

2026 YARIŞMA KURALLARI

12.01.2026 – 17:00 / REV.1

HADEM NEDİR

KARATE SPORUNU YAPMIŞ - YAPAN
VE BELİRLİ BİR SEVİYEYE GELMİŞ

KARATE YARIŞMA KURALLARINI
BİLEN

HAKEMLİK YAPARKEN
SADECE
KURAL KİTABINI DİKKATE ALAN

ÖZGÜVENİ VE BİLGİSİ İLE
MAÇI
SADECE KENDİSİ YÖNETİYORMUŞ
GİBİ SORUMLULUK ALAN

ŞAMPİYONANIN BİR PARÇASIDIR



HAKEM NEDİR

HAKEMLER

**SPORCU – ANTRENÖR – TEKNİK KADRO –
ORGANİZASYON - İL TEMSİLCİSİ - YÖNETİM
KURULU – BAŞKANLIK MAKAMI GİBİ
ŞAMPİYONANIN BİR PARÇASIDIR.**

**GÖREVLERİ ADALETLİ KARARLARI İLE
KURAL KİTABINA GÖRE HAKEDENİN
KAZANMASINI SAĞLAMAKTIR.**



HAKEM LİSANSLARI



18 YAŞINI DOLDURMUŞ VE MİN.
1. DAN



HAKEM LİSANSLARI



**ADAY HAKEMLİK SONRASI 1 YIL BEKLEME SÜRESİNİ DOLDURMUŞ
ve SINAVDA BAŞARILI OLMUŞ AKTİF HAKEMLER
MİN. 2.DAN**

HAKEM LİSANSLARI



BÖLGE HAKEMLİĞİNDE 2 YIL BEKLEME SÜRESİNİ DOLDURMUŞ ve
SINAVDA BAŞARILI OLMUŞ AKTİF HAKEMLER (MİLLİ SPORCULARDA
BEKLEME SÜRESİ 1 YILDIR) MİN. 2.DAN

ULUSLARARASI HAKEM SINIFLARI



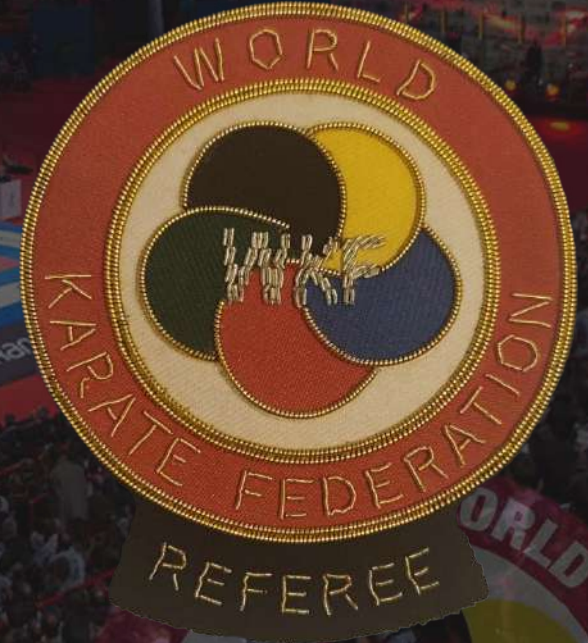
**C SINIFI
ULUSLARARASI
HAKEMLİK**

**BALKAN
KARADENİZ
AKDENİZ**



**B SINIFI
ULUSLARARASI
HAKEMLİK**

AVRUPA - EKF



**A SINIFI
ULUSLARARASI
HAKEMLİK**

DÜNYA - WKF

HADEM LİSANSLARI



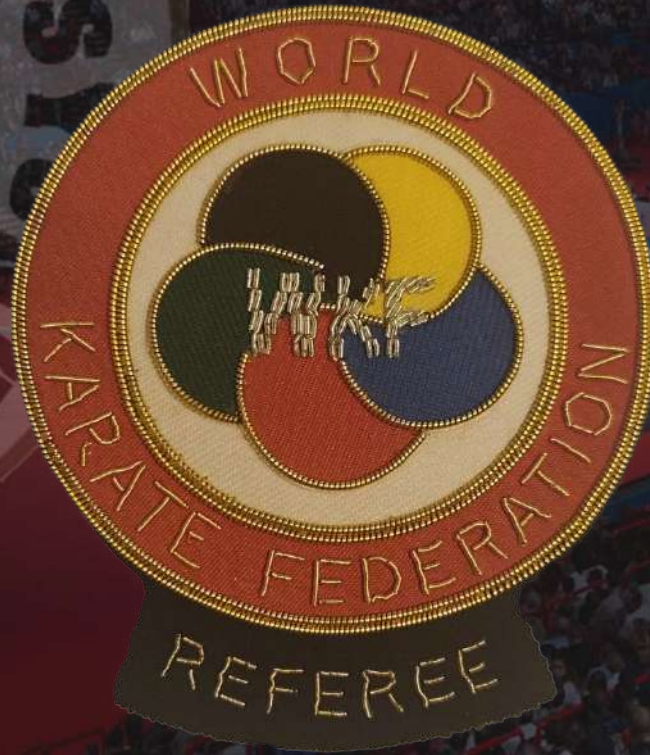
25 YAŞINI DOLDURMUŞ , MİLLİ HAKEMLERDEN VİZELİ **KUMİTE ORTA A**
yada **KATA YAN A** OLAN HAKEMLER C SINIFI **ULUSLARARASI** HAKEMLİK
SINAVI İÇİN BAŞVURABİLİRLER. **MİN. 3.DAN**

HADEM LİSANSLARI



25 YAŞINI DOLDURMUŞ , C SINIFI ULUSLARARSI HAKEMLİKTE VİZELİ
KUMİTE ORTA A yada KATA YAN A OLAN HAKEMLER B SINIFI
ULUSLARARASI EKF HAKEMLİK SINAVI İÇİN BAŞVURABİLİRLER.
MİN. 3.DAN

HAKEM LİSANSLARI



25 YAŞINI DOLDURMUŞ , **B SINIFI ULUSLARARSI HAKEMLİKTE**
KUMİTE ORTA HAKEM yada **KATA HAKEMİ** OLAN HAKEMLER **A SINIFI**
ULUSLARARASI WKF HAKEMLİK SINAVI İÇİN BAŞVURABİLİRLER.
MİN. 3.DAN



HAKEMLİK SEVİYELERİ

ORTA A

ORTA B

YAN A

YAN B

BÖLGE VİZE





**KURALLAR ÜLKEMİZİN HER BİR KÖŞESİNDE
AYNI ŞEKİLDE UYGULANMALIDIR**



SAHA İÇİNDE TELEFON KULLANIMI YASAKTIR

RC BAŞKANI , BAŞ HAKEM , AJ1 ve RC SEKRETERİ HARIÇTIR

CEKETLER



HADEM PANTOLONLARI



**GÖMLEK BOĞAZI KAPALI VE
KRAVAT TAM BAĞLANMIŞ
OLMALIDIR**



HAKEM CEKETİ DÜĞMELERİ KAPALI OLMALIDIR



HAKEMLER SADE ALYANS , KÜÇÜK KÜPE ve WKF ONAYLI HİJAB TAKABİLİRLER



HAKEM DÜDÜĞÜ



**BEYAZ İPLİ SİYAH BİR DÜDÜK
KULLANILACAKTIR**

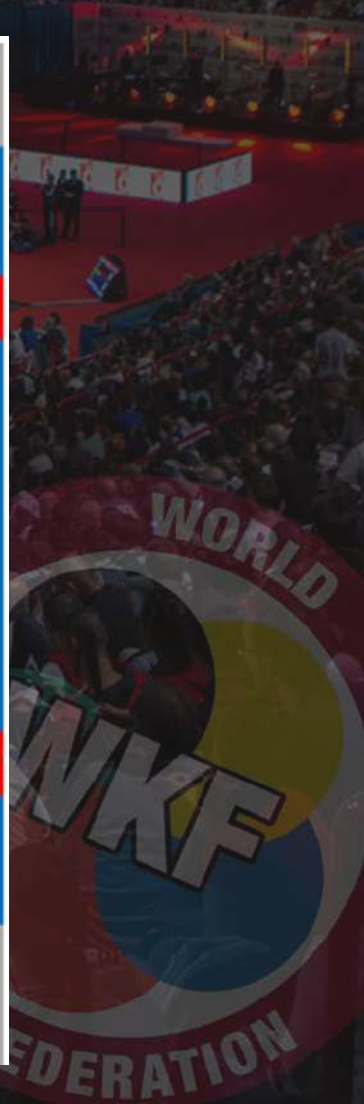


HADEM OLDUĐUNUZU UNUTMAYIN

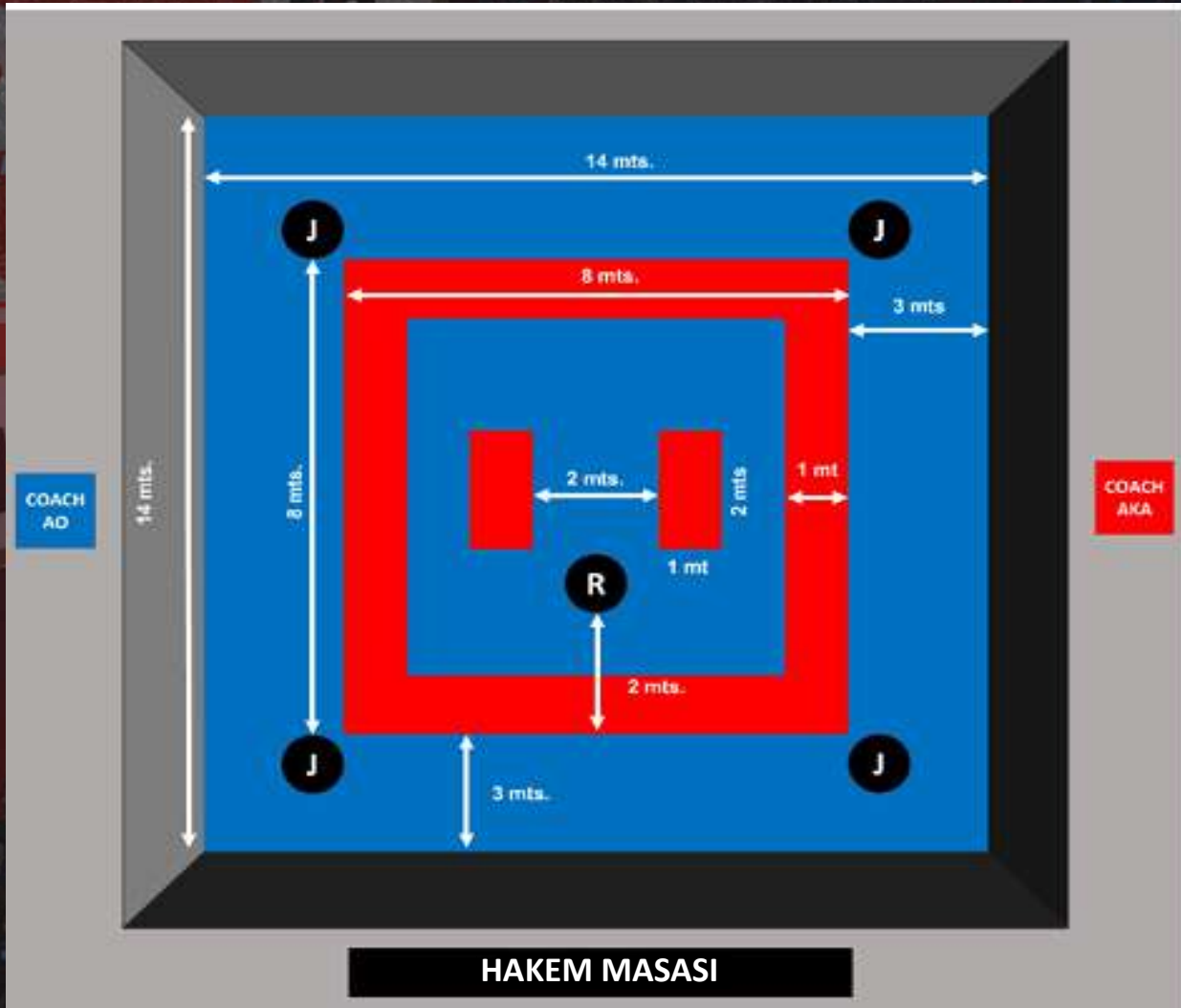


ATLET ' LERE TEMAS ETMEYİN

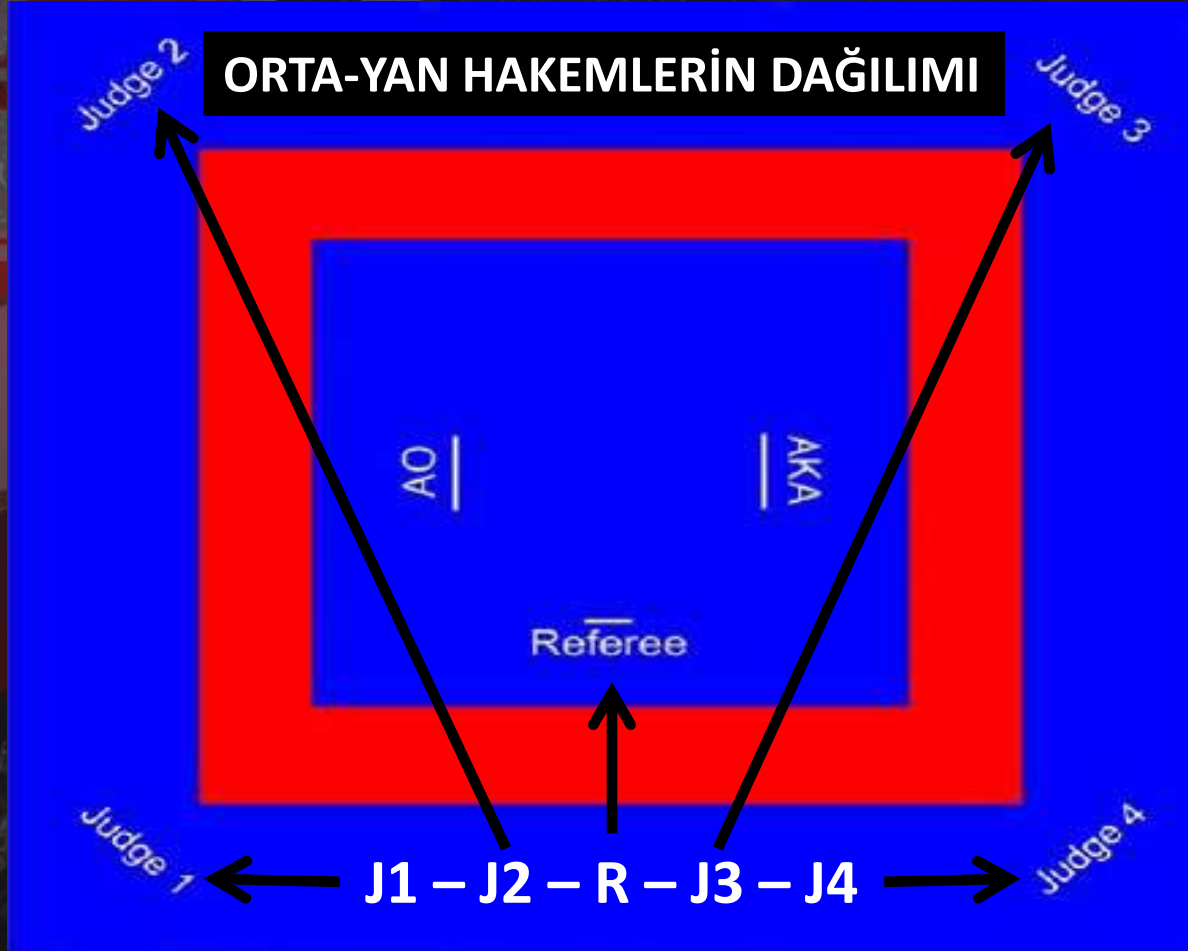




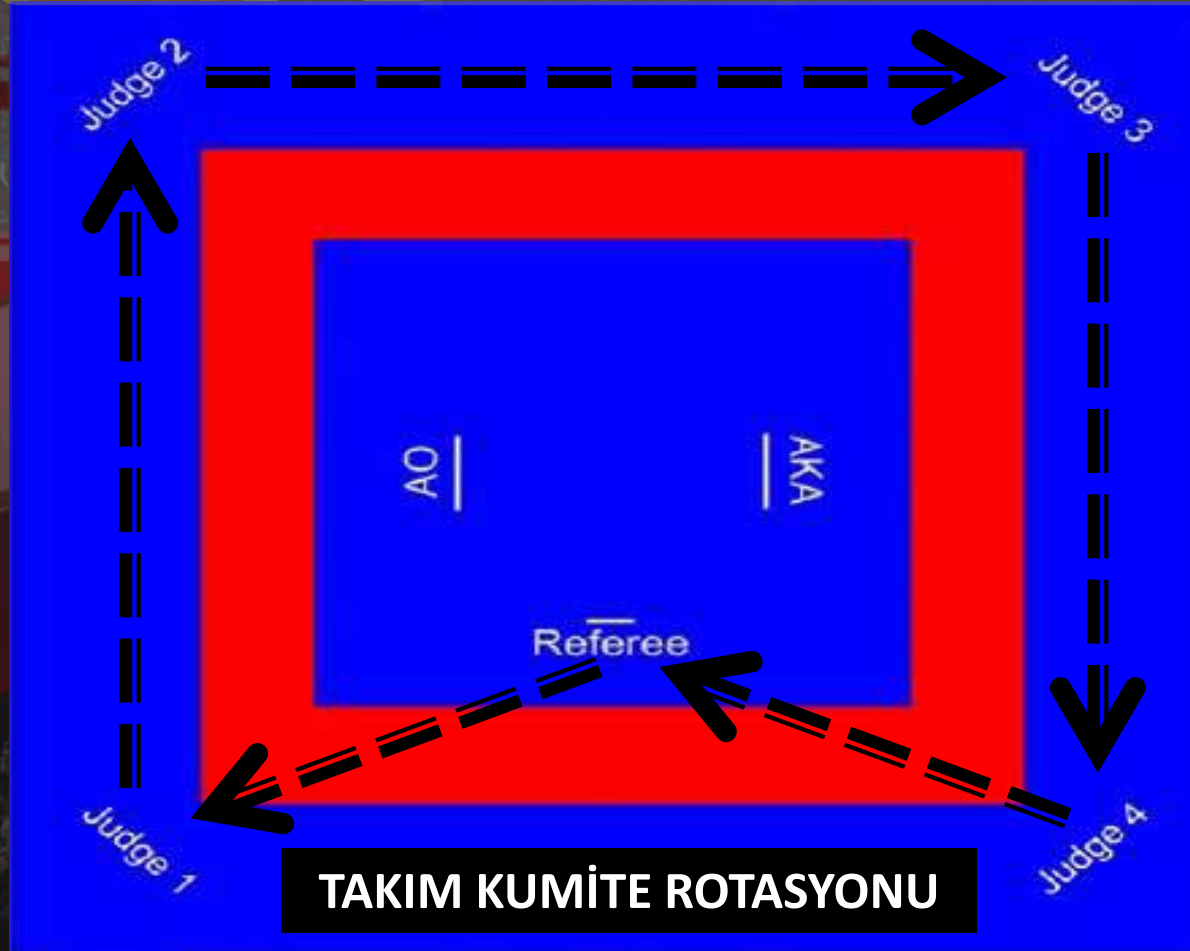
YÜKSELTİLMİŞ TATAMI YADA MADALYA MAÇLARI



