtva.
- Kumite vagy zászlós rendszerű kata mérkőzéseken a megkülönböztethetőség céljából az egyik versenyző piros, a másik fehér övet köteles a derekára kötni. Az öv átlagos hosszúságú legyen. Ha helyesen megkötötték a derékon, a csomó helyétől mindkét oldalon 15-15 centiméterre lógjon le. Legyen körben 5 cm széles.
- Kumite közben az alábbi védőeszközök használata kötelező:
  - fogvédő (fehér vagy átlátszó színű),
  - seikenvédő (fehér)\*,
  - nőknél mellvédő
  - alacsonyabb korosztályokban mellkas védő\*

\* A védőeszközökkel kapcsolatos részleteket a XIII. sz. melléklet tartalmazza

A férfiaknál herevédő használata engedélyezett. Egyéb védőeszközök használata tilos.

- A versenyző nem viselhet kötést vagy speciális védőeszközt, csak a verseny orvosának engedélyével, amit a regisztrációs lapján fel kell tüntetni.
- Szemüveg nem viselhető, lágyszemüveg használata saját felelősségre engedélyezett.
- A versenyző köteles a körmet rövidre vágni, és nem viselhet fém, vagy bármilyen egyéb olyan **szilárd** tárgyat a testén, amely ellenfele, **vagy önmaga** sérülését okozhatja.
- Minden versenyző tartsa tisztán a haját, és annak hossza nem akadályozhatja őt mérkőzés közben. **Karate versenyen versenyszámban a hajpánt, hajcsat használata tilos. Kata versenyszámban diszkrét hajpánt engedélyezett.**
- Fejpánt használata nem engedélyezett.

A vezetőbíró feladata ellenőrizni a versenyzők hajviseletét és ruházatát, még a küzdőtérre lépés előtt.

### **A bírók (főbíró, shiai-vezető bíró, ellenőrző bíró, vezetőbíró, sarokbíró)**

A bírók kötelesek a hivatalos öltözetet viselni minden versenyen, bírói továbbképzésen és vizsgán.

Hivatalos öltözet:

- Sötétkék egysoros zakó, két ezüstgombbal.
- Hosszú ujjú fehér ing.
- Vörös vagy gesztenyebarna nyakkendő.
- Világosszürke nadrág.
- Mintázatlan fekete zokni és fűzős fekete cipő, a küzdőtéren kívülre, bíráskodás közben cipő és a zokni viselése nem engedélyezett.

### **Az edzők**

Az edzők a verseny teljes ideje alatt kötelesek tiszta karate gi-t, vagy melegítőt viselni, feltüntetve engedélyüket. Viselkedjenek a karate etiketthez méltóan.

A főbíró **eltilthat** a versenytől, **versenyen való közreműködéstől** minden olyan résztvevőt, aki nem felel meg a fenti előírásoknak.

## **2. A KÜZDŐTÉR**

- A küzdőtér rendelkezzen sima felszínnel, és végezzék el a méretek ellenőrzését az esetleges tévedések elkerülése érdekében.
- Fogazással összeilleszthető tatami használata előnyös – **kiemelt versenyeken kötelező** -, de a fa padlózat, vagy egyéb anyaggal bevont sportolásra alkalmas felszínű talaj is használható.

- A küzdőtér méretei, az V. sz. melléklet szerint:
  - *Kumite*: A küzdőtér mérete 8x8 méteres négyzet alakú, mely magába foglalja az oldalonak jelzését is. A küzdőtérhez minimum 1 méteres biztonsági sáv tartozzon.
  - *Kata*: A méret legyen elegendő ahhoz, hogy a résztvevők akadálytalanul be tudják mutatni a formagyakorlatokat. Javasolt a 8x8 méteres, négyzet alakú.
- A küzdőtéren fel kell tüntetni a versenyzők helyét, az V. sz. melléklet szerint:
  - *Kumite*: két, egymással párhuzamos, a középponttól mért 1,5-1,5 méterre lévő, 1-1 méter hosszú vonallal, melyek merőlegesek a küzdőtér alapvonalára. A versenyzők a vonal mögött helyezkednek el.
  - *Kata*: két, egyenként 0,5 méter hosszúságú vonallal, **vagy T-vonallal**, melyek egymástól 3 méter, az alapvonalról 2 méter távolságra vannak, azzal párhuzamosan. A versenyzők a vonal előtt helyezkednek el.
- A vezetőbíró helye az V. sz. melléklet szerint:
  - *Kumite*: egy az alapvonalal párhuzamos, a középponttól mért 2 méterre lévő, 0,5 méter hosszúságú vonal. A vezetőbíró a vonal mögött helyezkedik el.
  - *Kata*: a küzdőtéren kívül, az alapvonal mögött és a jegyzőkönyvvezetők előtt foglal helyet.

### 3. A VERSENYEN KÖZREMŰKÖDŐ SZEMÉLYZET

- A verseny főrendezője felelős a verseny magas színvonalú lebonyolításáért. Részt vesz az előkészítésben, munkája kiterjed közvetlenül a verseny előtti és utáni feladatokra. Irányítja a verseny ideje alatt az összes kapcsolódó munkát. Feladata a megfelelően képzett technikai személyzet, jegyzőkönyvvezetők, orvosok, bírók meghívása, az idevonatkozó szabályzatok betartásával.
- A technikai személyzet és a jegyzőkönyvvezetők feladata biztosítani a megfelelő segédeszközöket: óra, gong, zászlók, pontozótáblák, stb. Közreműködni a mérkőzés zavartalan lebonyolításában, dokumentálásában, a „Shiai” vezetőbíró utasításait követve.
- **SET (Sportdata Event Technology) a verseny lebonyolítását segítő eredményjelző rendszer működését, a megfelelő aktuális információkat biztosítják. Feladatuk azonos a jegyzőkönyv-vezetőkével.**



## II. Fejezet

### A BÍRÁSKODÁS

#### 1. A BÍRÓK KIJELÖLÉSE

- A versenyen közreműködő bírókat az „Ippon-shobu” versenyek szabályozása, „hivatalos rendelkezései” szerint az Ippon-shobu **Bírói Albizottság** jelöli ki.
- Ha egy bíró alkalmatlanná válik feladata ellátására, a főbírónak jelölnie kell egy helyettesítő bírót annak helyére.
- A mérkőzés során a bírók összetétele általában nem – vagy csak igen indokolt esetben – változtatható.

#### 2. A BÍRÓK KÖTELEZETTSÉGEI

A bírók a mérkőzések elbírálását a versenyszabályokkal összhangban, pártatlanul végzik. Hatáskörük nem terjed tovább jelen szabályoknál. A mérkőzés elbírálását egy bírói közösség végzi. Döntésük meghatározó.

A főbíró, a vezetőbíró és a sarokbírók ítéleteiknél kísérik figyelemmel az alábbi szempontokat:

- Legyenek mindig objektívek.
- Viselkedjenek becsületesen, részrehajlás nélkül döntsenek.
- Viseltessenek tisztelettel, önuralommal egymás és a versenyzők iránt.
- A mérkőzés alatti megnyilvánulásaik legyenek mindig határozottak. A helyes attitűd, vagy ennek hiánya, megnyilvánulásaik, bírálataik a mérkőzések alatt befolyásolják az emberek Karate-Do-ról alkotott véleményét.
- A bírók hozzáállása és megnyilvánulásai legyenek gyorsak, **egyértelműek** és hibátlanok, mert ez jelentősen befolyásolja a mérkőzés sikeres lebonyolítását.
- A vezetőbíró és a sarokbírók kötelesek teljes figyelmükkel a mérkőzésre koncentrálni, folyamatosan figyelni a versenyzőket és azok minden akcióját helyesen elbírálni.
- A mérkőzés ideje alatt a vezetőbíró, a sarokbírók, és az ellenőrző bíró, a bírókon, a mérkőző versenyzőkön és a jegyzőkönyvvezetőkön kívül senki mással nem érintkezhetnek.

#### 3. A FŐBÍRÓ JOGAI ÉS KÖTELEZETTSÉGEI

- Rendelkezik a legmagasabb bírálati joggal.
- Dönt a versenyen előforduló rendkívüli esetekben.
- Felelős a verseny ideje alatt a versenyszabályok maradéktalan betartásáért, betartatásáért.
- A mérkőzésen történetek alapján azonnal leállíthatja azt, és idővesztés nélkül lecserélheti a közreműködő bírókat.

- Kötelező segítségül hívni, ha bármilyen döntési bizonytalansága támad a vezetőbíró(nak)kat.

#### 4. A VEZETŐBÍRÓ JOGAI ÉS KÖTELEZETTSÉGEI

- Levezetni a mérkőzést, beleértve a mérkőzés indítását, megszakítását, befejezését.
- „Ippon”-t és „Waza-ari”-t megítélni.
- Figyelmeztetések, intések alkalmazása a mérkőzés ideje előtt, alatt és után.
- Észrevenni a szabálysértést, szükség esetén leléptetni (kötelező fukushin shugo után), kizárni a versenyzőt.
- Kikérni a sarokbírók véleményét.
- Dönteni a győzelemről a sarokbírók többségi ítélete alapján.
- Meghosszabbítani a küzdődőt.
- Kihirdetni a döntést a sarokbírók jelzései alapján, a IV. sz. melléklet szerint.
- Indokolni a döntéshozatalt.

A vezetőbíró jogköre nem kizárólag a küzdőtérre vonatkozik, hanem kiterjed annak közvetlen közelére is.

#### 5. A VEZETŐBÍRÓ KIFEJEZÉSEI ÉS JELZÉSEI

A vezetőbíró által a mérkőzés irányítása során használt kifejezések és jelzések jegyzéke megtalálható az I. sz. mellékletben.

#### 6. A SAROKBÍRÓK JOGAI ÉS KÖTELEZETTSÉGEI

- Zászló és sípjelekkel segíteni a vezetőbíró munkáját.
- Véleményt nyilvánítani az észlelt szituációkról.
- A kumite mérkőzésen fokozott figyelemmel kísérni a versenyzők akcióit, és a vezetőbíró felé véleményt nyilvánítani az alábbi esetekben:
  - ha „Ippon”-t vagy „Waza-ari”-t észlel,
  - ha a versenyző tiltott technikát alkalmaz, vagy erre készül,
  - ha sérülést vagy rosszullétet észlel,
  - ha az egyik, vagy mindkét versenyző elhagyta a küzdőteret,
  - bármely más esetben, amikor szükségesnek ítéli a vezetőbíró figyelmét felhívni.
- Köteles véleményt nyilvánítani, ha a vezetőbíró „Hantei”-t kér.

#### 7. A SAROKBÍRÓK ÁLTAL HASZNÁLT JELZÉSEK

A mérkőzés során a sarokbírók által használt zászló és sípjelzések jegyzéke megtalálható a II. sz. mellékletben.

## 8. AZ ELLENŐRZŐ BÍRÓ JOGAI ÉS KÖTELEZETTSÉGEI

Minden kumite mérkőzésre ellenőrző bírót kell kijelölni. Személyében szakmailag, erkölcsileg elismert szakember legyen. Feladatai:

- Ellenőriznie kell a vezetőbíró döntéseit, biztosítani a mérkőzések korrekt lefolyását. Ha a vezetőbíró és a sarokbírók döntése ellentmond a bíraskodás szabályainak, az ellenőrző bíró összehívja és figyelmezteti őket, hogy bírálják felül döntésüket.
- **Megkérdezése esetén véleményt nyilvánít (a döntésben általánosan nem vesz részt).**
- A mérkőzésen történtek pontos dokumentálása, a III. sz. mellékletben leírt módon.
- Jogköre kiterjed a mérkőzés teljes felügyeletére, magában foglalja az időmérő és az adatrögzítő ellenőrzését és irányítását is.
- Az ő jóváhagyásával válnak hivatalossá a jegyzőkönyvvezető által rögzített adatok.

