



XIII. Hírös Kupa

Meghívásos Országos

Ju Jitsu Verseny

Versenykiírás

2012 április 28.

Angolkisasszonyok Ward Mária Leánygimnáziuma
Kecskemét, Czollner tér 5.

további információ a honlapunkon:
www.tatamicentrum.hu

Fontos változások:

1. Nincs helyszíni nevezés.
2. Előzetesen kell utalni a nevezési díjat.
3. Csak az előzetesen nevezett csoportban lehet indulni.
4. A 4. egyéni nevezésért is fizetni kell. *(ez korábban ingyenes volt)*
5. Nevezési díjat vissza nem fizetünk, a nevezők vállalják a verseny feltételeit.
6. A versenyen az indulhat, akinek a nevezése és befizetése is határidőre megérkezik.
7. Jurandori, Quattro számokban csak a versenyző (pár) fokozati csoportjában lehet nevezni.
8. A szabályzatnak nem megfelelő módon nevezőt (párt) kizárjuk a versenyből.
9. 2 nappal a verseny előtt publikáljuk a honlapunkra a csoportokat.
10. A nőknél is előre meg vannak állapítva a súlycsoportok.
11. Egy fős csoportban is hirdetünk végeredményt.
12. Egy fős csoportban is pástra kell lépni.



XIII. Hírös Kupa

Meghívásos Országos Ju Jitsu Verseny

2012 április 28. szombat

Angolkisasszonyok Ward Mária Leánygimnáziuma
Kecskemét, Czollner tér 5.

Versenyszámok

Típus	Technikai	Küzdelmi	Összetett
Egyéni	I. Jurandori	III. Randori IV. Grappling Gi NoGi Combat	VI. Összetett egyéni
Páros	II. Quattro	V. Double Couple	VII. Összetett Csapat

Korosztályok és fokozat csoportok

Születési évek		Fokozat csoportok	
Gyermek	2005,2004,2003	Mini	legfeljebb gyermek korosztály legfeljebb narancs öv két csík fokozat
Ifjúsági	2002,2001,2000	Midi	legfeljebb ifjúsági korosztály legfeljebb lila öv két csík fokozat
Junior	1999,1998,1997	Maxi	legfeljebb junior korosztály legfeljebb szürke öv két csík fokozat
Kadet	1996,1995,1994	Kezdő Haladó Mesterjelölt Mester	legfeljebb 5. kyu fokozat legfeljebb 3. kyu fokozat legfeljebb 1. kyu fokozat mindenki
Felnőtt	1978 - 1993		
Senior 40	1968 - 1977		
Senior 50	1958 - 1967		
Senior 60	1957 és előtte		

Súlycsoportok

Korosztály	Leányok, nők	Fiúk, férfiak
Gyermek	20 kg., 25, 30, 35, 35+	25 kg., 30, 35, 40, 40+
Ifjúsági	30 kg., 36, 42, 48, 48+	35 kg., 41, 47, 53, 53+
Junior	40 kg., 47, 54, 61, 61+	45 kg., 52, 59, 66, 66+
Kadet	50 kg., 58, 66, 74, 74+	55 kg., 63, 71, 79, 79+
Felnőtt, senior	55 kg., 65, 75, 85, 85+	65 kg., 75, 85, 95, 105, 105+
Double Couple összesített pársúly	60 kg., 80, 100, 120, 140, 160, 180, 180+	

XIII. Hírös Kupa

Meghívásos Országos Ju Jitsu Verseny

Versenykiírás

Kiíró, rendező:	TATAMI CENTRUM SE. Kecskemét
Védnök:	Magyar Ju Jitsu Szövetség
Főbíró:	sensei Kovács Gábor 1. dan
Versenyigazgató:	shihan Berkes László 5. dan
Helyszín:	Angolkisasszonyok Ward Mária Leánygimnáziuma 6000, Kecskemét, Czollner tér 5.
Időpont:	2012. április 28. szombat
Mérlegelés:	8:00 órától az első (súlycsoportos) pástra lépésig lehetséges.
Megnyitó:	10:00-kor

Versenyszámok

Technikai számok:	I. Jurandori	nemenként és fokozat csoportonként
	II. Quattro	fokozat csoportonként
Küzdelmi számok:	III. Randori	} nem, korosztály és súlycsoport bontásban
	IV. Grappling	
	Gi, NoGi, Combat	
	V. Double Couple:	összesített pársúly alapján összetettbe nem számít bele
Összetett számok:	VI. Összetett egyéni	automatikus, nem kell nevezni
	VII. Összetett csapat	négy fő, négyszeres nevezési díj

Díjazás

Összetett csapat:	Kupa a csapatnak, érem az első 3, oklevél első 4 helyezettnek.
Összetett egyéni:	Kupa az első 3, oklevél az első 4 helyezettnek.
Versenyszámok:	Érem az első 3, oklevél az első 4 helyezettnek

Nevezés

Nevezési díj:	1.500 Ft. személyenként, számonként, 6.000 Ft. csapatonként.
Nevezési határidő:	2012 április 25. szerda 12:00 (e-mail és banki utalás beérkezése(!)) A banki utalást legkésőbb 24-én el kell indítani! Határidőn túli nevezéseket nem fogadunk! Helyszíni nevezés nincs!
Belépődíj:	Nincs. A belépés ingyenes!
Információ:	Berkes László +36-30-206-7078 www.tatamicentrum.hu

Kecskemét, 2012 február 1.

