



## “BUDO KAUSS 2018”

(Body contact; kick-light)

## “BUDO KAUSS Kids 2018”

Rīkošanas datums	<b>2018. gada 08.decembrī</b>
Organizatori	Cīņu mākslu centrs „Budo” sadarbība ar Latvijas kikkboksinga Federāciju un A.R. Sporta studiju Mob.talr. +371 26359633
Vieta	<b>A.R. Sporta studija, Dēļu iela 4d, Rīga</b>
Reģistrācija un svēršana	“Budo Kauss Kids” 2018. gada 08.decembrī plkst 09:00-09:40, A.R. Sporta studijā, Dēļu ielā 4d, Rīgā  “Budo Kauss 2018” 2018. gada 08.decembrī plkst. 10:00-11:00, A.R. Sporta studijā, Dēļu ielā 4d, Rīgā
Izloze	2018. gada 08.decembrī plkst. 11:00-11:30, A.R. Sporta studijā, Dēļu ielā 4d, Rīgā
Tiesnešu seminārs	2017. gada 03.decembrī plkst. 11:30-12:00, A.R. Sporta studijā, Dēļu ielā 4d, Rīgā
Programma	2017. gada 08.decembrī: „Budo Kauss Kids” sacensību sākums <b>plkst. 10:00</b> (pielikums Nr.1 – Nolikums) „Budo Kuss 2018” sacensību sākums <b>plkst. 12:00</b> (priekšsacīkstes, pusfināli) <b>15:00</b> fināli
Apbalvošana	Uzvarētāji saņem medaļas un diplomus, dāvanas
Divīzijas un reglaments	<b>Body contact/Kick-light</b> <b>6-7 g. (zēni/meitenes):</b> 2 x 1 min. -20 kg, -25 kg, -30 kg, -35 kg, +35 kg  <b>8-9 g. (zēni/meitenes):</b> 2 x 1 min. -20kg,-25kg, -30kg, -35kg, -40kg, +40kg;  <b>10-11 g. (zēni/meitenes):</b> 2 x 1,5 min. - 25 kg, -30 kg, -35 kg, -40 kg, +40 kg.  <b>12-13 g. (zēni/meitenes):</b> 2 x 1,5 min. -30 kg, -35 kg, -40 kg, -45 kg, -50 kg, +50 kg  <b>14-15 g. (zēni):</b> 2 x 2 min. -35 kg, -40 kg, -45 kg, -50 kg, -55 kg, -60 kg, -65 kg, +65 kg <b>Meitenes:</b> 2 x 2 min. -37 kg, -42kg, -46kg, -50kg, -55kg, -60kg, -65kg, +65kg

## Prasības dalībniekiem un komandas nosūtošajām organizācijām.

1. Sacensību pieteikuma beigu datums ir **2017. gada 03. decembris**. Komandas, kas nebūs iesniegušas pieteikumu var netikt pielaistas dalībai sacensībās. Pieteikumus pieņem pa e-pastu [dstrutinskaja@gmail.com](mailto:dstrutinskaja@gmail.com)  
Kontaktpersonas: +371 26359633 Darja Strutinska, Alīna Dubosa +371 29651175

2. Dalībniekiem jābūt līdzī **personu apliecinošam dokumentam (ar foto) un medicīniskajai izziņai (kas izsniegta neagrāk kā 3 dienas pirms sacensību sākuma)**.

Sportisti bez medicīniskās izziņas var nokārtot medicīnisko apskati reģistrācijas laikā par papildmaksu (3 €).

**Sportisti bez medicīniskās apskates vai izziņas nevarēs piedalīties sacensībās!**

3. Komandu nosūtošā organizācija atbild par visiem komandas izdevumiem, kas saistīti ar šīm sacensībām.

4. Iepriekš vienojoties ar sacensību organizatoriem, iespējams sacensību tiesāšanā iesaistīt kluba tiesnešus.

5. Dalībniekiem ir jābūt formai:

- Kick-light: šorti, T-veida krēklis, aizsargi kājām „fūti”, apakšstilba aizsargi, kapa, bandāža, galvas ķivere ar slēgtu augšdaļu, boksa cimdi 10 unces (AIBA standarts 283 gr., **cimdu krāsai jāatbilst ringa stūra krāsai**), meitenēm – krūšu aizsargs

Visiem dalībniekiem jābūt savam ekipējumam, kas atbilst starptautisko standartu prasībām.