## 9. SÉRÜLÉSEK A MÉRKŐZÉS ALATT

- Valamelyik versenyző sérülése esetén a vezetőbíró köteles azonnal megállítani a mérkőzést. **Ezzel egy időben hívni a verseny orvosát (igen indokolt esetben segíthet a sérült versenyzőnek).** A sérülés kezelése nem hátráltathatja a mérkőzést.
- **A versenyorvos a vezetőbíró kérésére köteles az adott versenyzőt megvizsgálni, szükséges mértékben ellátni, verseny-képességét megállapítani. Minden versenyző köteles magát alávetni a versenyorvos vizsgálatának. Amennyiben ezt megtagadja, úgy a versenyből azonnal ki kell zárni és az esetről jegyzőkönyvet kell felvenni, amit 3 munkanapon belül továbbítani kell az MKSZ és/vagy a verseny rendezési jogával rendelkező szervezet felé.**
- Ha egy versenyző kisebb sérülést szenved, és az orvos véleménye szerint képes lenne a mérkőzés folytatására, de nem kívánja folytatni a küzdelmet, vesztesnek minősül ('Kiken').
- Olyan sérülés esetén, melynél az egyik versenyző önhibáján kívül okozott sérülést a másiknak, vagy ha egy időben mindkét versenyző lesérül, és mindketten hibásak voltak, az a versenyző veszít, aki feladni kényszerül a mérkőzés. Ha mindkét versenyző feladja a mérkőzést olyan sérülésből kifolyólag, melynek oka egyiküknek sem felróható, a mérkőzést döntetlennek kell kihirdetni.
- Ha egy versenyző valamilyen sérülés vagy egyéb pszichikai ok miatt a verseny orvosának tanácsára feladni kényszerül a küzdelmet, a vezetőbíró lelépteti a sérültet. Ha a sérülésért az ellenfele okolható, a sérültet kell győztesnek kihirdetni. Ha a sérülésért nem az ellenfél okolható, akkor a sérültet kell vesztesként kihirdetni ('Kiken').

- *Az a sérült versenyző, aki az ellenfele kizárása során nyer mérkőzést, csak a verseny orvosának engedélyével küzdhet tovább. A második - az ellenfél kizárásával nyert - mérkőzés után a sérült versenyző nem folytathatja a versenyt.*
- Csak a verseny orvosa hozhat döntést a versenyzők sérüléseivel, pszichikai állapotukkal, **ezirányú alkalmasságukkal** kapcsolatban.
- **Olyan esetben, amikor az ellenfélnek okozott sérülés miatt léptetnek le valakit, akkor azt a verseny főbírójának azonnal jelezni kell. A fenti okból egyszer már leléptetett versenyző csak csapatmérkőzésen folytathatja a versenyt, azonban akkor már a sérülésokozást jelző jelzést (pl. piros karszalag) kötelees viselni. A második ilyen jellegű leléptetés után a versenyből véglegesen ki kell zárni.**
- **Az a versenyző, aki egyszer már úgy győzött, hogy ellenfelét kontakt-jellegű büntetés miatt leléptették, az is megkülönböztető jelzést kötelees viselni az első ilyen eset után. Ha ez még egyszer megtörténik, akkor egészsége védelmében ki kell zárni a további versenyből.**

## 10. ÓVÁS

- Senki nem nyújthat be óvást a bíraskodás szakmai tartalmával, a versenybíró szabályos körülmények között meghozott döntésével kapcsolatban.
- Óvás a verseny lebonyolításában, a szabályok be nem tartásában elkövetett hibáért lehetséges, ha az befolyásolta a verseny kimenetelét.
- Ha a bírói intézkedés szabályellenességet mutat, kizárólag a hivatalos képviselő nyújthat be óvást.
- Az óvást formanyomtatványon, írásban kell benyújtani a verseny főbírójának, rögtön az adott mérkőzés után, kivéve, amikor az óvás adminisztratív hibára vonatkozik. A formanyomtatványt a XIV. számú melléklet tartalmazza.
- Az óvásnak tartalmaznia kell:
  - a küzdőtér és az időpont meghatározását,
  - a versenyzők nevét,
  - a közreműködő bírói testületet,
  - az óvott cselekmény pontos részleteit.
- Az óvás kézhezvétele után a főbíró személyesen megvizsgálja a reklamációt, valamennyi tényező figyelembevételével dönt az óvást illetően. Erről jelentés készül, amely alapját képezi a további intézkedésnek. Az óvás elbírálásakor meg kell hallgatnia az érintett shiai vezető véleményét, ill. rendkívüli esetben a döntést valamennyi shiai vezető bevonásával hozza meg.
- Az óvással egy időben a kezdeményezőnek a versenykiírásban leírt pénzbeli letétet kell elhelyeznie, amit visszakap, ha az óvását érvényesnek találják.

## 11. EGYÉB DOLGOK

- Jelen szabálykönyv módosítását a Magyar Karate Szakszövetség bírói bizottsága „Ippon Shobu” albizottsága, annak vezetője, vagy a versenyrendszert működésében együttműködő stílusok vezetői kezdeményezhetik szükség szerint, vagy az irányadó nemzetközi versenyszabályok megváltozása esetén.
- Ha verseny közben olyan probléma adódna, mely nem szerepel e szabályzatban, vagy olyan esetben, ha kérdéses lenne a szabályok alkalmazhatósága egy szituációban, a főbíró, a vezetőbíró, a sarokbírók és az ellenőrző bíró együttesen döntenek. A döntésről minden tisztviselőt értesíteni, a közönséget tájékoztatni kell.
- Minden karatéka, legyen akár versenyző, bíró vagy más tisztviselő, köteles követni a „Karate-Do” eszméit (Dojo kun), melyek:
  - a jellem tökéletesítése,

- őszinte, igaz viselkedés
  - mindenkori maximális erőfeszítés
  - tisztelet
  - önfegyelem
- Bármilyen viselkedés, mely a karatét megszégyeníti, legyen az elkövető akár versenyző, edző, menedzser vagy bárki, aki kapcsolatban áll a versenyzővel, a versenyző és a csapat kizárását vonhatja maga után.

# A KUMITE VERSENY SZABÁLYAI

## I. Fejezet

### ÁLTALÁNOS SZABÁLYOK

#### 1. A MÉRKŐZÉSEK FAJTÁI

- Egyéni mérkőzések.
- Csapatmérkőzések.

#### 2. RÉSZVÉTEL A MÉRKŐZÉSEKEN

A kumite verseny mérkőzései súlykategória nélkül kerülnek megrendezésre. A „mérkőzés” kifejezés vonatkozik a csapatverseny során mérköző versenyzők küzdelmeire is.

- Kumite mérkőzésen részt vehet minden olyan versenyző, aki:
  - ismeri az „Ippon Shobu” versenyszabályokat,
  - rendelkezik érvényes sportorvosi engedéllyel,
  - rendelkezik érvényes sportbiztosítással,
  - megfelel az MKSZ Versenyrendezési szabályzatában leírtaknak,
  - megfelel a versenykiírásban leírt feltételeknek.
- A hivatalos sorsolás megkezdése után az egyéni versenyzők már nem cserélhetők, kivéve, ha a verseny főbírója ezt **indokolt esetben** engedélyezi.
- Azok az egyéni versenyzők vagy a csapatok, akik a megnyitóra nem érkeznek meg, a versenyből kizárhatók.
- Fegyelmi eljárás indítható azon egyéni versenyzők vagy csapatok ellen, akik megfelelő indok nélkül nem jelennek meg a mérkőzésen, vagy a mérkőzést felügyelő szerveknél nem jelzik visszalépési szándékukat.
- Ha adminisztrációs hiba miatt nem a megfelelő versenyző küzd, akkor **azt az eredményt törölni kell (a verseny folytatását ennek megfelelően kell tovább alakítani).**

#### 3. ORVOSI ELŐÍRÁSOK

- Minden versenyzőnek rendelkeznie kell érvényes „Versenyezhet” sportorvosi engedéllyel, mely a felnőttéknél, egy évnél nem régebbi, 18 év alatt 6 hónapnál nem régebbi kell, hogy legyen.
- A mérkőzés előtt a már létező sérülésekről a verseny orvosát tájékoztatni kell. **Ugyancsak a verseny orvosával kell még a verseny előtt engedélyeztetni – indokoltságát igazoltatni - minden olyan eszköz, védő, fásli, kötés, stb. használatának, amit az előírt ruházaton és védőfelszereléseken kívül a versenyző a mérkőzés alatt viselni szeretne.**
- **Kumite mérkőzésen szemüveg nem**
- Ha a mérkőzés alatt a versenyző bármely rövid időre is elveszti eszméletét, a versenyorvosnak meg kell vizsgálnia.

- Ha a mérkőzés alatt a versenyző legalább 10 másodpercre elveszti az eszméletét, és a versenyorvos indokoltnak tartja, el kell tiltani a további küzdelmeiktől.
- A verseny orvosa indokolt esetben kérheti a versenyző szakorvosi vizsgálatát.
- Ha a versenyző orvosi ellátásban részesült, azt a regisztrációs lapján fel kell tüntetni, vagy szükséges esetben más módon dokumentálni kell.
- Tilos a teljesítménynövelő szerek használata mind a felkészülés, mind a verseny ideje alatt.

## II. Fejezet

### AZ EGYÉNI MÉRKŐZÉS

#### 1. A MÉRKŐZÉS LEBONYOLÍTÁSA

A küzdelmek „Ippon Shobu” szabályrendszerben zajlanak egyenes kieséssel, vigaszág nélkül, kumitében két harmadik helyezettel. A versenyzők a győztes mérkőzéseik alapján kerülnek a következő fordulóba, illetve a döntőbe.

#### 2. A MÉRKŐZÉS LEVEZETÉSE

A mérkőzés levezetése kizárólag a vezetőbíró utasításai alapján történik.

- **Kezdés:** A vezetőbíró a shiai-jo széléről „Naka-e” vezényszóra behívja a versenyzőket (aka-shiro / senshu), és velük együtt a kijelölt helyére lép. A versenyzők üdvözlik egymást és Hachiji-dachiban várják a küzdelmet.
- **Indítás:** A mérkőzés a vezetőbíró „Shobu-Ippon-Hajime” vezényszavával kezdődik.
- **Megszakítás:** a vezetőbíró „Yame” vezényszavára megáll a küzdelem (és megáll az óra), a versenyzőket a kiinduló vonalakra rendeli (Moto-no-ichi). A versenyzők kötelesek visszatérni a számukra előírt helyükre, és várni a vezetőbíró ítéletére vagy vezényszavára. A mérkőzés „Tsuzukete-Hajime” vezényszóra folytatódik (továbbindul az óra – ’futóidő’).
- **Befejezés:** a mérkőzés az időmérő kettős jeladásával befejeződik (az ez után végrehajtott technika találatként nem értékelhető), és formailag a vezetőbíró „Yame (Soremade)” vezényszavával ér véget. Ezután a „Hantei” vezényszó és a sípjel elhangzása után a sarokbírók jelzik döntésüket. Az újabb sípszó után, a zászlókat visszaveszik, majd a vezetőbíró a IV. sz. melléklet szerint kihirdeti a bírók döntését. A vezetőbíró ítélete után a versenyzők kötelesek meghajolni egymás felé, és a mögöttük lévő oldal felé elhagyják a küzdőteret. Ezzel a mérkőzésnek vége.



### 3. A MÉRKŐZÉS IDŐTARTAMA

- A mérkőzés időtartama 2 perc, tiszta küzdőidő.
- Amikor a vezetőbíró „Yame” vezényszava megszakítja a mérkőzést, az órát le kell állítani. Az órát a vezetőbíró „Tsuzukete-Hajime” vezényszavára kell újraindítani.
- Ha a versenyzők kilépnek a küzdőtérrel, a mérkőzés addig folytatódik, míg a vezetőbíró meg nem állítja a mérkőzést.
- Az időmérő a mérkőzés vége előtt 30 másodperccel jól hallható jeladással figyelmezteti a résztvevőket (ato-shibaraku). Ez alatt az idő alatt a versenyzők törekedjenek a folyamatos küzdelemre. A kettős jeladás a mérkőzés tényleges befejezését jelzi.
- Kiemelt versenyek (pl. magyar bajnokság) a felnőtt férfi egyéni kumite döntőjének időtartama 3 perc tiszta küzdőidő. Itt a versenyzők „sanbon-shobu” szabályok szerint küzdenek, vagyis az a versenyző győz, aki a lehetséges 3 pontból előbb eléri az abszolút többséget jelentő 2 teljes pontot (2 ippon vagy 4 waza-ari, vagy 1 ippon és 2 waza-ari), vagy ezen belül több pontot szerez, mint az ellenfele. Amennyiben döntetlen az eredmény, a normál mérkőzésekhez hasonló hosszabbítások következnek, melyek időtartama 2-2 perc tiszta küzdőidő.

### 4. A MÉRKŐZÉS MEGHOSSZABBÍTÁSA

- Döntetlen esetén új mérkőzés következik: „Sai shiai”\*.
- Ha az új mérkőzés is döntetlennel végződik, újabb küzdelem következik (az első találatig): „Sai sai shiai\*” („Sakidori shobu”).
- Azt a versenyzőt, aki a „Sai sai shiai”-ban („Sakidori shobu”) az első értékelhető találatot éri el, győztesként kell kihirdetni.
- Ha továbbra sem volt pont, a bírók az utolsó mérkőzés történései alapján kötelesek a győzelemről dönteni (Hantei).

