



KUMITESÄÄNNÖT PÄHKINÄNKUORESSA

1. Mitä suojarusteita karateottelijat tarvitsevat kilpailuissa?

Kilpailijoiden on käytettävä WKF:n hyväksymiä varusteita, joihin kuuluvat:

- Punaiset tai siniset käsisuojat? (toinen kilpailija käyttää punaisia, toinen sinisiä)
- Hammassuojat
- WKF:n hyväksymä vartalosuoja (miesten ja naisten mallit)
- WKF:n hyväksymät säarisuojat (toinen kilpailija käyttää punaisia, toinen sinisiä)
- WKF:n hyväksymät jalkapöytäsuojat (toinen kilpailija käyttää punaisia, toinen sinisiä)
- WKF:n hyväksymä alasuojus miehille

Alle 14-vuotiaiden kilpailijoiden on lisäksi käytettävä WKF:n hyväksymiä kypärää ja puvun päälle laitettavaa vartalosuojaa.

2. Miten pisteet lasketaan ottelussa?

Pisteitä jaetaan seuraavasti:

- YUKO (1 piste) myönnetään tsukista (suora lyönti) tai uchista (isku) pistealueelle
- WAZA-ARI (2 pistettä) myönnetään chudan-potkuista
- IPPON (3 pistettä) myönnetään jodan-potkuista tai mistä tahansa tekniikasta, joka osuu vastustajaan, jonka muu ruumiinosa kuin jalat on kosketuksissa tatamiin (lukuun ottamatta hiza-gamae-asentoa, jossa polvi koskettaa tatamia tekniikkaa suoritettaessa)

Tekniikat chudan-alueelle voidaan suorittaa hallitulla kontaktilla aiheuttamatta vastustajalle vahinkoa. Hengityksen salpautuminen ei itsessään tarkoita hallinnan puutetta.

Jodan-alueelle suoritettavat tekniikat voivat tuottaa pisteen, kun potkutekniikat suoritetaan ihokosketuksen, tai maksimissaan 5 cm:n päähän kohteesta potkuilla ja ihokosketuksen tai maksimissaan 2 cm:n päähän käsitekniikoilla. Kurkun alueelle ei sallita fyysistä kontaktia lainkaan.

3. Mitä tapahtuu, jos kilpailija loukkaantuu ottelun aikana?

Jos kilpailija loukkaantuu, tuomari keskeyttää ottelun ja kutsuu lääkärin. Loukkaantuneella kilpailijalla on kolme minuuttia aikaa saada hoitoa. Jos hoitoa ei ole suoritettu sallitussa ajassa, tuomari päättää, onko kilpailija kykenemätön jatkamaan ottelua vai myönnetäänkö lisäaikaa hoidolle.

Jos kilpailija kaatuu, heitetään tai lyödään maahan eikä pääse täysin jaloilleen kymmenen sekunnin kuluessa, hänet katsotaan kykenemättömäksi jatkamaan ottelua ja hänet suljetaan automaattisesti kaikista turnauksen kumitesarjoista. Ottelijan loukkaannuttua tuomari aloittaa maksimissaan kymmeneen sekuntiin kestävä ääneen laskemisen, ja lääkäri tutkii kilpailijan ennen ottelun mahdollista jatkamista.

4. Mitä kiellettyjä toimintoja on ottelussa?

Seuraavat toiminnot ovat kiellettyjä:

- Liian voimakkaat tekniikat, ottaen huomioon hyökkäyksen pistealueen, ja tekniikat, jotka osuvat kurkkuun.
- Vaaralliset tai kielletyt tekniikat.
- Loukkaantumisen teeskentely.
- Tatamin ulkopuolelle meneminen (Jogai), muutoin kuin vastustajan työntämisen seurauksena.
- Passiivisuus – ei osallistuta otteluun aktiivisesti.
- Sitominen, painiminen, työntäminen tai rinta rinta vasten seisominen ilman, että yritetään pistetekniikkaa tai pyyhkäisyä/kaatoa.
- Vastustajan tarttuminen molemmilla käsillä muusta syystä kuin kaadon suorittamiseksi vastustajan potkujalasta kiinni ottamisen yhteydessä.
- Vastustajan käsivarteen tai pukuun tarttuminen yhdellä kädellä ilman välitöntä pistetekniikan yritystä tai kaatoa.
- Vastustajan häirintä siten, että tämä ei voi suorittaa hyökkäystä.
- Vastustajan vahingoittaminen.
- Itsensä vaarantaminen, esimerkiksi kääntämällä selkä vastustajalle.

