



# FEDERAZIONE ITALIANA KARATE

## COMITATO REGIONALE ABRUZZO



Mosciano Sant'Angelo 17/11/2021  
Lett. n. 04/21

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

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

Carissimi amici e maestri,

a due anni dall'ultima competizione regionale è con vero piacere che Vi invito a partecipare alla **gara promozionale "OPEN D'ABRUZZO e KIDS KARATE GAMES"** che si terrà il 19 Dicembre 2021 a Mosciano S.A. (Te) presso il Palazzetto dello Sport.

La manifestazione come di consueto sarà organizzata e curata dalla *Scuola Karate Italia A.S.D.* e dalla *A.S.D. Team Karate Ortani*.

Gli atleti saranno i veri protagonisti dell'evento, ci saranno premi e gadget per tutti i partecipanti.

#### 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, Kumite all'Omino** (per tutte le classi)

**Kata e Kumite Nihon** (solo per le classi Bambini e Ragazzi).

**Lo slogan della manifestazione sarà...**

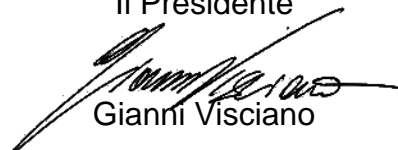
**"CON IL KARATE VINCONO TUTTI..."**

In allegato troverete il relativo comunicato e regolamento.

Per quanto riguarda le "ISTRUZIONI" anti-covid verranno comunicate prima della gara in base alle norme che saranno in vigore.

Cordiali saluti

FIK – Comitato Regionale Abruzzo  
Il Presidente



Gianni Visciano



# OPEN D'ABRUZZO e KIDS KARATE GAMES

## Domenica 19 Dicembre

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

### PROGRAMMA "OPEN D'ABRUZZO"

Ore 9:30	Accesso e Gara Cat. VETERANI + SENIORES + JUNIORES (Kata Femminile e Maschile) 2 TATAMI
Ore 10:00	Accesso e Gara Cat. VETERANI + SENIORES + JUNIORES (Kumite Femminile e Maschile) 2 TATAMI
Ore 10:30	Accesso e Gara Cat. SPERANZE (Kata + Percorso Femminile e Maschile) 3 TATAMI + PERCORSO
Ore 11:30	Accesso e Gara Cat. SPERANZE (Kumite Femminile e Maschile) 3 TATAMI
Ore 12:00	Accesso e Gara Cat. ESORDIENTI (Kata Femminile e Maschile) 3 TATAMI
Ore 12:30	Accesso e Gara Cat. ESORDIENTI (Kumite Femminile e Maschile) 3 TATAMI

### PROGRAMMA "KIDS KARATE GAMES"

Ore 14:30	Accesso e Gara Cat. PULCINI (Percorso + Kumite Omino Femm. e Masc.) 3 TATAMI + 2 PERCORSI
Ore 15:00	Accesso e Gara Cat. BAMBINI (Percorso + Kumite Nihon Femm. e Masc.) 3 TATAMI + 2 PERCORSI
Ore 15:30	Accesso e Gara Cat. BAMBINI (Kata + Kumite Omino Femm. e Masc.) 3 TATAMI
Ore 16:00	Accesso e Gara Cat. RAGAZZI (Percorso + Kumite Nihon Femm. e Masc.) 3 TATAMI + 2 PERCORSI
Ore 16:30	Accesso e Gara Cat. RAGAZZI (Kata + Kumite Omino Femminile e Maschile) 3 TATAMI

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

### CATEGORIE

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

### **ISCRIZIONI: ENTRO SABATO 11 DICEMBRE**

Dovranno essere effettuate tramite il Gestionale On-Line <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

Oppure tramite Bonifico Bancario intestato a SCUOLA KARATE ITALIA A.S.D

IBAN: IT 63 L 07086 76951 0000 0000 6155

**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](mailto:abruzzo@federkarate.it) – W: [www.federkarate-abruzzo.it](http://www.federkarate-abruzzo.it)



### NORME GENERALI DELLA COMPETIZIONE

- **LE CATEGORIE NUMEROSE VERRANNO SUDDIVISE IN PIÙ GRUPPI (A-B- ECC..)**
- **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
-------------	----------------------	-----------------	--------------------

- 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.
- Le cinture fino a cintura Blu eseguiranno un solo Kata (Lista Ufficiale FIK) e saranno giudicate a punteggio.
- In caso di spareggio le cinture Verdi, Blu, Marroni e Nere dovranno eseguire un kata diverso dal precedente, mentre le cinture fino ad Arancio potranno ripetere lo stesso Kata.

