



WKB dojo  
**KARATE**  
**KYOKUSHIN**

shihan Paweł Juszczyk 5 dan

# KLUB SPORTÓW WALKI BUSHI

JÓZEFÓW OTWOCK KARCZEW WARSZAWA

05-400 Otwock ul. Warszawska 39

tel.: +48 22 245 36 23, +48 602 617 018, fax.: +48 22 398 88 01

adres korespondencyjny: ul. Chylicka 12 04-825 Warszawa

www.szkolawalki.pl www.fightschool.pl kswbushi@onet.pl

REGON 017356502 NIP 532 17 83 126 konto bankowe: 29 2130 0004 2001 0170 9187 0001



Józefów 2019-03-12

## XX TURNIEJ KARATE KYOKUSHIN O PUCHAR BURMISTRZA JÓZEFOWA

Józefów sobota 11 maja 2019 r.

1. **Ważne**
2. **Informacje ogólne (warunki uczestnictwa, konkurencje, zgłoszenia)**
3. **Kata – kategorie i zasady**
4. **Kumite Semi Kontakt - Turniej Pomarańczowych Pasów dla osób z rocznika 2006 i młodszych – kategorie**
5. **Kumite Semi Kontakt Zaawansowanych - od 8 kyu, do 18 lat – kategorie**
6. **Kumite Full Kontakt pow. 18 lat – kategorie**
7. **Regulamin kumite**

### // 1. Ważne //

1. Osobne kategorie dla posiadaczy pomarańczowych pasów (10 i 9 kyu) dla osób z roczników 2006 i młodszych.
2. Kategorie full kontakt odbędą się nawet dla dwóch zawodników w kategorii, w takich przypadkach wg systemu Super Fight.
3. Turniej we wszystkich kategoriach wg pełnych przepisów kyokushin. Szczegóły w pkt. 7 REGULAMIN KUMITE.
4. **OBOWIĄZKOWE jest zaświadczenie lekarskie o zdolności do uprawiania karate wydane zgodnie z obowiązującymi przepisami. Posiadanie aktualnych badań potwierdza pisemne oświadczenie zawodnika lub, w przypadku osób niepełnoletnich, rodzica zawarte w oświadczeniu o zgodzie na start w turnieju. Zawodnicy spoza Polski podpisują oświadczenie oraz przedstawiają zaświadczenie lekarskie wg. przepisów obowiązujących w ich kraju.**
5. W kategoriach dla niepełnoletnich zawodnicy obowiązkowo walczą w kasku z kratą.
6. W kategoriach dla osób pełnoletnich „szczeka” jest obowiązkowa. Jeśli zawodnik wychodzi do walki bez tego ochroniacza, to czyni to na własną odpowiedzialność. **W przypadku nieprzepisowego uderzenia w głowę, które w ocenie składu sędziowskiego nie powinno prowadzić do dyskwalifikacji uderzającego, jeśli powstaną skaleczenie czy uszkodzenia zębów, które wg lekarza uniemożliwiają prowadzenie dalszej walki, to sfaulowany może przegrać walkę przez niezdolność.**
7. Zgłoszenia od **NAJPÓŹNIEJ 7 maja 2019 r.** (wtorek)
8. W przypadku nie podania stopnia w zgłoszeniu, zawodnik zostanie przypisany automatycznie do kategorii dla zaawansowanych.
9. Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany podziału na kategorie wagowe i wiekowe, dlatego w zgłoszeniach należy podać wagę zawodnika z dokładnością do 1 kg.
10. Zawodnicy z poza Unii Europejskiej muszą posiadać także polisę ubezpieczeniową pokrywającą koszty ewentualnego leczenia na terenie Polski obejmującą urazy powstałe w związku ze startem na zawodach karate.
11. Na hali **OBOWIĄZUJE ZAKAZ WCHODZENIA NA PŁYTE HALI W SZPIPKACH** i innym obuwiu, które mogło by uszkodzić parkiet. W takim obuwiu wstęp jest możliwy tylko na trybuny.

