



**" A BHMSE Kyokushin Karate szakosztálya a sportág  
hagyományait követve 4 x is megrendezi  
a fővárosban A 24 ÓRÁS KÜZDELMI EDZÉST,  
"ISMERD MEG HATÁRAIDAT ÉS SZÉLESÍTSD KI!" mottóval**

**KIIRÁS** -programtervezet:

- Szeptember 11. szombat, 09.00 órákor gyülekező,
- Regisztráció, nevezések, regisztrációs könyv kiosztás (saját eredmények nyilvántartását segíti és igazolja), orvosi vizsgálat, bemelegítés
- 9.40 ünnepélyes megnyitó, eligazítás
- 10.00 küzdelmek indulnak

**Szabályok:**

- Egy páston non stop mennek a küzdelmek a regisztráció alapján. Sorrendeket a bírók állítják össze.
- Akik sorozat küzdelmekre jelentkeztek, azokkal kezdünk, és közben be lehet állni egyénileg. A gördülékenyebb lebonyolítás érdekében bizonyos szakaszokban 3 páston is folynak a küzdelmek majd.

Akik jelentkeztek egy erőpróbára azok a kijelölt időpontokban egy kontroll bíró előtt hajtják végre sorozatban a feladatukat.(előzetes nevezésük alapján) . A regisztrációs könyvükben ez pecséttel lesz hitelesítve.(Eddigi erőpróbák: Kata , erősítés, stb)

-,**eddigiektől eltérően:** FIX edzések lesznek kb. 4 óránként a programban, fenntartva a folyamatosságot, a készenlétet és gyakorlási lehetőséget is adva. (szombat 10 órákor: Női nyílt küzdőedzéssel kezdünk, majd 14-órákor, 18 órákor, 22 órákor, hajnali 02 és 06 órákor, egy órában küzdő jellegű-, ill. szermunka stb. ( a kezdés időpontját rugalmasan határozza meg a főbíró/főszervező létszámtól függően.) Ezek az edzések a jelenlevő benevezettek számára kötelezőek. Kivételt adhat a főbíró.(akinek akkor jön pihenő ideje, eü. állapot stb miatt) Kérem, hogy aki rész időre jön, törekedjen ezekre az időpontokra ideérni, erősíteni a csapatot!

Még 1 terem áll rendelkezésre a pihenésre, lepakolásra, illetve kijelölt helyen lesz a büfé és az étkezés is. Az ÚJ Sporttemplom többi terme le lesz zárva.

Hálóságot, laticelt mindenki hozzon magával, a védőfelszereléssel, esetleges gyógyszereivel együtt és papucsot, melegítőt, takarót is.

**A regisztrációnál mindenkinek alá kell írnia egy nyilatkozatot, hogy saját felelősségére vesz részt a rendezvény eseményein, illetve a Hölgyeknél, hogy „nem terhes”.**

Nézők, kísérők jöhetnek a harcosokkal. Belépő 500.-Ft (hozzájárulás)

A külsős nézőket az utcáról a „nyílt órák” időpontban engedjük csak be, számukra ingyenes (promóció, tagtoborzás miatt)

Szabályok a Kyokushin Kumite alapján zajlanak, 1,5 perces Dojo kumite jellegű, sparring küzdelmek lesznek, korosztálynak megfelelően. A 24 óra alatt kb. 720-szor szólal meg a gong.

Tervezett meghívott létszám 100-120 fő, 10-12 klubból.

Más harcművészek is kaptak meghívást és a szabályaink szerint nevezhetnek.





新極真會



新極真會



新極真會



新極真會



新極真會



新極真會

Éjszaka is folyamatos a páston a küzdelem, vasárnap reggel 10.00-kor lesz a rendezvény vége, sorakozóval, ünnepélyes zárással, oklevelek átadásával. Ezt követően a távozás egyénileg történik.

Értékes nyereményekkel készülünk azok számára, akik VÉGIG aktívan jelen lesznek és a rekordereknek külön is természetesen.

**FONTOS: Új helyen leszünk!:**

**Pontos-cím:** **Harcművészeti-Központ.**  
**XIII. Budapest, Váci út 19.**  
**(volt Csodák Palotája központ első emelet)**  
**<http://www.sporttemplom.hu/>**

Nevezéseket **2010. szeptember 05. vasárnap 24 óráig (LEGKÉSŐBB)** várom emailban, megnevezve az erőpróbát is (ha akar).

Nevezési díj: 1000.-Ft (tartalmazza a regisztrációs Könyvecskét)

E-mail: [mrfris@t-email.hu](mailto:mrfris@t-email.hu), tel.: 06-30-9312580

A helyszíni nevezés díja: 1500,-ft . (érdemes időben e-mailban leadni!)

Jó felkészülést! Osu!

Sensei Fris Ferenc 4. Dan  
BHMSE Klubvezető  
06309312580  
Főszervező  
<http://www.tigrisdojo.hu>



新極真會



新極真會



新極真會



新極真會



新極真會



新極真會