



سبک جهانی کوشیکی کاراته دو
IRAN KOSHIKI KARATE (IKKF)



فدراسیون کاراته جمهوری اسلامی ایران
IRAN KARATE FEDERATION

اولین مسابقات قهرمانی کشور سبک کوشیکی کاراته

(کاتا و هنرهای فردی / چالش مهارت‌های فردی)

1st IRAN KOSHIKI KARATE CHAMPIONSHIPS IKKF



جوایز نقدی (ریال)



150,000,000

مقام
اول



100,000,000

مقام
دوم



50,000,000

مقام
سوم



سرعت



دقت



تعادل



استقامت



زمان واکنش



۲۷ شهریورماه ۱۴۰۵
18 September 2026



خیابان ستارخان، نبش خیابان شادمهر
پاشگاه یگانه



WWW.IRIKKF.IR



09124377707 / 09121542438



IRAN.KOSHIKIKARATE



«فدراسیون کاراته جمهوری اسلامی ایران» «سبک کوشیکی کاراته ایران»



تاریخ: ۱۴۰۵/۰۵/۱۰

شماره: ۴۰۵/د.ف/۱۴۸

پیوست:

بخشنامه مسابقات قهرمانی کشور رشته های کاتای انفرادی و هنرهای فردی انفرادی (آقایان)

سبک کوشیکی کاراته (IKKF) در نظر دارد، اولین دوره مسابقات قهرمانی کشور خود را در رشته های کاتای انفرادی و هنرهای فردی در بخش آقایان در استان تهران، شهر تهران و در سالن چند منظوره یگانه به آدرس: ستارخان، نبش خیابان شادمهر، باشگاه یگانه به تاریخ ۲۷ شهریورماه ۱۴۰۵ برگزار نماید.

قوانین و مقررات ثبت نام:

ارائه کارت بیمه معتبر ورزشی (حداقل ۷۲ ساعت پیش از رویداد)

ثبت نام فعال سبک کوشیکی IKKF از طریق سامانه my.ikf.ir

ثبت نام در بخش رویدادهای جاری بخش مسابقات و دریافت و ارائه آیدی کارت توسط شرکت کنندگان تا ۲۰ شهریورماه ثبت نام در هر بخش طبق بخشنامه فدراسیون برابر ۱,۷۰۰,۰۰۰ تومان می باشد.

ارائه رضایت نامه برای افراد زیر ۱۸ سال که به تایید مربی، نماینده و مسئول هیات استان رسیده باشد.

همراه داشتن کپی و ارائه اصل کارت ملی و یا شناسنامه شرکت کننده ، عضویت فعال سبک کوشیکی و ارائه کد رهگیری.

قوانین داوری مسابقات در بخش کاتای انفرادی بر اساس قوانین رسمی و رایج فدراسیون در بخش کاتا و در بخش هنرهای فردی مطابق با قوانین ارائه شده خواهد بود. و اظهار بی اطلاعی پذیرفته نخواهد شد.

حضور داوران مسابقات تنها با همراه داشتن دفترچه داوری فدراسیون امکان پذیر است.

- شایسته است به منظور جلوگیری از اشتباهات احتمالی، نماینده استان یا مربیان ضمن ثبت نام ورزشکاران خود در سامانه ملی کاراته ، لیست کامل شرکت کنندگان خود را طبق فرم پیوست به صورت تایپ شده تا تاریخ ۲۰ شهریورماه برای خانم عبدالله زاده : ۰۹۱۲۴۳۷۷۷۰۷ و یا آقای محمد خاکسار به شماره تلفن: ۰۹۱۲۱۷۶۲۳۹۸ ارسال نمایند.

هزینه اعتراض برابر ۵,۰۰۰,۰۰۰ ریال که به صورت نقد و در هنگام تحویل گرفتن برگه اعتراض تکمیل شده و به مسئول کمیته داوران مسابقات پرداخت می گردد.



WWW.IRIKKF.com
Irankoshiki@gmail.com



۰۲۱-۸۸۱۹۴۵۳۰
۰۹۱۲۱۵۴۲۴۳۸



تهران-خیابان خالداسلامبولی-
میدان بهاران-خیابان شهیده راشل کوری-
پلاک ۱۷-همکف

**IRAN
KOSHIKI
KARATE**



«فدراسیون کاراته جمهوری اسلامی ایران» «سبک کوشیکی کاراته ایران»



تاریخ: ۱۴۰۵/۰۵/۱۰

شماره: ۴۰۵/د/۱۴۸

پیوست:

هر استان موظف است حداقل یک داور RC به بالا همراه تیم خود اعزام نماید.