**Organizatorzy Turnieju proszą o uważne przeczytanie komunikatu i życzą sukcesów sportowych oraz miłego pobytu w Józefowie.**

# XX TURNIEJ KARATE KYOKUSHIN O PUCHAR BURMISTRZA JÓZEFOWA

Józefów sobota 11 maja 2019 r.

## // 2. Informacje ogólne //

### 1. Organizatorzy:

Klub Sportów Walki "BUSHI" ul. Warszawska 39, 05-400 Otwock  
Integracyjne Centrum Sportu i Rekreacji w Józefowie, ul. Długa 44, 05-420 Józefów  
Klub Sportowy „Zdrowie” ul. Świętego Antoniego 2, 05-816 Michałowice

### 2. Termin i miejsce:

Sobota 11 maja 2019 r.  
Integracyjne Centrum Sportu i Rekreacji w Józefowie  
05-420 Józefów (między Warszawą a Otwockiem), ul. Długa 44 (hala sportowa przy basenie).

### 3. Uczestnictwo:

W zawodach mogą wziąć udział ekipy składające się z dowolnej liczby zawodników ze wszystkich klubów kyokushin bez względu na organizację.

### Do startu będą dopuszczeni zawodnicy posiadający:

- Dokument tożsamości ze zdjęciem stwierdzający wiek zawodnika (dokładną datę urodzenia).
- Czyste białe karategi
- Posiadanie kompletu obowiązkowych ochraniaczy osobistych dla danej kategorii.
- Osoby pełnoletnie – oświadczenie o akceptacji regulaminu zawodów, posiadaniu ważnych **badń stwierdzających zdolność do uprawiania karate wydanych zgodnie z obowiązującymi przepisami** oraz zgodzie na reprodukcję wizerunku wg załączonego wzoru.
- **Osoby niepełnoletnie - pisemną zgodę rodziców lub opiekunów prawnych na udział w turnieju**, zawierającą oświadczenie o akceptacji regulaminu zawodów, posiadaniu przez uczestnika ważnych **badń stwierdzających zdolność do uprawiania karate wydanych zgodnie z obowiązującymi przepisami** oraz zgodę na reprodukcję wizerunku wg załączonego wzoru. **Brak takiej zgody w przypadku zawodników startujących w konkurencji KUMITE SEMI KONTAKT powoduje automatyczne wykluczenie z turnieju.**
- **Zawodnicy z poza Unii Europejskiej muszą posiadać także polisę ubezpieczeniową pokrywającą koszty ewentualnego leczenia na terenie Polski obejmującą urazy powstałe w związku ze startem na zawodach karate.**

Każda ekipa zobowiązana jest do wystawienia sędziego, który powinien posiadać w tym celu kompletny strój sędziowski (biała koszula z krótkim rękawem, granatowy krawat, szare lub czarne spodnie i gwizdek). Turniej zostanie rozegrany na trzech lub czterech matach, stąd mile widziane dodatkowe osoby zdolne do sędziowania.

### 4. Konkurencje:

Turniej będzie rozegrany wg. przepisów World Kyokushin Budokai i umieszczonego w pkt. 7 REGULAMINU KUMITE w następujących konkurencjach:

- **kumite semi kontakt, od stopnia 10,1 kyu lub 10 kyu do stopnia 9,3 kyu lub 9 kyu (Turniej Pomarańczowych Pasów) dla kategorii Młodzicy, Kadeci, Kadeci Młodzi, Dzieci**
- **kumite semi kontakt, od stopnia 8,1 kyu lub 8 kyu dla kategorii Juniorzy, Juniorzy Młodzi, Młodzicy, Kadeci, Kadeci Młodzi, Dzieci.**
- **kumite full kontakt dla osób, które w dniu zawodów ukończyły 18 lat, z podziałem na początkujących i zaawansowanych z użyciem ochraniaczy na goleń i stopę**
- **kata - bez podziału na kategorie wiekowe, ale z podziałem na mężczyźni i kobiety**

### 5. Opłata startowa:

Uczestnicy turnieju wnoszą opłatę startową w wysokości 50 zł (12 euro). W ramach opłaty startowej zawodnik otrzymuje prowiant (kanapka i napój). Opłata płatna gotówką w dniu zawodów lub przelewem na konto podane w nagłówku (w tym przypadku prosimy o przesłanie dowodu wpłaty na adres [kswbushi@onet.pl](mailto:kswbushi@onet.pl))

# XX TURNIEJ KARATE KYOKUSHIN O PUCHAR BURMISTRZA JÓZEFOWA

Józefów sobota 11 maja 2019 r.

