

Roma,15 novembre 2019

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

La Struttura Attività Discipline Orientali dell'UISP di Roma – Settore Karate organizza

2° Tappa Campionato UISP Karate

TROFEO "COPPA DI NATALE 2019"

Domenica 22 dicembre 2019

Competizione di kata individuale e a squadre riservata a cuccioli, preagonisti, agonisti e master c/o l'Impianto sportivo comunale "Sporting Roma"– Via G.Brogi,80 - Roma

Mattina: controllo atleti cat. **A-B-C e Cuccioli** ore 8,30 inizio gara ore 9,00.
Le gare inizieranno con le competizioni individuali, a seguire le gare a squadra.
Premiazioni ore 11.00 e 13.00.

Pomeriggio: controllo atleti cat. **D-E-F-G e Amatori** ore 14.00 inizio gara ore 14.30.
Le gare inizieranno con le competizioni individuali, a seguire le gare a squadra.
Premiazioni ore 16.30 e 18.00.

Il termine della manifestazione è previsto per la prima parte alle ore 13.30 e per la seconda parte per le ore 18.30.

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

CATEGORIA CUCCIOLI

I concorrenti parteciperanno in gruppi misti, maschile e femminile

ETA'	Cintura:	BIANCA/GIALLA/ARANCIO
2015 – 2014 / 5° - 6° anno	categoria gara	AA 1

Regolamento: i piccoli atleti parteciperanno ad una gara dimostrativa di gruppo, eseguendo a libera scelta un kion o kata preparato a cura del proprio Maestro. Sarà possibile inserire nel gruppo una cintura guida di qualsiasi grado. Non verrà individuata una classifica e tutti i partecipanti verranno premiati.

CATEGORIE PREAGONISTI KATA INDIVIDUALI

I concorrenti parteciperanno in gruppi misti, maschile e femminile ad eccezione delle Cinture Marroni e Nere

ETA'	Cintura:	BIANCA	GIALLA	ARANCIO	VERDE	BLU	MARRONE
2013- 2012 / 7° - 8° anno	categoria gara	A 1	A 2	A 3	A 4	A 5	
2011 - 2010 / 9° - 10°anno	categoria gara	B 1	B 2	B 3	B 4	B 5	B6m/f
2009 - 2008 / 11°-12°anno	categoria gara	C 1	C 2	C 3	C 4	C 5	C6m/f

CATEGORIE AGONISTI KATA INDIVIDUALI

I concorrenti parteciperanno in gruppi misti, maschile e femminile ad eccezione delle Cinture Marroni e Nere

ETA'	Cintura:	BIANCA	GIALLA	ARANCIO	VERDE	BLU	MARRONE	NERA
2007 - 2006 ESORDIENTI	categoria gara	D 1	D 2	D 3	D 4	D 5	D6m/f	D7m/f
2005- 2004 CADETTI	categoria gara	E 1	E 2	E 3	E 4	E 5	E6m/f	E7m/f
dal 2003 al 2001 SPERANZE	categoria gara	F 1	F 2	F 3	F 4	F 5	F6m/f	F7m/f
dal 2000 al 1997 JUNIORES	categoria gara	G 1	G 2	G 3	G 4	G 5	G6m/f	G7m/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, fukyugata shodan, fukyugata nidan.

Grado: *Bianca: 1° / Gialla: 1° e 2° - arancio: 1° e 2° e 3° - verde 1°, 2°, 3 e 4°
Blu 1°, 2°, 3°, 4° e 5°*

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

LISTA C: bassaisho, kankusho, nijushiho, gojushihosho, gojushihodai, unsu, sochin, gankaku, chinte, niseshi, gojushiho, rohai, kururunfa, seienchin, seisan, seishan, chinto, unshu, suparinpei, shisochin, sanseryu, chatanyara kushanku.
Grado: *Marrone/Nera: i 5 kata di base + liste B e C*

GRUPPI / KATA A SQUADRE

ETÁ	Cinture:	BIANCA/GIALLA/ARANCIO	VERDE/BLU	MARRONI/NERE
Fino a 10 anni (dal 2012 al 2010)	categoria gara	sq/AA 1	sq/AA 2	
Fino a 13 anni (dal 2009 al 2007)	categoria gara	sq/BB1	sq/BB 2	sq/BB 3
Fino a 16 anni (dal 2006 al 2004)	categoria gara	sq/CC1	sq/CC 2	sq/CC 3
Fino a 23 anni (dal 2003 al 1997)	categoria gara	sq/DD1	sq/DD2	sq/DD 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 spareggio è obbligatorio un kata della lista A. Gli atleti dovranno eseguire kata nel rispetto del regolamento tecnico dell'UIISP
- ✓ 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 2^a 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 BIANCA/GIALLA/ARANCIO 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

CATEGORIA AMATORI GRUPPI / KATA INDIVIDUALI

I concorrenti parteciperanno suddivisi in due gruppi di età, maschile e femminile separati

- a) Master A: dal 24° al 38° anno nati dal 1994 al 1980** M/F
separati
- b) Master B: dal 39° al 50° anno nati dal 1979 al 1968** M/F
separati
- c) Master C: dal 51° in poi** nati dal 1967 in poi
M/F separati

ETA'/Cintura	GIALLA ARANCIO	VERDE BLU	MARRONI NERE I DAN	NERE II DAN e superiori
Amatori A: dal 24° al 38° anno (nati dal 1996 al 1982)	H 1	H 2	H 3	H 4
Amatori B: dal 39° al 50° anno (nati dal 1981 al 1970)	I 1	I 2	I 3	I 4
Amatori C: dal 51° anno in poi (nati dal 1970 in poi)	L 1	L 2	L 3	L 4

LISTA DI KATA ESEGUIBILI

GRADO
Gialle-Arancio

LISTA KATA
Tokui kata Lista A

Verdi-Blu	Tokui kata Lista A
Marron - Nere 1° Dan	Tokui kata (LISTA A/B/C)
Nere 2° Dan e superiori	Tokui kata (LISTA A/B/C)

LISTA A:

5 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, annan.

LISTA C:

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

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 master A-B-C maschili/femminili o misti

GRUPPI / KATA A SQUADRE

ETÁ	Cinture:	GIALLE/BLU	MARRONI/NERE
Master A/B/C		sq M1	sq M2

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'UIISP;
- ✓ 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 € 15,00 per ciascun atleta tesserato.
- L'iscrizione per la gara a squadre è di € 20,00. 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 sull'apposito modulo allegato (*da non modificare assolutamente*), in tutte le sue parti, ricordando che l'Ente organizzatore deve necessariamente comunicare gli elenchi dei partecipanti alla piattaforma CONI 2.0 quindi è essenziale scrivere il **CODICE FISCALE** degli atleti.
- Le iscrizioni devono pervenire **entro le ore 18,00 del giorno 19 dicembre 2019**, per consentire la preparazione dei tabelloni di gara in relazione a ciascun tatami e comunicare alle società, in tempo utile le categorie di gara nelle quali ci sia la presenza di un solo atleta e/o le categorie che, a giudizio insindacabile dell'Organizzazione, potranno essere accorpate tra di loro a:

- ado.roma@uisp.it

e all'attenzione della Responsabile dei Presidenti di Giuria - Sig.ra Settimia Maiorca

e-mail: armaduck2007@libero.it

Si ricorda che non si possono iscrivere atleti o squadre in sede di gara.

E' condizione indispensabile che tutte le Società, in particolare 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 scarpe da ginnastica.

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

Il Responsabile del S.d.A. Discipline Orientali di Roma

