



## Il Campionato Interprovinciale Scaligero Usacì di Karate

è aperto a tutte le Associazioni/Società Sportive regolarmente tesserate a qualsiasi Ente di Promozione Sportiva o Federazione Sportiva, i cui atleti siano in regola con tutte le disposizioni vigenti in materia assicurativa e di tutela sanitaria (certificazione sanitaria per attività agonistica, specialità KARATE) inerenti alle attività sportive e che abbiano adempiuto agli obblighi conseguenti.



Gli atleti, a richiesta degli Ufficiali di Gara preposti, dovranno esibire un documento di identità e/o idonea documentazione (tesserata, ecc.) attestante il grado-acquisito. La categoria viene definita per anno di nascita (gli anni si intendono compiuti o da compiere nell'anno in corso).



Ore 8.30    Controllo Iscrizioni  
                  Briefing Ufficiali di Gara  
Ore 9.15    Inizio Gare



### Categorie

Tutti i partecipanti, suddivisi tra maschi e femmine, gareggeranno, per età e grado con la seguente classificazione:

1. (piccoli) fino a 8 anni;      → nati fino al 2011 compreso
2. (bambini) 9-10 anni;        → nati nel 2009 e 2010
3. (ragazzi) 11-12 anni;        → nati nel 2007 e 2008
4. (speranze) 13-14 anni;     → nati nel 2005 e 2006
5. (cadetti) 15-17 anni        → nati nel 2002, 2003 e 2004
6. (juniores) 18-20 anni        → nati nel 1999, 2000 e 2001
7. (seniores) 21-35 anni        → nati dal 1984 al 1998
8. (master) oltre i 36         → nati prima del 1983 compreso

**NOTA:** fino a categoria bambini compresa M-F assieme

I partecipanti verranno suddivisi per gruppi di grado:

- Cinture Bianche/Gialle
- Cinture Arancio/Verdi
- Cinture Blu/Marroni
- Cinture Nere

**Attenzione** non si comporranno categorie con meno di tre atleti o tre squadre.

Tali atleti o le squadre saranno collocati in categorie superiori o per età o per grado (od ambedue).

**Si invitano i responsabili delle Associazioni Sportive di controllare anticipatamente sui cartelloni esposti le eventuali modifiche**

## GARA DI KATA A SQUADRE

- ✓ Le squadre sono formate da 3 atleti.
- ✓ Il kata può essere ripetuto ad ogni turno.
- ✓ Un atleta non può far parte di due squadre.
- ✓ Le squadre saranno inserite tenendo conto dell'atleta di maggiore età e dell'atleta di grado più elevato.
- ✓ Le squadre possono essere miste.
- ✓ Le squadre saranno suddivise per cinture e per età come segue:

Fascie	Categorie di età →	Categorie da 1 a 3	Categoria da 4 a 5	Categorie da 6 a 8
Bianche / Giallo / Arancio / Verdi		✓	✓	✓
Blu / Marrone / Nere		✓	✓	✓

### Penalizzazioni Kata Individuale – Squadre (comminati da ogni arbitro di sedia)

01)	Esitazione breve, vuoto di memoria durante l'esecuzione	- 0,1
02)	Leggera perdita di equilibrio subito corretta	- 0,1
03)	Evidente perdita di equilibrio	- 0,2
04)	Grave perdita di equilibrio con caduta	Punteggio MINIMO
05)	Per un kiai non eseguito	- 0,2
06)	Posizioni esagerate ed antifisiologiche	- 0,5

**Nell'ottica di proteggere la salute degli atleti, la commissione tecnica ritiene di penalizzare in modo particolare la scorrettezza antifisiologica delle posizioni e contrazioni isometriche.**

07)	Dichiarare un Kata ed eseguirne un'altro	Punteggio MINIMO
08)	Interrompere una prova o eseguirla in parte	Punteggio MINIMO
09)	Esercizio privo dei contenuti minimi o più Kata in uno	Punteggio MINIMO
10)	Comandi, respirazione accentuata o qualsiasi segnale che dia il tempo (kata squadre)	- 0,3
11)	Sono inoltre punite contrazioni prolungate che possono esercitare forze isometriche eccessive che sono dannose per l'apparato muscolare e cardiovascolare	- 0,4
12)	Mancanza di ritmo con pause eccessivamente prolungate tra una tecnica e l'altra	- 0,3