#### 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	
Bambini 6-7 anni	Kg -25 -30 -35 -40 +40	Bambine 6-7 anni	Kg -30 -35 +35
Ragazzi 8-9 anni	Kg -30 -35 -40 -45 +45	Ragazze 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	Cadette 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	Veterane +41 anni	Kg Open

#### PERCORSO A TEMPO NORME GENERALI

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

- La partenza e l'arrivo avverranno dentro il tatami di partenza/arrivo (vedi figura). In caso di falsa partenza ci sarà una penalità di un secondo, nella successiva di ulteriori due secondi.
- Se il cono di cambio direzione cade o viene eluso, l'atleta viene penalizzato di un secondo.
- Eludere completamente un elemento comporterà la squalifica dell'atleta.
- Vince l'atleta con il miglior tempo (a parità vince l'atleta con meno penalità).
- Il percorso è di circa 46 m.

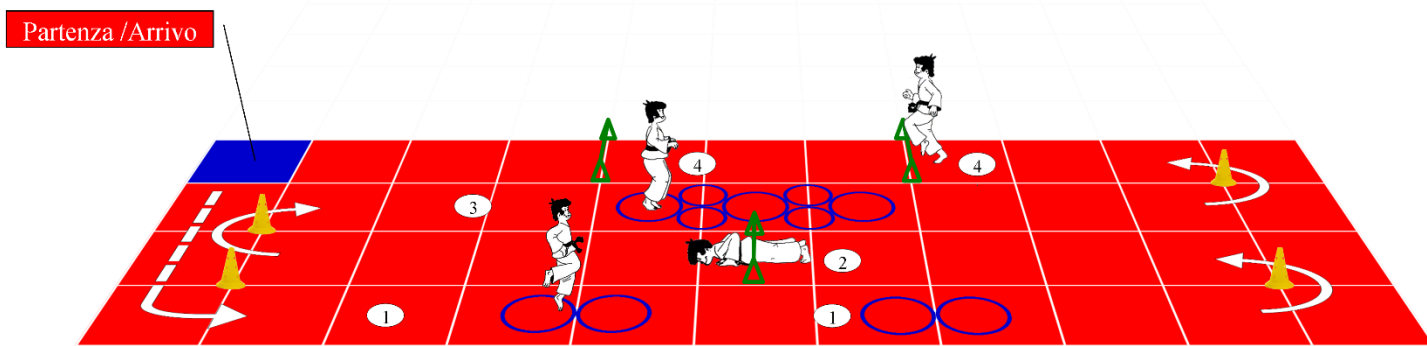
### REGOLAMENTO PERCORSO A TEMPO "PULCINI/BAMBINI"

**Elemento 1 - SALTO MONOPODALE:** L'elemento viene penalizzato di un secondo se l'atleta poggia entrambi i piedi dentro il cerchio (il primo elemento con il piede sinistro e il secondo con il destro o viceversa).

**Elemento 2 - PASSAGGIO SOTTO L'OSTACOLO h 40 cm:** Il passaggio è libero. Se l'ostacolo cade, l'atleta viene penalizzato di un secondo.

**Elemento 3 - BALZI A PIEDI PARI:** L'elemento viene penalizzato di un secondo se l'atleta non poggia entrambi i piedi dentro i cerchi.

**Elemento 4 - SUPERAMENTO LIBERO DELL'OSTACOLO:** (h 20 cm) Il passaggio è libero. Se l'ostacolo cade, l'atleta viene penalizzato di un secondo.



