

Area Discipline Orientali UISP



SETTORE KARATE

REGOLAMENTO COMPETIZIONI PER L' ANNO AGONISTICO 2009-2010

revisione: Ottobre 2009

NORME GENERALI

Art. 1: Tipologie e modalità:

- a) L'A.D.O.-UISP organizza Campionati Nazionali di Kumite e Kata sia individuali che a squadre.
- b) Per le iscrizioni alle Gare Nazionali, per le quali è prevista la fase regionale di qualificazione, si procede come segue: le Società interessate devono inviare le iscrizioni entro e non oltre le ore 24 del 15° giorno precedente la fase stessa, sull'apposito modello, al proprio Comitato Regionale accompagnate dalla relativa quota, in moduli separati per kata e kumite, maschi e femmine; il Comitato Regionale invierà con le stesse modalità gli elenchi dei qualificati alla Segreteria Nazionale.
- c) Ciascun atleta delle categorie cadetti-speranze-juniores-seniores potrà gareggiare sia nel kata che nel kumite; le categorie Esordienti ed Amatori (suddivisi per gruppi omogenei di cintura all'atto dell' iscrizione) solo nel kata.

Art. 2 Classi di età per l'anno sportivo 2009-2010 Agonisti:

- | | |
|--|----------------------------------|
| a) Esordienti dal 13° al 14° anno | nati negli anni 1997-1996 |
| b) Cadetti: dal 15° al 16° anno | nati negli anni 1995-1994 |
| c) Speranze: dal 17° al 19° anno | nati dal 1993 al 1991 |
| d) Juniores: dal 20° al 23° anno | nati dal 1990 al 1987 |
| e) Seniores kumite: dal 24° al 35° anno | nati dal 1986 al 1975 |
| f) Seniores kata: dal 24° al 38° anno | nati dal 1986 al 1972 |
| g) Amatori A: dal 39° al 50° anno | nati dal 1971 al 1960 |
| h) Amatori B: dal 51° in poi | nati dal 1959 in poi |

MANIFESTAZIONI NAZIONALI

Campionato Nazionale di Kumite

Art. 3 Qualificazioni

Il Campionato Individuale Cinture Nere e quello per Cinture Marron Maschile si articola in una fase regionale che qualifica **4** atleti per tutte le Regioni , quello femminile **5** atlete per tutte le Regioni ed

in più si riserva all'organizzazione la facoltà di accorpate delle categorie se inferiori a tre partecipanti.

Il Campionato a squadre si articola in una fase regionale che qualifica **3** squadre per tutte le Regioni sia maschili che femminili.

Art. 3 Tipologie di gara

a) **Campionato Nazionale Individuale cinture marroni e nere**

Formula a **9 Ippon**: gli incontri avranno la durata di 2 minuti effettivi, tranne le finali seniores maschili cinture nere che dureranno 3 minuti, con ripescaggi. Accederanno le cinture nere cadetti-speranze-juniores-seniores e, separatamente, le cinture marron con le stesse categorie.

b) **Categorie di peso**

- | | | |
|----------------------|---|--------------------------|
| a) <u>Cadetti</u> : | maschi: kg. 65 (minimo 50) oltre 65 | / femmine: open |
| b) <u>Speranze</u> : | maschi: kg. 65 (minimo 55) oltre 65 | / femmine: 55 - oltre 55 |
| c) <u>Juniores</u> : | maschi: kg. 65 (minimo 55) - 75 - oltre 75 | / femmine: 55 - oltre 55 |
| d) <u>Seniores</u> : | maschi: kg. 65 (minimo 55) - 75 - 80 - oltre 80 | / femmine: 55 - oltre 55 |

Per le categorie femminili è richiesto un peso minimo di Kg 40 per la categoria Cadette e di Kg 45 per tutte le altre categorie.

→ Nelle gare maschili i concorrenti verranno pesati solamente con gli slip ed avranno una tolleranza di 1 kg. Tutti gli atleti che non rientreranno in questa tolleranza saranno depennati ed esclusi dalla competizione.

c) Nelle categorie con solo **3** atleti presenti, gli incontri si svolgeranno col sistema "girone all' italiana".

Nel "girone all'italiana" ad ogni concorrente vengono assegnati :

- | | |
|--------------------|----------------|
| Per ogni vittoria: | 2 punti |
| Per il pareggio: | 1 punto |
| Per la sconfitta: | 0 punti |

Se alla fine degli incontri previsti si ottenessero delle parità di punteggio, la classifica finale verrà stilata in base al computo degli **ippon** fissati.

