



ENTE DI PROMOZIONE  
SPORTIVA  
RICONOSCIUTO  
DAL CONI



# CAMPIONATO NAZIONALE ASSOLUTO DI KARATE

Gara di KARATE interstile: kata e kumite individuale

**LA SPEZIA**  
**5/6 GIUGNO 2021**

---

L'Unione Sportiva Acli con l'Unione Sportiva Nazionale Karate, sono lieti di presentare la competizione di cui al titolo, e chiedono vivamente ai responsabili di settore, sollecitati dalle presidenze provinciali, di aderire e collaborare.

## **PALASPORT G. MARIOTTI** **PIAZZA POZZOLI – LA SPEZIA**

### **SABATO 05/06/21**

ORE 13,30 – 15,30 STAGE AGGIORNAMENTO ARBITRI – PROVE PRATICHE  
ORE 15,30 - 18,00 STAGE AGGIORNAMENTO AGONISTI - TECNICI  
ORE 18,00 ESAMI FINO A 3° DAN  
ORE 18,00 ESAMI INTERNAZIONALI FSKA World fino a 3° DAN

### **DOMENICA 06/06/21**

ORE 8,00 RITROVO UdG E STAFF DI GARA  
ORE 8,20 BRIEFING UFFICIALI DI GARA  
ORE 8,30 TAMPONI PER UFFICIALI DI GARA DEL KUMITE  
ORE 8,50 INGRESSO ATLETI E COACH PER APERTURA MANIFESTAZIONE MAX 180 ATLETI  
ORE 9,10 SALUTO AUTORITA' E APERTURA MANIFESTAZIONE - PREMIAZIONI  
ORE 9,30 TAMPONI ATLETI KUMITE ( verrà dato orario scaglionato per categoria )  
ORE 9,30 INIZIO GARE DI KATA  
ORE 14,30 INIZIO GARE KUMITE

**SI PRECISA CHE GLI ATLETI DELLA SPECILITA' KUMITE DOVRANNO  
SOTTOPORSI A TEST RAPIDO ANTIGENICO NELLA MATTINA DI GARA  
NON SARANNO ACCETTATI TEST ESEGUITI NEI GIORNI PRIMA DELLA  
GARA**

## Regole-generalì.

Possono partecipare tutte le ASD con numero illimitato di atleti, iscritti a USAcLi

**I partecipanti**, su responsabilità del presidente dell'ASD di appartenenza, **dovranno essere 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 idonea documentazione (tessera e/o budopass, ecc.) attestante il grado. La categoria viene definita per anno di nascita (gli anni si intendono compiuti o da compiere nell'anno in corso).

## CATEGORIE

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

A- <u>PICCOLI</u>	fino a 8 anni	nati fino al 2013 compreso
B- <u>BAMBINI</u>	9 – 10 anni	nati nel 2012 e 2011
C- <u>RAGAZZI</u>	11 – 12 anni	nati nel 2010 e 2009
D- <u>SPERANZE</u>	13 – 14 anni	nati nel 2008 e 2007
E- <u>CADETTI</u>	15 – 17 anni	nati nel 2006 -2005 – 2004
F- <u>JUNIORES</u>	18 – 20 anni	nati nel 2003 – 2002 – 2001
G- <u>SENIORES</u>	21 – 35 anni	nati dal 2000 al 1986
H- <u>MASTER</u>	36 – 50 anni	nati dal 1985 al 1971
I- <u>MASTER +</u>	+ 51 anni	nati prima del 1972 compreso

**Attenzione non si comporranno categorie con meno di tre atleti. Tali atleti saranno collocati in categorie superiori o per età o per grado (od ambedue). La collocazione è incontestabile.**



ENTE DI PROMOZIONE  
SPORTIVA  
RICONOSCIUTO  
DAL CONI



**E' prevista la partecipazione gratuita di atleti diversamente abili, in apposite categorie, esclusivamente di kata, gli atleti dovranno essere segnalati al momento dell'iscrizione con (DIS).**