5. Miten päätuomari voi varoittaa kilpailijaa?

Pääuomarilla on kaksi tapaa varoittaa kilpailijoita:

- Epäviralliset varoitukset: Päätuomari voi kannustaa kilpailijoita aloittamaan ottelun tai irtautumaan käyttämällä eleitä ja sanallisia ohjeita, kuten "Tsuzukete" ja "Wakarete".
- Viralliset varoitukset: Päätuomari voi antaa kaksiasteisia varoituksia:
- CHUI: Varoitus annetaan enintään kolme kertaa pienemmistä rikkomuksista, jotka eivät vähennä vastustajan voittomahdollisuutta.
- HANSOKU CHUI: Hylkäysvaroitus annetaan vakavammista rikkomuksista, jotka vähentävät vastustajan voittomahdollisuutta, tai kilpailijalle mistä tahansa jatkorikkomuksesta, jos kolme CHUI-varoitusta on jo annettu.

6. Mitä rangaistuksia kilpailijalle voidaan antaa?

Kilpailijalle voidaan antaa kahdenlaisia rangaistuksia:

- HANSOKU: Hylkäys ottelusta. Tämä rangaistus annetaan erittäin vakavasta rikkomuksesta tai kun HANSOKU CHUI on jo annettu.
- SHIKKAKU: Hylkäys turnauksesta. Tämä on hylkäys koko turnauksesta, mukaan lukien kaikki tulevat sarjat, joihin sääntörikkomuksen tekijä on rekisteröitynyt. SHIKKAKU voidaan määrätä, kun kilpailija ei noudata tuomarin määräyksiä, toimii pahansuovasti tai tekee teon, joka vahingoittaa karaten arvoa ja kunniaa.

7. Miten ottelun voittaja määritetään?

Ottelu ratkaistaan seuraavilla tavoilla:

- Kilpailija saa kahdeksan pisteen johdon.
- Kilpailijalla on eniten pisteitä ajan loppuessa.
- Kilpailijalla on tasatilanteessa ensimmäisen pisteen etu (SENSHU).
- Tuomaripäätös (HANTEI).
- Kilpailija hylätään (HANSOKU, SHIKKAKU tai KIKEN).

8. Miten voin tehdä virallisen protestin ottelun aikana?

Virallinen protesti on tehtävä kirjallisesti ja toimitettava ottelualueen valvojalle. Protesti on tehtävä välittömästi kiistanalaisen tapahtuman jälkeen. Protestiin on liitettävä maksu, joka palautetaan, jos protesti hyväksytään.

Protesti on tehtävä WKF:n virallisella protestilomakkeella. Valituslautakunta käsittelee protestin ja tekee siitä päätöksen.

Kulmatuomarin tehtävät karatessa:

Kulmatuomarin (FUKUSHIN) tärkeimmät tehtävät karateottelussa ovat:

- Pisteiden näyttäminen: Kulmatuomarit tarkkailevat ottelijoiden toimintaa ja ilmoittavat päätuomarille (SHUSHIN), kun he havaitsevat pisteen arvoisen suorituksen.
- Äänioikeuden käyttö: Kulmatuomarit osallistuvat äänestykseen, kun päätuomari kutsuu koolle (FUKUSHIN SHUGO) esimerkiksi hylkäystapauksissa tai kun ottelun voittaja on ratkaistava tuomariäänin (HANTEI).
- Päätuomarin avustaminen: Kulmatuomarit voivat antaa päätuomarille neuvoja mahdollisista hylkäyksistä, jos päätuomari kutsuu heidät koolle.

Kulmatuomarit käyttävät lippuja tai elektronisia laitteita pisteiden ja muiden havaintojensa ilmoittamiseen.

