



# CS OKINAWA

Str. Estacadei Nr. 15; Sector 6; BUCURESTI  
Nr. inreg. Reg. National: 2672/A/2004;  
C.U.I. 17012670

Tel : 0766.243.546  
Fax: 0720.777.575  
E-mail: okinawabucuresti@gmail.com

## A SAPTEA EDITIE CUPA OKINAWA BUCURESTI INVITATIE

Dragi colegi,

In data de 30 martie 2024, avem placerea sa va invitam la cea de a saptea editie a Cupei Okinawa Bucuresti.

Acest eveniment sportiv, este o competitie de traditie a Federatiei Romane de Karate, menita sa promoveze karate-ul si sa verifice nivelul de pregatire al sportivilor ce urmeaza sa participe la campionatele nationale si internationale.

Gazda primitoare va fi Sala Polivalenta din Complexul Olimpic – Izvorani.

Va invitam sa luati parte la acest eveniment si sa va bucurati alaturi de ceilalti sportivi si antrenori.

Mult succes!

**Leonard Baloi**  
Presedinte,

**C.S. Okinawa Bucuresti**

# PROGRAM

## Scopul competitiei:

- promovarea karate-ului ca sport de masa si verificarea nivelului de pregatire al sportivilor ce urmeaza sa participe la campionatele nationale si internationale.

## Locul de desfasurare:

- Sala Polivalenta din Complexul Olimpic – Izvorani

## Organizatori:

- Clubul Sportiv Okinawa Bucuresti

## Parteneri:

- Federatia Romana de Karate;
- COSR.

## Data competitiei:

**- 30 martie 2024**

## Programul competitiei:

- ora 08.00 – 08.30 – inscrierea sportivilor, efectuarea cantarului oficial – pe cluburi;
- ora 08.30 – 09.00 – sedinta tehnica cu antrenorii si arbitrii;
- ora 09.00 – 13.00 – traseu, deplasari(kihon) si makiwara feminin si masculin: 5 ani, 6 ani, 7 ani, 8 ani, 9 ani, 10 ani;
  - kata individual feminin si masculin, incepatori si avansati:
    - 6 ani, copii I, copii II, copii III;
  - kata echipe minicadeti, cadeti, juniori si seniori;
  - kumite non-stop feminin si masculin: - copii I, copii II; copii III.
- ora 13.00 – 13.30 – deschiderea oficiala a competitiei;
- ora 13.30 – 21.00 – kumite individual feminin si masculin
  - **OPEN JUNIORI**
  - **OPEN SENIORI**
  - kata individual feminin si masculin: minicadeti, cadeti, juniori si seniori;
  - kumite individual feminin si masculin: toate categoriile;
  - kumite echipe feminin si masculin: cadeti, juniori, seniori.
- ora 21.00 – 21.30 – clasamentul pe cluburi si inchiderea competitiei

**Sambata 30 martie 2024**

Festivitatea de premiere se va efectua pe tot parcursul concursului.

\* Programul poate suferi modificari, care vor fi anuntate in timp util participantilor!

## Conditii de participare:

- înscrierea sportivilor se va face până cel tarziu in data de **24.03.2024 ora 24.00** prin platforma [karateprograms.com](http://karateprograms.com)
- **drept de participare au toate structurile sportive afiliate în cadrul F.R.Karate. Sportivii vor avea asupra lor legitimația sportivă cu viza anuală, viza medicală valabilă și asigurarea de accidente pe timpul competiției, cardul de sportiv pe anul in curs;**
- **acord parental, formular, stare de sanatate;**
- sportivii vor purta echipament omologat F.R.Karate;
- organizatorul competitiei nu este si nu poate fi facut raspunzator de eventualele accidentari suferite de sportivi sau insotitorii acestora pe toata durata desfasurarii competitiei;

## **Taxa de participare:**

### **Individual:**

- 160 lei / sportiv / proba;
- 140 lei / sportiv / de la doua proba;

### **Echipe:**

- 280 lei / kata echipe.

## **Contestatii:**

- se vor depune in scris la organizator, imediat dupa terminarea probei de concurs insotita de proba video;
- taxa de contestatie este de 300 lei.

## **Categoriile de varsta si greutate pe probe:**

### **Traseu:** - categorii de cate 4 sportivi:

- masculin: 5 ani; 6 ani; 7 ani; 8 ani; 9 ani; 10 ani;
- feminin: 5 ani; 6 ani; 7 ani; 8 ani; 9 ani; 10 ani.