\*A hosszabbítás alapideje 2 perc (a kadetnél alacsonyabb korcsoportokban lehetőség van csökkentett időtartamban (1,5 perc) megrendezni, ezt a versenykiírásban rögzíteni kell).

## III. Fejezet

### A CSAPATMÉRKŐZÉS

#### 1. A CSAPATMÉRKŐZÉS SZABÁLYAI

A küzdelmek Ippon Shobu szabályrendszerben zajlanak egyenes kieséssel, vigaszág nélkül, két harmadik helyezettel. A csapatok a győztes mérkőzéseik alapján kerülnek a következő fordulóba, illetve a döntőbe.

- A csapatmérkőzés győztesének meghatározása az egyéni küzdelmek eredményei alapján, a következő kritériumok szerint dől el, fontossági sorrendben:

- győzelmek száma,
- „Teljes Ippon” győzelmek száma,
- „Ippon” győzelmek száma, **beleértve az „awasete” győzelmeket.**
- ha a fent említett kritériumok ellenére döntetlen lenne a mérkőzés állása, a döntést a mérkőző csapatok által **kijelölt 1-1 versenyző** mérkőzése hozza meg, az egyéni mérkőzésre vonatkozó szabályok szerint levezetett mérkőzése **alapján (Döntő mérkőzés a csapatok választásával – Daihyosha Ketteisen).**
- Az ellenfél feladásából, leléptetéséből, kizárásából adódó győzelmek „Teljes Ippon”-ként számolandók.

## 2. RÉSZVÉTEL A CSAPATMÉRKŐZÉSEN

- Minden csapatnak páratlan számú tagja van és meg kell felelniük az általános részvételi szabályoknak, 5+2 **(vagy 3+1)** a férfiaknál, és 3+1 a nőknél. A versenyzők mind a csapat tagjai, nincsenek meghatározott tartalékok.
- A csapatmérkőzés első fordulójában az a csapat vehet részt, amelyik a **mérkőzés előtt** a meghatározott számú taggal rendelkezik, minimum 5 **vagy 3 fő (a versenykiírás szerint).**
- Minden egyes csapatmérkőzés előtt a csapat képviselőjének egy hivatalos formanyomtatványt kell a bírói asztalnál közreműködőknek átadni, amely tartalmazza a küzdők nevét, **sorszámát** és versenyzési sorrendjét. A sorrend minden forduló után megváltoztatható, de annak leadása után már nem.
- Azt a csapatot, amelyiknek bármely tagja vagy edzője megváltoztatja a küzdők sorrendjét anélkül, hogy ezt írásban benyújtaná a mérkőzés előtt a bírói asztalnál, kizárják.

## IV. Fejezet

### A PONTÉRTÉKELÉS KRITÉRIUMAI

#### • GYŐZELEM, VERESÉG

A mérkőzés eredményét eldönti, ha valamelyik versenyző „Ippon”-t, „Awasete-Ippon”-t ér el, illetve ha valamelyik versenyző ellen „Hansoku”-t, „Shikkaku”-t, vagy „Kiken”-t ítélnék.

A győzelem, vagy vereség ténye eldőlhet még bírói döntés alapján.

#### • ÉRVÉNYES TALÁLATI FELÜLETEK

Az értékelhető találati felületek az alábbiak szerint különülnek el:

- fej,
- arc,
- nyak,

- mellkas,
- has,
- hát,
- oldalak.

## • PONTÉRTÉKELÉS

- A vezetőbíró „Yame” vezényszavával egy időben végrehajtott értékelhető technika még pontértékű. Az a találat, amely a vezetőbíró „Yame” vezényszava után lett végrehajtva, nem értékelhető.
- Nem értékelhető a küzdőtéren kívül végrehajtott technika. Érvényesnek tekintendő azonban akkor, ha a technika végrehajtásának pillanatában a versenyző még a küzdőtéren belül volt.
- Nem értékelhető az a technika, amelyik a mérkőzés végét jelző jelzés után, de még a késlekedő vezetőbíró „Yame” vezényszava előtt történik.
- Egy időben egymáson végrehajtott – egyébként értékelhető – technikákra nem adható pont (ai-uchi).
- A technika értékelésénél nem csak a technikát és a célpontot kell a bírónak figyelembe venniük, hanem a támadó attitűdjét is.

## • AZ „IPPON”

- „Ippon”-t kell ítélni arra a technikára, amely megfelelő találati szögben, megfelelő támadási felületen éri az ellenfelet, és megfelel az alábbi követelményeknek:
  - jó forma,
  - helyes testtartás,
  - erős végrehajtás,
  - „Zanshin”,
  - megfelelő időzítés,
  - megfelelő távolság

ez a „Teljes Ippon”.

- „Ippon”-ként értékelhetők az alábbi feltételek mellett végrehajtott hatékony technikák:
  - Sikeres pontszerzés, pontosan az ellenfél támadásának pillanatában (Deai).
  - Abban a pillanatban végrehajtott támadás, mikor az ellenfél valamilyen, a támadó által végrehajtott akció miatt elveszíti az egyensúlyát.
  - Értékelhető támadások kombinációja, amelynek minden eleme önmagában is pont értékű (Renzoku-waza).
  - Ha az ellenfél elveszti küzdőszellemét, vagy hátat fordít az ellenfelének, miközben értékelhető találat éri.
  - Az ellenfél védtelen találati felületére végrehajtott értékelhető támadás.

- Nem értékelhetők „Ippon”-ként akkor a technikák - még ha a fent említett feltételeknek meg is felelnek - ha a versenyző nem abban a pillanatban hajtja végre azokat, amikor:
  - eléri az ellenfelét,
  - **egyensúly súlyából kimozdítja** az ellenfelét.
- „Awasete-Ippon” az, ha a versenyző a mérkőzés alatt két „Waza-ari”-t ér el. A két „Waza-ari”-t együtt „Ippon”-ként kell értékelni.

#### • A „WAZA-ARI”

„Waza-ari” adható a technikára akkor, ha az „Ippon” követelményei közül az egyik feltétel a végrehajtás során nem tökéletes. „Waza-ari”-t ítélnék az „Ippon”-hoz hasonló értékű technikáért. A bírónak először mindig az „Ippon”-t kell mérlegelniük, azután a „Waza-ari”-t. Pontértékben két „Waza-ari” egyenértékű egy „Ippon”-nal. **A megfelelően végrehajtott technika - ami nem éri el az Ippon minőségét - értékelhető Waza-ari-nak.**

#### • A DÖNTÉS KRITÉRIUMAI

„Ippon”, vagy a mérkőzés ideje alatt ítélt „Kiken” „Hansoku”, „Shikkaku” hiányában a döntést, a következők alapján kell meghozni:

- A mérkőzésen volt-e „Waza-ari”?
- Volt-e **kihirdetett** figyelmeztetés?
- Küzdőtérről való kilépések száma.
- A versenyzők által mutatott:
  - technikai és taktikai fölény,
  - testtartás, küzdőszellem, erő mértéke,
  - támadások száma,
  - stratégia.

#### • TILTOTT VISELKEDÉS, TILTOTT TECHNIKÁK

A következő viselkedésformák és technikák tiltottak (ezek szükség esetén „Hansoku” jellegű büntetéssel súlythatók > „Keikoku”, „Hansoku chui” vagy végső esetben „Hansoku make”):

- kontrollálatlan támadás,
- támadási felületet ért erős kontakt,
- alsó vagy felső végtagok támadása,
- nyitott kezes technikák az arcra,
- ágyék támadása,
- csípő- és térdízület, valamint lábfej és sípcsont támadása,
- fogás, kivéve, ha azonnal technika követi,
- az ellenfél szükségtelen lökdösése, rángatása,
- veszélyes, **nagyívú, ellenőrizetlen** dobások,
- szándékos kilépés a küzdőtérről, vagy időhúzás,
- sérülés színlelése előnyszerzés céljából,

- Ha egy versenyző tiltott akciót készül végrehajtani, vagy hajtott végre, a vezetőbíró köteles figyelmeztetni vagy bemondani a szabálysértés tényét.
- Ha a versenyző újra végrehajtja ugyanazokat az akciókat, amiért már megintették, a vezetőbíró **a következő fokozatú büntetéssel sújtja, végül a versenyzőt leléptetik** a sorozatos szabálysértések miatt.
- **Az a versenyző, akit 2x diszkvalifikáltak, Hansokuval leléptettek, nem folytathatja a versenyt (Kumite)**

#### • KÜZDŐTÉR ELHAGYÁSA (Jogai)

Ha egy versenyző sorozatosan menekül a küzdőtérrel, kilép („Jogai”), **az alábbi büntetéseket kapja:**

- az első kilépés után a versenyzőt figyelmeztetni kell  
„Jogai Keikoku”
- a második kilépés után a versenyzőt hivatalosan büntetni kell.  
„Jogai Chui”
- a harmadik kilépés után a versenyzőt diszkvalifikálni kell.  
„Jogai Hansoku”

#### • VÉDEKEZÉSRE KÉPTELENSÉG (Mubobi)

- Ha a versenyző nem figyel saját **testi épségére (esetleg ezzel egyidőben ellenfele testi épségét is közvetetten veszélyezteti)** a vezetőbíró köteles figyelmeztetni és bemondani a szabálysértés tényét („Mubobi” > „Mubobi keikoku”, „Mubobi chui”, „Hansoku make”).
- Ha a versenyző tartósan passzív, a vezetőbíró köteles figyelmeztetni és bemondani a szabálysértés tényét, **fokozatát.**

#### • TELJES DISZKVALIFIKÁCIÓ (Shikkaku)

- Ha egy versenyző elkövet bármit az alábbi akciók közül, a vezetőbíró - bírói tanácskozás után - köteles leléptetni az elkövetőt:
  - ha a versenyző nem engedelmeskedik a vezetőbíró utasításának,
  - ha egy versenyző annyira izgatottá válik, hogy a vezetőbíró úgy ítéli meg, veszélyes az ellenfelére, és önmagára,
  - **ha a versenyző nem megengedhető szavakat, kifejezéseket használ,**
  - ha a versenyző szándékosan durván megsérti a szabályokat,
  - más helyzetek, melyek megszegik a mérkőzés szabályait.
- **Amennyiben a csapat sérti meg ilyen módon a szabályokat, a csapatot le kell léptetni és az ellenfelüket kell győztesként kihirdetni.**
- **A Shikkaku-val leléptetett versenyzőt, vagy csapatot a versenyből teljeskörűen ki kell zárni.**

#### • VISSZALÉPÉS (Kiken)

- Ha a versenyző visszalép visszaléptetik, akkor ellenfelét kell kihirdetni győztesnek.
- Ha a versenyző önkéntesen visszalép a küzdelemtől, akkor visszalép minden mérkőzéstől és minden versenyszámtól!

## V. Fejezet

### A MÉRKŐZÉS ELBÍRÁLÁSA

#### 1. A BÍRÓK

A bírók ítéleteikben törekedjenek mindig arra, hogy a versenyzők által mutatott teljesítményeknek megfelelő ítéleteket hozzanak. Ítéleteik legyenek mindig függetlenek az esetleges befolyásoló körülményektől. A bírói panel összetétele 1 ellenőrző bíróból, 1 vezetőbíróból és 4 sarokbíróból áll. Elhelyezkedésüket az V. sz. melléklet mutatja.

#### 2. A VEZETŐBÍRÓ JOGAI ÉS KÖTELEZETTSÉGEI

- A vezetőbíró az „Általános versenyszabályok” II. fejezet 4. pontjában leírtak szerint látja el feladatát.
- Ha a vezetőbíró valamely versenyző részéről „Ippon” értékű technikát észlel, akkor „Yame” vezényszóval megállítja a mérkőzést, és visszarendeli a versenyzőket a kiinduló helyeikre. Ezután a vezetőbíró is visszatér helyére, és a sarokbírók döntését összegezve, azonosítja a végrehajtott technikát, és „Ippon”-t hirdet. Ezzel a mérkőzés befejeződött, a versenyző győzött.
- Ha a vezetőbíró „Waza-ari” értékű technikát észlel, megállítja a mérkőzést, és visszarendeli a versenyzőket a kiinduló helyeikre. Ezután a vezetőbíró is visszatér a helyére és a sarokbírók döntését összegezve, azonosítja a végrehajtott technikát és „Waza-ari”-t ítél. Utána „Tsuzukete-Hajime” felszólítással elrendeli a mérkőzés újra indítását.
- Ha a mérkőzésen az egyik versenyző a második „Waza-ari”-ját éri el, akkor a vezetőbíró a találatot „Waza-ari, Awasete-Ippon” szavakkal hirdeti ki, megállapítva a versenyző győzelmét, és ezzel lezárja a mérkőzést.
- Amikor a mérkőzés ideje lejár, a vezetőbíró „Yame” (Soremade”)-val megállítja a küzdelmet, visszarendeli a versenyzőket a kiinduló helyeikre. A kijelölt helye mögötti alapvonalon kívülre lépve „Hantei”-t követő sípjelzésével a sarokbírók döntését kéri. A sarokbírók a sípjelre egyidőben felemelt zászlóikkal jelzik döntésüket, majd a vezetőbíró újabb sípjelére jelzésüket visszaveszik. Ezután a vezetőbíró visszalép a kijelölt helyére, és a zászlójelzések alapján, a IV. sz. melléklet értelmében meghozott döntését kihirdeti.
- Ha csak egy sarokbíró jelzi, hogy valamelyik versenyző, általa értékelhetőnek ítélt technikát hajtott végre, akkor a vezetőbíró –

amennyiben a véleménye eltér -, azt figyelmen kívül hagyhatja, felülbíráhatja, és folytathatja a mérkőzést.