TATAMI CENTRUM SE
Berkes László versenyigazgató

Nevezési feltételek

- A nevezéshez egy évnél nem régebbi '**Versenyezhet**' igazolás kötelező.
- A versenyzőknek a versenyre érvényes **sportbiztosítással** kell rendelkezniük.
- E két feltétel meglétét nem ellenőrizzük, a csapatvezető vagy a versenyző nyilatkozik erről a helyszínen.
- Nevezés **korosztályi feltétele**: Általában mindenki a saját korosztályában versenyez. De: seniorok alacsonyabb seniorban és felnőttben, felnőtt alatti korosztályba tartozók pedig magasabb (de nem senior) korosztályban is nevezhetnek.
- Nevezés **neme**: Fiúk csak fiúk között, lányok lányok és fiúk között is nevezhetnek.
- Nevezés **súlycsoporti feltétele**: A küzdelmi számokban (Randori, Grappling, Double Couple) csak olyan súlycsoportban lehet nevezni, amely felső határa nem haladja meg a versenyző (pár) mért súlyát. A mérlegelés a verseny napján 9:00-9:45 között van. A lányoknak is van előzetes súlycsoportjuk (*lásd 3. oldal*).
- Nevezés **fokozati feltétele**: A technikai számokban (Jurandori, Quattro) csak a versenyző (pár) fokozati csoportjában lehet nevezni!
- Az e négy feltételnek nem megfelelő versenyző (pár) kiesik a versenyből.

Nevezési előírások

- Nevezni a www.tatamicentrum.hu honlapról letöltött DOC vagy XLS formátumú nevezési lapon lehet a nevezes@tatamicentrum.hu címre küldve.
- A nevezési díjat **2012.04.25 12:00** beérkezési határidőig az **51700100-10005154** (Berkes László Fókusz Takaréknál vezetett) bankszámlára kell utalni, a megjegyzésbe be kell írni: XIII. Hírös Kupa nevezési díj. Lásd még az Utalási sémát (*11. oldal*).
- **A versenyen sem helyszíni, sem határidőn túli nevezés nincs.** Csak azokat a nevezéseket fogadjuk, melyek a nevezési díjjal együtt a nevezési határidőig beérkeztek.
- A versenyen csak az előzetesen nevezett súlycsoportban lehet indulni egy kivétellel, nevezetesen amikor a versenyző (pár) egy fős csoportba kerül és ő vagy a csapatvezetője kéri az átsorolását másik csoportba. Ha nem kér átsorolást, akkor egyedül marad, vagy másvalakit sorolunk mellé, aki viszont kért átsorolást.
- Az előzetes csoportok 2012.04.26 8:00-ig, a végleges csoportbeosztások a sorsolással együtt 2012.04.27 8:00-ig kerülnek fel a www.tatamicentrum.hu honlapra.

Átsorolás

- Az átsorolás célja az egy fős csoportok számának a csökkentése.
- Átsorolást az egy fős csoportban lévő versenyző (pár) vagy a csapatvezetője kérheti e-mail-ben a nevezes@tatamicentrum.hu címre küldve az előzetes csoportbeosztás megjelenését követően 2012.04.26-án 22:00-ig.
- Átsorolni a versenyszámon belül olyan csoportba lehet, ahol van előzetes nevezés és ahova a versenyző még nem nevezett.
- Az átsorolás létrejön, ha az új csoport is megfelel a nevezési feltételeknek és a versenyző előzetes csoportjába más nem akar átsorolni.
- Az átsorolási kérésnek tartalmaznia kell a versenyző (pár) nevét, klubját és hogy melyik csoportból melyik csoportba kéri az átsorolását.

Határidők

- 2012 április 25. szerda 12:00. Ez a nevezési határidő. Ekkorra kell a nevezésnek e-mail-ben, a nevezési díjnak banki utalással megérkeznie! A jelenlegi banki rendszerben ehhez az utalást legkésőbb az előző napon 16:00-ig el kell indítani!
 - 2012 április 26. csütörtök 8:00. Eddig felkerül a honlapra az előzetes csoportbeosztás.
 - 2012 április 26. csütörtök 22:00. Eddig lehet kérni e-mail-ben az átsorolást.
 - 2012 április 27. péntek 8:00. Eddig felkerül a honlapra a sorsolás is.
- +1 ajánlás:**
- 2012 április 23. hétfő 12:00. Aki eddig elküldi nevezését, annak leellenőrizzük és visszaigazoljuk másnap délig, így van ideje utalni és biztos nem lesz rossz nevezése.

