**PERCORSO**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Categorie | Cinture | Anno di nascita |
| SAMURAI (M.le + F.le) | B- G/A - V/B/M | 2011-2013 |
| BAMBINI (M.le + F.le) | B- G/A - V/B/M | 2009-2010 |
| RAGAZZI (M.le + F.le) | B- G/A - V/B/M | 2007-2008 |

**PALLONCINO**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Categorie | Cinture | Anno di nascita |
| SAMURAI (M.le + F.le) | B- G/A - V/B/M | 2011-2013 |
| BAMBINI (M.le + F.le) | B- G/A - V/B/M | 2009-2010 |
| RAGAZZI (M.le + F.le) | B- G/A - V/B/M | 2007-2008 |

**KATA**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **KATA Individuale** | | |
| Categorie | Cinture | Anno di nascita |
| SAMURAI Maschile | B- G/A - V/B/M | 2011-2013 |
| SAMURAI Femminile |  | 2011-2013 |
| BAMBINI Maschile | B- G/A - V/B/M | 2009-2010 |
| BAMBINI Femminile |  | 2009-2010 |
| RAGAZZI Maschile | B- G/A - V/B/M | 2007-2008 |
| RAGAZZI Femminile |  | 2007-2008 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **KATA Individuale cinture** | | |
| Categorie | Cinture | Anno di nascita |
| ESORDIENTI Maschile | B - G/A – V/B - M/N | 2005-2006 |
| ESORDIENTI Femminile | B - G/A – V/B - M/N | 2005-2006 |
| CADETTI Maschile | B - G/A – V/B - M/N | 2003-2004 |
| CADETTI Femminile | B - G/A – V/B - M/N | 2003-2004 |
| JUNIORES Maschile | B - G/A – V/B - M/N | 2001-2002 |
| JUNIORES Femminile | B - G/A – V/B - M/N | 2001-2002 |
| SENIORES Maschile | B - G/A – V/B - M/N | 1983-2000 |
| SENIORES Femminile | B - G/A – V/B - M/N | 1983-2000 |
| MASTER A Maschile | G/A – V/B - M/N | 1973-1982 |
| MASTER A Femminile | G/A – V/B - M/N | 1973-1982 |
| MASTER B Maschile | G/A – V/B - M/N | 1963-1972 |
| MASTER B Femminile | G/A – V/B - M/N | 1963-1972 |
| MASTER C Maschile | G/A – V/B - M/N | 1952-1962 |
| MASTER C Femminile | G/A – V/B - M/N | 1952-1962 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **KATA SQUADRE cinture** | | |
| Categorie | Cinture | Anno di nascita |
| ESO / CAD / JUN (m+f) | G/A – V/B - M/N | 2001-2006 |
| SEN / MASTER ABC (m+f) | G/A – V/B - M/N | 1953-2000 |

**KUMITE**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **KUMITE Individuale cinture** | | |
| Categorie | Cinture | Anno di nascita |
| ESORDIENTI Maschile | G/A - V/B/ - M/N | 2005-2006 |
| ESORDIENTI Femminile | G/A - V/B/ - M/N | 2005-2006 |
| CADETTI Maschile | G/A - V/B/ - M/N | 2003-2004 |
| CADETTI Femminile | G/A - V/B/ - M/N | 2003-2004 |
| JUNIORES Maschile | G/A - V/B/ - M/N | 2001-2002 |
| JUNIORES Femminile | G/A - V/B/ - M/N | 2001-2002 |
| SENIORES Maschile | G/A - V/B/ - M/N | 1983-2000 |
| SENIORES Femminile | G/A - V/B/ - M/N | 1983-2000 |

**REGOLAMENTO**

**Regolamento PERCORSO, PALLONCINO, KATA INDIVIDUALE categorie Samurai, Bambini, Ragazzi:**

Fare riferimento all’apposito documento (Regolamento Giovanissimi) oppure al (Gran Premio Giovanissimi Karate edizione FIJLKAM 2008). Si possono eseguire kata di libera composizione o kata di stile. Nel kata non sarà preso in considerazione il tempo.

* Nel kata individuale nel percorso e nel palloncino gli atleti eseguiranno una sola prova.
* In caso di parità verrà eseguita un ulteriore prova di spareggio.

**Nota IMPORTANTE sul regolamento PERCORSO:**

Il Percorso a Tempo deve svolgersi su un Tappeto costituito da materassini di gomma regolamentari per evitare di delimitare le corsie con strisce adesive.

