



**Judo z Mikołajem**  
**dla dzieci 2000-2001 i 2002-2003**  
**11 XII 2011,**  
**Warszawa-Ursynów, ul. Na Uboczu 9 (Gimnazjum nr 94)**  
**www.judo-rys.pl , info@judo-rys.pl**



| DATA                                         | 11 grudnia 2011                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |             |                                     |                                     |                                     |                             |  |           |         |      |                        |      |        |                  |      |           |             |                                   |                                   |                                    |                       |      |           |             |                       |      |           |         |                                     |                                     |                                     |                             |      |           |         |                                     |                                     |                                     |                             |
|----------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-----------------------------|--|-----------|---------|------|------------------------|------|--------|------------------|------|-----------|-------------|-----------------------------------|-----------------------------------|------------------------------------|-----------------------|------|-----------|-------------|-----------------------|------|-----------|---------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-----------------------------|------|-----------|---------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-----------------------------|
| MIEJSCE                                      | Gimnazjum 94, ul. Na Uboczu 9, Warszawa-Ursynów (stacja metra Natolin)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |             |                                     |                                     |                                     |                             |  |           |         |      |                        |      |        |                  |      |           |             |                                   |                                   |                                    |                       |      |           |             |                       |      |           |         |                                     |                                     |                                     |                             |      |           |         |                                     |                                     |                                     |                             |
| ORGANIZATOR                                  | Uczniowski Klub Judo „Ryś” Warszawa, Urząd Dzielnicy Warszawa-Ursynów                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |             |                                     |                                     |                                     |                             |  |           |         |      |                        |      |        |                  |      |           |             |                                   |                                   |                                    |                       |      |           |             |                       |      |           |         |                                     |                                     |                                     |                             |      |           |         |                                     |                                     |                                     |                             |
| KATEGORIE<br>WIEKOWE<br>I PROGRAM<br>ZAWODÓW | <table><tr><th>Kategoria</th><th>Rocznik</th><th>Płeć</th><th>Odbiór kart startowych</th><th>Waga</th><th>Zawody</th><th>Kategorie wagowe</th></tr><tr><td>U10K</td><td>2002-2003</td><td>Dziewczynki</td><td rowspan="2">8<sup>30</sup> – 9<sup>00</sup></td><td rowspan="2">8<sup>30</sup> – 9<sup>15</sup></td><td rowspan="2">9<sup>45</sup> – 12<sup>00</sup></td><td>27,30,33,37,41,45,+45</td></tr><tr><td>U12K</td><td>2000-2001</td><td>Dziewczynki</td><td>32,35,39,43,47,52,+52</td></tr><tr><td>U10M</td><td>2002-2003</td><td>Chłopcy</td><td>11<sup>00</sup> – 11<sup>30</sup></td><td>11<sup>00</sup> – 11<sup>45</sup></td><td>12<sup>15</sup> – 15<sup>00</sup></td><td>28,30,32,34,37,40,44,48,+48</td></tr><tr><td>U12M</td><td>2000-2001</td><td>Chłopcy</td><td>14<sup>00</sup> – 14<sup>30</sup></td><td>14<sup>00</sup> – 14<sup>45</sup></td><td>15<sup>15</sup> – 18<sup>00</sup></td><td>31,33,36,39,42,46,50,55,+55</td></tr></table> |             |                                     |                                     |                                     |                             |  | Kategoria | Rocznik | Płeć | Odbiór kart startowych | Waga | Zawody | Kategorie wagowe | U10K | 2002-2003 | Dziewczynki | 8 <sup>30</sup> – 9 <sup>00</sup> | 8 <sup>30</sup> – 9 <sup>15</sup> | 9 <sup>45</sup> – 12 <sup>00</sup> | 27,30,33,37,41,45,+45 | U12K | 2000-2001 | Dziewczynki | 32,35,39,43,47,52,+52 | U10M | 2002-2003 | Chłopcy | 11 <sup>00</sup> – 11 <sup>30</sup> | 11 <sup>00</sup> – 11 <sup>45</sup> | 12 <sup>15</sup> – 15 <sup>00</sup> | 28,30,32,34,37,40,44,48,+48 | U12M | 2000-2001 | Chłopcy | 14 <sup>00</sup> – 14 <sup>30</sup> | 14 <sup>00</sup> – 14 <sup>45</sup> | 15 <sup>15</sup> – 18 <sup>00</sup> | 31,33,36,39,42,46,50,55,+55 |
| Kategoria                                    | Rocznik                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Płeć        | Odbiór kart startowych              | Waga                                | Zawody                              | Kategorie wagowe            |  |           |         |      |                        |      |        |                  |      |           |             |                                   |                                   |                                    |                       |      |           |             |                       |      |           |         |                                     |                                     |                                     |                             |      |           |         |                                     |                                     |                                     |                             |
| U10K                                         | 2002-2003                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Dziewczynki | 8 <sup>30</sup> – 9 <sup>00</sup>   | 8 <sup>30</sup> – 9 <sup>15</sup>   | 9 <sup>45</sup> – 12 <sup>00</sup>  | 27,30,33,37,41,45,+45       |  |           |         |      |                        |      |        |                  |      |           |             |                                   |                                   |                                    |                       |      |           |             |                       |      |           |         |                                     |                                     |                                     |                             |      |           |         |                                     |                                     |                                     |                             |
| U12K                                         | 2000-2001                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Dziewczynki |                                     |                                     |                                     | 32,35,39,43,47,52,+52       |  |           |         |      |                        |      |        |                  |      |           |             |                                   |                                   |                                    |                       |      |           |             |                       |      |           |         |                                     |                                     |                                     |                             |      |           |         |                                     |                                     |                                     |                             |
| U10M                                         | 2002-2003                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Chłopcy     | 11 <sup>00</sup> – 11 <sup>30</sup> | 11 <sup>00</sup> – 11 <sup>45</sup> | 12 <sup>15</sup> – 15 <sup>00</sup> | 28,30,32,34,37,40,44,48,+48 |  |           |         |      |                        |      |        |                  |      |           |             |                                   |                                   |                                    |                       |      |           |             |                       |      |           |         |                                     |                                     |                                     |                             |      |           |         |                                     |                                     |                                     |                             |
| U12M                                         | 2000-2001                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Chłopcy     | 14 <sup>00</sup> – 14 <sup>30</sup> | 14 <sup>00</sup> – 14 <sup>45</sup> | 15 <sup>15</sup> – 18 <sup>00</sup> | 31,33,36,39,42,46,50,55,+55 |  |           |         |      |                        |      |        |                  |      |           |             |                                   |                                   |                                    |                       |      |           |             |                       |      |           |         |                                     |                                     |                                     |                             |      |           |         |                                     |                                     |                                     |                             |
