

REGULAMIN

I PUCHAR POLSKI SŁUŻB MUNDUROWYCH W KARATE KYOKUSHIN W RAMACH „MUNDUROWEGO FESTIWALU MOCY”

Federacja Sportu Polskiej Policji oraz Małopolski Okręgowy Związek Karate zapraszają funkcjonariuszy oraz pracowników cywilnych wszystkich polskich służb mundurowych do udziału w **I Pucharze Polski Służb Mundurowych w Karate Kyokushin**, który jest organizowany w ramach obchodów 100-nej rocznicy sportu w Policji.

I. CELE WYDARZENIA

1. Integracja środowiska policyjnego oraz całego środowiska służb mundurowych w związku z obchodami **100-nej rocznicy sportu w Policji**, poprzez współzawodnictwo sportowe, wymianę doświadczeń oraz budowanie wzajemnych relacji.
2. Promowanie pozytywnego wizerunku Policji i służb mundurowych jako instytucji, które w swoich szeregach posiadają funkcjonariuszy i pracowników prezentujących wysoki poziom sprawności fizycznej oraz umiejętności w zakresie sztuk i sportów walki, mających znaczenie dla realizacji zadań związanych z zapewnieniem bezpieczeństwa społeczeństwa.
3. Wyłonienie najlepszych zawodników reprezentujących służby mundurowe w **Karate Kyokushin**.
4. Stworzenie zawodnikom możliwości zaprezentowania poziomu wyszkolenia technicznego, sprawności fizycznej oraz przygotowania mentalnego.
5. Inspirowanie funkcjonariuszy i pracowników służb mundurowych do systematycznego podnoszenia i utrzymywania wysokiego poziomu sprawności fizycznej.
6. Promocja Karate Kyokushin, jako dyscypliny sportowej opartej na wszechstronnym przygotowaniu fizycznym, technicznym i psychicznym, w środowisku służb mundurowych.
7. Integracja środowiska osób trenujących Karate Kyokushin, reprezentujących różne służby mundurowe i jednostki organizacyjne.

II. OGÓLNE WARUNKI UDZIAŁU W ZAWODACH

1. W zawodach mogą brać udział kobiety i mężczyźni trenujący Karate Kyokushin lub **inne style karate**, będący funkcjonariuszami, emerytowanymi funkcjonariuszami lub pracownikami cywilnymi służb mundurowych (zatrudnionymi w „służbach” w chwili rozgrywania zawodów) niżej wymienionych służb i formacji:
 - o Policja,
 - o Wojsko Polskie,
 - o Straż Graniczna,
 - o Centralne Biuro Śledcze,
 - o Służba Więzienna,
 - o Agencja Bezpieczeństwa Wewnętrznego,
 - o Służba Wywiadu Wojskowego,
 - o Służba Kontrwywiadu Wojskowego,
 - o Centralne Biuro Antykorupcyjne,
 - o Służba Celna,
 - o Inspekcja Transportu Drogowego,
 - o Państwowa Straż Pożarna,
 - o Straż Miejska,
 - o Straż Ochrony Kolei.
2. W zawodach może uczestniczyć dowolna liczba zawodników reprezentujących daną jednostkę lub formację.

REGULAMIN

3. W zawodach mogą wziąć udział osoby, które:
 - posiadają stopień szkoleniowy minimum **6 KYU** w Karate Kyokushin lub innym stylu karate;
 - posiadają aktualne badania lekarskie potwierdzające dobry stan zdrowia;
 - posiadają dokument potwierdzający wiek i tożsamość – dowód osobisty lub paszport;
 - dokonały zgłoszenia oraz dopełniły obowiązku uiszczenia opłaty startowej;
 - posiadają białe, czyste karate-gi oraz pas zgodny z posiadanym stopniem KYU/DAN;
 - posiadają obowiązkowe ochraniacze wymagane w konkurencji kumite, w kolorze białym i zgodne ze standardami przyjętymi przez Małopolski Okręgowy Związek Karate;
 - przedłożą w trakcie weryfikacji własnoręcznie podpisane Oświadczenie Uczestnika oraz Kartę Startową zawodnika – zgodne ze wzorami dołączonymi do niniejszego Regulaminu;
 - przejdą pozytywnie weryfikację przeprowadzoną przez Komisję Weryfikacyjną oraz Sędziego Technicznego lub Sędziego Głównego;
 - złożą oświadczenie „Posiadam ważne ubezpieczenie NNW obejmujące udział w zawodach sportowych”
 - spełniają pozostałe wymagania określone niniejszym regulaminem.

