



少林流空手道

## Til barn som er under 12 år den 9. mars 2019

### Velkommen til Shorin Ryu Mesterskapet 2019

Alle som er medlemmer i klubben kan delta denne dagen. For de som aldri har vært med på dette, så er dette en fin måte å bli kjent med konkurranseformen i karate på. Her vil du treffe andre medlemmer fra egen klubb og andre klubber. Du kan melde deg på i kata, i kumite eller begge deler.

**Kata:** her skal utøveren vise en kata de kan og dommer vil dømme hvem som vinner.

**For at du skal synes det er gøy, så har vi delt kamp(kumite) inn i tre grupper etter hvor erfaren du er.**

**Strekkamp** er for de yngste og helt nybegynnere som opplever at dette er litt skummelt. Her står dere med 1 meters avstand til hverandre og viser teknikker, og en dommer gir poeng.

**Rekrutt** er for de som ønsker å prøve seg litt mere. Her er det krav til hansker, legg/vrist beskytter og tannbeskyttelse, for nå beveger utøveren seg mot hverandre og viser teknikker, som må være ganske nær, men ikke treff. Her er det også dommer som gir poeng og passer på.

**Videregående** er med hansker, tannbeskytter og leggbeskyttere. Klassen er ment for barn som har vært med en stund og kanskje vært med på noen stevner før. Mest ment for barn som er 10-11 år, men en flink 9-åring med erfaring kan også melde seg på her. Her brukes vanlige WKF-regler for barn – og ikke kontakt. Det er 2-3 dommere som styrer kampen og sammen avgjør hvem som får poeng.

### **Det er premiering til alle deltakere.**

Fremmøte og registrering er fra kl **0900**

Stevnet går på 2 matter og vi starter med kata først og så kamp. Det er premiering etter hver øvelse. Vi regner med at barnedelen av stevnet er ferdig kl.1200

### **Påmelding til klubb. SKAN mesterskap**

-----

Navn: ..... Alder:.....

Kumite: Strekkamp ..... rekrutt ..... videregående.....

Kata: .....

**Betaling til klubb (kr 100,- pr barn pr klasse) ved påmelding.**