

Pokaljakten

del 5-2019



Vem & vad	<p>Tävlingen är till för alla som vill tävla, barn, ungdom & vuxna</p> <p>Nybjörjarna har chansen att prova på att tävla och lära sig hur en match går till. Avancerade har chansen att få mera tävlingsrutin och att pröva på nya tekniker under lite tuffare förhållanden än i vanlig randori.</p> <p>Tävlingen genomförs i två tävlingsdelar:</p> <p>Ne-waza: Bara mattkamp, lämplig även för rena nybjörjare och för dem yngsta som ännu ej kör randori Tachi waza (stående kamp)</p> <p>Tachi-waza: Både stående kamp och markarbete som i en vanlig judomatch</p> <p>Tävlingsystem: Man tävlar i pool om tre så att alla gör två matcher mot jämnt motstånd.</p> <p>Alla som är med får 20 poäng för start oavsett om man är med i en eller två delar. För varje vunnen match får man 5 poäng. Det maximala antal poäng man kan få på en tävlingsdag är alltså 40 poäng: 20 för start, 10 för två vinster i ne-waza och 10 för två vinster i tachi-waza.</p> <p>Under har vi att ha 7 deltävlingar: 4 på våren och 3 på hösten</p> <p>Poängen från olika år räknas ihop</p> <p>Alla som deltar regelbundet i Pokaljakten erövrar förr eller senare en pokal. Man vinner en pokal oavsett om man vinner matcher eller inte, men vinner man matcher så går det lite snabbare.</p> <p>Vid varje deltävling erhåller deltagarna ett diplom</p>
Plats?	Judohallen, Björneborgsgatan 25
När?	Måndag, 23 september
Invägning?	<p>För att alla skall få så jämna motståndare som möjligt vägs man vid varje tävlingstillfälle.</p> <p>Om du vill vara med och tävla så ska du vara i Judohallen för att väga dig mellan kl. 17.30-18.00.</p> <p>När alla har vägt in dela vi in de tävlande i så jämna klasser som möjligt och så börjar tävlingen.</p>
Klasser	<p>Den finns en tävlingsdel där man som vanligt kör stående och markarbete. Det finns även en ren Ne-waza del (bara mattkamp).</p> <p>Innan tävlingen startar gör vi en snabb genomgång av tävlingsreglerna.</p>
Kostnad:	50: - oavsett om man är med på en eller båda tävlingsdelar.
Anmälan:	Senast på söndag, 22 sep på anslagstavlan i Judohallen, via telefon 060-66 50 88 eller via e-post anmalan@judosundsvall.com
Följande pokaler och priser kan du vinna	<p>150 poäng: pokal No 1 ca 26 cm hög</p> <p>350 poäng: pokal No 2 ca 33 cm hög</p> <p>750 poäng: pokal No 3 ca 60 cm hög</p> <p>1500 poäng: Klubben bjuder på en resa, mat och lägeravgift till ett barn/ ungdoms/juniorläger typ Judofestivalen i Lindesberg, LUGI camp i Lund, Sportlovslägrer i Borlänge, Copenhagen Open mm</p>
Info:	<p>Wolfgang Biedron tel 060- 66 50 88 eller 070-646 60 13</p> <p>e-post: wolfgang@judosundsvall.com</p>

Välkomna

Judo Sundsvall