



**NORME PER LE COMPETIZIONI
DI
KARATE TRADIZIONALE**

CON APPENDICI E ALLEGATI PER GIUDICI / ARBITRI

Le circolari di gara, emesse per ogni competizione, saranno parte integrante del presente regolamento

INDICE

PREMESSA	4
TITOLO I - NORME GENERALI	5
<i>Art.1 - Definizione di Gara di Karate</i>	<i>5</i>
<i>Art. 2 - Tipi di gara</i>	<i>5</i>
<i>Art. 3 - Giurie, Ufficiali di Gara</i>	<i>5</i>
<i>Art. 4 - Decisioni Mediche.....</i>	<i>5</i>
<i>Art. 5 – Atleti.....</i>	<i>5</i>
<i>Art. 6 – Allenatore - Coach</i>	<i>6</i>
<i>Art. 7 - Varie.....</i>	<i>6</i>
<i>Allegato 1: Note Norme Generali.....</i>	<i>7</i>
TITOLO II – KUMITE.....	9
Capitolo 1 - NORME GENERALI.....	9
<i>Art. 8 – Area di Gara - Tipi di gara.....</i>	<i>9</i>
<i>Art. 9 - Tipi di Incontri</i>	<i>9</i>
INDIVIDUALE	9
SQUADRE.....	10
<i>Art. 10 - Protezioni</i>	<i>10</i>
<i>Art. 11 – Valutazione della Tecnica</i>	<i>11</i>
IPPON.....	11
WAZAARI.....	11
<i>Art. 12 – Bersagli.....</i>	<i>12</i>
<i>Art. 13 - Tempo di Gara.....</i>	<i>12</i>
Capitolo 2 – PENALITÀ – SANZIONI.....	12
<i>Art. 14 – Tipologia Penalità e loro Aggregazione.....</i>	<i>12</i>
<i>Art. 15 – Avvertimento Verbale</i>	<i>12</i>
<i>Art. 16 - JOGAI (uscita).....</i>	<i>13</i>
<i>Art. 17 – Contatto, Mushi, Chui Mushi, Fukei, Tsukamu, Kinshi, Azione Pericolosa, Muno, Mubobi</i>	<i>13</i>
<i>Squalifica ed Interruzione Medica per Contatto.....</i>	<i>14</i>
<i>Art. 18 – Tecniche ed Azioni Proibite.....</i>	<i>14</i>
Capitolo 3 – ARBITRAGGIO DEL KUMITE.....	15
<i>Art. 19 - Arbitro Centrale</i>	<i>15</i>
<i>Art. 20 - Giudici d'Angolo</i>	<i>15</i>
<i>Art. 21 – Arbitrator (Kansa)</i>	<i>15</i>
<i>Art. 22 - Giudizio dei Giudici</i>	<i>15</i>
<i>Allegato 2: Note Kumite.....</i>	<i>16</i>
TITOLO III – KATA.....	18
Capitolo 4 - NORME GENERALI.....	18
<i>Art. 23 - Area di Gara - Tipi di Incontri</i>	<i>18</i>
<i>Art. 24 - Scelta del Kata</i>	<i>18</i>

