



CUPA SHO-DAN TIMIȘOARA

Ediția a XIII-a

Kata-Kumite, Kihon, Kumite Manechin și Kata-Kumite Echipe

Data: Duminică, 27.09.2026 — sportivi până la 14 ani

Locul: Sala polivalentă a Comunei Giroc, U.M.

Organizator: C.S. Sho-Dan Karate Timișoara

Regulament: IKU

Ora: 9:00 - ședința tehnică;
9:30 - începerea concursului;
13:00 - pauză de masă

Obiective: - selecția copiilor pentru înaltă performanță;
- promovarea karate-ului în județul Timiș.

Premii: - medalii și diplome pentru câștigători, loc I-III (2 locuri III)
- diplome de participare pentru toți concurenții
- primele patru cluburi clasate vor primi cupe

Taxa de participare: - 150 RON o probă individuală
- 200 RON două probe
- 250 RON trei probe
- taxă echipă: 150 RON

Înscrierile la: TRIPA ANDREI 📞 0770 850 322 ✉ tripa.ioan.andrei@gmail.com

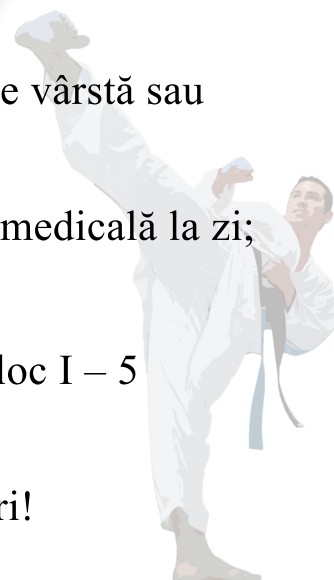
Data-limită pentru înscrieri: 20.09.2026





Reguli:

- Se ia în considerare vârsta împlinită în ziua competiției;
- Un sportiv se poate înscrie în categoria corespunzătoare vârstei, gradului și greutatei, într-o categorie de vârstă superioară, respectiv în categoria de OPEN corespunzătoare vârstei;
- Se acordă două locuri III;
- Se pot depune contestații în scris, achitând o taxă de 200 RON la comisia de organizare. În cazul în care contestația se aprobă, taxa va fi restituită. Nu se admit contestații fără probă video!
- Fiecare club trebuie să dețină centuri roșii-albastre, mănuși seiken roșu-albastru.
- Proteza dentară sau casca este obligatorie la toți sportivii pentru kumite, și protecție sâni fete peste 12 ani. Suspensorul inghinal și protecția de piept sunt recomandate.
- Organizatorul își rezervă dreptul de a modifica categoriile de vârstă sau kilograme în funcție de numărul participanților;
- Toți competitorii trebuie să aibă legitimația sportivă și viza medicală la zi;
- În ziua competiției nu se mai fac înscrieri!
- Cel mai bun club se va stabili pe baza medaliilor câștigate (loc I – 5 puncte, loc II – 3 puncte, loc III – 1 punct);
- Organizatorul nu răspunde de eventualele pierderi sau furturi!





	CATEGORIE	ANI		KATA F+M	KU F	KU M
1	COPII 1	4-5	4-6 neîmpliniți	A/B	-20/+20	-20/+20
2	COPII 2	6-7	6-8 neîmpliniți	A/B	-20/-25/-30/-35/+35	-20/-25/-30/-35/-40/+40
3	COPII 3	8-9	8-10 neîmpliniți	A/B/C	-30/-35/-40/+40	-30/-35/-40/-45/+45
4	COPII 4	10-11	10-12 neîmpliniți	A/B/C/D	-34/-37/-42/+42	-35/-40/-45/-50/+50
5	MINICADEȚI	12-13	12-14 neîmpliniți	A/B/C/D	-42/-47/+47	-45/-50/-55/-60/+60

A = 10 – 9 KYU (amatori: albă, albă cu o tresă)

B = 8 – 7 KYU (începători: galbenă, portocalie)

C = 6 – 4 KYU (avansați: verde, albastră, violet)

D = 3 KYU – DAN (maestri: maro, neagră)

KIHON:

- 4-5 ani open
- 6-7 ani open
- 8-9 ani - 10 kyu-9kyu - 8 kyu-7kyu
- 10-11 ani - 10kyu-9kyu - 8kyu-7kyu
- 12-13 ani - 10kyu-9kyu - 8kyu-7kyu

KIHON:

- GRUPA A (10 - 9 kyu): OI ZUKI la 3 pași cu kiai, mawate, 3 pași kiai, mawate.
- GRUPA B (8 - 7 kyu): AGE UKE sau MAE GERI (jodan sau chudan, la alegerea sportivului) la 3 pași cu kiai, mawate, 3 pași kiai, mawate.

KUMITE MANECHIN:

- până la vârsta de 11 ani inclusiv, timp de execuție: 15 secunde;
- GRUPA A (10-9 kyu)
- GRUPA B (8-7 kyu)

ECHIPE - TEAM: - KATA + KUMITE

	CATEGORIE	VÂRSTA	KATA F+M	KUMITE F+M
1	COPII 1	4-6	OPEN	OPEN
2	COPII 2	7-9	OPEN	OPEN
3	COPII 3	10-11	OPEN	OPEN
4	MINICADEȚI	12-13	OPEN	OPEN



Tabel de participare Cupa SHO-DAN Timișoara

Club: _____

Adresa / tel. _____

Antrenor / instructor: _____

Arbitru: _____

Nr.	Nume și prenume	Data nașterii / vârstă	Grad	Sex	Individual			Kumite Man.	Greutate exactă
					Kata	Kumite	Kihon		
1.									
2.									
3.									
4.									
5.									
6.									
7.									
8.									
9.									
10.									
11.									
12.									
13.									
14.									
15.									
16.									
17.									
18.									
19.									
20.									