## 6. Nagrody i punktacja drużynowa:

Na Turnieju Pomarańczowych Pasów za pierwsze miejsce zawodnicy otrzymają puchary, medale i dyplomy, a za drugie i trzecie miejsca otrzymają medale i dyplomy. W pozostałych kategoriach za pierwsze, drugie i trzecie miejsca zawodnicy otrzymają puchary i dyplomy.

Sposób obliczania punktacji drużynowej 1 miejsce – 5 pkt., 2 miejsce – 3 pkt., 3 miejsce – 1 pkt. Punktacja drużynowa będzie liczona na podstawie wyników we wszystkich kategoriach turnieju.

## 7. Zgłoszenia:

- Zgłoszenia zawodników należy przesłać do **NAJPÓŹNIEJ 7 maja 2019 r.** (wtorek) do godz. 24.00 na formularzu Exel stanowiącym załącznik do niniejszego komunikatu.
- Przed zawodami nastąpi kontrola dokumentów (dokument tożsamości ze zdjęciem, badania lekarskie, zgoda rodzica / pełnoletniego uczestnika), wagi zawodników oraz posiadania kompletu obowiązkowych ochraniaczy osobistych.

ZE WZGLĘDU NA POWSTAWANIE BŁĘDÓW ZGŁOSZENIA TYLKO NA FORMULARZU EXEL!

## 8. Plan na sobotę 11 maja 2019 r.:

09.00 – 11.00	weryfikacja zgłoszonych zawodników kumite (wszystkie roczniki)
09.30	narada kierowników ekip, powołanie składów sędziowskich
10:30	turniej kata
12.00	oficjalne otwarcie
12.30	kumite zawodników ze wszystkich kategorii
ok. 18.00	zakończenie imprezy

Godzina zakończenia zawodów zależy od liczby przybyłych zawodników.

## 9. Wyżywienie podczas turnieju:

W ramach opłaty startowej zawodnicy otrzymają kanapkę i napój. Na hali będzie znajdował się bufet. Dla sędziów przewidziany jest bezpłatny poczęstunek.

## 10. Nocleg:

Organizator nie zapewnia noclegu. W pobliżu znajdują się hotele o różnym standardzie.

## 11. Ubezpieczenie:

Uczestnicy zawodów nie będą w żaden sposób ubezpieczeni przez organizatora. Obowiązek ubezpieczenia zawodnika spoczywa, zgodnie z polskim prawem, na klubie, w którym zawodnik trenuje.

## 12. Obuwie:

Na hali obowiązuje zakaz wchodzenia na płytę hali w SZPILKACH lub innym obuwiu, które może uszkodzić parkiet. W takim obuwiu wstąpi jedynie na trybuny.

## 13. Sklepik

Na terenie będzie funkcjonował sklepik, w którym będzie można nabyć min. obowiązkowe ochraniacze osobiste.

## 14. Postanowienia końcowe:

W sprawach nieobjętych niniejszym regulaminem decyduje organizator.

## 15. Dodatkowe informacje:

sensei Paweł Juszczyk tel.: +48 602 617 018, +48 22 245 36 23   e-mail: [pjuszczk67@gmail.com](mailto:pjuszczk67@gmail.com)  
sensei Agnieszka Winek tel.: +48 604 144 542  

# XX TURNIEJ KARATE KYOKUSHIN O PUCHAR BURMISTRZA JÓZEFOWA

Józefów sobota 11 maja 2019 r.