| CZAS WALKI                                   | 2 minuty efektywny. Dogrywka 1 min GS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |             |                                     |                                     |                                     |                             |  |           |         |      |                        |      |        |                  |      |           |             |                                   |                                   |                                    |                       |      |           |             |                       |      |           |         |                                     |                                     |                                     |                             |      |           |         |                                     |                                     |                                     |                             |
| MATY                                         | 4 maty 4x4 m                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |             |                                     |                                     |                                     |                             |  |           |         |      |                        |      |        |                  |      |           |             |                                   |                                   |                                    |                       |      |           |             |                       |      |           |         |                                     |                                     |                                     |                             |      |           |         |                                     |                                     |                                     |                             |
| SĘDZIOWIE                                    | 1 sędzia na macie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |             |                                     |                                     |                                     |                             |  |           |         |      |                        |      |        |                  |      |           |             |                                   |                                   |                                    |                       |      |           |             |                       |      |           |         |                                     |                                     |                                     |                             |      |           |         |                                     |                                     |                                     |                             |
| SYSTEM<br>ROZGRYWANIA                        | 2-5 osób – system „każdy z każdym”<br>6-10 osób – system brukselski (2 grupy)<br>Powyżej 10 osób – system francuski z podwójnym repasażem                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |             |                                     |                                     |                                     |                             |  |           |         |      |                        |      |        |                  |      |           |             |                                   |                                   |                                    |                       |      |           |             |                       |      |           |         |                                     |                                     |                                     |                             |      |           |         |                                     |                                     |                                     |                             |
| NAGRODY                                      | Za miejsca 1-3 medale lub statuetki (pucharki)<br>Każdy startujący otrzyma dyplom.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |             |                                     |                                     |                                     |                             |  |           |         |      |                        |      |        |                  |      |           |             |                                   |                                   |                                    |                       |      |           |             |                       |      |           |         |                                     |                                     |                                     |                             |      |           |         |                                     |                                     |                                     |                             |
| OPŁATA STARTOWA                              | Opłata startowa wynosi 25 zł (dla osób zgłoszonych on-line).<br>Startowe opłacają zawodnicy podczas odbioru kart startowych<br>Opłata startowa dla zawodników, rejestrowanych w dniu zawodów wynosi 35 zł                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |             |                                     |                                     |                                     |                             |  |           |         |      |                        |      |        |                  |      |           |             |                                   |                                   |                                    |                       |      |           |             |                       |      |           |         |                                     |                                     |                                     |                             |      |           |         |                                     |                                     |                                     |                             |
| INFORMACJA                                   | Cezary Borzęcki: 0 504 127 407, e-mail: judo@judo-rys.pl                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |             |                                     |                                     |                                     |                             |  |           |         |      |                        |      |        |                  |      |           |             |                                   |                                   |                                    |                       |      |           |             |                       |      |           |         |                                     |                                     |                                     |                             |      |           |         |                                     |                                     |                                     |                             |
| ZGŁOSZENIA i<br>REJESTRACJA                  | Zgłoszenia dokonują trenerzy lub osoby upoważnione przez klub poprzez stronę:<br><b>www.ZawodyJudo.pl</b> w terminie do dnia 10 grudnia. Zawodnicy nie zgłoszeni przez system będą mogli wziąć udział po zgłoszeniu w dniu zawodów i opłaceniu startowego w wysokości 35 zł.<br>Podczas logowania do systemu obowiązuje hasło i login używane przez klub podczas zgłaszania do Warsaw Judo Open.<br>Celem jest stworzenie jednej bazy zawodników do wszystkich turniejów organizowanych przez UKJ „Ryś”. Dzięki temu przy kolejnych zawodach nie będzie trzeba ponownie wprowadzać osób a jedynie przypisać do konkretnego turnieju.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |             |                                     |                                     |                                     |                             |  |           |         |      |                        |      |        |                  |      |           |             |                                   |                                   |                                    |                       |      |           |             |                       |      |           |         |                                     |                                     |                                     |                             |      |           |         |                                     |                                     |                                     |                             |
| ODBIÓR KART<br>STARTOWYCH                    | <b>Przed zważeniem każdy zawodnik musi wykupić kartę startową.</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |             |                                     |                                     |                                     |                             |  |           |         |      |                        |      |        |                  |      |           |             |                                   |                                   |                                    |                       |      |           |             |                       |      |           |         |                                     |                                     |                                     |                             |      |           |         |                                     |                                     |                                     |                             |