I comandi di inizio e di fine, il battere i piedi a terra, il darsi colpi sul petto, sulle braccia o sul Karate-gi ed anche una respirazione non corretta, sono tutti esempi negativi di segnali esterni e devono essere tenuti in considerazione dai giudici nella propria valutazione

## **GARA DI KATA INDIVIDUALE**

Gli atleti verranno suddivisi per gruppi di cintura ed età: (BI/GI); (AR/VE); (BL/MA); NE

**La gara di kata si svolge con il regolamento Gare Karate USacli Nazionale ([www.usacli.org](http://www.usacli.org)).**

- ✓ I partecipanti possono presentare Kata di qualsiasi stile a scelta, purché riconosciuto, in ogni prova si dovrà eseguire un kata diverso (fino a cintura arancio potrà essere ripetuto lo stesso kata in più prove).
- ✓ La competizione si svolge ad eliminazione diretta.
- ✓ Tabelloni 32/16/8. Finale con 8 atleti. Se meno di 8, gli atleti eseguiranno comunque due prove.
- ✓ In caso di spareggio l'esecuzione del kata sarà a scelta dal responsabile della pool arbitrale sulla base del grado degli atleti in oggetto. Lo spareggio avverrà con l'esecuzione del kata in contemporanea da parte dei due atleti e il giudizio sarà espresso tramite bandierine bianca/rossa.
- ✓ Con 5 arbitri il punteggio più alto e il più basso si eliminano e si sommano i tre rimasti. Con tre arbitri varrà la somma dei tre voti.

### **Criteri di decisione**

Il Kata deve essere eseguito con competenza e deve dimostrare una chiara comprensione dei principi tradizionali che lo costituiscono. Nel valutare l'esecuzione di un contendente i giudici devono considerare:

- A) Una dimostrazione realistica del significato del Kata.
- B) Comprensione delle tecniche usate (Bunkai).
- C) Buon tempismo, ritmo, velocità, equilibrio e potenza (Kime).
- D) Uso corretto e appropriato della respirazione a supporto del Kime.
- E) Messa a fuoco corretta dell'attenzione (Chakugan) e della concentrazione.
- F) Posizioni corrette (Dachi).
- G) Tensione appropriata nell'addome (Hara) e mancanza di oscillazione in senso verticale dei fianchi durante i movimenti.
- H) Forma corretta (Kihon) dello stile eseguito.
- I) **L'esecuzione deve essere valutata con l'ottica di penalizzare posture antifisiologiche.**

## **SHOBU SANBON KUMITE (SSK)**

Gli atleti verranno suddivisi per gruppi di cintura ed età: (AR/VE); (BL/MA); NE

- ✓ E' possibile partecipare dalla categoria bambini (9-10 anni)
- ✓ La gara di kumite si svolge unicamente con il regolamento gare Karate USacli Nazionale ([www.usacli.org](http://www.usacli.org))
- ✓ **NON SARA' POSSIBILE ISCRIVERSI A DUE TIPOLOGIE DI KUMITE.**
- ✓ Shobu Sanbon Kumite.
  - Incontro a tre ippon (sigla SSK)
  - Per le cat. fino a speranze: 1,30 min. (senza enchonsen. Hantei diretto a fine incontro).
  - Per le cat. da cadetti fino a master: 2 min., (enchosen 1 min).
  - La gara si svolge ad eliminazione diretta mediante pool, senza recupero.

E' responsabilità del Presidente ASD e Coach iscrivere o far partecipare atleti senza i requisiti richiesti o con requisiti che risultino non corrispondenti (grado, colore cintura, età, ecc). A controllo/verifica, le anomalie verranno sanzionate: sanzione minima, squalifica atleta e rappresentante, dal campo di gara.