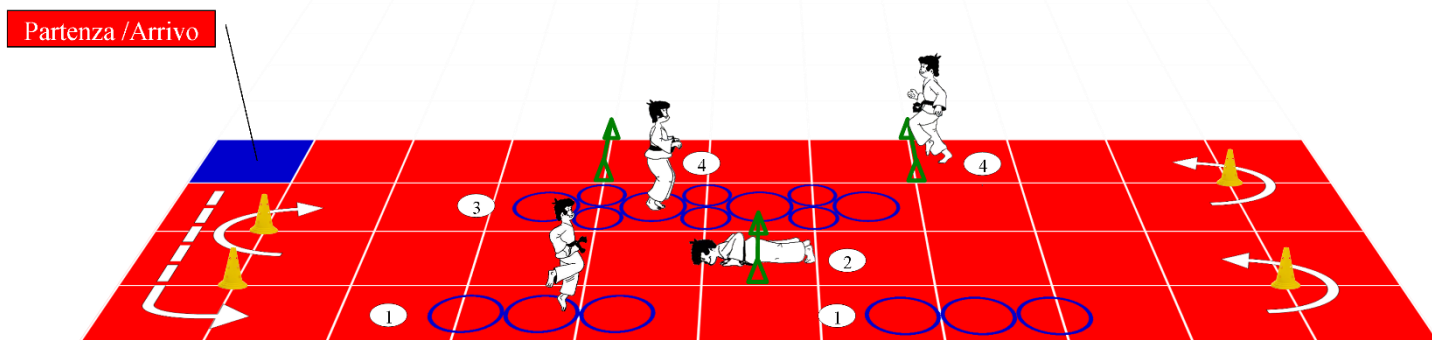
### REGOLAMENTO PERCORSO A TEMPO "RAGAZZI/SPERANZE"

**Elemento 1 - SALTO MONOPODALE:** L'elemento viene penalizzato di un secondo se l'atleta poggia entrambi i piedi dentro il cerchio (il primo elemento con il piede sinistro e il secondo con il destro o viceversa).

**Elemento 2 - PASSAGGIO SOTTO L'OSTACOLO h 40 cm:** Il passaggio è libero. Se l'ostacolo cade, l'atleta viene penalizzato di un secondo.

**Elemento 3 - BALZI A PIEDI PARI:** L'elemento viene penalizzato di un secondo se l'atleta non poggia entrambi i piedi dentro i cerchi.

**Elemento 4 - SUPERAMENTO LIBERO DELL'OSTACOLO:** (h 30 cm) Il passaggio è libero. Se l'ostacolo cade, l'atleta viene penalizzato di un secondo.



### **GARA DI KUMITE ALL'OMINO NORME GENERALI**

Nel *Kumite all'Omino* i partecipanti verranno suddivisi in Due Raggruppamenti di cinture:

**A) Bianche - Giallo – Arancio**

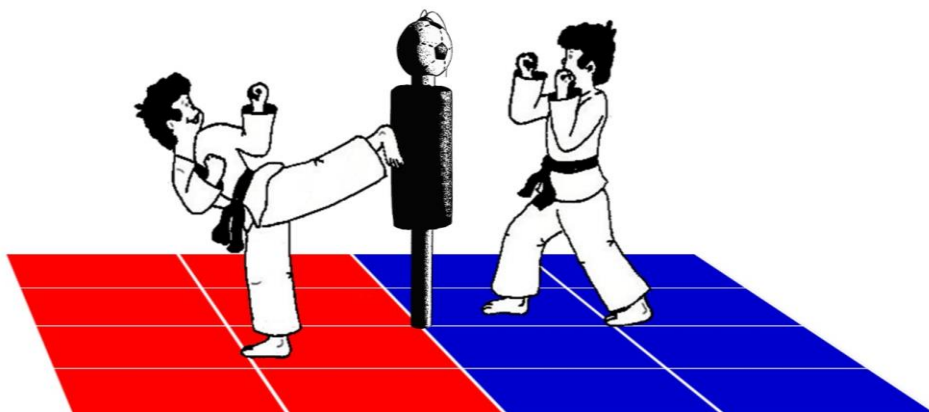
**B) Verdi -Blu e Marroni**

- 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 e le protezioni saranno facoltative.

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

- Nell'assegnare la vittoria tra Aka e Ao l'Arbitro terrà conto dei seguenti criteri e fattori di valutazione:

- a) **Buona forma** (tecnica, controllo e postura corretta);
- b) **Distanza** (tecnica a bersaglio);
- c) **Vigoria** (efficacia della tecnica);
- d) **Zanshin ed Equilibrio**;
- e) **Tecniche valide portate a segno**;
- 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/2020/09/REGOLAMENTO-SPORTIVO\\_V08\\_ago2020.pdf](http://www.federkarate.it/wp-content/uploads/2020/09/REGOLAMENTO-SPORTIVO_V08_ago2020.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).