

DO-Ka-Comm.tec_04

➤ Alla cortese attenzione delle Associazioni partecipanti

5° TROFEO PANDA

Domenica 1° marzo 2026

presso

Palazzetto dello sport, Le Cupole Via Artom 111, Torino (TO)

Il *Trofeo Panda*, giunto quest'anno alla sua *quinta edizione*, rientra insieme al *Panda-Insieme* nel programma didattico delle Discipline Orientali Uisp, rivolto alle persone più piccole.

Le rassegne sportive Trofeo Panda e Panda Insieme sono eventi rivolti alle e ai più piccoli, che ormai da diversi anni, si integrano nel programma didattico delle Discipline Orientali Uisp, la cui finalità, in pieno "spirito Uisp", è quella di introdurre alla pratica sportiva di base, i karateka bambin*, facendoli avvicinare alla competizione attraverso un approccio adatto anche ad atleti neofiti.

La manifestazione, propone ai piccoli karateka, numerose prove ludico-motorie che hanno l'obiettivo di favorire nelle e nei bimb*, un percorso di crescita motorio ed esperienziale nella disciplina del karate, attraverso prove specifiche differenziate in base all'età (fino alla categoria 6-7 anni) e non al sesso.

Gli Arbitri e i Tecnici del settore giovanile Uisp Karate Piemonte, condurranno le attività in karategi, in un ambiente volutamente non selettivo e favorendo nel bambino un percorso di crescita motorio ed esperienziale, che li guidi gradualmente dall'allenamento giocoso – alla gara.

Alla fine della giornata, tutt* riceveranno un piccolo premio che rimanga come ricordo della giornata di festa e sport.

L'evento è rivolto anche a bambine e bambini, dal 2023 al 2012 tesserat* presso Associazioni provenienti da altri EPS o Federazioni nazionali riconosciute.

CATEGORIE

Nome categoria	Età	Grado	Sesso
Hiyoko (Pulcino)	2023 – 2022 - 2021	Da Bianca ad Arancio	M+F
Usagi (Coniglietto)	2020 - 2019	Da Bianca a Blu	M+F
Neko (Gatto)	2018 - 2017	Da Bianca a Marrone	M F
Inu (Cane)	2016 - 2015	Da Bianca a Marrone	M F
Kitsune (Volpe)	2014 – 2013 - 2012	Da Bianca a Marrone (eventuali Nere)	M F

*Vige il principio guida che devono essere favoriti i giovani partecipanti aumentando - e non diminuendo - il numero dei premiati, pertanto sono possibili divisioni delle categorie più numerose per cintura e/o per anno di nascita

PROVE PER CATEGORIE

Il *Trofeo Panda* comporta il superamento, da parte dei bambini partecipanti, di n. 3 prove al massimo, a seconda della categoria di appartenenza:

1° prova: PERCORSO AD OSTACOLI

2° prova: KATA

3° prova: ABILITA' NEL KUMITE "Double Ball"

4° prova: STAFFETTA

Nome categoria	Età	Prova	Carattere	Sesso
Hiyoko (Pulcino)	2023 – 2022 - 2021	Percorso ad Ostacoli individuale	Obbligatorio	M+F
		Kata	Obbligatorio	
		Staffetta in coppia**	Facoltativo	

Nome categoria	Età	Prova	Carattere	Sesso
Usagi (Coniglietto)	2020 - 2019	Percorso ad Ostacoli individuale	Obbligatorio	M+F
		Kata	Obbligatorio	
		Staffetta in coppia**	Facoltativo	

Nome categoria	Età	Prova	Carattere	Sesso
Neko (Gatto)	2018 - 2017	Percorso ad Ostacoli individuale	Obbligatorio	M F
		Kata	A scelta	
		Staffetta in coppia**	Facoltativo	
		Abilità nel kumite	A scelta	

