



DM I KATA 2026

DANSK KARATE UNION

KYOKUSHIN OG SHINKYOKUSHIN KARATE

DANMARKSMESTERSKAB I KATA

Regelsæt

Begyndere til 5. dan

Lørdag 7. november 2026

Roskilde Karate Klub

Præstemarksvænge 10, Roskilde

— INVITATION

Vi glæder os til at se en masse kata, energi, humør og gejst sammen med karatefamilien.

Der er ikke længere både et DM og et stævne — kun ét DM. Det betyder, at du kan blive danmarksmester uanset din grad. Ud over de tre gradsklasser er der en klasse for 4. kyu og opefter, som endnu ikke kan de avancerede kata, og en masterklasse for deltagere over 40 år, der ikke ønsker at stille op i 2. kyu og opefter.



UDGIVET AF DKU KATAKOMITE

Version 1.0 · august 2026





1 Klasser

DM i Kata 2026 afvikles i følgende klasser for henholdsvis mænd og kvinder.

Klasse	Bemærkning
10.-7. kyu	Individuel
6.-3. kyu	Individuel
2. kyu og opefter	Individuel. Bruges som udtagelse til EM
4. kyu og opefter	Pinan IV-V + obligatoriske kata
Masterklasse	40 år og opefter. Samme regelsæt som 2. kyu og opefter
Team kata til og med 3. kyu	Team på tre
Team kata fra 2. kyu og opefter	Team på tre

2 Tilmelding

- Tilmelding foregår i **Kumite Technology** via din klub.
- Tilmeldingsfrist **24. oktober 2026**.
- Efter tilmeldingsfristen faktureres hver klub for deltagelsen.
- Deltagergebyret er 200 kr. pr. deltager. Tilskuere er gratis.
- Aldersgrænsen er minimum 12 år på stævnedagen.

— OM NOTATIONEN

Kata skrives med romertal — Pinan IV og Pinan V er de samme som Pinan 4 og Pinan 5.
»Obligatoriske kata« dækker Gekisai Dai, Gekisai Sho, Yantsu, Tsuki no kata og Saiha.



3 Tidsplan

Vejledende. Rækkefølgen ligger fast; tidspunkterne kan rykke sig på dagen.

Klokken	Program
09.00	Dørene åbnes for deltagere og publikum
09.30	Sidste mødefrist for deltagere
10.00	Team kata til og med 3. kyu
10.45	10.-7. kyu og 6.-3. kyu
11.45	4. kyu og opefter – Pinan IV-V + obligatoriske kata
12.15	Frokost
12.45	Team kata fra 2. kyu og opefter
13.30	2. kyu og opefter samt Masterklasse
14.30	Medaljeoverrækkelser
15.00	Afslutning

4 Kata i hver runde

Find din klasse og læs vandret. I indledende runder og elimineringsrunder trækkes der lod om kataen; i semifinaler og finale vælger deltageren selv.

Klasse	Indledende / eliminering	Semifinale og finale
10.-7. kyu	Taikyoku I · Taikyoku II	Taikyoku III · Pinan I · Pinan II
6.-3. kyu	Taikyoku II · Taikyoku III · Pinan I	Pinan II · Pinan III · Pinan IV
4. kyu og opefter	Pinan IV · Pinan V	Gekisai Dai · Gekisai Sho · Yantsu · Tsuki no kata · Saiha
2. kyu og opefter og Masterklasse	Gekisai Dai · Gekisai Sho · Yantsu · Tsuki no kata · Saiha	Seipai · Kanku · Seienchin · Sushiho · Garyu
Team kata til og med 3. kyu	Valgfrit i alle runder: Taikyoku II · Taikyoku III · Pinan I · Pinan II · Pinan III · Pinan IV	
Team kata fra 2. kyu og opefter	Valgfrit i alle runder: Gekisai Dai · Tsuki no kata · Saiha	



5 Kyu-klasserne 10.–7. og 6.–3. kyu

- Konkurrencen er for mænd og kvinder med 3. kyu eller lavere grad.
- Indledende runder tilstræbes afviklet som puljekamp med flagdomme – det afhænger af antal tilmeldte.
- Semifinaler og finaler afvikles som ren cupturnering med flagdomme.
- Deltagerne inddeles i klasser efter køn og grad.
- I de indledende runder trækkes der lod blandt klassens obligatoriske kata.
- I semifinaler og finaler vælger deltageren frit blandt klassens gyldige kata.
- En kata fra de indledende runder må også vises i semifinale og finale.

6 4. kyu og opefter, 2. kyu og opefter samt Masterklassen

Klasserne følger samme grundform. De to sidste punkter gælder kun for 2. kyu og opefter samt Masterklassen.

