



2. Nyílt Magyar Hapkido Bajnokság 2012. május 19. - Budapest



HOSINSZUL - ÖNVÉDELEM VERSENY

Kategóriák:

- 1.kategória: 5-6-7 évesek (fokozattól függetlenül az összes)
- 2.kategória: 10-9.kup – 8-11 évesek
- 3.kategória: 8.kup – 8-11 évesek
- 4.kategória: 7-6.kup – 8-11 évesek
- 5.kategóri: 5-4.kup – 8-11 évesek
- 6.kategória: 3-1.kup – 8-11 évesek
- 7.kategória: 10-9.kup – 12-14 évesek
- 8.kategória: 8.kup – 12-14 évesek
- 9.kategória: 7-6.kup – 12-14 évesek
- 10.kategóri: 5-4.kup – 12-14 évesek
- 11.kategória: 3-1.kup – 12-14 évesek
- 12.kategória: 10-9.kup – 15-17 évesek
- 13.kategória: 8.kup – 15-17 évesek
- 14.kategória: 7-6.kup – 15-17 évesek
- 15.kategóri: 5-4.kup – 15-17 évesek
- 16.kategória: 3-1.kup – 15-17 évesek
- 17.kategória: 10-9.kup – 18 év ≤
- 18.kategória: 8.kup – 18 év ≤
- 19.kategória: 7-6.kup – 18 év ≤
- 20.kategóri: 5-4.kup – 18 év ≤
- 21.kategória: 3-1.kup – 18 év ≤
- 22.kategória: dan fokozatúak < 18 év kategória (hölgyek, fiúk egyben)
- 23.kategória: dan fokozatúak 18 év ≤ kategória (hölgyek, fiúk egyben)

Megjegyzések:

- Versenyző résztvevők: egy pár (*támadó és védekező* - utóbbi hajtja végre a technikákat)
- A résztvevők a verseny során nem cserélhetik fel a szerepeket, tehát a támadó nem lehet egyes technikák végrehajtása során védekező, és viszont.
- A technikákat egyesével, felszólításra kell bemutatni.
- A kategóriában a dobogós helyezetteknél mindkét résztvevő díjazva lesz!
- A támadó lehet magasabb, vagy alacsonyabb fokozatú is, mint a védő.
- A technikákat a versenyzők bírói felszólításra egymás után mutatják be.

A kor alapján kialakított kategóriákon belül, övfokozat szerinti kategóriák:

	BEMUTATANDÓ TECHNIKÁK	TECHNIKÁK SZÁMA
	5-7 évesek és a 10-9. kup	
	<p style="text-align: center;">Azonos oldali csuklófogás elleni védekezések</p> <p>5 db támadás – 5 db védekező technika (csukló, nincs kereszt- vagy oldalfogás, csak azonos oldal szemből) Védekezés: 2 csapás, 2 feszítés, 1 dobás</p>	5
	8. kup	
	<p style="text-align: center;">Azonos oldali csuklófogás elleni védekezések</p> <p>5 db támadás – 5 db védekező technika (csukló, nincs kereszt- vagy oldalfogás, csak azonos oldal szemből) Védekezés: 1 csapás, 2 feszítés, 2 dobás</p>	5
	7-6. kup	
	<p style="text-align: center;">Ruhafogás, megragadás, lefogás elleni védekezések</p> <p>3 db támadás előlről – 2 db támadás hátulról</p> <p style="margin-left: 20px;">- 5 db szabadon választott technika (feszítés vagy dobás)</p>	5
	5-4. kup	
	<p style="text-align: center;">Ütések elleni védekezés</p> <p>8 db támadás (egyenes ütés fejre) – 8 db védekező technika. Védekezések: 2 db csapás - 2 db feszítés – 2 db dobás – 2 db rúgás</p>	8
	3-1. kup	
	<p style="text-align: center;">Rúgások elleni védekezés</p> <p><i>Oldalrúgás gyomorra elleni védekezés:</i> 1 db csapás – 1 db feszítés – 1 db dobás – 1 db rúgás</p> <p><i>Köríves rúgás fejre elleni védekezés:</i> 1 db csapás – 1 db feszítés – 1 db dobás – 1 db rúgás</p>	8
	Dan fokozatúak	
	<p style="text-align: center;">Kés szúrás elleni védekezés és rövid botos védekezés 5 különböző késes támadás</p> <p style="text-align: center;"><u>1 szúrás egyenesen</u> (védekezés szabadon választott, csapás, feszítés, dobás vagy rúgás)</p> <p style="text-align: center;"><u>1 szúrás kinntről befelé</u> (védekezés szabadon választott, csapás, feszítés, dobás vagy rúgás)</p> <p style="text-align: center;"><u>1 szúrás bennről kifelé</u> (védekezés szabadon választott, csapás, feszítés, dobás vagy rúgás)</p> <p style="text-align: center;"><u>1 szúrás fenntől lefelé</u> (védekezés szabadon választott, csapás, feszítés, dobás vagy rúgás)</p>	8

	<p><u>1 szúrás kombináció</u> (védekezés szabadon választott, csapás, feszítés, dobás vagy rúgás)</p> <p>3 darab rövidbotos védekezés</p> <p><u>1 db védekezés ököl ütés fejre ellen</u> (vagy feszítés vagy dobás)</p> <p><u>1 db védekezés oldalrúgás gyomorra ellen</u> (vagy feszítés vagy dobás)</p> <p><u>1 db védekezés azonos oldali csuklómegragadás ellen</u> (a rövid bot a megragadott kézben van!) (vagy feszítés vagy dobás)</p>	
--	---	--

A technikák kombinálása NEM megengedett! Vagyis a védekezés után, csak a támadó földön való rögzítése engedélyezett, több technika bemutatása és kombinálása a rögzítés előtt NEM! (Az önvédelmi technika végén ütéssel, rúgással, földön történő rögzítéssel ártalmatlanítani kell a támadót.)

Részvevők számától függően 2 vagy 3-pár versenyzik egyszerre és a győztes tovább jut a következő fordulóba.

DÍJAK:

A kategóriák, osztályok első három helyezettje érmet kap: az első helyezettek aranyérmet, a másodikok ezüstöt, a harmadik helyezettek pedig bronzérmet

ÉRTÉKELÉS:

- a technika folyamatossága
- a technika befejezése (ütés, rúgás, rögzítés)
- gyorsaság, dinamika, erő
- kiap