



# VÄSTRA

# KARATE- FÖRBUNDET

## Distriktslag 2026

V 2026.1 (Sida 1 av 6)

### 1. Mål

Vårt mål är att stärka distriktets representation vid nationella och internationella tävlingar, sätta distriktet på karatekartan och samtidigt höja nivån och kompetensen hos våra aktiva.

### 2. Syfte

- Ge lovande utövare möjligheten att utvecklas under elitmässiga former.
- Skapa en professionell och inkluderande lagkultur.

### 3. Grundläggande krav

- Man ska vara lägst 13 år
- Aktivt tävlande i WKF-tävlingar
- Ansöka om att komma med i distriktslag i tid
- Klara av fysprov som sker vid terminens första distriktsläger
- Närvaro vid distriktsläger
- Godkänd prestation vid uttagningsmatcher (definieras av distriktsledningen)
- Vid sponsrade tävlingar ska utövaren representera distriktet och inte sin klubb

### 4. Lagstruktur

#### a. Topplag 14+ år

- För utövare 14+ år med starka resultat på nationell eller internationell nivå.
- Syfte: Ge de bästa utövarna i distriktet större utvecklingsmöjligheter och stärka distriktets position inom karate.

#### b. Utmanarlag 14+ år

- För lovande aktiva 14+ år med resultat på nationell nivå och stor utvecklingspotential.
- Syfte: Förbereda utövare för avancemang till Topplaget.



# VÄSTRA

# KARATE- FÖRBUNDET

## Distriktslag 2026

V 2026.1 (Sida 2 av 6)

### c. Framtidslag 13 år

- För aktiva 13 åringar med resultat på nationell nivå och stor utvecklingspotential.
- Syfte: Förbereda utövare för avancemang till utmanar- eller Topplaget.
- Om man tillhör framtidslaget 13 år och fyller 14 år under en pågående säsong så flyttas man automatiskt till utmanarlaget 14+ år.

## 4. Sponsring

### a. Topplag

- Västras profilpaket innehållande: Träningsoverall med jacka och byxor, t-shirt, hoody, shelljacka.
- WKF tävlingsutrustning från Kaiten innehållande: röda/blåa handskar, röda/blåa fot- och benskydd, dräkt med röd/blå revärer och Västras märke samt tandskydd.
- Schablonersättning till en utvald internationell tävling / läger på 3500 (inkluderar anmälningsavgiften) per säsong. Uttagning sker genom matcher på distriktsläger.
- Anmälningsavgifter för två svenska topp-tävlingar per säsong. En av dessa kommer att vara Gothenburg Open.
- Regelbundet digitalt uppföljningsmöte med sportchef, Individuell utvecklingsplan (IUP), Individuellt anpassat fysprogram, Sportslig uppföljning och feedback, Coachstöd vid utvalda tävlingar.

### b. Utmanarlag 14+ år

- Västras profilpaket innehållande: Overalljacka och t-shirt.
- WKF karatedräkt från Kaiten med Västras märke.
- Schablonersättning till en utvalda internationell tävling / läger på 1500 kr (inkluderar anmälningsavgiften) per säsong, efter uttagning genom matcher på distriktsläger.
- Tävlingsavgift för en svensk tävling per säsong. Gothenburg Open är en av dessa.
- Digitalt möte med distriktsledningen en gång per termin.



# VÄSTRA

# KARATE- FÖRBUNDET

## Distriktslag 2026

V 2026.1 (Sida 3 av 6)

### c. Framtidslag 13 år

- Västras profilpaket innehållande: t-shirt.
- Schablonersättning motsvarande 350 kr för deltagande till en utvald svensk tävling/träningsläger per säsong, i samråd med distriktsledningen.
- Digitalt möte med distriktsledningen en gång per termin

### 5. Förväntningar på samtliga distriktslag

- Genomföra kvalitativ träning anpassad efter ålder och mål.
- Sätta upp både kortsiktiga och långsiktiga utvecklingsmål.
- Delta i distriktets aktiviteter med fokus och engagemang.
- Bidra till god stämning och stötta lagkamrater.
- Kommunicera och svara inom utsatta tidsramar samt följa instruktioner.

### 6. Distriktets åtaganden

- Erbjuder en professionell och utvecklande träningsmiljö.
- Tillhandahåller kompetenta coacher och stöd.
- Stödjer uttagna atleter i deras elitsatsning utifrån tillgängliga resurser och utlovade sponsringar.