Capitolo 5 – VALUTAZIONE – SANZIONI	18
Art. 25 – Valutazione Kata a Punteggio	18
Art. 26 – Penalità	19
Art.27 – Valutazione del Kata a Bandiere	20
Art. 28 - Modalità di Calcolo del Punteggio	20
Allegato 3: Note Kata	22
TITOLO IV - KATA ENGI BUNKAI	23
Capitolo 6 - NORME GENERALI	23
Art.29 – Modalità	23
Capitolo 7 – VALUTAZIONE – SANZIONI	23
Art.30 – Parametri di Valutazione	23
Art. 31 - Valutazione del Bunkai	23
Art. 32 – Penalità	23
TITOLO V - ENBU	24
Capitolo 8 - NORME GENERALI	24
Art.- 33 - Modalità	24
Art. 34 - Composizione della Squadra	24
Capitolo 9 - VALUTAZIONE – SANZIONI	24
Art.- 35 - Valutazione	24
Art. 36 – Penalità Enbu	24
Allegato 4: Note Kata Engi Bunkai - Enbu	25
APPENDICE A: AREE DI GARA	26
APPENDICE B: TABELLA SANZIONI PENALITÀ CONTATTO	27
APPENDICE C: EMBUSEN E RELATIVE PENALITÀ	28
APPENDICE D: ELENCO KATA – TERMINOLOGIA SIGLE – VERBALE KANSA	29
APPENDICE E: TABELLA RIFERIMENTO DECISIONE ARBITRALE	30
APPENDICE F: GESTUALITÀ E TERMINOLOGIA ARBITRAGGIO KUMITE	31
APPENDICE G: MODULO PER ATLETI PORTATORI DI APPARECCHIO ORTODONTICO FISSO	36

PREMESSA

Il karate Tradizionale, nato nell'isola di Okinawa come arte marziale di autodifesa, si basava sul principio della difesa senza armi utilizzando totalmente il corpo. Fu introdotto in Giappone all'inizio del secolo scorso e negli anni Cinquanta-Sessanta approdò nelle università giapponesi dove venne ulteriormente perfezionato nella dinamica e nella metodologia tanto da avere tutte le caratteristiche per essere oltre che arte marziale anche uno sport affascinante. Grazie a questo oggi si possono organizzare legalmente competizioni, tenendo presente che le regole di gara, una volta garantita la massima sicurezza dei contendenti, come imposto dalla giurisprudenza vigente, non deviano da quelli che sono i requisiti fondamentali, etico, educativi e comportamentali tecnici, tipici dell'arte marziale dell'autodifesa da cui discende. Possiamo elencare i seguenti requisiti essenziali:

- Adeguata potenza d'impatto, rapidità e precisione negli spostamenti e nelle tecniche, per contrastare o annullare l'attacco avversario (Finishing blow);
- Economia di movimenti, combinata con la relativa massima potenza d'impatto, per contrastare e respingere sia gli attacchi di diversi avversari che quelli di sorpresa (Kime);
- Controllo delle emozioni, scelta del tempo (tattica) e corretta esecuzione di tecniche appropriate in situazioni critiche (zanshin);
- Disciplina mentale e risoluta volontà di ottenere dal corpo il totale impegno muscolare per un preciso scopo (Shin Ki Tai);
- Dinamica globale del corpo, al fine di generare rapidamente e al tempo richiesto, la massima potenza (Hara).

Questi requisiti riguardano l'arte marziale come paradigma di riferimento del karate tradizionale ed è ovvio che, essendo le competizioni sportive caratterizzate dal controllo del colpo, la potenza d'impatto diviene simbolica e non reale ed è possibile stimarla solo attraverso l'osservazione dell'intera tecnica e soprattutto dalla velocità e decelerazione delle fasi terminali di essa. Il Karate tradizionale prevede il raggiungimento dell'abilità tecnica mantenendo un autocontrollo psico-fisico. È basato sul concetto di continue ripetizioni, alla costante ricerca della migliore esecuzione (Kihon). Le tecniche, eseguite in maniera ottimale, eliminano i movimenti non essenziali allo scopo di incrementare al massimo la potenza. La continua ricerca della massima efficienza, ovvero la massima efficacia, unitamente alla minore spesa d'energia e al minor numero di movimenti utilizzati, sono gli elementi fondamentali che rendono il Karate tradizionale un'Arte Marziale.

Questo Regolamento per competizioni di karate Tradizionale si rivolge ad arbitri e tecnici con un livello tecnico ed una esperienza adeguati. Nel Regolamento, nelle Appendici e negli Allegati (gli Allegati forniscono ulteriori approfondimenti degli Articoli del regolamento) le tematiche affrontate tralasciano quegli aspetti facenti parte della storia del karate e dati per acquisiti a priori. La lettura dei praticanti non esperti potrà essere fatta con l'ausilio del proprio tecnico.