Védőfelszerelés, ruházat, higiénia

- Randori első menetében kötelező védőfelszerelés: fejkendő (felnőtt korosztály alatt), fogvédő, kesztyű, lágyékvédő, lányoknak testvédő vagy keménybetétes mellvédő, lábszárvédő, lábfejkendő (lábujjakat is fedje).
- Combat Grappling-ben kötelező védőfelszerelés: fogvédő, altestvédő, nőknek mellvédő.
- Fémbetét nélküli fog-, here-, fül- és ízületvédő minden versenyszámban használható.
- Grappling NoGi számban passzos póló és rövidnadrág a ruházat, a többiben kötelező a tiszta ju jitsu edzőruha (kabát, öv, nadrág).
- Semmilyen (test)ékszer, csat sem használható.
- A hosszú hajat gumival össze kell fogni! A körmöket rövidebbre kell vágni!

Lebonyolítás

- A tatami (pást) 6 x 6 méter zöld tatamiból. Körülötte 1 méter piros védősáv van.
- Az egy fős csoport is érvényes, a pástra kell lépni, az aranyérmeket megkapja.
- Lebonyolítási sorrend: 1. Jurandori, 2. Quattro, 3. Randori, 4. Double Couple, 5. Gi Grappling, 6. NoGi Grappling, 7. Combat Grappling.
- A versenyszám díjátadása a szám befejezése után 30 percen belül elkezdődik.
- Mérlegelni 8 órától lehet, legkésőbb az első (súlycsoportos) pástra lépéskor kell.
- Fénykép és videófelvétel szabadon készíthető.
- **Pontozásos lebonyolítás:** 5 vagy 3 bíró pontoz táblával (ötnél kihúzzák a legkisebbet és legnagyobbat). A legjobbak a 2. fordulóba kerülnek és újra versenyeznek. A 2. fordulóban pontegyenlőség esetén döntés sorrendben: a kihúzott legkisebb, legnagyobb szám, a kapott legkisebb, legnagyobb szám, az életkor (fiatalabb győz) alapján.
- **Párbaj lebonyolítás:** Egyszerű visszamérkőzéses rendszer. 3 versenyző esetén körmérkőzés. 4 versenyzőnél két párt sorsolnak, a győztesek küzdenek az első, a vesztesek a harmadik helyért. 5,6,7,8 versenyzőnél négy közé bemérkőzések vannak. 8-nál több versenyzőnél először a 8 közé van bemérkőzés, 16-nál több esetén pedig bemérkőzések a 16 közé. A győztes által legyőzött versenyzők visszamérkőznek, van esélyük a bronzérmekre. Quattro és Randori versenyszámban a vezetőbíró és a két oldalbíró zászlóval jelez, Grappling-ben pontozás vagy kopogás. Döntetlen esetén hosszabbítás, végső döntetlen nincs.

Versenyszám magyarázat 1.

Jurandori, Quattro, Double Couple, Összetett egyéni, Összetett csapat

- I. Jurandori:** Egyéni versenyszám, önvédelmi technikák bemutatása, pontozásos lebonyolítású, az összetettbe beleszámít.
Egy vagy több támadóval szemben kell védekezéseket bemutatni. Legalább 6 támadás, a bemutatás legfeljebb 1 percre tarthat. A technikai kivitelezés pontossága a meghatározó.
Kategóriák **nemenként és fokozat csoportonként** (14 db). A Senior korosztályok fokozat csoportjai teljesen külön vannak! Csak az övfokozatnak megfelelő övfokozati csoportban lehet indulni. *Ez azt jelenti, hogy sárga öves versenyző csak a Kezdő kategóriában indulhat.*
- II. Quattro:** Párok technikai párbaja, az összetettbe beleszámít.
A két pár feláll egymással szembe a tatamin. Kategóriától függően 4, 8, 16, 32, vagy 64 támadás közül sorsolnak. Erre mutat be egy védekezést az A. pár kétszer (*egyszer az egyik a támadó, egyszer a másik*). Ezután következik a B. páros ugyanígy. Ezt követően a vezetőbíró egy újabb támadási formát sorsol, de ezúttal a B. pár kezd. **Mesterjelölt** és **Mester** kategóriákban ezt megismétlik újra, így ott négy támadás van. Mester kategóriában a négy támadásnak a négy különböző 16-os csoportból kell lennie! A bírók zászlóval jelzik, hogy melyik pár volt a jobb, és a vezetőbíró dönt, hogy kik jutnak tovább a következő fordulóba. Ha a bírók nem tudnak dönteni, újra sorsolnak.
Kategóriák **fokozat csoportonként** (7 db). A pár mindkét tagja legfeljebb a megadott csoportba tartozik (alacsonyabba tartozhat). Senior csoportok teljesen külön vannak. Csak az övfokozatnak megfelelő övfokozati csoportban lehet indulni. *Ez azt jelenti, hogy egy sárga és egy zöld öves versenyzőkből álló pár csak a Haladó kategóriában indulhat.*
- V. Double Couple:** Két fős csapatok küzdelmi versenye időkorlát nélkül. Párbaj jellegű a lebonyolítás. Összetettbe nem számít bele!
Az ellenfél egyik tagját kirakni a küzdőterületen kívülre. A Randori 2. és 3. menetében nem tiltott technikák alkalmazhatóak. Az ütés és a rúgás tilos!
Kategóriák a **páros összsúlya** alapján (8 db). Egy versenyzőnek lehet több nevezése, de egy súlycsoportban csak egy párosban indulhat!
- VI. Összetett egyéni:** Jurandori, Quattro, Randori, Grappling számok beleszámítanak. Ha egy versenyzőnek több nevezése van egy számban, akkor csak a legjobb eredménye számít! Az első hely 7, a második 4, harmadik 2 és a negyedik helyezési pontot ér. Pontazonosság esetén sorrendben a Randori, Jurandori, Grappling, Quattro számban elért pontszám, az összes pontszám, a nevezés darabszám alapján döntünk. Ha minden azonos, akkor holtverseny van és ugyanolyan kupát, érmet, oklevelet kell kapniuk.
- VII. Összetett csapat:** Négyfős csapat összesített pontja alapján kialakult sorrend. Több csapat is nevezhet egy klubból, de egy személy csak egy csapatban lehet!