KUMİTE TATAMI



KUMİTE TATAMI



TAKIM KUMİTE ROTASYONU

ERKEK TAKIM



DÖVÜŞÜLECEK İLK TURDA 5 SPORCUNUN DA TATAMİDE OLMASI ZORUNLUDUR

KADIN TAKIM

TAKIM KUMİTE SPORCU SIRALAMA



1

2

3

AO

AKA

Referee

1

2

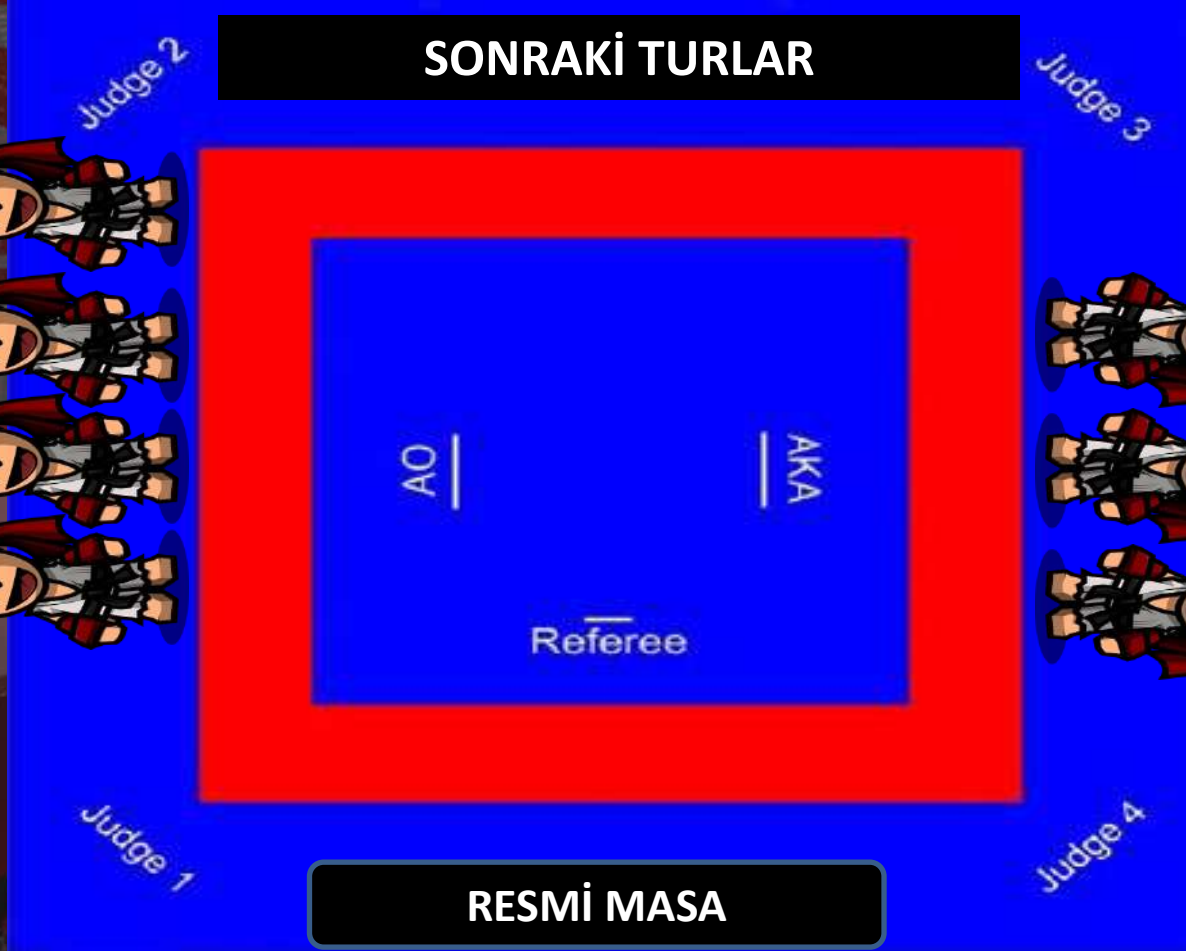
3



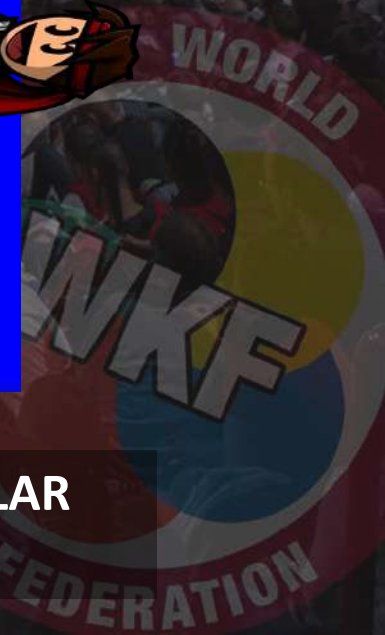
RESMİ MASA

DÖVÜŞÜLECEK İLK TURDA 3 KADIN SPORCUNUN DA TATAMİDE
OLMASI ZORUNLUDUR

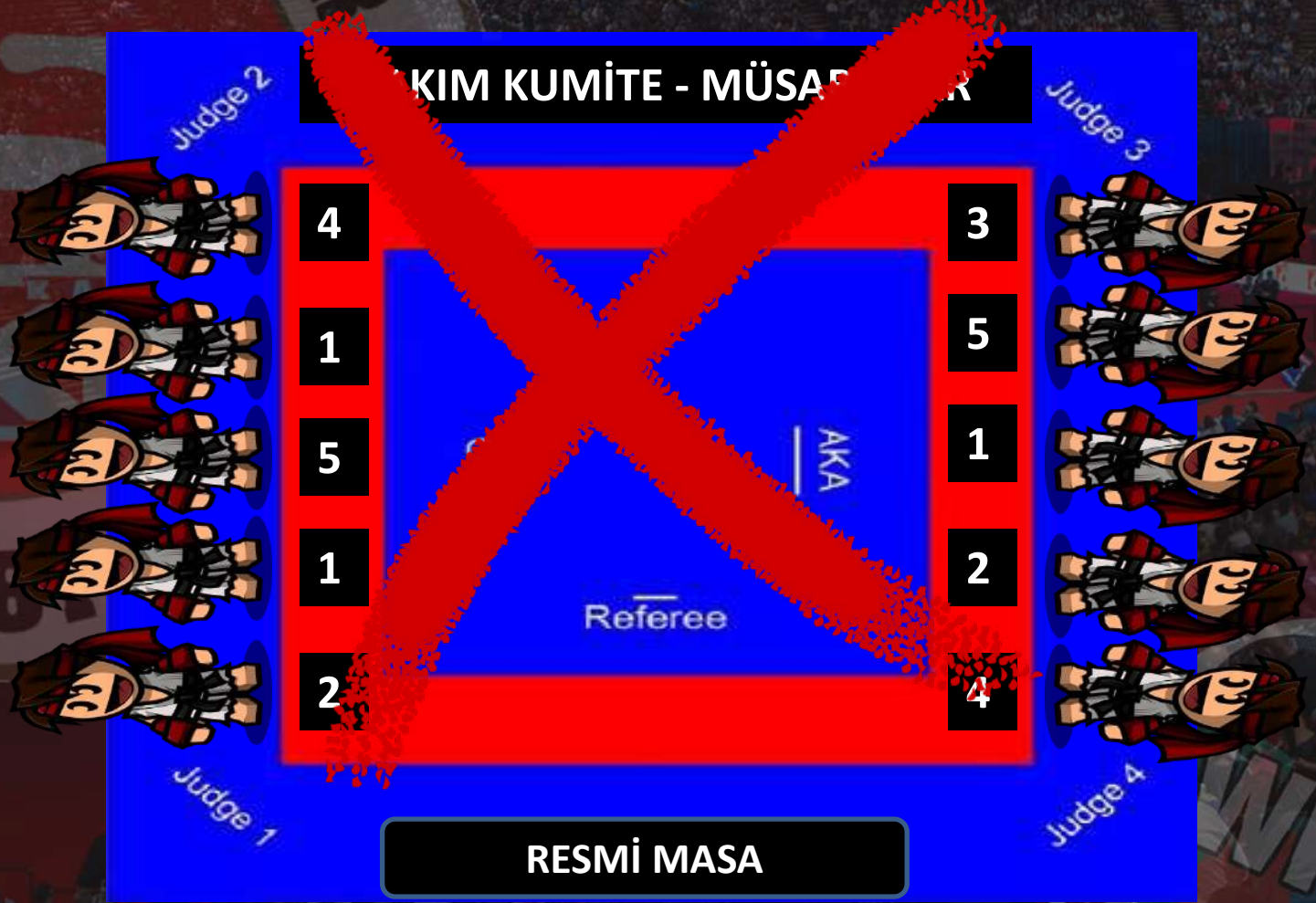
ERKEK - KADIN TAKIM



SONRAKİ TURLARDA ERKEKLER MİN.3 SPORCU – KADINLAR
MİN.2 SPORCU İLE TURLARA DEVAM EDEBİLİRLER



TAKIM SIRASI



**DÖVÜŞ SIRASINI DEĞİŞTİREN TAKIM
DİSKALİFİYE OLUR**

KUMİTE TATAMİ HAKEM YERLEŞİMİ



HAKEM PANELİ

ORTA HAKEM

4 YAN HAKEM

MAÇ ŞEFİ (KANSA)

SKOR ŞEFİ

VR HAKEMİ

MAÇ ŞEFİ (KANSA)
SERAMONİDE SIRAYA GEÇMEZ



JOGAI İÇİN HAKEM POZİSYONU



**ORTA HAKEM POZİSYONU
JOGAI İÇİN UYGUN DEĞİL**

JOGAI İÇİN HAKEM POZİSYONU

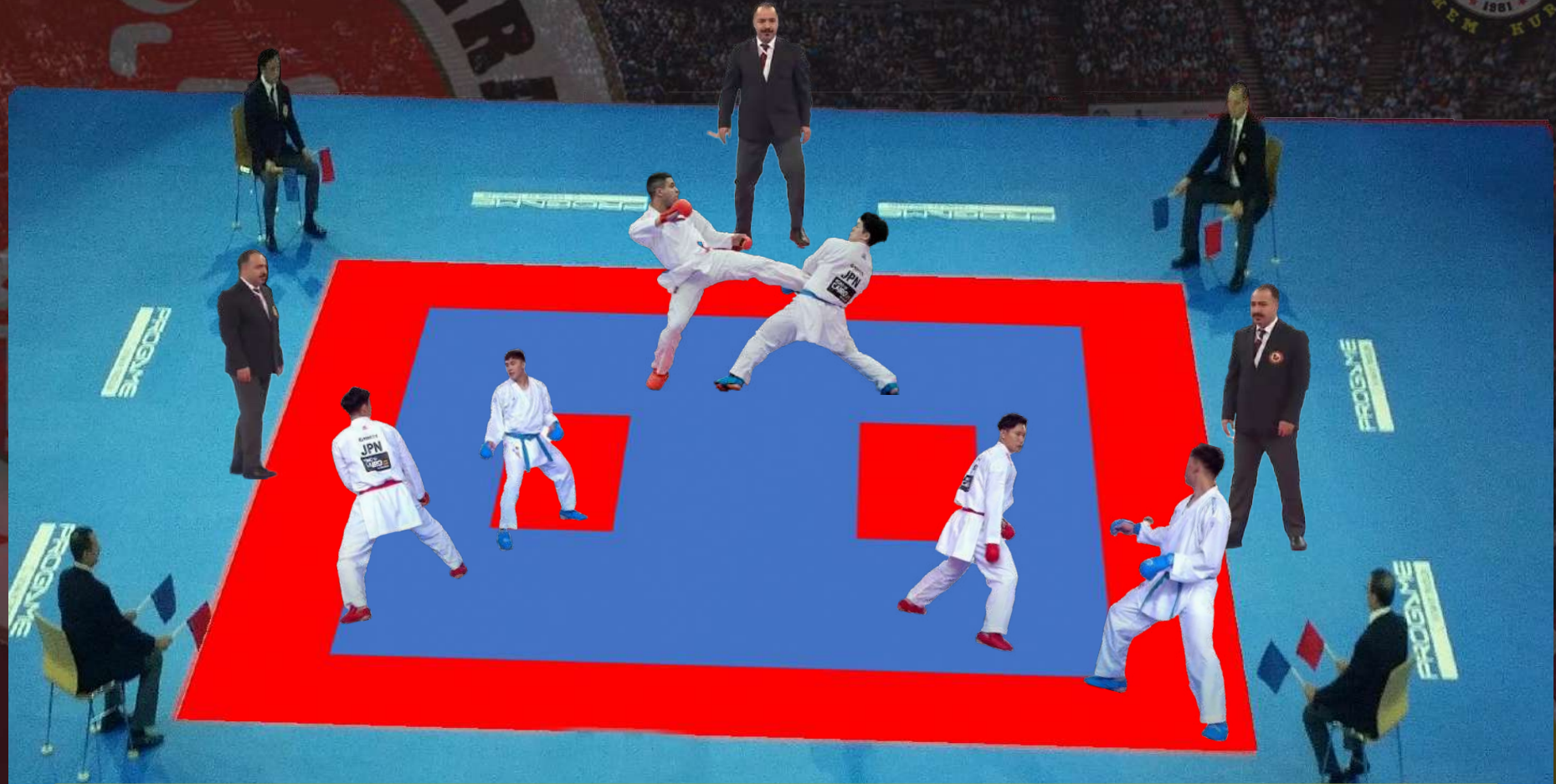


NORMAL POZİZYONLAR



**SPORCULAR ve ORTA HAKEM
ÜÇGEN OLACAK**

ORTA HAKEM TATAMI YERLEŞİMİ



**ORTA HAKEM SAHANIN HER YERİNDE OLABİLİR.
ÜÇGEN POZİSYONU ÇOK ÖNEMLİDİR.**

ZORUNLU KORUYUCU EKİPMANLAR

ELLİK **KIRMIZI - AKA** ve **MAVİ - AO**

KAVAL KORUYUCU **KIRMIZI - AKA** ve **MAVİ - AO**

AYAK KORUYUCU **KIRMIZI - AKA** ve **MAVİ - AO**

VÜCUT KORUYUCU

DİŞLİK

ERKEK KUGİ

BAYAN GÖĞÜS KORUYUCU – TÜM YAŞ BAYANLARDA
(**U14 VE ALT YAŞ ' DA DAHİL**) ZORUNLUDUR
(**VÜCUT KORUYUCU İLE BİRLEŞİK OLABİLİR**)



U14 VÜCUT KORUYUCU ve U14 MASKE

ZORUNLU KORUYUCU EKİPMANLAR



MITTS



SHIN PADS AND FOOT PROTECTOR



KUGİ



**U14 BODY
PROTECTOR**



U14 MASKE



**FEMALE
CHEST
PROTECTOR**



**BODY
PROTECTOR**



BİRLEŞİK GÖĞÜS KORUYUCU



**GUM
SHIELDS**

U14 KUMİTE



KASK KULLANIMI
DİŞLİK KULLANIM ZORUNLULUĞUNU İPTAL ETMEZ

MEDİKAL KASK



**U14 KATEGORİSİ
ZORUNLU KASK HARİCİNDE
HİÇBİR MEDİKAL yada
FARKLI KASK KULLANILAMAZ**

DEFORMASYONLAR AMPÜTASYONLAR

**KORUYUCU EKİPMANLARIN TAM OTURMASINI
ENGELLİYORSA VEYA SPORCUNUN KENDİSİ
YADA RAKİBİ İÇİN RİSK OLUŞTURUYORSA
YARIŞMASINA İZİN VERİLMEZ.**

TEREDDÜT VARSA DOKTORA DANIŞINIZ

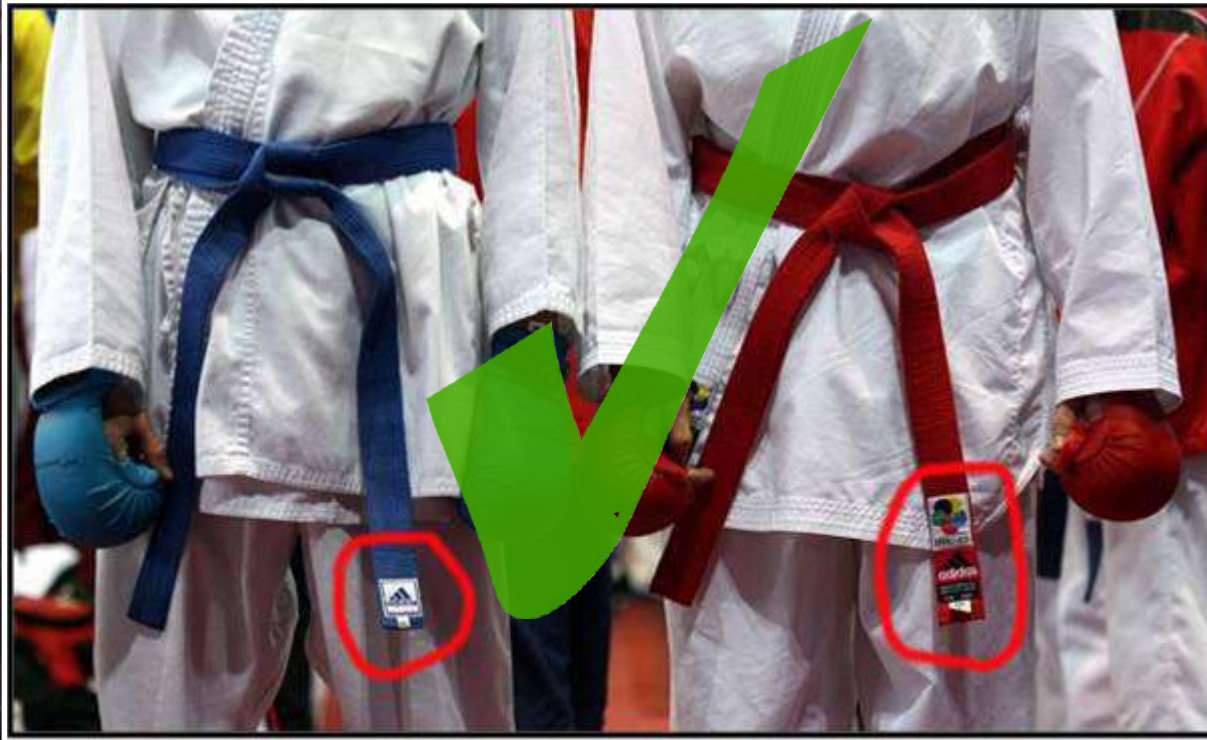
KEMERLER



**UYLUK KEMİĞİNİN
¾ ünü GEÇMEMELİ**

KEMERLER

KIRMIZI ve **MAVİ** KEMERLER (MARKA HARİÇ)
HERHANGİ BİR İŞARET VEYA İSİM İÇEREMEZ



CEKET BAĞCIKLARI BAĞLI OLMALIDIR



**MAÇ İÇİNDE BAĞCIKLAR KOPARSA
DEVAM EDEN BU MAÇ İÇİN
İZİN VERİLİR**



**MÜSABIKLAR ÇİZGİSİZ DÜZ VE ÜZERİNDE
HERHANGİ BİR KİŞİSEL İŞARET VEYA YAZI
OLMAYAN KARATE-Gİ GİYMELİDİRLER**

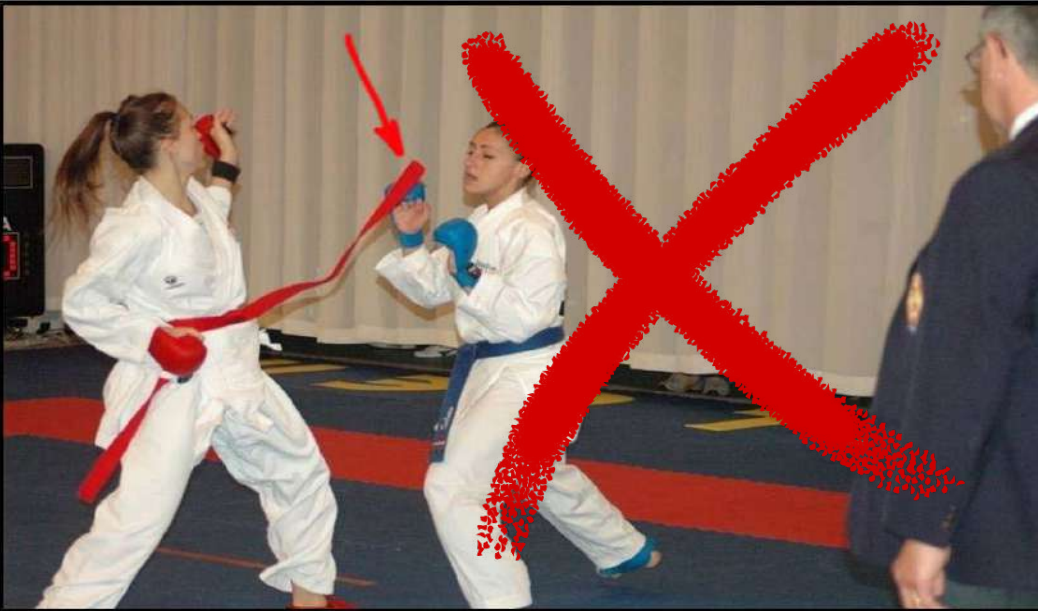


ELBİSELER



**DÜNYA – AVRUPA – PL – SERIES A –
YOUTH LEAGUE ZORUNLUDUR**

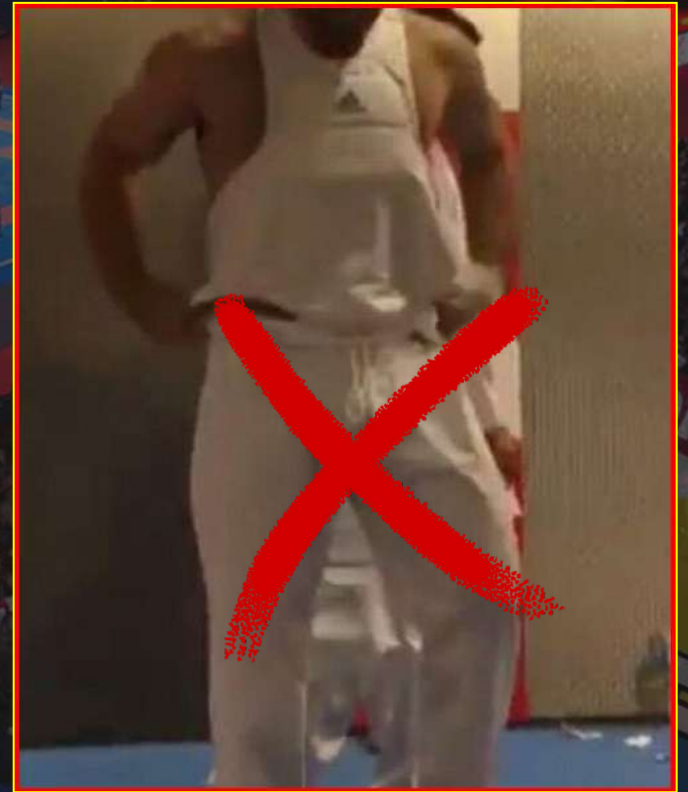
EKİPMANLAR



EKİPMANLAR



**DOLGU MALZEMESİ
TAM OLMALIDIR**



**DOLGU MALZEMESİ
ÇIKARILMAMALIDIR**

EKİPMANLAR



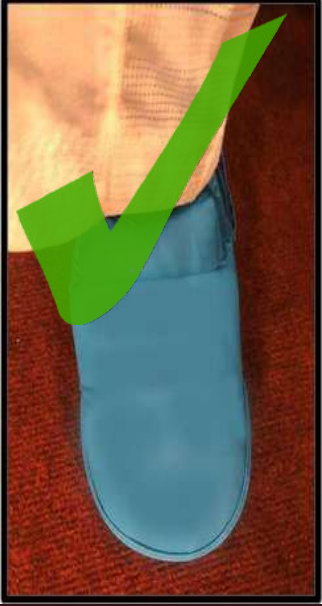
**ELLİKLER FİT OLMALIDIR VE
ELE OTURMALIDIR**

EKİPMANLAR



**ELLİKLER FİT OLMALIDIR VE
ELE OTURMALIDIR**

EKİPMANLAR



**AYAKLIKLAR PARMAKLAR
DAHİL AYAĞI KAPATMALIDIR**

WKF ONAYLI HİJAB SERBESTTİR

BAYAN
MÜSABIKLAR

ERKEK
MÜSABIKLAR

BAYAN HAKEMLER
VE
ANTRENÖRLER



KARATE PROPOSED
by 2020

ANTRENÖRLER



ANTRENÖRLER



ANTRENÖR MALZEMELERİ



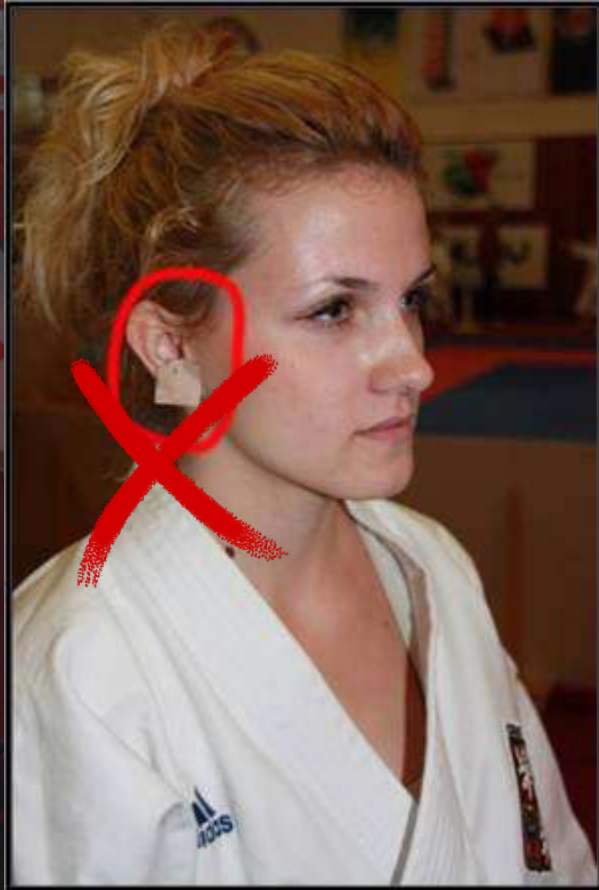
SAÇLAR

TEK AT KUYRUĞUNDA 1 YADA 2
LASTİK BANT İLE BAĞLAMA
SERBESTTİR

BONCUKLAR, SERT
TOKALAR VE DİĞER
DEKORASYONLAR YASAKTIR



MÜDAHALE EDİN



MALZEME

**MALZEME yada KORUYUCU
EKİPMANIN UYGUN OLMAMASI
SEBEBİ ile SPORCU
İÇİN 2 DAKİKALIK SÜRE
ÇALIŞTIRILIP DOĞRU
MALZEME GİYMESİ
İSTENİR. (Antrenör Kaldırılmaz)**



MALZEME

**2 DAKİKA İÇİNDE
SPORCU HAZIR OLMAZ İSE
KİKEN - GACHİ
YAPILIR**

**BU KONU KANSA ' NIN
SORUMLULUĞUNDADIR**



MALZEME

SPORCUDA KUGİ KONTROL PROSEDÜRÜ

SPORCUYA MAÇ ÖNCESİ KUGİ
(KASIK KORUYUCU) TAKIP
TAKMADIĞI SORULACAK.

