



FEDERAZIONE ITALIANA KARATE

COMITATO REGIONALE ABRUZZO



Mosciano Sant'Angelo 14/11/2019
Lett. n. 13/2019

- Alle Associazioni Sportive Dilettantistiche
- Agli Ufficiali di Gara
- Ai Tecnici

OGGETTO: "OPEN D'ABRUZZO e KIDS KARATE GAMES"

Carissimi amici,

Vogliate gradire l'invito a partecipare alla **gara promozionale "OPEN D'ABRUZZO e KIDS KARATE GAMES"** che si terrà il 15 Dicembre 2019 a Mosciano S.A. (Te) presso il Palazzetto dello Sport e sarà organizzata e curata dalla Scuola Karate Italia A.S.D.

Sarà una grande festa per il Karate e per le nostre società, coinvolgete e fate partecipare tutti i vostri atleti, sarà un successo assicurato.

Gli "OPEN D'ABRUZZO"

Gara individuale riservata alle classi Speranze (10/11anni), Esordienti (12/13 anni), Cadetti (14/15 anni), Juniores (16/17 anni), Seniores (18/40 anni) e Veterani (+41 anni).

Le specialità in programma sono:

Kata e Kumite (per tutte le classi di età) e **Percorso a Tempo** (solo per le Speranze)

I "KIDS KARATE GAMES"

Gara individuale riservata alle classi Pulcini (4/5 anni), Bambini (6/7 anni) e Ragazzi (8/9 anni).

Le specialità in programma sono:

Percorso a Tempo, Kata e Kumite all'Omino (per tutte le classi)

Kumite Nihon (solo per la classe Ragazzi).

Lo slogan della manifestazione sarà...

"CON IL KARATE VINCONO TUTTI..."

In allegato troverete il relativo comunicato e regolamento.

Cordiali saluti

FIK – Comitato Regionale Abruzzo
Il Presidente
Gianni Visciano



OPEN D'ABRUZZO e KIDS KARATE GAMES

Domenica 15 Dicembre

MOSCIANO SANT'ANGELO (TE) Palazzetto dello Sport via U. Terracini

PROGRAMMA "OPEN D'ABRUZZO"

Ore 9:00	Verifica iscrizioni (a cura delle Società)
Ore 9:30	SPERANZE M + F (Percorso e Kata) – ESORDIENTI M + F (Kata)
Ore 10:30	SPERANZE M + F (Kumite) – ESORDIENTI M + F (Kumite)
Ore 11:00	CADETTI - JUNIORES M + F (Kata) – SENIORES E VETERANI M + F (Kata)
Ore 12:00	CADETTI - JUNIORES M + F (Kumite) – SENIORES E VETERANI M + F (Kumite)

PROGRAMMA "KIDS KARATE GAMES"

Ore 14:30	Verifica iscrizioni (a cura delle Società)
Ore 15:00	PULCINI M + F (Percorso), BAMBINI F (Percorso), BAMBINI M (Kata),
Ore 15:30	PULCINI M + F (Kata), BAMBINI F (Kata), BAMBINI M (Percorso),
Ore 16:00	PULCINI M + F (Omino), BAMBINI M + F (Omino), RAGAZZI M + F (Percorso)
Ore 16:30	RAGAZZI F (Kata), RAGAZZI M (Kata)
Ore 17:00	RAGAZZI F + M (Kumite) RAGAZZI F + M (Omino)

- **GLI ORARI SONO SOLO INDICATIVI !!! I DEFINITIVI VERRANNO COMUNICATI DOPO LE ISCRIZIONI**

CATEGORIE E COMPETIZIONI

Classi	Età	Specialità
PULCINI M + F	Fino a 5 anni	Kata, Percorso a Tempo e Kumite all'Omino
BAMBINI M + F	6 - 7 anni	Kata, Percorso a Tempo e Kumite all'Omino
RAGAZZI M + F	8 - 9 anni	Kata, Kumite, Percorso a Tempo e Kumite all'Omino
SPERANZE M + F	10 - 11 anni	Kata, Kumite e Percorso a Tempo
ESORDIENTI M + F	12 - 13 anni	Kata e Kumite
CADETTI M + F	14 - 15 anni	Kata e Kumite
JUNIORES M + F	16 - 17 anni	Kata e Kumite
SENIORES M + F	18 - 40 anni	Kata e Kumite
VETERANI M + F	+ 41 anni	Kata e Kumite

ISCRIZIONI: ENTRO LUNEDI' 9 DICEMBRE

- Dovranno essere effettuate on line tramite il sito <http://www.federkarate.net>

- **QUOTE DI PARTECIPAZIONE: 1 Specialità € 15,00; per ogni altra Specialità € 10,00**

Le quote andranno versate sul posto di gara a cura di un responsabile della società sportiva.