### **Protezioni obbligatorie:**

Fino a cat. Speranze	Cat. Cadetti	Cat. Juniores/Seniores/Master
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ paradenti</li> <li>✓ Corpetto</li> <li>✓ Conchiglia per gli uomini</li> <li>✓ Parastinchi con avampiede</li> <li>✓ Guantini</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Conchiglia per gli uomini</li> <li>✓ Paraseno per le donne</li> <li>✓ Parastinchi</li> <li>✓ Guantini</li> <li>✓ Paradenti.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Conchiglia per gli uomini</li> <li>✓ Paraseno per le donne</li> <li>✓ Parastinchi</li> <li>✓ Guantini</li> <li>✓ Paradenti</li> </ul>
Nota: caschetto consentito	Nota: corpetto e avampiede consentito	Nota: avampiede consentito.

**Nota:** Gli atleti devono presentarsi con le idonee protezione indossate al momento della chiamata. Si raccomanda di dotare gli atleti di tutte le protezioni richieste.

**Nota:** Nelle decisioni arbitrali il caschetto deve essere considerato come il viso dell'atleta.

### **KIHON IPPON KUMITE (KIK)**

Gli atleti verranno suddivisi per gruppi di cintura ed età: **(BI/GI/AR)**; **(VE/BL/MA)**

- ✓ E' possibile partecipare FINO alla categoria Cadetti (fino a 17 anni)
- ✓ NON SARA' POSSIBILE ISCRIVERSI AD ALTRE TIPOLOGIE DI KUMITE

**Attacchi:** Oi Tsuki Jodan, Oi Tsuki Chudan, Mae Geri Chudan.

#### **Modalità di svolgimento:**

- ✓ Tori (attacco): Una volta dichiarata la tecnica, deve aspettare almeno 3 (tre) secondi prima di partire e non piu' di 10 (dieci).
- ✓ Aka e Shiro alterneranno gli attacchi.
- ✓ L'attaccante deve portare la tecnica dalla guardia sinistra ed il calcio deve essere obbligatoriamente portato con la gamba posteriore.
- ✓ Uke (difesa): Può difendere in tutte le direzioni, la parata è libera ed il contrattacco è obbligatorio con Gyakutsuki Chudan.
- ✓ Decisione finale arbitrale con hantei finale.

Il controllo deve essere assoluto sia in fase di attacco che di contrattacco.

In mancanza di controllo l'atleta in difetto verrà sanzionato a seconda della gravità. Nello stesso modo la simulazione sarà sanzionata.

Allo stesso modo sarà valutata anche la correttezza della distanza (Mai) nell'attacco e del contrattacco, che dovrà essere tra 0 a 5 cm.

**Protezioni:**

- ✓ Obbligatori: Guantini e conchiglia (per maschi).
- ✓ Facoltative: Caschetto, Paradenti, Corpetto, Parastinchi con avampiede.

**Nota:** Nelle decisioni arbitrali il caschetto deve essere considerato come il viso dell'atleta.

**JIYU IPPON KUMITE (JIK)**

Gli atleti verranno suddivisi per gruppi di cintura ed età: **(GI/AR/VE)**; **(BL/MA/NE)**

- ✓ E' possibile partecipare FINO alla categoria Cadetti (fino a 17 anni)
- ✓ NON SARA' POSSIBILE ISCRIVERSI AD ALTRE TIPOLOGIE DI KUMITE

**Attacchi:** Oi Tsuki Jodan, Oi Tsuki Chudan, Mae Geri Chudan, Yoko Geri Chudan.

**Modalità di svolgimento:**

- ✓ Tori (attacco): Una volta dichiarata la tecnica, valuta la distanza corretta e attacca (entro i 10 secondi). Può eseguire una sola finta.
- ✓ Aka e Shiro alterneranno gli attacchi.
- ✓ L'attaccante deve portare la tecnica dalla guardia sinistra ed il calcio deve essere obbligatoriamente portato con la gamba posteriore.
- ✓ Uke (difesa): Può difendere in tutte le direzioni, la parata è libera ed il contrattacco è obbligatorio con Gyakutsuki Chudan. Non può arretrare rifiutando la distanza.
- ✓ Decisione finale arbitrale con hantei finale.