SPORCU SÖZLÜ OLARAK CEVAP
VERECEK



MALZEME

**SPORCU KASIKLARINA
DARBE ALIRSA ve**

**SPORCUNUN KUGİ TAKMADIĞI
ANLAŞILIRSA**

**KUGİ TAKMAYAN SPORCU
SHIKKAKU OLACAK**



MALZEME

**MAÇ ÖNCESİ SPORCUYA
KUGİ TAKIP TAKMADIĞI
SORULMAMIŞ İSE**

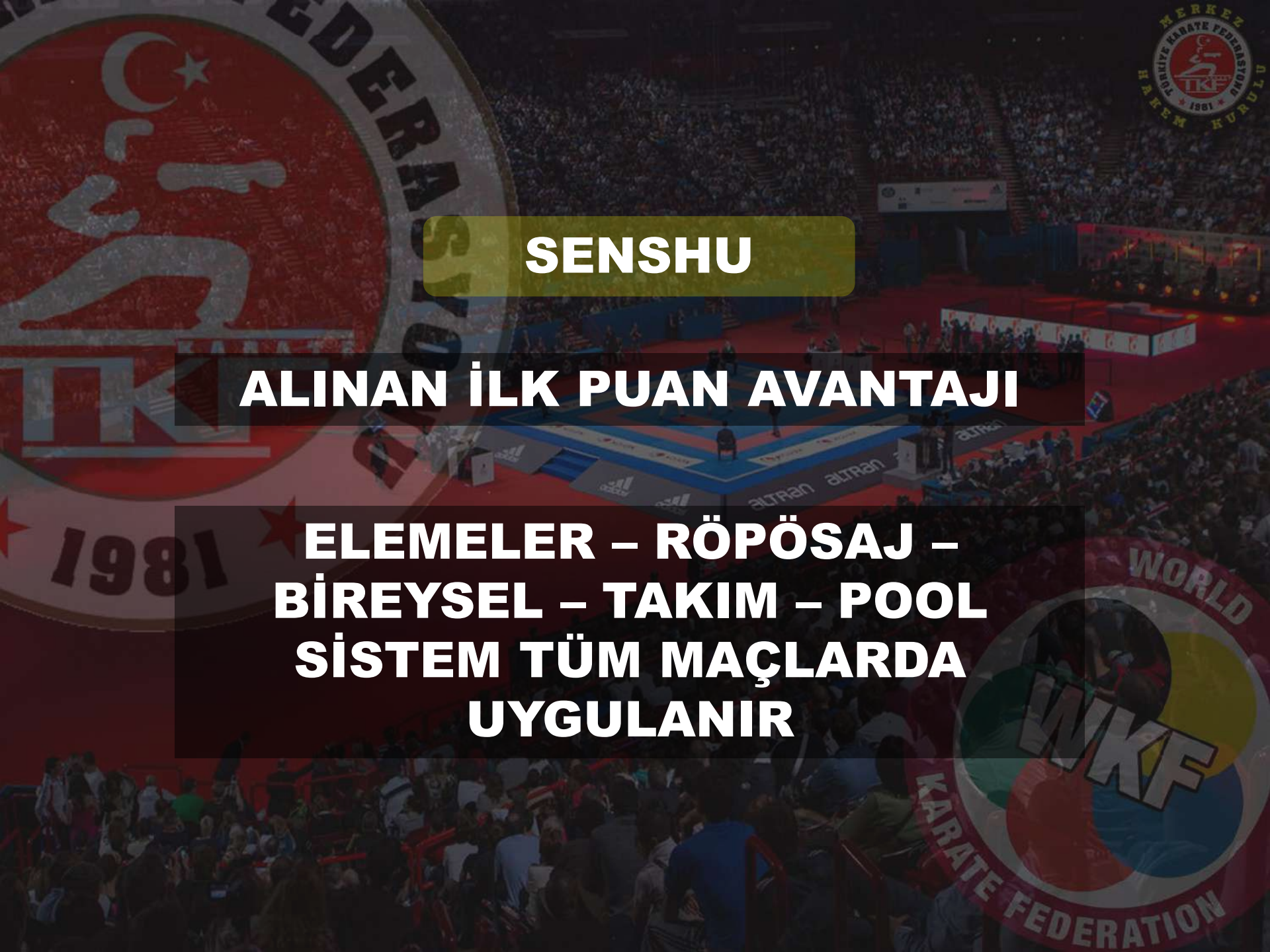
**SPORCUYA TAKMASI İÇİN
2 DAKİKA VERİLECEK ve**

**OTOMATİKMAN
MUBOBİ UYARISI ya da CEZASI ALACAK**



SPORCULARIN BAŞLANGIÇ POZİSYONU



The background of the image is a dark, high-angle shot of a large indoor arena filled with spectators. In the center, a blue and red karate mat is visible with several athletes and officials. Overlaid on the image are several logos: a large red and white TKF logo on the left, a smaller TKF logo in the top right corner, and a WKF logo in the bottom right corner. The text is presented in white, bold, sans-serif font within semi-transparent colored boxes.

SENSHU

ALINAN İLK PUAN AVANTAJI

**ELEMELER – RÖPÖSAJ –
BİREYSEL – TAKIM – POOL
SİSTEM TÜM MAÇLARDA
UYGULANIR**

SON 15 SANİYEDEN AZ KALDIĞINDA SENSHU İPTALİ



SON 15 SANİYEDEN AZ
SÜRE KALDIĞINDA,
DÖVÜŞTEN KAÇMA SEBEBİ
İLE (**ÖRNEKLER YANDADIR**)
HANSOKU CHUI ALAN
SPORCUNUN **VAR** İSE
SENSHU AVANTAJI İPTAL
EDİLİR.

BU SENSHU İPTALİ SONRASI
KALAN SÜRE İÇİNDE BAŞKA BİR
SENSHU VERİLMEZ.

İTMEK

TUTMAK

SARILMAK

ÇIKIŞ

KENDİNİ YERE ATMAK

DİŞLİĞİ ATMAK

GÜREŞMEK

ELLİK - AYAKLIK ÇIKARMAK

14 : 99

SON 15 SANİYEDEN AZ KALDIĞINDA HANSOKU- CHUI → HANSOKU



HANSOKU – CHUI ' Sİ OLAN
SPORCUYA DÖVÜŞTEN
KAÇMA SEBEBİ İLE
HANSOKU VERİLİP
ATILMASI GEREKİYORSA
ORTA HAKEM YAN
HAKEMLERİ ÇAĞIRIP
ONAYLARINI ALMAK
ZORUNDA.

HANSOKU – CHUI ' Sİ OLAN
SPORCUYA KONTAK VERİRKEN
FUKUSHİN-SHUGO YAPMAYA
GEREK YOKTUR

İTMEK

TUTMAK

SARILMAK

ÇIKIŞ

KENDİNİ YERE ATMAK

DİŞLİĞİ ATMAK

GÜREŞMEK

ELLİK - AYAKLIK ÇIKARMAK

1 4 : 9 9

TAKIM – BİREYSEL PUANLAR

AKA ALDIĞI İPPON İLE **10-0**
YAPMIŞ İSE

AKA ALDIĞI İPPON İLE **9-0**
YAPMIŞ İSE

SKOR
10-0
TESCİL EDİLİR

SKOR
9-0
TESCİL EDİLİR

FERDİ MAÇ SONUCU



PUAN FAZLA

PUANLAR EŞİT

HERŞEY
EŞİT İSE

PUANI FAZLA
OLAN TARAF
GALİP

SENSHU OLAN
TARAF GALİP

SENSHU YOK
İSE İPPON YADA
WAZA-ARİ ' si FAZLA
OLAN TARAF GALİP

HAKEM
KARARI
HANTEİ

**TÜM KRİTERLER EŞİT İSE
HANTEİ DE
KARAR VERİRKEN ŞUNU
DÜŞÜN**

**TÜM MAÇ BOYUNCA
HANGİ MÜSABIK
TAKTİK ve TEKNİK
ÜSTÜNLÜK
SERGİLEDİ**

ELEME SİSTEMİNDE TAKIM MAÇI SONUCU

GALİBİYET
FAZLA

GALİBİYETLER
EŞİT

PUANLAR DA
EŞİT İSE

GALİBİYETİ
FAZLA OLAN
TAKIM GALİP

EN ÇOK PUAN
TOPLAYAN
TAKIM

KARAR MAÇI

MNE RAKOVIC MARINA
MONTENEGRO VR 0

C1 C K HC H C2 C K HC H

AUT BUCHINGER ALISA
AUSTRIA VR 0

C1 C K HC H C2 C K HC H

TATAMI 1 0:54 FEMALE KUMITE -68 KG



MNE RAKOVIC MARINA
MONTENEGRO VR 0

C1 C K HC H C2 C K HC H

AUT BUCHINGER ALISA
AUSTRIA VR 0

C1 C K HC H C2 C K HC H

TATAMI 1 2:52 FEMALE KUMITE -68 KG

ZAMAN DURUNCA : BEYAZ

ZAMAN ÇALIŞINCA : SARI

**SON 15 SANİYEDEN
AZ KALMIŞ İSE : KIRMIZI**

MNE RAKOVIC MARINA
MONTENEGRO VR 01

C1 C K HC H C2 C K HC H

AUT BUCHINGER ALISA
AUSTRIA 0

C1 C K HC H C2 C K HC H

TATAMI 1 0:10 FEMALE KUMITE -68 KG



MNE RAKOVIC MARINA
MONTENEGRO VR 01

C1 C K HC H C2 C K HC H

AUT BUCHINGER ALISA
AUSTRIA 0

C1 C K HC H C2 C K HC H

TATAMI 1 0:10 FEMALE KUMITE -68 KG

SON 5 SANİYEDE MS. ÇALIŞIR ve 0.00 OLANA KADAR MAÇI DEVAM ETTİRİN

TIME SCOREBOARD



0:04.8

DEVAM ETTİR

0:00.6

DEVAM ETTİR

0:00

DURDUR

0:00

DEVAM ETTİR



**MAÇI HAKEM BAŞLATIR
HAKEM DURDURUR**

**AMA
SKORBORD**

00:00:00

OLDUĞUNDA HAKEM DURDURMAKTA GEÇ KALSA

BİLE

**MAÇ OTOMATİK OLARAK BİTER
HİÇBİR ŞEKİLDE PUAN VERİLEMEZ
CEZA VERİLEBİLİR**

0:00.6

**6 SALİSE KALA PUAN OLDU AMA
ORTA HAKEM MAÇI DURDURANA
KADAR SÜRE BİTTİ**

**PUANIN OLDUĞU AN
ÖNEMLİDİR. ORTA HAKEM ve
KANSA AYNİ GÖRÜŞTEYSE
PUAN VERİLİR**

**VERİLMEZ ve KOÇ İTİRAZ EDİP
İSPAT EDERSE İTİRAZ KABUL
EDİLİR.**

0:00.6

**1 SALİSE KALA PUAN OLDU AMA
ORTA HAKEM MAÇI DURDURANA
KADAR SÜRE BİTTİ**

**YAN HAKEMLER PUAN 1 SALİSE
KALA BİLE OLSA BAYRAKLARINI
MAÇ BİTTİKTEN SONRA
KALDIRABİLİRLER. ÖNEMLİ
OLAN PUANIN OLDUĞU ANDA
SÜRENİN İÇİNDE OLUP
OLMADIĞIDIR.**

JODAN TEKNİKLER



TEKMELER

TSUKİLER

DERİ TEMASI

**BÜYÜKLER
GENÇLER
5 CM**

**BÜYÜKLER
GENÇLER
2 CM**

**BÜYÜKLER
GENÇLER
ÜMİTLER**

**ÜMİT-YILDIZLAR-
MİNİKLER
10 CM**

**ÜMİT-YILDIZLAR-
MİNİKLER
5 CM**

**(EL VE AYAK)
VAR**

JODAN TEKNİKLER



U 14 DERİ TEMASI



MASKE ZORUNLU İSE

EL VAR / AYAK VAR

MASKE
KULLANILMIYORSA

EL **YOK** / AYAK **YOK**

**MİNİKLER
DERİ
TEMASI
NEDEN
YASAK**



MİNİKLER JODAN PUAN MESAFESİ



WORLD

TKF

FEDERATION

BÜYÜKLER DERİ TEMASI



BÜYÜKLER DERİ TEMASI



**DERİ TEMASININ ANLAMİ BAŞ
BÖLGESİNE yada KORUYUCU KASK ‘ A
ENERJİ TRANSFERİ OLMADAN TEMAS
ETMEKTİR.**





10 CM



U14 MASKE ' YE MESAFE



**U14 MASKEYE
ENERJİ TRANSFERİ OLMADAN
TEMAS SERBESTTİR**

U14 MASKE 'YE MESAFE



**TEMAS
OLMASA DAHI
DENEMEK
BİLE KONTAK
CEZASI
GEREKTİRİR**

**YERDE BULUNAN RAKİBE AYAK İLE
ATAK YAPMAK , TEŞEBBÜS ETMEK
YASAKTIR**



MAÇ SÜRELERİ



**MİNİKLER
VE
YILDIZLAR**

**1,5
DAKİKA**

**ÜMİTLER
VE
GENÇLER**

**2
DAKİKA**

**U-21
VE
BÜYÜKLER**

**3
DAKİKA**

**MAÇ ARASI DİNLENME VE
EKİPMAN DEĞİŞİM SÜRELERİ**

**MAÇ ARASI DİNLENME
SÜRELERİ MAÇ SÜRESİ İLE
EŞİTTİR**

**EKİPMANLARDA RENK
DEĞİŞİMİ VARSA SÜRE
DAKİKADIR**

5

PUANLAR

7 BÖLGEDEN PUAN ALINIR

**BAŞ
YÜZ**

BOYUN

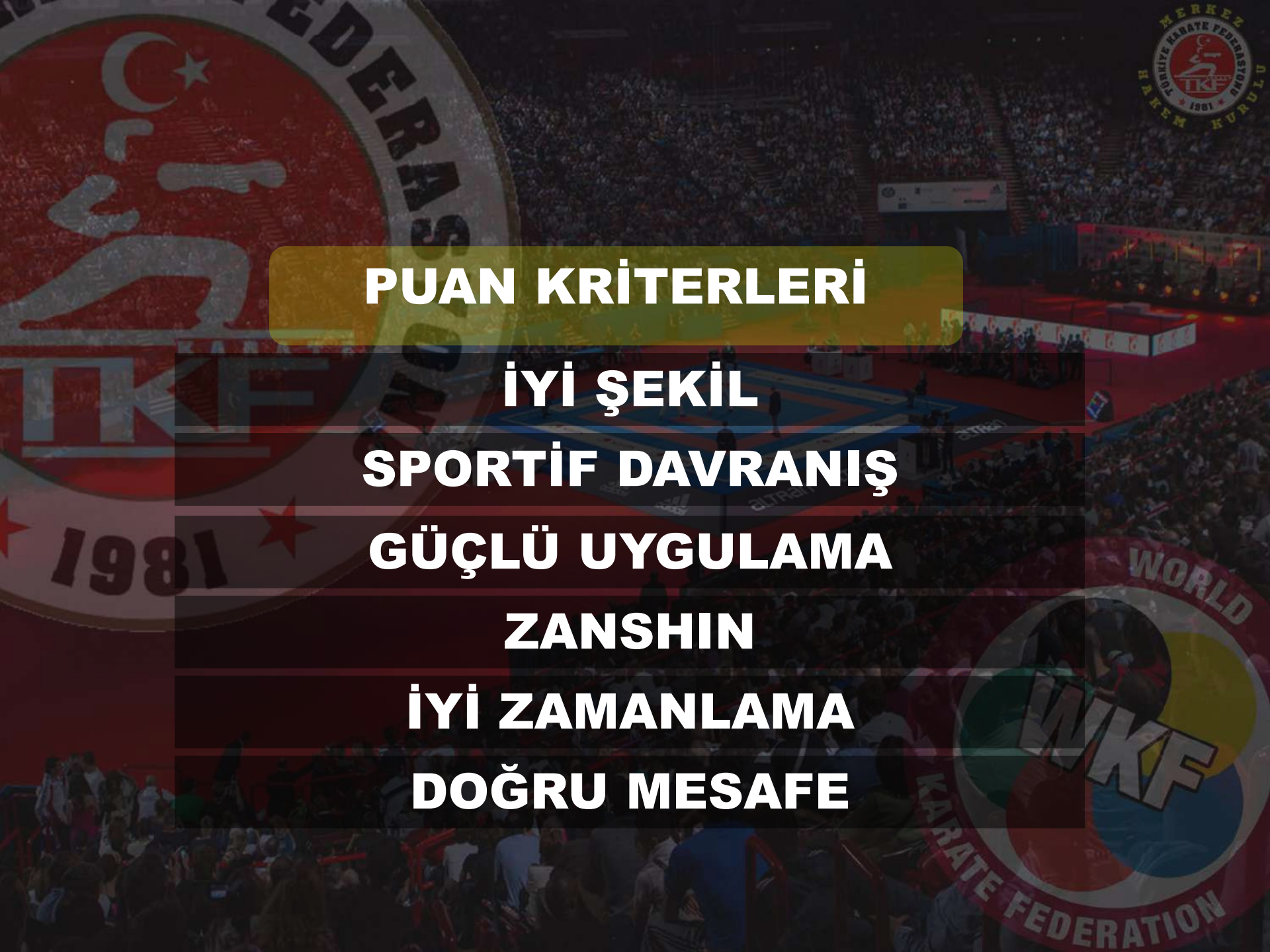
KARIN

GÖĞÜS

SIRT

YANLAR



The background of the slide is a dark, high-angle photograph of a large indoor arena filled with spectators. In the center, a blue and white karate mat is visible. Overlaid on the image are several logos: a large red and white Turkish Karate Federation (TKF) logo on the left, a smaller circular logo in the top right corner, and a large circular World Karate Federation (WKF) logo in the bottom right corner. The text is centered in a yellow box.

PUAN KRİTERLERİ

**İYİ ŞEKİL
SPORTİF DAVRANIŞ
GÜÇLÜ UYGULAMA
ZANSHIN
İYİ ZAMANLAMA
DOĞRU MESAFE**

YUKO – 1 PUAN

**PUAN ALICI
ALANA
YAPILAN
TSUKI VEYA
UCHI**



WAZA-ARİ – 2 PUAN

ORTA
SEVİYEYE
CHUDAN ` A
TEKMELER



İPPON – 3 PUAN



JODAN TEKMELER



İPPON – 3 PUAN

**TORSO
ARANMAKSIZIN**

**DÜŞEN
SPORCUNUN
AYAKLARI
DIŞINDA
HERHANGİ BİR
UZVU YERE
DEĞERSE**

**İPPON
OLACAK**



BU POZİSYONDA İPPON VERMEYİN



**ALÇAK ATILAN BİR TSUKİ SEBEBİ İLE DİZİN YERE TEMASI
İSTİSNADIR – AYAKTA KABUL EDİLİR ve İPPON VERİLMEZ**

KOMBİNASYON



**BİRBİRİ ARDINA
DEVAM EDEN
TEKNİK
KOMBİNASYONUNDA,
YÜKSEK PUAN OLAN
TEKNİĞE PUAN
VERİN.
DÜŞÜK PUANI
YÜKSEĞE ÇEVİRMEK
KURAL BİLGİSİNİN
İYİ OLDUĞUNU
GÖSTERİR**



ZANSHIN FARKINDALIK

**TEKNİK
UYGULANDIKTAN
SONRA
TEKNİK YAPAN
SIRTINI – ARKASINI
DÖNERSE PUAN
OLMAZ**



BAYRAK ÜSTÜNLÜKLERİ

1 YUKO
1 İPPON

2 YUKO
1 İPPON

YÜKSEK OLAN
YANI
İPPON VERİLİR

FAZLA BAYRAK
OLAN YANI
YUKO
VERİLİR

CHUI SKALASI



CHUI 1



CHUI 2



CHUI 3



HANSOKU CHUI



HANSOKU

**CHUI VE
HANSOKU CHUI
UYARIDIR
HANSOKU
VE
SHIKKAKU
CEZADIR**

The background of the slide is a dark, high-angle photograph of a karate match in progress. A large crowd of spectators is visible in the stands. On the left, a large, semi-transparent logo of the Türkiye Karate Federasyonu (TKF) is visible, featuring a stylized karateka in a red and white circular emblem with the text 'TÜRKİYE KARATE FEDERASYONU' and '1981'. On the right, a smaller, semi-transparent logo of the World Karate Federation (WKF) is visible, featuring a stylized karateka in a red and white circular emblem with the text 'WORLD KARATE FEDERATION' and '1961'.

