



O s t s e e - C u p

07. März 2026

**in 23669 Timmendorfer Strand
Strand-Arena, Höppnerweg 9**

Parkplätze in der Nähe, teilweise mit Parkgebühr!!!

Eingeladen sind alle Karatekas

Stilrichtung „Shotokan“.

**Es gilt das Regelwerk des „Karate Dojos e.V.“
(als PDF- Homepage)**

**Meldungen bis: 14.02.2026 an Jörg Arndt
(E-Mail oder per Post)**

**Die Startgebühr ist gleichzeitig zur Meldung auf das Konto:
Sparkasse Holstein, IBAN: 87 2135 2240 0134 9661 34 zu überweisen.
Verwendungszweck: Dojo-Name, Ostsee-Cup 26**

Spätere Anmeldungen können nicht mehr berücksichtigt werden.

Wichtige Hinweise: wir sorgen für die Verpflegung der Kampfrichter(innen) u. Protokollführer(innen), ansonsten können wir lediglich Kaffee u Kuchen, Getränke und kleine Snacks anbieten. Einkaufsmöglichkeiten sind vor Ort.



Ostsee-Cup

Gruppeneinteilung

bis 11 Jahre**7. + 6. Kyu****ab 5. Kyu**

Mädchen M

M 5

M 6

Jungen J

J 5

J 6

12 + 13 Jahre**7. + 6. Kyu****ab 5. Kyu**

Mädchen M

M 8

M 9

Jungen J

J 8

J 9

—

14 + 15 Jahre**7. + 6. Kyu****ab 5. Kyu**

Jugend. weibl. JW

JW 2

JW 3

Jugend. männl. JM

JM 2

JM 3

16 + 17 Jahre**7. + 6. Kyu****ab 5. Kyu**

Jugend. weibl. JW

JW 5

JW 6

Jugend. männl. JM

JM 5

JM 6

Frauen (ab 18 J.)**8. – 7. Kyu****6. – 4. Kyu****ab 3. Kyu**

F 1

F 2

F 3

Frauen ab 40 J.**F 4**



Männer (ab 18 J.)	8. – 7. Kyu	6. – 4. Kyu	ab 3. Kyu
	H 1	H 2	H 3
Männer ab 40 J.			H 4

Teams

10 + 11 Jahre	7. + 6. Kyu	ab 5. Kyu
Mädchen TM	TM 1	TM 2
Jungen TJ	TJ 1	TJ 2

Hinweis: Kata auch Mixed-Teams möglich.
Entweder 1 Mädchen im Team der Jungen,
oder 1 Junge im Mädchenteam

12 + 13 Jahre	bis 7. Kyu	ab 6. Kyu
Mädchen TM	TM 3	TM 4
Jungen TJ	TJ 3	TJ 4

Hinweis: Kata auch Mixed-Teams möglich.
Entweder 1 Mädchen im Team der Jungen,
oder 1 Junge im Mädchenteam

14 – 17 Jahre	bis 5. Kyu	ab 4. Kyu
Jugend weibl. TJW	TJW 1	TJW 2



Jugend männl. TJM

TJM 1

TJM 2

Hinweis:

Kata auch Mixed-Teams möglich.
Entweder 1 Mädchen im Team der Jungen,
oder 1 Junge im Mädchenteam

Frauen ab 18 J**bis 6. Kyu****ab 5. Kyu**

TF 1

TF 2

Männer ab 18 J.

TH 1

TH 2

Hinweis:

Kata-Teams Frauen und Männer ab 18 J.

auch Mixed-Teams möglich!!!

Eventuell starten alle in einer Gruppe.

Änderungen vorbehalten!!!!



Ostsee – Cup

Modus

Es gelten die Wettkampffregeln des “Karate-Dojos e.V.”

