



# Inbjudan till Pokaljakten del 2-2018

## Följande pokaler och priser kan du vinna:

150 poäng: pokal No 1	ca 26 cm hög
350 poäng: pokal No 2	ca 33 cm hög
750 poäng: pokal No 3	ca 60 cm hög

När du får 1500 poäng bjuder klubben på resa, mat och startavgift till ett barn-, ungdoms- eller juniorläger typ Sportlovsläget i Borlänge, Judofestivalen i Lindesberg eller LUGI camp i Lund.

### Vem & vad?

**Tävlingen är till för alla som vill tävla: barn, ungdom & vuxna!**

**Nybjörjarna** får chansen att prova på att tävla och lära sig hur en match går till.

**Avancerade** får chansen att få mera tävlingsrutin och att prova på nya tekniker under lite tuffare förhållanden än i vanlig randori.

**Ungdomarna** får chansen att prova på att döma matcher

**Föräldrarna** får chansen att lära sig judons tävlingssystem

**Alla** får chansen att lära sig judons japanska matchspråk

### Tävlingen genomförs i två tävlingsdelar:

**Ne-waza:** Bara mattkamp, lämplig även för rena nybjörjare och för dem yngsta som ännu ej kör randori Tachi waza (stående kamp)

**Tachi-waza:** Både stående kamp och markarbete som i en vanlig judomatch

**Tävlingssystem:** Man tävlar i pool om tre så att alla gör två matcher mot jämnt motstånd.

### Regler

- 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.
- Under året har vi 7 deltävlingar: 4 på våren och 3 på hösten
- Poängen från olika år räknas ihop!
- Alla som deltar regelbundet i Pokaljakten erövrar förr eller senare en pokal oavsett om man vinner matcher eller inte, men vinner man matcher så går det lite snabbare.
- Vid varje deltävling erhåller deltagarna ett diplom

**Plats?** Judohallen, Björneborgsgatan 25

**När?** Måndag, 19 mars

### Invägning!

För att alla skall få så jämna motståndare som möjligt vägs man före varje tävling!

Om du vill vara med och tävla så ska du vara i Judohallen för att väga dig mellan

**kl. 17.30-18.00.**

När alla har vägt in dela vi in de tävlande i så jämna klasser som möjligt och så börjar tävlingen.

**Kostnad: 50:** - oavsett om man är med på en eller båda tävlingsdelar.

**Anmälan: Senast på söndag, 18 mars,** på anslagstavlan i Judohallen eller via e-post: [anmalan@judosundsvall.com](mailto:anmalan@judosundsvall.com)

**Info:** Wolfgang: 060 66 50 88 -- 070-646 60 13, e-post: [wolfgang@judosundsvall.com](mailto:wolfgang@judosundsvall.com)



Välkomna

Judo Sundsvall