UYARI VE CEZALAR

UYARILAR
CHUI
HANSOKU CHUI

CEZALAR
HANSOKU
SHIKKAKU

HANSOKU – KİKEN - SHİKKAKU

HANSOKU : 0
MAÇTAN ATILMIŞTIR

KİKEN : 0
KATEGORİDEN
ATILMIŞTIR

SHİKKAKU : 0
TURNUVADAN
ATILMIŞTIR



HANSOKU ve HANSOKU CHUİ



KARNINI GÖSTER



YÜZÜNÜ GÖSTER

HANSOKU CHUİ

HANSOKU



CHUİ SKALASI

**AŞAĞIDAKİ İSTİSNALAR HARIÇ
HER BİR CEZA TEKER TEKER
VERİLİR**

AŞIRI TEMAS

YÜZE EL AÇIK YAPILAN TEKNİKLER

TEHLİKELİ FIRLATMALAR

**EKLEM YERLERİNE , KOLLARA ,
AYAKLARA , KASIKLARA , AYAK
ÜSTÜNE YAPILAN TEKNİKLER**



CHUİ SKALASI

**AŞAĞIDAKİ İSTİSNALAR HARIÇ
HERBİR CEZALAR TEKER
TEKER VERİLİR**

YARALANMA NUMARASI

YARALANMAYI ABARTMA

**15 SANİYE ALTINDA
DÖVÜŞTEN KAÇMAK**

**PUAN VERİLEN POSİZYONDA
YARALANMA NUMARASI
YAPMAK**



MUBOBİ



**MUBOBİ, BİR SPORCUNUN KENDİ
HATASI VEYA İHMALİ SONUCU
DARBE ALMASI VEYA YARALANMASI
DURUMUNDA VERİLEN BİR UYARI
VEYA CEZADIR.
RAKİBE SIRTINI DÖNMEK, RAKİBİN
KARŞI SALDIRISINI DİKKATE
ALMADAN SALDIRMAK, HAKEM
"YAME" DEMEDEN ÖNCE DÖVÜŞÜ
BIRAKMAK, GARDI DÜŞÜRMEK
VEYA RAKİBİN SALDIRILARINI
ENGELLEMEDE TEKRAR TEKRAR
BAŞARISIZ OLMAK BİR MUBOBİ
ÖRNEĞİDİR**

The background of the slide is a dark, high-angle photograph of a large indoor arena filled with spectators. In the center, a blue and white karate mat is visible with several athletes and officials. Overlaid on the left is a large, semi-transparent circular logo for the Turkish Karate Federation (TKF), featuring a stylized white karate figure on a red background, with the text 'TÜRK KARATE FEDERASYONU' and 'TKF' around it. In the top right corner, there is a smaller circular logo for the 'MERKEZ KARATE FEDERASYONU' (Central Karate Federation) with 'TKF' and '1961' inside. In the bottom right corner, there is another semi-transparent circular logo for the World Karate Federation (WKF), featuring a stylized figure and the text 'WORLD KARATE FEDERATION' and 'WKF'.

YASAK HAREKETLER

**17 ADET
YASAK HAREKET
VARDIR**

YASAK HAREKETLER

1

**PUAN BÖLGESİNE YAPILAN TEKNİKLER
DİKKATE ALINARAK AŞIRI KONTAK YAPAN
TEKNİKLER VE GIRTLAĞA TEMAS
EDEN TEKNİKLER.**

2

**KOLLARA, AYAKLARA, KASIKLARA, EKLEM
YERLERİNE YA DA AYAĞIN ÜST KISMINA
YAPILAN ATAKLAR.**

YASAK HAREKETLER

3

AÇIK EL İLE SURATA YAPILAN TEKNİKLER

4

WAKARETE VE TSUZUKETE ARASINDA TEKNİK UYGULAMAK

5

TEHLİKELİ YA DA YASAK FIRLATMA TEKNİKLERİ

YASAK HAREKETLER

6

ALDATMA YA DA YARALANMAYI ABARTMA

7

**RAKİBİN ETKİSİ OLMADAN YADA PUAN
SONRASI YARIŞMA ALANINDAN ÇIKIŞ (JOGAI)**



YASAK HAREKETLER

8

**HAREKETİ İLE RAKIBİN YAPTIĞI ATAKLA
KENDİNİ TEHLİKEYE SOKACAK DURUMA
DÜŞÜRME, RAKIBİN ATAĞINDA
KENDİNİ YARALAMAYA SEBEBİYET VERME YA
DA KENDİNİ KORUMAK İÇİN GEREKLİ
ÖNLEMLERİ ALMAMA (MUBOBİ)**

9

**RAKİBİN PUAN ALMA FIRSATINI ENGELLEMELİK
MAKSADIYLA DÖVÜŞMEKTEN KAÇINMA,**

YASAK HAREKETLER

10

**PASIFLIK – DÖVÜŞMEYE TEŞEBBÜS ETMEMEK.
(MÜSABAKANIN BITİMİNE 15 SANİYEDEN AZ
KALMIŞSA VEYA SENSU YA SAHİPSE
VERİLEMEZ.)**

11

**FIRLATMA YA DA DİĞER BİR TEKNİĞE
TEŞEBBÜS ETMEDEN SARILMA, GÜREŞME,
İTME, TUTMA YADA GÖĞÜS
GÖĞÜSE BEKLEME.**

YASAK HAREKETLER

12

**RAKIBIN ATTIĐI TEKMEYİ YAKALAYARAK ONU
YERE DÜŞÜRME DURUMUNDAN BAŞKA
HERHANGİ BİR SEBEPLE
RAKIBI İKİ ELLE TUTMA.**

13

**HEMEN PUAN ALMAYA YADA RAKİBİNİ
DÜŞÜRMEYE ÇALIŞMAKSIZIN RAKİBİN
ELBİSESİNİ YADA KOLLARINI TEK ELLE
TUTMAK**

YASAK HAREKETLER

14

**DOĞASI GEREĞİ RAKIBİ TEHLİKEYE SOKACAK,
KONTROL EDİLEMİYEN TEKNİKLER VE
TEHLİKELİ VE KONTROLSÜZ
ATAKLAR.**

15

BAŞ-DİZ VE DİRSEKLER İLE YAPILAN ATAKLAR.

16

**YERDE YATAN RAKİBE KARŞI AYAK TEKNİĞİ
UYGULAMAK**



YASAK HAREKETLER

17

**KONUŞMA YA DA RAİBİ KIŞKIRTMA, ORTA
HAKEMİN TALİMATLARINA UYMAMA,
HAKEMLERE KARŞI SAYGISIZCA
DAVRANMAK YA DA DİĞER DAVRANIŞ
İHLALLERİ**



TIBBİ MÜDAHALE



**3 DAKİKA SÜRE
VERİLİR.**

3 DAKİKA SONUNDA

**DOKTORUN ONAYI
ALINARAK**

**DÖVÜŞMEYE UYGUN
OLMADIĞI YADA
TEDAVİ
SÜRESİNİN
UZATILMASI
ŞEKLİNDE
KARAR ALINIR.**

AÇIK ELLE YÜZE EL TEKNIĞİ



2nd AYCC in Hangzhou

AÇIK ELLE YÜZE EL TEKNIĞİ



2nd AYCC in Hangzhou

TIBBİ MÜDAHALE



**DOKTOR DEVAM
EDEMEZ DERSE**

**ORTA HAKEM
UYMAK
ZORUNDADIR**



**DOKTOR DEVAM
EDEBİLİR DERSE**

**ORTA HAKEM KARŞI
ÇIKABİLİR**



YARALANAN SPORCULAR DEVAM EDEMİYOR



BERABERE

BİR SPORCU
ÖNDE

SENSHU su
OLAN GALİP
OLUR

TAKIM
MAÇINDA DA
AYNI OLUR

ÖNDE OLAN
GALİP İLAN
EDİLİR

SENSHU YOKSA EN
ÇOK İPPON – WAZA
ARİ OLAN SPORCU.
ODA YOKSA HANTEİ
YAPILIR

TAKIM
MAÇINDA DA
HİÇBİRİ YOKSA
HİKİWAKE
YAPILIR

METALİK DİŞ TELLERİ



**ORTA HAKEM VE
DOKTOR TARAFINDAN
ONAYLANMALIDIR.
ALT VE ÜST DİŞ
TELLERİ İÇİN İKİ
DİŞLİK
KULLANILABİLİR.**



YASAK HAREKETLER JOGAİ



JOGAİ DEĞİL



JOGAİ

PUAN ve KONTAKT

**AKA PUAN ALDI
BAYRAKLAR KALKTI
HAKEM “YAME” DEDİ
AKA KONTAK YAPTI**

**PUAN NE KADAR GÜZEL OLURSA
OLSUN
DİKKATE ALINMAZ.**

CEZA SKALASI UYGULANACAKTIR



PUAN ve KONTAKT

**AKA PUAN ALDI
BAYRAKLAR KALKTI
HAKEM “YAME” DEDİ
AO KONTAK YAPTI**

AKA YA PUAN VERİLİR

**AO ‘ YA CEZA SKALASI
UYGULANACAKTIR**



**PUAN VE
ÇIKIŞ**

AKA PUAN ALDI

**PUAN SONRASINDA
AKA DIŞARI ÇIKTI**

AKA YA PUAN VERİLİR

CEZA UYGULANMAZ



**PUAN VE
ÇIKIŞ**

AKA PUAN ALDI

**PUANDAN SONRA
AO DIŞARI ÇIKTI**

AKA YA PUAN VERİLİR

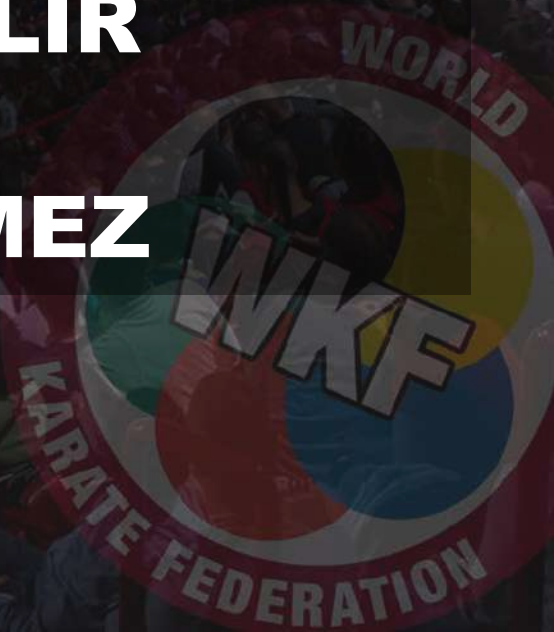
AO' YA CEZA UYGULANMAZ

**PUAN VE
ÇIKIŞ**

**AKA PUAN ALDIĞI ANDA
AO DIŞARI ÇIKTI**

AKA YA PUAN VERİLİR

AO' YA CEZA VERİLMEZ



PUAN VE ÇIKIŞ

AKA AO 'YU **DIŞARI FIRLATTI**
İPPONLADI

AKA **İÇERDE** AO **DIŞARDA**

AKA YA PUAN VERİLİR

AO' YA CEZA UYGULANMAZ

PUAN VE ÇIKIŞ

AKA AO 'YU DIŞARI FIRLATTI

**AKA DIŞARI BASARAK TEKNİK
UYGULADI**

AO DIŞARDA

AKA YA CEZA UYGULANIR

AO' YA CEZA UYGULANMAZ

PUAN VE ÇIKIŞ

ÖZET İLE
PUAN VE JOGAİ CEZASI
AYNI ANDA SPORCUNUN
KENDİSİNE,
YADA RAKİBİNE
VERİLEMEZ.
BİR TANESİ
VERİLEBİLİR



HANSOKU-KİKEN-SHİKKAKU

TAKIM MAÇLARINDA

**BİR SPORCU KİKEN-HANSOKU
VEYA SHİKKAKU ALIRSA SKORU
SIFIRLANACAK VE RAKİBİNİN
SKORU 8-0 OLARAK TESCİL
EDİLECEKTİR. PUANLAR YUKO
OLARAK YAZILACAKTIR.**

ATOSHİ BARAKU

**MAÇIN BİTİMİNE
15 SANİYEDEN AZ
KALDI UYARISI**

0:14



**ATOSHİ BARAKU İÇİNDE
DÖVÜŞTEN KAÇMA**

**ORTA HAKEM DİREKT HANSOKU
CHUİ VERECEKTİR.**

**HANSOKU CHUİ'Sİ VARSA
HANSOKU YAPACAKTIR**

ON SANİYE KURALI



**SPORCU KENDİ KENDİNE YADA
RAKİBİN DARBESİ İLE TORSO
YERDE OLACAK ŞEKİLDE yani
KALÇA (KARIN-YAN-ARKA) ve OMUZ
YERE TEMAS EDECEK ŞEKİLDE
KROKE OLDU İSE 10 SANİYE
KURALI DEVREYE GİRER.**

ON SANİYE KURALI

**BU DURUMDA ORTA
HAKEM MAÇI
DURDURACAK VE HEMEN
DOKTOR'U
ÇAĞIRACAKTIR, AYNI
ZAMANDA DA BİR ELİNİN
PARMAKLARINI
KULLANARAK GEÇEN
HER BİR SANİYEYİ
GÖSTEREREK İNGİLİZCE
10'A KADAR SAYACAKTIR**



SÜRE DOLDU İSE



TORİMASEN İŞARETİ YAP

DOKTOR SPORCUYU KALDIRAMAZ



**SPORCU KENDİ KALKANA KADAR VE DİK DURUMA
GEÇENE KADAR SAYMAYA DEVAM ET. AYAĞA
KALTIĞINDA DOKTOR TEDAVİ İÇİN YATIRABİLİR**

ON SANİYE KURALI

10 SANİYE BAŞLATILAN HER POZİSYONDA (SPORCU 3. SANİYE'DE AYAĞA KALKSA BİLE) DOKTOR ÇAĞIRILIR ve SPORCU KONTROL ETTİRİLİR



ON SANİYE KURALI

10 SANİYE BAŞLATILAN ve BİTEN
HER POZİSYONDA ORTA HAKEM
FUKUSHİN YAPARAK
YAN HAKEMLERİ BİR ORTAK
GÖRÜŞE VARMAK ÜZERE
ÇAĞIRIR ve ALINAN ORTAK KARARI
UYGULAR



ON SANİYE KURALI

**10 SANİYE BAŞLATILMIŞ VE
BİTMEDEN SPORCU KALKMIŞ
İSE FUKUSHİN-SHUGO
YAPMAYA GEREK YOKTUR
«YAPILAMAZ»**



10 SANİYE KURALI

Hakem paneli bir karar vermeden önce kendine şu soruları sormalıdır.

Teknik puan olarak geçerli bir teknik midir ?

Teknik puan alınabilecek bir bölgeye mi uygulanmıştır ?

**Teknik kontrollü bir teknik midir ?
Mubobi var mıdır ?**

10 SANİYE KURALI

**Hakemler sadece
aşağıdaki 3 şekilde
karar vereceklerdir.**

**HANSOKU, KIKEN,
yada SHIKKAKU**

10 SANİYE KURALI

KIKEN

AO Kendi hatası ile (Ayak burkulması, Tansiyon düşmesi, Hastalık vb.) 10 saniye yerde kalmışsa

AO Kiken
AKA No Kachi



10 SANİYE KURALI

KIKEN

AKA Kendi hatası ile darbe almışsa (Mubobi)

AKA ‘ ya sıradaki Chui cezası,
AKA Kiken - AO no Kachi



10 SANİYE KURALI

HANSOKU

AKA çok sert bir teknik yaptı ve
DOKTOR AO devam edemez
diyor

AKA Hansoku
AO No Kachi

10 SANİYE KURALI

HANSOKU

AKA kontak yaptı ve **DOKTOR**
AO devam edebilir diyor

AKA ‘ ya uygun olan Chui ,
Hansoku Chui , Hansoku ‘den
birisi verilir

10 SANİYE KURALI

SHIKKAKU

AKA zarar vermek üzere vahşice – acımasızca bir atak yaptı ve müsabık yerde iken 10 sn bitti

AKA Shikkaku
AO no Kachi



10 SANİYE KURALI

SHİKKAKU

AKA 6 puan kriterine uygun bir atakla puan aldı. AO 10 saniye yerde kaldı. Doktor devam dedi.

AKA ' ya puan AO ' ya
ALDATMA dan **SHİKKAKU** –
HANSOKU yada **HANSOKU-CHUI**

10 SANİYE KURALI

ALDATMA VE ABARTI

Abartı ' da **KONTAK** vardır.
Kontak verilmeden diğer tarafa
ABARTMA verilmez

Aldatma ' da kontak yoktur
yada **PUAN** vardır.
Kontak verilip diğer tarafa
ALDATMA verilmez





**ALDATMA ve
ABARTMA NEDİR**

**VAROLAN
YARALANMAYI
ABARTMA
(KONTAK VAR)**

**HAFİF ABARTMA – CHUI
BARİZ ABARTMA – HANSOKU CHUI
CİDDİ ABARTMA - HANSOKU**



**ALDATMA ve
ABARTMA NEDİR**

**YARALANMA
NUMARASI
YAPMAK
(KONTAK YOK
yada
PUAN VAR)**



**HAFİF YARALANMA NUMARASI – CHUI
BARİZ YARALANMA NUMARASI – HANSOKU CHUI
POZİSYON PUAN İSE – MİN.HANSOKU CHUI
CİDDİ YARALANMA NUMARASI – HANSOKU - SHİKKAKU**

WAKARETE



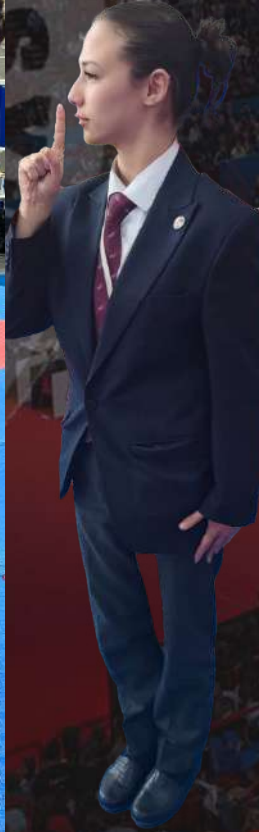
**MÜSABIKLAR AYRILANA
KADAR JESTİ GÖSTER**

WAKARETE



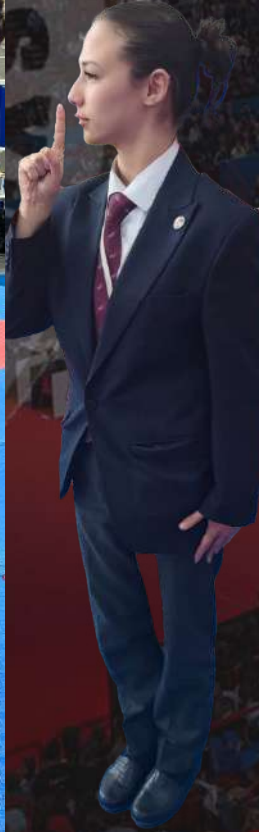
**MÜSABIKLAR AYRILINCA
TSUZUKETE DE VE DEVAM ETTİR
-ZAMAN DURMAZ-**

WAKARETE



**WAKARETE İLE AYNI ANDA YAPILAN ATAKLAR CEZALANDIRILMAZ –
WAKARETE DEN SONRA TSUZUKETE DEN ÖNCE YAPILAN ATAKLAR
CEZALANDIRILIR**

WAKARETE



**WAKARATE DEN SONRA TSUZUKETE DEN ÖNCE YAPILAN ATAKLAR
CEZALANDIRILIR + KONTAK VARSA EXTRA CHUI DE AYRICA VERİLİR**

PASİVİTE - TSUZUKETE



PASİF DÖVÜŞEN SPORCULAR DÖVÜŞMELERİ İÇİN TSUZUKETE KOMUTU İLE DÖVÜŞE DAVET EDİLİR. SPORCULAR 3-5 SANİYE DAHA DÖVÜŞMEMEYE DEVAM EDERLER İSE PASİVİTE'DEN CHUI VERİLİR.

