



FEDERAZIONE ITALIANA KARATE

COMITATO REGIONALE ABRUZZO



Mosciano Sant'Angelo, 01/03/2025
Lett. n. 01/2025

- Alle Società/Associazioni affiliate
- Ai Tecnici
- Agli Ufficiali di Gara

OGGETTO: COPPA ABRUZZO

"FACCIAMO SQUADRA"

Diamo più valore alle società/associazioni

GENTILISSIMI PRESIDENTI E MAESTRI,

è con questo obiettivo che è stata ideata la Coppa Abruzzo, la quale racchiude nella formula di gara il valore di far parte di una "squadra".

Siamo sicuri che condividete lo scopo e che fare squadra significhi realmente un valore aggiunto.

*L'invito che vi rivolgiamo è di non escludere nessuno, **dando a tutti i vostri allievi l'opportunità di sentirsi protagonisti facendo parte di una squadra.***

Abbiamo formulato la gara per permettere la massima partecipazione, facilitando le composizioni delle squadre e con quote di gara minime.

Ci saranno premi per tutti i componenti delle squadre e per le società.

Ringrazio a nome di tutto il Comitato Regionale la società Team Karate Ortani nel rendersi sempre disponibile a collaborare e ad organizzare manifestazioni nell'interesse di tutti.

FACCIAMO SQUADRA

Un cordiale saluto

FIK – Comitato Regionale Abruzzo
Il Presidente
Gianni Visciano



FEDERAZIONE ITALIANA KARATE

COMITATO REGIONALE ABRUZZO



Comunicato n. 03/2025
Mosciano Sant'Angelo, 01/03/2025

Pag. 1/4

IN COLLABORAZIONE CON LA SOCIETÀ A.S.D. TEAM KARATE ORTANI

SIETE INVITATI ALLA

COPPA ABRUZZO

"FACCIAMO SQUADRA"

DOMENICA 13 APRILE

Città Sant'Angelo (PE) PALACASTAGNA via Aurelli 1

PROGRAMMA

<u>Ore 09:00</u>	<u>PULCINI - BAMBINI M – F</u> Percorso a Squadre e Duo <u>RAGAZZI - SPERANZE M - F</u> Kata a Squadre 1vs1
<u>Ore 09:30</u>	<u>PULCINI-BAMBINI M – F</u> Kata a Squadre 1vs1 <u>RAGAZZI - SPERANZE M - F</u> Percorso a Squadre e Duo
<u>Ore 10:00</u>	<u>PULCINI-BAMBINI M – F</u> Kata Sincro a Squadre e Duo <u>RAGAZZI - SPERANZE M - F</u> Kata Sincro a Squadre e Duo
<u>Ore 10:30</u>	<u>PULCINI-BAMBINI M – F</u> Kumite a Squadre e Duo <u>RAGAZZI - SPERANZE M - F</u> Kumite a Squadre e Duo
<u>Ore 11:00</u>	<u>BAMBINI-RAGAZZI M – F</u> Percorso a Squadre e Duo <u>SPERANZE-ESORDIENTI M - F</u> Kata a Squadre 1vs1
<u>Ore 11:30</u>	<u>BAMBINI-RAGAZZI M – F</u> Kata a Squadre 1vs1 <u>SPERANZE-ESORDIENTI M - F</u> Percorso a Squadre e Duo
<u>Ore 12:00</u>	<u>BAMBINI-RAGAZZI M – F</u> Kata Sincro a Squadre e Duo <u>SPERANZE-ESORDIENTI M - F</u> Kata Sincro a Squadre e Duo
<u>Ore 12:30</u>	<u>BAMBINI-RAGAZZI M – F</u> Kumite a Squadre e Duo <u>SPERANZE-ESORDIENTI M - F</u> Kumite a Squadre e Duo

GLI ORARI DEFINITIVI VERRANNO COMUNICATI DOPO LA CHIUSURA DELLE ISCRIZIONI

Squadre e Duo	Età	Specialità
PULCINI + BAMBINI M + F	Fino a 7 anni	Kata - Kumite – Percorso
BAMBINI + RAGAZZI M + F	6 - 9 anni	Kata - Kumite – Percorso
RAGAZZI + SPERANZE M + F	8 - 11anni	Kata - Kumite – Percorso
SPERANZE + ESORDIENTI M + F	10 - 13 anni	Kata - Kumite – Percorso

Federazione Italiana Karate – Comitato Regionale Abruzzo

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

T: 339 8828270– @: abruzzo@federkarate.it – W: www.federkarate.it/abruzzo



FEDERAZIONE ITALIANA KARATE

COMITATO REGIONALE ABRUZZO



Comunicato n. 03/2025
Mosciano Sant'Angelo, 01/03/2025

Pag. 2/4

CHIUSURA ISCRIZIONI SABATO 5 APRILE

Dovranno essere effettuate tramite il Gestionale FIK <https://my.federkarate.net>

PREMIAZIONI: Saranno premiati tutti gli atleti delle Squadre e dei Duo al termine di ogni gara.