Versenyszám magyarázat 2.

Randori

III. Randori: Egyéni küzdelem 3 x 1 (kadet 1,5, felnőtt 2) percben. Összetettbe számít. Lebonyolítás párbaj jelleggel, csoportok életkori és súlycsoportonként.

1.menet: Megszakításos ütő-rúgó küzdelem félerővel védőfelszerelésben.

a./ Kötelező védőfelszerelés: fejbütyk (felnőtt korosztály alatt), fogvédő, kesztyű, lágyékvédő, lányoknak testvédő vagy keménybetétes mellvédő, lábszárvédő, lábfejbütyk (lábujjakat is fedje).

b./ Tiltott technikák: Dobások, levitelek, földharc, egyenes rúgás fejre, könyökütések, térdrúgások, feszítések, fojtások, erős ütések és rúgások, földre került ellenfél támadása, kontrollálatlan (pl. kifordulásból) végrehajtott támadások. Tilos a láb támadása, kivéve: lábsöprés és a férfi kadet és felnőtt korosztályban a comb Rúgás. Tilos fejre rúgni, kivéve a köríves rúgás érintéssel.

c./ Ippon bírói döntés alapján.

2.menet: Dobások, földrevitelek. Engedélyezett a lábfelszedés, a lábsöprés.

a./ Tiltott technikák: feszítésből és fojtásból végrehajtott dobás, a fej támadása, a földre került ellenfél ütése, rúgása, a földharc. Kadet és felnőtt korosztályon kívül (nőiben is) tilos az ütés és a rúgás.

b./ Engedélyezett fogásban kadet és felnőtt korosztályban félerővel testre és lábra az 1. menetben is megengedett ütések és rúgások.

c./ Ippon nagyívű dobás (lábak a levegőben) után bírói döntés alapján.

3.menet: Földharc.

a./ Tiltott technikák: Felállás (egyik térdnek lenni kell lenni), a gége támadása ujjakkal és seikkennel (nyomás is!). Kadet és felnőtt korosztályon kívül (nőiben is) tilos a rúgás, az ütés, a fojtás, feszítés.

b./ Engedélyezett kadet és felnőtt korosztályban a fojtás, a karfeszítés és lábfeszítés (kivéve a csavart és forgós feszítéseket) és **félerővel** testre, lábra az 1. menetben is engedett ütések és rúgások.

c./ Ippon: leszorítás a bíró 10 (kadet 15, felnőtt 20, női 10, senior 10) számolásáig, lekopogás fojtás és feszítés esetén.

Mindegyik menetben tilos a fejelés, kesztyű nélkül arcba nyúlás, a torok, gerinc, lágyék, térd, tarkó támadása, a dühből, kontroll nélkül végrehajtott technikák, a tatamira nem illő viselkedés.

A vezetőbíró figyelmeztethet, inthet, leléptethet egy menetben vagy a teljes mérkőzésről.

A bírók a 3. menet végén a vezetőbíró vezényszavára jelzik, szerintük ki nyert. A három bíró jelzése alapján a vezetőbíró hirdeti ki a győztest. Ha nem tudnak dönteni, egyik fogásnemben újra küzdenek és újra döntenek. Ismételt döntetlen esetén egy másik fogásnemben időkorlát nélkül az első értékelhető találatig tart a mérkőzés.

Versenyszám magyarázat 3.

Grappling – Gi, NoGi, Combat

IV. Grappling Gi, NoGi, Combat: Egyéni küzdelem párbaj jelleggel.

Egy eredmény (*a legjobb*) az összetettbe beleszámít.

Ruházat: ju jitsu edzőruha, kivéve **NoGi**, ahol passzos póló és rövidnadrág.

Combat Grappling csak Kadet korosztálytól van! Combat Grappling-ben **kötelező védőfelszerelés:** fogvédő, altestvédő, nőknek mellvédő.