Il controllo deve essere assoluto sia in fase di attacco che di contrattacco.

In mancanza di controllo l'atleta in difetto verrà sanzionato a seconda della gravità. Nello stesso modo la simulazione sarà sanzionata.

Allo stesso modo sarà valutata anche la correttezza della distanza (Mai) nell'attacco e del contrattacco, che dovrà essere tra 0 a 5 cm.

**Protezioni:**

- ✓ Obbligatori: Guantini e conchiglia (per maschi).
- ✓ Facoltative: Caschetto, Paradenti, Corpetto, Parastinchi con avampiede.

**Nota:** Nelle decisioni arbitrali il caschetto deve essere considerato come il viso dell'atleta.

## NORME GENERALI

- ✓ I reclami saranno ammessi sul campo di gara, scritti, dal **solo** accompagnatore/coach, ufficialmente dichiarato sul modulo di iscrizione, diretti al **Commissario di gara**, previo versamento di euro 50,00 (**restituiti nel solo caso di valido fondamento**).
- ✓ Sono previste opportune sanzioni, fino alla radiazione, nel caso di manifesta indisciplina o per condizioni che ledono il buon andamento dell'evento stesso. Tali sanzioni saranno rese ufficiali attraverso l'ente organizzatore della manifestazione.
- ✓ Sul campo di gara saranno ammessi solo gli atleti e un coach per società.
- ✓ Si raccomanda il rispetto delle decisioni arbitrali.
- ✓ L'organizzazione declina ogni responsabilità per qualsiasi incidente dovesse verificarsi a persone o cose prima, durante e dopo la manifestazione.
- ✓ Ogni atleta dovrà essere munito di cintura bianca/blu e rossa.
- ✓ Saranno consentite le protezioni di qualsiasi colore ad esclusione dei guantini che dovranno essere del colore della cintura indossata.
- ✓ L'ingresso del pubblico alla manifestazione è gratuito.

## PREMIAZIONI

- ✓ I primi 4 classificati di ogni categoria verranno premiati con medaglia.

## - ARBITRAGGIO IN DIVISA UFFICIALE

## ISCRIZIONI

Le Iscrizioni dovranno essere inviate entro e non oltre il **01/02/2019** sull'apposito modulo compilato in ogni sua parte (utilizzando per ogni gara il nuovo modulo inviato dagli organizzatori senza fare copia incolla) all'indirizzo e-mail: [karate.usacli@acliverona.it](mailto:karate.usacli@acliverona.it). I moduli incompleti non saranno considerati.

### Quote di partecipazione:

Partecipazione ad una specialità individuale	.....	€	15,00
Partecipazione a due specialità individuale	.....	€	25,00
Kata a squadre	.....	€	15,00

Le quote potranno essere saldate in loco o, preferibilmente, tramite bonifico bancario anticipato. In allegato alla domanda di iscrizione dovrà essere allegata copia del versamento bancario con i seguenti riferimenti:

Cod. IBAN:	IT37E0503411711000000005997
	Banca Popolare di Verona – Filiale Veronetta
Intestatario:	USacli di Verona
Causale:	Trofeo Scaligero USacli/CAMDO 2018

### Per informazioni Commissione Tecnica Provinciale di Verona:

Carlos Demarco 3280206471; Paolo Garzotti 3471052860; Tiziano Rossi 3408935774

## RIFERIMENTI

---

USacli di Verona			
Via Interrato dell'Acqua Morta, 22 – 37129 Verona			
Tel.	045 8038112	Fax.	045 5111330
e-mail	<a href="mailto:karate.usacli@acliverona.it">karate.usacli@acliverona.it</a>	Web	<a href="http://www.usaclivr.it">www.usaclivr.it</a>

**OGNI SOCIETA' E' INVITATA A METTERE A DISPOSIZIONE ARBITRI E PRESIDENTI DI GIURIA. SI PREGA DI COMUNICARE I NOMINATIVI ALL'ATTO DELLA ISCRIZIONE.**

*Commissione Tecnica Provinciale Verona*