هزینه اسکان و تغذیه و ایاب و ذهاب تیم ها و یا ورزشکاران بر عهده خودشان می باشد، اما جهت هماهنگی در تهران با استاد خاکسار ۰۹۱۲۱۷۶۲۳۹۸ تماس حاصل نمایند.

ثبت نام فقط از طریق سامانه ملی کاراته انجام می پذیرد، به هیچ عنوان به صورت دستی انجام نمی گیرد.

در صورت اعلام اشتباه و ثبت نام غلط در سامانه، شرکت کننده از مسابقات حذف خواهد شد.

رده های سنی بخش کاتای انفرادی شامل:

جوانان ، بزرگسالان و پیشکسوتان می باشد.

جوانان (۱۶ تا ۱۷) - به صورت انفرادی برگزار می گردد.

بزرگسالان (۱۸ تا ۳۵) - به صورت انفرادی برگزار می گردد.

پیشکسوتان (+ ۳۵ سال) - به صورت انفرادی برگزار می گردد.

رده های سنی بخش هنرهای فردی:

+۲۲ سال ، دارای حداقل کمر بند مشکی از سبکهای رزمی می باشد.

شرکت کننده ها یا می بایست با لباس ساده بدون آرم یا با آرم سبک کوشیکی کاراته شرکت نمایند.

تبلیغ آرم و نمایش نماد هر سبکی مجاز نمی باشد.

جوایز این بخش مدال و حکم می باشد.

کاتای زیر قهوای :

نی هانچی

قهوه ای به بالا دوره اول: وان کان یا نیجوشیهو دوره دوم: باسای دوره سوم: کوشانکو



WWW.IRIKKF.com

Irankoshiki@gmail.com



۰۲۱-۸۸۱۹۴۵۳۰

۰۹۱۲۱۵۴۲۴۳۸



تهران-خیابان خالداسلامبولی-
میدان بهار-ان-خیابان شهیده راشل کوری-
پلاک ۱۷- همکف

**IRAN
KOSHIKI
KARATE**



«فدراسیون کاراته جمهوری اسلامی ایران»
«سبک کوشیکی کاراته ایران»



تاریخ: ۱۴۰۵/۰۵/۱۰

شماره: ۴۰۵/د.ف/۱۴۸

مسابقات قهرمان کشوری هنرهای فردی سبک کوشیکی کاراته پیوست:

استان:

ردیف	نام و نام خانوادگی:	استان / شهرستان:	رده کمر بند	رده سنی:



WWW.IRIKKF.com
Irankoshiki@gmail.com



۰۲۱-۸۸۱۹۴۵۳۰
۰۹۱۲۱۵۴۲۴۳۸



تهران-خیابان خالداسلامبولی-
میدان بهار آن-خیابان شهیده راشل کوری-
پلاک ۱۷-همکف

IRAN
KOSHIKI
KARATE



«فدراسیون کاراته جمهوری اسلامی ایران» «سبک کوشیکی کاراته ایران»



تاریخ: ۱۴۰۵/۰۵/۱۰

شماره: ۴۰۵/د.ف/۱۴۸

پیوست:

آئین نامه مسابقات هنرهای فردی (چالش مهارت‌های فردی):

- ❖ این مسابقات برای افراد بین ۲۰ سال تا ۷۰ سال می باشد.
- ❖ شرکت کنندگان این مسابقات می بایست دارای کمر بند مشکی به بالا باشند.
- ❖ مسابقات دارای جوایز نقدی برای نفر اول ۱۵ میلیون تومان، نفر دوم ۱۰ میلیون تومان و نفر سوم ۵ میلیون تومان می باشد.
- ❖ مسابقات شامل رقابت در ۵ فاکتور آمادگی جسمانی و یا بدنی است
- ❖ آئیم ها شامل: تعادل، سرعت، دقت، استقامت عضلانی و استقامت قلبیو عروقی و زمان واکنش است.
- ❖ ورزشکار می بایست در هر بخش ۱۰ امتیاز کامل شرکت می نماید.
- ❖ ورزشکار در هر بخش ۱۰ امتیاز و در مجموع و در صورت موفقیت کامل ۵۰ امتیاز را کسب خواهد نمود.

