**Věkové kategorie a soutěžní disciplíny pro rok 2019  
Předpis:**  
soutěží se podle pravidel WFF a technického ustanovení ČFTKFS 2019

**Věkové kategorie - Soutěžní disciplíny**  
mladší žáci/žákyně (2012 a ml) kata jednotlivě, kata tým, kihon, kihon ippon kumite  
mladší žáci/žákyně (2011-2010) kata jed, kata tým, kihon, kihon ippon kumite, enbu mix, enbu chlapci  
mladší žáci/žákyně (2009-2008) kata jed, kata tým, kihon, jyu-ippon kumite, enbu mix, enbu chlapci  
starší žáci/žákyně (2007-2006) kata jednotlivě, kata tým, kihon, jyu-ippon kumite, enbu mix, enbu chlapci  
kadet/kadetky (2005-2004) kata jed, kata tým,ko-go kumite, enbu mix, enbu chlapci  
dorost./dorostenky 16-17 let (03-02) kata jed, kata tým, ko-go kumite/kumite, fukugo,enbu mix,enbu muži  
junioři/juniorky 18-20 let (01-00-99) kata jednotlivě, kata tým, kumite, fukugo, enbu mix, enbu muži  
senioři/seniorky (od 21 let.) (1998 a st.) kata jednotlivě, kata tým, kumite, fukugo, enbu mix, enbu muži

Soutěže kata a kihon kumite se mohou účastnit závodníci od 9 kyu, kihon ippon /jyu ippon kumite/enbu   
od 8 kyu, ko-go/kumite/fukugo od 5 kyu.

Kata týmy: kadet, junior, senior, pouze týmy žen nebo mužů dané věkové katetogie, 1 člen týmu může být  
-1rok mladší.  
Kata týmy dětí mohou být 3 dívky nebo 3 chlapci, dále smíšená družstva, 1 dívka + 2 chlapci nebo 2 dívky + 1 chlapec, jeden člen týmu může být -+1rok mladší nebo starší.

Pohár nadějí: soutěž pro děti do 15 let – 9 kyu-4 kyu pouze v disciplíně kata jednotlivci a kihon kumite- závodníci budou rozděleni podle věku a STV

**Předepsané techniky   
pro disciplíny kihon kumite, kihon ippon kumite, jyu ippon kumite**  
  
**KIHON KUMITE:**  
Aka a Shiro provádí předepsané výkonné techniky současně, 4 krát vpřed - 4 krát dozadu. Startovní pozice je Yoi-Dachi následuje levým Gedan-Barai. Ki-ai se provádí vždy s poslední technikou.   
KIHON KUMITE mladší žáci/žákyně, 2012 a ml. a 2011-2010   
1. Oi–Tsuki-Jodan 4x vpřed Ki-ai   
2. Age-Uke /Gyaku-Tsuki 4x vzad Ki-ai   
3. Gyaku-Tsuki-Chudan 4x vpřed Ki-ai   
4. Uchi-Uke / Gyaku-Tsuki 4x vzad Ki-ai   
5. Mae-Geri-Chudan 4x vpřed Ki-ai   
6. Gedan-Barai / Gyaku-Tsuki 4x vzad Ki-ai

**KIHON KUMITE mladší žáci/žákyně, 2009-2008, starší žáci/žákyně 2007-2006**  
1. Oi–Tsuki-Jodan 4x vpřed Ki-ai   
2. Age-Uke /Gyaku-Tsuki 4x vzad Ki-ai   
3. Oi-Tsuki-Chudan 4x vpřed Ki-ai   
4. Soto-Uke / Gyaku-Tsuki 4x vzad Ki-ai   
5. Mae-Geri-Chudan 4x vpřed Ki-ai   
6. Gedan-Barai / Gyaku-Tsuki 4x vzad Ki-ai   
7. Mawashi–Geri-Jodan 4x vpřed Ki-ai   
8. Uchi-Uke / Gyaku - Tsuki 4x vzad Ki-ai

**KIHON-IPPON KUMITE**  
Útočník: Shizentai: Ústup vzad v Zenkutsu-Dachi a levým Gedan-Barai a útok vpřed střídavě z levého a pravého postoje   
Obránce: Heiko-Dachi: reaguje na útok protivníka ústupem vzad, nebo únikem stranou do základního postoje s provedením předepsané obranné techniky a protiútoku Gyaku-Tsuki-Chudan   
**KIHON-IPPON KUMITE mladší žáci/žákyně 2012 a ml.**  
1) Útok : AKA - Oi-Tsuki- Jodan   
Obrana : SHIRO - Age-Uke - protiútok: Gyaku-Tsuki-Chudan   
2) Útok : AKA - Oi-Tsuki Chudan   
Obrana : SHIRO - Soto-Uke - protiútok: Gyaku-Tsuki-Chudan   
3) Útok : AKA - Mae-Geri Chudan   
Obrana : SHIRO - Gedan-Barai - protiútok: Gyaku-Tsuki-Chudan

**KIHON-IPPON KUMITE mladší žáci/žákyně 2011-2010**  
1) Útok : AKA - Oi-Tsuki - Jodan   
Obrana : SHIRO - Age-Uke - protiútok: Gyaku-Tsuki-Chudan   
2) Útok : AKA - Mae-Geri- Chudan   
Obrana : SHIRO - Gedan-Barai - protiútok: Gyaku-Tsuki-Chudan   
3) Útok : AKA - Mawashi-Geri - Chudan   
Obrana: SHIRO - Uchi-Uke – protiútok Gyaku-Tsuki-Chudan

**JYU IPPON KUMITE mladší žáci/žákyně 2009-2008, starší žáci/žákyně 2007-2006:**  
Útok : Kizami-Tsuki-Jodan, Oi-Tsuki-Jodan, Gyaku-Tsuki-Chudan, Mae-Geri-Chudan, Mawashi-Geri-Jodan   
Obrana: pouze Uke-waza, protiútok: Gyaku-Tsuki-Chudan   
Povinné chrániče: žáci - chránič zubů, suspenzor   
žákyně - chránič zubů, chránič hrudi