# **Regler til Roskilde Cup 2025**

**Hvad**

Roskilde Cup 2025 afholdes som et samlet kata- og kumitestævne for karateka med ***ingen eller lidt*** stævneerfaring og for grader op til og med 3. kyu og til og med 1. mon. Dette gælder også for stævneerfaring fra anden kampsport.

Klasserne er vejledende. Endelig opdeling i klasser sker først, når vi har fået tilmeldingerne – og altså på baggrund af de data, som klubberne fremsender, herunder alder, grad, højde og vægt. På den måde har vi bedst mulighed for at inddele kæmperne i passende og rimelige klasser og puljer. Der tilstræbes at alle deltagere i kumite får 2-5 kampe. Er der for mange eller for få i en kategori, kan puljer, bedst af 3 eller lignende tages i anvendelse.

***Arrangørerne forbeholder sig ret til at afvise deltagere, hvis data, herunder vægt ved indtjekning afviger markant fra det oplyste, eller hvis en kæmper udviser ualmindelig stor kamperfaring. Vi opfordrer til fair play og god sportslig optræden.***

**Kata**

Der afholdes katakonkurrencer i kategorierne individuel og team.

**Individuel konkurrence:**

Der afholdes konkurrencer for mon- og kyugrader. I begge tilfælde er deltagerne i udgangspunktet opdelt i 10.-7. kyu/mon samt 6.-3. kyu og 6.-1. mon.

I indledende runder viser man en af de angivne kata valgt ved lodtrækning. Fra og med semifinaler viser man en selvvalgt kata blandt de angivne, og man må gerne lave samme kata flere gange

**10.-7. kyu:**  
Indledende runder: Taikyoku I + II  
Fra og med semifinaler: Taikyoku III, Pinan I + II

**6.-3. kyu:**   
Indledende runder: Taikyoku I + III, Pinan I  
Fra og med semifinaler: Pinan II + III + IV

**10.-7. Mon:**

Indledende runder: Taikyoku I + II

Fra og med semifinaler: Taikyoku I + II + III

**6.+ Mon:**

Indledende runder: Taikyoku III + Pinan I + II

Fra og med semifinaler: Pinan I – V

**Teamkonkurrence**

Da vi ønsker at fremme deltagelse i teamkata, er denne kategori åben for alle over 9 år og alle grader. I alle runder vælger teamet selv hvilken kata, de vil udføre. Kata vægtes ens, så der er dermed ikke en fordel ved at vælge en højere kata.

**Kumite**

**Kamptid:**

* For kæmpere under 18 kæmpes 1.5 minutter med én mulig forlængelse på 1 minut
* For kæmpere over 18 kæmpes 2 minutter med én mulig forlængelse på 1.5 minut

**Kamp opdeles i følgende klasser**

* Drenge- og pigeklasse fødeår 2012-2016 med vest (under / over 6. kyu) \*
* Drenge- og pigeklasse fødeår 2007-2011 med vest (under / over 6. kyu) \*
* Drenge- og pigeklasse fødeår 2009-2010 uden vest \*\*
* Drenge- og pigeklasse fødeår 2007-2008 uden vest \*\*.
* Dame- og herreklasse (under / over 6. kyu) \*\*\*

\* Der kæmpes efter semi-kontakt regler. Obligatorisk beskyttelse: hjelm med visir, vest, skinnebensbeskytter, knæbeskytter og skridtbeskytter (uanset køn). Erfaringsniveau: Maksimalt deltaget i 5 stævner og Ingen EM/U21 eller knockdown stævner. Stævner i anden kampsport tæller med i de 5.

\*\* Der kæmpes som modereret knock-down, hvilket vil sige uden vest, med lårspark. Obligatorisk beskyttelse: hjelm med visir, skinnebensbeskytter, knæbeskytter, skridtbeskytter (uanset køn) samt brystbeskytter af cup-typen i pige- og dameklasser. Erfaringsniveau: Ingen deltagelse i EM/U21 og knockdown stævner.

\*\*\* Der kæmpes som modereret knock-down, hvilket vil sige uden vest, med lårspark. Obligatorisk beskyttelse: hjelm med visir eller hjelm og tandbeskytter, skinnebensbeskytter, knæbeskytter, skridtbeskytter (uanset køn) samt brystbeskytter af cup-typen i pige- og dameklasser. Erfaringsniveau: Maksimalt deltaget i 5 stævner og ingen deltagelse i EM/U21 og knockdown stævner. Stævner i anden kampsport tæller med i de 5.

Et billede, der indeholder sport, mængde

Automatisk genereret beskrivelse