Menetidő: Gi és NoGi Grappling: gyermek 2, ifjúsági 3, junior 4, kadet 5, felnőtt 6, senior 4 perc. Combat Grappling: kadet 3, felnőtt 4, senior 2 perc.

A küzdelem **megnyerhető** feladással, pontozással, illetve az ellenfél leléptetésével. Ha nem volt sem lekopogtatás, sem leléptetés és a pontszám is egyenlő, akkor hosszabbítás, ahol a menetidő fele az elsőnek. A hosszabbítás előtt megnevezzük a **kedvezményezettet**, aki győzni fog, ha a hosszabbításban sincs döntés.

A küzdelem állásból indul.

Ütés és rúgás Gi és NoGi-ben tilos, csak a **Combat Grappling-ben** engedélyezett:

- Az ütésért és a rúgásért pont nem adható, de alkalmazásával győngíthető az ellenfél, illetve eredményeként fel is adhatja.
- A fejet, a nyakat, a gerincet, a térdet és a lágyékot nem lehet sem ütni, sem rúgni.
- Könyökütés nem megengedett.

Fojtás és feszítés, vesefogó, felugrások technikák (pl. repülő karfeszítés) engedélyezettek kadet korosztálytól, az alatt pedig az alábbiak szerint:

- Ezekért a technikákért külön pontszám nem adható, de alkalmazásával lekopogtatható az ellenfél.
- Gyermek korosztályban nincs egyik sem.
- Ifjúsági korosztályban engedélyezett a karfeszítés, nem engedélyezett a fojtás, a láb feszítése, a vesefogó és a felugrások technikák.
- Junior korosztályban engedélyezett a karfeszítés és a fojtás, nem engedélyezett a láb feszítése, a vesefogó és a felugrások technikák.
- A nyakra tett háromszög az fojtás, így csak junior korosztálytól engedélyezett.

Pontozás: Pontok adhatók akciókért és reakciókért (a végrehajtónak), illetve büntetésből (az ellenfélnek).

- **Akciópontként** 1-4 pontot lehet adni, a következő oldalon részletezettek szerint.
- **Reakció pontként** 1 pont adható, ha kiszabadulunk olyan kontroll pozícióból, amelyért az ellenfelünk kapott pontot.
- **Büntetés pontot** kapunk, ha megintik az ellenfelünket. Ez az intés súlyosságától, ismétlődésétől függően 1-2 pont lehet.

Versenyszám magyarázat 4.

Grappling – Gi, NoGi, Combat (folytatás)

A. Akciópont adható **dobásokért, földrevitelekért:**

- Pont nem minden földre kerülésért jár, van amikor a földre kerülés közben a versenyzők szerepe azonos.
- Tiszta, nagyívű dobás: 3 vagy 4 pont.
- Földrevitel felismerhető dobástechnikával: 2 pont.
- Minden egyéb (akár részleges) földrevitel, akkor is, ha az ellenfél ugrik guard-ba: 1 pont. Szükséges, hogy kontaktus, fogás legyen.

B. Akciópont adható **kontroll** (teljes ellenőrzési) **pozíció** megszerzésért:

- A bíró kb. 3 másodperc után adja meg a pontot.
- A pozíciót elérő térdei az ellenfél egyik oldalán vannak: 2 pont.
- Kétoldalas (mount), a két térd az ellenfél más és más oldalán van: 3 pont.
- Ezek a pontok, ha az ellenfél szemben, ill. oldalt van, akkor pedig, ha a háta van a pozíciót elérő felé, 1 ponttal magasabb a pontszám (pl. back mount 4 pont).
- A kontroll pozíció megszerzéséhez nem feltétlenül szükséges az ellenfélnek a földön feküdnie, pl. 4 pontos kontroll pozíció érhető el hátsó háromszög fojtással és sarok beakasztással akkor is, ha az ellenfél van felül.
- A csiki-csuki tiltott, azaz 2,3,4 pontos technikából is csak egy pontozható addig, amíg az ellenfél pontot nem szerez, vagy teljes leszorítás után fel nem állnak.

C. Akciópont adható kontroll pozíció megtartásáért (**leszorítás**)

- A leszorítás ténye akkor áll fenn, ha a pozíciót tartó versenyző felül van, két térde érinti a talajt, egyik lába sincs befogva, mellkasát az ellenfélhez szorítva tartja.
- A pozíció tartásáért 1 pont jár 10 (gyermek, ifjúsági és junior korosztályban 5) másodpercenként.
- A pozíció tartást jelzi a vezetőbíró és a kijelző is mutatja a leszorítás idejét.
- Ha elérjük a 4 pontot, vége a leszorításnak és középütt állásból kell folytatni.