[per accedere rapidamente alle note in Allegato \(e viceversa per tornare al paragrafo relativo\) ed alle Appendici, digitare il tasto Ctr +Clic \(del mouse\) sul simbolo \[▶\]](#)

TITOLO I - NORME GENERALI

Art.1 - Definizione di Gara di Karate

La gara di karate è un metodo che ha il praticante di testare le competenze acquisite dei requisiti essenziali espressi in PREMESSA attraverso l'allenamento mirato al "miglioramento della propria persona".

Art. 2 - Tipi di gara

Le gare possono essere di Kumite e di Kata (maschili e femminili, individuali ed a squadre) Enbu, Fukugo e Bunkai.

Art. 3 - Giurie, Ufficiali di Gara

Gli **Ufficiali di Gara** (Arbitri), con l'ausilio dei Presidenti di Giuria, sono i conduttori della gara che, seguendo il regolamento e i parametri indicati da esso, decretano le migliori prestazioni, eventuali sanzioni e quant'altro per la conduzione di gara. Se non infrangono il regolamento sono inappellabili. [►] (nota 1 pag.7)

- 3.1 Per eventuali **situazioni non contemplate dal regolamento**, è competenza della Commissione Superiore Federale o, nelle gare regionali, della Commissione Regionale Ufficiali di Gara (o Commissario Regionale) prendere decisioni in merito.
- 3.2 **Requisiti arbitrali.** Nelle competizioni di Karate Tradizionale sono chiamati ad arbitrare Maestri e Praticanti di Alto Grado per la loro comprovata esperienza. È richiesta obiettività e imparzialità di giudizio, velocità e prontezza nelle decisioni, eleganza e chiarezza nei movimenti e nelle segnalazioni. Il livello e le qualifiche degli Arbitri saranno stabiliti ed attribuiti tramite esame Federale.

Art. 4 - Decisioni Mediche

- 4.1 Per ogni manifestazione agonistica è richiesta la presenza del personale medico e di assistenza.
- 4.2 Le funzioni principali del medico di gara sono le seguenti:
 - Soccorrere gli atleti quando chiamati ad intervenire dagli Arbitri di una pedana;
 - Decidere se l'atleta è in grado di continuare la gara e comunicarlo al Sushin.
- 4.3 Il giudizio dei medici riguarderà esclusivamente l'entità della lesione e non della tecnica che l'ha procurata. In **Appendice B** [►] (pag.27) dettagliato il responso del medico.
- 4.4 Potrà essere presente un Medico Federale che, avendo la formazione adeguata, usando la terminologia adeguata potrà indicare l'entità della lesione. [►] (nota 2 pag.7)
- 4.5 Il giudizio dei medici è insindacabile e, durante gli incontri, solo gli Arbitri rappresentano i loro referenti.
- 4.6 Terminati gli incontri i coach potranno rivolgersi ai medici per problemi di carattere sanitario dei propri atleti.

Art. 5 – Atleti

- 5.1 Solo gli atleti regolarmente iscritti saranno ammessi a partecipare alle competizioni.
- 5.2 Gli atleti privi della cittadinanza italiana non potranno partecipare ai Campionati Italiani Individuali.
- 5.3 Nei Campionati Italiani a Squadre potranno partecipare atleti privi della cittadinanza italiana, indipendentemente dal numero di anni di tesseramento, con il limite di 1 atleta per la squadra composta da 3 agonisti, e di 2 atleti per la squadra composta da 5 agonisti.
- 5.4 Gli atleti hanno 30" per presentarsi sull'area di gara all'annuncio del loro nominativo. Allo scadere del tempo verranno nuovamente chiamati e disporranno di altri 30", dopodiché, se non si presenteranno, verranno squalificati.
- 5.5 Tutti i concorrenti dovranno indossare un Karate-gi bianco e pulito, avere una cintura bianca e una rossa da indossare insieme a quella del proprio grado secondo la necessità. Qualora le donne volessero indossare un indumento sotto al karate-gi dovrà essere di colore bianco (es: maglietta giro collo o V, body, top o reggiseni sportivi).