Kahden kulmatuomarin järjestelmässä, jota käytetään esimerkiksi nuorten sarjoissa, kulmatuomarit ja päätuomari jakavat vastuun pisteiden jakamisessa. Kulmatuomarit voivat myös avustaa päätuomaria antamalla merkkejä esimerkiksi ottelualueelta poistumisesta (JOGAI), liiallisesta kontaktista ja ihokosketuksesta. Pisteet myönnetään, jos kaksi tuomaria tai yksi tuomari ja päätuomari ovat samaa mieltä pisteestä.

Pisteidenanto-ohjeet kulmatuomarille karatessa:

Kulmatuomarin (FUKUSHIN) rooli on ratkaisevan tärkeä karateottelussa. Tässä ohjeet pisteiden antamiseen:

Yleistä:

- Kulmatuomarin on tarkkailtava ottelijoita huolellisesti ja reagoitava nopeasti pistetilanteisiin.
- Pisteet annetaan vain oikein suoritetuista karatetekniikoista, jotka suoritetaan kädellä tai jalalla.
- Tekniikan on oltava kontrolloitu ja osuttava pistealueelle.
- Vain ensimmäinen oikein suoritettu tekniikka voi tuottaa pisteen, paitsi jos kyseessä on tehokas tekniikkayhdistelmä. Tällöin piste annetaan

korkeimman arvoisesta tekniikasta riippumatta tekniikoiden järjestyksestä yhdistelmässä.

- Pistealueet ovat vartalo lantion yläpuolella, mukaan lukien solisluu (CHUDAN), mutta ei hartioita, ja alue solisluun yläpuolella (JODAN).
- Tekniikan on oltava potentiaalisesti tehokas, jos sen etäisyyttä ei olisi kontrolloitu.
- Kulmatuomarin on otettava huomioon seuraavat kriteerit pisteitä antaessaan:
 - Oikea muoto (oikein suoritettu tekniikka)
 - Urheilullinen asenne (suoritettu ilman aikomusta vahingoittaa)
 - Voimakas suoritus (nopeus ja voima)
 - Vastustajan havainnointi sekä tekniikan aikana että sen jälkeen
 - Hyvä ajoitus
 - Oikea etäisyys

Pisteiden arvo:

- YUKO (1 piste) annetaan tsukista (suora lyönti) tai uchista (kiertolyönti) pistealueelle.
- WAZA-ARI (2 pistettä) annetaan chudan-potkuista.
- IPPON (3 pistettä) annetaan jodan-potkuista tai mistä tahansa tekniikasta vastustajaan, jonka jokin muu kehon osa kuin jalat on kosketuksissa tatamiin, lukuun ottamatta hiza-gamae-asentoa (toinen polvi koskettaa tatamia tekniikkaa suoritettaessa).

Tekniikan suorittaminen:

- Chudan-alueelle suoritettavat tekniikat voivat olla kontrolloituja iskuja, jotka eivät vahingoita vastustajaa.
- Jodan-alueelle suoritettavat tekniikat voivat tuottaa pisteen, kun ne pysäytetään 5 cm päähän kohteesta potkuissa ja 2 cm päähän käsitekniikoissa, mutta ne voidaan suorittaa kevyellä kosketuksella (ihokosketus) -lukuun ottamatta kurkun aluetta, johon ei sallita fyysistä kontaktia.
- 16-vuotiaille ja sitä vanhemmille kilpailijoille (juniorit) sallitaan " ihokosketus". 14-16-vuotiaille " ihokosketus" on sallittu vain potkuissa. Ihokosketus määritellään kohteen koskettamiseksi ilman energian siirtämistä päähän tai vartaloon. Alle 14-vuotiaille kilpailijoille ei sallita " ihokosketusta" jodan-tekniikoilla.

Pisteiden näyttäminen:

- Kulmatuomarit käyttävät lippuja tai elektronisia laitteita pisteiden näyttämiseen.
- Pisteet on näytettävä välittömästi, kun ne havaitaan.

- Jos kulmatuomari ei näe osumakohtaa selvästi, mutta tekniikka on suoritettu oikein ja ilmeisesti osunut kohteeseensa, piste voidaan silti näyttää.
- Oikein suoritettut tekniikat, jotka osuvat saman aikaisesti otteluajan loppuessa, ovat voimassa.