III. KATEGORIE WIEKOWE

1. Rywalizacja sportowa zostanie przeprowadzona w następujących kategoriach wiekowych:

Kobiety i mężczyźni

- **Senior** – od ukończenia 18. roku życia do końca 39. roku życia;
 - **Senior Masters** – od ukończenia 40. roku życia.
2. O zakwalifikowaniu zawodnika do odpowiedniej kategorii wiekowej decyduje **data urodzenia**.
 3. Warunkiem rozegrania danej kategorii jest zgłoszenie się minimum **3 zawodników**.
 4. W przypadku zgłoszenia mniejszej liczby zawodników w danej kategorii decyzję o połączeniu kategorii podejmuje **Sędzia Główny w porozumieniu z Organizatorem Zawodów**.

IV. KATEGORIE WAGOWE

1. Mężczyźni

Senior

- do 70 kg,
- do 80 kg,
- do 90 kg,
- powyżej 90 kg.

Senior Masters +40

- do 85 kg,
- powyżej 85 kg.

2. Kobiety

Senior

- do 55 kg,
- do 65 kg,
- do 75 kg,
- powyżej 75 kg.

Senior Masters +40

- do 65 kg,
- powyżej 65 kg.

3. Dopuszczalna tolerancja podczas ważenia wynosi **0,5 kg**.

REGULAMIN

4. Zmiana kategorii wagowych jest możliwa w przypadku małej liczby zgłoszeń, znacznych różnic wagowych pomiędzy zawodnikami lub braku odpowiedniej liczby zawodników w danej kategorii.
5. Decyzję o zmianie lub połączeniu kategorii wagowych podejmuje **Sędzia Główny w porozumieniu z Głównym Organizatorem Zawodów**.
6. Informacja o zmianach w kategoriach wagowych zostanie przekazana startującym najpóźniej w dniu 22.10.2026r.

V. CZAS WALKI

1. Kumite Senior – kobiety i mężczyźni

Eliminacje – do wyłonienia „czwórek”

- czas walki: **2 minuty**,
- dogrywka: **2 minuty – jedna dogrywka**.

Półfinały i finały

- czas walki: **3 minuty**,
- pierwsza dogrywka: **2 minuty**,
- druga dogrywka: **2 minuty**,
- różnica wagi: **3 kg** – w przypadku turnieju wagowego,
- ostatnia dogrywka: **2 minuty**.

2. Kumite Senior Masters

Eliminacje – do wyłonienia „czwórek”

- czas walki: **2 minuty**,
- dogrywka: **2 minuty – jedna dogrywka**.

Półfinały i finały

- czas walki: **2 minuty**,
- pierwsza dogrywka: **2 minuty**,
- różnica wagi: **3 kg** – w przypadku turnieju wagowego,
- ostatnia dogrywka: **2 minuty**.

Ważenie zawodników

7. Ważenie zawodników przeprowadza Sędzia Maty w obecności sekundanta, z udziałem Sędziego Technicznego lub Sędziego Głównego.
8. Zawodnik przystępuje do ważenia w **karate-gi**.
9. Wynik ważenia zostaje odnotowany w Karcie Startowej Zawodnika.

VI. ZASADY RYWALIZACJI SPORTOWEJ

1. Zawody zostaną rozegrane w oparciu o przepisy rywalizacji sportowej w Karate Kyokushin obowiązujące w ramach **Małopolskiego Okręgowego Związku Karate** oraz **Kyokushin World Federation**, z uwzględnieniem zasad określonych w niniejszym regulaminie.

1. Techniki dozwolone

Techniki ręczne

Na strefę chudan:

- seiken tsuki, mawashi uchi, uraken shita uchi, hiji.

Na strefę gedan:

- tetsui uchi, seiken tsuki, hiji.