Art. 6 – Allenatore - Coach

- 6.1 La Commissione Superiore Federale ha la facoltà di decidere la presenza o meno dell'allenatore vicino al tappeto di gara; in caso affermativo il Coach, in tuta sociale, dovrà posizionarsi nel luogo assegnatogli dall'Arbitrator, non potrà intervenire per aiutare il proprio atleta, né con gesti né con parole una volta che questi è entrato nell'area di gara mantenendo un comportamento consono al Karate Tradizionale. Nel caso di assenza della commissione la decisione sarà del Responsabile Arbitri della Competizione.
- 6.2 Nel caso in cui l'Allenatore intenda presentare un reclamo per le operazioni e la conduzione dell'incontro, dovrà seguire la procedura enunciata in **Nota 3. [►] (nota 3 pag.7)**

Art. 7 - Varie

- 7.1 Ogni modifica od emendamento alle Norme arbitrali per le competizioni di Karate Tradizionale dovrà essere ratificata dal Consiglio Federale, su proposta della Commissione Superiore Federale.
- 7.2 Tipi di gara diversi da quelli previsti dalle presenti normative potranno essere organizzati previa approvazione del Consiglio di Presidenza.

Allegato 1: Note Norme Generali

Nota 1: Art. 3 – Giurie, ufficiali di gara [▶]

Ufficiali di gara

In tutte le manifestazioni agonistiche opereranno le seguenti Giurie che saranno coordinate e supportate dall'Ufficiale di Gara responsabile della Pedana:

Giuria di Quadrato Kumite

1 Arbitrator (Kansa) nel caso di un incontro di Kumite, 1 Arbitro Centrale (Sushin) e 4 Giudici d'Angolo (Fukushin).

Giuria di Quadrato Kata

1 Arbitro Centrale (Sushin) e 4 Giudici d'Angolo (Fukushin); in casi particolari, da un Arbitro Centrale e sei Giudici d'Angolo oppure da un Arbitro Centrale e due Giudici d'Angolo (in questo caso vengono conteggiati tutti i punteggi).

La Giuria di Quadrato ha funzioni esclusivamente tecniche ed opera nell'ambito delle presenti normative. Nessuna interferenza può essere consentita in merito all'operato tecnico della Giuria di Quadrato

Giuria di Tavolo

1 Presidente di Giuria, 1 Cronometrista nel caso di un incontro di Kumite.

La Giuria di Tavolo ha il compito di dirigere la gara dal punto di vista amministrativo.

Tutti gli ufficiali di gara dipendono dal Tavolo Centrale dove sono presenti tutte le figure responsabili dell'andamento e della gestione della gara compreso il Responsabile Arbitri ed il Responsabile Presidenti di Giuria.

Divisa ed Equipaggiamento Arbitri

L'Arbitro Centrale, i Giudici d'Angolo e l'Arbitrator dovranno indossare il karate-gi e l'Hakama.

Per il Kumite l'Arbitro Centrale sarà equipaggiato di un fischiello ed i Giudici d'Angolo di un fischiello ed una coppia di bandierine (una rossa ed una bianca).

Per il Kata sia l'Arbitro Centrale che i Giudici d'Angolo saranno equipaggiati di un fischiello una coppia di bandierine, una rossa ed una bianca ed un Tabellone punteggi. [▶]

Nota 2: Art. 4 – Decisioni Mediche [▶]

Il Medico presente comunicherà la diagnosi agli arbitri per desumere la lesione è Leggera, Media o Pesante.