## // 3. Kata – kategorie i zasady //

### ZASADY ROZGRYWANIA KONKURENCJI KATA

Konkurencja kata zostanie rozegrana bez podziału na kategorie wiekowe ale z podziałem na mężczyźni i kobiety w dwóch turach :

I tura                   Gekisai Sho,

II tura                   kata wybrane

Prosimy o zgłaszanie zawodników i zawodniczek posiadających doświadczenie w startach w tej konkurencji oraz prezentujących przyzwoity poziom wyszkolenia.

KATEGORIA	I TURA	II TURA
Min 8 kyu, z podziałem na mężczyzn i kobiety, ale bez podziału na wiek.	Gekisai Sho	Tsuki no Kata, Saifa, Garyu, Seienchin, Seipai, Kanku, Sushihō

## // 4. Kumite Semi Kontakt - Turniej Pomarańczowych Pasów dla osób z rocznika 2005 i młodszych – kategorie //

### KATEGORIE KUMITE SEMI KONTAKT

O przydziale do kategorii wiekowej decyduje rocznik urodzenia.

Kategorie wagowe mogą ulec zmianie, prosimy o podanie dokładnej wagi.

#### Mężczyźni:

- młodzicy	roczniki 2006 - 2007	do 35 kg, do 40 kg, do 45 kg, do 55 kg, pow. 55 kg
- kadeci	roczniki 2008 - 2009	do 30 kg, do 35 kg, do 40 kg, do 45 kg, pow. 45 kg
- kadeci młodszy	roczniki 2010 - 2011	do 25 kg, do 30 kg, do 35 kg, pow. 35 kg
- dzieci (chłopcy)	rocznik 2012 i młodszy	do 25 kg, do 30 kg, pow. 30 kg (wspólna kategoria z zaawansowanymi)

#### Kobiety:

- młodziczki	roczniki 2006 - 2007	do 40 kg, do 50 kg, pow. 50 kg
- kadetki	roczniki 2008 - 2009	do 35 kg, do 45 kg, pow. 45 kg
- kadetki młodsze	roczniki 2010 - 2011	do 25 kg, do 30 kg, pow. 30 kg
- dzieci (dziewczęta)	rocznik 2012 i młodszy	do 25 kg, do 30 kg, pow. 30 kg (wspólna kategoria z zaawansowanymi)

### ZASADY ROZGRYWANIA KONKURENCJI KUMITE SEMI KONTAKT

Turniej rozegrany będzie indywidualnie systemem pucharowym. W przypadku trzech zawodników w kategorii walki rozegrane będą systemem każdy z każdym. Jeżeli w kategorii będzie mniej niż trzech zawodników kategoria może zostać połączona z inną kategorią. **Wszystkie kategorie wiekowe będą walczyć w przepisach semi kontakt wg podanego w pkt. 7 REGULAMINU KUMITE**

# XX TURNIEJ KARATE KYOKUSHIN O PUCHAR BURMISTRZA JÓZEFOWA

Józefów sobota 11 maja 2019 r.

## // 5. Kumite Semi Kontakt Zaawansowanych - od 8 kyu, nie ukończone 18 lat – kategorie //

### KATEGORIE KUMITE SEMI KONTAKT

O przydziale do kategorii wiekowej decyduje rocznik urodzenia.

Kategorie wagowe mogą ulec zmianie, prosimy o podanie dokładnej wagi.

#### Mężczyźni:

- juniorzy	roczniki 2002 - 2003 oraz osoby z rocznika 2001, które nie ukończyły 18 lat	do 60 kg; 65 kg; 70 kg; 75 kg; do 85, pow. 85 kg
- juniorzy młodsi	roczniki 2004 - 2005	do 45 kg, do 50 kg, do 55 kg, do 60 kg, do 65 kg, pow. 65 kg
- młodzicy	roczniki 2006 - 2007	do 35 kg, do 40 kg, do 45 kg, do 55 kg, pow. 55 kg
- kadeci	roczniki 2008 - 2009	do 30 kg, do 35 kg, do 40 kg, do 45 kg, pow. 45 kg
- kadeci młodsi	roczniki 2010 - 2011	do 25 kg, do 30 kg, do 35 kg, pow. 35 kg
- dzieci (chłopcy)	rocznik 2012 i młodsi	do 25 kg, do 30 kg, pow. 30 kg (wspólna kategoria z pomarańczowymi pasami)

