



# KARATE-DO SAN

**T**Otaal Karate. T>Otaal "Semi contact, Puntsysteem / ichi Shobu"

**Sō-gō ichi Shobu.** Sō-gō = **T**Otaal in het Japans. **T**O= Richting in het Japans.

*Een nieuwe richting m.b.t. wedstrijden, een hybride vorm, waardoor alle stijlen en stromingen tegen elkaar kunnen. Sō-gō ni half contact en Sō-gō san vol contact zijn wedstrijdssystemen die nog in de maak zijn, daar moet ik eerst voor met het KBN bestuur om de tafel.*

Redenen m.b.t. dit experiment. Karate is Olympisch, 2020 te Tokyo. 2021 is het EK senioren in Nederland. Waarom, om vechters uit hun comfort zone te laten treden. TSUKI'S en GERI'S CHUDAN zullen effectiever moeten worden. De JODAN GERI'S en combinatie veeg / worp worden bepalender, **NIET** de meeste punten maar de **HOOGSTE SCORE** wint.

*Voorbeeld, AO heeft 7 IPPONS gemaakt, AKA maakt CHUDAN TSUKI in de laatste seconden, AO heeft hier zichtbaar last van. AKA wint want NIHON is een hogere score dan de IPPON.*

Tot de laatste seconden zal er dus geknokt moeten worden. De vechter moet veelzijdiger en effectiever worden. Met effectiever wordt de NIHON en SANBON score bedoeld!

Wedstijdregels Sō-gō ichi Shobu:

- **T**Otaal "Puntsysteem" is **GEEN FULL CONTACT!** Het is een scherpere WKF vorm!
- De gedachte die er achter steekt is *Shobu Sanbon* met de *Shobu Ippon* Mind Set!
- Controle gelijk aan die van de WKF, m.u.v. CHUDAN (**de voorzijde borst en buik**), hier mag een effectieve (zonder letsel) score (NIHON of SANBON) geplaatst worden!
- **Effectieve score:** Juiste timing, impact! Vroeger zou dit de IPPON zijn bij het oude SANBON en IPPON SHOBU systeem, de tegenstander heeft even geen lucht!
- Fysiek letsel toebrengen is verboden! Indien MUBOBI is de ontvanger zelf verantwoordelijk.
- Contact, "**zichtbaar**", op het gezicht is direct HANSOKU CHUI.
- **Overdrijven is gelijk HANSOKU!** Indien geraakt, STAAN! De scheidsrechter en dokter beoordeelt!
- Pakken met twee handen mag, maar er moet direct een techniek volgen.
- Tegen elkaar aanleunen, pakken of duwen zonder echt te willen vechten is niet toegestaan
  - De volgende Chudan Tsuki's zijn toegestaan om dit te voorkomen
    - Mawashi Tsuki (Niet op de rug)
    - Ura Tsuki
    - Tate Tsuki
  - Indien, terwijl je met je borst met je handen opzij, duwend zonder te willen vechten geraakt wordt, is dit MUBOBI! Gelijk aan het WKF reglement!
- Geen 2 categorie straffen, maar 1 categorie straf (Ch, Kei, HC, Hansoku)
- Hoekscheidsrechters kunnen met beide vlaggen een score aangeven
- Score gelijk aan die van het WKF reglement, met uitzondering:
  - Veeg of worp zonder vervolg: YUKO
  - Veeg of worp met techniek die niet scorend is: WAZARIE
  - Veeg of worp met techniek die scorend is: IPPON
  - NIHON, effectieve techniek (zonder letsel)
  - SANBON, effectieve techniek 3 seconden of langer (zonder letsel)
- Wedstrijd duur is 3 minuten, finale 4 minuten.
  - De mogelijkheid bestaat dat er zonder YAME toch scores gegeven worden. YUKO, WAZARIE en IPPON. Bij NIHON en SANBON zal er altijd YAME geroepen worden.
  - Score zonder YAME, zogenaamde "*lopende scores*" worden bewaakt door de 2 Hfd Scheidsrechters die buiten de mat lopen.
  - Onbeperkt aantal scores m.u.v.
    - 2 x NIHON of 1 x SANBON is einde wedstrijd!

## **TO**taal Kata:

Redenen m.b.t. dit experiment. Karate is Olympisch, 2020 te Tokyo. 2021 is het EK senioren in Nederland. Waarom, om vechters uit hun comfort zone te laten treden. Kata is meer dan een lopende vorm. Kata moet een afspiegeling zijn van het echte gevecht. De deelnemer moet in staat zijn een effectieve **vecht** kata te laten zien.

- Deelnemers moeten 3 Tsuki's en 3 Geri's met 100% impact op een kussen uitvoeren
  - Aka eerst daarna Ao
    - Kussen vastgehouden door eigen coach
  - De scheidsrechters wijzen de winnaar aan, onbeslist mag gegeven worden
    - Elke vlag in voordeel deelnemer staat voor 1 punt
    - Onbeslist is geen score
- Deelnemers lopen daarna de kata
  - Aka gelijk met Ao (je zult altijd rekening met je omgeving moeten houden)
  - De scheidsrechters wijzen de winnaar aan, onbeslist mag gegeven worden
    - Elke vlag in voordeel deelnemer staat voor 1 punt
    - Onbeslist is geen score
- De hoofdscheidsrechter wijst de algemene winnaar aan
  - Door alle punten op te tellen van beide deelnemers
- Indien gelijk
  - Aka eerst daarna Ao
  - Deelnemers moeten een combinatie van 3 technieken maken met 100% impact op het stoot/trap kussen
    - Stoot/trap kussen vastgehouden door eigen coach
  - De scheidsrechters wijzen de winnaar aan, onbeslist mag **NIET** gegeven worden
- De hoofdscheidsrechter wijst de algemene winnaar aan

Meer info over **TO**taal karate wedstrijden en of **TO**taal 1<sup>e</sup> DAN examen.

Con Voermans, Leraar en Voorzitter Karate-do SAN

06-24222772

Osu