



**Area Discipline Orientali - UISP**

*SETTORE KARATE*

**REGOLAMENTO COMPETIZIONI  
PER L' ANNO 2007-2008**

# ***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 2007-2008 **Agonisti:**

<b>Esordienti</b>	<b>dal 13° al 14° anno</b>	<b>nati dal 1995 al 1994</b>
<b>Cadetti</b>	<b>dal 15° al 16° anno</b>	<b>nati dal 1993 al 1992</b>
<b>Speranze</b>	<b>dal 17° al 19° anno</b>	<b>nati dal 1991 al 1989</b>
<b>Juniores</b>	<b>dal 20° al 23° anno</b>	<b>nati dal 1988 al 1985</b>
<b>Seniores</b>	<b>dal 24° al 35° anno</b>	<b>nati dal 1984 al 1973</b>
<b>Amatori A</b>	<b>dal 36° al 45° anno</b>	<b>nati dal 1972 al 1963</b>
<b>Amatori B</b>	<b>dal 46° in poi</b>	<b>nati dal 1962 in poi</b>

# ***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 **non ha limitazioni di numero** ed in più si riserva all'organizzazione la facoltà di accorpare 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/a Tipologie di gara

**IL REGOLAMENTO ARBITALE PER IL KUMITE ADO-UISP, PUR ESSENDO ASSAI SIMILE AL REGOLAMENTO **WKF**, DIFFERISCE DA QUESTO IN ALCUNI PARTICOLARI.**

**AATTENZIONE, QUINDI, A NON CONFONDERE I DUE REGOLAMENTI DURANTE LO SVOLGIMENTO DEGLI INCONTRI DI KUMITE.**

# Campionato Nazionale Individuale cinture **marroni e nere**

oFormula a **9 Ippon**:

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

# Categorie di peso

<b>M</b>	<b>Maschi</b>	<b>Femmine</b>
<b>C</b>	<b>Cadetti: kg. 65 (minimo 50) oltre 65</b>	<b>Open</b>
<b>b</b>	<b>Speranze: kg. 65 (minimo 55) oltre 65</b>	<b>Open</b>
<b>c</b>	<b>Juniores: kg. 65 (minimo 55) - 75 - oltre 75</b>	<b>Open</b>
<b>d</b>	<b>Seniores: kg. 65 (minimo 55) – 75 - 80 - oltre 80</b>	<b>Open</b>

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.

*Nelle categorie con solo **3** atleti presenti, gli incontri si svolgeranno col sistema “Girone all’ italiana”.*

*eNel “Girone all’italiana” ad ogni concorrente vengono assegnati :*

*PPer ogni vittoria: **2** punti*

*Per il pareggio: **1** punto*

*Per la sconfitta: **0** punti*

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

*Data l'immissione del nuovo  
Regolamento Arbitrale per il  
Kumite, i primi due classificati  
del Campionato Italiano prece-  
dente, comprese le squadre,  
**NNON**  
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 **marroni e nere**.

Le squadre femminili saranno composte da tre altete **open** più una riserva, quelle maschili saranno composte da un atleta **leggero** (da **55 Kg** fino a **70 Kg**), uno **medio** (da **70 Kg** fino a **80 Kg**), uno **pesante** (oltre **80 Kg**), 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 5 Kg** .(es: può gareggiare come peso medio un atleta di **65 Kg**).

*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.*

## ***Campionato Nazionale di Kata***

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:**

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

### **LISTA B:**

Tekki shodan, bassaidai, kankudai, enpi, jion, jitte, naihanchi, passai, kushanku, wanshu, seipai, saifa, shisochin.

### **LISTA C:**

Bassaisho, kankusho, nijushiho, gojushihosho, gojushihodai, unsu, sochin, gankaku, chinte, nisheshi, gojushiho, rohai, kururunfa, seienchin, seisan, seishan, chinto, unshu, suparinpei, shisochin, sanseryu.

AArt. 6: Campionato individuale **Cinture Nere**

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:

SSeniores, Juniores, Speranze, Cadetti,  
Esordienti

*maschi e femmine separati.*

I primi **due** classificati del Campionato Italiano Precedente, comprese le squadre **A**, accederanno di diritto alla fase nazionale sempre che gli atleti interessati non avranno cambiato classe di età.

A differenza dello scorso anno, nella competizione individuale, il kata eseguito nella prova di qualificazione non potrà essere ripetuto come una delle due prove finali.