### **Deplasari (Kihon):** - categorii de cate 4 sportivi:

- masculin: 5 ani; 6 ani; 7 ani; 8 ani; 9 ani; 10 ani;
- feminin: 5 ani; 6 ani; 7 ani; 8 ani; 9 ani; 10 ani.

### **Makiwara – Joc tehnic:** - categorii de cate 4 sportivi:

#### **Copii I A:**

- categorii de varsta: 05 – 06 ani impliniti la data concursului
- categorii de greutate:
  - feminin: -20 kg / - 25 kg / +25 kg
  - masculin: -20 kg / - 25 kg / +25 kg
- durata efectiva a luptei: 40 secunde
- grad minim recomandat: 6 kyu – centura alba

#### **Copii I B:**

- categorii de varsta: 06 – 07 ani impliniti la data concursului
- categorii de greutate:
  - feminin: -20 kg / -25 kg / -30 kg / -35 kg / + 35 kg
  - masculin: -20 kg / -25 kg / -30 kg / -35 kg / + 35 kg
- durata efectiva a luptei: 40 secunde
- grad minim recomandat: 5 kyu – centura galbena.

#### **Copii II:**

- categorii de varsta: 08 – 09 ani impliniti la data concursului
- categorii de greutate:
  - feminin: -25 kg / -30 kg / -35 kg / -40 kg / + 40 kg
  - masculin: -25 kg / -30 kg / -35 kg / -40 kg / + 40 kg
- durata efectiva a luptei: 40 secunde
- grad minim recomandat: 5 kyu – centura galbena.

#### **Copii III:**

- categorii de varsta: 10 – 11 ani impliniti la data concursului
- categorii de greutate:
  - feminin: -30 kg / -35 kg / -40 kg / -45 kg / +45 kg
  - masculin: -30 kg / -35 kg / -40 kg / -45 kg / +45 kg
- durata efectiva a luptei: 40 secunde
- grad minim recomandat: 5 kyu – centura galbena.

**Kata individual, feminin si masculin: -incepatori, avansati**

– incepatori – categorii de cate 4 sportivi: - doar kata incepatori;

**Copii I, Copii II, Copii III, Minicadeti, Cadeti:**

**NOTA:**

KATA incepatori: (Kihon 1-3; Kihon Dosa 1-6; Taikyoku 1-6; Juni no Kata; Ten No Kata; Chi No Kata; Gekisai Dai 1-3, Gekisai Sho; Heian 1-5, Shinsei 1-2, Saifa, Naifanchin)

– avansati.

**Copii I, Copii II, Copii III, Minicadeti, Cadeti, Juniori, U21, Seniori.**

**Kata echipe, feminin si masculin:**

**Copii I, Copii II, Copii III, Minicadeti, Cadeti, Juniori, U21, Seniori.**

**Kumite Non-Stop:**

**- proba in care sportivii nu se ating si sunt permise toate tehnicile de kumite.**

**Copii I:**

- categorii de varsta: 06 – 07 ani impliniti la data concursului
- categorii de greutate:
  - feminin: -20 kg / -25 kg / -30 kg / -35 kg / + 35 kg
  - masculin: -20 kg / -25 kg / -30 kg / -35 kg / + 35 kg
- durata efectiva a luptei: 1 minut
- grad minim recomandat: 5 kyu – centura galbena.

**Copii II:**

- categorii de varsta: 08 – 09 ani impliniti la data concursului
- categorii de greutate:
  - feminin: -25 kg / -30 kg / -35 kg / -40 kg / + 40 kg
  - masculin: -25 kg / -30 kg / -35 kg / -40 kg / + 40 kg
- durata efectiva a luptei: 1 minut
- grad minim recomandat: 5 kyu – centura galbena.

**Copii III:**

- categorii de varsta: 10 – 11 ani impliniti la data concursului
- categorii de greutate:
  - feminin: -30 kg / -35 kg / -40 kg / -45 kg / +45 kg
  - masculin: -30 kg / -35 kg / -40 kg / -45 kg / +45 kg
- durata efectiva a luptei: 1 minut
- grad minim recomandat: 5 kyu – centura galbena

**Minicadeti:**

- categorii de varsta : 12 – 13 ani impliniti la data concursului
- categorii de greutate:
  - feminin: -42 kg / -47 kg / -52 kg / +52 kg
  - masculin: -40 kg / -45 kg / -50 kg / -55 kg / +55 kg
- durata efectiva a luptei: 1,30 minute
- grad minim recomandat : 4 kyu – centura portocalie

