

La SdA Discipline Orientali dell'UISP di Roma organizza:

## “2° Trofeo – ROMA CITTA’ APERTA”

Domenica 21 APRILE 2024

c/o Palazzetto dello sport di Guidonia, via TRILUSSA - GUIDONIA - Roma

**COMPETIZIONE DI KATA INDIVIDUALE E A SQUADRE per le categorie cuccioli, preagonisti**  
**COMPETIZIONE DI KUMITE INDIVIDUALE per le categorie preagonisti fascia B e C, Esordienti.**

Aperta a tutte le Federazioni ed Enti di Promozione riconosciuti dal CONI.

L'iscrizione alla gara individuale è **di € 15,00 (Kata), € 20,00 (Kata/Kumite)** e di € 15,00 per la squadra. Le quote d'iscrizione dovranno essere versate dalle società in sede di gara e per intero.

L'elenco degli iscritti alla gara dovrà essere compilato sugli appositi moduli allegati (di non modificare assolutamente), in tutte le sue parti, ricordando che la Associazione organizzatrice deve necessariamente comunicare gli elenchi dei partecipanti alla piattaforma CONI 2.0 quindi è essenziale scrivere il CODICE FISCALE degli atleti e della Società.

Le iscrizioni devono pervenire entro le ore 24,00 del giorno 13 aprile 2024, 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: Email: [karate.disciplineorientali.roma@uisp.it](mailto:karate.disciplineorientali.roma@uisp.it)

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

### ORGANIZZAZIONE DELLA MANIFESTAZIONE

Si precisa che, per il buon andamento della manifestazione saranno ammessi nell'area di gara un numero massimo di 2 istruttori per società, in tuta sociale e scarpe da ginnastica.

**ORARI:** (potranno subire variazioni in base al numero degli iscritti alla competizione, per evitare sovraffollamenti si invitano i maestri e rispettivi allievi a rispettare l'ordine orario)

**COME ORARI Metterei ora inizio e gare a seguire prima kata cuccioli e preagonisti e dopo kumite**

#### ORARI

	<b>controllo atleti</b>	<b>inizio gara</b>
<b>COMPETIZIONE KATA</b>	<b>ORE</b>	<b>ORE</b>
categoria cuccioli	9.00	9.15
categoria preagonisti	9.00	9.30
<b>COMPETIZIONE KUMITE</b>	11,00	11,15

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

## COMPETIZIONE KATA

### LISTA KATA

#### **LISTA A**

5 heian, 5 pinan, taikyoku shodan, taikyokum.Uke, k. Uke, j. Uke, g. uke, gekisaiichi, fukyugatashodan, fukyugatanidan.

N.B.: Il kata Taikyoku Shodan è eseguibile solo da Atleti di stile Shotokan.

N.B.: I kata Taikyoku sono eseguibili solo da Atleti di stile Gojuryu.

N.B.: I kata Fukyugata sono eseguibili solo da atleti di stile Shorinryu

#### **LISTA B**

tekkishodan, tekkinidan, bassaidai, kankudai, enpi, jion, jijnjitte, naihanchi, passai, kushanku, wanshu, seipai, saifa, shisochin, annan, sanseryu, seienchin, ni paipo, kosokun dai, ohan, annanku.

#### **LISTA C**

hangetsu, tekki sandan, bassai sho, kanku sho, nijushiho, gojushiho sho, gojushiho dai, unsu, sochin, gankaku, chinte, meikyo, nisheshi, gojushiho, rohai, kururunfa, seisan, seishan, chinto, unshu, suparinpei, shisochin, chatanyarakushanku, gojusho, paiku, papuren, kosokunsho, anna dai, ohan dai, tomari bassai .

N.B. i kata Tekki e Naihanchi verranno esaminati con gli arbitri posti in un'unica linea.

## COMPETIZIONE INDIVIDUALE

### CATEGORIA CUCCIOLI

I concorrenti parteciperanno in gruppi misti, maschile e femminile

ETA'	Cintura	categoria gara
2019 – 2018 / dal 5° al 6° anno	BIANCA/GIALLA/ARANCIO	A001

**REGOLAMENTO:** i piccoli atleti parteciperanno ad una gara individuale e/o 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 KATA INDIVIDUALI PREAGONISTI

Gli atleti saranno suddivisi in gruppi, maschile e femminile, nel caso in cui venga raggiunto un numero sufficiente per formare le pool, altrimenti saranno accorpati insieme, ad esclusione delle cinture marroni. Sono previste due prove per categoria.

Le categorie da Arancio a Marrone dovranno presentare kata diversi per ognuna delle due fasi di gara. Di conseguenza la categoria Bianca/Gialla potranno presentare sempre il medesimo kata per tutte le fasi di gara.