#### Kobiety:

- juniorki	roczniki 2002 – 2003 oraz osoby z rocznika 2001, które nie ukończyły 18 lat	do 55 kg, do 65 kg, pow. 65 kg
- juniorki młodsze	roczniki 2004 - 2005	do 50 kg, do 60 kg, pow. 60 kg
- młodziczki	roczniki 2006 - 2007	do 40 kg, do 50 kg, pow. 50 kg
- kadetki	roczniki 2008 - 2009	do 35 kg, do 45 kg, pow. 45 kg
- kadetki młodsze	roczniki 2010 - 2011	do 25 kg, do 30 kg, pow. 30 kg
- dzieci (dziewczęta)	rocznik 2012 i młodsi	do 25 kg, do 30 kg, pow. 30 kg (wspólna kategoria z pomarańczowymi pasami)

### ZASADY ROZGRYWANIA KONKURENCJI KUMITE SEMI KONTAKT

Turniej rozegrany będzie indywidualnie systemem pucharowym. W przypadku trzech zawodników w kategorii walki rozegrane będą systemem każdy z każdym. Jeżeli w kategorii będzie mniej niż trzech zawodników kategoria może zostać połączona z inną kategorią. **Wszystkie kategorie wiekowe będą walczyć w przepisach semi kontakt wg podanego w pkt. 7 REGULAMINU KUMITE**

## // 6. Full Kontakt – kategorie //

### KATEGORIE KUMITE FULL KONTAKT

- SENIORZY do 70 kg, do 80 kg, do 90 kg, pow. 90 kg
- SENIORKI do 60 kg, pow. 60 kg
- SENIORZY PIERWSZY KROK\* podział na kategorie wagowe po zgłoszeniach.
- SENIORKI PIERWSZY KROK\* podział na kategorie wagowe po zgłoszeniach.

\*osoby do 5 kyu, które nie zdobyły medalu w zawodach rangi krajowej (mistrzostwa krajowe, puchar krajowy, mistrzostwa okręgowe)

### ZASADY ROZGRYWANIA KONKURENCJI KUMITE SENIORÓW

Turniej rozegrany będzie indywidualnie systemem pucharowym. W przypadku trzech zawodników w kategorii walki rozegrane będą systemem każdy z każdym. W kategoriach, gdzie zgłoszonych zostanie dwóch zawodników odbędzie się „Super Fight” (2 + 2 min). W przypadku zgłoszenia się pojedynczych zawodników kategorie będą łączone. Walki odbędą się w przepisach Full Kontakt wg załączonego regulaminu, tj. w szczególności z możliwością stosowania wszystkich kopnięć na strefę głowy.

Jeśli zawodnik wychodzi do walki bez „szczęki”, to czyni to na własną odpowiedzialność. W przypadku nieprzepisowego uderzenia w głowę, które w ocenie składu sędziowskiego nie powinno prowadzić do dyskwalifikacji uderzającego, jeśli powstaną skaleczenia czy uszkodzenia zębów, które wg lekarza uniemożliwiają prowadzenie dalszej walki, to sfaulowany może przegrać walkę przez niezdolność.

**UWAGA: Po analizie zgłoszeń może wyniknąć konieczność innego podziału kategorii wiekowych i wagowych. W związku z tym w zgłoszeniach podajemy dokładną wagę zawodnika we wszystkich kategoriach wiekowych!!!**

# XX TURNIEJ KARATE KYOKUSHIN O PUCHAR BURMISTRZA JÓZEFOWA

Józefów sobota 11 maja 2019 r.