**Kumite individual WKF, feminin si masculin:**

- incepatori ( C II, C III, MCD, CD);
- avansati ( C II, C III, MCD, CD, J, U21, S)

**Copii II: - incepatori si avansati**

- categorii de varsta: 08 – 09 ani impliniti la data concursului
- categorii de greutate:
  - feminin: -25 kg / -30 kg / -35 kg / -40 kg / +40 kg
  - masculin: -25 kg / -30 kg / -35 kg / -40 kg / +40 kg
- durata efectiva a luptei: 1 minut
- grad minim recomandat: 5 kyu – centura galbena

**Copii III: - incepatori si avansati**

- categorii de varsta: 10 – 11 ani impliniti la data concursului
- categorii de greutate:
  - feminin: -30 kg / -35 kg / -40 kg / -45 kg / +45 kg
  - masculin: -30 kg / -35 kg / -40 kg / -45 kg / +45 kg
- durata efectiva a luptei: 1,30 minute
- grad minim recomandat: 5 kyu – centura galbena

**Minicadeti: - incepatori si avansati**

- categorii de varsta : 12 – 13 ani impliniti la data concursului
- categorii de greutate:
  - feminin: -42 kg / -47 kg / -52 kg / +52 kg
  - masculin: -40 kg / -45 kg / -50 kg / -55 kg / +55 kg
- durata efectiva a luptei: 1,30 minute
- grad minim recomandat : 4 kyu – centura portocalie

**Cadeti: - incepatori si avansati**

- categorii de varsta : 14 – 15 ani impliniti la data concursului
- categorii de greutate:
  - feminin: -47 kg / -54 kg / -61 kg / +61 kg
  - masculin: -52 kg / -57 kg / -63 kg / -70 kg / +70 kg
- durata efectiva a luptei: 2 minute
- grad minim recomandat : 3 kyu – centura verde

**Juniori: - avansati**

- categorii de varsta: 16 – 17 ani impliniti la data concursului
- categorii de greutate:
  - feminin: - 48 kg / -53 kg / - 59 kg / -66 kg / +66 kg
  - masculin: -55 kg / -61 kg / -68 kg / -76 kg / + 76 kg
- durata efectiva a luptei: 2 minute
- grad minim recomandat : 2 kyu – centura albastra

**U 21: - avansati**

- categorii de varsta: 18 – 20 ani impliniti la data concursului
- categorii de greutate:
  - feminin: - 50 kg / -55 kg / -61 kg / - 68 kg / + 68 kg
  - masculin: -60 kg / -67kg / - 75 kg / -84 kg / +84 kg
- durata efectiva a luptei: 3 minute feminin si 3 minute masculin
- grad minim recomandat : 2 kyu – centura albastra

**Seniori: - avansati**

- categorii de varsta: + 18 ani
- categorii de greutate:
  - feminin: - 50 kg / -55 kg / -61 kg / - 68 kg / + 68 kg
  - masculin: -60 kg / -67kg / - 75 kg / -84 kg / +84 kg
- durata efectiva a luptei: 3 minute feminin si 3 minute masculin
- grad minim recomandat : 1 kyu – centura maron

**Kumite individual Shobu- Ippon, feminin si masculin:****- incepatori (C2, C3, MCD, CD)****- avansati (C2, C3, MCD, CD, J, U21, S)****Copii II:**

- categorii de varsta: 08 – 09 ani impliniti la data concursului
- categorii de greutate:
  - feminin: -25 kg / -30 kg / -35 kg / -40 kg / +40 kg
  - masculin: -25 kg / -30 kg / -35 kg / -40 kg / +40 kg
- durata efectiva a luptei: 1 minut
- grad minim recomandat: 5 kyu – centura galbena

**Copii III:**

- categorii de varsta: 10 – 11 ani impliniti la data concursului
- categorii de greutate:
  - feminin: -30 kg / -35 kg / -40 kg / -45 kg / +45 kg
  - masculin: -30 kg / -35 kg / -40 kg / -45 kg / +45 kg
- durata efectiva a luptei: 1,30 minute
- grad minim recomandat: 5 kyu – centura galbena

**Minicadeti:**

- categorii de varsta : 12 – 13 ani impliniti la data concursului
- categorii de greutate:
  - feminin: -42 kg / -47 kg / -52 kg / +52 kg
  - masculin: -40 kg / -45 kg / -50 kg / -55 kg / +55 kg
- durata efectiva a luptei: 1,30 minute
- grad minim recomandat : 4 kyu – centura portocalie