PUAN OLARAK ÖNDE OLANA VEYA BERABERLİKTE SENSUSU OLANA UYGULANAMAZ

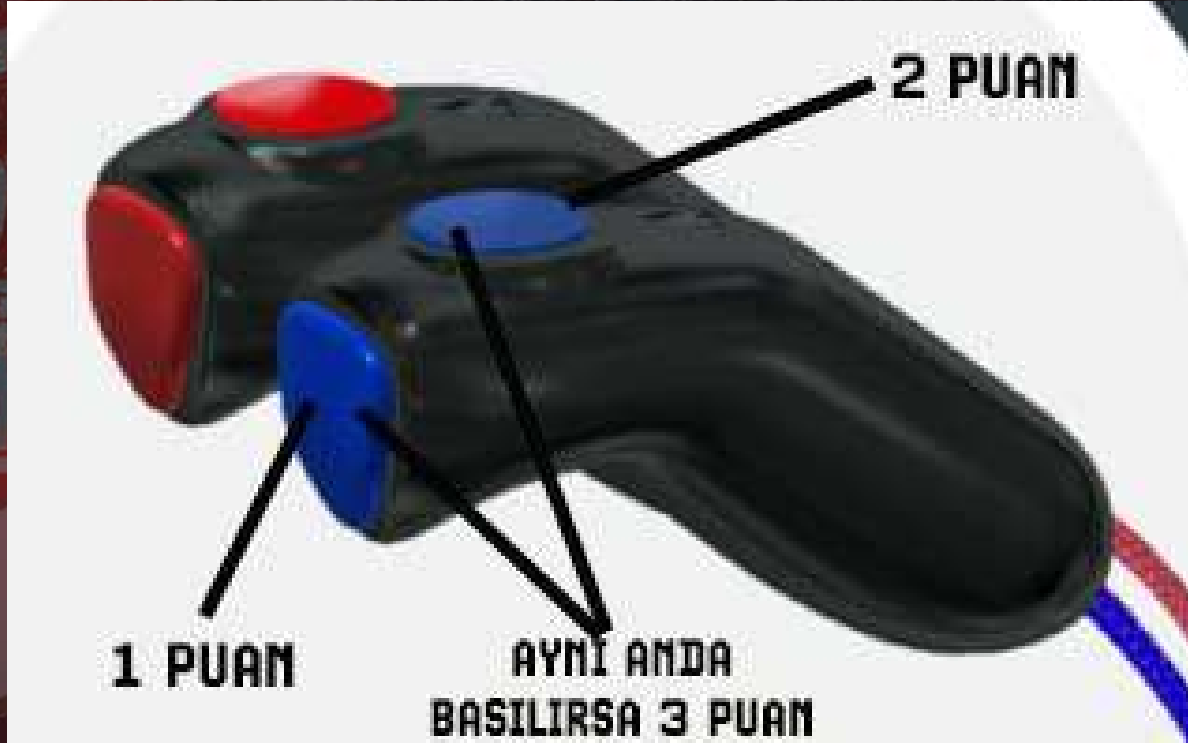
PASİVİTE - TSUZUKETE



~~İLK 15
SINIV~~

~~SON 15
SINIV~~

JOYSTİCK KULLANIMI



**MAVİ VE KIRMIZI
KÖŞE İÇİN BAYRAKLARI
TUTTUĞUMUZ ELLERDE BAYRAK
YERİNE JOYSTİCK KULLANILIYOR**

JOYSTİCK KULLANIMI



2 SN İÇİNDE AYNI SPORCUYA **MİN. 2 HAKEM**
PUAN İÇİN BASAR İSE EKRANDA İLGİLİ
SPORCU İÇİN **KAÇ PUAN İSE** O YAZIYOR

JOYSTİCK KULLANIMI



MALE KUMITE -60 KG
KAZ 0 0:39 1 GRE VR
PENALTIES



**EKRANDA UYARIYI GÖRÜNCE MAÇI
DURDURUYORSUNUZ VE PUANI VERİYORSUNUZ.**

**PUAN CEZA İÇİN İPTAL EDİLECEK İSE BAYRAK İLE AYNI
PROSEDÜRÜ UYGULUYORSUNUZ**

JOYSTİCK KULLANIMI



**YUKO YERİNE
YANLIŞLIKLA WAZA-ARİ YE BASARSANIZ
HEMEN DOĞRU TUŞA BASIN.**

SİSTEM EN SON BASTIĞINIZ TUŞU DİKKATE ALIYOR

JOYSTİCK KULLANIMI



**JOYSTİCK İLE YAN HAKEMLİK VE
ORTA HAKEMLİK YAPMAK SON
DERECE RAHAT VE STRESSİZ**

ÜLKEMİZDE KUMİTE MAÇ TABLET KULLANIMI



**ÜLKEMİZDE KABLOLU JOYSTİCK
YERİNE KABLOSUZ ve DAHA İYİ
TABLET KULLANIMI BAŞLADI**

ÜLKEMİZDE KUMİTE MAÇ TABLET KULLANIMI



**WKF JOYSTİCK İLE TÜM
PRENSİPLER AYNİ**



ÜLKEMİZDE KUMİTE MAÇ TABLET KULLANIMI



**TKF KUMİTE TABLET
ÖN GÖRÜNÜM**

ÜLKEMİZDE KUMİTE MAÇ TABLET KULLANIMI

SCORE CLICKER TEST	
VR AO	VR AKA
J2  	J3  
J1  	J4  

**HER MAÇ ÖNCESİ TABLET
KONTROLÜ MUTLAKA YAPILMALIDIR**

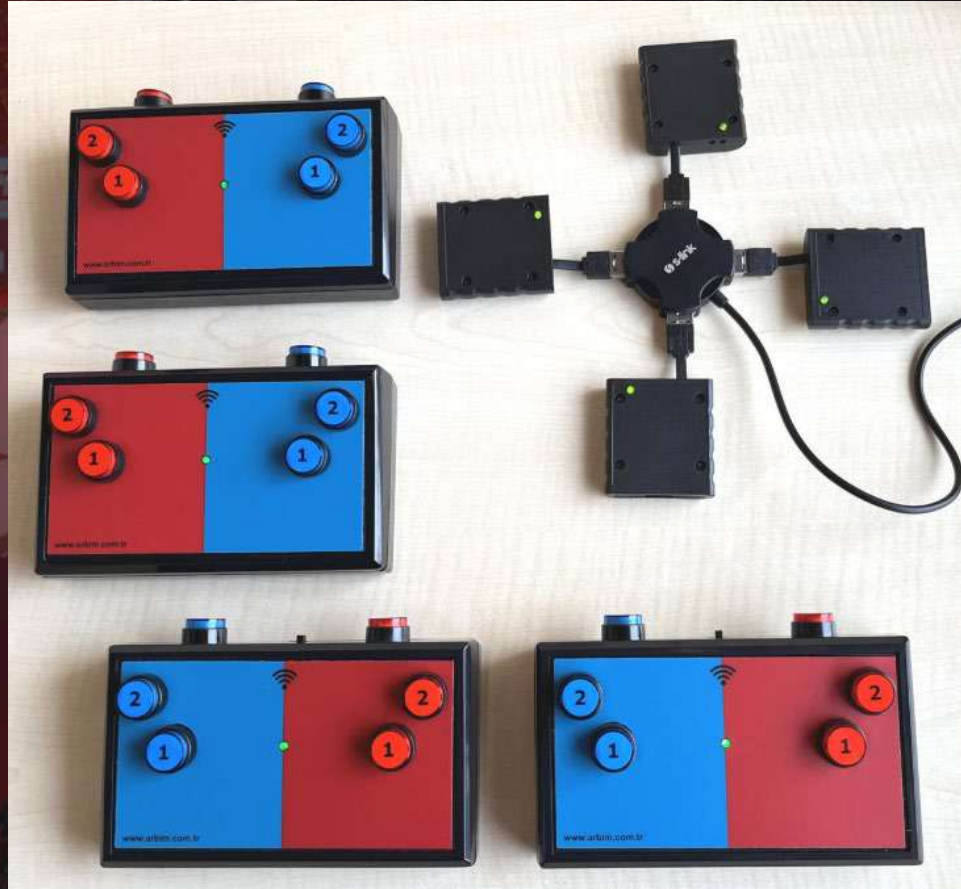
ÜLKEMİZDE KUMİTE MAÇ TABLET KULLANIMI



**YUKO YERİNE
YANLIŞLIKLA WAZA-ARİ YE BASARSANIZ
HEMEN DOĞRU TUŞA BASIN.**

SİSTEM EN SON BASTIĞINIZ TUŞU DİKKATE ALIYOR

ÜLKEMİZDE KUMİTE MAÇ TABLET KULLANIMI



YEŞİL IŞIKLAR ÇOK ÖNEMLİ



ÖNEMLİ NOKTALAR



HAKEM BUTONLARI, HAKEM OTURUŞUNA GÖRE KIRMIZI-MAVİ VE MAVİ-KIRMIZI OLARAK SANDALYELERDE BULUNUR

İŞİ BİTEN HAKEM, BİR SONRAKİ HAKEM İÇİN BUTONLARI SANDALYEYE BIRAKMASI GEREKİR

BUTONLAR HIÇ KAPATILMAMALIDIR, SÜREKLİ AÇIK KALMALIDIR

ÖNEMLİ NOKTALAR



**BUTONLARIN ÜZERİNDE YEŞİL
IŞIK SÜREKLİ YANIK OLMASI,
DÜZGÜN ÇALIŞTIĞINI GÖSTERİR,
HAKEMLERİN ARADA BU IŞIĞA
DİKKAT ETMESİ GEREKİR**

**IŞIK KIRMIZI OLURSA PİLİ
ZAYIFLAMIS DEMEKTİR, AMA HEMEN
BİTMEZ, MÜSABAKAYI TAMAMLAYIP,
TEKNİK EKİBE BİLDİREBİLİRSİNİZ**

ÖNEMLİ NOKTALAR



**İŞİĞİN YANIP SÖNÜYOR OLMASI
İLETİŞİM SORUNU OLDUĞUNU
İFADE EDER, BU DURUMDA
TEKNİK EKİPTEN DESTEK
İSTEMEK GEREKİR**

**MAÇLARA BAŞLAMADAN ÖNCE
SPORTDATA UYGULAMASINDA
BUTTON TEST EKRANI AÇILIR, HER
HAKEMİN BİR MAVİ BİR DE KIRMIZI
TUŞA BASMASI BEKLENİR**



JOYSTIC yada TABLET İLE YAPILAN MAÇTA

**EKRANDA GÖRÜLEN PUAN İLE SAHADAKİ
TEKNİK UYUMSUZ**

3 POINT
(IPPON)

**EKRANDA
İPPON
VERİLMİŞ
GÖRÜNÜYOR**

**AYAKTA yada YERDE UYGULANAN
TEKNİĞİN İPPON İLE ALAKASI YOK**

ORTA HAKEM
«BEN EKCRANA
BAKARIM ve
EKRANDAKİ PUANI
VERİRİM»
DİYEMEZ



3 POINT

(IPPON)

**ORTA HAKEM ve KANSA' NIN BU
HATAYI DÜZELTMESİ GEREKİR**

ÇÖZÜM



1- KANSA ' YA GİT

2- DURUMU ANLAT

**3- KANSA HAKEMLERE
SORSUN**

**4- DURUM NET İSE
SKORBORT OPERATÖRÜ DOĞRU
PUANI İŞARETLESİN**

5- DOĞRU PUANI VER

**AYNI DURUM
EKRANDA ALAKASIZ
SPORCUYA PUAN
GÖSTERİLDİĞİNDE
DE
UYGULANIR**

JOYSTIC yada TABLET KULLANIRKEN HANTEİ PROSEDÜRÜ

**MAÇ HANTEİ ‘ YE GİDECEKSE
SKORBORT OPERATÖRÜNÜN EKRANA BU
GÖRÜNTÜYÜ GETİRMESİNİ BEKLE**

**JUDGES DECISION
(HANTEİ)**



JOYSTIC yada TABLET KULLANIRKEN HANTEİ PROSEDÜRÜ

JUDGES DECISION
(HANTEİ)

**BU GÖRÜNTÜ EKRANDAYKEN
HERKESİN DUYACAĞI ŞEKİLDE
«HANTEİ» ANONSU YAP ve
DÜDÜĞÜNÜ BİR KEZ ÇAL**

JOYSTIC yada TABLET KULLANIRKEN HANTEİ PROSEDÜRÜ

**JUDGES DECISION
(HANTEİ)**

**YAN HAKEMLER HANGİ SPORCUNUN
GALİP OLDUĞUNU DÜŞÜNÜYORSA O
SPORCUYA AİT TABLETTE HERHANGİ
BİR PUANA BASAR**

JOYSTIC yada TABLET KULLANIRKEN HANTEİ PROSEDÜRÜ



**BİR TARAFIN ÜSTÜNLÜĞÜ VARSA
GALİP İLAN ETMEK İÇİN GEREKLİ
PROSEDÜRÜNÜ UYGULA VE AKA – AO
NO KACHİ DİYEREK GALİBİ İLAN ET.**

JOYSTIC yada TABLET KULLANIRKEN HANTEİ PROSEDÜRÜ



**BERABERLİK VARSA EKRANDA
SIRADAKİ RESMİN BELİRMESİNİ
BEKLE**

JOYSTIC yada TABLET KULLANIRKEN HANTEİ PROSEDÜRÜ

**FINAL DECISION
(CENTRAL REFEREE)**

**BU EKTRAN ORTA HAKEM GALİP
TARAFI KENDİ OYU İLE SEÇECEK
DEMEKTİR.**

JOYSTIC yada TABLET KULLANIRKEN HANTEİ PROSEDÜRÜ

**FINAL DECISION
(CENTRAL REFEREE)**

**YERİNE GEÇ , GALİP İLAN ETMEK
İÇİN GEREKLİ PROSEDÜRÜNÜ
UYGULA VE AKA – AO NO KACHİ
DİYEREK GALİBİ İLAN ET.**



VR KURALLARI



**VIDEO ANALİZ HAKEMİ
ARTIK PUAN VEREN HAKEM
OLDUĞU İÇİN**



**VIDEO ANALİZ JUDGE
(VR JUDGE) OLMUŞTUR**



VR KURALLARI



VIDEO ANALİZ JUDGE (VR JUDGE)



30

**SANİYEDE
KARAR
VERMELİDİR**



ELEMELİ VE RÖPÖSAJLI MAÇLAR İÇİN VR HAKLARI



**FERDİ VE TAKIM
ELEMELERDE**

**FERDİ VE TAKIM
YARI FİNALERDE**

**FERDİ VE TAKIM
RÖPÖSAJ TURUNDA**

**FERDİ VE TAKIM
ÜÇÜNCÜLÜK
MAÇINDA**



**FERDİ VE TAKIM
ŞAMPİYONLUK
MAÇINDA**





ELEMELİ MAÇLAR İÇİN VR HAKLARI



**ELEMELİ VE
RÖPÖSAJLI FERDİ
MAÇLAR İÇİN
ELEMELER
YARI FİNALLER
RÖPÖSAJLAR
MADALYA MAÇI
OLMAK ÜZERE
4 VR
HAKKI VARDIR**

**ELEMELİ VE
RÖPÖSAJLI TAKIM
MAÇLARI İÇİN
ELEMELER
YARI FİNALLER
RÖPÖSAJLAR
MADALYA MAÇI
OLMAK ÜZERE
HER SPORCU İÇİN
MAÇ BAŞINA
1 VR
HAKKI VARDIR**

**FERDİ VE TAKIM ROUND-ROBİN
VR HAKLARI İÇİN KURAL
KİTABINI İNCELEYİNİZ**



VR KURALLARI



VR TALEBİ VARSA

**KOÇ / ANTRENÖR
HANGİ PUAN İÇİN VR
TALEBİNDE BULUNDUĞUNU
BUTON VASITASI İLE yada KOÇ
ASİSTAN VASITASI İLE
BİLDİRMEK ve AYAĞA KALKMAK
ZORUNDADIR**



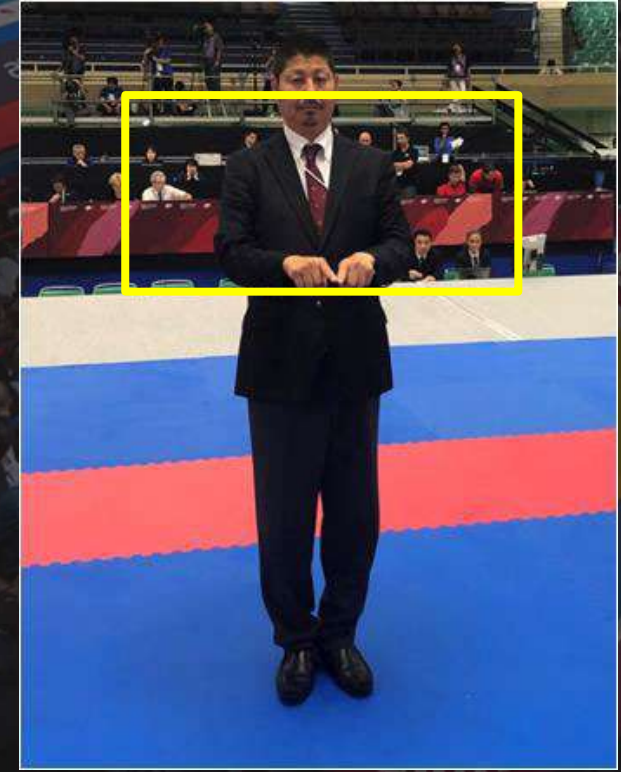
VR KURALLARI



**ANTRENÖRLER / KOÇLAR
VERİLEN PUANIN YÜKSEĞİNİN
VERİLMESİ İÇİN DE VR
TALEBİNDE BULUNABİLİRLER**

VR KURALLARI

**YUKO TALEBİNDE BULUNAN ANTRENÖR,
HAKEM AŞAĞIDAKİ JESTİ BİTİRMEDEN
İSTEDİĞİ PUAN SEVİYESİNİ
DEĞİŞTİREBİLİR**



VR KURALLARI

**ORTA HAKEM BU JESTİ BİTİRDİKTEN
SONRA PUAN SEVİYE TALEBİ
DEĞİŞEMEZ VE VR HAKEMİ VIDEO ‘YU
İNCELEMAYA BAŞLAR**





VR KURALLARI



VR TALEBİ VARSA

**SİSTEM OTOMATİK OLARAK
VIDEO'YU 6 SANİYE GERİYE
ALIR**

**VR HAKEMİ GEREKİRSE
VIDEO'YU BİRAZ DAHA
GERİYE ALABİLİR**



VR KURALLARI



**SADECE ANTRENÖR / KOÇ
HANGİ PUAN / TEKNİK İÇİN VR
TALEBİNDE BULUNMUŞ İSE O
PUAN / TEKNİK İNCELENİR. BU
İSTEK HARİCİ BAŞKA PUAN VE
TEKNİK İÇİN İNCELEME
YAPILAMAZ , PUAN VERİLEMEZ**



VR KURALLARI



**İKİ ANTRENÖR DE VR TALEP
EDERSE**

**ÖNCE-SONRA ‘ YA BAKILIR
ÖNCE VURANA PUAN VERİLİR**

**İKİ PUAN DA AYNI ANDA İSE
HER İKİ PUAN DA VERİLİR**



VR KURALLARI



**SPORCU BAYRAKLARLA PUAN
ALDI**

**RAKİP ANTRENÖR VR TALEBİNDE
BULUNDU**

**VR HAKEMİ ANCAK PUAN ÖNCE
İSE YADA AYNİ ANDA İSE PUAN
VEREBİLİR**



VR KURALLARI



**DURAN MAÇTA HERHANGİ BİR
PUAN YOK VE BİR ANTRENÖR VR
TALEBİNDE BULUNDU**

**VR HAKEMİ ÖNCE – SONRA ‘YA
BAKMADAN PUAN VEREBİLİR**

VR KURALLARI

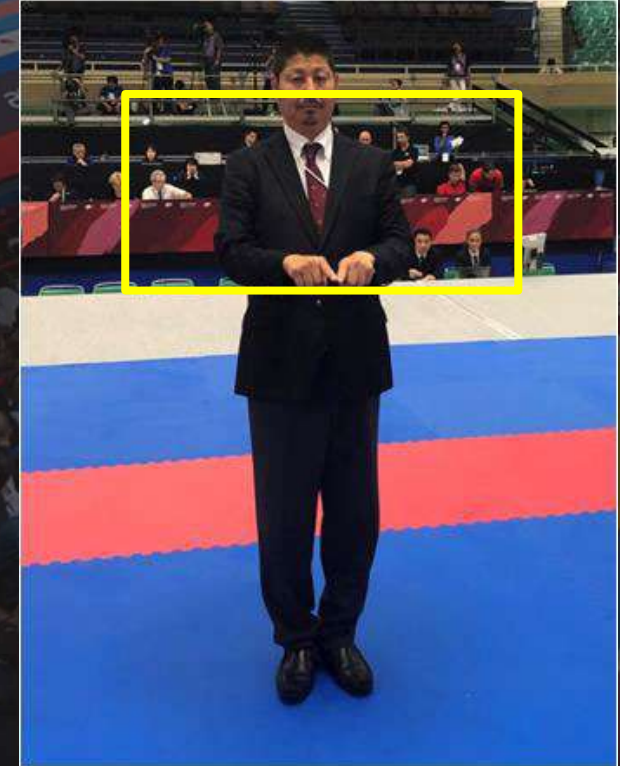
**AKA ' NIN POZİSYONU PUAN DEĞİL
AMA HAKEMLER PUAN VERDİ.**

**AO KENDİ TEKNİĞİ İÇİN VR
TALEBİNDE BULUNDU**

**VR HAKEMİ AKANIN POZİSYONU
PUAN OLMASA BİLE AO İÇİN ÖNCE
SONRAYA YADA AYNI ANDA OLUP
OLMADIĞINA BAKMAK
ZORUNDADIR**

VR KURALLARI

**ORTA HAKEM VIDEO ANALİZ İŞARETİNİ
BİTİRDİKTEN SONRA DİĞER ANTRENÖR
VR TALEBİNDE BULUNAMAZ**



İKİ YAN HAKEMLİ SİSTEM



İKİ YAN HAKEMLİ KUMİTE SİSTEMİ



YAN HAKEMLER

PUANLARI

**U 16 ' DA DERİ
TEMASINDAN
KAYNAKLANAN
KONTAKLARI**

JOGAI ' LERİ

**AŞIRI
KONTAKLARI**

GÖSTEREBİLİRLER

İKİ YAN HAKEMLİ KUMİTE SİSTEMİ



**2 YAN HAKEM
AYNI SPORCUYA
BAYRAK
KALDIRIRSA**

**1 YAN HAKEM PUAN
KALDIRIRSA VE
ORTA HAKEM DE AYNI
GÖRÜŞTEYSE**

**ORTA HAKEM PUAN GÖRDÜĞÜNDE
BAYRAK OLMASA DAHİ PUAN
JESTİNİ GÖSTERİP , MİN. 1 YAN
HAKEMİN DESTEĞİNİ ALIRSA**

PUAN VERİLİR

İKİ YAN HAKEMLİ KUMİTE SİSTEMİ



**ORTA HAKEM YUKO, WAZA-
ARİ VE İPPON İÇİN
DİRSEĞİ VÜCUDUNA
DEĞECEK ŞEKİLDE PUAN
GÖSTERİP DESTEK
İSTEYEBİLİR.
EN AZ 1 YAN HAKEMDEN
DESTEK GELDİĞİNDE
PUANI NORMAL ŞEKİLDE
VERECEKTİR.**



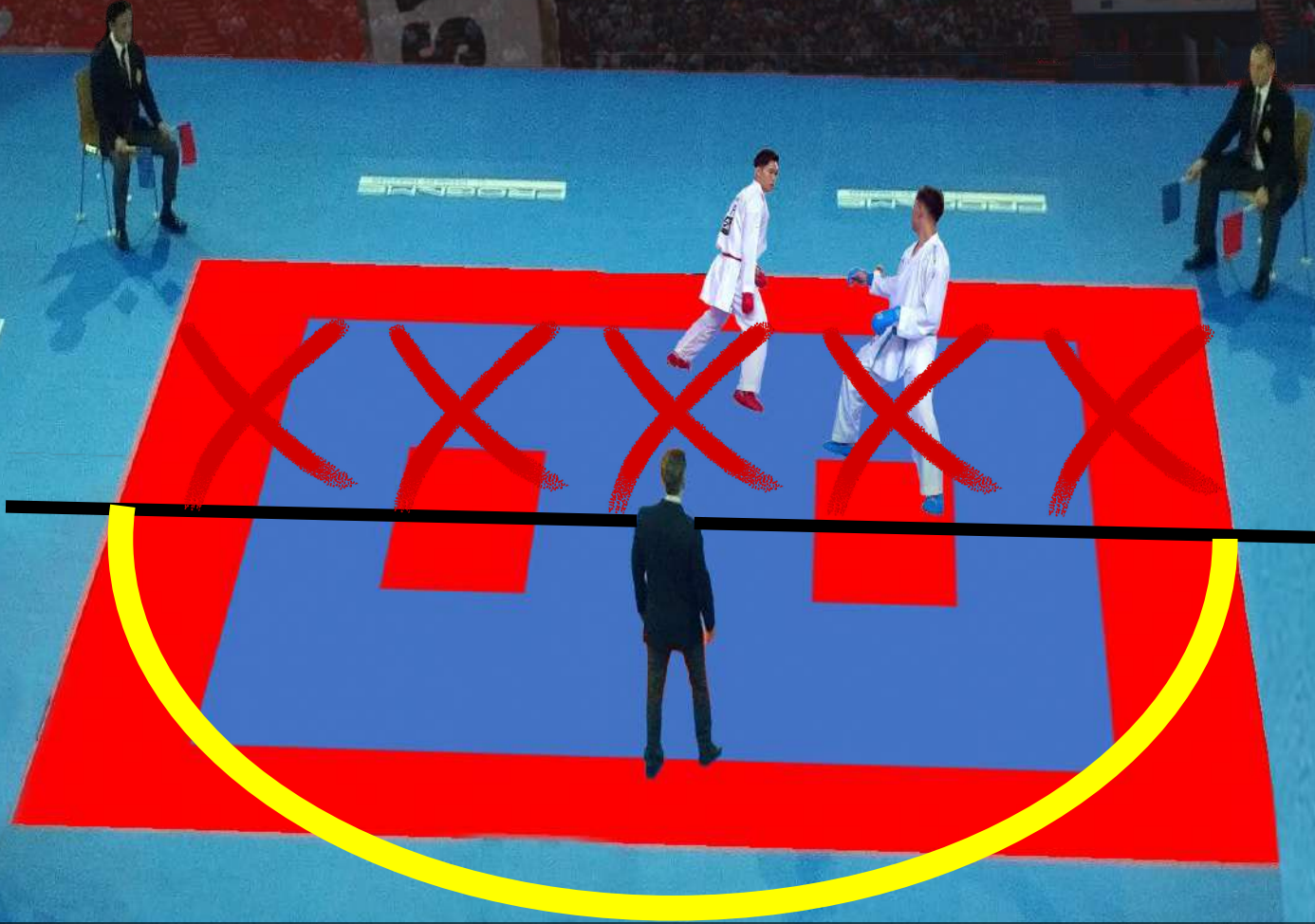
İKİ YAN HAKEMLİ KUMİTE SİSTEMİ

ORTA HAKEM MAÇI **AKA'** YA CEZA İÇİN
DURDURDUĞUNDA, SADECE BİR YAN
HAKEM AO İÇİN PUAN GÖSTERMİŞSE ,
ORTA HAKEM BİR HAKEMDEN DESTEK
ALIRSA **AKA** ' YA CEZAYI VERİR. AO İÇİN
PUAN DÜŞÜNÜYORSA , PUAN JESTİNİ
YAPARAK PUANI VERİR , PUAN
DÜŞÜNÜMÜYORSA AO ' YA TORİMASEN
İŞARETİ YAPARAK PUAN VERMEDEN MAÇI
BAŞLATIR