- Az alábbi helyzetekben a vezetőbíró köteles megállítani a küzdelmet, és visszarendelni a versenyzőket a kiinduló helyeikre:
  - Ha két vagy több sarokbíró jelezte, hogy az egyik versenyző, általuk értékelhetőnek ítélt technikát hajtott végre. Amennyiben ezek a jelzések „kiegyenlítik” egymást, a saját véleményével együtt kezelve dönthet a megállításról vagy továbbengedésről.
  - Ha valamelyik versenyző vagy mindkettő elhagyta a küzdőteret. A „Jogai Naka-e” felszólítással visszarendeli a versenyzőket a küzdőtérré.
  - Ha észreveszi, hogy az egyik, vagy mindkét versenyző tiltott technikát hajtott végre, vagy készül végrehajtani, vagy erre utaló jelzést kap a sarokbírók valamelyikétől. A sarokbírókkal konzultálva köteles figyelmeztetni, vagy büntetni az elkövetőt/elkövetőket, a szabálysértés mértékének megfelelően.
  - Ha az egyik versenyző sérülést szenved, azonnal meg kell állítani a küzdelmet. Haladéktalanul el kell rendelnie a sérült versenyző megfelelő ellátását (alapvetően tartózkodjon a személyes közreműködéstől, az ellenőrzés és ellátás a versenyorvos feladata. Azonban rendkívüli esetben - orvos távollétében, ill. annak megérkezéséig - tegye meg azokat a lépéseket, melyeket életmentés szempontjából egyébként is meg kellene tennie).
  - Az egyik vagy mindkét versenyző sérülése esetén a versenyorvos véleményét figyelembe véve szükség esetén összehívja a versenybírókat, és közösen döntenek a mérkőzés folytatásáról vagy beszüntetéséről.
  - Amikor beharc alakul ki a küzdelemben, és egyik versenyző sem alkalmaz értékelhető technikákat, meg kell tennie a szükséges óvintézkedéseket, hogy a sérüléseket elkerüljék.
  - Ha az egyik versenyző - vagy mindkettő -, megfogja, megragadja a másikat, esetleg összekapaszkodnak és nincs értékelhető találat.
  - Ha a mérkőzés alatt hosszabb ideig nincs akció.
  - Ha a főbíró vagy az ellenőrző bíró erre utasítást ad.

### 3. A SAROKBÍRÓK JOGAI ÉS KÖTELEZETTSÉGEI

- A sarokbírók az „Általános versenyszabályok” II. fejezet 6. pontjában leírtak szerint látják el feladatukat.
- A mérkőzés kezdetekor a megfelelő kezükben tartott piros és fehér zászlóval, és szájukba elhelyezett síppal elfoglalják a számukra kijelölt helyüket a küzdőtér megfelelő sarkánál (az V. sz. melléklet szerint).
- Fokozottan figyelemmel kísérik a versenyzők akcióit, tekintetbe véve a küzdőtéren elfoglalt helyzetüket.

- Észrevételeiket és döntéseiket azonnal és egyértelműen (szükség esetén zászlóval és síppal együttesen) kötelesek jelezni a vezetőbíró felé.

#### **4. AZ ELLENŐRZŐ BÍRÓ JOGAI ÉS KÖTELEZETTSÉGEI**

Az ellenőrző bíró az „Általános versenyszabályok” II. fejezet 8. pontja szerint végzi feladatát.



# A KATA VERSENY SZABÁLYAI

## I. Fejezet:

### ÁLTALÁNOS SZABÁLYOK

#### 1. A MÉRKŐZÉSEK FAJTÁI

- Egyéni mérkőzések.
- Csapatversenyek.

#### 2. A MÉRKŐZÉSEK LEBONYOLÍTÁSA

- Egyéni mérkőzések.
  - Zászlós és pontozásos (kombinált) rendszer.
- Csapatversenyek.
  - Pontozásos rendszer.

#### 3. A MÉRKŐZÉS FELÜGYELETE

A mérkőzés **felügyelete** a vezetőbíró **feladata és felelőssége**.

#### 4. ZÁSZLÓS (KOMBINÁLT) RENDSZER

Két versenyző **egyidőben** mutatja be ugyanazt, a vezetőbíró által **kihúzott (kata névtábla)** és bemondott katát. A bemutatást "Hajime" vezényszó elhangzása után **egyidőben kötelesek elkezdni**.

- **Selejtezők:** 4 versenyzőig csökkentik a mezőnyt.
  - **Első kör:** 16 versenyzőre csökkenti a mezőnyt.  
Shitei kata: VI. sz. melléklet 1. csoport.  
A bírálóat zászlós rendszerben folyik.
  - **Második kör:** 16-ról 8 versenyzőre csökkenti a mezőnyt.  
Shitei kata: VI. sz. melléklet 2. csoport.  
A bírálóat zászlós rendszerben folyik.
  - **Harmadik kör:** 8-ról 4 versenyzőre csökkenti a mezőnyt.  
Sentei kata: VI. sz. melléklet 3. csoport.  
A bírálóat itt már pontozásos rendszerben folyik.
  - **Korosztályos versenyeken (a versenykiírásnak megfelelően) az alacsonyabb korcsoportokban egészen a döntőig zászlós elbírálás van a bemutatásra kijelölt katák alkalmazásával.**
- **Döntő:** 4 versenyző **részvételével**.  
Sentei kata (a versenyző által választott kata): VI. sz. melléklet 3. vagy 4. csoport.  
**Korosztályos versenyek alacsonyabb kategóriáiban a döntőre kijelölt katák közül lehet választani.**

- Amennyiben egy versenyen az indulók létszáma 8 fő alatt van, úgy a versenyt két fordulóval, pontozásos elbírálással kell lebonyolítani. A két fordulóban különböző katát kell bemutatni.

## 5. PONTOZÁSOS RENDSZER

- Egyéni mérkőzések.  
Minden résztvevő külön mutatja be az általa – az előírtak közül - választott katát.
- Csapatversenyek.  
A csapatversenyek pontozásos rendszerben zajlanak. A csapatot 3 fő alkotja.  
Minden csapatot külön pontoznak.
  - Selejtezők: 4 csapatra csökkentik a mezőnyt.  
Sentei kata: VI. sz. melléklet 3. vagy 4. csoport.
  - Döntő: 4 csapat küzd a győzelemért.  
Sentei kata: VI. sz. melléklet 3. vagy 4. csoport.  
A döntőben bemutatott kata nem lehet ugyanaz, mint a selejtezőben bemutatott.
  - Korosztályos versenyek alacsonyabb korcsoportjaiban a versenyszabály a fentiekől eltérően rendelkezhet a bemutatható formagyakorlatokról.

## II. Fejezet:

### A MÉRKŐZÉS SZABÁLYAI

#### 1. A MÉRKŐZÉS INDÍTÁSA, BEFEJEZÉSE

- Zászlós rendszer:
  - A bemondó hívására a résztvevők a kezdővonalra állnak meghajolnak **először** egymás, **majd** a vezetőbíró felé.
  - A vezetőbíró **kiválasztja a bemutatandó kata nevét, azt felmutatja, és hangosan bemondja**, jól érthetően a versenyzők és a sarokbírók részére.
  - A versenyzők **kötelesek elismételve bemondani a kata nevét**, majd a vezetőbíró „Hajime” vezényszavára **egyidőben** elkezdni azt. Az utolsó mozdulatnál meg kell várniuk a vezetőbíró „Naore” vezényszavát, aminek elhangzásakor **visszalépnek a kiinduló pozíciójukba és ott várják a bírók döntését. Amennyiben valamelyik versenyző előbb, vagy a szükségesnél később kezdi a katát, először a kezdést meg kell ismételtetni. A következő esetben büntetni kell (az értékelésnél 0,3 pont értéknek megfelelően csökkenteni kell a teljesítményét).**

- Ezután a vezetőbíró „Hantei” vezényszavát követő sípjelzésére a sarokbírók zászlókkal kötelesek döntésüket jelezni. A vezetőbíró ezt követő újabb sípjelzésére a zászlókat visszaveszik.
- A vezetőbíró a sarokbírók döntéseit értékelve a IV. sz. mellékletnek megfelelően kihirdeti az eredményt. (Ez lehet „Aka/Shiro-no kachi”, „Hikiwake” vagy kettős leléptetés.)
- Amennyiben valamelyik versenyző nem fejezi be a formagyakorlatot, vagy más formagyakorlatot mutat be, úgy a vezetőbíró automatikusan a másik versenyzőt hozza ki győztesnek (feltéve, ha ő a megfelelő formagyakorlatot végigcsinálta). Amennyiben mindketten ilyen súlyos hibát vétének, mindkettő versenyzőt lelépteti (ezekben az esetben „Fukushin shugo” nem szükséges).
- Pontozásos rendszer:
  - A bemondó hívására a résztvevő a küzdőtérhez lép, meghajol a vezetőbíró felé és bejön a küzdőterre. A versenyzőnek a kata bemutatása előtt lehetősége van a vezetőbíróval szemben, a tőle való távolságot önállóan megválasztania. Ezt követően jól érthetően bemondja a bemutatandó kata nevét. A versenyző által bemondott kata nevét a vezetőbíró jól érthetően visszamondja. Ezután a versenyző önállóan kezdi el a bemutatást. Befejezés után szintén önállóan visszalép a kezdő pozícióba és várja a bírók döntését.
  - A vezetőbíró „Hantei” vezényszava és sípjele után a sarokbírók egyidőben felemelik pontozótábláikat, melyeken előzetesen beállították a döntésüknek megfelelő pontszámokat. A bemondó jól érthetően, az adott pontszámokra mutatva – a vezetőbíró pontszámával kezdve, az óramutató járásának megfelelően – hangosan bemondja a pontszámokat. Ezt követően a vezetőbíró sípjelére egyszerre teszik le a pontozótábláikat.
  - Az adatrögzítő az előírt módon rögzíti a hallott értékeket (vagy a program segítségével), és az alábbiak szerint kiszámolja a végső pontszámot: a kapott pontértékekből egy legmagasabb és egy legalacsonyabb kimarad, a közbülső pontértéket összeadják, és ez adja a bemutatott kata pontértékét. Ezt a bemondó köteles hangosan kihirdetni. (Célszerű, ha a vezetőbíró az összpontszámot elismétli a versenyzőnek a jobb érthetőség miatt.)  
Az összpontszám elhangzása után a versenyző meghajol a vezetőbíró felé és elhagyja a küzdőteret (előre haladva). A küzdőtér szélén még egyszer meghajol, majd elhagyja azt.

Csapatmérkőzés esetén is ezek az eljárási szabályok.

(Amennyiben csapat katánál a sarokbíró elfoglalt helyzete veszélyeztetné az egyik végrehajtó versenyző testi épségét, úgy – a kumitéhez hasonlóan – adjon helyet a gyakorlat végrehajtásához. Elbírálás során elvárható, hogy a

csapatok úgy helyezkedjenek el, hogy a bírók elhelyezkedése a végrehajtást ne zavarja. Ellenkező esetben ez az értékeléskor beszámítható.)

## 2. A DÖNTÉS KRITÉRIUMAI

Kata versenyen a bemutatás nem minősíthető egyszerűen jónak vagy rossznak. A bírálatnak összhangban kell lennie az előírt bírálati szempontokkal.

