

Roma, 28 novembre 2013

Prot. 449/2013/np

A Tutte le Società Sportive
A Tutti gli Ufficiali di Gara
A Tutti gli Insegnanti Tecnici

L'Area Discipline Orientali dell'UISP di Roma – settore KARATE organizza

TROFEO “COPPA DI NATALE”

Domenica 15 dicembre 2013

**Competizione di kata individuale e a squadre riservata a
PREAGONISTI, ESORDIENTI, CADETTI e AMATORI**

**Centro Sportivo Comunale “SPORTING ROMA”
via Giacomo Brogi, 80 (via della Fotografia) - ROMA**

Controllo atleti: cat. **Amatori** ore 8,30 inizio gara 9,00; cat. **E, D e C** ore 9,30 inizio gara ore 10,00; cat. **B – A e AA** ore 11,00 inizio gara ore 11,30.

Le gare inizieranno con le competizioni individuali, a seguire le gare a squadra.

La manifestazione, in considerazione del carattere promozionale, è rivolta a **TUTTE LE SOCIETA'** anche **NON AFFILIATE all'UISP**, le quali potranno affiliarsi all'UISP nelle settimane successive. La manifestazione si articolerà secondo il seguente programma:

CATEGORIE PREAGONISTI/ESORDIENTI/CADETTI GRUPPI / KATA INDIVIDUALI

I concorrenti parteciperanno in gruppi misti, maschili e femminili ad eccezione delle Cinture Marroni e Nere

ETA'	Cintura:	BIANCA	GIALLA	ARANCIO	VERDE	BLU	MARRONI	NERE
2008 - 2007 / 5° - 6° anno	AA 1	AA 2	AA 3	AA 4	AA 5			
2006 - 2005 / 7° - 8° anno	A 1	A 2	A 3	A 4	A 5			
2004 - 2003 / 9° - 10°anno	B 1	B 2	B 3	B 4	B 5	B6m/f		
2002 - 2001 / 11°-12°anno	C 1	C 2	C 3	C 4	C 5	C6m/f		
2000 - 1999 / 13°-14°anno	D 1	D 2	D 3	D 4	D 5	D6m/f	D7m/f	
1998 - 1997 / 15°-16°anno	E 1	E 2	E 3	E 4	E 5	E6m/f	E7m/f	

Regolamento:

- ✓ gli atleti dovranno eseguire due prove con kata differenti; in caso di spareggio dovrà essere eseguito un 3° kata, diverso dai precedenti. Solo per le cinture Bianche e Gialle sarà possibile eseguire lo stesso kata sia nelle 2 prove che negli eventuali spareggi;
- ✓ sistema di gara a punteggio: nel caso un gruppo comprenda un numero di atleti pari o inferiore a 8, sarà effettuata una unica prova. Qualora vi sia un numero di atleti superiore a 8, saranno ammessi alla 2ª prova i primi otto;
- ✓ saranno squalificati gli atleti che effettueranno un kata superiore rispetto a quello indicato per il loro grado di cintura (**vedi lista**). Per ciò, gli atleti dovranno dichiarare il kata da eseguire per consentire al presidente di giuria di trascriverlo sul tabulato di gara;
- ✓ ogni atleta in tutte le fasi della Rassegna dovrà eseguire kata del medesimo stile e questi dovranno essere conformi allo stile tradizionale praticato;
- ✓ nel caso che una categoria abbia un solo atleta iscritto, questi non potrà essere iscritto in categorie superiori o inferiori;
- ✓ allo scopo di consentire uno svolgimento tranquillo della manifestazione, i tecnici sono vivamente pregati di evitare che gli atleti si muovano senza controllo all'interno della palestra;
- ✓ alla terza chiamata da parte del giudice di gara l'atleta che non abbia risposto verrà considerato assente
- ✓ gli atleti dovranno eseguire kata nel rispetto del regolamento tecnico dell'UISP (*considerando che all'interno della disciplina esistono varie scuole e stili, proprio nel rispetto di ciò, sarà determinante se l'esecuzione del kata esprime i concetti fondamentali che il Karate trasmette:*
a) tecnica – b) Kime – c) Potenza – d) Ritmo
e) espressione del kata – f) espressività gestuale.

LISTA KATA

LISTA A: 5 heian, 5 pinan, taikyoku m.uke, k. Uke, j. Uke, g. uke, gekisai ichi.

Grado: Bianca/Gialla: 1° - arancio: 1° e 2° - verde 1°, 2° e 3° - Blu 1°, 2°, 3° e 4°

LISTA B: tekki shodan, bassaidai, kankudai, enpi, jion, jitte, naihanchi, passai, kushanku, wanshu, seipai, saifa, shisochin, annan.

Grado: Marrone/Nera: i 5 kata di base + lista B

GRUPPI / KATA A SQUADRE

ETÀ Cinture:	BIANCA/GIALLA/ARANCIO	VERDE/BLU	MARRONI/NERE
Fino a 10 anni	sq/F 1	sq/F 2	sq/F 3
Fino a 14 anni	sq/G 1	sq/G 2	sq/G 3
Fino a 16 anni	sq/H 1	sq/H 2	sq/H 3

Regolamento:

- ✓ possono accedere alla categoria di grado superiore atleti di cinture e di età inferiore, mentre non possono retrocedere gli atleti di grado e categoria superiore. Dovranno essere presentati kata compresi nelle liste previste. Le cinture marroni e nere, nel caso in cui le squadre siano inferiori a tre, possono presentare a scelta un kata di base e uno superiore. In caso di

Regolamento:

- ✓ gli atleti dovranno eseguire due prove con kata differenti; in caso di spareggio dovrà essere eseguito un 3° kata, diverso dai precedenti. Solo per la categoria Gialle/Arancio sarà possibile eseguire lo stesso kata sia nelle 2 prove che negli eventuali spareggi;
- ✓ sistema di gara a punteggio: ogni atleta eseguirà un tokui kata scelto tra le liste indicate per la categoria di appartenenza. Nel caso un gruppo comprenda un numero di atleti pari o inferiore a 8, sarà effettuata una unica prova. Qualora vi sia un numero di atleti superiore a 8, saranno ammessi alla 2ª prova i primi otto;
- ✓ saranno squalificati gli atleti che effettueranno un kata superiore rispetto a quello indicato per il loro grado di cintura (**vedi lista**). Per ciò, gli atleti dovranno dichiarare il kata da eseguire per consentire al presidente di giuria di trascriverlo sul tabulato di gara;
- ✓ ogni atleta in tutte le fasi della Rassegna dovrà eseguire kata del medesimo stile e questi dovranno essere conformi allo stile tradizionale praticato;
- ✓ nel caso che una categoria abbia un solo atleta iscritto, questi non potrà essere iscritto in categorie superiori o inferiori;
- ✓ allo scopo di consentire uno svolgimento tranquillo della manifestazione, i tecnici sono vivamente pregati di evitare che gli atleti si muovano senza controllo all'interno della palestra;
- ✓ alla terza chiamata da parte del giudice di gara l'atleta che non abbia risposto verrà considerato assente
- ✓ gli atleti dovranno eseguire kata nel rispetto del regolamento tecnico dell'UISP. (*considerando che all'interno della disciplina esistono varie scuole e stili, proprio nel rispetto di ciò, sarà determinante se l'esecuzione del kata esprime i concetti fondamentali che il Karate trasmette:*
b) tecnica – b) Kime – c) Potenza – d) Ritmo
e) espressione del kata – f) espressività gestuale.

GRUPPI / KATA A SQUADRE

La gara a squadre si divide in: serie **AM (cinture GIALLE/BLU)**, serie **BM (cinture MARRONI/NERE)**; le squadre potranno essere composte da tre amatori A e B maschili/ femminili o misti

GRUPPI / KATA A SQUADRE

ETÁ	Cinture:	GIALLE/BLU	MARRONI/NERE
Amatori A/B		sq AM/ M 1	sq BM / M 2

REGOLAMENTO

- ✓ Dovranno essere presentati tokui kata scelti tra le liste indicate per la categoria di appartenenza. Gli atleti dovranno eseguire il kata nel rispetto del regolamento tecnico dell'UISP;
- ✓ sistema di gara a punteggio: nel caso un gruppo comprenda un numero di squadre pari o inferiore a 4 sarà effettuata una unica prova. Qualora vi sia un numero di squadre superiore a 4, saranno ammesse alla 2a prova le prime quattro; gli atleti dovranno eseguire due prove con kata differenti; in caso di spareggio dovrà essere eseguito un 3° kata, diverso dai precedenti. Solo per la categoria Gialle/Blu sarà possibile eseguire lo stesso kata sia nelle due prove che negli eventuali spareggi;
- ✓ la gara a squadre avrà inizio al termine della gara individuale;
- ✓ ogni squadra deve essere composta da n. 3 atleti, maschile, femminile o mista;

- ✓ un atleta presente in una squadra non può gareggiare con un'altra squadra anche se quest'ultima è sprovvista di un elemento;
- ✓ l'iscrizione delle squadre alla manifestazione deve avvenire all'atto dell'iscrizione degli atleti.

L'iscrizione alla gara individuale è di € 10,00 per ciascun atleta tesserato a società affiliate UISP, e di € 12,00 per gli atleti tesserati con le società non affiliate.

L'iscrizione per la gara a squadre è di € 15,00 per società affiliate e di € 17,00 per le non affiliate.

Le quote d'iscrizione dovranno essere versate dalle società in sede di gara e per intero, anche se atleti iscritti non risultassero presenti. L'elenco degli iscritti alla gara dovrà essere compilato sugli appositi moduli in allegato e fatto pervenire via mail a:

roma@uisp.it / ado.roma@uisp.it

entro le ore 18,00 del giorno 12 dicembre 2013 - anche via fax, al Comitato UISP di Roma

V.le Giotto n. 16 - tel. 06 5781929 -06 5758395 - fax 06 5745009.

(non si possono iscrivere atleti o squadre in sede di gara).

E' condizione indispensabile che le Società, soprattutto per gli atleti non tesserati UISP, dichiarino, nel modulo d'iscrizione e sotto la loro responsabilità con quale Federazione o Ente siano attualmente tesserati, riportando il numero di tessera assicurativa.

Si precisa, inoltre, per il buon andamento della manifestazione, che nell'area di gara potrà accedere un solo istruttore per società, in tuta sociale e scarpette da ginnastica.

Certi di una calorosa adesione all'iniziativa e in attesa di un Vs. cenno di riscontro, inviamo cordiali saluti.

Il Presidente ADO di Roma

(Augusto Catalani)

La Responsabile settore KARATE

(Nicoletta Troiani)

Ente di promozione sportiva riconosciuto dal CONI già denominato Unione Italiana Sport Popolare
Associazione iscritta al registro nazionale delle Associazioni di Promozione Sociale (legge 383/2000)
Associazione con finalità assistenziali riconosciuta con decreto del Ministero dell'Interno del 6 maggio 1989