

**SANBON KUMITE
PERFORMANCE
AND JUDGING CRITERIA**

**PART A: Description of competition
category - Sanbon Kumite**

Specifically to allow Kohai up to and including Yellow belt (7th Kyu) of all ages who will have very little knowledge or understanding of Karate technique, to compete under the pressures of competition and demonstrate the various skills, fair play and etiquette required to succeed over an adversary of equal experience in a safe and controlled environment.

Basic three step attack and defence kumite consisting of Oi-Zuki Jodan, Oi-Zuki Chudan and Mae Geri Chudan.

1. When called, two competitors, one wearing a red obi (Aka) and one wearing a white obi (Shiro) shall step forward to their designated positions, face each other and bow

to each other (same as in Jiyu kumite).

2. Shushin will start the match with the verbal command: "Sanbon Kumite, Hajime".

3. Aka will commence by obtaining correct distance for effective attack, step back with the right leg (Migi) into Zenkutsu Dachī making Gedan Barai, states the intention - Jodan, Chudan, Mae Geri and commences the attack. It is not necessary for Uke (defender) to acknowledge that they understood and are ready.

Note: Tori (attacker) has the responsibility for timing and distancing, NOT Uke

(defender). Tori will Kiai with last attack.

4. At the instant of the attack, Uke will step back with the right leg (Migi) into Zenkutsu Dachī blocking Age Uke, step back blocking Soto Uke, step back Gedan Barai, counter punch Gyaku-Zuki Chudan with Kiai.

5. Tori will step back (only moving the front foot) to Yoi position in Shizentai.

6. Uke will step forward (only moving the back foot) to Yoi position in Shizentai.

Both contestants should then be in the same relative position as at the start of the attack sequence.

7. Shiro then makes the correct distance for effective attack, steps back with the right leg (Migi) into Zenkutsu Dachī making Gedan Barai, states the intention - Jodan, Chudan, Mae Geri. Tori will Kiai with last attack.

8. Uke will step back with the right leg (Migi) into Zenkutsu Dachī blocking Age Uke, step back blocking Soto Uke, step back Gedan Barai, counter punch Gyaku-Zuki Chudan with Kiai.

9. Tori will step back to Yoi position in Shizentai.

10. Uke will step forward to Yoi position in Shizentai.

Both contestants should be the same relative position as at the start of the attack sequence.

**САНБОН КУМИТЭ ДИНАМИКА
И КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ**

**ЧАСТЬ А: Описание соревнований
в категории Санбон кумитэ**

Данный раздел введен для того, чтобы позволить спортсменам категории Kohai до желтого пояса включительно (7-й кю) всех возрастов, которые имеют мало знаний и понимания техники каратэ, соревноваться при равной конкуренции и продемонстрировать навыки, честную борьбу и опыт, необходимые для победы над равным противником в безопасной и контролируемой ситуации.

Основные три атакующие техники состоят из Oi-Zuki Jodan, Oi-Zuki Chudan и Mae Geri Chudan.

1. При вызове соперники АКА (с красным поясом) и ШИРО (с белым поясом) должны выйти на площадку, чтобы их позиции были лицом друг к другу (как и в Jiyu кумитэ).

2. Рефери начинает поединок командой «**Sanbon Kumite. Hajime**».

3. Ака подбирает правильную дистанцию для эффективной атаки и делает шаг назад правой ногой (Migi) в Zenkutsu Dachī с блоком Gedan Barai, объявляет атаки – «**Jodan, Chudan, Mae Geri**» и начинает атаку. Для Уке не является необходимым показать, что он понял и готов.

Примечание: Тори несет ответственность за тайминг и дистанцию, не Уке. На заключительной атаке Тори выполняет KIAI.

4. В момент атаки Уке делает шаг назад с правой ноги (Migi) в Zenkutsu Dachī и блокирует Age Uke, шаг назад с Soto Uke, шаг назад с Gedan Barai, контратака гяку - тсуки чудан с KIAI.

5. Затем Тори делает шаг назад (перемещая только переднюю ногу) к Yoi позиции в Shizentai .

6. Уке делает шаг вперед (перемещая только сзади стоящую ногу) к Yoi позиции в Shizentai. В конце оба участника должны быть в той же позиции, что в начале атаки.

