

## II TIGER CUP 2024 + LAAGER

UUED KUUPÄEVAD 25 JA 26 MAI 2024

### JUHEND

AEG ja KOHT

25.05.2024

[Spordiklubi Nord, Tervise 21, Tallinn](#)

VÕISTLUSTE ALGUS

10:00 U10, U12

13:00 U15

14:00 Veteranid (orienteeruvalt)

KEHAKAALUD JA VANUSEKLASSID

Poisid U10 (2015 - 2017) 2 min

-24kg, -27kg, -30kg, -33kg, -36kg, -40kg, +40kg

Tüdrukud U10 (2015 - 2017) 2 min

-24kg, -28kg, -32kg, -36kg, +36kg

Poisid U12 (2013 - 2015) 3 min

-32kg, -36kg, -40kg, -45kg, -50kg, -55kg, -60kg, -66kg, +66kg

Tüdrukud U12 (2013 - 2015) 3 min

-30kg, -35kg, -40kg, -45kg, +45kg

Poisid U15 (2010-2012) 3 min

-40kg, -45kg, -50kg, -55kg, -60kg, -66kg, -73kg, +73kg

Tüdrukud U15 (2010-2012) 3 min

-44kg, -48kg, -52kg, -57kg, +57kg

Veteranid M (1994 ja varem sündinud) 3 min.

(Kyu 6 – Kyu 2 grupp) -73kg, -81kg, -90kg, +90kg

(Kyu 1 ja DAN grupp) -73kg, -81kg, -90kg, +90kg

KAALUMINE

Kuupäev	Aeg	Vanuseklass	Ülekaal	Koht
24/05/2024	19:00-19:45	Kõik vanuseklassid	U10, U12, U15 – 200g  Veteranid – 1kg	<a href="#">Spordiklubi Nord, Tervise 21, Tallinn</a>
25/05/2024	08:15-09:00	U10, U12		
25/05/2024	11:15-12:00	U15, Veteranid		

## MAADLUSE ÜLDREEGLID

**U10** ja **U12** vanuseklassides on shime-waza ehk kägistamistehnika ja kansetsu-waza ehk valuvõte tehnika **keelatud**.

**U15** ja **Veteranide** vanuseklassides on shime-waza ehk kägistamistehnika ja kansetsu-waza ehk valuvõte tehnika **lubatud**.

## REGISTREERIMINE

Registreerida saab kuni **22.05.24**

[ippon.ee](http://ippon.ee) keskkonnas.

Registreerimine kohapeal on ka võimalik.

## OSAVÕTUMAKS

**25€** (kohapeal registreerimisel **30€**)

## KONTAKT

**Mark Tširkin**

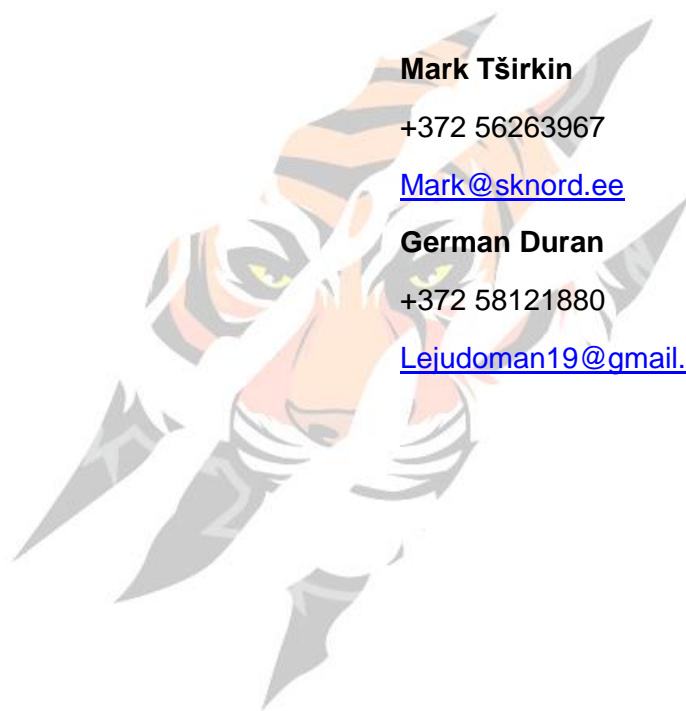
+372 56263967

[Mark@sknord.ee](mailto:Mark@sknord.ee)

**German Duran**

+372 58121880

[Lejudoman19@gmail.com](mailto:Lejudoman19@gmail.com)



# JUDO LAAGER

## 26.05.24

Peale TIGER CUPi järgmisel päeval toimub judolaager. Endised Eesti Judoliidu tippportlased korraldavad lastele näidistreeninguid ning vanemad sportlased saavad oma judotehnikat harjutada maadluses.

### Väiksemate trenn:

Hommikune laste trenn koosneb erinevatest mängudest ja judotehnika harjutamisest, mida näitavad üllatuskülalised (endised eesti judo tippportlased).

### Suuremate trenn:

Soojendus 20 min

4x5 min ne-waza randori

6x5 min tachi-waza randori

### LAAGRI KAVA:

JUDO LAAGER			
Pühapäev, 26.05.2024			
TRENNIDE AEG	VANUS	KOHT	MAKSUMUS
10:00 – 11:30	U10, U12	<a href="#">Spordiklubi Nord, Tervise 21, Tallinn</a>	5€
12:30 – 14:30	U15, Juuniorid, Täiskasvanud, Veteranid		