### **SUDDIVISIONE GRUPPI DI CINTURE KATA**

I PARTECIPANTI VERRANNO SUDDIVISI PER I SEGUENTI GRUPPI DI CINTURE

**BIANCHE/GIALLE**

**ARANCIO/VERDI**

**BLU/MARRONI**

**NERE**

### **SUDDIVISIONE PER KUMITE' TRADIZIONALE**

**KIHON IPPON KUMITE – KIK - TEST RAPIDI PER ATLETI**

**SOLO CATEGORIE A / B / C / D MASCHI E FEMMINE INSIEME - OPEN**

**2 GRUPPI DI CINTURE: GIALLE/ARANCIO E VERDI/BLU/MARRONI**

**JYU IPPON KUMITE – JIK - TEST RAPIDI PER ATLETI**

**SOLO CATEGORIE D / E / F / G / H / I MASCHI E FEMMINE INSIEME – OPEN**

**2 GRUPPI DI CINTURE: VERDI/BLU E MARRONI/NERE**

## 1. Gara di kata individuale

- La gara di kata si svolge con il regolamento Gare Karate/USN KARATE con la suddivisione come da CATEGORIE e SUDDIVISIONE GRUPPI DI CINTURE
- I partecipanti possono presentare kata di qualsiasi stile, purché riconosciuto, in ogni prova si dovrà eseguire un kata diverso (fino a cintura arancio potrà essere ripetuto lo stesso kata in più prove).
- IN DEROGA AL REGOLAMENTO tutti gli atleti eseguiranno due prove
- In caso di spareggio l'esecuzione del kata sarà scelta dall'arbitro centrale

## 2. Gara di Kumite Individuale

### 2.1. Shobu Sanbon Kumite (**KU**) - TEST RAPIDI PER ATLETI

La gara di kumite si svolge unicamente con il regolamento gare Karate USN KARATE

- Incontro a tre ippon
- Per le cat. bambini/ragazzi/speranze durata incontri: 1,30 min (senza enchonsenhantei diretto a fine incontro).
- Per le cat. cadetti/juniores/seniores/maste durata incontr: 2,00 min (enchosen 1min)

Solo per le categorie juniores/seniores la finale che definirà il 1° classificato si svolgerà in 3 minuti, enchosen 1 minuto.

I partecipanti gareggeranno nelle seguenti categorie

BAMBINI	9 – 10 anni	M - open	F - open
RAGAZZI	11 – 12 anni	M – open	F - open
SPERANZE	13 – 14 anni	M - -55/+55	F - -50/+50
CADETTI	15 – 17 anni	M - -70/+70	F - -60/+60
JUNIORES	18 – 20 anni	M - -75/+75	F - -65/+65
SENIORES	21 – 35 anni	M - -80/+80	F - -70/+70
MASTER	36 – 50 anni	M – open	F - open
MASTER+	51 + anni	M – open	F - open

I partecipanti verranno inoltre suddivisi per gruppi di grado:

**Cinture arancio/verdi**

**Cinture blu/marroni**

**Cinture Nere**

La gara si svolge ad eliminazione diretta mediante poul, 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 CATEGORIA RAGAZZI - 12 ANNI**

Guantini, corpetto, caschetto con facciale trasparente, paratibie con avampiede, conchiglia per i maschi

### **CATEGORIA SPERANZE 13-14 ANNI**

Guantini, paradenti, corpetto sotto il ki, paratibie con avampiede, conchiglia per i maschi sotto il ki, corpetto-paraseno per le donne sotto il ki. **CASCETTO NON AMMESSO**

### **CATEGORIA CADETTI 15-17 ANNI**

Guantini, paradenti, paratibie con avampiede, conchiglia per i maschi sotto il ki, paraseno per le donne sotto il ki. **CASCETTO NON AMMESSO**, è consentito l'uso del corpetto sotto il ki

### **CATEGORIE JUNIORES/SENIORES/MASTER/MASTER+**

Guantini, paradenti, paratibie, conchiglia per i maschi sotto il ki, paraseno per le donne sotto il ki. **CASCETTO NON AMMESSO**. E' consentito l'uso dell'avampiede e del corpetto sotto il ki

### **COLORE PROTEZIONI**

LE PROTEZIONI SONO ACCETTATE NEUTRE DI COLORE BIANCO O,  
I **GUANTINI E L'AVAMPIEDE** DEVONO AVERE LO STESSO COLORE E  
CORRISPONDENTE ALLA CINTURA INDOSSATA, AKA ( ROSSO ) E SHIRO/AO  
(BIANCO/BLU), TUTTO IL RESTO PUO' ESSERE BIANCO

## 2.2 La competizione di kumite è aperta al metodo “basic traditional”, o “tipo tradizionale”.

- Non è possibile iscriversi a due tipologie di kumite.