Nome categoria	Età	Prova	Carattere	Sesso
Inu (Cane)	2016 - 2015	Percorso ad Ostacoli individuale	Obbligatorio	M F
		Kata	A scelta	
		Staffetta in coppia**	Facoltativo	
		Abilità nel kumite	A scelta	

Nome categoria	Età	Prova	Carattere	Sesso
Kitsune (Volpe)	2014 – 2013 - 2012	Percorso ad Ostacoli individuale	Obbligatorio	M F
		Kata	A scelta	
		Staffetta in coppia**	Facoltativo	
		Abilità nel kumite	A scelta	

Per le categorie "Neko", "Inu" e "Kitsune", i partecipanti potranno optare per UNA SOLA, tra le prove a scelta

** Le cinque categorie delle staffette sono composte senza distinzione di sesso o cintura, raggruppando bambini* di sesso e cinture diverse

DESCRIZIONE PROVE SINGOLE

Tipologia prova	Descrizione	Esempio
Percorso ad Ostacoli (prima prova)	<p>Il percorso si caratterizza da n. 5 step. Ogni step vale n. 2 PUNTI, per un totale di n. 10 PUNTI se la prova è portata a termine senza errori. Per ogni step con almeno un errore effettuato, lo stesso verrà annullato. La classifica degli atleti, si baserà anche sul rapporto tra n. di errori effettuati e tempo di esecuzione del percorso (VEDI TABELLA CATEGORIA/TEMPI) - se il tempo è inferiore al tempo medio, l'atleta guadagnerà un punto per ogni secondo; in caso contrario, perderà un punto per ogni secondo, dalla somma dei punti guadagnati dal percorso</p>	<p>1 CATEGORIA – TEMPO MEDIO STIMATO 60 SEC. Esecuzione del percorso in 55sec, punteggio 10pt+5pt (1pt.per ogni sec. in MENO rispetto in meno) totale punti 15</p> <p>1 CATEGORIA – TEMPO MEDIO STIMATO 60 SEC. Esecuzione del percorso in 62 sec, punteggio 10pt-2pt (1pt per ogni sec. in PIU' rispetto il tempo stimato) totale punti 8</p>

Tipologia prova	Descrizione	Lista Kata
Kata (seconda prova)	<p>La scelta del KATA è lasciata libera (Tokui kata, nella lista dei kata ammessi nel Regolamento nazionale DO Uisp) per ogni categoria di atleta. La valutazione del KATA è a punteggio.</p>	<p>BASE 1 – KATA BASE 2</p> <p>LISTA A 5 heian, 5 pinan, taikyoku m.uke, k. Uke, j. Uke, g. uke, gekisai ichi, fukugata shodan, fukugata nidan.</p> <p>LISTA B tekki shodan, bassaidai, kankudai, enpi, jion, jitte, naihanchi, passai, kushanku, wanshu, seipai, saifa, shisochin, annan, sanseryu, seienchin, ni pai po.</p> <p>LISTA C bassaisho, kankusho, nijushihyo, gojushihosho, gojushihodai, unsu, sochin, gankaku, chinte, niseshi, gojushihyo, rohai, kururunfa, seisan, seishan, chinto, unshu, suparinpei, shisochin, chatanyara kushanku, gojusho, paiku, papuren</p>

Tipologia prova	Descrizione
<p>Abilità nel Kumite “double ball” (terza prova)</p>	<p>L'atleta è valutat* per lo zanshin. L'atleta dovrà eseguire tecniche di kumite specifiche, contro tre bersagli fissi, chiamati “double ball” (due sfere infilate in un'asta, ad altezza variabile a seconda della categoria dell'atleta). I bersagli non dovranno essere toccati dall'atleta durante l'esecuzione delle diverse tecniche, che potranno essere ripetute su tutti e tre i double-ball, nella sequenza preferita, purché nei 20sec siano presenti tutte le tecniche indicate a seconda della fascia di colore di cintura dell'atleta. Tempo di esecuzione 20sec. La valutazione della prova sarà a punteggio come il kata. Il tocco del bersaglio verrà considerato penalità, il punteggio finale sarà decurtato in misura di 0,2 decimi</p> <p>Tecniche ammesse per fasce di colore cintura</p> <ul style="list-style-type: none"> • bianca, bianca-gialla, gialla, arancio: KITZAMI TSUKI, GYAKU ZUKI, URAKEN, KITZAMI MAWASHI, MAE GERI, MAWASHI GERI • verde, blu, marrone, nera: KITZAMI TSUKI, GYAKU ZUKI, URAKEN, MAE GERI, KITZAMI MAWASHI, MAWASHI GERI, URA MAWASHI GERI