Nelle competizioni di Kumite dovrà essere presente almeno un medico per due quadrati, eccezionalmente, la Commissione Superiore Federale, potrà decidere diversamente, comunque, un medico potrà seguire sino ad un massimo di tre quadrati. Nel caso di assenza della commissione la decisione sarà del Responsabile Arbitri della Competizione. [▶]

Nota 3: Art. 6 – Allenatore – Coach [▶]

Nel caso in cui l'Allenatore intenda reclamare per la conduzione dell'incontro deve rivolgersi unicamente al Presidente di Giuria, il quale sospenderà immediatamente l'incontro e dovrà valutare se il reclamo è di natura amministrativa, pertanto di sua competenza, o di natura tecnica avvisando tempestivamente l'Arbitrator.

- I reclami dell'Allenatore debbono essere esposti prima che il proprio atleta finisca la prova in corso e comunque prima dell'inizio dell'incontro successivo;*
- La decisione sul reclamo di natura tecnica verrà presa in prima istanza dall'Arbitrator, sentiti Arbitro Centrale ed i Giudici interessati;*
- Una volta presa una decisione sulla contestazione, questa sarà definitiva. Nel caso in cui l'Allenatore insistesse, il Presidente di Giuria presenterà un ricorso con una relazione dell'Allenatore alla*

Commissione Superiore Federale che esprimerà un giudizio inappellabile, Nel caso di assenza della commissione la decisione sarà del Responsabile Arbitri della Competizione;

- *Solo alla conclusione della controversia o dietro indicazione della Commissione Superiore Federale la gara potrà essere ripresa.*

Gli allenatori e gli assistenti delle squadre nazionali non potranno esercitare la funzione di coach della propria società. [▶]

TITOLO II – KUMITE

La gara di Kumite prende spunto dallo “Shiai” esercizio tradizionale delle arti marziali dove due contendenti si affrontano e cercano di portare una tecnica efficace prima dell’altro.

Capitolo 1 - NORME GENERALI

Art. 8 – Area di Gara - Tipi di gara

8.1 Area di Gara Kumite

Le dimensioni dell'area di gara sono un quadrato di mt. 7x7 circonscritta da 1 metro per lato (area di sicurezza). In casi particolari l'area di gara può essere di mt. 8x8 circonscritta da almeno 1 mt. Per lato (area di sicurezza). L'esatta configurazione dell'area di gara e la collocazione degli Ufficiali di Gara, atleti e degli addetti al tavolo è indicata in **Appendice A. [►] (pag.26)**

8.2 Tipi di Gara

- Sistema ad eliminazione diretta;
- Sistema con ripescaggio;
- Sistema Girone all'Italiana. [►] (nota 4 pag.16)

Art. 9 - Tipi di Incontri

INDIVIDUALE

9.1 Durata

- Eliminatorie e Semifinali: Due minuti effettivi SHO BU IPPON (*al meglio di un Ippon*);
- Finali Senior: Tre minuti effettivi SHO BU SANBON (*al meglio di due Ippon*).

9.2 Vittoria di uno dei contendenti e termine del combattimento:

- Eliminatorie, Semifinali e Finali per tutte le categorie escluso le finali Senior:
 - In caso di Ippon (diretto o per somma di due Wazaari);
- Finali Senior:
 - In caso di due Ippon (diretti o per somma di quattro Wazaari);
- In caso di squalifica dell'altro: Hansoku (diretto o per somma di due Chui), Shikkaku;
- In caso di Kiken;
- In caso di interruzione medica.

9.3 **Soremade.** Se il tempo regolamentare termina senza la determinazione di un vincitore, l'arbitro Centrale chiederà l'Hantei (giudizio). In tal caso, i Giudici d'Angolo dovranno dare la loro valutazione considerando quanto segue:

- I Wazaari ottenuti;
- Il numero degli attacchi portati;
- I Wazaari potenziali annullati;
- La tattica e la strategia adottate;
- Il comportamento;
- I Jogai.