7. Затем Широ подбирает правильную дистанцию для эффективной атаки и делает шаг назад правой ногой (Migi) в Zenkutsu Dachī с блоком Gedan Barai, объявляет атаки - «**Jodan, Chudan, Mae Geri**» и начинает атаку. На заключительной атаке Тори выполняет KIAI.

8. В момент атаки Уке делает шаг назад с правой ноги (Migi) в Zenkutsu Dachī и блокирует Age Uke, шаг назад с Soto Uke, шаг назад Gedan Barai, контратака гяку - тсуки чудан с Киаи.

9. Тори делает шаг назад (перемещая только переднюю ногу) к Yoi позиции в Shizentai .

10. Уке делает шаг вперед (перемещая только сзади стоящую ногу) к Yoi позиции в Shizentai.

В конце оба участника должны быть в той же позиции, что в начале атаки.

PART B: Judgement of competition category - Sanbon Kumite

General Notes

1. Aka will always start first.
2. The system of judgement will be the flag system (Kohaku Hoshiki)
3. In the event of a draw, the contestants will repeat the attack / defence but from Migi Kamae (left hand to attack Jodan, right hand to attack Chudan, left leg to attack Mae Geri)

Judgement decisions for Tori will be based on the following criteria:

1. Correct etiquette, e.g. entering the Shiai Jo, bowing correctly, showing respect for the opponent, posture and manner,
2. Preparation to attack, e.g. obtaining correct distance prior to attack, yoi, stepping back strongly and with vigour into Zenkutsu Dachi stance / Gedan Barai, stating the attack sequence in a strong / clear / unhurried voice, concentration for the opponents weak moment to make the attack, eye contact.
3. The correct timing of the attack, e.g. foot / hand timing (landing at the same time / co-ordination), and correct form of the stance on completion with regard to length and width of stance, foot and knee position, back straight, correct hikite / hikiashi
4. Note: Tori front foot should end up on the inside of Uke front foot on the first and last attack and on the outside on the second attack-this maintains the correct line of attack.
5. The correct distancing of the attack, e.g. sundome is to be considered as best (there should be no contact) and on target:
 - a) Jodan = just below the nose / chin
 - b) Chudan (punch and kick) = solar plexus
6. Overall spirit, Zanshin, Kime and attitude.

Prohibited elements of attack:

1. Faking a movement in order to have opponent react improperly and then attack opponent.
2. Lunging the body towards the opponent or taking more than the correct basic step.
3. The attack must follow a straight line forward and not deviate side to side.
4. Attacks that carry undue and unnecessary force such as over reaching to hit, pressing the arm downward against the blocking arm after the attack has finished.
5. Withdrawing the hand which is executing the attack.
6. Deliberate contact or uncontrolled techniques. Consider all the above and include the Kiai or lack of Kiai in your judgement. Judgement decisions for Uke will be based on the following criteria

ЧАСТЬ В: Судейство участников категории - Санбон Кумитэ

Общие замечания

1. Ака всегда начинает атаки **первым**.
2. Система судейства - **флажковая** (Kohaku Hoshiki).
3. В случае ничьей, соперники повторяют атаку/защиту **на левую сторону** – начинают с Миги камаэ (левой рукой атака дзедан, правой рукой атака чудан, левой ногой атака мае гери).

Судейство действий Тори основывается на следующих критериях:

1. **Правильный этикет**, например выход, правильный поклон, демонстрация уважения к противнику, осанка и манера поведения.
2. **Подготовка к атаке**, например, выбор правильной дистанции для атаки, Yoi, сильный и энергичный выход в позицию Zenkutsu / Gedan Барай, **объявление** последовательности атаки громким / четким/ неторопливым голосом, выбор подходящего момента, чтобы выполнить атаку, постоянный зрительный контакт (с противником).
3. **Правильный выбора тайминга для атак**, например, ноги / руки приходят в конечную точку одновременно / координированно, **правильная форма** в конечной позиции относительно длины и ширины стойки, положения стопы и колена, прямая спина, правильное hikite / hikiashi.
4. **Примечание:** передняя нога Тори должна быть возле внутренней стороне стопы передней ноги Уке на первой и последней атаке, и на внешней стороне на второй атаке - это поддерживает правильную линию атаки. [правило «**первый шаг изнутри**»]
5. **Правильная дистанция атаки** (sundome) рассматривается как оптимальная (не должно быть **никаких контактов**) и должна быть направлена:
 - a) Jodan = чуть ниже носа / подбородок
 - b) Chudan = солнечное сплетение
6. В целом **боевой дух**, Заншин, Киме и отношение.

