



PRE AGONISTI

Regolamento tecnico

FIKTA



FEDERAZIONE ITALIANA KARATE TRADIZIONALE E DISCIPLINE AFFINI

PRESENTAZIONE

Il *Karate per Pre Agonisti* della FIKTA, Federazione Italiana Karate Tradizionale, descrive e rappresenta, con i propri contenuti e le proprie iniziative, la volontà di promuovere la pratica educativa e sportiva.

Le attività realizzate devono rendere esplicita la formazione sportiva giovanile che può trasformarsi in pratica agonistica per i ragazzi dai 12 ai 14 anni.

DEFINIZIONE

A CHI E' RIVOLTO

Il *Karate per Pre Agonisti* è riservato alle ragazze e ai ragazzi che abbiano un'età compresa fra i 12 e gli 14 anni (anno di compimento) all'atto dell'iscrizione alla FIKTA.

SCOPO

Lo scopo è riuscire ad eseguire prestabilite tecniche di Karate con forma qualitativamente migliore rispetto all'avversario osservando le regole di seguito riportate e curando nel kumite la scelta della distanza e del tempo nell'esecuzione delle tecniche

Per garantire un elevato livello di sicurezza tali incontri dovranno svolgersi in presenza di almeno un arbitro federale o istruttore/maestro regolarmente tesserati ed in regola con l'aggiornamento formativo, in loco dovrà essere presente un medico.

EQUIPAGGIAMENTO

I Pre Agonisti devono indossare il karategi di colore bianco e la cintura relativa al grado coi colori riconosciuti dalla FIKTA (No cinture bicolore). Per distinguere i due atleti verrà utilizzata una cintura di colore rosso oppure un nastro del medesimo colore.

È vietato indossare collanine, anelli, orecchini, orologi e braccialetti o quanto altro possa recare danno ai partecipanti durante la competizione.

REGOLAMENTO

CINTURA BIANCA

Kata a bandierine: Taikyoku shodan – Heian shodan

In finale tokui Kata

Kihon Ippon Kumite da Yoi: Jodan, Chudan da guardia sx

Difesa con spostamenti, parate e guardia libera (dx o sx), contrattacco Gyaku tzuki

CINTURA GIALLA/ARANCIO

Kata a bandierine: Heian shodan – Heian nidan

In finale tokui Kata

Kihon Ippon Kumite da Yoi: Jodan, Chudan, Maegeri da guardia sx

Difesa con spostamenti, parate e guardia libera (dx o sx), contrattacco Gyaku tzuki

CINTURA VERDE/BLU

Kata a bandierine: Heian sandan – Heian yondan

In finale tokui Kata

Jiyu Ippon Kumite: Regolamento indicato di seguito

CINTURA MARRONE

Kata a bandierine: Heian godan – Tekki shodan – Bassai Dai

In finale tokui Kata

Jiyu Ippon Kumite: Regolamento indicato di seguito

Jiyu Kumite Sen Shu: Regolamento indicato di seguito

CINTURA NERA

Kata a bandierine: Heian godan – Tekki shodan – Bassai Dai – Kanku Dai

In finale tokui Kata

Jiyu Ippon Kumite: Regolamento indicato di seguito

Jiyu Kumite Sen Shu: Regolamento indicato di seguito

REGOLAMENTO KATA A BANDIERINE

Nel regolamento a bandierine il kata sarà sorteggiato dall'arbitro centrale tra i kata presenti nel programma.

Le finali per tutte le categorie saranno a punteggio con TOKUI KATA scelto tra quelli indicati per la categoria di appartenenza.

REGOLAMENTO JIYU IPPON KUMITE AVANZATO

Ogni atleta dovrà eseguire a turni alterni, dichiarandoli, tre attacchi a scelta tra i seguenti:

Oi tzuki (dichiarare jodan o chudan) - **Kizami tzuki** (Jodan con tsugiashi) – **Gyaku tzuki** (Chudan con tsugiashi) – **Uraken uchi** (Jodan con tsugiashi) - **Maegeri** – **Tsugiashi Maeashi** **Mawashigeri** – **Mawashigeri** (per gli ultimi due calci dichiarare jodan o chudan).

Difesa con spostamenti, parate e guardia libera (dx o sx), contrattacco Gyaku tzuki

Non sono ammesse tecniche di proiezione e spazzate.

E' obbligatorio eseguire almeno una tecnica di tzuki o uraken e una di geri.

E' ammesso l'utilizzo di finta prima di ogni attacco purché al di fuori della distanza di attacco.

E' ammesso il cambio guardia dopo aver dichiarato al di fuori della distanza di attacco senza necessariamente ridichiarare la tecnica.

Dopo aver dichiarato la tecnica dovranno trascorrere *minimo* 3 secondi prima dell'esecuzione della stessa.

Il kamae di partenza dovrà essere in guardia sinistra

Gli atleti dovranno indossare le seguenti protezioni: guantini, paradenti e conchiglia o paraseno di colore bianco.

