KAM JÍT V HALE A CO TAM MÁM DĚLAT ?

Do haly můžeš přijít hodinu před začátkem své první kategorie, pokud tvoje kategorie začíná na začátku, tak přijď v 8:30. Do kterých kategorií si přihlášen a jejich rozpis najdeš na www.kamiwaza.cz. Pozor, pokud startuješ ve více kategoriích, tak si to nepopleť.

Po příchodu do haly se převlékni do oblečení, ve kterém budeš soutěžit.

Dej si věci na jedno místo na tribunu, nebo na sportovní plochu, ať stále něco nehledáš.

Najdi si rozpis jednotlivých kategorií a překontroluj si, že jsi napsán/a v té správné. Nezapomeň, že kategorie jsou nejen podle věku, ale také podle pásků apod.

Podívej se, kde bude tvoje kategorie startovat a v kolik hodin. Dej si pozor, protože čas je jen orientační. Proto poslouchej, co se hlásí v reproduktoru.

Sám se rozcvič a připrav se na soutěž. Pokud nebudeš něco vědět, zeptej se trenéra, nebo organizátorů, kteří budou u tatami a kteří mají cedulku pověšenou na krku. Trenér i organizátor je tvůj kamarád, rád ti poradí. Zeptej se ho na vše, co potřebuješ vědět.

Až přečtou v mikrofonu tvoje jméno, přijď k zápasišti. Vezmi si všechny věci, které bys mohl/a potřebovat.

Zůstaň stále u zápasiště (tatami) a poslouchej své jméno. Jak tě rozhodčí přečtou, tak se přihlas a nastup si..

Když budeš potřebovat poradit, poraď se s organizátory, kteří mají na krku cedulku.

Během cvičení se ničeho neboj. Všichni jsou na tom stejně jako ty. Vše je hlavně zábava. Soustřeď se na to, co umíš a vzpomeň si na to, co ti říkal trenér na tréninku.

Ať vyhraješ, nebo ne, stále zůstaň u zápasiště. Je možné, že ještě budeš soutěžit. Odejít od zápasiště můžeš až skončí celá kategorie a začne kategorie nová.