További **technika korlátozások** grappling-ben:

- Tiltott az ellenfél földről felemelése után a földhöz ütése, a fejre, nyakra dobás.
- Tiltott a torok, a gerinc, a lágyék támadása ütéssel, rúgással, a torok, lágyék nyomása, markolása.
- Tiltott a csípés, harapás, karmolás, hajhúzás, fejelés.
- Tiltott a kéz- és lábujjak feszítése, csavarása.
- Tiltott a gerincfeszítés (fej mellre lenyomása, dupla Nelson, Guillotin, konzervnyitó, gerinc hátra feszítése stb.) Engedélyezett a Guillotin-ra hasonló fojtás (junior korosztálytól), ha nincs benne gerincfeszítés!
- A fojtásokat, feszítéseket nem szabad hirtelen rántani, időt kell adni a lekopogásra.
- Az ellenfél arcába (szemébe, orrába, szájába stb.) nyúlni tilos. Ugyancsak tilos az ellenfél száját, orrát befogni.
- Tilos a csavarásos, forgásos, hempergéses kar- és lábcsavarás.

Nevezési lap séma

Minta (letölthető XLS és DOC formában a www.tatamicentrum.hu honlapról):

Klub neve: Kiskőrösi Budo SE. Nevezés a **XIII. Hírös Kupa Országos Ju Jitsu Versenyre**

1. Sor-szám	2. Név	3. Születési dátum	4. Korosztály	5. Fokozat csoport	6. Testsúly (kg.)	7. Ju-randori	8. Quattro	9. Randori	10. Grappling	11. Double Couple	12. Csapat	13. Nevezés db.
1.	Kis Lajos	1995.02.22	KA	HA	62		A/HA	KA/63	KA/63/G		A	4
								FE/65	KA/63/N			2
2.	Nagy Lilla	1998.10.01	JU	XI	45	L/XI	A/XI	JU/47/L		A/100	A	5
3.	Szabó Pál	2001.05.05	IF	DI	40	F/DI	A/XI	IF/40		A/100	A	5
										B/120		1
4.	Szép Éva	2004.08.18	GY	NI	28	L/NI		GY/30/L	GY/30/G/L			3
						L/DI		GY/30				2
5.	Csillag Áron	1995.04.14	KA	KE	69	F/KE	A/HA	KA/71	KA/71/N	B/120	A	6
6.	Balla Tibor	1992.07.19	FE	HA	72	F/HA	A/JE		FE/75/G	A/160		4
7.	Fehér Sándor	1972.10.10	S4	JE	85	F/JE	A/JE		S4/85/G	A/160		4
												36

Dátum: 2012.04.25

Csapatvezető: Fekete Péter

Utalási séma:

Név:	Berkes László
Bankszámla:	51700100-10005154
Összeg:	54.000 Ft.
Megjegyzés:	XIII. Hírös Kupa 36 db. nevezési díj

Átsorolás kérés minta:

Kérem Csillag Áron (Kiskőrösi Budo SE.) átsorolását a Randori Kadett Fiú 71 kg. súlycsoportból a Randori Kadett Fiú 79 kg. súlycsoportba.

Nevezési lap kitöltési útmutató

- Sorszám:** Általában egy sorba írunk egy versenyzőt. Ha egy versenyszámon belül több kategóriában kíván indulni, akkor további sor(oka)t használhatunk, ott csak azoknak a versenyszámoknak a cellájába kell írni, amelyekben több kategóriában indul. Egy cellába csak egy nevezést írjunk! Sorszámot csak a következő személy első sorába írunk.
- Név**
- Születési dátum:** éééé.hh.nn formátumban
- Korosztály:** Lehetséges értékek: GY, IF, JU, KA, FE, S4, S5 vagy S6. (lásd 3. oldal)
Születési év alapján **G**Yermek, **I**Fjúsági, **J**Unior, **K**Adet, **F**elnőtt, **S**enior **40**, **50**, **60**.
- Fokozat csoport:** Lehetséges értékek: NI, DI, XI, KE, HA, JE, ME.
 - Gyermek, Ifjúsági és Junior** korosztályban 3 csoport lehetőség: **NI:** Mini, **DI:** Midi, **XI:** Maxi. A nem MJJSZ-hez tartozókat a csapatvezetője sorolja be: Minibe, aki Gyermek életkorú és alacsony fokozatú, Maxiba aki magas fokozatú vagy junior életkorú, a többiek pedig Midibe.
 - Kadet, Felnőtt és Senior** korosztályban 4 csoport lehet: **KE:** Kezdő, **HA:** Haladó, **JE:** Mesterjelölt, **ME:** Mester.
- Testsúly kg.:** Előzetes testsúly kg.-ban (mérlegelés lesz a versenyen).
- Jurandori:** Akkor kell megadni, ha indul jurandoriban a versenyző. Leány vagy fiú, azaz **L** vagy **F** /fokozat csoport formában kell megadni. Értelmezés: **F/NI** fiú Mini, **L/HA** leány haladó. Lányok indulhatnak a fiúk kategóriájában is, bárki indulhat magasabb fokozati csoportban is. A Senior csoportban indulók még a korosztályt is írják be. Példák: **F/XI, L/KE, F/JE/S5, L/ME/S4**
- Quattro:** Akkor kell beírni, ha indul Quattro-ban a versenyző. Pár azonosító / fokozat csoport alakban kell megadni. A pár azonosító A, B, C, stb. Értelmezés: **B/XI** a Maxiban induló második pár egyik tagja. A Quattro páros versenyszám, azaz a nevezés akkor jó, ha pontosan két versenyzőnél van ugyanaz a jelzés. A Senior csoportban indulók még a korosztályt is írják be. Példák: **A/NI, A/HA, B/HA/S5, C/KE/S4**.
- Randori:** Akkor kell ide írni, ha indul Randori-ban a versenyző. Fiúknál, férfiaknál az életkori csoport és a testsúly alapján a kiírás szerinti kategóriák közül a megfelelőt kell beírni. Példák: **GY/30, IF/41, JU/52, FE/75, S5/85**. Azonos korosztályban magasabb súlycsoportban valamint más engedélyezett korosztályban, de nem alacsonyabb súlycsoportban is lehet nevezni. Leányoknál ugyanígy, csak utána kell írni **/L**.
- Grappling:** Ugyanaz, mint Randori, azzal a különbséggel, hogy utána kell még G: Gi vagy N: NoGi vagy C: Combat. Példák: **GY/30/N/L, JU/52/G, FE/95/C**.
- Double Couple:** Akkor kell ide írni, ha a versenyző indul Double Couple versenyszámban. Quattro-hoz hasonlóan **A/80** a lehetséges nevezési forma, azaz pár azonosítója, majd a kategória. Pontosán két versenyzőnél kell beírni ugyanolyan nevezést. Egy versenyző több párban is indulhat (különböző súlycsoportban). Nem számít be az összetettbe! Példák: **A/60, B/160, C/180+**.
- Csapat:** Az egy csapatba tartozókat azonos betűvel lejelöljük (négy A, B stb.)
- Nevezés db:** Abban a sorban a nevezések száma, beleértve a csapatot is. A 7.-12. oszlopokban a kitöltött cellák szám. Legalul össze kell adni!!