- Alapvető szempontok a kata bemutatásánál:
  - A katát az előírt módon, pontos sorrendben és tartalommal kell bemutatni.
  - A kata 3 alapvető pontja:
    - az erő alkalmazása (feszítés és ellazulás),
    - a test összehúzódása és kiterjedése,
    - a gyors és lassú mozdulatok végrehajtása.
  - A mozdulatok iránya, pontossága, a test részeinek helyes használata.
  - A kata technikáinak megértése, jellegzetességeinek bemutatása.
  - A ritmus, a szünetek helyes betartása, alkalmazása.
  - A „Zanshin” megkívánt végrehajtása, megléte.
  - Küzdőszellem.
  - Enbusen.
  - Formai követelmények, viselkedés.
  - Helyes fej és szemmozgás iránya.
  - Állások, a lépések egyenletes végrehajtása.
  - Koordináció.
  - Stabilitás, egyensúly.
  - Tökéletesség.
  - Harmónia.
  - Helyes légzés.
  - Kiai.
  - Csatat kata-ban a kata szinkronizált bemutatása.
- További figyelembe veendő szempontok:

A bírónak észre kell venniük a bemutatott kata nehézségi fokát és speciális pontjait. A bírálatnak ez a része a következőkön alapul:

  - a versenyző mennyire uralja a technikákat,
  - a nehézségi fok és kockázat, amit a bemutatás során vállal.
- Hibák és tévesztések.

A bírálat harmadik szempontjaként a bírónak észre kell venniük az előforduló hibákat és tévesztéseket.

Zászlós rendszer.

  - Ha valamelyik versenyző nem a vezetőbíró által bemondott gyakorlatot kezdi el, míg a másik hiba nélkül mutatja be, vesztesnek kell nyilvánítani. Ez esetben a sarokbírók döntésére nincs szükség.

- Ha az egyik versenyző hibázik, és megáll a katában, míg a másik hiba nélkül mutatja be, vesztesnek kell nyilvánítani. Ez esetben a sarokbírók döntésére nincs szükség.
- Ha az egyik versenyző elkezdi a gyakorlatot, megáll és újrakezdi, míg a másik hiba nélkül mutatja be, akkor vesztesnek kell nyilvánítani.
- Ha mindkét versenyző hibázik és megáll a katában, nem mutathatják be újra, mindkét **versenyzőt** diszkvalifikálni kell.

Pontozásos rendszer **hiba miatti pontlevonásai:**

- Habozás, de egyenletes folytatás	-0,1
- Megállás és lassú folytatás	-0,2
- Hiba+folytatás	-0,3
- Hiba+habozás	-0,6
- Csekély egyensúlyvesztés	-0,1
- Nagyobb egyensúlyvesztés	-0,3
- Esés	-0,6
- Alapvonaltól való kis eltérés (1/2-1 lépés)	-0,1
- Alapvonaltól való nagy eltérés (több mint 1 lépés)	-0,3
- Kiai hiánya	-0,3

### 3. A MÉRKŐZÉS MEGHOSSZABBÍTÁSA

- Zászlós rendszer

A versenyzők döntetlen esetén újabb gyakorlatot - a vezetőbíró által húzott új katát - mutatnak be ugyanabból a kata csoportból. A sarokbíróknak kötelezően egyértelmű döntést kell hozniuk ez utóbbi mérkőzés alapján (kötelezően meg kell jelölniük a győztest).

- Pontozásos rendszer

Pontegyenlőség esetén a versenyzőknek újra be kell mutatniuk ugyanezt a katát. **Ebben az esetben az alábbiak szerint kell eljárni:**

**1. Versenyrendezést segítő, javasolt eljárás (Magyar Bajnokságon és Diákolimpián kötelező)**

A holtversenyben katázó első versenyző a pontozásnál alkalmazott középértéket kapja, míg a második - vagy esetleg további versenyzők - ettől eltérően egy, esetleg kettő vagy több tizeddel alacsonyabb vagy magasabb értéket kapjanak, annak megfelelően, hogy a bíró hányadik helyre sorolja a holtversenyen belül az adott versenyzőt.

**2. Hagyományos eljárás (a régi szabály szerint – egyes versenyeken alkalmazható):**

- Az érintett versenyzők pontszámához először hozzá kell adni a legalacsonyabb, figyelembe nem vett pontszámot. Az így keletkező magasabb pontszámot elért versenyző a győztes.**
- Amennyiben így is pontegyenlőség van, akkor a figyelembe nem vett magasabb pontszámot is hozzá kell adni az**

összpontszámhoz. Ebben az esetben is a magasabb pontszámot elért versenyző a továbbjutó.

- c) Amennyiben ezek után is egyenlő az állás, akkor a versenyzőknek új kátát kell bemutatniuk. Ez esetben a bírók részére kötelező döntés van!

### III. Fejezet:

## A MÉRKŐZÉS ELBÍRÁLÁSÁNAK SZABÁLYAI

### 1. A BÍRÓK

A bírók ítéleteikben törekedjenek arra, hogy a versenyzők által mutatott teljesítményeknek megfelelő ítéleteket hozzanak. Ítéleteik legyenek függetlenek, mentesítsék azokat az esetleges befolyásoló körülményektől. Elhelyezkedésüket az V. sz. melléklet mutatja.

- Zászlós rendszer. A mérkőzést 1 vezetőbíró és 4 sarokbíró bírálja el. Ha a vezetőbíró „Hantei”t kér, sípjelzésére a sarokbírók zászlóikkal jelzik döntésüket. A sarokbírók törekedjenek a mérkőzés alapján a győztes megjelölésére.
- Pontozásos rendszer. A mérkőzést 1 vezetőbíró és 4 sarokbíró bírálja el. Döntőben, illetve nemzetközi versenyen bírálhat 1 vezetőbíró és 6 sarokbíró is. A bírók törekedjenek észrevenni a bemutatott gyakorlatok közötti különbségeket, és ezt az adott pontszámok tükrözzék. Igyekezzenek a sorrendet meghatározni.

### 2. A VEZETŐBÍRÓ JOGAI ÉS KÖTELEZETTSÉGEI

- A vezetőbíró helyét az V. sz. melléklet tartalmazza. Zászlós rendszerben javasolt a gyakorlat bemutatása alatt a két zászlót összetekerve („Aka” kívül) vagy összehajtvva („Aka” kívül) az ölében elhelyeznie.
- A vezetőbíró felügyeli a mérkőzés menetét
  - Zászlós rendszer  
A kata bemutatása előtt a vezetőbíró bemondja az általa kiválasztott kata nevét, és „Yoi” – „Hajime” vezényszóval indítja a versenyzők gyakorlatát. A versenyzők az utolsó mozdulat után megvárják a vezetőbíró „Naore” vezényszavát, amire visszaállnak a kezdő pozíciójukba.
  - Pontozásos rendszer  
Mután a résztvevő bemondja a kata nevét, a vezetőbíró elismétli azt, és a versenyző önállóan elkezd a bemutatást. A formagyakorlat végén szintén önállóan fejezi be a gyakorlatot.
- A döntés bejelentése:
  - Zászlós rendszer  
Mután befejeződött a kata és a versenyzők felvették kezdő pozíciójukat a vezetőbíró „Hantei” szóval és sípjellel döntést kér a

sarokbíróktól. A jelzések után újabb sípszóval a sarokbírók leveszik zászlójukat. A sarokbírók jelzései alapján meghatározza és kihirdeti a győztest az annak színével megegyező zászló egyidejű felemelésével. Amennyiben a sarokbírók jelzései alapján az eredmény döntetlen, a sarokbírói „Hikiwake” zászlójelzéssel jelzi azt, vagy a saját ítéletének beszámításával valamelyik versenyzőt kihirdetheti győztesnek (IV. sz. mellékletnek megfelelően).

- Pontozásos rendszer

Miután a résztvevő befejezte a gyakorlatot, a vezetőbíró a szükséges ütemet kívárva a meghatározott módon döntést kér a sarokbíróktól („Hantei” és sípjel). A sarokbírókkal egyidőben Ő is felemeli pontozótábláját. Miután az adatok rögzítésre kerültek, sípjelre minden bíró visszaveszi a pontozótábláját. Az előírt módon kiszámított összpontszámot hangosan bemondják, amit a vezetőbíró a versenyző felé elismétel. (Amennyiben a pontok összesítése gyorsan történik, vagy a pontok pontosítása szükségessé válhat, úgy a pontszámok levételének az elrendelése az összpontszám bemondása után is történhet. A helyes módszer kiválasztása a vezetőbíró joga.)

### 3. A SAROKBÍRÓK JOGAI ÉS KÖTELEZETTSÉGEI

- A mérkőzés kezdetét az előírásoknak megfelelően felkészülten várják a számukra kijelölt helyen. ( V. sz. melléklet)
- A mérkőzés alatt a szabályoknak és az előírásoknak megfelelően értékelik a bemutatott gyakorlatot.
- A vezetőbíró kérésére zászlóikkal vagy pontozótáblájukkal kötelesek döntésüket jelezni.
- Indokolt esetben – sípjellel – „Fukushin shugo” összehívását kezdeményezhetik.





**MAGYAR KARATE SZAKSZÖVETSÉG**  
**IPPON SHOBU VERSENYSZABÁLYZATA**

**2002**

Ideiglenesen kiegészített változat

2015.01.20.

**MELLÉKLET**

## TARTALOM

<b>I. melléklet:</b>	A vezetőbíró által használt kifejezések és jelzések, azok jelentései	3
<b>II. melléklet:</b>	A sarokbírók által használt jelzések	8
<b>III. melléklet:</b>	Az ellenőrző bíró által használt jelölések	11
<b>IV. melléklet:</b>	Bírói döntések táblázata	12
<b>V. melléklet:</b>	A küzdőtér méretei, a bírók és a személyzet elhelyezkedése	13
<b>VI. melléklet:</b>	Katák listája	17
<b>VII. melléklet:</b>	Kihon-Ippon kumite versenyek szabályai	18
<b>VIII. melléklet:</b>	Jiyu-Ippon kumite versenyek szabályai	21
<b>IX. melléklet:</b>	Egyedi elvárások a Kihon-Ippon kumite és a Jiyu-Ippon kumite végrehajtása során	23
<b>X. melléklet:</b>	A verseny menetének formai követelményei	24
<b>XI. melléklet:</b>	Fogalmak	25
<b>XII. melléklet:</b>	A verseny lebonyolítását segítő kiegészítések	26
<b>XIII. melléklet:</b>	Versenykiírás és kiegészítő melléklet minták	28

• MELLÉKLET

**A vezetőbíró által használt kifejezések és jelzések, azok jelentései**

	<b>Kifejezés</b>	<b>Jelentés</b>	<b>Jelzés</b>
<b>1</b>	Naka-e	Versenyzők behívása a küzdőtérre.	A vezetőbíró mindkét kezével a küzdőtér oldala felől a közepe felé mutat.
<b>2</b>	Shobu Ippon Hajime	A mérkőzés kezdete.	A vezetőbíró a kijelölt helyén áll.
<b>3</b>	Yame	Állj, a mérkőzés megszakítása/befejezése.	Lefelé irányuló mozdulat, mellyel egy időben az órát megállítják.
<b>4</b>	Tsuzukete Hajime	A mérkőzés újraindítása.	A vonalán állva hátralép zenkutsu dachiba, tenyereit egymás felé közelíti.
<b>5</b>	Tsuzukete	Küzdj tovább!	Felszólítás a mérkőzés folytatására.
<b>6</b>	Moto No Ichi	A versenyzők visszarendelése a kiinduló helyeikre.	Nyitott kézzel a versenyzők kiinduló helyeire mutat.
<b>7</b>	Ippon	Egy döntő technika.	Rézsútosan karját a válla fölé emeli a pontszerző oldalán.
<b>8</b>	Waza-Ari	Egy értékelhető, de nem ippon értékű technika.	45 fokban lefelé nyújtja ki a karját a pontszerző oldalán.
<b>9</b>	Aiuchi	Együttes pontszerző technika, nem eredményez pontot.	Összeérinti a két öklét a melle előtt.
<b>10</b>	Fukushin Shugo	A bírók összehívása.	Karjaival nyitott tenyérrel maga felé int.
<b>11</b>	Ukete-masu	Technika védve.	Nyitott tenyérrel megérinti a másik kar könyökét.
<b>12</b>	Nukete-Masu	Technika elcsúszott.	Zárt kézzel a test előtt keresztbe mutat.
<b>13</b>	Hayai	Elsőként talál.	Ujjával a másik kéz tenyerébe mutat.
<b>14</b>	Yowai	Túl gyenge.	Tenyérrel főntről lefelé mutat.
<b>15</b>	Maai	Rossz távolság.	Két tenyér egymással szemben a

			mell előtt.
--	--	--	-------------

16	Torimasen	Pontszerző technikaként elfogadhatatlan.	Keresztezi karjait a melle előtt, majd tenyérrel lefelé széttárja őket.
17	Mienai	Nem látható.	Ujjait a szemé elé helyezi.
18	Ato Shibaraku	30 másodperc van még hátra a mérkőzésből.	Az időmérő jól hallhatóan hangjelzést ad.
19	Awasete Ippon	Két waza-ari-t ipponként elismer.	Rézsútosan karját a vállá fölé emeli a pontszerző oldalán.
20	Soremade	A mérkőzés vége.	Nyújtott karral a tenyerével előre mutat.
21	Hantei	Döntés	Hosszú sípjellel kéri a sarokbírókat, hogy jelezzék döntésüket, rövid sípjellel, hogy eresszék le karjaikat.
22	Aka/Shiro No Kachi	Piros/fehér győz.	A megfelelő oldalon rézsútosan karját a vállá fölé emeli.
23	Hikiwake	Döntetlen.	Keresztezi karjait a melle előtt, majd tenyérrel felfelé széttárja őket.
24	Sai-Shiai	Új mérkőzés.	A vezetőbíró a kijelölt helyén áll.
25	Sai-Sai-Shiai	Hosszabbítás, az új mérkőzés büntetései átkerülnek.	A vezetőbíró a kijelölt helyén áll.
26	Jogai Keikoku	Első kilépés a küzdőtérrel.	Mutatóujjával a vonalra, majd az elkövető lábára mutat.
27	Jogai Chui	Második kilépés a küzdőtérrel.	Mutatóujjával a vonalra, majd az elkövető hasára mutat.
28	Jogai Hansoku	Harmadik kilépés, leléptetés sorozatos kilépések miatt.	Mutatóujjával a vonalra, majd az elkövető arcára mutat.
29	Mubobi Keikoku	Figyelmeztetés a biztonság veszélyeztetéséért.	Mutatóujjával 60 fokban előre a levegőbe, majd az elkövető lábára mutat.
30	Mubobi Hansoku Chui	Intés a biztonság veszélyeztetéséért.	Mutatóujjával 60 fokban előre a levegőbe, majd az elkövető hasára mutat.
31	Mubobi Hansoku	Leléptetés a biztonság veszélyeztetéséért.	Mutatóujjával 60 fokban előre a levegőbe majd az elkövető arcára mutat.