## // 7. Regulamin Kumite //

Zasady rozgrywania konkurencji KUMITE SEMI KONTAKT oraz KUMITE FULL KONTAKT

### SEMI KONTAKT

TURNIEJ POMARAŃCZOWYCH PASÓW (10 i 9 kyu) zostanie rozegrany dla kategorii wiekowych: Młodzicy, Kadeci, Kadeci Młodzi, Dzieci\*

TURNIEJ ZAAWANSOWANYCH (8 kyu i powyżej) zostanie rozegrany dla kategorii wiekowych: Juniorzy, Juniorzy Młodzi, Młodzicy, Kadeci, Kadeci Młodzi, Dzieci\*

\*w kategorii Dzieci jeśli zgłosi się osoba z niebieskim pasem, to zostanie dołączona do pomarańczowych

#### Przebieg i czas walki:

##### DZIECI, KADECI MŁODSI, KADECI:

1,5 min runda podstawowa -> pierwsza dogrywka 1,5 min -> waga (o wyniku decyduje różnica wagi większa niż 3 kg) -> druga dogrywka 1,5 min po której musi zapaść werdykt.

##### MŁODZICY, JUNIORZY MŁODSI, JUNIORZY:

2 min runda podstawowa -> pierwsza dogrywka 2 min -> waga (o wyniku decyduje różnica wagi większa niż 3 kg) -> druga dogrywka 2 min po której musi zapaść werdykt.

#### Ochraniacze:

##### TURNIEJ POMARAŃCZOWYCH PASÓW

<i>kategoria</i>	<i>obowiązkowe ochraniacze osobiste</i>	<i>obowiązkowe ochraniacze zapewniane przez organizatora</i>	<i>ochraniacze zalecane nieobowiązkowe</i>
<b>Młodzicy</b> <b>Kadeci</b> <b>Kadeci Młodzi</b> <b>Dzieci</b>	- białe ochraniacze goleń-stopa - piąstkówki - mężczyźni-suspensorium	- ochraniacz tułowia hogo - kask z ochroną twarzy (kratą)	- kobiety-suspensorium - miękkie ochraniacze na kolana

##### TURNIEJ ZAAWANSOWANYCH

<i>kategoria</i>	<i>obowiązkowe ochraniacze osobiste</i>	<i>obowiązkowe ochraniacze zapewniane przez organizatora</i>	<i>ochraniacze zalecane nieobowiązkowe</i>
<b>Juniorzy</b> <b>Juniorzy Młodzi</b> <b>Młodzicy</b>	- białe ochraniacze goleń-stopa - piąstkówki - miękkie ochraniacze na kolana - mężczyźni-suspensorium - kobiety-ochraniacz na piersi-osobne miseczki piankowe i elastyczna koszulka	- kask z ochroną twarzy (kratą)	- kobiety-suspensorium
<b>Kadeci</b> <b>Kadeci Młodzi</b> <b>Dzieci</b>	- białe ochraniacze goleń-stopa - piąstkówki - mężczyźni-suspensorium	- ochraniacz tułowia hogo - kask z ochroną twarzy (kratą)	- kobiety-suspensorium - miękkie ochraniacze na kolana

### FULL KONTAKT

Ukończone w dniu zawodów 18 lat.

Seniorzy

Seniorki

Seniorzy Pierwszy Krok\*

Seniorki Pierwszy Krok\*

\*osoby do 5 kyu, które nie zdobyły medalu w zawodach rangi krajowej (mistrzostwa krajowe, puchar krajowy, mistrzostwa okręgowe)

#### Przebieg i czas walki:

Dla trzech zawodników i więcej: 2 min runda podstawowa -> pierwsza dogrywka 2 min -> waga (o wyniku decyduje różnica wagi większa niż 3 kg) -> druga dogrywka 2 min po której musi zapaść werdykt

# XX TURNIEJ KARATE KYOKUSHIN O PUCHAR BURMISTRZA JÓZEFOWA

Józefów sobota 11 maja 2019 r.