→ Svolgimento dell'incontro di Finale Seniores Maschile Cinture Nere:

- L'incontro di Finale, per tutte le categorie maschili Seniores c.n., si articolerà su **due** incontri, di **due** minuti ciascuno, intervallati da **un** minuto di riposo.
- Il punteggio **NON** terrà conto del limite dei nove ippon (i punteggi e le ammonizioni verranno, come fosse un incontro unico, man mano sommati). Rimane il vincolo della vittoria prima del limite, in ogni momento dei due incontri, quando si dovessero ottenere **otto** ippon di vantaggio.
- Alla fine dei due incontri in caso di parità **NON** si effettuerà l'Enchosen ma si andrà direttamente all' Hantei da parte degli Arbitri.
- Il Coach potrà parlare con il suo atleta **SOLO** durante il minuto di riposo. In caso contrario ci sarà, da parte della cinquina Arbitrale, la possibilità di assegnare una penalità all'atleta interessato.

→ I primi **due** classificati del Campionato Italiano precedente, accederanno **di diritto** alla fase nazionale.

Art 4: Campionato Nazionale a squadre

Il Campionato Nazionale a squadre utilizzerà la formula di gara a **9 Ippon**.

Le squadre saranno composte da atleti juniores e seniores cinture marron e nere. Le squadre femminili saranno composte da tre altete open più una riserva, quelle maschili saranno composte da un atleta **leggero** (da 55Kg fino a 70Kg), uno **medio** (da 70Kg fino a 80Kg), uno **pesante** (oltre 80Kg), più una riserva per ogni peso.

Le Società, in mancanza di atleti del peso giusto potranno far gareggiare atleti nella categoria superiore con una tolleranza di non oltre i **5Kg** (es: può gareggiare come peso **medio** un atleta di 65Kg).

Al fine di aumentare il numero di Società iscritte al Campionato stesso, sarà permesso, per l'anno in corso, sia nelle formazioni femminili che maschili, di utilizzare una riserva o un Atleta ceduto in via temporanea da altra Società Sportiva che però non partecipi con proprie formazioni alla fase Finale Nazionale dei Campionati a Squadre.

→ Le prime **due** squadre classificate del Campionato Italiano precedente, accederanno **di diritto** alla fase nazionale.

Art. 5 Protezioni

a) Le protezioni obbligatorie saranno: paradenti, i paratibie con parapiede (di colore rosso/bianco/blu) e guantini per tutti (di colore rosso/bianco/blu con imbottitura sulle nocche e dita libere con pollice scoperto), per i maschi la conchiglia, per le femmine il paraseno. Per tutti i lievi bendaggi, le cavigliere, etc. saranno accettati solo se autorizzati per iscritto dal medico di gara.

b) Si ricorda che i contendenti vengono identificati con **AKA** (rosso) e **SHIRO** (bianco), pertanto l'atleta rosso indosserà la cintura rossa al posto di quella del proprio grado, quello bianco potrà indossare la cintura bianca oppure rimanere con quella del proprio grado.

→ L'organizzazione non mette a disposizione le cinture, pertanto ogni atleta dovrà essere munito della propria personale cintura identificatrice.

Campionato Nazionale di Kata

→ Da questo anno sportivo il Campionato Nazionale di Kata inizierà con lo svolgimento della competizione per le cinture **Nere**, continuerà, poi via via a scalare, con le cinture **Colorate**.

Per partecipare sia alla fase di qualificazione Regionale che alla fase finale del Campionato Nazionale della A.D.O.-UISP si dovranno utilizzare, con le modalità di seguito esposte, le seguenti liste di kata:

LISTA A:

5 heian, 5 pinan, **taikyoku m.uke, k. Uke, j. Uke, g. uke, gekisai ichi.**

*N.B. : I kata Taikyoku sono eseguibili **solo** da Atleti di stile Goju ryu.*

LISTA B:

tekki shodan, bassaidai, kankudai, enpi, jion, jitte, naihanchi, passai, kushanku, wanshu, **seipai, saifa, shisochin,** annan.

LISTA C:

bassaisho, kankusho, nijushiho, gojushihosho, gojushihodai, unsu, sochin, gankaku, chinte, nisheshi, gojushiho, rohai, kururunfa, seienchin, seisan, seishan, chinto, unshu, superinpei, shisochin, sanseryu, chatanyara kushanku.

Art. 6: Campionato individuale cinture nere

a) Il suddetto campionato si articola in una fase regionale che qualifica **5** atleti per tutte le Regioni. Gli atleti saranno suddivisi in 5 fasce d'età: seniores, juniores, speranze, cadetti, esordienti, maschi e femmine separati.