DESCRIZIONE PROVE IN SQUADRA

Tipologia prova	Descrizione
<p>Staffetta*** (quarta prova)</p>	<p>Alla seguente prova potranno partecipare n. 2 atleti per squadra. Il cambio di staffetta verrà eseguito tramite tocco della mano tra il primo e il secondo atleta. Il percorso si caratterizza da n° 5 step, ogni step vale 2 PUNTI, per un totale di 10 PUNTI, se la prova è portata a termine senza errori. Per ogni errore effettuato, nel blocco del percorso si toglieranno n° 2 PUNTI. La classifica degli atleti, si baserà anche sul rapporto tra n. di errori effettuati e tempo di esecuzione del percorso (stimato a seconda della categoria)</p>

*** Poiché vige il principio guida che devono essere favoriti i giovani partecipanti aumentando - e non diminuendo - il numero dei premiati, c'è la possibilità di accorpate nello stesso gruppo, due bambini provenienti da Associazioni Sportive differenti

È possibile creare la coppia della staffetta, inserendo il secondo partecipante proveniente da una categoria inferiore o superiore a quella del compagno/compagna.

La coppia formata andrà a gareggiare nella categoria dell'atleta più grande.

Esempio Categoria di gara staffetta - Inari (volpe), squadra composta da:

Atleta A - 2014 Inu (cane)

Atleta B - 2013 Inari (Volpe)

Nb. Le cinque categorie delle staffette sono composte senza distinzione di sesso o cintura, raggruppando bambin* di sesso e cinture diverse

I VIDEO DELLE PROVE SONO DISPONIBILI CLICCANDO SU [QUESTO LINK](#)

TEMPI MEDI DI ESECUZIONE PER CATEGORIA E PROVA

Nome categoria	Età	Prova	Carattere	Tempo medio
Hiyoko (Pulcino)	2023 – 2022 - 2021	Percorso ad Ostacoli individuale	Obbligatorio	60sec
		Kata	Obbligatorio	
		Staffetta in coppia	Facoltativo	60sec

Nome categoria	Età	Prova	Carattere	Tempo medio
Usagi (Coniglietto)	2020 - 2019	Percorso ad Ostacoli individuale	Obbligatorio	40sec
		Kata	Obbligatorio	
		Staffetta in coppia	Facoltativo	40sec

Nome categoria	Età	Prova	Carattere	Tempo medio
Neko (Gatto)	2018 - 2017	Percorso ad Ostacoli individuale	Obbligatorio	40sec
		Kata	A scelta	
		Staffetta in coppia	Facoltativo	35sec
		Abilità nel kumite	A scelta	20sec

Nome categoria	Età	Prova	Carattere	Tempo medio
Inu (Cane)	2016 - 2015	Percorso ad Ostacoli individuale	Obbligatorio	35sec
		Kata	A scelta	
		Staffetta in coppia	Facoltativo	30sec
		Abilità nel kumite	A scelta	20sec

Nome categoria	Età	Prova	Carattere	Tempo medio
Kitsune (Volpe)	2014 – 2013 - 2012	Percorso ad Ostacoli individuale	Obbligatorio	30sec
		Kata	A scelta	
		Staffetta in coppia	Facoltativo	30sec
		Abilità nel kumite	A scelta	20sec

Parametri e tempo di classifica

Ogni pool di gara avrà 3 Arbitri e 2 Presidenti di Giuria.