I partecipanti dovranno essere provvisti di certificato medico per agonisti (come previsto nelle tabelle del CONI a partire dai 12 anni)

I parametri di valutazione dovranno privilegiare la scelta della distanza e del tempo nella esecuzione sia delle tecniche in attacco che in difesa.

REGOLAMENTO JIYU KUMITE Sen Shu (primo wazari)

regolamento di base Fikta

Il *Jiyu Kumite Sen Shu* è pensato per introdurre con gradualità il passaggio all'agonismo giovanile del jiyu kumite senza causare traumi

Gli atleti si confrontano individualmente, è vietato assolutamente il contatto Jodan. E' fatto obbligo di indossare le seguenti protezioni: guanti, paradenti, corpetto protettivo petto-addome, caschetto, conchiglia. Le protezioni guanti, corpetto protettivo petto-addome e caschetto dovranno essere di colore bianco e modello approvato FIKTA.

Categoria pre-agonisti dai 12 ai 14 anni (anno di compimento)
Suddivisi in maschile e femminile e in categorie di peso

MASCHILE	FEMMINILE
-60 Kg; +60Kg	-50 Kg; +50Kg

Le seguenti tecniche sono proibite:

- 1) Attacchi senza controllo.
- 2) Tecniche portate con eccessivo contatto in rapporto al bersaglio.
- 3) Attacchi agli arti inferiori es: spazzate.
- 4) Tecniche a mano aperta al viso.
- 5) Attacchi all'inguine.
- 6) Tecniche portate al collo, alla schiena e alla nuca.
- 7) Afferrare, lottare o contatti fisici non necessari.
- 8) Proiezioni

Sono anche proibiti comportamenti quali:

- 1) Perdite di tempo.
- 2) Qualsiasi comportamento antisportivo come imprecare, fare gesti osceni od offensivi, provocare o esternare senza necessità.
- 3) Qualsiasi comportamento che possa recare discredito al Karate (questo comprende i coach, i dirigenti sociali e chiunque possa essere collegato al contendente)
- 4) Mancanza di riguardo verso la propria sicurezza (Mubobi).
- 5) Qualsiasi azione irrispettosa e non necessaria è strettamente proibita.
- 6) Azioni e reazioni esagerate (es. simulare un infortunio) sono vietate e saranno penalizzate.

E' ammesso, invece, una lieve forma di contatto controllato nell'area protetta dal corpetto (addome, petto e fianchi).

PRINCIPI DI CARATTERE GENERALE

1. L'incontro avrà la durata di 1 MINUTO AD UN IPPON;
2. In tutti i casi sotto specificati si intende " al termine dell'incontro regolamentare di 1 minuto":
 - 2.a. Non è previsto kettey sen;
 - 2.b. A parità di wazaari, vince l'atleta che si è aggiudicato per primo il wazaari;
 - 2.c. Quando i due atleti si trovano in parità di wazaari e l'atleta che si è aggiudicato per primo il wazaari viene sanzionato con chui, si vedrà annullato il vantaggio e quindi la vittoria sarà assegnata per giudizio arbitrale.
 - 2.d. Qualora gli atleti si siano aggiudicati entrambi un wazaari e una sanzione di chui, vincerà l'atleta che avrà realizzato per primo il wazaari.

NOTA BENE: Qualora un atleta, in vantaggio per avere realizzato per primo il wazaari, nel corso dell'incontro cerchi di "amministrare" tale vantaggio in maniera non corretta e contraria ai principi del karate tradizionale, sottraendosi palesemente al combattimento (es. evitando il confronto, rifugiandosi anche in jogai per guadagnare tempo, ecc. ecc) sarà penalizzato con chui.

TABELLA PER LA CASISTICA COMPLETA

SENZA WAZAARI		
AKA	SHIRO	ESITO INCONTRO
_____	_____	HANTEI
_____	CHUI	AKA KACHI
CHUI	_____	SHIRO KACHI
CHUI	CHUI	HANTEI
CON WAZAARI		
AKA	SHIRO	ESITO INCONTRO
WAZAARI	_____	AKA KACHI
_____	WAZAARI	SHIRO KACHI
1° WAZAARI ASSEGNATO	2° WAZAARI ASSEGNATO	AKA KACHI
2° WAZAARI ASSEGNATO	1° WAZAARI ASSEGNATO	SHIRO KACHI
1° WAZAARI ASSEGNATO + CHUI	2° WAZAARI ASSEGNATO	HANTEI
2° WAZAARI ASSEGNATO	1° WAZAARI ASSEGNATO + CHUI	HANTEI
1° WAZAARI ASSEGNATO + CHUI	2° WAZAARI ASSEGNATO + CHUI	AKA KACHI
2° WAZAARI ASSEGNATO + CHUI	1° WAZAARI ASSEGNATO + CHUI	SHIRO KACHI

Questa è la linea guida. Si lascia autonomia decisionale alla Commissione Tecnica Regionale sulla tipologia delle prove di gara avendo come priorità la sicurezza dei partecipanti.