- Sarà possibile gareggiare anche nella classe di età superiore. Esempio: un atleta della classe Ragazzi può iscriversi anche nella classe Speranze ecc. ecc. "QUESTE ISCRIZIONI" VANNO INVIATE VIA MAIL A: segreteria@scuolakarateitalia.it

Federazione Italiana Karate – Comitato Regionale Abruzzo

Via Papa Giovanni XXIII, 28 – 64023 Mosciano Sant'Angelo (TE) C.F. 91044830676

T: 339 8828270 – F: 085 8061451 – @: abruzzo@federkarate.it – W: www.federkarate-abruzzo.it



NORME GENERALI DELLA COMPETIZIONE

- **ATTENZIONE!!! Non sarà possibile annullare le iscrizioni.**
- LE CATEGORIE NUMEROSE VERRANNO SUDDIVISE IN PIÙ GRUPPI
- LE CATEGORIE CON MENO DI 4 PARTECIPANTI VERRANNO ACCORPATE.

KATA NORME GENERALI

La gara di *Kata* è interstile e verrà suddivisa in Quattro Raggruppamenti di cinture:

(A) Bianche	(B) Gialle – Arancio	(C) Verdi – Blu	(D) Marroni – Nere
-------------	----------------------	-----------------	--------------------

- La scelta del Kata da eseguire sarà sempre libera (Tokui Kata), le cinture Marroni e Nere nella fase eliminatoria saranno giudicate a punteggio, nella semifinale e finale a bandierine e dovranno cambiare kata ad ogni turno mentre le cinture fino a cintura Blu eseguiranno un solo Kata e saranno giudicate a punteggio.
- In caso di spareggio le cinture Verdi, Blu, Marroni e Nere dovranno eseguire un kata diverso dal precedente.

KUMITE NORME GENERALI

Nel *Kumite Nihon e Sanbon* i partecipanti verranno suddivisi in Tre Raggruppamenti di cinture:

A) fino ad Arancio	B) Verdi – Blu	C) Marroni – Nere
--------------------	----------------	-------------------

CATEGORIE DI PESO

MASCHILI		FEMMINILI	
Ragazzi 8-9 anni	Kg -30 -35 -40 -45 +45	Ragazzi 8-9 anni	Kg -35 -40 +40
Speranze 10-11 anni	Kg -35 -40 -45 -50 +50	Speranze 10-11 anni	Kg -37 -42 +42
Esordienti 12-13 anni	Kg -45 -50 -55 -60 +60	Esordienti 12-13 anni	Kg -42 -47 +47
Cadetti 14-15 anni	Kg -52 -57 -63 -70 +70	Cadetti 14-15 anni	Kg -47 -55 +55
Juniores 16-17 anni	Kg -55 -61 -68 -75 +75	Juniores 16-17 anni	Kg -50 -58 +58
Seniores 18-40 anni	Kg -62 -68 -74 -80 +80	Seniores 18-40 anni	Kg -55 -63 +63
Veterani + 41	Kg Open	Veterani +41 anni	Kg Open

PERCORSO A TEMPO NORME GENERALI

Nel *Percorso a Tempo* i partecipanti verranno suddivisi per Classi di Età, in Due Raggruppamenti di Cinture e in Maschile e Femminile.

(A) Fino ad Arancio	(B) da Verdi a Marroni
---------------------	------------------------

GARA DI KUMITE ALL'OMINO NORME GENERALI

Nel *Kumite all'Omino* i partecipanti verranno suddivisi nei tre Raggruppamenti di cinture:

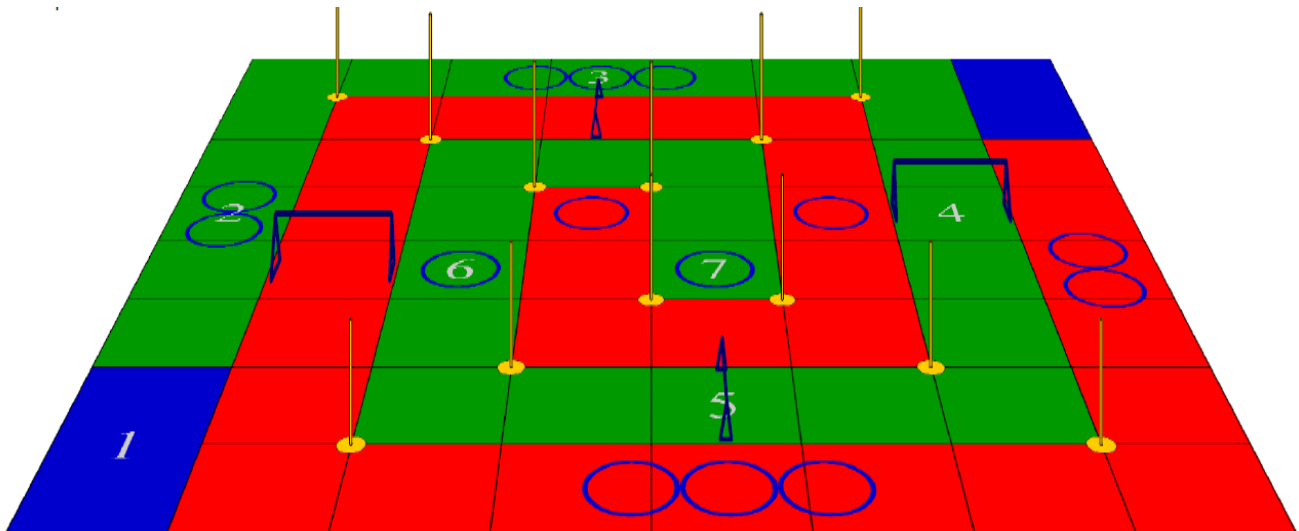
A) Bianche	B) Giallo – Arancio	C) da Verdi a Marroni
------------	---------------------	-----------------------

- Gli atleti (Aka e Ao) si confronteranno contemporaneamente su un Omino, la durata della prova sarà di 40", a 30" verrà chiamato Atoshi Baraku.
- La vittoria verrà assegnata per decisione arbitrale (Hantei)
- Le Penalità saranno le stesse previste dal regolamento di Kumite, protezioni saranno facoltative.

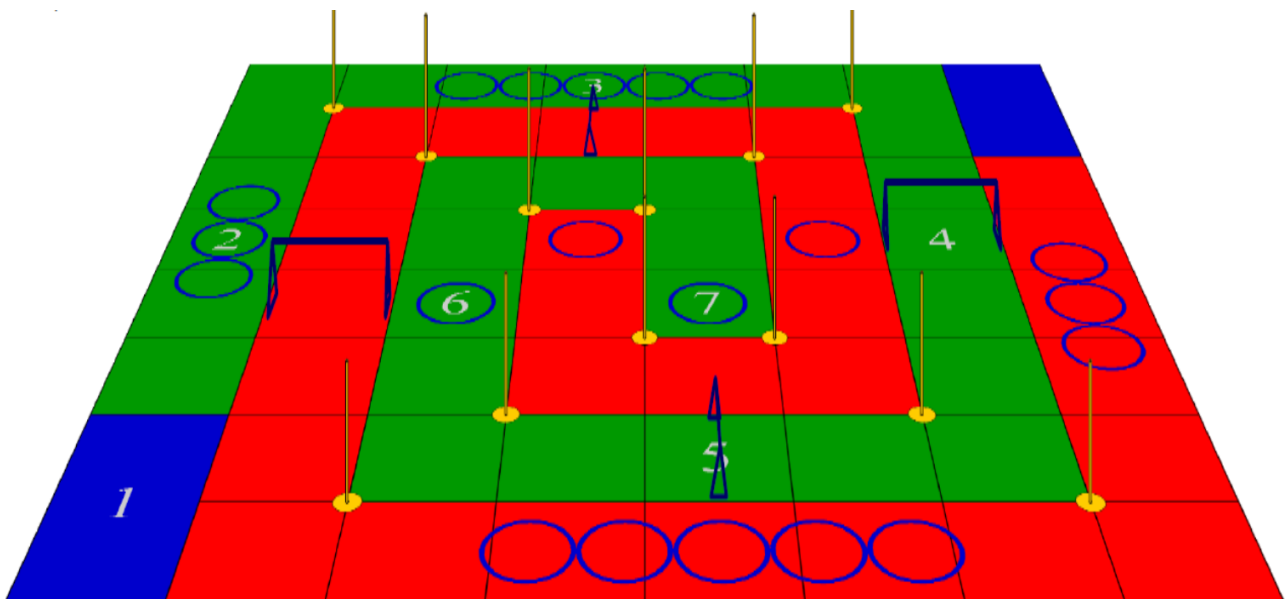
REGOLAMENTO PERCORSO PARALLELO A TEMPO (ad eliminazione diretta senza recuperi)

