

Issho ni tsuyoi Cup

(vertaling: 'samen sterk')



Issho ni tsuyoi cup
Online samoerai kata competitie

Creëer een nieuwe kata
Indienen voor 12 april!

Categorieën
U10
U14
+14j
Jongens en meisjes gemengd

Een prijs voor de top drie in elke categorie

De afgelopen weken zijn voor ons allemaal al een uitdaging geweest. Geen trainingen en geen competities meer maar we merken wel dat de meesten onder jullie heel hard hun best doen om thuis verder te trainen zodat ze er volgend seizoen weer helemaal kunnen invliegen.

Omdat jullie ook de komende weken nog aangewezen zullen zijn op thuis-training, en we jullie competitiespirit willen onderhouden, organiseren we de online 'Issho ni tsuyoi Cup'.

Doel:

Creëer een nieuwe kata, rekening houdend met de criteria die per categorie opgegeven worden. Zoek ook een originele naam voor je kata.

De bedoeling is dat je deze kata met de nodig power en fighting spirit uitvoert, filmt en ons opstuurt. De winnaars zullen de week nadien bekend gemaakt worden (enkel voor clubleden). De kata moet uitgevoerd worden in kimono, met groeten voor en na de kata.

Train hard, oefen goed en laat ons jullie beste kata zien. Succes !

Kata's moeten opgestuurd worden naar lisa.bracke@samoerai-leuven.be **VOOR 12 APRIL !**
Vermeld hierbij de naam van de deelnemer, leeftijd en de naam van de kata.

Categorieën: (jongens & meisjes gemengd)

- U10 (= 6,7,8 en 9 jaar)
- U14 (= 10,11,12 en 13 jaar)
- +14 jaar

Beoordeling:

De kata's zullen beoordeeld worden door onze 5 juryleden: Lisa, Graziella, Emiel, Marie en Guy

Het beoordelen van de kata gebeurt op basis van volgende criteria:

- Uitvoering van de kata: kracht, inlevingsvermogen, concentratie,..
- Originaliteit: gebruik eens technieken die in een standaard kata niet aanwezig zijn.
- Moeilijkheidsgraad: sprongen, trappen, evenwicht,..

Criteria: elke kata moet aan volgende criteria voldoen per categorie

1. categorie U10:

- Duur: minimum 30 seconden
- groeten voor en na de kata
- Technieken:
 - 1 stoot techniek, zowel met links als rechts (vb gyaku tsuki, jun tsuki)
 - 1 trap (vb maigeri, sokuto)
 - 1 blok, deze moet 3x voorkomen in de kata (vb gedan barai, jodan uke, soto uke)

Tip: denk aan de technieken die in pinan nidan en pinan shodan voorkomen en probeer deze in een originele nieuwe volgorde te plaatsen.

2. categorie U14:

- Duur: minimum 1 minuut
- groeten voor en na de kata
- Technieken:
 - 3 verschillende aanvalstechnieken
 - 1 trap, zowel links als rechts
 - 2 verschillende blokken
 - minstens 2 verschillende standen aanwezig in de kata

Bonuspunt: 'spectaculaire' uitvoering in de kata: sprong, uitvoering op 1 been,...

3. categorie +14j:

- groeten voor en na de kata
- duur: minimum 90 seconden
- Technieken:
 - 3 verschillende aanvalstechnieken
 - 2 verschillende trappen
 - 2 verschillende blokken
 - minstens 2 verschillende standen aanwezig in de kata
 - 1 'spectaculaire' uitvoering: sprong, uitvoering op 1 been,...