Huomioitavaa:

- Päätuomarin on oltava tietoinen ottelijan aiemmista vammoista arvioidessaan, missä määrin vamman nykytila johtuu vastustajan toimista. Vastustajaa ei tule rangaista mistään aiemmasta loukkaantumisesta.
- Kulmatuomari voi antaa pisteen, vaikka ei näe itse osumakohtaa, jos tekniikka on suoritettu oikein ja on selvää, että se on osunut kohteeseen.
- Jos molemmat kulmatuomarit näyttävät pistettä, mutta eri kilpailijalle, päätuomari myöntää pisteet molemmille.
- Kahden kulmatuomarin järjestelmässä kulmatuomarit ja päätuomari jakavat vastuun pisteistä.

Muista: Nämä ohjeet antavat yleiskatsauksen pisteiden antamiseen karatessa. On tärkeää tutustua voimassa oleviin sääntöihin ja ohjeisiin, jotka löytyvät WKF:n virallisista kilpailusäännöistä.

KATASÄÄNNÖT PÄHKINÄNKUORESSA

Mitä on Kata?

Kata ei ole tanssia tai teatteriesitys. Sen on noudatettava perinteisiä arvoja ja periaatteita. Sen on oltava realistinen taistelun kannalta ja siinä on näytettävä keskittymistä, voimaa ja potentiaalista vaikutusta tekniikoissa. Sen on osoitettava vahvuutta, voimaa ja nopeutta sekä armoa, rytmiä ja tasapainoa.

Mitä Katassa arvioidaan?

Tuomaristo arvioi Katan suoritusta useilla kriteereillä, joita ovat mm:

Kata-suoritus:

1. Asennot
2. Tekniikat
3. Siirtymäliikkeet
4. Ajoitus ja synkronointi
5. Oikea hengitys
6. Keskittyminen (KIME)
7. Yhdenmukaisuus: Kihonin suorittamisen yhdenmukaisuus
8. Voima
9. Nopeus
10. Tasapaino

Bunkai-suoritus (joukkueiden mitaliottelut):

1. Asennot
2. Tekniikat
3. Siirtymäliikkeet
4. Ajoitus ja etäisyys (MA-AI)
5. Hallinta
6. Keskittyminen (KIME)
7. Yhdenmukaisuus (Kataan): Katan todellisten liikkeiden käyttö
8. Voima
9. Nopeus
10. Tasapaino

Millaisia virheitä Katassa voi tehdä?

Virheitä, jotka tuomaristo ottaa huomioon arvioinnissa, ovat mm:

- Katan ilmoittaminen ennen kumartamista sen sijaan, että se ilmoitettaisiin kumarruksen jälkeen.
- Lievä tasapainon menetys.
- Liikkeen suorittaminen väärin tai epätäydellisesti, kuten torjunnan epäonnistuminen tai lyönti ohi kohteen.
- Asynkroniset liikkeet, kuten tekniikan suorittaminen ennen kuin vartalon siirtymä on valmis, tai joukkue-Katassa; epäonnistuminen liikkeen yhdenaikaisuudessa.
- Äänivihjeiden käyttö (keneltäkään muulta henkilöltä, mukaan lukien muut joukkueen jäsenet), kuten jalkojen tömistely, rinnan, käsivarsien tai Karategin läpsäyttäminen tai sopimaton uloshengitys, katsotaan erittäin vakaviksi virheiksi tuomareiden arvioidessa Katan suoritusta – samalla tasolla kuin rangaistaan tilapäisestä tasapainon menetyksestä.
- Vyön irtoaminen siinä määrin, että se irtoaa lantiolta suorituksen aikana.
- Ajan tuhlaaminen, mukaan lukien pitkittynyt marssiminen, liiallinen kumartelu tai pitkittynyt tauko ennen suorituksen aloittamista, mukaan lukien yli 35 sekunnin ajan kulumisen siitä, kun kilpailijan/joukkueen nimi ilmoitetaan näytöllä, siihen kun kunnes Katan ensimmäinen tekniikka suoritetaan.
- Vamman aiheuttaminen hallitsemattomalla tekniikalla Bunkai-suorituksen aikana.
- Simuloitu tajuttomuus yli 2 sekuntia kerrallaan osana Bunkai-suoritusta.