#### REGULAMIN

##### U12 2000-2001

W tej grupie dozwolone są wszystkie techniki judo z wyłączeniem duszeń i dźwigni. Trenerzy mają prawo zgłosić do tej grupy zawodników młodszych jeśli posiadają oni umiejętności pozwalające na bezpieczną walkę zgodnie z przepisami walki judo w grupie wiekowej U11 (dzieci 11-12 lat). Zawodnicy startujący w tej grupie muszą posiadać aktualne badania sportowo-lekarskie.

##### U10 2002-2003

W grupie U10 niedozwolone jest stosowanie następujących technik:

- Rzuty z kolan.
- Techniki poświęcenia typu tomoe-nage, obitori-gaeshi, uki-waza itp
- Rzuty bez trzymania rękawa lub ręki (kubi-nage czyli koshi-guruma bez trzymania rękawa, ipon-seoi-nage i eri-seoi-nage z kołnierza).
- Dźwignie i duszenia.

Zawodnicy startujący w tej grupie muszą posiadać aktualne badania sportowo-lekarskie lub zgodę rodziców na udział w zawodach.

#### TRENERZY I RODZICE

- Prosimy aby trenerzy byli ze swoimi zawodnikami od początku wagi.
- Zawody mają mieć charakter szkoleniowy, prosimy więc wszystkich dorosłych aby podczas dopingowania swoich wychowanków potraktowali ich walki jako trening, a nie rywalizację o Mistrzostwo Świata. ☺

#### FUNNY JUDO – CZYLI ZABAWA W JUDO