➤ آئیم تعادل – قدرت – استقامت:

نحوه امتیازات:

- ۱) کنترل مرکز ثقل بدن (۲/۵ امتیاز)
- ۲) قدرت عضلات و ثبات بدن در اجرای ضربات (۲/۵ امتیاز)
- ۳) هماهنگی عصبی-عضلانی (۲/۵ امتیاز)
- ۴) تعداد مناسب ضربات (۲/۵ امتیاز)

- نحوه اجراء زدن بیشتری ضربه مواشی گری جودان (دورانی برای سر) روی یک پا ثابت و با چرخش ۳۶۰ - زمان حداکثر ۱۲۰ ثانیه - زمان حداقل ۲۰ ثانیه

امتیاز منفی:

۱. لی کردن روی پا زمانی که منجر به جابجائی شود. ۲ امتیاز منفی
۲. گذاشتن پا روی زمین. ۵ امتیاز منفی
۳. سقوط. ۱۰ امتیاز منفی و از دست دادن کل امتیاز



WWW.IRIKKF.com

Irankoshiki@gmail.com



۰۲۱-۸۸۱۹۴۵۳۰

۰۹۱۲۱۵۴۲۴۳۸



تهران-خیابان خالداسلامبولی-
میدان بهاران-خیابان شهیده راشل کوری-
پلاک ۱۷-همکف

**IRAN
KOSHIKI
KARATE**



«فدراسیون کاراته جمهوری اسلامی ایران» «سبک کوشیکی کاراته ایران»



تاریخ: ۱۴۰۵/۰۵/۱۰

شماره: ۴۰۵/د.ف/۱۴۸

پیوست:

آیتم سرعت (سرعت - استقامت و هماهنگی اعصاب و عضلات):

ضرایب امتیازات این مرحله:

۱. تعداد حداکثر ضربه (۵۰ ضربه امتیاز ۵ نمره)
۲. اجرای صحیح ضربه (۲/۵ نمره)
۳. تداوم ریتم ضربه و تنفس صحیح (۲/۵ نمره)

نمرات منفی:

۱. برهم خوردن گارد و ثبات بدن ۱ امتیاز منفی
۲. جابجایی محل استقرار و افتادن دستها در وضعیت گارد ۱ امتیاز منفی
۳. ایست و شروع مجدد ۴ امتیاز منفی
- ۴.

➤ آیتم دقت ضربات دست و استقامت قلبی و عروقی:

سنجش بر مؤلفه های:

- (۱) تمرکز (۲) کنترل (۳) دقت تکنیکی (۴) هماهنگی چشم با دست (۵) استقامت قلبی و

عروقی

- رزمیکار ضربات دست را به انتخاب میتور و به صورت ترکیبی به مدت ۲ دقیقه اجرا می کند.

امتیازات:

۱. زدن به موقع و سرعتی ضربه (۱/۵)
۲. اجرای صحیح ضربات (۵ نمره)
۳. آمادگی جسمانی و توانمندی حفظ شرایط متعادل بدن (۱/۵ نمره)
۴. اجرا با لباس کوشیکی و کلاه و هوگو (۲ امتیاز)

○ امتیازات منفی:

- ۱- اجرای غلط هر ضربه ۱ امتیاز منفی
- ۲- مکث و تامل غیر استاندارد در اجرای هر ترکیب ۱ امتیاز
- ۳- کندی در اجرا و ریتم پیوستگی هر ترکیب ۱ امتیاز
- ۴- عدم وضعیت صحیح گارد ۱ امتیاز منفی
- ۵- ناتوانی ۱ امتیاز منفی
- ۶- ضربه بیش از حد شدید: ۱ امتیاز منفی
- ۷- ضربات رها شده: ۱ امتیاز منفی



WWW.IRIKKF.com

Irankoshiki@gmail.com



۰۲۱-۸۸۱۹۴۵۳۰

۰۹۱۲۱۵۴۲۴۳۸



تهران-خیابان خالداسلامبولی-
میدان بهار آن-خیابان شهیده راشل کوری-
پلاک ۱۷-همکف

**IRAN
KOSHIKI
KARATE**



«فدراسیون کاراته جمهوری اسلامی ایران» «سبک کوشیکی کاراته ایران»