İKİ YAN HAKEMLİ KUMİTE SİSTEMİ

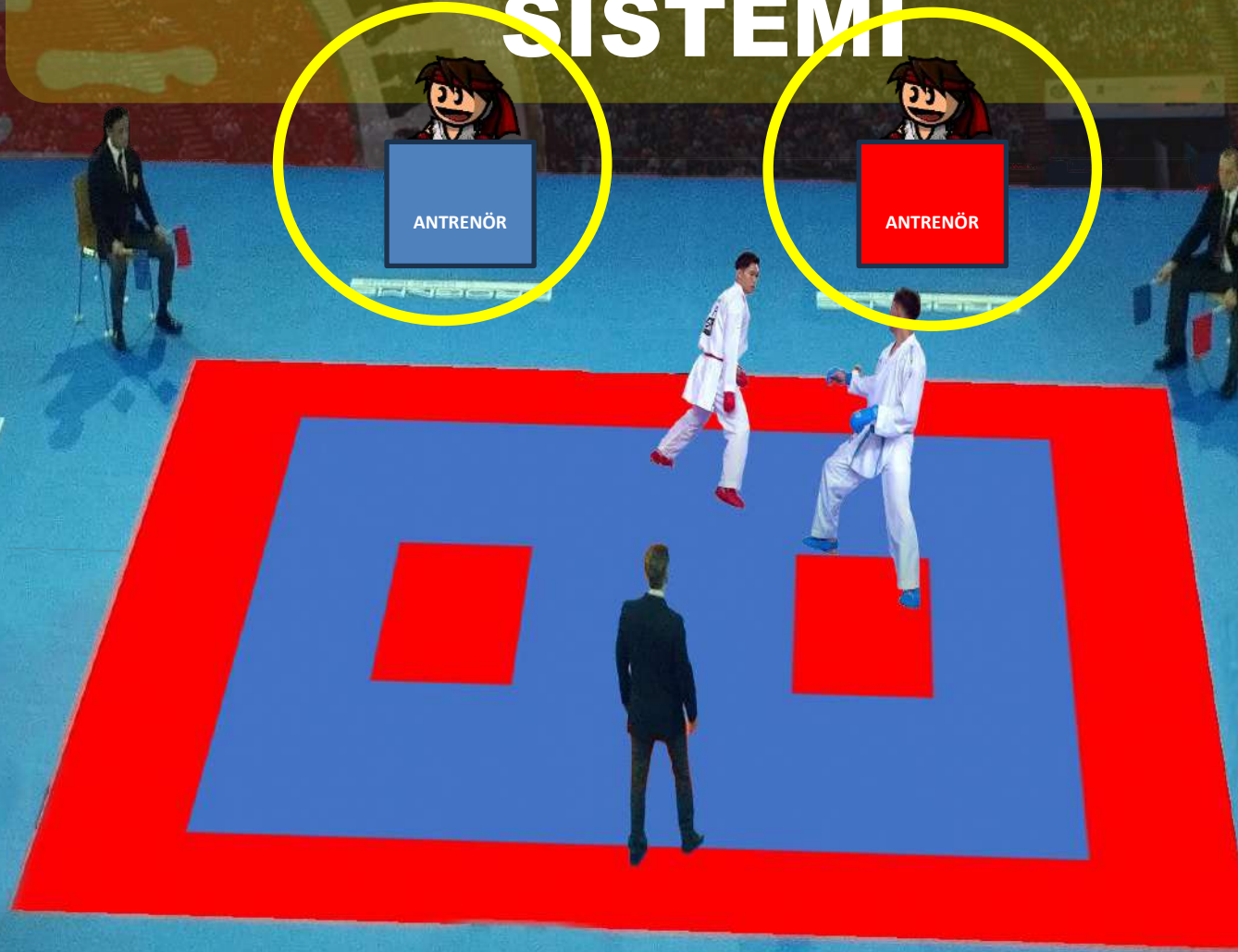
**ORTA HAKEM AKA ' YA PUAN İÇİN MAÇI
DURDURDU ama YAN HAKEMLERDEN BİRİ
AO ' YA PUAN KALDIRDI. ORTA HAKEM AKA
İÇİN PUAN İSTEYECEK. DESTEK ALIRSA
HEM AKA , HEM AO ' YA PUAN VERMEK
ZORUNDA. DESTEK ALAMAZSA ve TEK
BAYRAK OLAN AO ' YA PUAN
DÜŞÜNÜMÜYORSA AO ' YA TORİMASEN
İŞARETİ YAPARAK MAÇI BAŞLATIR.**

İKİ YAN HAKEMLİ KUMİTE SİSTEMİ



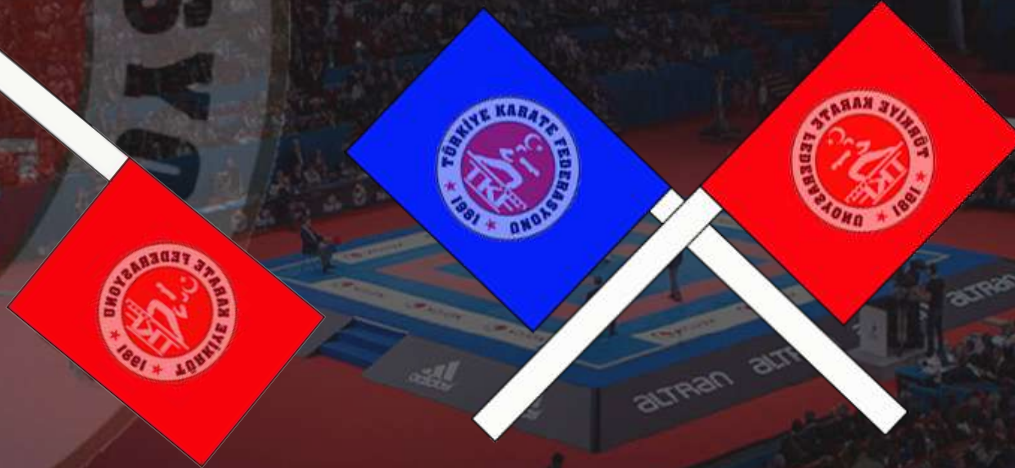
**3 AÇIDAN DA GÖRÜŞ AÇISI OLMASI İÇİN ORTA HAKEM
YAN HAKEMLERİN OLDUĞU TARAF A GEÇMEMELİDİR.**

İKİ YAN HAKEMLİ KUMİTE SİSTEMİ



ANTRENÖRLER ORTA HAKEMİN KARŞISINDA OTURMALIDIRLAR

İKİ YAN HAKEMLİ KUMİTE SİSTEMİ



EĞER BİR YAN HAKEM PUAN , DİĞER YAN HAKEM CEZA GÖSTERİRSE ORTA HAKEM MAÇI DURDURUR ve PUANI YADA CEZAYI DESTEKLER.

(Bu durum aynı sporcu yada farkı sporcuya olabilir)

İKİ YAN HAKEMLİ KUMİTE SİSTEMİ



**HER İKİ YAN HAKEM DE FARKLI
SPORCUYA PUAN GÖSTERİRSE
HER İKİ PUAN DA VERİLECEKTİR.**

İKİ YAN HAKEMLİ KUMİTE SİSTEMİ



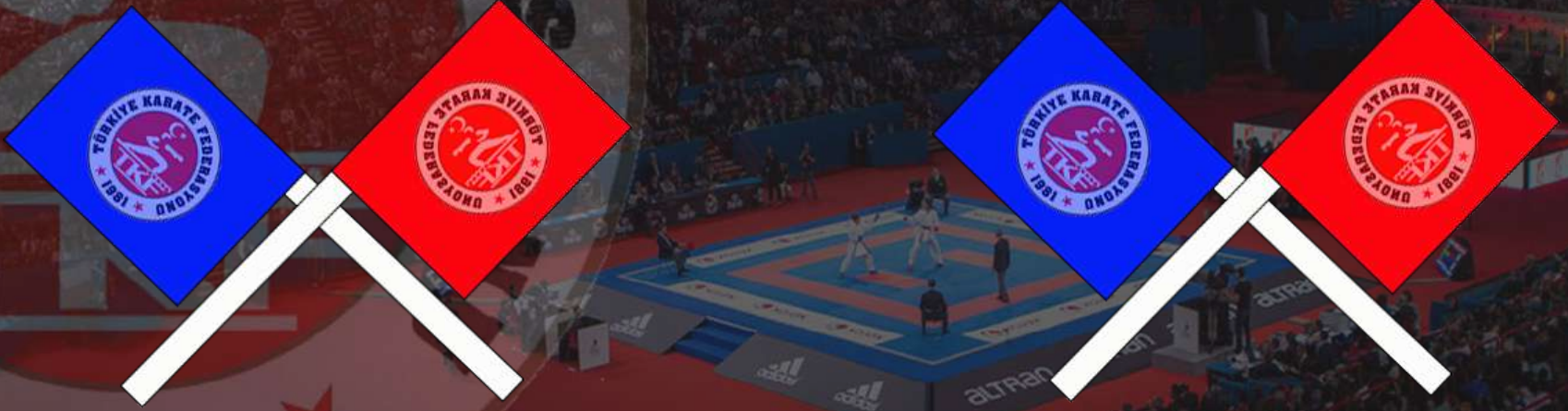
**ORTA HAKEM DAHA YÜKSEK PUAN İÇİN
DESTEK İSTEYEBİLİR. EĞER YAN
HAKEMLERDEN BİRİ KARARINI
DEĞİŞTİRİRSE KARARI UYGULAR.**

İKİ YAN HAKEMLİ KUMİTE SİSTEMİ



**EĞER İKİ YAN HAKEM AYNI SPORCUYA
FARKLI PUAN GÖSTERİRSE (1 YAN
HAKEM VE ORTA HAKEMİNDE AYNI
SPORCUYA FARKLI PUAN
GÖSTERDİĞİNDE) YÜKSEK OLAN
VERİLECEKTİR.**

İKİ YAN HAKEMLİ KUMİTE SİSTEMİ



**ORTA HAKEM CEZALARI VERİP
VERMEME KONUSUNDA YETKİLİ
OLSADA YAN HAKEMLERİN
ÇOĞUNLUK OLDUĞU DURUMDA
CEZAYI VERMEK ZORUNDADIR**

İKİ YAN HAKEMLİ KUMİTE SİSTEMİ



**HANTEİ DURUMUNDA
2 YAN HAKEM VE ORTA HAKEM
AYNI ANDA KARARINI GÖSTERİR**

**KARAR BELLİ OLDUĞUNDA ORTA
HAKEM ÇOĞUNLUK KARARINI
UYGULAR**



AKA İPPON MU ? AO YUKO MU ?



ÇOĞU ZAMAN BU POZİSYONDA İPPON VERİLİYOR



KATA



**MÜSABIKLAR ÇİZGİSİZ DÜZ VE ÜZERİNDE
HERHANGİ BİR KİŞİSEL İŞARET VEYA YAZI
OLMAYAN KARATE-Gİ GİYMELİDİRLER**



KARATE – Gİ MANÜPLASYON



**ÖRDEK KUYRUĞU ŞEKLİNDE ELBİSE ETEK
MANÜPLASYONU UYGUN DEĞİLDİR – DÜZELTME
İÇİN 1 DAKİKA VERİLİR**

ELBİSELER



**DÜNYA – AVRUPA – PL – SERIES A –
YOUTH LEAGUE ZORUNLUDUR**

WKF ONAYLI HİJAB SERBESTTİR

BAYAN
MÜSABIKLAR

ERKEK
MÜSABIKLAR

BAYAN HAKEMLER
VE
ANTRENÖRLER



KARATE PROPOSED
by 2020

SAÇLAR

TEK AT KUYRUĞUNDA 1 YADA 2
LASTİK BANT İLE BAĞLAMA
SERBESTTİR

BONCUKLAR, SERT
TOKALAR VE DİĞER
DEKORASYONLAR YASAKTIR

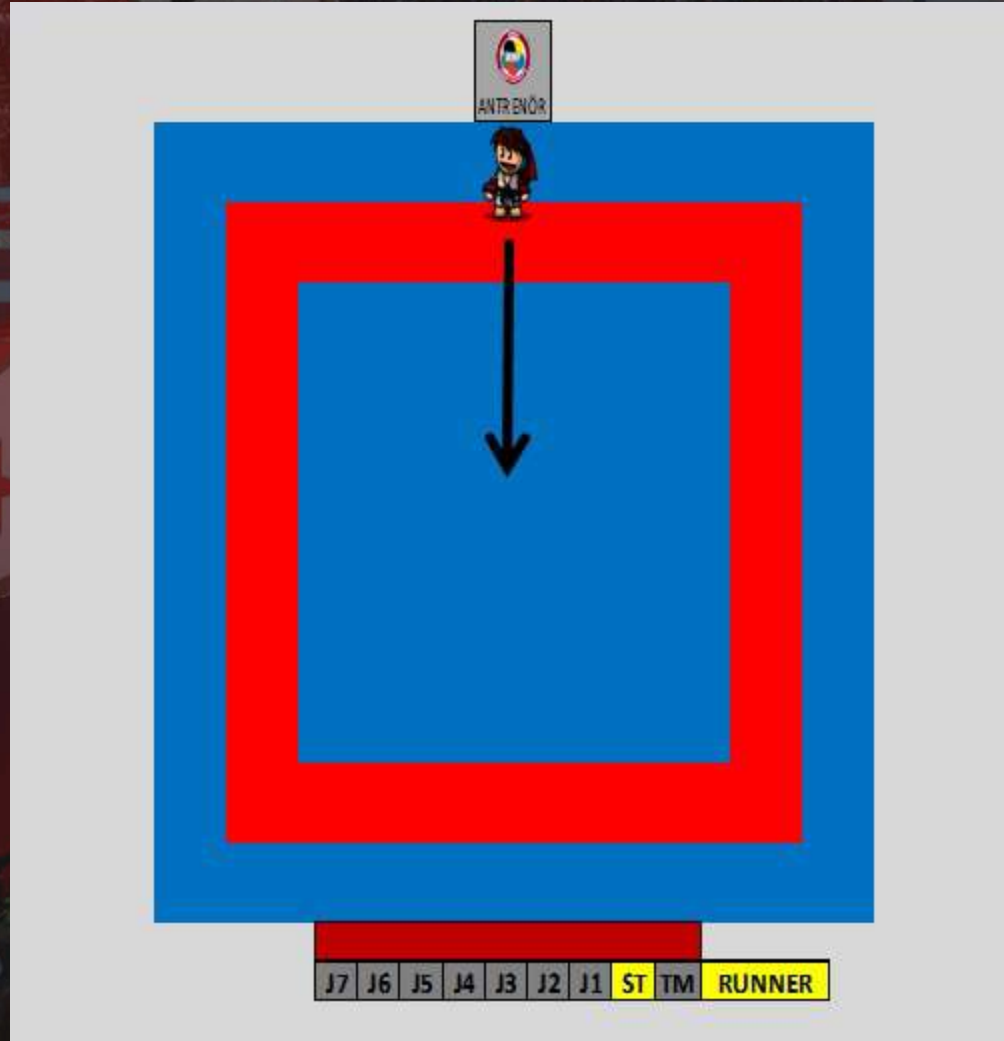


GÖZLÜK KULLANIMI

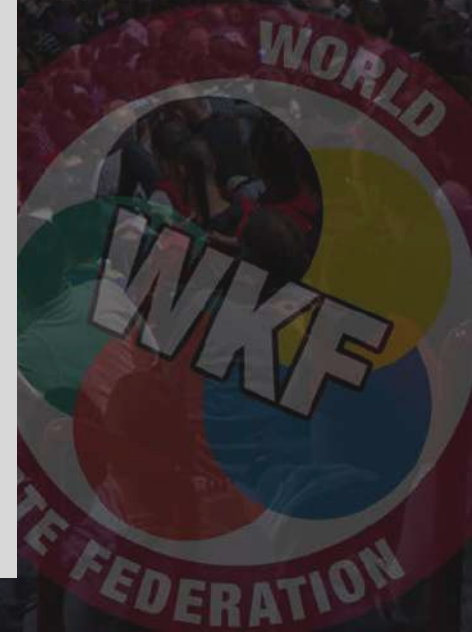
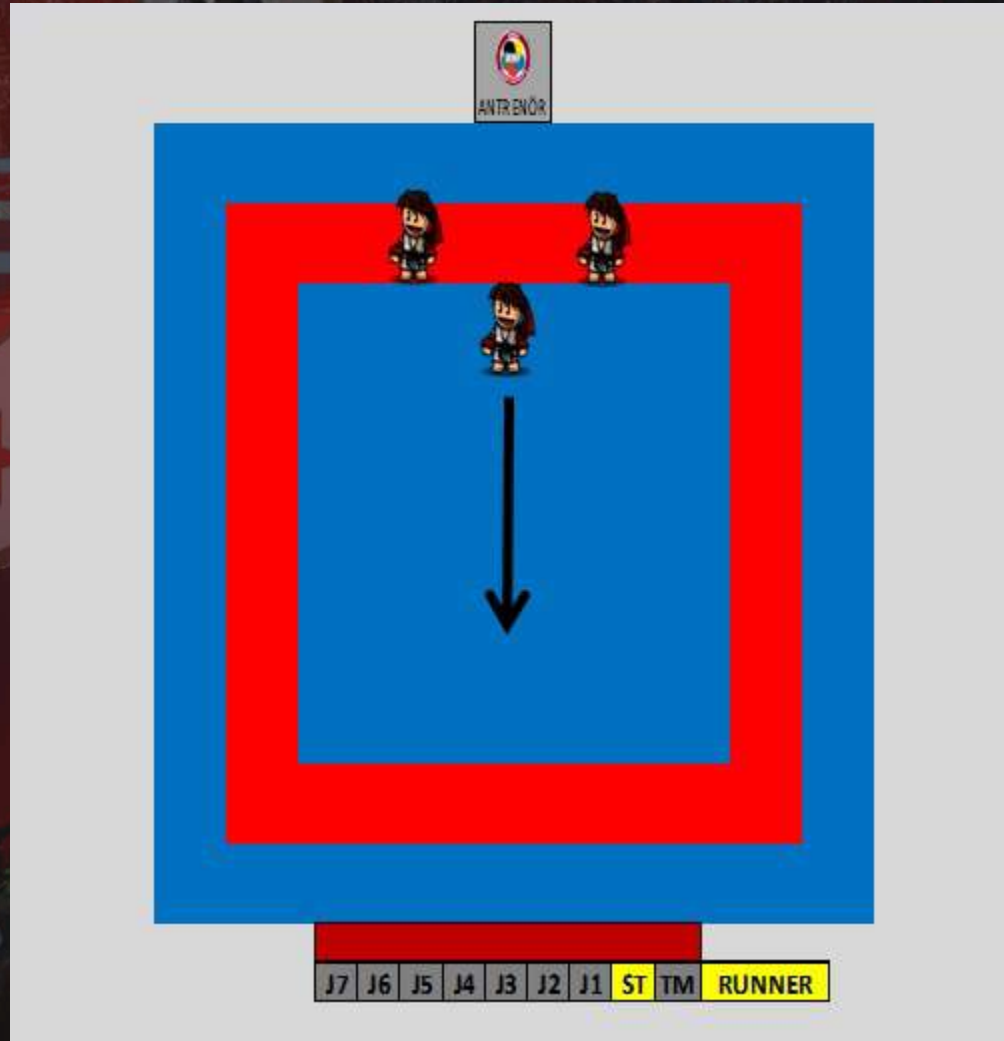


**SADECE REÇETELİ SPOR GÖZLÜKLER ve YUMUŞAK
KONTAKT LENSLER SPORCUNUN RİSKİ ÜSTLENMESİ
KOŞULUYLA SERBESTTİR**

BİREYSEL KATA



TAKIM KATA



SELAM PROSEDÜRÜ



**KATA BAŞLAMA NOKTASINDA SELAM
VER – KATA ANONSUNU YAP
--→ KATA 'YA BAŞLA**



SONUÇ BEKLEME



**KATASI BİTEN SPORCU , KATA
PUANLAMASININ GİRİLDİĞİNİ BELLİ EDEN
GONG SESİ SONRASI SELAM VERİP TATAMI
DIŞINA ÇIKAR VE KARARI BEKLER**

HANGİ KATA ?



