



KIEDY: 7 GRUDNIA 2025, godzina 10.00

GDZIE: MOS PRUSZKÓW, ul. Gomulińskiego 4

Po otrzymaniu Waszych zgłoszeń przygotujemy i roześlemy ramowy program naszej imprezy.

ZAPRASZAMY SERDECZNIE 😊

KATEGORIE WIEKOWE I KONKURENCJE:

PIERWSZY KROK (do 9 kyu)

GR. A (2019 I MŁODSI)	GR.B (2018-2016)	GR.C (2015-2012)
Kihon w miejscu • chokuzuki • ageuke • maegeri	Kihon • oizuki do przodu, • ageuke do tyłu, • maegeri do przodu, • gedanbarai do tyłu	Kihon • oizuki do przodu, • ageuke do tyłu, • maegeri do przodu, • gedanbarai do tyłu
We wszystkich grupach chłopcy i dziewczynki startują osobno. Nie ma podziału na stopnie.		

UWAGA! Dzieci ze stopniem 9 kyu mogą być zgłoszone albo do TURNIEJU PIERWSZEGO KROKU albo do turnieju głównego MIKOŁAJKOWEGO TURNIEJU KARATE TRADYCYJNEGO. Muszą wybrać poziom startów, nie mogą startować w obu częściach zawodów.

MIKOŁAJKOWY TURNIEJ KARATE TRADYCYJNEGO (kolorowe pasy)

GR.A (2018 i mł.)		GR.B (2017-2016)		GR. C (2015-2014)		GR. D (2013-2012)		GR.E (2011-2010)		GR.F (Senior Pro) (2002 i st.)	
Kata	Kumite	Kata	kumite	kata	kumite	kata	kumite	kata	kumite	kata	Kumite
Od 9 kyu Heian 1-5 (kata dostosowane do stopnia)	Od 9 kyu Kihon Ippon Kumite oizuki j, oizuki ch, maegeri age uke, soto uke, gedan barai – gyakuzuki ch	Do 7 kyu Heian 1-5 (kata dostosowane do stopnia)	Do 7 kyu Kihon Ippon Kumite oizuki j, oizuki ch, maegeri age uke, soto uke, gedan barai – gyakuzuki ch	Do 7 kyu Heian 1-5 (kata dostosowane do stopnia)	Do 7 kyu Kihon Ippon Kumite oizuki j, oizuki ch, maegeri age uke, soto uke, gedan barai – gyakuzuki ch	Do 7 kyu Heian 1-5 (kata dostosowane do stopnia)	Do 7 kyu Kihon Ippon Kumite oizuki j, oizuki ch, maegeri age uke, soto uke, gedan barai – gyakuzuki ch	Do 7 kyu Heian 1-5 (kata dostosowane do stopnia)	Do 7 kyu Kihon Ippon Kumite oizuki j, oizuki ch, maegeri age uke, soto uke, gedan barai – gyakuzuki ch	Heian 1-5 Bassai Dai (kata dostosowane do stopnia)	Kihon Ippon Kumite lub Jiyu Ippon Kumite (dostosowane do stopnia)
		Od 6 kyu Heian 1-5 (kata dostosowane do stopnia)	Od 6 kyu Jiyu Ippon Kumite Kizamizuki, gyakuzuki, maegeri – go no sen	6 -4 kyu Heian 1-5 (kata dostosowane do stopnia)	6-4 kyu Jiyu Ippon Kumite kizamizuki, gyakuzuki, maegeri – go no sen	6-4 kyu Heian 1-5 (kata dostosowane do stopnia)	6-4 kyu Jiyu Ippon Kumite kizamizuki, gyakuzuki, maegeri – go no sen	6-4 kyu Heian 1-5 (kata dostosowane do stopnia)	6-4 kyu Jiyu Ippon Kumite kizamizuki, gyakuzuki, maegeri – go no sen		

				3-1 kyu Heian 1-5 Bassai Dai (kata dostosowane do stopnia)	3-1 kyu Jiyu Ippon Kumite kizamizuki, gyakuzuki, maegeri, mawashiger i – go no sen	3-1 kyu Heian 1-5 Bassai Dai (kata dostosowane do stopnia)	3-1 kyu Jiyu Ippon Kumite kizamizuki, gyakuzuki, maegeri, mawashiger i – go no sen	3-1 kyu Heian 1-5 Bassai Dai	3-1 kyu Kogo Kumite		
Bez podziału na stopnie. Chłopcy i dziewczynki startują osobno.		We wszystkich grupach chłopcy i dziewczynki startują osobno.									

WSZYSTKIE KONKURENCJE SĘDZIOWANE SĄ SYSTEMEM CHORĄGIEWKOWYM

WYMAGANIA DLA ZAWODNIKÓW:

- posiadanie aktualnych badań lekarskich
- zgoda rodziców lub prawnych opiekunów na start w zawodach
- ubezpieczenie NNW
- dokonanie opłaty startowej w wysokości:

MIKOŁAJKOWY TURNIEJ PIERWSZEGO KROKU = 80 Zł od zawodnika

MIKOŁAJKOWY TURNIEJ KARATE TRADYCYJNEGO (kolorowe pasy) - 100 zł od zawodnika

Opłatę startową należy wpłacić na rachunek bankowy

KARATE KLUB PRUSZKÓW, UL. SOSNOWA 16 , PRUSZKÓW

NR 65 1020 1055 0000 9702 0135 4513

WYMAGANIA DLA KLUBU:

- aktualna licencja PZKT i MZKT uprawniająca do udziału we współzawodnictwie sportowym

- **delegowanie dwóch sędziów do sędziowania turnieju!**

ZGŁOSZENIA DO TURNIEJU:

Zgłoszenia do turnieju prosimy przesać

na załączonej karcie zgłoszenia MIKOŁAJKOWY TURNIEJ PIERWSZEGO KROKU

przez bazę PZKT MIKOŁAJKOWY TURNIEJ KARATE TRADYCYJNEGO (kolorowe pasy)

wraz z potwierdzeniem dokonania opłaty startowe do dnia 27 listopada 2025 na adres mailowy biuro@karate.pruszkow.pl

W związku z tym, że planujemy przygotowanie drobnych upominków dla wszystkich startujących prosimy o potraktowanie tej daty jako ostatecznej.

Zgłoszeń do turnieju dokonują wyłącznie kluby!

Dodatkowe informacje – Jerzy Szcząchor 504 215 537