### 7. Distriktsledningens kontaktuppgifter

**Sportchef** Arvin Rezaie: [vkfsportchef@gmail.com](mailto:vkfsportchef@gmail.com)

**Kommunikatör och manager** Tomas Norberg: E-post [manager.vkf@gmail.com](mailto:manager.vkf@gmail.com)

**Distriktscoacher:** E-post [distriktscoach@googlegroups.com](mailto:distriktscoach@googlegroups.com)

**Kassör** Edith Caraan: E-post [kassorvastra@gmail.com](mailto:kassorvastra@gmail.com)

**Sponsor** KAITEN: E-post: [info@kaiten.info](mailto:info@kaiten.info)

# KAITEN



# VÄSTRA

# KARATE- FÖRBUNDET

## Distriktslag 2026

V 2026.1 (Sida 4 av 6)

## Uttagningskriterier

### 1. Sportsliga meriter och potential

- Aktivt deltagande i nationella och internationella WKF-tävlingar.
- Resultat i dessa tävlingar.

### 2. Tränings- och utvecklingsengagemang

- Aktiv och kontinuerlig tävlingsplanering.
- Regelbunden deltagande i distriktsläger.
- Visad vilja till utveckling, fokus och målmedvetenhet.

### 3. Attityd och laganda

- Samarbetsförmåga med distriktsledningen och stöd till lagkamrater.
- God etikett, respekt, uppförande och strävan efter att vara en god förebild.
- Engagemang i distriktets verksamhet, kultur och värdegrund. Att vara en del av laget.

## Uttagningsprocess

- **Ansökan** sker per säsong via online formulär senast 31 december alt. 1 augusti.
- **Bedömning:** Utvärdering enligt poängsystemet baserat på senaste säsongen. Man ska även klara av ett fysprov som sker i samband med säsongen första distriktsläger.
- **Uttagningsbesked:** Offentliggörs i säsongens första distriktsläger efter utfört fysprov.
- **Omprovning:** Lagtillhörighet gäller för en säsong och omprövas inför varje uttagning.
- **Undantag:** Om man tillhör framtidslaget 13 år och fyller 14 år under en pågående säsong så flyttas man automatiskt till utmanarlaget 14+ år.



# VÄSTRA

# KARATE- FÖRBUNDET

## Distriktslag 2026

V 2026.1 (Sida 5 av 6)

## Poängsystem

### a. Resultatpoäng

Internationell A, Serie A, Youth League, Premier League, EM, VM		
Placering	Poäng, vid 8 eller fler	Poäng, vid färre än 8
1:a plats	200	180
2:a plats	170	150
3:e plats	150	130
5:e plats	110	90
Vinst i match utan placering	30	30

Internationell B, Övriga internationella tävlingar som Budapest, Copenhagen, Polish		
Placering	Poäng, vid 8 eller fler	Poäng, vid färre än 8
1:a plats	150	130
2:a plats	120	100
3:e plats	100	80
5:e plats	60	40
Vinst i match utan placering	20	20

Nationell A, Karate-SM		
Placering	Poäng, vid 8 eller fler	Poäng, vid färre än 8
1:a plats	100	80
2:a plats	70	50
3:e plats	50	30

Nationell B, större öppna mästerskap (fler än 400 deltagare)		
Placering	Poäng, vid 8 eller fler	Poäng, vid färre än 8
1:a plats	50	40
2:a plats	35	20
3:e plats	25	15

Nationell C, mindre tävlingar (200-400 deltagare)		
Placering	Poäng, vid 8 eller fler	Poäng, vid färre än 8
1:a plats	25	20
2:a plats	18	15
3:e plats	12	10



# VÄSTRA

# KARATE- FÖRBUNDET

## Distriktslag 2026

V 2026.1 (Sida 6 av 6)

### b. Utvecklings poäng

Kategori	Poäng
Aktivt deltagande i 2 distriktsläger / säsong	+60
Minst 3 tävlingar / säsongen	+60
Betydande teknisk förbättring	+20
God förebild, uppförande, laganda	+10

### c. Poänggränser för uttagning

**Total poäng = Resultatpoäng + Utvecklingspoäng**

Lag	Total poäng (säsong)	Typisk profil
Topplag	180+	Medaljörer 14+ år på nationell & internationell nivå
Utmanarlag	ca 120–179	Lovande aktiva 14+ år med nationellt resultat
Framtidslag	ca 80–149	Lovande aktiva 13 år med nationellt resultat

Sponsor

# KAITEN

E-post: [info@kaiten.info](mailto:info@kaiten.info)