In caso di parità, a meno che non sia previsto in quella gara, l'incontro proseguirà con il Kettei Sen.

9.4 **Kettei Sen.** Al termine del tempo regolamentare, in caso di Hikiwake (parità) decisa dai giudici, per stabilire il vincitore, verrà effettuato il Kettei Sen come incontro decisivo. La durata del combattimento

del Kettei Sen sarà di un minuto effettivo. Le sanzioni e i jogai subiti durante l'incontro dovranno essere considerati nel Kettei Sen.

9.5 **Assegnazione della vittoria in Kettei Sen:**

- Secondo criteri adottati per l'incontro individuale ad esclusione del primo paragrafo, la vittoria verrà assegnata alla prima tecnica valida, Wazaari o Ippon;
- Se si giungerà al termine del Kettei Sen senza la determinazione di un vincitore, i Giudici dovranno obbligatoriamente decretarlo. Allo scopo l'Arbitro Centrale richiederà il giudizio arbitrale (Hantei).

SQUADRE

9.6 **Durata e tipologia kumite a squadre** Shobu Ippon – Due minuti effettivi per tutti gli incontri.

Svolgimento come per gli incontri individuali, in caso di parità l'incontro terminerà con giudizio arbitrale (Hantei) ed in caso di verdetto di Parità nel singolo incontro non verrà effettuato il Kettei Sen.

9.7 **Assegnazione della Vittoria a Squadre** si otterrà seguendo la seguente progressione:

- 1° Numero delle Vittorie;
- 2° Numero degli Ippon diretti;
- 3° Numero degli Awase Ippon;
- 4° Numero dei Wazaari;
- 5° Numero degli Hansoku diretti;
- 6° Numero degli Hansoku per somma di penalità;
- 7° Numero dei Chui.

Nel caso di parità si procederà ad un ulteriore incontro di spareggio tra due atleti scelti dalle squadre contendenti. Nell'incontro di spareggio tutte le registrazioni degli incontri precedenti non saranno considerate. L'incontro e la decretazione della vittoria seguiranno le procedure previste per il kumite individuale.

9.8 **Deroghe** Quanto previsto negli **Art. 8 e 9** potrà essere eventualmente modificato per specifiche manifestazioni purché sia approvato dalla Commissione tecnica nazionale e sia ben specificato nelle circolari informative dell'evento.

Art. 10 - Protezioni

Le seguenti protezioni sono **OBBLIGATORIE** per le competizioni di Kumite:

- Guantini regolamentari;
- Conchiglia di protezione per l'inguine (per i maschi);
- Paraseno imbottito non metallico (per le donne);
- Salvadenti.

10.1 In caso di accertata mancanza, l'Arbitro Centrale sanzionerà quel contendente sprovvisto delle sopracitate protezioni infliggendogli (dopo avere preventivamente sentita la Commissione Superiore Federale per la ratifica) Shikkaku assegnando, di conseguenza, la vittoria all'avversario. Nel caso di assenza della commissione la decisione sarà del Responsabile Arbitri della Competizione.

10.2 Inoltre, si specifica che:

- Non è ammesso alcun altro tipo di protezione o bendaggio se non autorizzato preventivamente dal Medico di Gara;
- Occhiali o lenti a contatto non sono permessi. È consentito l'uso di lenti corneali morbide previa segnalazione al tavolo di giuria al momento della registrazione;
- Non è ammesso indossare accessori metallici quali: orecchini, piercing, anelli, braccialetti, collanine, mollette per capelli, ecc.;

10.3 Potranno essere ammessi dal medico di gara gli atleti con apparecchio ortodontico fisso, purché in possesso del "modulo per atleti portatori di apparecchio ortodontico fisso" **Appendice G [►] (pag.36)**. Resta confermato che se il medico di gara ritiene che la documentazione prodotta non sia compilata

correttamente, o che il paradingo non sia conforme alle norme di sicurezza, potrà a suo insindacabile giudizio non autorizzare la partecipazione alla gara.