- Gareggeranno contemporaneamente due atleti, AKA sul tatami Rosso e AO sul tatami Verde o Blu, ad entrambi alla partenza verrà dato un testimone dall'arbitro, da riconsegnare all'arrivo.
- Il Percorso va eseguito in andata e ritorno come da sequenza illustrata in figura.
- La partenza avverrà fuori e di fronte il materassino.
- All'arrivo il tempo verrà bloccato solo dopo la consegna del testimone all'arbitro, se durante il percorso il testimone cade, l'atleta per proseguire dovrà recuperarlo.
- In caso di falsa partenza ci sarà una penalità di un secondo, nella successiva la squalifica.
- Se il paletto di cambio direzione cade o viene eluso, l'atleta viene penalizzato di un secondo.
- Eludere totalmente un elemento comporterà la squalifica dell'atleta.
- Vince o passa il turno l'atleta con il miglior tempo, in caso di parità vince l'atleta con meno penalità.
- Il percorso è lungo circa 63 m.

PERCORSO CLASSI "PULCINI E BAMBINI"



PERCORSO CLASSI "RAGAZZI E SPERANZE"



DESCRIZIONE E MODALITÀ ESECUTIVE DEGLI ELEMENTI DEL PERCORSO

- ✓ **Elemento 1 - CAPOVOLTA o ROTOLAMENTO:** L'atleta viene penalizzato di un secondo se poggia i piedi sul materassino prima della capovolta o del rotolamento.
- ✓ **Elemento 2 - SALTO MONOPODALE:** L'atleta viene penalizzato di un secondo se poggia entrambi i piedi.
- N.B.** Per le Classi Ragazzi e Speranze da eseguire all'andata con il piede Sinistro e al ritorno con il piede Destro.
- ✓ **Elemento 3 - BALZI A PIEDI PARI:** L'atleta viene penalizzato di un secondo se non poggia simultaneamente i piedi dentro il cerchio.
- ✓ **Elemento 4 - PASSAGGIO SOTTO L'OSTACOLO h 40 cm:** Il passaggio è libero. Se l'ostacolo cade, l'atleta viene penalizzato di un secondo.
- ✓ **Elemento 5 - SUPERAMENTO LIBERO DELL'OSTACOLO h 30 cm:** Il passaggio è libero. Se l'ostacolo cade, l'atleta viene penalizzato di un secondo.
- ✓ **Elemento 6 - ACCOSCIATA:** L'atleta viene penalizzato di un secondo se non esegue l'accosciata completa dentro il cerchio.
- ✓ **Elemento 7 - ROTAZIONE DI 180° GRADI:** L'atleta viene penalizzato di un secondo se non poggia entrambi i piedi pari dentro il cerchio prima della rotazione e dopo.

REGOLAMENTO KUMITE ALL'OMINO (ad eliminazione diretta senza recuperi)

Nell'assegnare la vittoria tra Aka e Ao gli arbitri terranno conto dei seguenti criteri e fattori di valutazione:

- a) Buona forma (tecnica, controllo e postura corretta);
- b) Distanza (tecnica a bersaglio);
- c) Vigoria (kime);
- d) Zanshin ed Equilibrio;
- e) Numero degli attacchi validi portati;
- f) Quante penalità sono state attribuite all'atleta;
- g) Attitudine al combattimento;
- h) Correttezza sportiva (fair play).



KUMITE ALL'OMINO

ATTENZIONE

Per il regolamento completo delle competizioni di kata e kumite consultare la pagina <http://www.federkarate.it/wp-content/uploads/2019/01/REGOLAMENTO-GARA-KARATE-SPORTIVO-Rev.-20-dicembre-2018.pdf>

- Per quanto non contemplato, vigono le norme e regolamenti federali.
- Tutti gli atleti dovranno essere muniti di proprie protezioni regolamentari.
- L'organizzazione declina ogni responsabilità per qualsiasi incidente dovesse verificarsi a persone o cose prima, durante e dopo la manifestazione.
- Tutti gli atleti partecipanti dovranno essere in regola con le certificazioni mediche di idoneità previste dalle leggi vigenti (con l'iscrizione alla gara il Presidente dell'Associazione sportiva di appartenenza degli atleti si assume la responsabilità sul rispetto di tale adempimento, dichiarando implicitamente che i certificati medici sono depositati nella propria sede sociale).