Dla dwóch zawodników: Super Fight

2 min **I runda podstawowa** (w przypadku IPPON lub dwóch WAZARI walka kończy się przed czasem i druga runda nie odbywa się) -> werdykt -> 2 min **II runda podstawowa** -> werdykt -> WYNIK (decyduje przewaga zwycięstw w dwóch rundach, następnie decyduje różnica wagi większa niż 3 kg) -> dogrywka 2 min po której musi zapaść werdykt. Przerwa pomiędzy pierwszą i drugą rundą – 30 s.

## Ochraniacze:

Zawodnicy podczas walki są chronieni przez ochraniacze wg poniższej tabeli:

<b>kategoria</b>	<b>obowiązkowe ochraniacze osobiste</b>	<b>obowiązkowe ochraniacze zapewniane przez organizatora</b>	<b>ochraniacze zalecane nieobowiązkowe</b>
<b>Seniorzy Seniorki</b>	- białe ochraniacze goleń-stopa, - ochraniacz zębów (tzw. "szczeka"), - mężczyźni-suspensorium, - kobiety-ochraniacz na piersi - osobne miseczki piankowe i elastyczna koszulka		- kobiety-suspensorium - miękkie ochraniacze na kolana
<b>Seniorzy Pierwszy Krok Seniorki Pierwszy Krok</b>	- białe ochraniacze goleń-stopa, - ochraniacz zębów (tzw. "szczeka"), - mężczyźni-suspensorium, - kobiety-ochraniacz na piersi - osobne miseczki piankowe i elastyczna koszulka	- kask bez ochrony twarzy	- kobiety-suspensorium - miękkie ochraniacze na kolana

## TECHNIKI DOZWOLONE I ZABRONIONE W KONKURENCJI FULL I SEMI KONTAKT

### Techniki dozwolone:

- techniki ręczne (seiken, hiji, tetsui) wykonywane na strefy chudan i gedan,
- wszystkie techniki nożne na wszystkie dozwolone do atakowania strefy ciała przeciwnika (także low kick, okrężne techniki nożne, wykonywane z obrotu *ushiro-mawashi* lub w wyskoku *tobi-geri* oraz tzw. "techniki przenoszone" i techniki nożne *hiza-geri*, *mae-geri*, *yoko-geri* i *ushiro-geri* na wszystkie strefy)

### Techniki zabronione:

- techniki ręczne (jakakolwiek powierzchnią) na strefę jodan,
- techniki wykonywane na krocze, kolana, kręgosłup
- uderzenia głową
- chwytanie, przepychanie, popychanie, rzucanie itp.

### Informacje dodatkowe:

- zawodnik, który w czasie walki zdobył pełen punkt (Ippon) lub dwukrotnie zdobył pół punktu (waza-ari) wygrywa walkę przed upływem regulaminowego czasu
- wazari zawodnik zdobywa za technikę dozwoloną, która spowodowała widoczne wrażenie na przeciwniku i jego chwilową niezdolność do walki nie dłuższą niż 3 sekundy,
- ippon zawodnik zdobywa za technikę dozwoloną, która spowodowała widoczne wrażenie na przeciwniku i jego niezdolność do walki dłuższą niż 3 sekundy.
- W przypadku braku punktów wazari lub ippon lub równowagi punktowej zwycięzcę pojedynku wskazują sędziowie na podstawie ogólnego obrazu walki.
- w szczególnych przypadkach Sędzia Główny zawodów może zarządzić dodatkową dogrywkę lub ponowne głosowanie werdyktu przez skład sędziowski,
- zawodnik, który nie stawia się gotowy do walki (ubrany w komplet ochraniaczy osobistych) w ciągu 1 minuty od wyczytania przez spikera może zostać decyzją sędziego maty zdyskwalifikowany.
- niekulturalne i obraźliwe zachowanie zawodnika (ale także jego sekundantów, trenerów oraz osób towarzyszących) w stosunku do jakichkolwiek osób obecnych na sali podczas zawodów może skutkować tzw. przyznaniem zawodnikowi punktów karnych lub pełną dyskwalifikacją czyli całkowitym wykreśleniem z listy uczestników turnieju.