Art. 11 – Valutazione della Tecnica

Durante una competizione di Karate tradizionale gli Arbitri sono chiamati a riconoscere in maniera obiettiva, imparziale, tempestiva e con la corretta gestualità, l'esecuzione di una tecnica che rispetti i Requisiti Essenziali indicati nella *Premessa* e che, portata nel tempo giusto e nella distanza giusta, viene riconosciuta come tecnica valida. Per riassumere una tecnica valida deve avere in maniera almeno sufficiente i seguenti requisiti:

- KIME;
- Giusta distanza;
- Giusto tempo;
- ZANSHIN;
- Atteggiamento marziale (vigoria fisica e controllo);
- Forma.

11.1 Una tecnica è considerata efficace alle seguenti **distanze dal bersaglio**:

- JODAN: approssimativamente da cm. 5 di distanza dal bersaglio fino a contatto epidermico;
- CHUDAN: approssimativamente da 3 cm di distanza dal bersaglio fino a possibilità di contatto controllato.

11.2 L'angolo d'impatto deve essere di 90° (ma viene tollerato tra i 70° ed i 110° circa).

11.3 Nel caso di un'azione di combattimento dove nessun Arbitro rileva tecniche valide od altro, l'Arbitro Centrale non deve interrompere il combattimento a meno di voler fornire, supportato dai Giudici d'angolo, un feedback dell'azione degli atleti.

11.4 Una volta riconosciuta la tecnica come valida gli Arbitri sono chiamati a valutarne il valore:

IPPON

11.5 Quando una tecnica valida è portata a seguito di una **Tattica Corretta e Chiara** o in uno stato di **Kyo** dell'avversario questa è riconosciuta come **Ippon** (finishing blow). Lo stato di Kyo è riconoscibile quando si ha la situazione di:

- Nessuna reazione nei confronti dell'attacco o del contrattacco;
- La tecnica viene portata a segno mentre l'altro contendente sta per iniziare il proprio attacco;
- La tecnica viene portata a segno mentre l'altro contendente è a meta della propria esecuzione;
- La tecnica viene portata a segno mentre l'altro contendente ha concluso la propria tecnica senza che fosse ritenuta valida;
- La tecnica viene portata a segno quando l'altro ha perso la capacità difensiva, ha dato la schiena/nuca all'avversario, ha abbassato il busto sotto il livello della cintura;
- La tecnica viene portata a segno quando l'altro ha perso l'equilibrio anche se casualmente.

WAZAARI

11.6 Si definisce Wazaari una tecnica ben eseguita alla quale una o più condizioni sopraindicate sono valutate in maniera buona ma non ottima.

11.7 Le SIGLE di Ippon, Wazaari, sanzioni, ecc., necessarie per documentare l'andamento degli incontri di Kumite, sono indicate in **Appendice D [►] (pag.29)**.

TABELLA - SCHEMA DELLE TATTICHE	
STRATEGIA DI RIFERIMENTO	
KAKE WAZA Attacco diretto	SEN-SEN NO SEN
OJI WAZA strategia di lasciare all'avversario l'iniziativa, per poi reagire con varie tattiche	KAKE NO SEN (SEN NO SEN) colpire l'intenzione, quando sta per attaccare
	TAI NO SEN colpire la tecnica in transito nelle fasi iniziali
	GO NO SEN - Uke Waza Reazione dopo la parata
SHIKAKE WAZA Tecnica supportata con azioni diversive	RENSOKU WAZA Combinazione di tecniche
	SASOI WAZA Invitare o costringere l'avversario all'attacco
	KUZUSHI WAZA Sbilanciare l'avversario (fisicamente e/o psicologicamente)

Art. 12 – Bersagli

12.1 I bersagli consentiti sono i seguenti:

- **JODAN:** tutta la testa, fatta esclusione della gola (il contatto viene, comunque, sanzionato);
- **CHUDAN:** dalla cintura sino alla linea immaginaria che unisce le ascelle sul davanti, sui fianchi e sulla schiena.