Запрещенные элементы атаки:

1. **Имитация движений**, чтобы заставить противника неправильно реагировать, а затем атака противника.
2. Колебания тела в сторону противника или **некорректная длина основного шага**.
3. Атака должна идти по **прямой линии вперед** и не отклоняться из стороны в сторону.
4. Атака, которая выполнена с **излишней и бессмысленной силой** (например, нанести сильный удар или нажать руку вниз против блокирующей руки противника после завершения атаки).
5. **Быстрый возврат руки**, выполнившей атаку.
6. **Умышленный контакт** или неконтролируемая техника. Все рассмотренное выше, и дополнительно **КИАИ** или его отсутствие учитывается при принятии судейских решений.

Judgement decisions for Uke will be based on the following criteria

1. Correct etiquette, e.g. entering the Shiai Jo, bowing correctly, showing respect for the opponent, posture and manner.
2. Preparation to defend, e.g. relaxed and concentrated on the opponent, clear mind, stationary and prepared posture, no unnecessary or pre-emptive movement.
3. Timing of the defence, e.g. hand / foot movement with the block to meet the attacking limb correctly and effectively, moving the blocking arm in the correct way. Stance to be correctly positioned for balance and control, body neither leaning forward to reach nor leaning back to escape.
4. The correct distancing of the defence, e.g. stepping without sliding and/or incorrect foot / body position to 'escape' i.e. distance too long or too short to be able to make an effective block. Also to include the correct distance and target for the Chudan Gyaku-Zuki counter attack. There must be no leaning or otherwise making distance in order to make an effective technique that is on target and *sundome* (absolutely no contact to an opponent who is not offering defence).
5. Spirit, Zanshin, Kime and overall attitude.

Prohibited elements of defence

1. Faking a movement in order to have opponent react improperly or moving before the attack has commenced.
2. Lunging the body towards the opponent or taking more than the correct basic step.
3. The defence must follow a straight line backward and not deviate side to side.
4. Defence techniques that carry undue and unnecessary force or over reaching to hit.
5. Deliberate contact or uncontrolled techniques.

Consider all the above and include the Kiai or lack of Kiai in your judgement.

Судейство действий Уке будет основываться на следующих критериях

1. **Правильный этикет**, например выход, правильный поклон, демонстрация уважения к противнику, осанка и манера поведения.
2. **Подготовка к защите**, например, спокойствие и сосредоточенность, ясный ум, стационарное и готовое к атаке соперника положение, **отсутствие ненужных или встречных движений**.
3. **Тайминг защитной техники**, например, одновременное выполнение блока с атакой рукой / ногой для выполнения правильной и эффективной защиты, перемещение блокирующего рычага в правильном направлении. Стойка должна быть правильно расположена для баланса и контроля, тело **не отклоняется** вперед (чтобы достать соперника) или назад (чтобы избежать атаки соперника).
4. **Правильная дистанция для защиты**, например, шагать нужно **без скольжения** с целью увеличить дистанцию, т.е. дистанция не должна быть слишком длинной или слишком короткой, чтобы иметь возможность выполнить эффективный блок. Необходимо выбрать правильную дистанцию и уровень для контратаки Chudan Gyaku - Zuki. Не должно быть наклонов или иных форм поддержания дистанции для того, чтобы выполнить эффективную контратаку, которая направлена точно в цель и соблюдается принцип *sundome* (**не должно быть абсолютно никакого контакта с соперником, который не выполняет защиту**).
5. **Боевой дух**, Заншин, Киме и общее отношение.

Запрещенные элементы защиты

1. **Имитация движений**, чтобы заставить противника неправильно реагировать, или перемещение перед тем, как началась атака.
2. Колебания тела в сторону противника или **некорректная длина основного шага**.
3. Защитная техника должна выполняться **по прямой линии назад** и не отклоняться из стороны в сторону.
4. Методы защиты, которые включают в себя **излишнюю и бессмысленную силу** или желание ударить.
5. **Умышленный контакт** или неконтролируемая техника.

Все рассмотренное выше, и дополнительно KIAI или его отсутствие учитывается при принятии судейских решений.