Per le prove individuali (escluso il Kata) e la prova a staffetta, il tempo di gara partirà dal momento in cui l'arbitro centrale dirà "HAJIME" e, di conseguenza, il tempo si arresterà quando pronuncerà "IAMÈ". In questo istante il presidente di giuria stopperà il tempo segnalandolo con il suono del fischetto.

Per tutte le categorie il punteggio finale di ogni prova viene annotato dai Presidenti di Giuria, sull'apposito Verbale di Gara.

Programma di gara

Terminata la singola prova da parte dell'atleta, questo passerà immediatamente sul tatami successivo per effettuare la prova del kata o del kumite (a seconda della scelta effettuata in fase d'iscrizione). La classifica finale verrà redatta dai Giudici di Gara, al termine di ogni categoria, questi assieme alle volontarie e volontari UISP, porteranno gli atleti direttamente nell'area dedicata alle premiazioni.

Sistema di punteggio

Per ogni atleta classificatosi in ogni specialità, verrà stilata una classifica a punti

- 1 classificato pt.10
- 2 classificato pt.9
- 3 classificato pt.8
- 4 classificato pt.7
- 5 classificato pt.6
- 6 classificato pt.5
- 7 classificato pt.4
- 8 classificato pt.3

Classifica

Il punteggio finale in ogni categoria è dato dalla somma di due prove

Nome categoria	Età	Somma Prove	Sesso
Hiyoko (Pulcino)	2023 – 2022 - 2021	Percorso a tempo + Kata	M+F
Usagi (Coniglietto)	2020 - 2019	Percorso a tempo + Kata	M+F

Neko (Gatto)	2018 - 2017	Percorso a tempo + (a scelta) Kata/Kumite	M F
Inu (Cane)	2016 - 2015	Percorso a tempo + (a scelta) Kata/Kumite	M F
Kitsune (Volpe)	2014 – 2013 - 2012	Percorso a tempo + (a scelta) Kata/Kumite	M F

La classifica delle singole prove premierà i punteggi più elevati.

Tutti* le e i bambini* saranno premiati fino all'8° posto e sarà comunque possibile premiare le atlete e gli atleti classificati dal nono posto in poi.

Programma

- Ore 8.30 Controllo presenze, accoglienza Associazioni Sportive partecipanti, ritiro pass coach per gli allenatori e allenatrici indicate nel modulo iscrizione società
- Ore 9.00 Saluto iniziale – premiazione degli atleti più piccoli in gara, una breve dimostrazione dei percorsi proposti e un ringraziamento alle società presenti
- Ore 9.30 Inizio gara – il Trofeo inizierà con le categorie dei Hiyoko, Usagi e Neko, con la specialità dei percorsi. Terminata la singola prova da parte dell'atleta, questo passerà immediatamente sul tatami successivo per effettuare la prova del kata o del kumite (a seconda della scelta effettuata in fase d'iscrizione). Le staffette delle categorie Hiyoko, Usagi e Neko gareggeranno al termine delle prove individuali (e delle relative premiazioni)
- Ore 13.30 Termine gara per le categorie dei Hiyoko, Usagi e Neko
- Ore 14.00 Inizio gara – accredito categorie Inu e Kitsune
- Ore 14.30 Inizio gara – categorie Inu e Kitsune con la specialità dei percorsi. Terminata la singola prova da parte dell'atleta, questo passerà immediatamente sul tatami successivo per effettuare la prova del kata o del kumite (a seconda della scelta effettuata in fase d'iscrizione). Le staffette delle categorie Inu e Kitsune gareggeranno al termine delle prove individuali (e delle relative premiazioni).
- Ore 18.30 (orario stimato) Termine gara per le categorie Inu e Kitsune

RACCOMANDA LA MASSIMA PUNTUALITÀ

L'evento è rivolto anche a bambine e bambini, dal 2023 al 2012 tesserati* presso Associazioni provenienti da altri EPS o Federazioni nazionali riconosciute, l'organizzatore ha comunque previsto adeguata polizza assicurativa che copre tutti* (atleti* e dirigenti accompagnatori) non afferenti a UISP APS.