32	Keikoku	Figyelmeztetés kontakt jellegű szabálysértésért.	Öklét tenyeréhez zárja, majd mutató ujjával az elkövető lábára mutat.
33	Hansoku Chui	Intés kontakt jellegű szabálysértésért.	Öklét tenyeréhez zárja, majd mutató ujjával az elkövető hasára mutat.
34	Hansoku	Leléptetés sorozatos kontakt jellegű szabálysértésért.	Öklét tenyeréhez zárja, majd mutató ujjával az elkövető arcára mutat.
35	Aka/ Shiro Hansoku, Shiro/ Aka No Kachi	Piros/fehér leléptetve, fehér/piros győz.	Mutatóujjával az elkövető arcára mutat, majd másik karját rézsútosan a válla fölé emeli.
36	Aka/ Shiro No Kiken, Shiro/ Aka No Kachi	Piros/fehér visszalép, fehér/piros győz.	Mutatóujjával a versenyző helyére mutat, majd másik karját rézsútosan a válla fölé emeli.
37	Shikkaku	Kizárás.	Mutatóujjával az elkövető arcára, majd ferdén maga mögé a levegőbe mutat.

### A vezetőbíró sípjelzései

( \_\_\_\_ \_ )

„Hantei” - kéri a sarokbírók jelzéseit.

( \_ )

A sarokbírók a jelzéseiket vegyék le.

( \_ ) ( \_ )

„Yame”

( \_ \_ \_ )

„Fukushin Shugo”

## A vezetőbíró által használt jelzések



勝負一本始め  
SHÖBU IPPON HAJIME



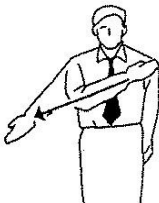
やめ  
YAME



元の位置  
MOTONOICHI



続けて始め  
TUZUKETE HAJIME  
TSUZUKETE



技有り  
WAZAARI



1本  
IPPON



とりません  
TORIMASEN



早い  
HAYAI



相打ち  
AIUCHI



間合い  
MAAI



受けてます  
UKETEMASU



抜けてみず  
NUKETEMASU



## A vezetőbíró által használt jelzések



弱い  
YOWAI



警告  
KEIKOKU



注意  
CHŪI



反則  
HANSOKU



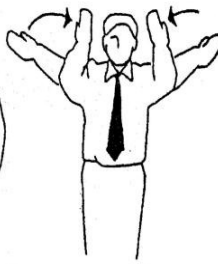
場外  
JŌGAI



引き分け  
HIKIWAKE



集合  
SYŪGŌ



棄権  
KIKEN



失格  
SHIKKAKU

## • MELLÉKLET

### A sarokbírók által használt jelzések

A sarokbíró együttes síp és zászlójelzéssel jelzi véleményét a vezetőbíró felé, ha:  
„Ippon”-t, vagy „Waza-Ari”-t észlel, sípjele:( \_\_\_\_\_ ) vagy ( \_\_\_\_ )

Figyelmeztetést vagy büntetést javasol, sípjele:( \_\_ \_ \_ \_ \_ )

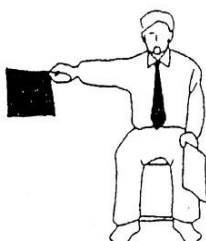
1. Ippon/Kachi Függőlegesen nyújtott karral tartja a zászlót a válla felett.
2. Waza-Ari Vízszintesen oldalra nyújtott karral tartja a zászlót.
3. Hikiwake A két zászló keresztezése a fej fölött.
4. Hansoku chui Kis körök jelzése a zászlóval, nyújtott karral a váll fölött.
5. Hansoku Nagy körök jelzése a zászlóval, nyújtott karral a fej fölött.
6. Torimasen A zászlókat jobbra-balra lengetni, keresztezve őket a térdek előtt.
7. Mienai Mindkét szem eltakarása a zászlókkal.
8. Aiuchi A mellkas előtt egymáshoz érinteni a zászlók felső végét.
9. Jogai A zászlót leengedi maga mellé, és a küzdőtéren kívülre mutatni vele.
10. Mienai  
+ Waza-Ari/Ippon Az egyik zászlójával eltakarja az egyik szemét, jelezve, hogy nem látta az akciót, míg a másik zászlóval pontot int a másik versenyzőnek.
11. Hayai Az egyik zászló merőleges a másikra a mellkas előtt.
11. Ukete-Masu A zászlóval vízszintesen maga előtt, a másik függőlegesen álló kéz könyökére mutat.
12. Nukete-Masu A zászlóval vízszintesen maga előtt keresztbe, vagy a feje mellé mutat.
13. Yowai Föntről lefelé és vissza, csuklóból mozgatja a zászlót.
14. Maai Maga előtt párhuzamosan nyújtott karral tartja mindkét zászlót.
15. Kombinált jelzés A sarokbíró egyidőben két jelzést is adhat (pl. Shiro Mienai, Aka Waza-Ari)



## A sarokbírók által használt jelzések



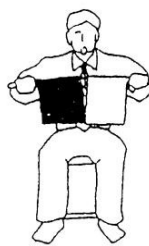
用意始め  
YŌI HAJIME



技有り  
WAZAARI



一本  
IPPON



相打ち  
AIUCHI



受けてます  
UKETEMASU



抜けてます  
NUKETEMASU



とりません  
TORIMASEN



見えない  
MIENAI



警告  
KEIKOKU



反則注意  
HANSOKU CHUI

## A sarkbírók által használt jelzések



反則  
HANSOKU



場外  
JŌGAI



弱い  
YOWAI



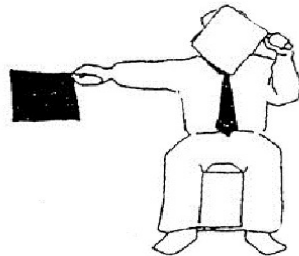
引き分け  
HIKIWAKE



早い  
HAYAI



間合い  
MAAI



KOMBINÁLT JELZÉS

- **MELLÉKLET**

### **Az ellenőrző bíró által használt jelölések**

Sípjele, ha a mérkőzést meg akarja állítani: ( \_ \_ \_ \_ )

• ●	IPPON	Egész pont
• ○	WAZA-ARI	Fél pont
• △	HIKIWAKE	Döntetlen
• □	KACHI	Győzelem
• X	MAKE	Vesztés
• J	JOGAI	Kilépés
• K	KEIKOKU	Figyelmeztetés
• HC	HANSOKU CHUI	Intés
• H	HANSOKU	Leléptetés
• S	SHIKKAKU	Kizárás
• M	MUBOBI	Figyelmeztetés <b>a védekezésre képtelenség miatt</b>

• MELLÉKLET

**Bírói döntések táblázata**

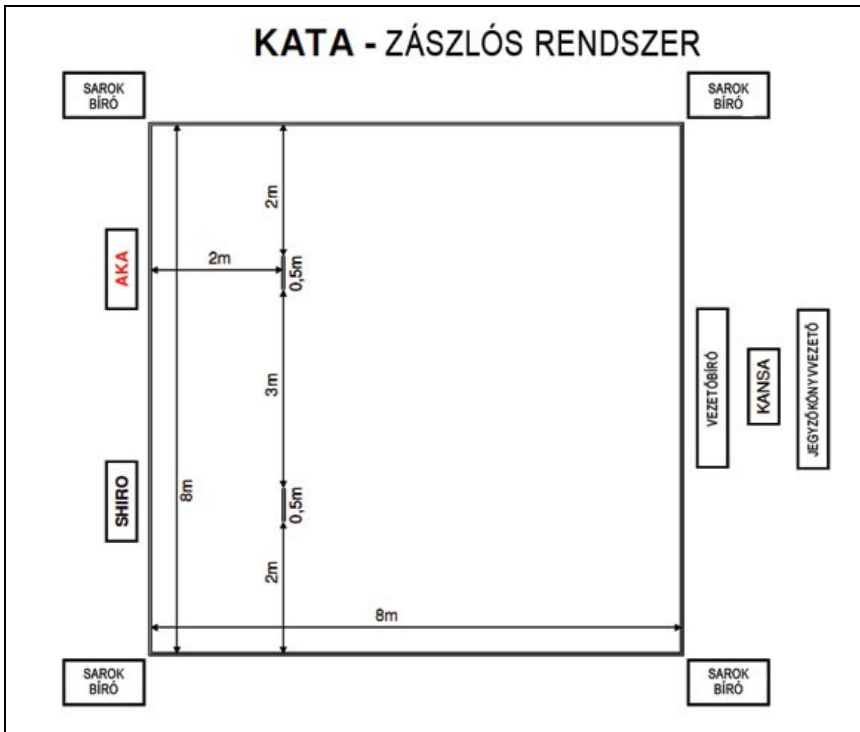
A 4 sarokbíró ítélete. (A jelzések ○ shiro győzelmet, ● aka győzelmet, és X döntetlent jelentenek.)

1.	○ ○ ○ ○	fehér győz
2.	○ ○ ○ ●	fehér győz
3.	○ ○ ○ X	fehér győz
4.	○ ○ X X	fehér győz vagy döntetlen, a vezetőbíró dönt
5.	○ ○ ● X	fehér győz vagy döntetlen, a vezetőbíró dönt
6.	● ● ● ●	piros győz
7.	● ● ● ○	piros győz
8.	● ● ● X	piros győz
9.	● ● X X	piros győz vagy döntetlen, a vezetőbíró dönt
10.	● ● ○ X	piros győz vagy döntetlen, a vezetőbíró dönt
11.	X X X X	döntetlen
12.	X X X ●	döntetlen
13.	X X X ○	döntetlen
14.	X X ● ○	döntetlen
15.	● ● ○ ○	döntetlen, fehér vagy piros győz, a vezetőbíró dönt

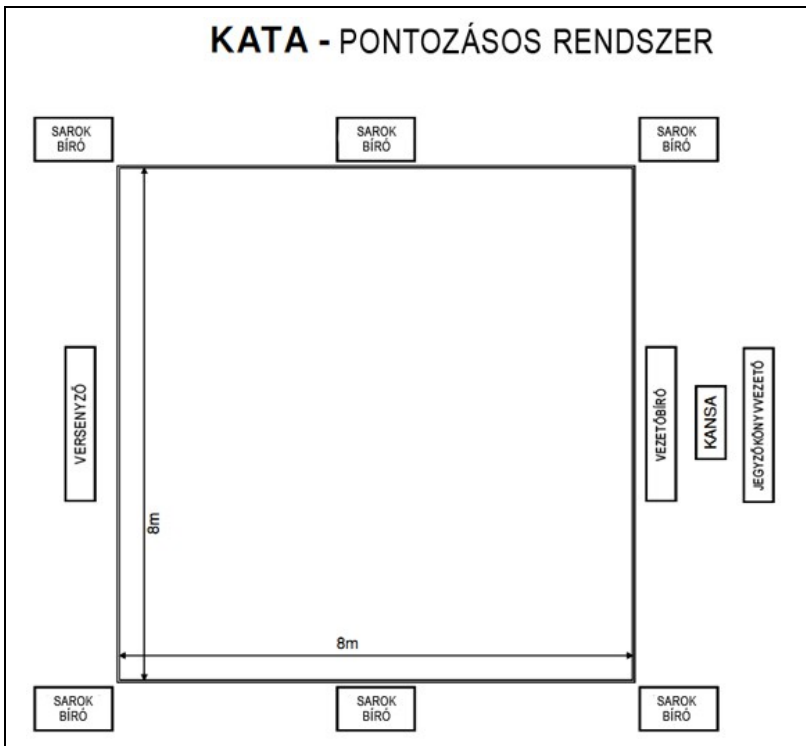
Amikor a bírónak meg kell határozniuk a győztest, akkor a vezetőbíró és egy-egy sarokbíró szavazata egyenértékű.