### - Kihon Ippon Kumite (KIK) - TEST RAPIDI PER ATLETI

Età: da 6 anni a 14 anni (categorie come da regolamento )

Gradi: **da cintura gialla a marrone suddivisi: gialla-arancio, verde-blu-marrone**

Tecniche: solo tecniche base; oi zuki jodan, chudan, mae geri, ( gialla – arancio ), + yokogeri e mawashi geri ( verde-blu-marrone ) gli attacchi saranno alternati tra i due avversari

**obbligo avvisare la tecnica nel momento in cui si scende in guardia (kamae) ed attendere almeno tre secondi prima di eseguire l'attacco in modo che la tecnica sia recepita**

solo attacchi destri

parata e contracco libero senza contatto

SI PRECISA: i calci dovranno essere chudan, mawashi geri dovrà essere dichiarato jodan o chudan.

**Penalità:** contatto – mancanza kiai attacco contrattacco – non attendere 3 secondi – non dichiarare la tecnica – differente target pugni e calci ( es: dichiarare chudan e tirare jodan )

**Protezioni obbligatorie:**

**esclusivamente guantini accettati nei colori bianchi-rossi-blu**

**si consiglia l'utilizzo di conchiglia e corpetto indossati sotto il ki.**

Arbitraggio: specchio + arbitrator; hantei con bandiera o braccia verso l'alto

No prolungamento incontro (enchosen), No parità (ikiwake), decisione diretta dei giudici

### - Jiyu Ippon Kumite (JIK) - TEST RAPIDI PER ATLETI

Età: Speranze, Cadetti, Juniores, Seniores, Master, MASTER+ maschi e femmine insieme

Gradi: due gruppi di cinture, verde+blu, marrone+nera

Tecniche: **solo tecniche di base (avanzamenti con passo)**; oi zuki jodan, oi zuki chudan, mae geri ( verde – blu ) + yoko geri e mawashi geri ( marrone – nera )

**obbligo avvisare la tecnica nel momento in cui si scende in guardia (kamae) e 10 secondi di tempo per eseguire la tecnica.**

attacchi di destra o sinistra (purchè siano avanzamenti con passo)

parata e contracco libero, con controllo della tecnica, senza contatto lesivo

**Penalità:** contatto – mancanza kiai attacco contrattacco –non dichiarare la tecnica – differente target pugni e calci ( es: dichiarare chudan e tirare jodan ) - scappare non permettere all'avversario di eseguire la tecnica - jogai

**Protezioni obbligatorie:**

esclusivamente paradenti, conchiglia per i maschi, corpetto interno per le femmine, guantini, altre protezioni NON sono consentite

Arbitraggio: specchio + arbitrator; hantei con bandiera o braccia verso l'alto



No prolungamento incontro (enchosen), No parità (ikiwake), decisione diretta dei giudici

### **3. Norme generali.**

I reclami saranno ammessi sul campo di gara, scritti, dall' accompagnatore/coach, ufficialmente dichiarato sul modulo di iscrizione, diretti al **Commissario di gara**, solo ed esclusivamente, previo versamento di €uro 50,00

**(restituiti nel solo in caso di valido fondamento).**

Sono previste opportune sanzioni, sino 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.

#### **3.1**

Non è consentito dare indicazioni agli atleti in gara, non è consentito urlare agli atleti in gara disturbando la competizione, i coach possono assistere e consigliare gli atleti prima della gara e nei momenti di pausa per importanti interruzioni, senza creare ritardi o prolungamenti dell'incontro. Eventuali difformità al comportamento saranno sanzionate, **come da regolamento**, con la penalizzazione dell'atleta fino alla squalifica del coach e atleta.

#### **3.2**

Gli atleti dovranno indossare le protezioni obbligatorie, è responsabilità della associazione sportiva se l'atleta si presenta senza protezione, 1 minuto per indossare le protezioni mancanti, diversamente l'atleta sarà squalificato.

#### **3.3**

Non è consentito l'uso di occhiali, di fermagli metallici, piercing e di altro materiale duro che possa ferire l'atleta stesso o l'avversario. Non sarà consentito l'accesso alla competizione con unghie lunghe. Come da regolamento



UNIONE SPORTIVA



ENTE DI PROMOZIONE  
SPORTIVA  
RICONOSCIUTO  
DAL CONI



L'organizzazione declina ogni responsabilità per qualsiasi incidente dovesse verificarsi a persone o cose prima, durante e dopo la manifestazione.