- Konkurrencen afvikles efter EKO's katareregler som et cup-system med elimination: den tabende deltager er ude af konkurrencen.
- Er der mere end fire deltagere tilbage, gennemføres en eller flere elimineringsrunder. Når deltageren står på måtten, trækkes der lod om, hvilken af rundens gyldige kata der skal vises.
- I semifinale, finale og kampen om tredjepladsen vælger deltageren selv blandt rundens gyldige kata. Den valgte kata må ikke være vist i en tidligere finalerunde.
- Der kan gives dispensation til en dygtig karateka under gradsgrænsen, som kan alle klassens kata.
- **Kun 2. kyu og opefter samt Masterklassen:** deltageren skal før hver semifinale- og finalerunde opgive den kata, der skal udføres. Vises en anden kata, diskvalificeres deltageren.
- **Kun 2. kyu og opefter samt Masterklassen:** kan en deltager ikke udføre en af rundens gyldige kata, taber deltageren. Kan ingen af de to deltagere udføre en gyldig kata, afgøres vinderen ved dommerafgørelse.



7 Team kata

- Et team består af tre medlemmer.
- Teamet kan bestå af både mandlige og kvindelige medlemmer. Det er ikke et krav at have mindst ét medlem af hvert køn — teamet må gerne være blandet, men skal ikke være det.
- Konkurrencen følger den individuelle fremgangsmåde, men med proceduren i EKO's kataregler af 7. oktober 2021, bilag 2-5.
- Reglerne er de samme som de individuelle kataregler, med den forskel at tre personer udfører kataen samtidig.
- Der lægges vægt på, at ind- og udmarch er indøvet, og at kataen er synkron i udførelsen (førstehåndsindtryk).
- I grupper med kun fire teams kæmpes der om tredjepladsen.

— GYLDIGE KATA — SAMME SOM PÅ SIDE 3

Klasse	Valgfrit i alle runder
Team kata til og med 3. kyu	Taikyoku II · Taikyoku III · Pinan I · Pinan II · Pinan III · Pinan IV
Team kata fra 2. kyu og opefter	Gekisai Dai · Tsuki no kata · Saiha



8 Kriterier for bedømmelse

Deltageren skal udføre sin valgte kata med succes og vise en klar forståelse af de elementer og principper, traditionel kata indeholder. Kataen skal være i overensstemmelse med shinkyokushin- og kyokushin-karates idé og design.

— DETTE INDGÅR I DOMMERNES VURDERING

- En realistisk fremstilling af kataens betydning (*riai*).
- Korrekt forståelse af de teknikker, der udføres (*bunkai*).
- Korrekt anvendt kraft, timing, rytme, hastighed, acceleration, balance og fokus (*kime*).
- Korrekt vejtrækning til støtte for kraft og fokus (*kokyu, ibuki, kiai*).
- Korrekt opmærksomhed (*chakugan, zanshin*).
- Korrekt holdning og stand (*shisei, tachi*).
- Korrekt form og korrekt teknik (*kihon, waza*).
- Den samlede præstation vurderes, så det først og fremmest er en veludført og moden bevægelse, der belønnes.

— DOMMEN SAMMENFATTET I TRE BEGREBER

- 1 Teknikkens tempo (*waza no kankyu*).
- 2 Kraftens anvendelse og rytme (*chikara no kyojaku*).
- 3 Åndedrætskontrol (*iki no chosei*).

— KATA AF FORSKELLIG SVÆRHEDSGRAD

Kata vægtes ens uanset sværhedsgrad. Møder en Taikyoku for eksempel en Pinan-kata, bedømmes de to udførelser mod hinanden — en bedre udført Taikyoku vinder over en svagere udført Pinan.

KOMMENTAR

Kata er ikke en dans eller en teaterforestilling. Fremstillingen skal bygge på traditionelle værdier og principper — og alligevel vise indlevelse i kataens tekniske og mentale orden. Kataen skal fremstå som en realistisk kampsituation og vise koncentration, udholdenhed og kraftpotentiale: styrke og hastighed såvel som elegance, rytme og balance.



9 Diskvalifikation

En deltager diskvalificeres i følgende situationer.

- 1 Deltageren er ikke til stede ved konkurrencen.
- 2 Deltageren er et minut eller mere forsinket til sin kata.
- 3 Deltageren følger ikke dommerens anvisning.
- 4 Deltageren optræder i strid med konkurrencens ånd og værdier.
- 5 **Kun 2. kyu og opefter samt Masterklassen:** deltageren gennemfører ikke hele kataen.
- 6 **Kun 2. kyu og opefter samt Masterklassen:** deltageren viser en anden kata end den, der blev meddelt.

10 Spørgsmål

Spørgsmål til regelsættet eller afviklingen rettes til et medlem af DKU Katakomite.

FORMAND

Michael Eibye

Shihan, 5. dan
Ballerup

MEDLEM

Søren Smidt Olsen

Senpai, 2. dan
Roskilde

MEDLEM

**Carsten Lysdahl
Christensen**

Senpai, 1. dan
Aabenraa