**Cadeti:**

- categorii de varsta : 14 – 15 ani impliniti la data concursului
- categorii de greutate:
  - feminin: -47 kg / -54 kg / -61 kg / +61 kg
  - masculin: -52 kg / -57 kg / -63 kg / -70 kg / + 70 kg
- durata efectiva a luptei: 2 minute
- grad minim recomandat : 3 kyu – centura verde

**Juniori:**

- categorii de varsta: 16 – 17 ani impliniti la data concursului
- categorii de greutate:
  - feminin: - 48 kg / -53 kg / - 59 kg / -66 kg / +66 kg
  - masculin: -55 kg / -61 kg / -68 kg / -76 kg / + 76 kg
- durata efectiva a luptei: 2 minute
- grad minim recomandat : 2 kyu – centura albastra

## U 21:

- categorii de varsta: 18 – 20 ani impliniti la data concursului
- categorii de greutate:
  - feminin: - 50 kg / -55 kg / -61 kg / - 68 kg / + 68 kg
  - masculin: -60 kg / -67kg / - 75 kg / -84 kg / +84 kg
- durata efectiva a luptei: 3 minute feminin si 3 minute masculin
- grad minim recomandat : 2 kyu – centura albastra

## Seniori:

- categorii de varsta: + 18 ani
- categorii de greutate:
  - feminin: - 50 kg / -55 kg / -61 kg / - 68 kg / + 68 kg
  - masculin: -60 kg / -67kg / - 75 kg / -84 kg / +84 kg
- durata efectiva a luptei: 3 minute feminin si 3 minute masculin
- **grad minim recomandat : 1 kyu – centura maron**

## Kumite echipe WKF, feminin si masculin:

### **- avansati (MCD, CD, J, U21, S)**

**Minicadeti:**– categorii de varsta : 12 – 13 ani impliniti la data concursului

**Cadeti** – categorii de varsta : 14 – 15 ani impliniti la data concursului

**Juniori:**– categorii de varsta: 16 – 17 ani impliniti la data concursului

**Seniori:** – categorii de varsta: + 18 ani

## Kumite OPEN, feminin si masculin:

### **Seniori\*:**

- categorii de varsta : + 18 ani impliniti la data concursului;
- categorii de greutate
  - feminin: OPEN
  - masculin: OPEN
- durata efectiva a luptei: 3 minute
- grad minim recomandat : 2 kyu – centura albastra

**\* Ultimii patru concurenti vor lupta stil turneu.**

## Kumite OPEN, feminin si masculin :

### **Juniori \*:**

- categorii de varsta : 15 – 17 ani impliniti la data concursului;
- categorii de greutate
  - feminin: OPEN
  - masculin: OPEN
- durata efectiva a luptei: 2 minute
- grad minim recomandat : 2 kyu – centura albastra

**\* Ultimii patru concurenti vor lupta stil turneu.**

**\*\*Castigatorii categoriilor OPEN, li se vor acorda PREMII**

**Brigada de arbitrii:**

- va fi desemnata de catre Comisia Nationala a Arbitrilor;
- regulamentul de arbitraj va fi WKF
- arbitrii vor beneficia de transport, cazare, masa si barem de arbitraj;

**Cazare:**

- cluburile care doresc cazare pot face rezervari la email [cupaokinawa@gmail.com](mailto:cupaokinawa@gmail.com) unde va trebui specificat numele persoanelor, calitatea in delegatie si perioada. Cazarea se va face in functie de numarul de locuri disponibile.

**Catering:**

- cluburile care doresc catering pentru sportivi în timpul competitiei, pot face comanda, cu numărul de porții solicitate, cu două zile înainte de începerea competiției, prin organizator, la numerele de telefon 0720.777.575 sau 0766.243.546 – Leonard Baloi. Prețul unui meniu de prânz este de aproximativ 45 lei / persoană.

**Se vor acorda 4 locuri pentru sportivi, dupa cum urmeaza:**

- Locul I – diploma, medalie de aur si trofeu
- Locul II – diploma si medalie de argint
- Locul III – diploma si medalie de bronz
- Locul III – diploma si medalie de bronz

**La clasamentul pe cluburi se vor acorda 4 cupe, dupa urmatoarele criterii:**

- medalia de aur – 5 puncte
- medalia de argint – 3 puncte
- medalia de bronz – 1 punct

**Observatii:**

- in functie de numarul de participanti inscrisi exista posibilitatea ca programul competitie sa fie modificat.
- categoriile care nu vor avea suficienti sportivi inscrisi pot fi comasate.

**Pentru informatii suplimentare ne puteti contacta telefonic la 0720.777.575 sau 0766.243.546**