**SADECE W K F OFFİCİAL KATA
LİSTESİNDEKİ KATALAR
ÇİZİLEBİLİR**

7 HAKEMLİ PUANLAMA SİSTEMİ KULLANILACAKTIR



**WKF RANKING PUANLAMASI YOKSA 5 HAKEM
OLABİLİR**

MASA ÜSTÜNDE TABLET HARİCİ HİÇBİR ŞEY OLMAYACAK



**KONUŞMAK , BAŞKASININ PUANINA BAKMAK
ETİK DEĞİLDİR.
ELLER MASAYA KOYULMAZ VE TABLET ELDE
TUTULMAZ**



35 SANİYE KURALI



**SPORCUNUN İSMİ SKORBORD ' DA GÖRÜNDÜĞÜ
ANDA 35 SANİYELİK KATAYA BAŞLAMA
SÜRESİ BAŞLAR**

35 SANİYE KURALI



**SPORCU 35 SANİYE İÇİNDE KATAYA BAŞLAMA
PROSEDÜRÜNÜ YERİNE GETİRİP SELAMLAMA VE
ANONS SONRASI KATANIN AÇILIŞ HAREKETİNİ
YADA İLK TEKNİĞİNİ YAPMIŞ OLMALIDIR.**

KATA TEKRARI



**5 KATA'NIN ZORUNLU OLDUĞU
DURUMLARDA**

**6. KATA MADALYA MAÇI İSE
5. KATA TEKRAR EDİLEBİLİR**

**6.TUR MADALYA MAÇI DEĞİL İSE
İLK 4 TURDAKİ KATA ÇİZİLEBİLİR**

**7. TUR MADALYA MAÇI İSE 6. TUR
VE MADALYA MAÇINDA AYNI KATA
ÇİZİLEBİLİR**

FERDİ KATA PUANLAMA KRİTERLERİ



DURUŞLAR

TEKNİKLER

**GEÇİŞ
HAREKETLERİ**

**ZAMANLAMA
SENKRONİZASYON**

**DOĞRU NEFES
ALİŞ-VERİŞ**

**ODAKLANMA
KİME**

KİHON'A UYGUNLUK

GÜÇ

DENGE

HIZ



TAKIM KATA PUANLAMA KRİTERLERİ



DURUŞLAR

TEKNİKLER

**GEÇİŞ
HAREKETLERİ**

**ZAMANLAMA
MESAFE KORUMA**

**BUNKAİ DE
KONTROL**

ODAKLANMA KİME

**BUNKAİ'NİN KATA'DAKİ
TEKNİKLERLE UYUMU**

GÜÇ

DENGE

HIZ



PUAN ARALIĞI

5.0 = YETERSİZ - GÜÇSÜZ

6.0 = KABUL EDİLEBİLİR - UYGUN

7.0 = İYİ PERFORMANS

8.0 = ÇOK İYİ PERFORMANS

9.0 = HARİKA - MÜKEMMEL

10.0= KUSURSUZ PERFORMANS

0.0 = DİSKALİFİYE



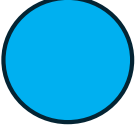
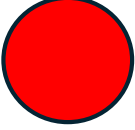
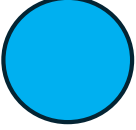
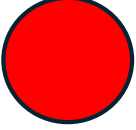
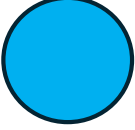
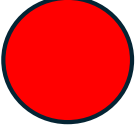
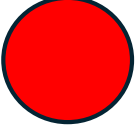
PUANLAMA

J1	J2	J3	J4	J5	J6	J7
7,1	7,2	7,2	7,3	7,4	7,5	7,6

**PUANLAMA 5.0 ‘ DAN 10.00 a KADAR
OLACAKTIR ve 0.1 LİK ARTIŞLAR İLE
VERİLECEKTİR**

GALİBİYET



	HAKEM 1	HAKEM 2	HAKEM 3	HAKEM 4	HAKEM 5	HAKEM 6	HAKEM 7
AKA	8.9	9.2	8.9	9.2	8.9	9.2	9.2
AO	9.3	8.9	9.3	8.9	9.3	8.9	8.9
							
GALİP - AKA 4-3							

**HAKEM ÇOĞUNLUĞU KİMİ TERCİH
ETMİŞSE O GALİP OLACAK**

BUNKAİ ve KATA DEĞERLENDİRMEDE AYNI ÖNEME SAHİPTİR



TAKIM KATA MADALYA MAÇINDA

**SÜRE KATA'YA BASLANGIC
SELAMI İLE BASLAR**

**BUNKAİ SONUNDAKİ BİTİS
SELAMI İLE DURDURULUR**

35

SANİYE UYGULANMAZ



KATA + BUNKAİ



DAKİKADIR



KATA MADALYA MAÇINDA HER İKİ SPORCU - TAKIM DİSKALİFİYE OLDU



**YENİ KATA ÇİZİLMESİ
VE PUANLAMA
YAPILMASI GEREKİR**



**TAKIM KATA'DA BUNKAI
İSTENMEZ**



FOULLER

ANONS

**KATA İSMİNİ
SELAMLAMADAN
ÖNCE SÖYLEMEK**



A high-angle, wide shot of a karate tournament arena. The central mat is blue with red and white borders, featuring 'adidas' and 'altın' logos. Two athletes are sparring. The arena is surrounded by a large, dense crowd of spectators. In the background, there are tiered seating areas and a stage with a podium. The overall atmosphere is that of a major sporting event.

FOULLER

DENGE

**HAFİF DENGE
KAYBI**





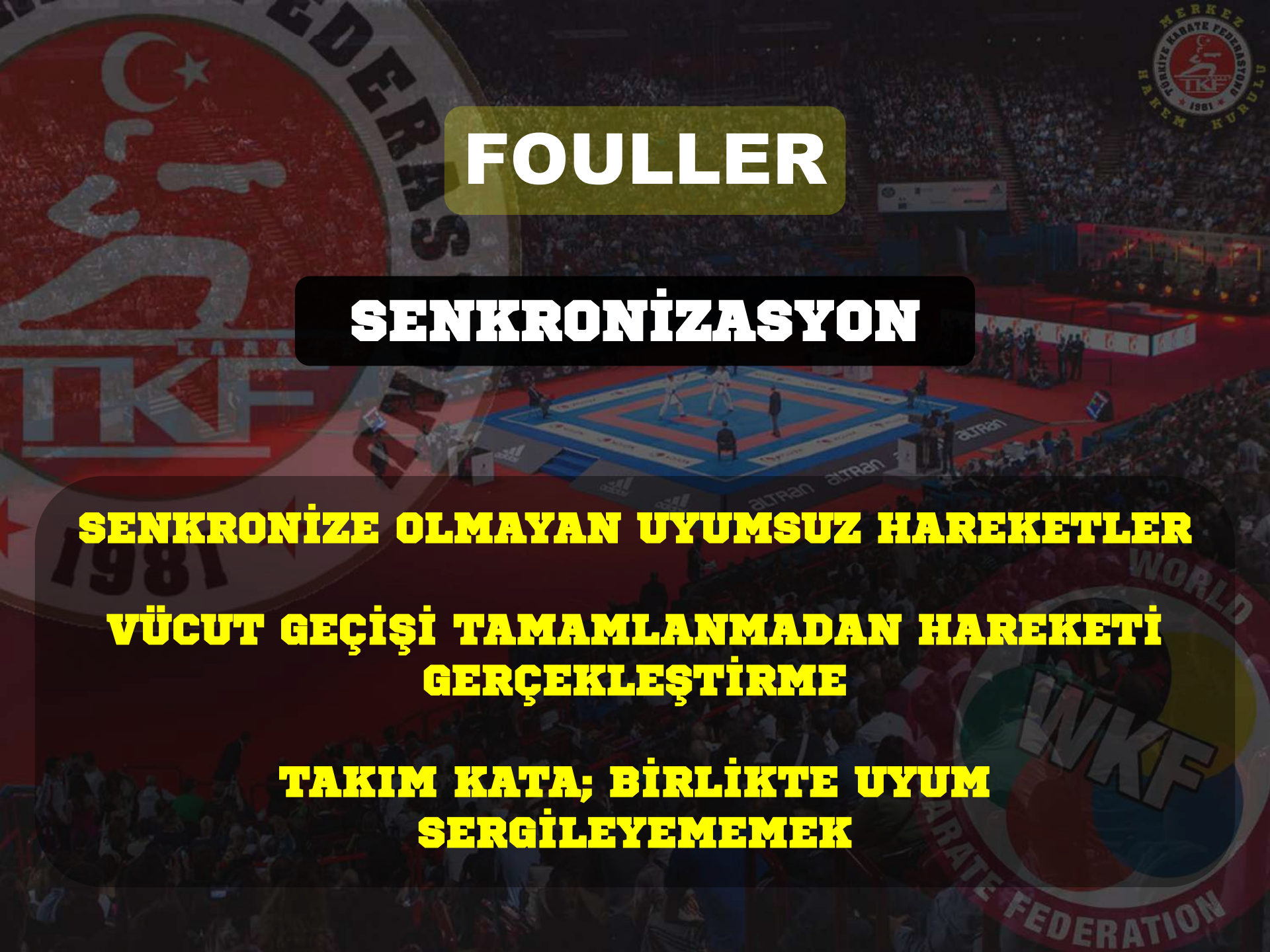
FOULLER

**TAMAMLANMAMIŞ
HAREKETLER**

**HAREKETİN YANLIŞ VEYA EKSİK BİR
ŞEKİLDE SERGİLENMESİ**

**BİR BLOK VEYA TEKNİĞİN TAM OLARAK
UYGULANAMAMASI**

HEDEFİ YAKALAYAMAMA



FOULLER

SENKRONİZASYON

SENKRONİZE OLMAYAN UYUMSUZ HAREKETLER

**VÜCUT GEÇİŞİ TAMAMLANMADAN HAREKETİ
GERÇEKLEŞTİRME**

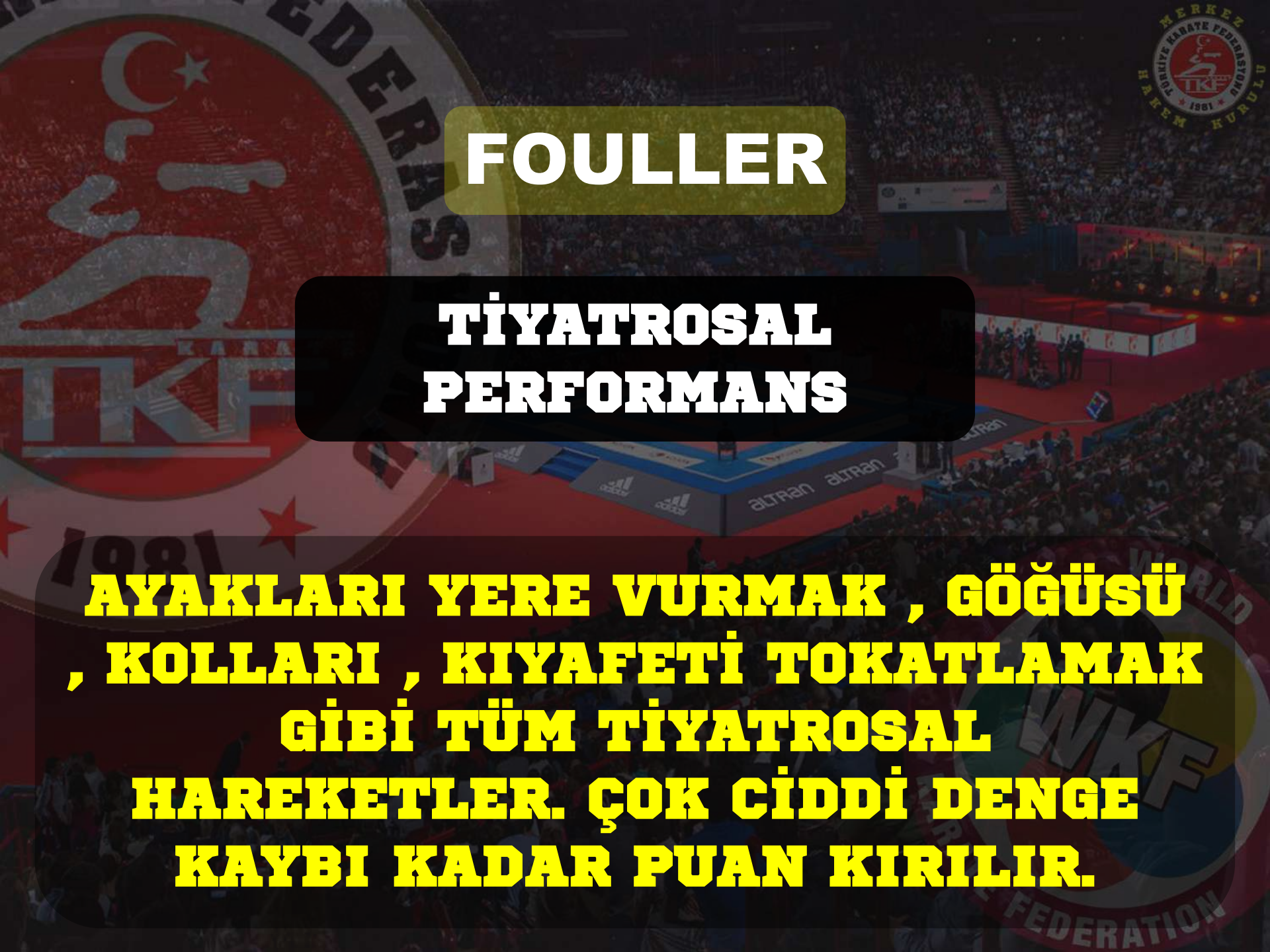
**TAKIM KATA; BİRLİKTE UYUM
SERGİLEYEMEMEK**

A high-angle, wide shot of a karate match taking place in a large arena. The match is on a blue mat with red and white borders. Two athletes are visible on the mat, one in a white gi and the other in a black gi. The arena is filled with spectators, and the background shows the stands and the event's branding. The text "FOULLER" is overlaid in a yellow box at the top center.

FOULLER

SESİL İŞARETLER

**PERFORMANSIN TEMPOSUNU
AYARLAMAK MAKSADIYLA TAKIM
ÜYELERİ YADA HERHANGİ BİRİNİN
SESİL İPUCU VERMESİ**

The background of the image is a dark, high-contrast photograph of a karate match in progress. A large crowd of spectators is visible in the stands, and the arena floor is lit up. In the top right corner, there is a circular logo for the 'TÜRKİYE KARATE FEDERASYONU MERKEZ HAKEM KURULU' (Turkey Karate Federation Central Referee Committee) featuring a red and white design with the letters 'TKF' and the year '1961'.

FOULLER

**TİYATROSAL
PERFORMANS**

**AYAKLARI YERE VURMAK , GÖĞÜSÜ
, KOLLARI , KIYAFETİ TOKATLAMAK
GİBİ TÜM TİYATROSAL
HAREKETLER. ÇOK CİDDİ DENGE
KAYBI KADAR PUAN KIRILIR.**

The background of the image is a dark, high-angle shot of a karate tournament arena. In the foreground, a large crowd of spectators is visible, many holding red flags. The arena floor is red with blue and white markings. In the background, a large circular logo for the Turkish Karate Federation (TKF) is visible, featuring a white karate figure on a red background with a crescent and star. Another logo for the World Karate Federation (WKF) is visible in the bottom right corner. The text is overlaid on this background.

FOULLER

**YANLIŞ KIAİ
UYGULAMASI**

**KIAİ KISA - KONSANTRE VE
TEKNİKLE EŞ ZAMANLI OLMALIDIR.**

FOULLER

**KEMERİN
GEVŞEMESİ**

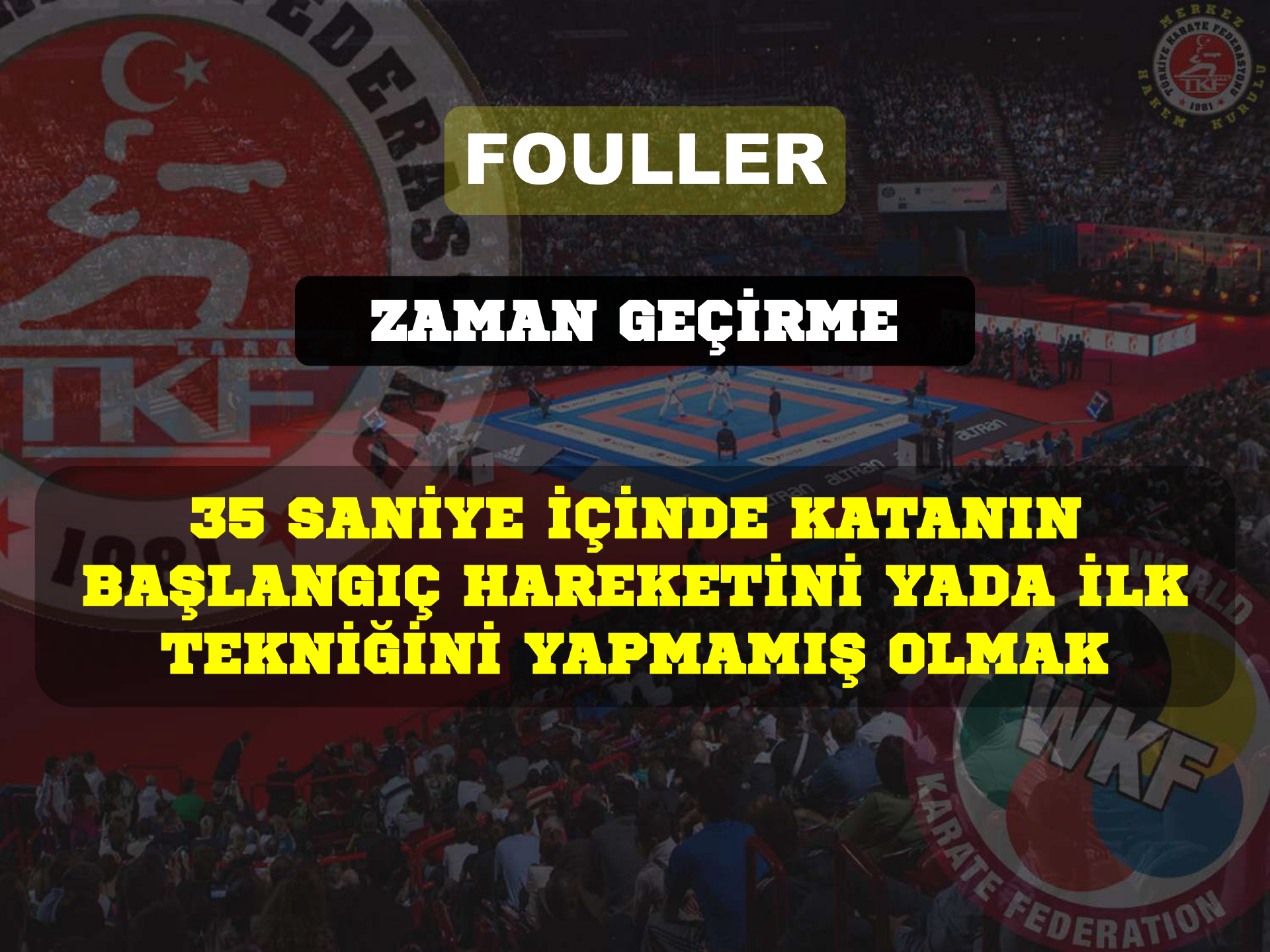


FOULLER

ZAMAN GEÇİRME

**UZUN SÜRELİ YÜRÜYÜŞ , AŞIRI
SELAMLAMA**

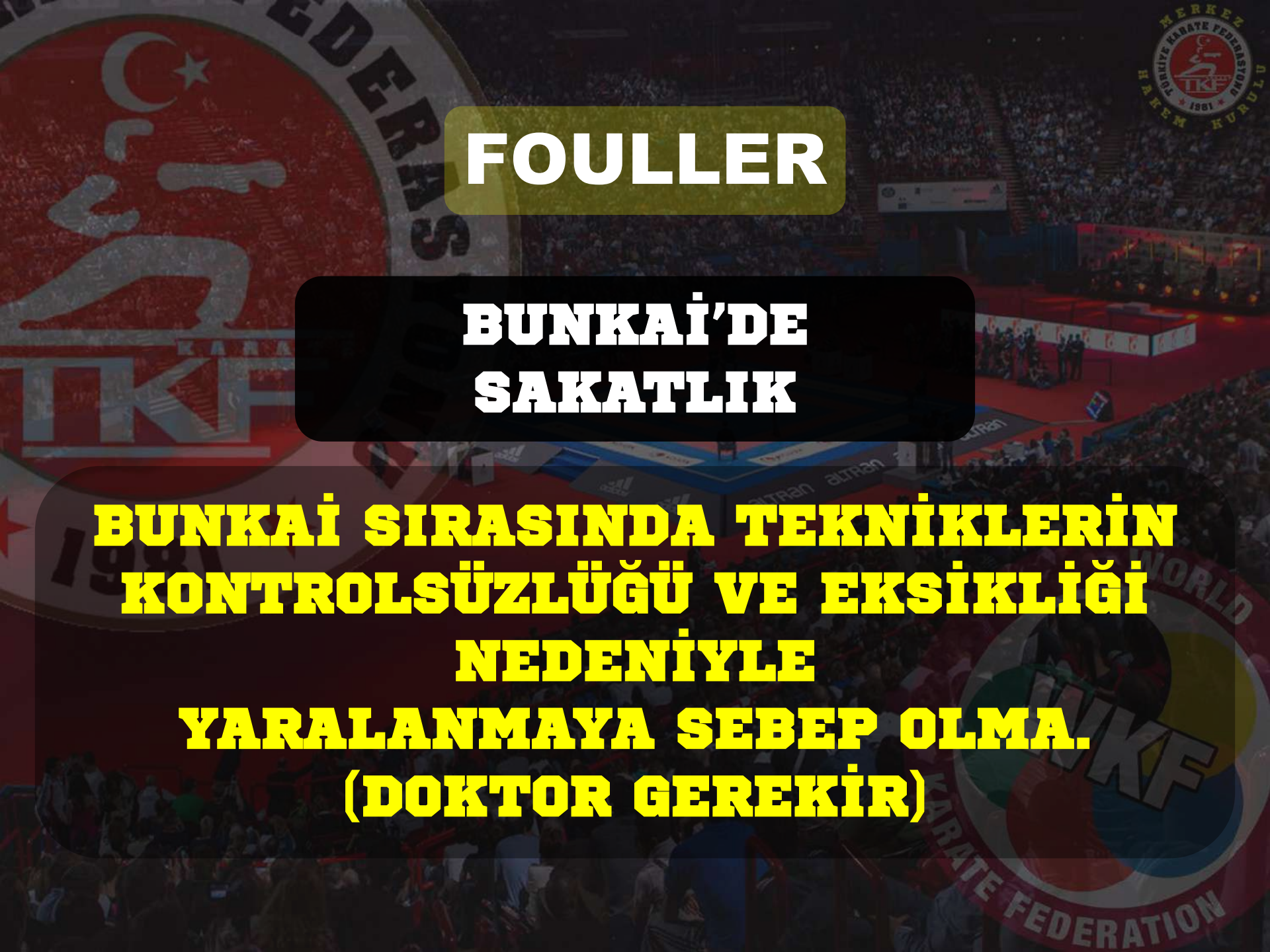
**KATA'YA BAŞLAMADAN ÖNCE UZUN
SÜRELİ DURAKSAMA**

The background of the image is a dark, high-angle shot of a karate tournament arena. In the center, a blue and red mat is visible with several people standing on it. The arena is surrounded by a large crowd of spectators. Overlaid on the image are several logos: a large red and white TKF logo on the left, a smaller TKF logo in the top right corner, and a WKF logo in the bottom right corner. The text is presented in white and yellow on semi-transparent dark backgrounds.