ETA'	Cintura	BIANCA	GIALLA	ARANCIO	VERDE	BLU	MARRONE
2017-2016	categoria	A 1	A 2	A 3	A 4	A 5	
2015-2014	categoria	B 1	B 2	B 3	B 4	B 5	B 6
2013-2012	categoria	C 1	C 2	C 3	C 4	C 5	C 6

### KATA PREAGONISTI

CINTURA	KATA
BIANCA	Taikioku Shodan /Lista A 1°
GIALLA	Lista A 1° e 2°
ARANCIONE	Lista A 1°, 2° e 3°
VERDE	Lista A 1°, 2°, 3° e 4°
BLU	Lista A 1°, 2°, 3°, 4° e 5°
MARRONE/NERA	TOKUI KATA

# CATEGORIE KATA INDIVIDUALI ESORDIENTI

## CINTURE COLORATE

a) Gli atleti saranno divisi in : 3 fasce di colore: cinture marroni, cinture verdi-blu, gialle-arancio. 3 fasce di età: seniores e juniores insieme, speranze e cadetti insieme, esordienti. Maschi e femmine, separati.

b) Sistema di gara a punteggio: ogni gruppo eseguirà un tokui kata scelto tra le liste della tabella seguente, gli otto migliori punteggi eseguiranno la finale (in un gruppo numeroso, gli atleti saranno divisi in 2 poules che qualificheranno 4 atleti ciascuna).

c) La somma dei punteggi delle due prove darà la classifica finale.

### LISTA KATA CINTURE COLORATE

<u>GRADO</u>	<u>ELIMINATORIA</u>	<u>FINALE</u>
Marrone	Lista A	Liste A-B
Verdi – Blu	Lista A	Lista A
Gialle – Arancio	1-2-3 Heian o Pinan	1-2-3 Heian o Pinan
	Taikyoku J.Uke K.Uke G. Uke Taikyoku J.Uke K.Uke G. Uke Fukyugata shodan, Fukyugata shodan, Fukyugata nidan. Fukyugata nidan.	

N.B. : I kata Taikyoku sono eseguibili solo da Atleti di stile Goju ryu.

I kata Fukyugata sono eseguibili solo da atleti di stile Shorin ryu

d) Le categorie Verdi-Blu e Marroni dovranno presentare kata diversi per ognuna delle due fasi di gara. Di conseguenza la categoria Gialle/Arancio potranno presentare sempre il medesimo kata per tutte le fasi di gara.

e) Ogni atleta nelle due fasi del Campionato dovrà eseguire kata del medesimo stile e questi dovranno essere conformi allo stile tradizionale praticato.

**Gli atleti con cintura bicolore saranno inseriti nella categoria superiore**

### **CINTURE COLORATE**

ETA'	Cintura	G/A	V/B	MARRONE
Esordienti 2011-2010	categoria gara	D 1	D 2	D 3

### CINTURE NERE

Se gli atleti fossero MENO di otto NON sarà più necessario il kata obbligatorio.

ETA'	Cintura	NERA MASCHILE E FEMMINILE SEPARATI
Esordienti anni 2011-2010	categoria gara	G 1

### **LISTA KATA CINTURE NERE**

<u>GRADO</u>	<u>ELIMINATORIA</u>	<u>FINALI</u>
Esordienti	Lista A	Lista A-B

### Regolamento:

- 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):

1. **tecnica**
2. **Kime**
3. **Potenza**
4. **Ritmo**
5. **espressione del kata**
6. **espressività gestuale**

### COMPETIZIONE A SQUADRE

ETÀ			Cinture:	BIANCA/GIALLA/ARANCIO	VERDE/BLU	MARRONI/NERE
SQUADRE esordienti	A1	giovanili	categoria gara	sq/DD1		
SQUADRE esordienti	B1	giovanili	categoria gara		sq/DD2	
SQUADRE esordienti	C1	giovanili	categoria gara			sq/DD3

### Regolamento squadre:

- 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.
- Gli atleti dovranno eseguire 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 2<sup>a</sup> 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.