**\*Body contact disciplīnā visi dalībnieki startē ar vesti.**

# „Budo Kauss Kids 2018”

## Nolikums.

### 1. Mērķis un uzdevumi:

- 1.1. Divcīņas sporta veidu popularizēšana Latvijā.
- 1.2. Draudzīgu attiecību dibināšana starp klubu sportistiem.
- 1.3. Garīgi un fiziski attīstītas sabiedrības veidošana.
- 1.4. Veselīga dzīves veida propaganda.

### 2. Laiks un vieta:

- 2.1. Sacensības notiek **2018. gada 08.decembrī, A.R. Sporta studijā, Dēļu iela 4d, Rīgā.**
- 2.2. Reģistrācija (dalībniekam jāuzrāda personas apliecinošs dokuments) **2018. gada 08. decembrī,**
- 2.3. **no plkst. 09:00-09:40, A.R. Sporta studijā, Dēļu iela 4d, Rīgā.**  
Sacensību sākums **plkst. 10:00.**

### 3. Sacensību organizatori:

- 3.1. Sacensības organizē „Cīņu mākslu centrs Budo” sadarbība ar Latvijas Kikboksinga Federāciju un A.R. Sporta studiju (Darja Strutinska - +371 26359633, Alīna Dubosa +371 29651175, e-pasts dstrutinskaja@gmail.com)

### 4. Dalībnieki:

- 4.1. Klubs, kurš saņem organizēšanas komitejas oficiālo uzaicinājumu.
- 4.2. Dalībnieku skaits neierobežots.
- 4.3. Visi sacensību dalībnieki iedalās septiņās divīzijās pēc vecuma **no 3 līdz 7 gadiem:**
  - 4.3.1. bērni **3** gadu vecumā,
  - 4.3.2. bērni **4** gadu vecumā,
  - 4.3.3. bērni **5** gadu vecumā,
  - 4.3.4. bērni **6** gadu vecumā,
  - 4.3.5. bērni **7** gadu vecumā,

### 5. Sacensību programma:

#### 5.1. “Prese”

##### 5.1.1. Vingrinājuma izpilde:

1. Dalībnieks apguļas uz muguras, kājas saliektas, rokas priekšā. 2. Pēc tiesneša signāla sportistam jāizpilda ķermeņa augšdaļas pacelšana. 3. Reize tiek ieskaitīta, kad dalībnieks paceļoties no sākuma stāvokļa - guļus uz muguras, lāpstiņām jābūt pie paklāja - ar plaukstu pieskaras Zviedru sienai.

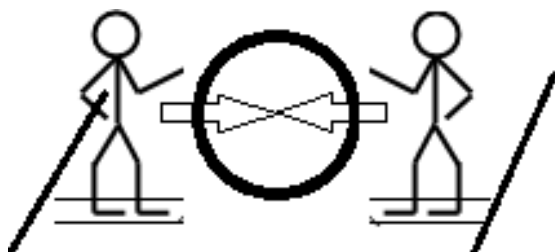
5.1.2. Vingrinājuma izpildes laiks ir 30 sekundes.

5.1.3. Ja sportistiem ir vienāds laiks, tad viņi izpilda vingrinājumu vēlreiz.

5.1.4. Uzvar sportists, kurš izpildīs vairāk reizes.



#### 5.2. „GAILĪŠU CĪŅAS”



5.2.1. Dalībnieki cīnās pēc olimpiskās sistēmas.

5.2.2. Izpilde:

Divi dalībnieki nostājas viens pretī otram. Katram dalībniekam aiz bikšu gumijas tiek “iesprausta” astīte. Pēc tiesneša signāla “Starts” dalībnieki cenšas izraut pretinieka astīti, pārvietojoties pa laukumu. Savu astīti nedrīkst turēt ar roku, ka arī nedrīkst izraut astīti ja pretinieks ir nokritis. Dalībnieks saņem vienu punktu, par izvilktu pretinieka astīti. Tad dalībnieki mainās ar vietām un cīnās vēlreiz.