## **L'ingresso del pubblico alla manifestazione NON E' PREVISTO**

### **Premiazioni**

A tutti i partecipanti indistintamente un gadget caratteristico

Verranno premiati i primi 4 classificati di ogni categoria.

#### **Classifica per Società':**

saranno premiate le prime 4 (quattro) ASD partecipanti assegnando i seguenti punteggi per categoria:

1°cl. 10 punti - 2°cl. 6 punti - 3°cl. 3 punti - 4°cl. 1 punto

**NON VERRANNO ASSEGNATI PUNTI AD EVENTUALI CATEGORIE  
CON MENO DI TRE ATLETI !**

#### **Iscrizioni:**

**Dovranno pervenire compilando in toto il modulo excel**

entro e non oltre **SABATO 29 /MAGGIO/2021** via mail a:

**SEGRETERIA NAZIONALE USN KARATE M° Cozzani Alessandro**

**[usnkarate@gmail.com](mailto:usnkarate@gmail.com)**

**gli atleti mancanti saranno cancellati dal tabellone dopo la 3° chiamata. Si prega  
i coach e responsabili di avvisare quanto prima delle eventuali assenze.**





ENTE DI PROMOZIONE  
SPORTIVA  
RICONOSCIUTO  
DAL CONI



**Quote:**

**KATA €15,00 – KUMITE CON TAMPONE € 25,00 – KATA+ KUMITE CON TAMPONE € 35**

dovranno essere versate con bonifico bancario a:

---

**US Acli Settore Arti Marziali**

**c/c n. 000000198227**

**IBAN: IT35E0501803200000000198227**

---

**Causale: Iscrizione CAMPIONATO NAZIONALE ASSOLUTO 2021**

**LA DOCUMENTAZIONE DI GARA DA INVIARE PER E-MAIL DOVRA' ESSERE COMPLETA DI:**

- MODULO ISCRIZIONE ATLETI COMPILATO PER INTERO CON DENOMINAZIONE ASD CORRETTA CON NUMERO DI CODICE AFFILIAZIONE US ACLI
- COPIA CERTIFICATI MEDICI AGONISTICI DI TUTTI I PARTECIPANTI
- DICHIARAZIONE PRESIDENTE
- COPIA BONIFICO EFFETTUATO

-IL CERTIFICATO DI STATO DI BUONA SALUTE DOVRA' ESSERE CONSEGNATO DAGLI ATLETI E COACH ALL'INGRESSO NEL PALAZZETTO

-IL MODULO DI CONSENSO INFORMATO IN DUPLICE COPIA DOVRA' ESSERE CONSEGNATO AL MEDICO NEL MOMENTO DEL TAMPONE

### DISPOSIZIONI GENERALI PROTOCOLLI ANTICOVID

Nel totale rispetto delle direttive sanitarie atte al contenimento della diffusione del virus covid sars 2, e per la totale sicurezza e tranquillità dei partecipanti, vi invitiamo allo scrupoloso rispetto dei protocolli.

Utilizzare la mascherina, l'atleta potrà abbassare o levare la mascherina solo durante la performance e subito alla fine rimetterla.

Lavarsi spesso le mani o fare uso dei flaconi gel igienizzante a disposizione.

Evitare assembramenti

Mantenere la distanza interpersonale di almeno 1 metro



ENTE DI PROMOZIONE  
SPORTIVA  
RICONOSCIUTO  
DAL CONI



In caso di malessere avvisare immediatamente lo staff di gara.

L'utilizzo degli spogliatoi sarà contingentato, si consiglia nel limite del possibile di accedere al palazzetto già indossando il Ki

Negli spogliatoi utilizzare la propria borsa per riporre tutti gli indumenti senza lasciare nulla al suo interno.

E' vietato consumare cibi all'interno del palazzetto.

Disporre borse e zaini nelle apposite zone.

Consegnare all'entrata nel palazzetto autodichiarazione di stato di salute scaricabile dal sito

Attendere l'orario di ingresso, che verrà fornito ai responsabili, all'esterno del palazzetto evitando assembramenti.

**PER LA SPECIALITA' KUMITE GLI ATLETI DOVRANNO SOTTOPORSI A TEST RAPIDO.** Verrà stilata griglia orari di presentazione per test rapido

Gli atleti delle categorie entreranno in base ad orari stabiliti, al termine della competizione e premiazioni gli atleti dovranno uscire dal palazzetto.

Per qualsiasi informazione contattare:

M° Cozzani Alessandro 3466444919