## Kumite Esordienti

Anche in questo caso inseriamo il Regolamento

**Esordienti : dal 13° al 14° anno nati negli anni 2011-2010**

Cinture e categorie di peso :

**Cinture:**

- Cinture gialle/arancio
- Cinture verdi/blu
- Cinture marroni/nere

**Pesi:**

- Femminile: ± 45kg - Maschile: ± 50kg

## Kumite Preagonisti

**Il kumite si effettuerà con le modalità del regolamento appositamente studiato; tale regolamento si applica alle seguenti categorie di età da cintura gialla a cintura nera.**

**Fascia B** (9° - 10° anno nati negli anni 2015 – 2014)

**Fascia C** (11°- 12° anno nati negli anni 2013 – 2012)

- ❖ Fascia B (Bambini) peso: Maschi Open - Femmine Open
- ❖ Fascia C (Ragazzi) peso: Maschi +/- 40 Kg - Femmine +/- 35 Kg●

Comportamento :

**Il presente regolamento è stato pensato e formulato tenendo in considerazione, pur ammettendo alla pratica del kumite gli atleti preagonisti, non solo la loro incolumità ma anche il comportamento che tali atleti dovranno mantenere e dimostrare durante tutta la competizione da loro sostenuta.**

**Commenti:**

- Tutti gli atleti dovranno obbligatoriamente mantenere un contegno consono (saluto con buona forma, atteggiamento corretto etc.) all'etica delle arti marziali; un atteggiamento scorretto, anche verbale, da parte dell'atleta, potrà determinare una sanzione.
- Non sono ammessi Coach
- L'arbitraggio verrà effettuato da due arbitri (a specchio)
- Nel caso di evidente inferiorità di uno dei due atleti con conseguente atteggiamento che può mettere a repentaglio l'incolumità dell'atleta o del suo avversario, l'arbitro sanzionerà l'atleta con un Mubobi.
- Non sono previsti i ripescaggi
- Se gli incontri dovessero finire in parità, senza la presenza dello Senshu, si dovrà ricorrere all'Hantei per l'assegnazione della vittoria, in caso di disparità di giudizio tra i due Arbitri verrà considerato anche il giudizio dell'Arbitrator. (Verrà utilizzata la stessa modalità in caso di assegnazione di penalità. All'Hantei il giudizio gli Arbitri dovrà tener conto: Delle tecniche effettuate dagli atleti, della loro buona 5 forma, dell'atteggiamento mentale, delle strategie poste in essere dagli atleti stessi.
- La distanza (Ma-ai) dovrà essere valutata attentamente da parte degli Arbitri preposti agli incontri per esordienti. Tecniche, giudicate troppo distanti in questo caso potranno venir assegnate se sarà palese il controllo delle stesse da parte dell'atleta e non sarà presente alcun tipo di ostacolo tra la tecnica stessa ed il bersaglio.
- Le ammonizioni C1 e C2 seguiranno l'andamento delle cinture marroni/nere.

**Durata dei combattimenti**

I combattimenti dureranno 90 secondi effettivi, in caso di parità, ove non presente il Senshu, si andrà all'Hantei, in caso di disparità di giudizio tra i due Arbitri verrà considerato anche il giudizio dell'Arbitrator. Per tale giudizio gli Arbitri dovranno tener conto:

- Delle tecniche effettuate dagli atleti;
- Della loro buona forma;
- Dell'atteggiamento mentale;
- Delle strategie poste in essere dagli atleti stessi;
- Della tipologia delle penalità assegnate;
- Il valore da assegnare alle tecniche effettuate seguirà lo **stesso andamento previsto dal Regolamento ADO-UISP** in vigore.
  - Sono consentite tutte le tecniche previste dal regolamento arbitrale ADO UISP, con il medesimo grado di controllo e precisione, sono escluse le tecniche di proiezione, e spazzata.
  - Considerata l'estrema importanza del controllo, la distanza (Ma-ai) dovrà essere valutata attentamente da parte degli Arbitri. Tecniche, che verrebbero giudicate mancanti di distanza (troppo distanti) in questo caso potranno venir assegnate se sarà palese il controllo delle stesse da parte dell'atleta e non sarà presente alcun tipo di ostacolo tra la tecnica stessa ed il bersaglio.
  - E' obbligatorio il caschetto morbido con protezione frontale
  - Il paradenti può non essere indossato
  - E' ammesso l'uso dell'apparecchio odontoiatrico

Le seguenti protezioni sono obbligatorie:

1. **Caschetto morbido con protezione frontale**
2. **Guantini, con il pollice scoperto rossi o blu;**
3. **Paradenti;**
4. **Corpetto (per tutti gli Atleti/e) in più il paraseno per le Atlete;**
5. **Paratibia;**
6. **Parapiedi;**

NON saranno più obbligatorie le protezioni (guantini, paratibia e parapiede) del colore di riferimento (Ao e Aka) ma basterà indossare la cintura del colore indicato dalla chiamata sul tatami.

Per i maschi la conchiglia è obbligatoria.

Le categorie, Verdi/Blu e Marroni/Nere potranno indossare facoltativamente il corpetto anche sopra il GI.

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

**Il Responsabile S.d.A. Discipline Orientali**

*Catalani Augusto*