→ I primi **due** classificati del Campionato Italiano Precedente, accederanno **di diritto** alla fase nazionale se non avranno cambiato classe di età.

b) La gara si svolgerà con il sistema a punteggio: tutti gli atleti eseguiranno una prima prova che qualificherà **otto** atleti, questi effettueranno altre due prove su due pedane diverse. La somma dei punteggi delle **tre** prove darà la classifica finale. **Tutti i kata dovranno essere diversi tra loro.**

LISTA KATA CINTURE NERE

GRADO	ELIMINATORIE	FINALI
Esordienti	Lista A	Lista A-B
Cadetti	Lista A-B	Lista A-B
Speranze	Lista B-C	Lista B-C
Juniores	Lista B-C	Lista B-C
Seniores	Lista B-C	Lista B-C

d) Ogni atleta nelle varie fasi del Campionato dovrà eseguire kata tutti del medesimo stile.

e) NON sono ammessi i Coach durante le competizioni di Kata.

Art. 7: Campionato individuale cinture colorate.

a) Il suddetto campionato si articola in una fase regionale che qualifica **5** atleti per tutte le Regioni. Gli atleti saranno divisi in :

- 3 fasce di colore: cinture marron, cinture verdi-blu, cinture gialle-arancio,
- 3 fasce di età: seniores e juniores insieme, speranze e cadetti insieme, esordienti, maschi e femmine separati.

b) Sistema di gara a punteggio: ogni gruppo eseguirà un tokui kata scelto tra le liste della tabella seguente, gli **otto** migliori punteggi eseguiranno la finale (in un gruppo numeroso, gli atleti saranno divisi in 2 poules che qualificheranno **4** atleti ciascuna).

c) La somma dei punteggi delle due prove darà la classifica finale.

LISTA KATA CINTURE COLORATE

GRADO	ELIMINATORIE	FINALI
Marrone	Lista A	Liste A-B
Verdi – Blu	Lista A	Lista A
Gialle – Arancio	1-2-3 Heian o Pinan	1-2-3 Heian o Pinan
	Taikyoku J.Uke K.Uke G. Uke	Taikyoku J.Uke K.Uke G. Uke

N.B. : I kata Taikyoku sono eseguibili **solo** da Atleti di stile Goju ryu.

d) Le categorie Verdi-Blu e Marroni dovranno presentare kata diversi per ognuna delle due fasi di gara. Di conseguenza la categoria Gialle/Arancio potranno presentare sempre il medesimo kata per tutte le fasi di gara.

e) Ogni atleta nelle due fasi del Campionato dovrà eseguire kata del medesimo stile.

f) NON sono ammessi i Coach durante le competizioni di Kata.

Art. 8: Campionato a squadre

a) Il Campionato a squadre si divide in: serie **A**, serie **B** e **giovanili**; ognuno di questi, in una fase Regionale, qualificherà **3** squadre (3 atleti dello stesso sesso + riserva) per tutte le Regioni, ogni Società può presentare in gara anche più di una squadra denominandole *a, b, c...*

→ Squadre A:

Le squadre che si sono classificate al 1° e 2° posto del Campionato Italiano Precedente accederanno di diritto alla fase nazionale.

a) La squadra sarà formata da tre atleti o maschili o femminili Cinture Nere e marron speranze, juniores e seniores (con elevazione dell'età a 40 anni).

b) Nella prima prova si utilizzerà un tokui kata delle liste **A-B**.

c) Le **4** finaliste eseguiranno un kata delle liste **A-B-C** (diverso dal precedente) ottenendo un punteggio, eseguiranno quindi una seconda prova con l'applicazione dello stesso (schema libero e libera interpretazione), ottenendo un secondo punteggio che verrà sommato al precedente. La somma dei punteggi delle due prove darà la classifica finale.

d) L'applicazione potrà essere eseguita da un atleta attaccato dai due partners applicando solamente alcune tecniche chiave e proseguendo lo schema o applicando anche tutte le tecniche, inserendo contrattacchi liberi, dimostrando però di interpretare il senso del kata studiato; sarà valutata per prima cosa l'efficacia delle tecniche, la distanza corretta e lo zanshin, poi il ritmo e la coreografia che dovrà trovare riscontro nella realtà.

→ Squadre B:

a) La squadra sarà formata da tre atleti o maschili o femminili cinture da gialla a blu.

b) Nella prima prova si utilizzerà un tokui kata della lista **A**.

c) Le **4** finaliste eseguiranno una seconda prova, sempre della lista **A** (diversa dalla precedente). La somma dei punteggi delle due prove darà la classifica finale.

→ Squadre giovanili Gialla/Verde:

a) La squadra sarà formata da tre atleti o maschili o femminili esordienti e cadetti da Gialla a Verde.

b) Nella prima prova si utilizzerà un tokui kata della lista **A**.

c) Le **4** finaliste eseguiranno una seconda prova diversa dalla prima scegliendo dalle liste **A**. La somma dei punteggi delle due prove darà la classifica finale.