Im Einzelnen gelten für den Ostsee-Cup folgende Regeln:

M ä d c h e n / J u n g e n

M 5	J 5	Kata-Vorrunde nur Heian Nidan. Bei bzw. ab Punktsystem frei bis Heian Godan.
Kihon-Ippon-Kumite (1 x Jodan, Chudan, Mae Geri)		

M 8	J 8	Kata-Vorrunde nur Heian Nidan. Bei bzw. ab Punktsystem frei bis Heian Godan.
Kihon-Ippon-Kumite (1 x Jodan, Chudan, Mae Geri)		

M 6	J 6	Kata-Vorrunde nur Heian Sandan. Bei bzw. ab Punktsystem freie Auswahl außer Tekki
-----	-----	---

M 9	J 9	Jiyu-Ippon-Kumite (1 x Jodan, Chudan, Mae Geri)
-----	-----	---

J u g e n d w e i b l i c h - m ä n n l i c h

JW 2	JM 2	Kata-Vorrunde nur Heian 2 + 3. Bei bzw. ab Punktsystem frei
Kihon-Ippon-Kumite je (1 x Jodan, Chudan, Mae Geri)		

JW 3	JM 3	Kata-Vorrunde nur Heian 3 + 4 Bei bzw. ab Punktsystem frei .
Jiyu-Ippon-Kumite (1 x Jodan, Chudan, Mae Geri)		



JW 5	JM 5	Kata-Vorrunde nur Heian 2 + 3. Bei bzw. ab Punktsystem frei .
		Kihon-Ippon-Kumite (1 x Jodan, Chudan, Mae Geri)

JW 6	JM 6	Kata-Vorrunde nur Heian 3 + 4. Bei bzw. ab Punktsystem frei .
		Jiyu-Kumite (Freikampf, Zahnschutz, Tiefschutz)

Frauen / Herren

F 1	H 1	Kata Vorrunde nur Heian Shodan Punktsystem bis Heian 3
		Kihon-Ippon-Kumite (Jodan, Chudan, Mae Geri)

F 2	H 2	Kata-Vorrunde nur Heian Nidan. Bei bzw. ab Punktsystem frei .
		Jiyu-Kumite

F 3	H 3	Kata-Vorrunde Heian 3 – 5. Bei bzw. ab Punktsystem freie Auswahl. Im Finale muss eine andere Kata gezeigt werden. <u>2 Kata</u>
F 4	H 4	im Wechsel ist möglich.
		Jiyu-Kumite



Teams Mädchen / Jungen

TM 1	TJ 1	Kata frei bis Heian Yondan Kihon-Ippon-Kumite je 1 x Jodan, Chudan, Mae Geri
------	------	---

TM 3	TJ 3	Kata frei bis Heian Sandan Kihon-Ippon-Kumite je 1 x Jodan, Chudan, Mae Geri
------	------	---

TM 2/4	TJ 2/4	Kata freie Auswahl Kihon-Ippon-Kumite je 1 x Jodan, Chudan, Mae Geri
--------	--------	---

Teams Jugend weibl./männl.

TJW 1	TJM 1	Kata frei bis Heian Godan Kihon-Ippon-Kumite je 1 x Jodan, Chudan, Mae Geri
-------	-------	--

TJW 2	TJM 2	Kata freie Auswahl Jiyu-Kumite (Freikampf)
-------	-------	---

(Sollten Gruppen zu klein sein, kann eine andere Gruppen-einteilung erfolgen, damit nicht „umsonst“ geübt worden ist)

Teams Frauen / Herren

TF 1	TH 1	Kata frei bis Heian Sandan	Kein Kumite
------	------	----------------------------	-------------

TF 2	TH 2	Kata frei, ab Finale zwei Kata im Wechsel. Jiyu-Kumite
------	------	---

Bei Kata können die Gruppen TH 2 und TF 2 zusammengelegt werden.

Teams: 2,00 € pro Starter und Disziplin

Sowohl beim Kihon-Ippon, als auch beim Jiyu-Ippon Kumite ist der Angriff Jodan und Chudan: Oi Tsuki!!

- Jörg Arndt -