- MELLÉKLET

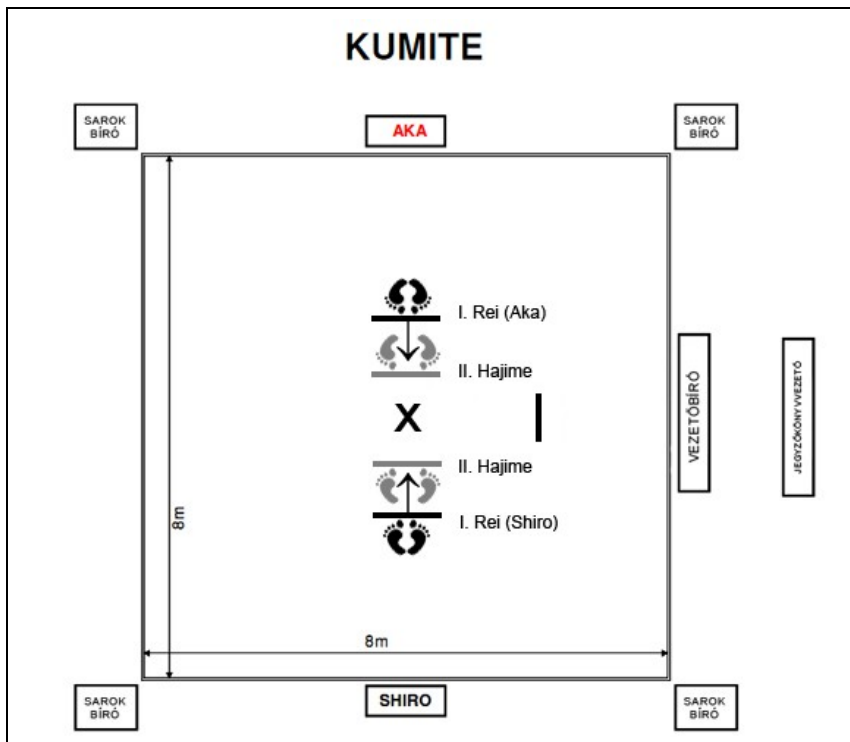
A küzdőtér méretei,  
a bírók és a személyzet elhelyezkedése



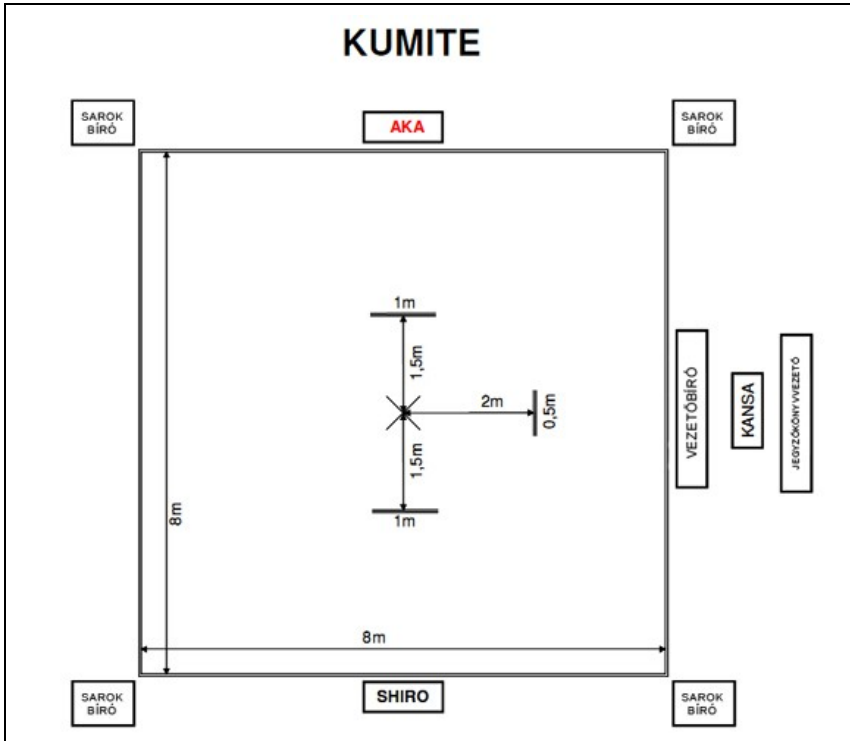
## KATA - PONTOZÁSOS RENDSZER



# KIHON IPPON KUMITE



# IPPON SHOBU KUMITE





- **MELLÉKLET**

### **Katák listája**

#### **SHITEI KATA**

- 1. csoport:** Heian Nidan  
Heian Sandan  
Heian Yondan  
Heian Godan  
Tekki Shodan
- 2. csoport:** Bassai Dai  
Kanku Dai  
Jion  
Enpi

#### **SENTEI KATA**

- 3. csoport:** Bassai Dai  
Kanku Dai  
Jion  
Enpi  
Hangetsu
- 4. csoport:**
- |               |                    |
|---------------|--------------------|
| Bassai Sho    | Kanku Sho          |
| Tekki Nidan   | Tekki Sandan       |
| Gankaku       | Chinte             |
| Unsu          | Sochin             |
| Nijushiho     | Meikyo             |
| Gojushiho Dai | Gojushiho Sho      |
| Wankan        | Jitte              |
| Jiin          | (nincs a JKA kata- |

listán!)

- **MELLÉKLET**

## **Kihon-Ippon kumite versenyek szabályai**

### **II. A mérkőzés**

- A versenyzők szólítás után a kiinduló helyeikre lépnek és meghajolnak egymás felé.
- A vezetőbíró „Hajime” vagy az „Aka kara Hajime” vezényszavára a piros övet viselő versenyző kezdi a támadást.

A piros és a fehér versenyző a támadásaikat felváltva hajtják végre.

12. Miután minden támadást végrehajtottak, a versenyzők meghajolnak egymás felé, és a kiinduló helyre visszatérve várják a bírók döntését.
13. Seikenvédő használata kötelező.
14. A mérkőzés végén a bírók a Hantei vezényszó után döntenek.

### **III. Támadás**

A versenyzők a támadásokat „Zenkutsu dachi”-ból hajtják végre.

4. „Jodan oi zuki” – pontos ütés az áll közepére.
  5. „Chudan oi zuki” – pontos ütés a solar plexus-ra.
  6. „Chudan mae geri” – rúgás a hátul lévő lábbal a solar plexus-ra.
- Figyelmeztetés! A fenti támadásokat jobb kézzel, a rúgást jobb lábbal kell végrehajtaniuk a versenyzőknek.

- Minden támadás és védekezés csak egyszer hajtható végre. Nem lehetséges megismételni egy támadást. A versenyzőknek csak egy „Kiai”-t kell végrehajtaniuk, együtt a technikával.
  - Az ellenféltől való helyes távolságot a támadónak kell megválasztania. Tőle hátrálva „Gedan barai”-t csinál, az ellenfelére néz, érthetően bemondja a végrehajtandó támadás teljes nevét, amikor a védő válaszolt, utána támad.
  - Minden támadás és védekezés után a támadó az elől lévő lábával, a védő pedig a hátul lévő lábával visszaáll „Shizen tai”-ba.
- Figyelmeztetés! Ha a távolság a versenyzők között nem megfelelő, a vezetőbíró segíti őket a helyes távolság felvételében. Az oldalbírók is javasolhatják a távolság kiigazítását.

### **IV. Védekezés**

A versenyzők a védekezéseiket „Shizen tai”-ból indulva hajtják végre.

6. A védekező bármilyen blokkot használhat.
7. A kötelezően végrehajtott tényleges védekezés után a visszatámadás célpontja és fajtája is szabadon választható, de az csak egy technika lehet, és érvényes találati felületre kell irányulnia.

## V. Bírálát

- A vezetőbíró és a 2 vagy 4 oldalbíró határozza meg a győztest.
- A bíróknak fokozott figyelemmel kell kísérniük a döntéseik meghozatalánál:
  - a „Kihon” szerű pontos végrehajtást,
  - a támadások és védekezések kumite szerű, kime-vel történő végrehajtását,
  - a támadás hatékonyságát, eredményességét.
- Döntetlen esetén, ugyanezen technikák hajtandók végre az ellenkező oldalra, bal kézzel és bal lábbal, majd a bíróknak kötelezően győztest kell hirdetniük.

## VI. Tiltások és lényeges pontok

### 15. A támadónak:

- Tilos megütni, megrúgni az ellenfelet.
- Tilos mozgásra kényszeríteni a védőt, és csak utána támadni.
- Tilos a védő bármely testrészére irányuló támadás, kivéve azokat a találati felületeket, melyeket az előírt gyakorlat megkíván.
- Tilos a lépést megelőzően ütni. („előredobnia” a kezét, „oi zuki”-ban úgy, hogy még a teste hátul maradjon).
- Tilos a „Shizen tai”-ból végrehajtott támadás. A támadó nem számíthatja a védekező mozgását, nem támadhat oda, ahová a védő majd mozdulni fog. A kéztechnikával végrehajtott támadásoknál a támadó köteles a lépő lábával a védő lábai közé lépni, ahogyan ez a „Kihon” gyakorlatokban is követelmény.
- Kéztechnikával végrehajtott támadásoknak egyenesen, pontosan az áll közepére, illetve a solar plexus-ra kell irányulniuk, speciális, tetszőleges ütés nem megengedett.
- Az ütést végrehajtó kezét nem kell azonnal visszahúzni.

### 16. A védekezőnek:

- Tilos megérinteni a támadót, a blokkok kivételével.
- Tilos az alkarral történő védekek, „Soto uke” végrehajtásánál:
  - az ellenfél könyökét célozni, mivel ez sérülést okozhat. A versenyzőknek a csuklóra kell célozniuk, ahogyan ezt a helyes „Kihon” végrehajtása is megköveteli.
  - leszorítani az ellenfél karját.
- Tilos „Age-uke”-val történő védekek esetén olyan mértékben eltúlozni a technikát, ami a támadót kibillentí az egyensúlyából.
- Tilos kombinációk, lábsöprések, dobások, ízületi feszítések alkalmazása.
- A visszatámadást végző kart nem kell azonnal visszahúzni.


**VII. Figyelmeztetés és „Hansoku”:**

Ha a versenyzők megsértik a szabályokat, a bírók megbeszélik a szabálytalanságot, ennek mértékét megállapítják, és ennek megfelelően ítélnek: „Keikoku”-t, „Chui”-t, vagy „Hansoku”-t

- **MELLÉKLET**

## **Jiyu-Ippon kumite versenyek szabályai**

- **A mérkőzés**

-  A versenyzők szólítás után a kiinduló helyeikre (V. sz. melléklet szerint) lépnek és meghajolnak egymás felé.

17. A vezetőbíró „Hajime” vagy az „Aka kara Hajime” vezényszavára mindkét versenyző felveszi a küzdőtartást, és a piros elkezd a támadást. A versenyzők minden támadás után újra felveszik a helyes távolságot és a vezetőbíró utasítására: „Aka/Shiro Tsuzukete-Hajime”, támadásaikat felváltva hajtják végre.
18. A versenyzők tetszőleges küzdőtartást használhatnak, de ifjúsági versenyeken ajánlatosabb, ha a versenyzők mindkét kezüket a testük előtt tartják.
19. Miután minden támadást végrehajtottak, a versenyzők meghajolnak egymás felé, és a kiinduló helyre visszatérve várják a bírók döntését.
20. Seikenvédő használata kötelező.