Techniki nożne

Na strefę gedan:

- mawashi-geri, ashibarai, hizageri, kakato-geri, ushiro mawashi-geri.

Na strefę chudan:

REGULAMIN

- hiza-geri, mae-geri, yoko-geri, mawashi-geri, ushiro-geri.

Na strefę jodan:

- mawashi-geri, uchi-geri, kake-geri, kakato oroshi-geri, ushiro mawashi-geri, kaiten-geri również w wersji tobi-geri.

2. Techniki niedozwolone

Zabronione są:

1. uderzenia i kopnięcia w kręgosłup, krocze oraz stawy;
2. ataki na głowę wykonywane w sposób niekontrolowany lub z pełną siłą;
3. frontalne kopnięcia na strefę jodan, w szczególności mae-geri i hiza-geri;
4. boczne kopnięcia yoko-geri na strefę jodan;
5. techniki ręczne na strefę jodan.

3. Faule

Za faule uznaje się w szczególności:

1. chwytanie przeciwnika;
2. popychanie przeciwnika;
3. atakowanie przeciwnika odwróconego lub leżącego;
4. celowe unikanie walki;
5. ciągłe opuszczanie pola walki;
6. niestosowanie się do poleceń sędziego;
7. niesportowe zachowanie;
8. inne działania naruszające zasady bezpiecznej i sportowej rywalizacji.

4. Punktacja

Ippon

Ippon może zostać przyznany w przypadku:

1. niezdolności przeciwnika do walki po zastosowaniu dozwolonej techniki na strefę chudan lub gedan, trwającej powyżej 3 sekund;
2. utraty przez przeciwnika woli walki trwającej powyżej 3 sekund;
3. sytuacji, w której zawodnik chce kontynuować walkę po skutecznej technice na strefę chudan lub gedan do 3 sekund (waza-ari), lecz odniesione uszkodzenie ciała uniemożliwia mu bezpieczne kontynuowanie walki lub lekarz zawodów podejmuje decyzję o niedopuszczeniu zawodnika do dalszej rywalizacji;
4. poddania walki przez przeciwnika;
5. uzyskania przez zawodnika drugiego waza-ari.

Uwaga: Zawodnik nie może otrzymać bezpośrednio ippon za technikę nożną na strefę jodan. W takim przypadku możliwe jest uzyskanie ippon wyłącznie poprzez uzyskanie drugiego waza-ari.

Waza-ari

Waza-ari może zostać przyznane w przypadku:

1. niezdolności przeciwnika do walki po zastosowaniu dozwolonej techniki na strefę chudan lub jodan, trwającej do 3 sekund;
2. utraty przez przeciwnika woli walki trwającej do 3 sekund;
3. sytuacji, w której zawodnik nie został jeszcze znokautowany po dozwolonej technice, jednak widoczne jest jego znaczne osłabienie i bezpośrednie zagrożenie utratą zdolności do dalszej walki;
4. wykonania dozwolonej techniki lub kilku technik z kontaktem na strefę chudan lub gedan, bez skutecznej obrony przeciwnika, które spowodowały wyraźny efekt przewagi, w szczególności wielokrotne wychodzenie przeciwnika poza matę lub niepodejmowanie wymiany ciosów;

REGULAMIN

5. sytuacji, w której zawodnik zostaje obalony w wyniku dozwolonej, celowo i skutecznie wykonanej techniki nożnej lub ręcznej, a następnie technika zostaje wykończona bezkontaktowym seiken tsuki.

5. Hantei – decyzja sędziowska

W przypadku braku rozstrzygnięcia poprzez ippon lub waza-ari sędziowie dokonują oceny walki, uwzględniając w szczególności:

1. skuteczność zastosowanych technik;
2. liczbę celnych trafień;
3. umiejętności techniczne zawodników;
4. ducha walki;
5. przygotowanie zawodnika;
6. przewagę fizyczną.

Przy podejmowaniu decyzji remisowej uwzględnia się również nałożone na zawodników kary (genten).

6. Kary

Chui

Upomnienie zawodnika. Kara ta nie wpływa na wynik walki.

Genten Ichi

Pierwsza kara. Zawodnik nie może wygrać walki na podstawie decyzji sędziowskiej, chyba że w trakcie walki zdobędzie waza-ari lub ippon.