QUOTE DI PARTECIPAZIONE:

SQUADRA € 30,00 per ogni specialità -- DUO € 20,00 per ogni specialità

Le quote andranno versate dalle società in contanti oppure con bonifico sul conto corrente bancario intestato a: Federazione Italiana Karate Comitato Regionale Abruzzo

IBAN: IT71Z0708676951000000012160

ATTENZIONE

- 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 e dotati di proprie protezioni regolamentari previste dal regolamento di gara FIK (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).

NORME GENERALI

LE GARE SARANNO OPEN DI CINTURA E DI PESO NEL KUMITE
LE GARE A SQUADRE DA 3 ATLETI SARANNO DIVISE IN MASCHI E FEMMINE
È CONSENTITO AGLI ATLETI DI GAREGGIARE IN PIÙ SQUADRE O DUO

GARA DI KATA INTERSTILE A SQUADRE E DUO:

- **Kata Sincro a Squadre (da 3 atleti)** il kata dovrà essere eseguito in sincronia.
- **Kata a Squadre (1vs1 da 3 atleti)** gli atleti gareggeranno uno per volta e vincerà la squadra che avrà ottenuto più vittorie.
- **Kata Sincro Duo (da 2 atleti 1F+1M)** il kata dovrà essere eseguito in sincronia.
- Tutte le categorie saranno giudicate con il sistema a bandierine.
- Per tutte le categorie la scelta del Kata da eseguire sarà libera e si potrà anche ripetere.
- Le Squadre formate da tre atleti potranno essere maschili, femminili e miste.
Le squadre miste in base alla maggioranza della formazione dovranno essere iscritte nella categoria di sesso M o F (esempio: 2M+1F= maschile, oppure 2F+1M= femminile)
- I Duo dovranno essere composti da un maschio e una femmina
(potranno essere iscritte indifferentemente come maschile o femminile).
- Dovranno gareggiare obbligatoriamente tutti i componenti delle Squadre.

Federazione Italiana Karate – Comitato Regionale Abruzzo

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

T: 339 8828270 – @: abruzzo@federkarate.it – W: www.federkarate.it/abruzzo



FEDERAZIONE ITALIANA KARATE

COMITATO REGIONALE ABRUZZO



Comunicato n. 03/2025
Mosciano Sant'Angelo, 01/03/2025

Pag. 3/4

GARA DI KUMITE SHOBU NIHON A SQUADRE E DUO:

➤ Kumite a Squadre (1vs1 da 3 atleti)

➤ Kumite Duo (da 2 atleti 1F+1M)

- Le Squadre formate da tre atleti verranno divise in maschili e femminili.
- I Duo dovranno essere composti da un maschio e una femmina e gareggeranno maschio contro maschio e femmina contro femmina.
- In caso di pareggio si adotterà l'ART. 4 del regolamento FIK Kumite Shobu Sanbon a Squadre.
- Nella gara DUO in caso la parità dovesse persistere si procederà con un incontro supplementare tra femmina o maschio che verrà deciso con il sorteggio da parte del PdG.
- Le vittorie in seguito a squalifica o abbandono dell'avversario, saranno considerate come ottenute per 2 Ippon a 0.

REGOLAMENTO PERCORSO PARALLELO A SQUADRE E DUO

➤ Percorso Parallelo a Squadre (1vs1 da 3 atleti)

➤ Percorso Parallelo Duo (da 2 atleti 1F+1M)

- Le Squadre da 3 atleti potranno essere maschili, femminili e miste.
In base alla maggioranza della formazione dovranno essere iscritte nella categoria di sesso M o F (esempio: 2M+1F= maschile, oppure 2F+1M= femminile)
- I Duo formati da due atleti dovranno essere composti da un maschio e una femmina.
(potranno essere iscritte indifferentemente come maschile o femminile).
- Gareggeranno contemporaneamente due Squadre o Duo, AKA e AO (come da figura).
- Il percorso è composto da 4 corsie di 8 m più il tratto iniziale di 2 m per un totale di 34 m.
- La partenza avverrà sopra il quadrato rosso per AO e blu per AKA.
- Il cambio tra gli atleti avverrà con il passaggio del "Testimone".
- Passerà il turno o vincerà la Squadra o il Duo che concluderà il percorso toccando per primo il quadrato di arrivo.
- Se l'atleta farà cadere un attrezzo, compresi i coni, dovrà rialzarli.
- Se un atleta elude un elemento, ovvero lo evita, compresi i coni o non consegnerà il "Testimone" al compagno di squadra per la partenza o non rialzerà un attrezzo fatto cadere, la Squadra o il Duo verrà sanzionato con la squalifica.

