



SYC und CS Saison 2007 – 2008

Kategorie Juniors 1

9 – 10 Jahre alt (1998 – 1997) Mädchen und Knaben

Folge von 4 bestimmten Atémis : die 4 ersten Atémis von Keli Goho, auf beiden Seiten, Atémi pro Atémi, mit dem hinteren Bein.

Landoli Kombo – Kombo 2 x 45 Sek.

Landoli Kombo – Kombo (falls Ausgleich) 2 x 30 Sek.

Falls immer noch Ausgleich : **1. Anschlag** (freie Auslage)

Kategorie Juniors 2

11 – 12 Jahre alt (1996 – 1995) Mädchen und Knaben

Folge von 8 bestimmten Atémis : Tzuki, Mawashi Tzuki, Ulaken und die 5 Atémis von Keli Goho. Die Fäustschläge mit dem Vorderarm und die Fussschläge mit dem Hinterbein. Auf beiden Seiten, Atémi pro Atémi.

Landoli Tambo – Tambo (klein von 50 cm) 2 x 45 Sek.

Landoli Tambo – Tambo (klein von 50cm, falls Ausgleich) 2 x 30 Sek.

Falls immer noch Ausgleich : **1. Anschlag** (freie Auslage)

Kategorie Juniors 3

13 – 14 Jahre alt (1994 – 1993) Mädchen und Knaben

Happoken Nidan (ganz, Atémi pro Atémi)

Landoli Tambo – Tambo 2 x 45 Sek.

Landoli Tambo – Tambo (falls Ausgleich) 2 x 30 Sek.

Falls immer noch Ausgleich : **1. Anschlag** (freie Auslage)

Kategorie Juniors 4

15 – 17 Jahre alt (1992 – 1990) Mädchen und Knaben

Happoken Nidan (ganz)

Landoli Tchôbo – Tchôbo 2 x 45 Sek.

Landoli Tchôbo – Tchôbo (falls Ausgleich) 2 x 30 Sek.

Falls immer noch Ausgleich : **1. Anschlag** (freie Auslage)

Kategorie Erwachsene

(per Gewicht, Männer und Frauen getrennt)

Happoken Nidan

Emono Landoli (Auslösung der Waffen) 2 x 1 Min.

Sude Landoli 2 Min.

Emono Sude Landoli (falls Ausgleich) 2 x 1 Min.

Bei den **Erwachsene, Kata** : Sieg = 3 Punkte, Ausgleich = 1 Punkt.

Bei den **Erwachsene**, falls 4 Punkte / 1 Punkt nach den 2 ersten Atémis, der Sude Landoli wird trotzdem gemacht.

Man fängt an mit dem Kata oder die Folge von bestimmten Atémis (gemäss Kategorie).

Die **Junior** Kategorie : ohne Tatamis. Erwachsene : mit Tatamis.

Junior Ausrüstung : Faustschutz, Helm, Tiefschutz, ohne Panzer.

Erwachsene Ausrüstung : Fuss- und Schienbeinschutz, Faustschutz, Helm, Tiefschutz, Panzer.

Die Katas und folge von Atémis sind wie folgt **ausgewertet**:

- 1) Morphologische Korrekte Bewegung.
- 2) Schwung der Kräfte mit Bewegung der Hüften (hin und zurück).
- 3) Schutz.

Diese 3 Kriterien sind für alle Kategorien gültig.

Einschreibungen : Vor- Einschreibungen innert bestimmten Fristen, gemäss Anmeldeformular (für die Organisation und Zeittabelle). Definitiven Einschreibungen vor Ort, gemäss Zeittabelle, die gemäss den Vor-Einschreibungen gemacht und zugesandt sein wird.