Tutti i kata dovranno essere diversi tra loro e **dello stesso stile.**

# LISTA KATA CINTURE NERE

## CATEGORIA

**EEsordienti**

**CCadetti**

**SSperanze**

**JJuniore**

**SSeniores**

## ELIMINATORIE

**Lista A**

**Lista A**

**Lista A-B**

**Lista B-C**

**Lista B-C**

## FINALI

**Lista A-B**

**Lista A-B**

**Lista A-B**

**Lista B-C**

**Lista B-C**

Art. 7: Campionato individuale **Cinture Colorate.**

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, verdi-blu, gialle-arancio.
- 3** fasce di età: seniores e juniores insieme, speranze e cadetti insieme, esordienti, mmaschi e femmine separati.

# LISTA KATA CINTURE COLORATE

GRADO

ELIMINATORIE

FINALI

Marroni

Lista A

Lista A-B

Verdi-Blu

Lista A

Lista A

Gialle-Arancio

1-2-3 Heian o Pinan

Taikyoku J.Uke K.Uke G. Uke

Le categorie Verdi-Blu e Marroni dovranno presentare kata diversi per ognuna delle due fasi di gara.

Le categorie Gialle/Arancio potranno presentare sempre il medesimo kata per tutte le fasi di gara.

**I kata dovranno essere tutti dello stesso stile.**

## Art. 8: Campionato a **Squadre**

Il Campionato 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:

- 1) La squadra sarà formata da tre atleti o maschili o femminili Cinture Nere e marron speranze, juniores e seniores.
- 2) Nella prima prova si utilizzerà un tokui kata delle liste **A-B**.
- 3) 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.
- 4) La somma dei punteggi delle due prove darà la classifica finale.

**N.B.** 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:**

- 1)** La squadra sarà formata da tre atleti o maschili o femminili, speranze, juniores e seniores, cinture da gialla a blu.
- 2)** Nella prima prova si utilizzerà un tokui kata della lista **A**.
- 3)** Le **4** finaliste eseguiranno una seconda prova (diversa dalla precedente) sempre della lista **A**.
- 4)** La somma dei punteggi delle due prove darà la classifica finale.

## Squadre Giovanili Gialla/Verde:

- 1) La squadra sarà formata da tre atleti o maschili o femminili esordienti e cadetti, cinture da gialla a verde.
- 2) Nella prima prova si utilizzerà un tokui kata della lista **A**.
- 3) Le **4** finaliste eseguiranno una seconda prova (diversa dalla precedente) sempre della lista **A**.
- 4) La somma dei punteggi delle due prove darà la classifica finale.

## Squadre Giovanili Blu/Nera:

- 1) La squadra sarà formata da tre atleti o maschili o femminili esordienti e cadetti, cinture da blu a nera.
- 2) Nella prima prova si utilizzerà un tokui kata della lista **A-B** .
- 3) Le **4** finaliste eseguiranno una seconda prova (diversa dalla precedente) della lista **A-B-C** .
- 4) La somma dei punteggi delle due prove darà la classifica finale.

## Art. 9 Rassegna Kata **Amatori**

Tale rassegna è riservata agli Amatori suddivisi in due gruppi di età, inoltre saranno suddivisi tra maschi e femmine.

Come si evince dalla tabella seguente anche alcune categorie di grado sono state accorpate.

Sistema di gara a punteggio:

Ogni gruppo eseguirà un **tokui** kata scelto tra le liste della tabella seguente, i **4** 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**

**Per le due prove**

**Gialle-Arancio**

**Lista A**

**Verdi-Blu**

**Lista A**

**Marron - Nere 1° Dan**

**Tokui kata**

**Nere 2° Dan e superiori**

**Tokui kata**

**E' valida la regola sulla ripetizione dei kata delle categorie Agonisti.**

## Art. 10: Rassegna **Preagonisti**

### Fasce di età dei Preagonisti:

<i>Fascia A</i>	<i>6° - 7° - 8° anno</i>	<i>nati negli anni 2002-2001-2000</i>
<i>Fascia B</i>	<i>9° - 10° anno</i>	<i>nati negli anni 1999-98</i>
<i>Fascia C</i>	<i>11°- 12° anno</i>	<i>nati negli anni 1997-96</i>

**1) I preagonisti hanno a disposizione oltre alla lista **A** i Kata di Base 1-2 ed il Kihon Kata.**

**2) 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.**

**Ogni preagonista o squadra nelle varie fasi della Rassegna dovrà eseguire kata del medesimo stile.**