Ricordiamo alle atlete e agli atleti, che dovranno essere in possesso della Tessera Associativa valida per l'anno in corso e del Libretto Tecnico Personale in regola.

Per i tecnici e le atlete e gli atleti UISP si rammenta che:

- anche i Budopass devono essere presentati in formato originale e integri, esenti da vistose correzioni sia a penna che attraverso l'uso di appositi correttori
- I Tecnici accompagnatori dovranno essere in possesso della Tessera UISP e del Cartellino Tecnico o CARD Formazione; in mancanza di tale documentazione non sarà rilasciato il Pass, quale Responsabile di Società.

Per tutt*

Le e i partecipanti, su responsabilità del presidente dell'ASD di appartenenza, dovranno essere affiliati a Enti/Federazioni Nazionali riconosciute ed essere in regola con le certificazioni sanitarie di cui alle norme vigenti e coperti da assicurazione. Su richiesta degli Ufficiali di gara, i coach responsabili dovranno esibire idonea documentazione (tessera, budopass, ecc.) attestante il grado posseduto. Saranno ammesse solo iscrizioni corrette o con errori veniali ad esempio: errori di nome o sesso (del tipo Daniele invece di Daniela) o errori evidenti di colore di cintura.

Regole di accesso al parterre di Gara

Tutt* coloro che avranno accesso al parterre del palazzetto hanno l'obbligo di avere scarpe con la suola in gomma, onde evitare di rovinare il palchetto in legno.

Nell'area di gara saranno ammessi solo le atlete e gli atleti e un coach per società nella misura di 1 ogni 5 atlet*. I coach dovranno essere regolarmente abilitati e per accedere all'area di gara, dovranno indossare la tuta della società di appartenenza e rendere visibile il "pass coach" che verrà loro consegnato ad inizio gara, all'atto dell'accreditto atlet*.

Arbitri e Presidenti di Giuria UISP saranno diretti e organizzati dalle rispettive commissioni regionali:

Referente regionale arbitri Uisp Piemonte Karate – *Davide Massari*

Referente presidenti di giuria e direttore di gara Uisp Piemonte Karate – *Stefano D'Agostino*

Iscrizioni

Quote iscrizione V Trofeo Panda: **€ 15 per atleta – prova individuale / € 5 per staffetta**

Info Pagamento tramite bonifico bancario

IBAN: IT28F0326831110052448222000 – Beneficiario (UISP Piemonte)

Causale (DO UISP PIEMONTE V TROFEO PANDA KARATE 01.03.26 – NOME SOCIETA')

Le iscrizioni dovranno pervenire scaricando e compilando il modulo Excel allegato a questa mail e inserirlo all'interno del seguente [Google form](#)

Verranno accettate le iscrizioni solo in formato .xls. Iscrizioni inviate con moduli in altri formati, non verranno accettate. Si prega di non modificare il modulo di iscrizione.

Attendere la conferma dell'avvenuta ricezione delle iscrizioni, in mancanza della stessa entro **venerdì 20 febbraio 2026** contattare la segreteria organizzatrice. Le quote di iscrizione dovranno essere versate esclusivamente tramite bonifico bancario e in forma cumulativa da un responsabile di ogni società partecipante.

Le quote versate non saranno restituite.

In caso di problemi contattare: disciplineorientali.piemonte@uisp.it

Ringraziandovi anticipatamente per la partecipazione vi inviamo un caro saluto!



D'Agostino Stefania
Coordinatrice Settore
Discipline Orientali
Uisp Piemonte APS

Monetti Angela
Responsabile Giovanile Settore
Karate Discipline Orientali Uisp
Piemonte APS