Genten Ni

Druga kara, skutkująca automatyczną dyskwalifikacją zawodnika (shikkaku).

7. Dyskwalifikacja

Zawodnik może zostać zdyskwalifikowany w szczególności za:

1. niestosowanie się do poleceń sędziego;
2. umyślne, niebezpieczne faule;
3. opuszczenie maty bez zgody sędziego;
4. niestawienie się do walki w czasie dłuższym niż 1 minuta;
5. wykonanie zbyt mocnego kopnięcia na strefę jodan niedozwoloną techniką;
6. brak wymaganych regulaminem ochraniaczy lub nieprawidłowy strój;
7. inne rażące naruszenia zasad bezpieczeństwa lub zasad sportowego zachowania.

8. Ochraniacze

8.1. Ochraniacze obowiązkowe

Mężczyźni – Senior

- ochraniacz krocza (suspensor);
- białe, tekstylne ochraniacze goleń–stopa.

Mężczyźni – Senior Masters

- ochraniacz krocza (suspensor);
- białe, tekstylne ochraniacze goleń–stopa;
- białe, miękkie ochraniacze na pięści (piąstkówki);
- biały kask bez kraty.

Kobiety – Senior

- ochraniacz piersi – osobne miseczki;
- białe, tekstylne ochraniacze goleń–stopa.

REGULAMIN

Kobiety – Senior Masters

- ochraniacz piersi – osobne miseczki;
- biały kask bez kraty;
- białe, tekstylne ochraniacze goleń–stopa;
- białe, miękkie ochraniacze na pięści (piąstkówki).

8.2. Ochraniacze dozwolone

Dopuszcza się stosowanie:

- ochraniacza szczęki;
- ochraniacza kolana.

8.3. Postanowienia dotyczące stroju i ochraniaczy

1. W przypadku stwierdzenia nieregulaminowego ubioru lub zastosowania nieprawidłowych ochraniaczy zawodnik otrzymuje **1 minutę** na dokonanie niezbędnych poprawek.
2. W związku z koniecznością dokonania poprawek zawodnik może otrzymać karę **Genten Ichi**.
3. Jeżeli zawodnik nie stawia się na macie w regulaminowym czasie, tj. po upływie 1 minuty, zostaje zdyskwalifikowany.
4. Owijanie kontuzji, w tym bandażowanie, jest dozwolone wyłącznie za zgodą lekarza zawodów oraz Sędziego Technicznego.
5. W wyjątkowych sytuacjach, w szczególności gdy zawodnik posiada stały aparat ortodontyczny lub wadę wzroku uniemożliwiającą mu bezpieczną rywalizację bez okularów, dopuszcza się zastosowanie kasku z kratą.
6. Ostateczna decyzja dotycząca dopuszczenia wyposażenia ochronnego zawodnika należy do Sędziego Technicznego lub Sędziego Głównego.

VII. WERYFIKACJA ZAWODNIKÓW

1. Weryfikacja zawodników oraz sprawy organizacyjne związane z udziałem w zawodach odbędą się w przeddzień zawodów, w wyznaczonym miejscu i czasie, zgodnie z komunikatem organizacyjnym oraz Planem Zawodów dostępnym na stronie Federacji Sportu Polskiej Policji w zakładce Aktualności.
2. Obecność zawodnika przed Komisją Weryfikacyjną jest obowiązkowa.
3. Weryfikację przeprowadza Komisja Weryfikacyjna w składzie minimum 2 osób,.
4. Ważenie odbywa się przy użyciu wagi dziesiętnej lub elektronicznej. Zawodnikowi przysługuje możliwość maksymalnie trzykrotnego dokonania pomiaru masy ciała.
5. Podczas weryfikacji zawodnik zobowiązany jest do:
 - potwierdzenia, że dokonał zgłoszenia oraz że została uiszczona wymagana opłata startowa;
 - okazania dokumentu potwierdzającego tożsamość – dowodu osobistego lub paszportu;
 - przedstawienie wypełnionej Karty Startowej Zawodnika
 - przedstawienia wypełnionego Oświadczenia Uczestnika;
 - spełnienia pozostałych wymagań określonych niniejszym regulaminem.
6. Komisja Weryfikacyjna odnotowuje wynik ważenia oraz pozostałe wymagane informacje w Karcie Startowej Zawodnika.
7. Karta Startowa powinna zawierać co najmniej:
 - nazwę i miejsce zawodów;
 - imię i nazwisko zawodnika;
 - stopień kyu/dan
 - datę urodzenia;
 - konkurencję;