Mistä syistä kilpailija voidaan hylätä Katassa?

Kilpailija tai kilpailijajoukkue voidaan hylätä seuraavista syistä:

- Katan ilmoittamatta jättäminen, väärän Katan ilmoittaminen – tai muun kuin viralliselle toimitsijapöydälle ennalta ilmoitetun Katan suorittaminen.
- Kumartamisen epäonnistuminen Kata-suorituksen alussa ja lopussa.
- Katan aloittaminen muuhun suuntaan kuin tuomareita kohti.
- Selkeä tauko tai pysähdys suorituksessa.
- Liikkeiden poisjättäminen tai lisääminen - tai muuten suorituksen olennainen muuttaminen sen alkuperäisestä muodosta.
- Korjaavan askeleen ottaminen täydellisestä tasapainon menetyksestä tai kaatumisesta selviämiseksi
- Vyön putoaminen tatamille suorituksen aikana.

- Ylittämällä Katan ja Bunkai-suorituksen kokonaisajan 5 minuuttia.
- Saksikaatotekniikan suorittaminen kaula-alueelle Bunkaissa (Jodan Kani Basami).
- Tuomarin ohjeiden noudattamatta jättäminen tai muu epäurheilijamainen käytös (SHIKKAKU).

Miten Katan pisteytys toimii?

Suoritukset pisteytetään asteikolla 5.0-10.0, 0.1:n välein - jossa 5.0 edustaa hyväksytyyn suoritukseen alhaisinta mahdollista pistemäärää ja 10.0 täydellistä suoritusta. Hylkäys ilmaistaan pistemäärällä 0.0.

Järjestelmä poistaa tuomariston korkeimman ja alhaisimman pistemäärän. Lopputulos perustuu viiden tuomarin antamiin pisteisiin.

Yleisohje pisteiden antamiseen:

- 10: Täydellinen
- 9 - 9.9: Erinomainen
- 8 - 8.9: Hyvin hyvä
- 7 - 7.9: Hyvä
- 6 - 6.9: Hyväksyttävä
- 5 - 5.9: Riittämätön
- 0: Hylätty

Miten ottelun voittaja ratkaistaan?

Katassa voittaja on se kilpailija tai joukkue, joka saa korkeimmat pisteet.

Tasapelitilanteessa voittaja ratkaistaan seuraavasti:

1. Korkeammat pisteet, kun mukaan lasketaan myös alhaisin pistemäärä, jonka kilpailijat ovat saaneet suorituksessaan (6 tuomarin antamat pisteet).
2. Jos pisteet ovat yhä samat, voittaja on se, jolla on korkeammat pisteet, kun mukaan lasketaan sekä alhaisin että korkein pistemäärä, jonka kilpailijat ovat saaneet suorituksessaan (7 tuomarin antamat pisteet).
3. Jos pisteet ovat yhä tasaiset, voittaja on se, jolla on eniten ääniä voittajaksi kaikilta 7 tuomarilta.

Miten protesti tehdään?

Jos kilpailijan valmentaja tai virallinen edustaja katsoo tuomaripäätöksen olevan sääntöjen vastainen, he voivat tehdä protestin. Protesti on tehtävä kirjallisesti välittömästi ottelun jälkeen, jossa protesti on syntynyt.

Protesti on toimitettava ottelualueen valvojalle täytettynä ja allekirjoitettuna 5 minuutin kuluessa protestin ilmoittamisesta. Protestiin on liitettävä kilpailujen järjestäjän tai WKF:n EC:n määrittämä protestimaksu.

Protestia käsittelee vetoomuslautakunta, jonka päätös on lopullinen.

Mitä rajoituksia kilpailijoilla on?

Kilpailijoilla on ikärajoituksia ja kansallisuusrajoituksia. Kilpailijan on oltava edustamansa maan kansalainen, ja hän voi edustaa vain yhtä maata WKF:n virallisissa tapahtumissa.