**In tutte le categorie di gara ogni errore sarà sanzionato, ove previsto, con un secondo di penalità.**

**Nota IMPORTANTE sul regolamento PALLONCINO:**

Il Gioco Tecnico Palloncino deve svolgersi su Tappeto di m. 4 x 4, costituito da materassini di gomma. ***Vengono usati 2 palloni di spugna uno sospeso all'altezza del viso, mentre l’altro viene posizionato all’altezza dell’addome.***

Tecniche di gambe ammesse, eseguite con L’ARTO ARRETRATO E L’ARTO AVANZATO:

Calcio circolare frontale sul piano trasverso (Mawashigeri);Jodan – Chudan

Calcio circolare frontale rovescio sul piano trasverso (Ura-Mawashigeri) Jodan

Calcio circolare con rotazione dorsale rovescio sul piano trasverso (Ushiro-Ura-Mawashigeri) Jodan.

Tecniche di braccia ammesse:

Pugno diretto arto superiore omolaterale (Kizamitsuki);

Pugno diretto arto superiore controlaterale (Gyakutsuki);

Pugno rovescio sul piano trasverso (Uraken) Jodan

PENALITA’ Portare Tecniche non consentite o portare Tecniche consentite che toccano il Palloncino sono da considerare penalità e, pertanto, sarà detratto 1 punto ogni infrazione.

***Classe Samurai. La prova consiste in 20" di libera combinazione di Tecniche di gambe e di braccia. Classe Bambini La prova consiste in 30" di libera combinazione di Tecniche di gambe e di braccia. Classi Ragazzi La prova consiste in 35" di libera combinazione di Tecniche di gambe e di braccia.***

**Regolamento KATA individuale:**

A partire dalla categoria ESORDIENTI.

**QUALIFICAZIONI**

Un solo Kata per il primo turno.

Valutazione a punteggio.

In caso di parità, valutazione a bandierine, è possibile ripetere lo stesso kata.

**Dalla cintura bianca alla cintura blu**

**FINALI**

**4 ATLETI QUALIFICATI**

Valutazione a punteggio.

Cinture G/A: possono ripetere lo stesso kata della qualificazione

Cinture V/B : NON possono ripetere lo stesso kata della qualificazione

**cintura marrone e nera**

**SEMIFINALI E FINALI**

**8 ATLETI QUALIFICATI**

Valutazione a punteggio.

**FINALI**

**4 ATLETI QUALIFICATI**

Valutazione a punteggio

Cinture M/N: cambiare kata ad ogni turno,

NON possono ripetere lo stesso kata della qualificazione

**Regolamento KATA a squadre:**

Gli atleti componenti la squadra devono appartenere esclusivamente alle categorie previste.

* Valutazione a punteggio.
* Un solo kata.
* In caso di parità si potrà eseguire lo stesso kata.
* Non è previsto il bunkai.

**Regolamento di KUMITE:**

Tutti gli atleti devono essere in possesso delle protezioni omologate stabilite

dalla medesima Circolare di gara:

Conchiglia, Guantini, Paradenti, Paratibia (collo/piede),

Paraseno per tutte le categorie femminili,

corpetto per tutte le categorie, cintura rossa e blu.

**VERIFICHE DI PESO VERRANNO EFFETTUATE A CAMPIONE PRIMA DI OGNI INIZIO CATEGORIA**

**In base al numero di iscritti, le categorie potranno essere divise o accorpate diversamente fra loro**

*Gli atleti partecipanti alla competizione, dovranno essere in possesso della regolare certificazione medica richiesta dalle vigenti norme , depositate presso le società sportive di appartenenza.*

**Kumite Regolamento**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **CAT. DI PESO ESO:**  **A) MASCHI**  da Kg. **33** a Kg**.**  **40, 45, 50, 55, 61, 68,75, oltre 75**  **B) FEMMINE**  da Kg. **30** a Kg. **37,42, 47, 53,**  **60, oltre 60** | **CAT. DI PESO CADETTI:**  **A) MASCHI**  da Kg. **40** a Kg**.**  **47, 52, 57, 63, 70, 78, oltre 78**  **B) FEMMINE**  da Kg. **37** a Kg. **42, 47, 54,**  **63, oltre 63** | **CAT. DI PESO JUNIOR:**  **A) MASCHI**  da Kg. **50** a Kg**.**  **55, 61, 68, 76, oltre 76**  **B) FEMMINE**  da Kg. **48**a Kg. **53, 59,**  **66, oltre 66** | **CAT. DI PESO SENIOR:**  **A) MASCHI**  da Kg. **60**a Kg**.**  **67, 75, 84, 94, oltre 94**  **B) FEMMINE**  da Kg. **50**a Kg. **55, 61,**  **68, oltre 68** |

**DURATA COMBATTIMENTI:**

ESORDIENTI : 1 MINUTO E 30 SECONDI (ATOSHI BARAKU A 1 MINUTO E 15 SEC)

CAD JUN SEN MASTER: 2 MINUTI (ATOSHI BARAKU A 1 MINUTO E 45 SEC)