→ Squadre giovanili Blu/Nera:

d) La squadra sarà formata da tre atleti o maschili o femminili esordienti e cadetti da Blu a Nera.

- e) Nella prima prova si utilizzerà un tokui kata delle liste **A-B**.
- f) Le **4** finaliste eseguiranno una seconda prova diversa dalla prima scegliendo dalle liste **A-B-C**. La somma dei punteggi delle due prove darà la classifica finale.

Art. 9 Rassegna Kata amatori

- a) Tale rassegna è riservata agli Amatori suddivisi in due gruppi di età, in maschile e femmine. Alcune categorie di grado sono state accorpate o suddivise come di seguito riportato.
- b) Sistema di gara a punteggio: ogni gruppo eseguirà un tokui kata scelto tra le liste della tabella seguente, i **quattro** migliori punteggi eseguiranno la finale (in un gruppo numeroso, gli atleti saranno divisi in 2 poules che qualificheranno **2** atleti ciascuna).

LISTA KATA AMATORI

GRADO	LISTA KATA
Gialle-Arancio	Lista A
Verdi-Blu	Lista A
Marron - Nere 1° Dan	Tokui kata
Nere 2° Dan e superiori	Tokui kata

N.B. : I kata Taikyoku sono eseguibili **solo** da Atleti di stile Goju ryu.

- b) Le categorie Verdi-Blu, Marroni e Nere dovranno presentare kata diversi per ognuna delle fasi di gara. Di conseguenza la categoria Gialle/Arancio potranno presentare sempre il medesimo kata per tutte le fasi di gara.
- c) Ogni atleta in tutte le fasi del Campionato dovrà eseguire kata del medesimo stile.

Art. 10: Rassegna Preagonisti

a) Fasce di età dei Preagonisti:

a) Fascia A	6° - 7° - 8° anno	<i>nati negli anni 2004-2003-2002</i>
b) Fascia B	9° - 10° anno	<i>nati negli anni 2001-2000</i>
c) Fascia C	11° - 12° anno	<i>nati negli anni 1999-98</i>

- b) Le Fasce A e B hanno a disposizione oltre alla lista **A** i Kata di base 1-2 ed il Kihon Kata per tutte le prove. La fascia C cinture marroni, nel Kata di finale potrà utilizzare anche la lista **B**
- c) I preagonisti eseguiranno solamente gare di kata individuale e kata a squadre con applicazione: nell'applicazione un atleta esegue il kata, attaccato dai due partners da 3 a 5 volte, con parata e contrattacco, proseguendo sino a terminare completamente lo schema.
- d) Ogni preagonista o squadra nelle varie fasi della Rassegna dovrà eseguire kata del medesimo stile.

Varie

Art. 11: Orari, date e sedi di gara

- a) Le Gare Nazionali di Karate si svolgono, di norma, di Sabato o di Domenica con i seguenti orari indicativi:

Sabato: ore 13,00 - 14,30 controllo atleti ore 15,00
inizio eliminatorie con finali a seguire

Domenica: ore 08,00 - 09,30 controllo atleti ore 10,00
inizio eliminatorie con finali a seguire

b) I Comitati Regionali o Società che intenderanno organizzare i suddetti Campionati dovranno mettere a disposizione impianti idonei con materassine per il kumite, spazio sufficiente per almeno 3 quadrati transennati, spogliatoi per atleti ed Ufficiali di gara, bilance per il controllo peso, impianto fonico, tavoli con sedie, podio per le premiazioni, personale di servizio, personale medico con ambulanza.

Art. 12 Quote d'iscrizione:

<i>Agonisti:</i>	€ 10,00 per atleta, per specialità,	€ 15,00 squadra
<i>Preagonisti:</i>	€ 6,00 individuale,	€ 10,00 squadra

Art. 13

Ogni Comitato Regionale ha la possibilità di organizzare anche altre gare, intercalandole al calendario nazionale, richiedendo il nulla osta alla Segreteria Nazionale indicando tutte le specifiche; ogni Società potrà fare la stessa cosa inoltrando la richiesta al proprio Comitato Regionale.

Art. 14

Al momento delle premiazioni, gli atleti si dovranno presentare in karategi o in tuta sociale, non verranno consegnati premi ad atleti abbigliati in altro modo.

Tutti gli Ufficiali di Gara convocati rimarranno schierati in divisa (camicia bianca, calzoncini grigi, giacca blu con distintivo ADO, cravatta blu).

→ Gli accompagnatori non saranno ammessi nel parterre.

Art. 15

Gli atleti dovranno esibire al momento del controllo il **Budopass** vidimato per l'anno in corso, completo di foto, compilato in ogni sua parte e **la tessera UISP**.

→ ***Questo Regolamento sostituisce ed annulla ogni precedente.***