A nevezes@tatamicentrum.hu címre kell küldeni 2012 április 25. szerda 12:00-ig.

Quattro támadások 1.

Quattro Mini és Quattro Midi (1 - 4)

1.	Ütő-rúgó támadások	Egyenes ütés fejre
2.		Egyenes rúgás gyomorra
3.	Fojtások	Kétkezes mellső fojtás
4.		Kétkezes hátsó fojtás

Quattro Maxi és Quattro Kezdő (1 - 8)

1.	Ütések	Egyenes ütés fejre
2.		Egyenes ütés gyomorra
3.	Rúgások	Egyenes rúgás gyomorra
4.		Köríves rúgás fejre
5.	Fojtások	Kétkezes mellső fojtás
6.		Kétkezes hátsó fojtás
7.	Átkarolások	Mellső átkarolás karok alatt
8.		Hátsó átkarolás karok felett

Quattro Haladó (1 - 16)

1.	Ütő-rúgó támadások	Egyenes ütés fejre
2.		Egyenes ütés gyomorra
3.		Egyenes rúgás gyomorra
4.		Köríves rúgás fejre
5.	Átkarolások	Mellső átkarolás karok alatt
6.		Mellső átkarolás karok felett
7.		Hátsó átkarolás karok alatt
8.		Hátsó átkarolás karok felett
9.	Fogások	Kétkezes mellső fojtás
10.		Kétkezes hátsó fojtás
11.		Dupla Nelson fogás
12.		Oldalsó nyakátkarolás
13.	Eszközös támadások	Egyenes késszúrás gyomorra
14.		Felső késszúrás nyakra
15.		Oldalsó rövidbot ütés fejre
16.		Felső rövidbot ütés fejre

Quattro támadások 2.

Quattro Mesterjelölt (1 - 32)

1.	Ütések	Egyenes ütés fejre
2.		Egyenes ütés gyomorra
3.		Kalapács ütés fejre
4.		Pofon
5.	Rúgások és tolások	Egyenes rúgás gyomorra
6.		Köríves rúgás fejre
7.		Egykezes tolás testen
8.		Kétkezes tolás testen
9.	Fojtások	Kétkezes mellső fojtás
10.		Kétkezes hátsó fojtás
11.		Oldalsó fojtás
12.		Hátsó egykaros fojtás
13.	Átkarolások	Mellső átkarolás karok alatt
14.		Mellső átkarolás karok felett
15.		Hátsó átkarolás karok alatt
16.		Hátsó átkarolás karok felett
17.	Csuklófogások	Egykezes azonos oldali (pl. bal-bal)
18.		Egykezes ellentétes oldali (pl. bal-jobb)
19.		Kétkezes mellső csuklófogás
20.		Kétkezes hátsó csuklófogás
21.	Egyéb fogások	Kabátfogásos húzás
22.		Szimpla Nelson fogás
23.		Dupla Nelson fogás
24.		Oldalsó nyakátkarolás
25.	Bot támadások	Oldalsó rövidbot ütés fejre
26.		Felső rövidbot ütés fejre
27.		Félbot szúrás gyomorra
28.		Oldalsó félbot csapás fejre
29.	Egyéb eszközös támadások	Egyenes késszúrás gyomorra
30.		Felső késszúrás
31.		Mellső fojtás övvel
32.		Hátsó fojtás övvel

Quattro támadások 3.