- **Támadás**

- Jodan oi zuki” – pontos ütés az áll közepére.
- „Chudan oi zuki” – pontos ütés a solar plexus-ra.
- „Chudan mae geri” – rúgás a hátul lévő lábbal a solar plexus-ra.  
Figyelmeztetés! A fenti támadásokat először jobb kézzel, a rúgást jobb lábbal hajtják végre a versenyzők. A támadásokat mindkét oldalra végre kell hajtaniuk.
- A támadó az ellenfelére néz, érthetően bemondja a végrehajtandó támadás teljes nevét, amikor a védő válaszolt, utána támad.
- Az ellenféltől való helyes távolságot a támadónak kell megválasztania.  
Figyelmeztetés! Ha a távolság a versenyzők között nem megfelelő, a vezetőbíró segíti őket a helyes távolság felvételében. Az oldalbírók is javasolhatják a távolság kiigazítását.

- **Védekezés**

5. A védekezésnél bármilyen védőtechnika és a test szükséges elmozdulása is engedélyezett.
8. A kötelezően végrehajtott védekezés után a visszatámadás célpontja és fajtája is szabadon választható, de az csak egy technika lehet, és érvényes találati felületre kell irányulnia.

- **Bírálat**

- A vezetőbíró és a 2 vagy 4 oldalbíró határozza meg a győztest.
- A bíróknak fokozott figyelemmel kell kísérni a döntéseik meghozatalánál:
  - a gyakorlatok pontos, kumite szerű végrehajtását,
  - a megfelelő távolság pontos betartását,
  - a támadás hatékonyságát, eredményességét,
  - a szabad küzdelemre való rátermettséget.
- Döntetlen esetén, a fenti támadásokat bal kézzel, a rúgást bal lábbal újra végre kell hajtaniuk a versenyzőknek, majd a bíróknak ez alapján kell győztest hirdetniük.

- **Tiltások és lényeges pontok**

#### **4. Tiltások**

Támadó:

- Tilos megütni, megrúgni az ellenfelet.
- Tilos a védő bármely testrészére irányuló támadás, kivéve azokat a találati felületeket, melyeket az előírt gyakorlat megkíván.
- Tilos a lépést megelőzően ütni. („előredobnia” a kezét, „oi zuki”-ban úgy, hogy még a teste hátul maradjon).
- Tilos túl közlelről támadni.
- Tilos védeni vagy kitérni a visszatámadás elől.
- Tilos megragadni vagy fogni az ellenfelet.

Védekező:

- Tilos kilépni a küzdőtérrel. A bírók első kilépésnél „Keikoku”-t, a másodiknál „Jogai Chui”-t, a harmadiknál „Hansoku”-t ítélnék.
- Tilos „Deai” technikát alkalmazni „visszatámadásként”.

#### **5. Lényeges pontok**

- A versenyzők nem hajthatják végre ugyanazt a támadást még egyszer.
- A versenyzőknek csak egy kiai-t kell csinálniuk támadásonként.
- A támadónak abban a pillanatban támadnia kell, ahogy megfelelő távolságba került. Azt a versenyzőt, aki – bár megvan a távolság – nem támad, figyelmeztetni kell.
- A védekező nem bonthatja a távolságot indokolatlanul (nem léphet el, nem hátrálhat).
- Ájulás, sérülés okozását mértékének megfelelően büntetni kell.
- A támadónak az ütést végrehajtó kezét nem kell azonnal visszahúznia.

- **Figyelmeztetés és „Hansoku”:**

Ha a versenyzők megsértik a szabályokat, a bírók megbeszélnek a szabálytalanságot, ennek mértékét megállapítják, és ennek megfelelően ítélnék: „Keikoku”-t, „Chui”-t, vagy „Hansoku”-t

- **MELLÉKLET**

## **Egyedi elvárások a Kihon-Ippon kumite és a Jiyu-Ippon kumite végrehajtása során**

### **5. A versenyzők lelki hozzáállása**

Megfelelő

3. viselkedés
4. Küzdőszellem és erőfeszítés
5. Szemkontaktus
6. Testtartás és készenléti helyzet

### **6. Távolság, azaz „Maai”**

7. Az egyes támadási felületekre irányuló technikák megfelelő távolsága és szöge
8. Megfelelő időzítés (ütéskor az ellenfél csuklójánál, illetve rúgáskor bokájánál védjük a támadásokat, illetve testünkkel időben mozdulunk el a támadás vonalából)
9. Helyes védekező technikát alkalmazunk
10. Megfelelő ellentámadást választunk függően a védekező pozíciótól, a távolságtól, illetve azt a lehető leggyorsabban hajtjuk végre
11. Védekező vagy támadó mozgás indításakor fontos a támasztó/segítő láb mozdulatlansága, használata.

### **7. Az erő összpontosítása, alkalmazása**

12. Az erő összpontosításához milyen mértékben használja a testet. Fontos a csípő forгатása.
13. Fontos, hogy a csípő forгатása és a lábmunka szinkronban legyen, a test és a technikák pedig megfelelő irányba mutassanak.
14. Megfelelő állás és testtartás segítségével a test mozgását alakítsuk „fegyverré” támadásnál és védekezésnél egyaránt.
15. A megfelelően, egyidőben, hirtelen, dinamikusán létrehozott energia, vagy kiai, a spirit, akarat és az erő alkosson egységet.

- **MELLÉKLET**

## **A verseny menetének formai követelményei**

- Shomen:** A helyszínen berendezésekor törekedni kell arra, hogy a Shomen a nézőközönség oldalán legyen elhelyezve. Amennyiben két vagy több oldalon van nézőtér, törekedni kell, hogy a Shomen kijelöléséhez alkalmazkodva célszerű a főasztalt elhelyezni.
- Kata:** **A versenyzők minden esetben a vezető bíróval szemben elhelyezkedve kezdik a kata bemutatását.** Ha megoldható, akkor a katát a versenyzők a közönség, vagy a Shomen és a közönség felé felállva mutatják be (ilyenkor a vezető bíró lehet a shiai-jo versenyzasztalával ellentétes oldalán). Zászlózás esetén a versenyzők Aka és Shiro oldalon sorakoznak, míg pontozásos rendszer esetén az Aka oldalon.
- Kumite:** Kumiténél a versenyzők Aka és Shiro oldalon sorakoznak. A vezetőbíró mindig a közönséggel, vagy a Shomennel és a közönséggel szemben helyezkedik el, míg a neki jobb oldali versenyző lesz az Aka oldalon.



- **MELLÉKLET**

### **Fogalmak**

<b>Versenyszám:</b>	Mérkőzések összessége egy adott cím elérése érdekében. Például: Felnőtt Női Ippon Shobu Kumite versenyszám
<b>Bajnokság:</b>	Az összes versenyszám adott helyen és időben. Például: „Ippon Shobu Magyar Bajnokság”
<b>Versenyszervezők:</b>	A verseny szervezői, többnyire nemzetközi vagy országos karate szervezet.
<b>Versenybírók:</b>	Főbíró, ellenőrző bírók, vezetőbírók, sarokbírók.
<b>Shiai-Jo:</b>	Küzdőtér
<b>Shiai-vezető bíró:</b>	Irányítja a küzdőtéren mind a bírók, mind a személyzet munkáját. Felelős az adott „Shiai-jo”-n történt eseményekért.
<b>Bírói kar/panel:</b>	Vezetőbíró és sarokbírók összeállítása egy mérkőzésre.
<b>Zanshin:</b>	Egy fizikailag és pszichikailag kontrollált helyzet, állapot, mely <b>elvárt</b> a technika végrehajtását követően.
<b>Shitei kata:</b>	Előírt kata, a vezetőbíró választja ki.
<b>Sentei kata:</b>	Szabadon választott kata, a versenyző választja ki a megadott listáról.

- **MELLÉKLET**

### **A verseny lebonyolítását segítő kiegészítések**

Előírások, melyek segítik a versenyek „Karate-Do” elveinek megfelelő lebonyolítását.

- A versenyt megnyitó és záró, valamint az eredményhirdetési ceremóniához a versenyzők és a versenybírók szabályos, az előírtak megfelelő öltözetben, mezitláb kötelesek felsorakozni. A csapatok egységes melegítő felsőt viselhetnek a nyitóceremóniánál, amennyiben minden csapattag rendelkezik vele, amennyiben karat-gi-ben kötelesek felvonulni.
- Kiegészítő öltözet verseny közben  
A versenyzőnek a hivatalos méretű és formájú karate-gi-t a rendeltetésének megfelelően, szabályszerűen kell viselnie (a rögzítést segítő kötöző pántokkal a gi-t kötelesek rögzíteni).
- A mérkőzés végeztével az Aka versenyző a „jelölő övét” összehajtvá adja át a következő versenyzőnek, vagy így helyezze el a shiai-jo szélére!
- Minden versenyző az adott tataminál várja meg versenyszáma végét és hiánytalan öltözetben köteles felsorakozni a versenyszámot befejező ceremóniához.
- Sorakozó és köszönés
  - Pontozásos kata versenyszámoknál a versenyzők a shiai-jo aka oldalán sorakozzanak fel a mérkőzés előtt és után! Zászlózásnál az aka és a shiro oldalon sorakoznak fel.
  - Zászlós kata versenyszámoknál a versenyzők felsorakoznak a küzdőtér szélén. Jelre köszönnek, elindulnak a kiinduló helyre, majd ott meghajolnak egymás felé, és azt követően a vezetőbíró felé. Az eredmény kihirdetése után ugyanezeket a köszönési formákat ismétlik meg fordított sorrendben. A versenyzők normál módon,

előre menve hagyják el a tatamit! A küzdőtér szélét elérve megfordulnak és köszönés után hagyják el a Shiai-Jo-t.

- Kumite versenyszámoknál a küzdőtér két oldalán közepén felsorakoznak a küzdőtér szélén. A vezetőbíró jelzésére köszönnek, majd elfoglalják helyüket a kijelölt vonal mögött. Köszönnek egymásnak. A mérkőzés végén az eredmény kihirdetése után köszönnek egymásnak (a kézfogást kerülni kell!). Előrehaladva hagyhatják el a tatamit, majd a küzdőtér szélén megfordulva, köszönés után távozhatnak.
- Sérülés esetén, ha az egyik versenyző ápolásra szorul, akkor a másik versenyző a kiinduló helyén álló pozícióban, arccal a tatami közepe felé várakozzon!
- „A seiken védőből való taktikai kézkibújtatást” vagy az öltözék szándékos megbontását, annak egy adott versenyzőnél történő ismétlődő előfordulását a versenybíróság szankcionálhatja!
- Kitűzött csak a hivatalosan regisztrált edzők viselhetik. Az edző öltözéke csak teljes melegítő öltözet, vagy karate-gi melegítő felsővel lehet!
- A versenyt rendezők kötelesek a tatamikon az összes kijelölt jelzést elhelyezni, és gondoskodniuk kell azok sérülése esetén pótlásukról!
- A Shiai-Jo mellett utcai cipőben senki nem tartózkodhat. A tatamira utcai cipőben rálépnie szigorúan tilos.
- A rendező lehetőség szerint gondoskodjon róla, hogy a versenyorvos is csak speciálisan erre az alkalomra használt váltócipőben, cipővédő fóliában vagy mezitláb léphessen a küzdőtérre.)

Fentiek betartását a versenybíróság köteles ellenőrizni, azok figyelmen kívül hagyása esetén betartásukat a rendelkezésére álló eszközökkel (végső esetben akár szankcionálással) biztosítani (figyelmeztetéssel végső esetben szankcionálással).

- **MELLÉKLET**

## **Versenyzők védelmét szolgáló előírások**

A védőfelszerelések méretére és anyagára vonatkozóan az „ippon-shobu versenyek szabályozása”

### Seiken-védő

- D) legyen vékony – kb. 3 cm alatti, körüli - a megfelelő felületeken
- e) fedje a kézfejet a szükséges felületeken – seiken, uraken
- f) találatnál csak a védő felülete találkozhat a célfelülettel, a védőpárna éle nem
- g) biztosítsa az ököl teljes bezárását
- h) méretében illeszkedjen az ökölhöz
- i) az ökölhöz és a csuklóhoz jól rögzíthető legyen
- j) vérszennyeződéstől tisztítható legyen – bőr, műbőr anyagú
- k) *ide később még képmelléklet is csatlakozna*

### Mellkasvédő

- l) Fedje a versenyző mellkasát, hasát, illetve a lengőbordák környékét
- m) A testre rögzíthető legyen, attól ne váljon el
- n) Anyaga rugalmas legyen, de biztosítsa az ütés erejének az elnyelését, ill. azt nagyobb felületre ossza el, védve így a vázizomzatot, ill. az egyet szerveket érő közvetlen és pontszerű erőbehatástól.

### Fogvédő

- Legyen rugalmas anyagú és minél jobban igazodjon a fogsorhoz
- Legyen könnyen és jól tisztítható
- Színe átlátszó, vagy fehér lehet

- **MELLÉKLET**

**Versenykiírás és kiegészítő melléklet minták**