تاریخ: ۱۴۰۵/۰۵/۱۰

شماره: ۴۰۵/د.ف/۱۴۸

پیوست:

آیتم دقت ضربات دست و پا و استقامت قلبی و عروقی:

سنجش بر مؤلفه های:

(۱) تمرکز (۲) کنترل (۳) دقت تکنیکی (۴) هماهنگی چشم با دست (۵) استقامت قلبی و

عروقی

- رزمیکار ضربات دست و پا را به انتخاب میتور و به صورت ترکیبی به مدت ۲ دقیقه اجرا می کند.

- ورزشکار در زمان مشخص ۱۲۰ ثانیه اقدام به اجرای ضربات دست و پا به صورت ترکیبی می کند.

امتیازات:

۱. زدن به موقع و سرعتی ضربه (۱/۵)
۲. اجرای صحیح ضربات (۵ نمره)
۳. آمادگی جسمانی و توانمندی حفظ شرایط متعادل بدن (۱/۵ نمره)
۴. اجرا با لباس کوشیکی و کلاه و هوگو (۲ امتیاز)

○ امتیازات منفی:

- ۱- اجرای غلط هر ضربه ۱ امتیاز منفی
- ۲- مکث و تأمل غیر استاندارد در اجرای هر ترکیب ۱ امتیاز
- ۳- کندی در اجرا و ریتم پیوستگی هر ترکیب ۱ امتیاز
- ۴- عدم وضعیت صحیح گارد ۱ امتیاز منفی
- ۵- ناتوانی ۱ امتیاز منفی
- ۶- ضربه بیش از حد شدید: ۱ امتیاز منفی
- ۷- ضربات رها شده: ۱ امتیاز منفی

۱۴۰۵/۰۵/۱۰

۴۰۵/د.ف/۱۴۸



WWW.IRIKKF.com
Irankoshiki@gmail.com



۰ ۲ ۱ - ۸ ۸ ۱ ۹ ۴ ۵ ۳ ۰
۰ ۹ ۱ ۲ ۱ ۵ ۴ ۲ ۴ ۳ ۸



تهران-خیابان خالداسلامبولی-
میدان بهار-ان-خیابان شهیده راشل کوری-
پلاک ۱۷-همکف

**IRAN
KOSHIKI
KARATE**



«فدراسیون کاراته جمهوری اسلامی ایران» «سبک کوشیکی کاراته ایران»



تاریخ: ۱۴۰۵/۰۵/۱۰

شماره: ۴۰۵/د.ف/۱۴۸

پیوست:

➤ زمان واکنش:

مؤلفه های ارزیابی:

(۱) سرعت انتقال دیداری (۲) سرعت انتقال شنیداری (۳) تصمیم گیری سریع (۴) حذف تاخیر ذهنی

- آیتم رقابت :
- ورزشکار پس از پرتاب توپ پینگ پنگ با یک ضربه دست او را پرت می کند. (۲/۵ امتیاز)
- ورزشکار پس از پرتاب توپ تنیس روی میز با یک ضربه پا او را پرت می کند. (۲/۵ امتیاز)
- ورزشکار با چشمان بسته جابجائی میتور را حس می کند. (۱ امتیاز)
- ورزشکار با چشمان بسته پس از فرمان میتور اقدام به زدن ضربه دست یا پا می کند. (۲/۵ امتیاز).
- ورزشکار با زدن ضربه دست شعله شمع را خاموش می کند. (۱/۵ امتیاز)

امتیازات منفی:

تصمیم درست اما کند: ۰,۵

تصمیم غلط و سریع: ۱ امتیاز

تصمیم غلط و کند: منفی ۲ امتیاز



WWW.IRIKKF.com

Irankoshiki@gmail.com



۰۲۱-۸۸۱۹۴۵۳۰

۰۹۱۲۱۵۴۲۴۳۸



تهران-خیابان خالداسلامبولی-
میدان بهاران-خیابان شهیده راشل کوری-
پلاک ۱۷-همکف

**IRAN
KOSHIKI
KARATE**