MODALITA' DI ESECUZIONE

CORSIA 1 Elemento 1 - BALZI A PIEDI PARI:

Se l'atleta non metterà entrambi i piedi all'interno dei cerchi, **dovrà ripetere l'elemento.**

CORSIA 2 Elemento 2 e 3 - SALTO MONOPODALE DESTRO & SINISTRO:

È possibile eseguire l'elemento iniziando con qualsiasi piede (SX oppure DX).

Se l'atleta non metterà il piede all'interno dei cerchi o non effettuerà il cambio **dovrà ripetere l'elemento.**

CORSIA 3 Elemento 4 - CAPOVOLTA IN AVANTI o ROTOLAMENTO:

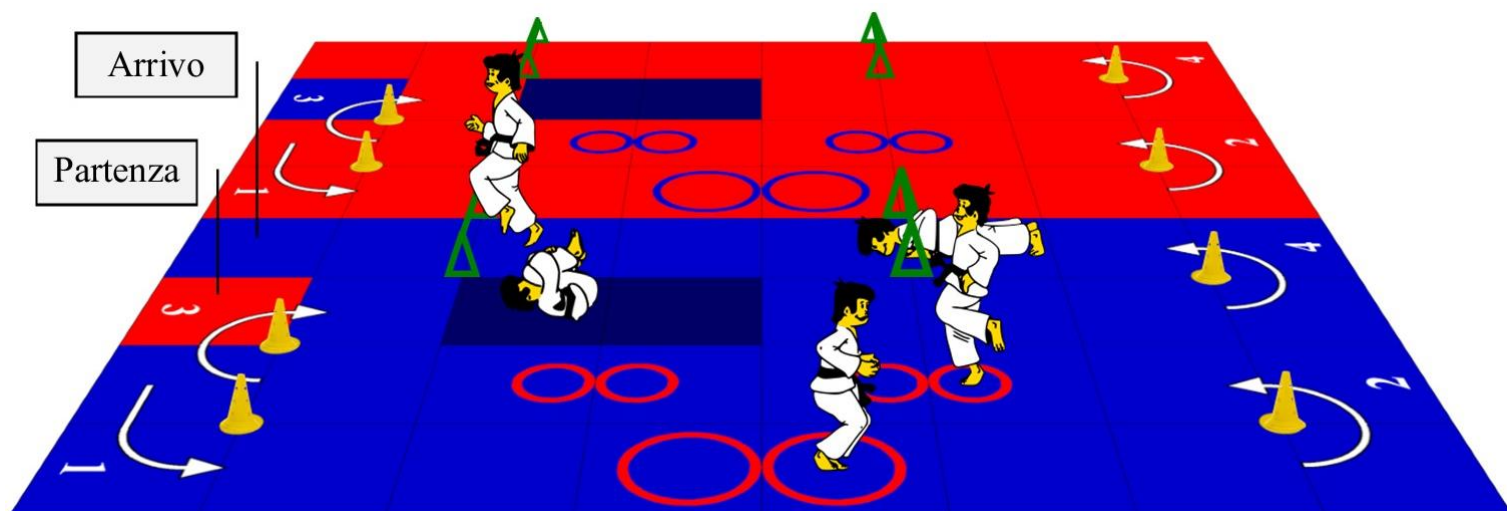
Se l'atleta metterà i piedi sul materassino prima di effettuare la capovolta in avanti o il rotolamento, **dovrà ripetere l'elemento.**

CORSIA 4 Elemento 5 e 6 - PASSAGGIO SOTTO L'OSTACOLO h 40 cm:

E SUPERAMENTO LIBERO DELL'OSTACOLO (h 30 cm Pulcini-Bambini-Ragazzi) (h 40 cm Ragazzi-Speranze-Esordienti) Non ci sono sanzioni per passare sotto l'ostacolo o per superare l'ostacolo.

IN CASO DI ERRORE L'ELEMENTO VERRÀ RIPETUTO UNA VOLTA SOLA

(FIGURA) ILLUSTRAZIONE PERCORSO PARALLELO PULCINI – BAMBINI – RAGAZZI



(FIGURA) ILLUSTRAZIONE PERCORSO PARALLELO RAGAZZI – SPERANZE – ESORDIENTI