FOULLER

ZAMAN GEÇİRME

**35 SANİYE İÇİNDE KATANIN
BAŞLANGIÇ HAREKETİNİ YADA İLK
TEKNİĞİNİ YAPMAMIŞ OLMAK**



FOULLER

**BUNKAİ'DE
SAKATLIK**

**BUNKAİ SIRASINDA TEKNİKLERİN
KONTROLSÜZLÜĞÜ VE EKSİKLİĞİ
NEDENİYLE
YARALANMAYA SEBEP OLMA.
(DOKTOR GEREKİR)**

FOULLER

**BUNKAİ ' DE 2 SN ' DEN
FAZLA YERDE YATMAK**



DİSKALİFİYELER

**KATA ANONSU YAPMAMAK,
YANLIŞ KATAYI ANONS ETMEK YADA
YAZDIRILANDAN FARKLI KATA ÇİZMEK.
KATA ANONSU YAPMAK DEMEK
HAKEMLERİN ANLAYACAĞI ŞEKİLDE
YAPMAK DEMEKTİR.**

**KATA BAŞLANGICI ve
BİTİŞİNDE SELAM
VERMEMEK**

**YÜZÜ HAKEMLERE DÖNÜK
BAŞLAMAMAK**



1981



DİSKALİFİYELER



**PERFORMANS ESNASINDA UZUN
DURMA YADA
BELİRGİN OLARAK DURAKSAMAK**

**TEKNİK EKLEMEK YA DA ÇIKARMAK
PERFORMANSI ORİJİNAL BİÇİMİNDEN
ÖNEMLİ ÖLÇÜDE DEĞİŞTİRMEK**

DİSKALİFİYELER



**AYAKLARI YERE VURMA, GÖĞÜSE,
KOLLARA VEYA KARATE KİYAFETİNE
VURMA YA DA UYGUNSUZ NEFES
ALIP VERME GİBİ TİYATRAL
HAREKETLERİN SÜREKLİ VE BARİZ
BİR ŞEKİLDE TEKRARLANMASI.**

**BÜYÜK DENGİ KAYBİNİ VEYA BİR
DÜŞÜŞÜ ENGELLEMİK İÇİN
DÜZELTİCİ BİR ADIM ATMAK**

DİSKALİFİYELER

KEMERİN ÇÖZÜLEREK YERE DÜŞMESİ



DİSKALİFİYELER

**KATA VE BUNKAİ DE
5 DAKİKAYI AŞMAK**

**BOYUN HIZASINA
MAKAS TEKNİKLERİ
YAPMAK**

**BEL BÖLGESİNE
SERBESTTİR**



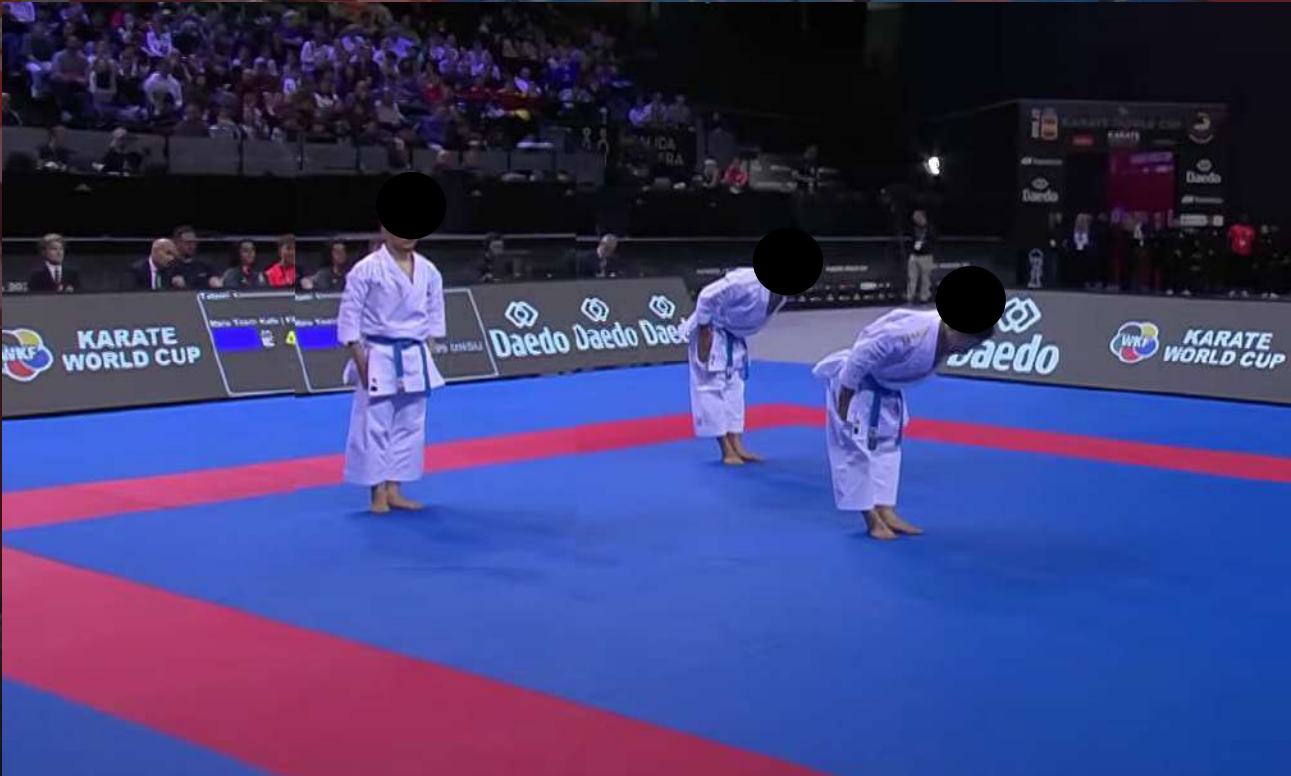
DİSKALİFİYELER

**ŞEF HAKEMİN
TALİMATLARINA UYMAMAK
YADA DİĞER ART NİYETLİ
HAREKETLER - SHİKKAKU**

**DİSKALİFİYE ÖNCESİ 1 NUMARALI
HAKEM DİĞER KATA HAKEMLERİNİ
ÇAĞIRMALIDIR.**

DİSKALİFİYELER

**TAKIM KATA ' DA BİR ÜYENİN
SELAM VERMEMESİ DİSKALİFİYE
SEBEBİDİR**



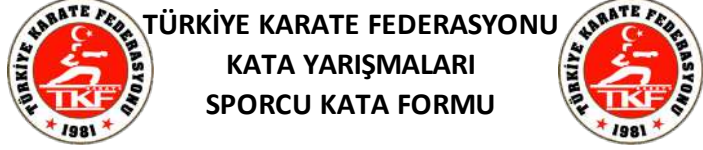
DİSKALİFİYELER



**TAKIM KATA ' DA BİR ÜYENİN
TEKNİKTE DEĞİŞİKLİK YAPMASI
DİSKALİFİYE SEBEBİDİR**



KATA BEYANI



TÜRKİYE KARATE FEDERASYONU

KATA YARIŞMALARI
SPORCU KATA FORMU



TUR

1

2

3

4

5

BRONZ

ALTIN

MADALYA MAÇI

İL ADI

KOCAELİ

SPORCU ADI / SOYADI

HAZİM ÖZDEMİR

KATA NUMARASI

6

KATANIN TAM ADI

BASSAI

ANTRENÖR ADI / SOYADI

AHMET ŞAN

ANTRENÖR /
(ANTRENÖRÜ YOKSA)
SPORCU İMZASI

1	Anan	35	Jiin	69	Passai
2	Anan Dai	36	Jion	70	Pinan Shodan
3	Ananko	37	Jitte	71	Pinan Nidan
4	Aoyagi	38	Juroku	72	Pinan Sandan
5	Bassai	39	Kanchin	73	Pinan Yondan
6	Bassai Dai	40	Kanku Dai	74	Pinan Godan
7	Bassai Sho	41	Kanku Sho	75	Rohai
8	Chatanyara Kusanku	42	Kanshu	76	Saifa
9	Chibana No Kushanku	43	Kishimono No Kushanku	77	Sanchin
10	Chinte	44	Kousoukun	78	Sansai
11	Chinto	45	Kousoukun Dai	79	Sanseiru
12	Enpi	46	Kousoukun Sho	80	Sanseru
13	Fukyugata Ichi	47	Kururunfa	81	Seichin
14	Fukyugata Ni	48	Kusanku	82	Seienchin (Seiyunchin)
15	Gankaku	49	Kyan No Chinto	83	Seipai
16	Garyu	50	Kyan No Wanshu	84	Seiryu
17	Gekisai (Gekisai) 1	51	Matsukaze	85	Seishan

**KATA NUMARASI İLE KATA
İSMİ ARASINDA BİR
UYUŞMAZLIK VARSA
NUMARANIN DOĞRULUĞU
ÖNEMLİDİR**

KATA BEYANI

KATA BEYANI BASSAI DAI – NUMARA BASSAI DAI
PERFORMANS BASSAI SHO

D İ S K A L İ F İ Y E

KATA BEYANI BASSAI DAI – NUMARA BASSAI DAI
ANONS BASSAI SHO

D İ S K A L İ F İ Y E



PUAN KIRMA REHBERİ



**HAFİF DENGİ KAYBI
KEMER GEVŞEMESİ
ZAMAN GEÇİRME
KATA ANONS-SELAM HATASI
BUNKAİ'DE YERDE 2 SN'DEN
FAZLA YATMA**

**HAFİF HATALAR YADA
TEK BİR HATA
- 0,2 / - 0,3 PUAN**

**CİDDİ HATALAR YADA
TEKRARLANAN
- 0,4 / -0,5 PUAN**

PUAN KIRMA REHBERİ



**SESLİ İPUÇLARI
CİDDİ DENGİ KAYBI
BUNKAI SIRASINDA YARALANMA
TAKİM KATADA UYUMLU
HAREKET ETMEMEK**

**HAFİF HATALAR YADA
TEK BİR HATA
- 0,8 / - 0,9 PUAN**

**CİDDİ HATALAR YADA
TEKRARLANAN
- 1,0 PUAN**

KATA BEYANI

RUNNER SPORCUNUN
KATASINI ASLA KENDİSİ
YAZAMAZ.

RUNNER SPORCUNUN YAZDIĞI
KATA BEYAN KAĞIDINI
MASAYA İLETİR.



KATA ‘ DA GÜÇ

GÜÇLÜ UYGULAMA YARIŞMACININ ÜST VE ALT VÜCUDUNU BİRLİKTE KULLANMASI DURUMUDUR.

KASLARIN GEREKSİZ YERE SERTLEŞMESİ VEYA HAREKETLERİN YAPAY BİR SERTLİK KAZANMASI GÜÇLÜ UYGULAMA ANLAMINA GELMEZ.

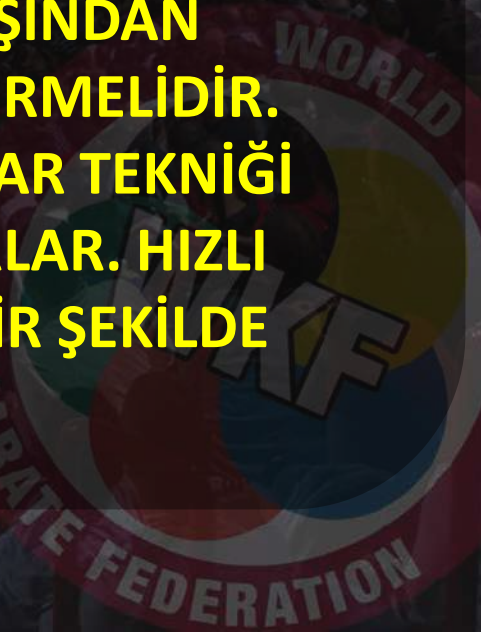


KATA ‘ DA HIZ

AŞIRI HIZLI YAPILAN BİR KATA, TEKNİK DETAYLARIN KAYBOLMASINA VE HATALARA NEDEN OLUR.

EĞER YARIŞMACI DURUŞTAN DURUŞA GÜVENLİ BİR ŞEKİLDE YETERSİZ HIZDA GEÇİŞ YAPIYORSA VE BU KÖTÜ BİR KRİTERDİR.

YARIŞMACI DALGALANMA OLMADAN KATANIN BAŞINDAN SONUNA KADAR AYNI HIZDA PERFORMANS GÖSTERMELİDİR. BAZEN, DAHA HIZLI GÖRÜNMEK İÇİN, YARIŞMACILAR TEKNİĞİ (GENELLİKLE BLOKLAR) KISA BİR ŞEKİLDE UYGULARLAR. HIZLI GÖRÜNMEK İÇİN BİR TEKNİK EKSİK YADA YANLIŞ BİR ŞEKİLDE UYGULANIYORSA PUAN KIRILIR.



KATA ‘ DA RİTİM

RİTİM, HAREKETSİZLİK DURUMU İLE HAREKET ARASINDA BİR BAĞLANTIDIR.

BU NEDENLE, TEKNİKLERİ DOĞRU BİR ŞEKİLDE UYGULAMAK İÇİN YAVAŞ ve BÜYÜK DURAKSAMALAR İLE UYGULAMAK HATALI UYGULAMADIR.

KATA 100 METRE KOŞUSU DEĞİLDİR, EN HIZLI ÇİZEN EN İYİ DEĞİLDİR.



KATA ‘ DA KİME

KİME , HER TEKNİĞİN SONUNDA YAPILAN ANİ VE GÜÇLÜ BİR DURUŞ VE VURUŞ ANINDAKİ ODAKLANMAYI, KAS KONTROLÜNÜ VE NEFES YÖNETİMİNİ İÇERİR.

TEKNİKLERİN SADECE HIZLI VEYA SERT OLMASI YETERLİ DEĞİLDİR; DOĞRU ZAMANDA YAPILAN KİME, VURUŞUN GÜCÜNÜ VE ETKİSİNİ ARTIRARAK KATANIN GERÇEK ANLAMINI ORTAYA ÇIKARIR.

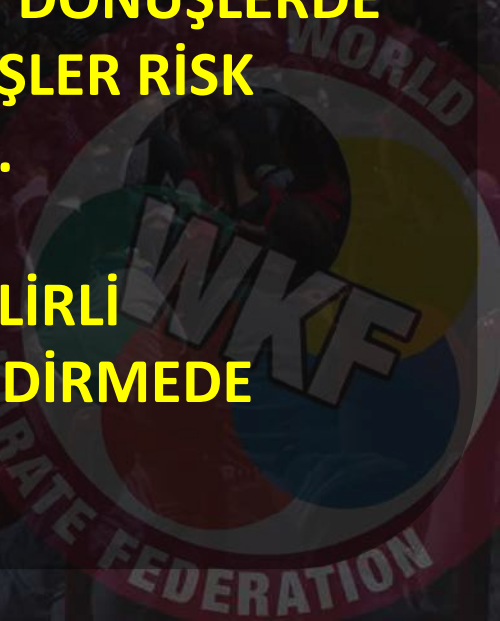


KATA ‘ DA DENGGE

TEKNİK UYGULARKEN ANİ DURUŞ, GEÇİŞLERDEN SONRA ANİ
TEKNİK UYGULAMA , 45 DERECE VE ÜZERİ YÖN DEĞİŞİKLİĞİ
SONRASI SABİT KALABİLMEK, SPORCULARIN DENGGE
PERFORMANSLARINI GÖSTERDİKLERİ FIRSATLARDIR.

İLERİ GİDERKEN ANİDEN ARKA AYAKLA 90 DERECE DÖNÜŞLER
RİSKLİ DURUMLARDIR .SPORCUNUN ANİ GEÇİŞ VE DÖNÜŞLERDE
RİSK ALMASI GEREKLİDİR VE GÜVENLİ YAVAŞ GEÇİŞLER RİSK
BARINDIRMAZ AMA KATANIN RUHUNA AYKIRIDIR.

SIÇRAMA GİBİ ZORLU HAREKETLERDEN SONRA BELİRLİ
POZİSYONU KORUMA GİBİ DURUMLAR DEĞERLENDİRMEDE
DİKKATE ALINACAK DURUMLARDIR.

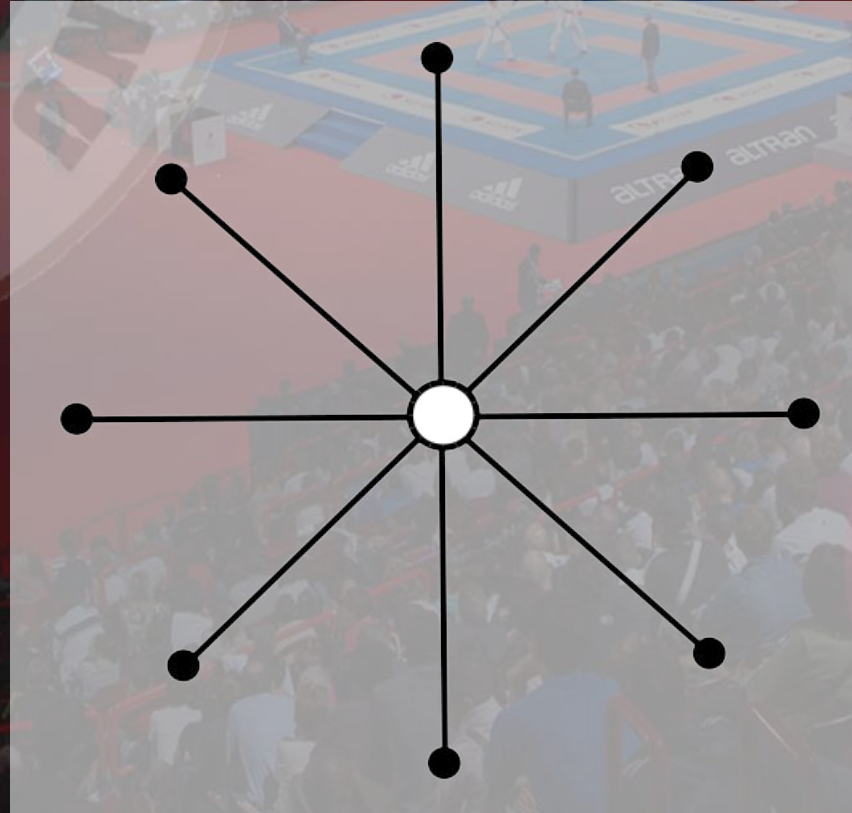


KATA ‘ DA ÖNEMLİ NOKTALAR

EMBUSEN

45°

90°



180°

360°

KATA ‘ DA ÖNEMLİ NOKTALAR

ZANSHIN

**BİR TEKNIĞİ UYGULADIKTAN SONRA DİĞER TEKNIĞİ
YAPMAYA HAZIR OLMAYI İFADE EDER.**

**KOPUK KOPUK ve BİR BÜTÜNLÜK GÖRÜNTÜSÜ
VERMEYEN KATA PERFORMANSINDA ZANSHIN ve
DEVAMLILIK YOKTUR.**

KATA ‘ DA ÖNEMLİ NOKTALAR

KİAİ

KATA ‘ DA KİAİ

**RUH’U DİYAFRAMDAN GELEN SESLE
DIŞARI FIRLATMAKTIR.**

**KATA MÜCADELE RUHUNU GÖSTERİRKEN KİAİ ‘ LER
BİR GÖSTERGEDİR.**



KATA ‘ DA ÖNEMLİ NOKTALAR

KİME - FOKUS

BİR TEKNİĞİN HEDEFE ULAŞMA NOKTASINDA
GÜÇ-HIZ VE KONSANTRASYONUN
ZİRVE NOKTASINA ULAŞMASIDIR.



KATA ‘ DA ÖNEMLİ NOKTALAR

KİHAKU – RUH ve CANLILIK

**SPORCUNUN İÇ ENERJİSİ ve DÖVÜŞ RUHUNUN
KATAYA YANSITILMASI.**

**TEKNİKLER KENDİNDEN EMİN VE GÜÇLÜ BİR
KARAKTERLE TATAMİDE UYGULANIR VE TATAMİYE
HAYALİ BİR RAKİPLE YAPILAN BİR DÖVÜŞ
GÖRÜNTÜSÜ YANSITILIR.**

KATA ‘ DA ÖNEMLİ NOKTALAR

HİYOSHİ - ZAMANLAMA

**KATANIN BÖLÜMLERİNİN GEREKTİRDİĞİ ŞEKİLDE HIZLI-
YAVAŞ / YUMUŞAK-SERT BÖLÜMLER ARASINDAKİ GEÇİŞİ
İFADE EDER.**

KATA HER ZAMAN HIZLI – HER ZAMAN YAVAŞ ÇİZİLMEZ.

**KENDİ RİTMİ VARDIR VE BU RİTM PUANLAMADA
MUTLAKA DİKKATE ALINMALIDIR**

KATA ‘ DA ÖNEMLİ NOKTALAR

CHAKUGAN – GÖZLERİN ODAĞI

**KATA BİR HAYALİ DÖVÜŞTÜR VE HAYALİ BİR RAKİP
VARDIR. CAHAKUGAN BU RAKİPLE DÖVÜŞÜRKEN
GÖZLERİ ONA YÖNLENDİRMEK VE HAYALİ RAKİPLE YÜZ
YÜZE MÜCADELE ETMEYİ ANLATIR.**

**HİÇBİR RAKİPLE GÖZLER BAŞKA TARAFBA BAKARKEN
MÜCADELE EDİLMEZ.**

KATA ‘ DA ÖNEMLİ NOKTALAR

İNYO – ZITLAR DENGESİ

**SERT – YUMUŞAK / HIZLI-YAVAŞ / SALDIRI-SAVUNMA
GİBİ ZIT UNSURLAR ARASINDAKİ DENGİYİ İFADE EDER.**

**UNUTULMAMALIDIR Kİ KATA PERFORMANSINDA ATAK
YAPILIRKEN ANİDEN DEFANS'A DA GEÇİLEBİLİR VE TÜM
BU GEÇİŞLERDE UYUM OLMALIDIR.**

**TEŞEKKÜR
EDERİZ**