REGULAMIN

- kategorię wiekową;
 - kategorię wagową;
 - wynik ważenia;
 - podpisy członków Komisji Weryfikacyjnej.
8. Ostateczną decyzję w sprawach spornych związanych z weryfikacją zawodnika podejmuje Sędzia Główny w porozumieniu z Organizatorem.

VIII. LOSOWANIE

1. Losowanie walk oraz kolejności startów przeprowadza Komisja Losująca po zakończeniu rejestracji zawodników, nie później niż **1 godzinę przed rozpoczęciem zawodów**.
2. Skład Komisji Losującej powołuje Sędzia Główny w porozumieniu z Organizatorem Zawodów.
3. Komisja Losująca sporządza protokół oraz listy walk (drabinki) w dwóch egzemplarzach:
 - jeden egzemplarz przeznaczony jest dla sekretariatu zawodów;
 - drugi egzemplarz przeznaczony jest do publicznej prezentacji.
4. Dopuszcza się przeprowadzenie losowania przy wykorzystaniu programu komputerowego.
5. Zawodnicy zajmujący czołowe lokaty w poprzednich zawodach tej samej rangi oraz zawodnicy reprezentujący ten sam klub lub jednostkę mogą zostać rozstawieni w drabince turniejowej w sposób ograniczający możliwość ich spotkania w pierwszych etapach rywalizacji.

IX. POSTANOWIENIA ORGANIZACYJNE

1. Zgłoszenia udziału w zawodach należy przesłać w terminie do dnia: **28.09.2026 r.** za pośrednictwem poczty elektronicznej/strony internetowej: **mundurowypuchar@gmail.com**
2. Dalsze Informacje zostaną określone w odrębnym komunikacie organizacyjnym.
3. Zgłoszenie się zawodnika do zawodów jest równoznaczne z akceptacją niniejszego regulaminu oraz zobowiązaniem do przestrzegania zasad sportowej rywalizacji i poleceń osób funkcyjnych zawodów.
4. Zawodnicy zobowiązani są do przestrzegania zasad bezpieczeństwa, kultury osobistej oraz zasad fair play.
5. W sprawach nieuregulowanych niniejszym regulaminem decyzję podejmuje Sędzia Główny w porozumieniu z Organizatorem Zawodów.
6. Organizator zastrzega sobie prawo do wprowadzenia zmian w regulaminie, jeżeli jest to konieczne z przyczyn organizacyjnych, bezpieczeństwa zawodników lub prawidłowego przeprowadzenia zawodów.
7. O istotnych zmianach regulaminu uczestnicy zostaną poinformowani przed rozpoczęciem rywalizacji.

X. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Wszystkich uczestników zawodów obowiązuje przestrzeganie zasad niniejszego regulaminu, przepisów rywalizacji sportowej oraz zasad fair play.
2. Wszelkie kwestie sporne wynikające z przebiegu rywalizacji sportowej rozstrzyga Sędzia Główny zgodnie z obowiązującymi przepisami oraz niniejszym regulaminem.
3. Decyzje Sędziego Głównego dotyczące przebiegu walk i stosowania przepisów sportowych są wiążące.
4. Organizatorzy dokładają wszelkich starań, aby zawody przebiegały w sposób bezpieczny, sprawny i zgodny z zasadami sportowej rywalizacji.
5. Niniejszy regulamin wchodzi w życie z dniem jego zatwierdzenia przez Organizatora.

REGULAMIN

44 1020 1664 0000 3802 0761 8913 - nr konta do wpłaty 20 zł/os jako opłata wpisowa na konto Federacji Sportu Polskiej Policji. (wpłaty należy dokonać z dopiskiem MFM –imię i nazwisko)

Serdecznie zapraszamy i życzymy sportowych sukcesów.

Niech moc będzie w Wami!

Osu!

Organizatorzy