5.2.3. Cīņu uzvar dalībnieks, kurš izcīnīs divas uzvaras.

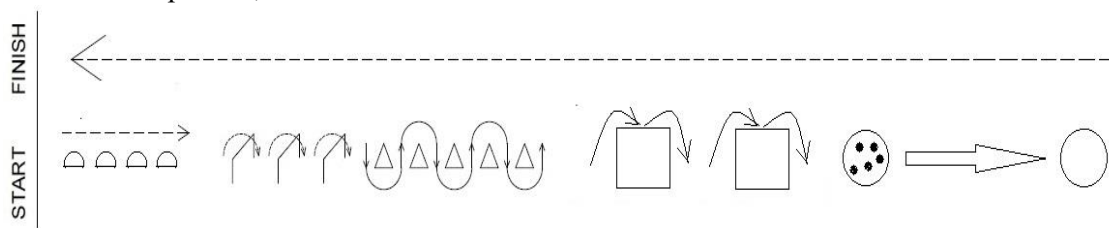
### 5.3. ŠĶĒRŠĻU JOSLA „JAUNĀ MEISTARA CEĻŠ”

5.3.1. Dalībnieki startē secībā pēc iepriekšējās izlozes.

Izpilde:	Soda laiks par kļūdām:
1. Pāriet pāri līdzsvaru platformām.	Ja dalībnieks zaudēja līdzsvaru, viņš turpina no tas vietas, kur apstājās.
2. Pārlēkt pāri trīs barjerām. Lēcieni jāveic ar abām kājām vienlaicīgi.	+ 2 s – dalībnieks nogāž barjeru. +10 s – dalībnieks neizpilda uzdevumu līdz galam
3. Likloču skrējieni apkārt pieciem konusiem.	+ 5 s – netiek apskriets viens konuss; + 2 s – tiek apgāzts viens konuss. +10 s – dalībnieks neizpilda uzdevumu līdz galam
4. Uzkāpt uz kastes ar abām kājām un nolekt lejā.	
5. Pārnest 5 tenisa bumbiņas no spaiņa uz spaini.	
6. Skrējieni līdz finišam.	

5.3.2. Rezultātu skaita ar laiku sekundēs, kuru veic dalībnieks no starta līdz finišam.

5.3.3. Uzvar sportists, kurš uzrāda mazāko laiku.



### 5.4. “Ātrais cikstonis”.

5.4.1. Izpilde:

5.4.2. Dalībnieks stāv apļa vidū pie konusa;

5.4.3. Pēc tiesneša signāla dalībnieks skrien pakaļ vienam ekipējuma elementam, atgriežas uz vidu un uzvelk to sev virsū, tad skrien nākošai utt. (Vienā reizē var paņemt tikai vienu priekšmetu!)

5.4.4. Rezultātu skaita ar laiku sekundēs, kuru dalībnieks veic no starta līdz pēdējam uzvilktajam ekipējuma elementam.

5.4.5. Ja sportistiem ir vienāds laiks, tad viņi izpilda uzdevumu vēlreiz.

5.4.6. Uzvar sportists, kurš izpildīs uzdevumu mazākā laikā.



### 5.5. “Krāsainas sniega pikas”.

5.5.1. Dalībnieks stāv pie konusa.

5.5.2. Pēc tiesneša signāla dalībnieks paņem rokās divas nūjas ar kurām ir jāpaceļ bumba un jāpārnes no punkta A uz punktu B.

5.5.3. Tad jāatgriežas uz sākumu un jāpaņem nākošo bumbu.

5.5.4. Uzdevums jāizpilda 5 reizes.

5.5.5. Ja bumba nokrīt, tā jāpaceļ augšā un jāturpina no tās pašas vietas.

5.5.6. Rezultātu skaita ar laiku sekundēs, kuru veic dalībnieks no starta līdz pēdējai atnestai bumbai.

5.5.7. Uzvar sportists, kurš izpildīs uzdevumu mazākā laikā.



4m



## 1. Apbalvošana:

- 1.1. Katrs dalībnieks saņems sertifikātu un piemiņas medaļu par dalību.
- 1.2. Par 1., 2. un 3.vietu kopvērtējumā dalībnieki katrā vecuma divīzijā tiks apbalvoti ar medaļām, diplomiem un veicināšanas balvu.

## 2. Pieteikums dalībai:

- 2.1. Aizpildīto pieteikumu jāiesniedz **līdz 2018. gada 03. decembrim** pa e-pastu: [dstrutinskaia@gmail.com](mailto:dstrutinskaia@gmail.com)