Quattro Mester (1 - 32)

1.	Ütő-rúgó támadások és húzások	Zárt ököl	Egyenes ütés fejre
2.			Egyenes ütés gyomorra
3.			Kalapács ütés fejre
4.			Kézhát ütés halántékra
5.		Nyitott tenyér	Pofon
6.			Kétkezes pofon
7.			Egykezes tolás testen
8.			Kétkezes tolás testen
9.		Rúgások	Köríves rúgás fejre
10.			Egyenes rúgás gyomorra
11.			Térdrúgás gyomorra behúzással
12.			Köríves rúgás combra
13.		Húzó technikák	Melső kabátfogás húzással
14.			Melső hajhúzás
15.			Hátsó kabátfogás húzással
16.			Hátsó hajhúzás
17.	Fogások	Fojtások	Kétkezes mellső fojtás
18.			Kétkezes hátsó fojtás
19.			Oldalsó fojtás
20.			Hátsó egykaros fojtás
21.		Átkarolások	Melső átkarolás karok alatt
22.			Melső átkarolás karok felett
23.			Hátsó átkarolás karok alatt
24.			Hátsó átkarolás karok felett
25.		Csuklófogások	Egykezes azonos oldali csuklófogás
26.			Egykezes ellentétes oldali csuklófogás
27.			Kétkezes mellső csuklófogás
28.			Kétkezes hátsó csuklófogás
29.		Egyéb fogások	Szimpla Nelson fogás
30.			Dupla Nelson fogás
31.			Kézfogás
32.			Pincérfogás

Quattro támadások 4.

Quattro Mester (33 - 64)

33.	Eszközös technikák	Rövidbot (40 cm) támadások	Oldalsó rövidbot csapás fejre
34.			Felső rövidbot csapás fejre
35.			Fonák rövidbot csapás fejre
36.			Rövidbot szúrás
37.		Félbot (90 cm) támadások	Kétkezes felső félbot csapás fejre
38.			Kétkezes oldalsó félbot csapás fejre
39.			Egykezes oldalsó félbot csapás fejre
40.			Félbot szúrás
41.		Késszúrások	Egyenes késszúrás fejre
42.			Felső késszúrás nyakra
43.			Fonák késszúrás nyakra
44.			Egyenes késszúrás gyomorra
45.		Egyéb eszközös támadások	Mellső fojtás övvel
46.			Hátsó fojtás övvel
47.			Pisztoly fenyegetés szemből
48.			Pisztoly fenyegetés hátulról
49.	Védekezés speciális helyzetekben	Földön fojtások	Földön testen fojtás
50.			Földön lábközt fojtás
51.			Földön oldalról fojtás
52.			Földön fej felől fojtás
53.		Egyéb támadások földön	Földön rúgás háritása
54.			Földön taposás háritása
55.			Földön késszúrás háritása
56.			Földön félbot csapás háritása
57.		Ülésben védekezés /térdelő ülés vagy széken ülve/	Oldalról köríves rúgás fejre
58.			Szemből egyenes rúgás fejre
59.			Kétkezes hátsó fojtás
60.			Rövidbot csapás
61.		Védekezés sérült kézzel /egykezes technikák/	Egyenes ütés fejre
62.			Egyenes rúgás gyomorra
63.			Kétkezes mellső fojtás
64.			Egyenes késszúrás gyomorra

A verseny helyszíne:
Angolkisasszonyok Ward Mária Leánygimnáziuma
6000 Kecskemét, Czollner tér 5.



további információ a honlapunkon:
www.tatamicentrum.hu

Fontos változások:

1. Nincs helyszíni nevezés.
2. Előzetesen kell utalni a nevezési díjat.
3. Csak az előzetesen nevezett csoportban lehet indulni.
4. A 4. egyéni nevezésért is fizetni kell. *(ez korábban ingyenes volt)*
5. Nevezési díjat vissza nem fizetünk, a nevezők vállalják a verseny feltételeit.
6. A versenyen az indulhat, akinek a nevezése és befizetése is határidőre megérkezik.
7. Jurandori, Quattro számokban csak a versenyző (pár) fokozati csoportjában lehet nevezni.
8. A szabályzatnak nem megfelelő módon nevező(pár)t kizárjuk a versenyből.
9. 2 nappal a verseny előtt publikáljuk a honlapunkra a csoportokat.
10. A nőknél is előre meg vannak állapítva a súlycsoportok.
11. Egy fős csoportban is hirdetünk végeredményt.
12. Egy fős csoportban is pástra kell lépni.



XIII. Hírös Kupa

Meghívásos Országos

Ju Jitsu Verseny

Versenykiírás

2012 április 28.

Angolkisasszonyok Ward Mária Leánygimnáziuma
Kecskemét, Czollner tér 5.