Art. 13 - Tempo di Gara

- 13.1 La durata della gara sarà basata sul "tempo effettivo" e non sul tempo corrente. Il tempo effettivo (vedere **Art. 9**) inizierà con l'annuncio dell'arbitro Centrale di Hajime (inizio) o Tsuzukete - Hajime (continuare) e verrà interrotto con l'annuncio dell'arbitro Centrale di Yame (stop).
- 13.2 Una segnalazione acustica indicherà che mancano 30" secondi al termine, il Sushin avviserà gli atleti con "**Atoshi Baraku**".
- 13.3 Due segnalazioni acustiche indicheranno la fine del tempo. Tutte le tecniche portate dopo il segnale di tempo scaduto non sono valide, indipendentemente dallo Yame dell'Arbitro Centrale.
- 13.4 Una tecnica eseguita contemporaneamente al segnale di tempo scaduto sarà considerata valida come anche per eventuali penalità o altre sanzioni.

Capitolo 2 – PENALITÀ – SANZIONI

Art. 14 – Tipologia Penalità e loro Aggregazione

Nel karate tradizionale dove i valori del rispetto dell'avversario e della correttezza sono della massima importanza, il mancato rispetto del regolamento comporterà sanzioni cumulabili fino alla squalifica dell'atleta dalla gara in corso e, laddove gravi, dalle competizioni di Campionato.

14.1 Le penalità sono tra loro cumulabili secondo i seguenti raggruppamenti:

- Jogai (uscita);
- Contatto - Kinshi –Azione Pericolosa – Mushi – Chui Mushi – Tsukamu - Mubobi - Fukei – Muno;

Art. 15 – Avvertimento Verbale

15.1 L'Avvertimento verbale non è previsto. È data la possibilità al Sushin di ricorrere all'Avvertimento Verbale valutandone l'opportunità secondo la tipologia di gara (promozionale, dimostrativa, ecc.) ed il livello tecnico dei partecipanti (1° kyu e 1° Dan). L'Arbitro Centrale può ricorrere all'Avvertimento Verbale per avvisare agli atleti solamente alla prima infrazione.

Art. 16 - JOGAI (uscita)

16.1 Si ha JOGAI quando una qualsiasi parte del corpo tocca il pavimento fuori dall'area di gara; costituiscono eccezioni:

- Quando il concorrente viene spinto, in modo evidente, al di fuori dell'area di gara;
- Quando l'attaccante esegue una tecnica valida completamente all'interno dell'area di gara e, contemporaneamente, l'avversario esce dal quadrato di gara.

16.2 Un concorrente può essere in Jogai per un massimo di tre volte secondo la seguente sequenza:

1° JOGAI IKKAI

2° JOGAI NIKKAI

3° JOGAI SANKAI/ HANSOKU [►] (nota 5 pag.16)

Art. 17 – Contatto, Mushi, Chui Mushi, Fukei, Tsukamu, Kinshi, Azione Pericolosa, Muno, Mubobi

Tutte queste infrazioni si sommano tra loro e sono in progressione come segue:

- | | |
|-------------|---|
| 1° penalità | eventuale ammonizione verbale, per gare promozionali o bassi livelli tecnici; |
| 1° penalità | (per tutti o eventuale 1° penalità bis se c'è stata ammonizione) Keikoku ; |
| 2° penalità | Chui ; |
| 3° penalità | Hansoku . |

17.1 A seconda della gravità dell'infrazione, è anche possibile sanzionare direttamente Chui o Hansoku o, nel caso di Azioni proibite, dopo aver sentito la Commissione Superiore, è possibile sanzionare con Shikkaku. Nel caso di assenza della commissione la decisione sarà del Responsabile Arbitri della Competizione. Nel caso di assegnazione di una di queste penalità è necessario applicare ulteriori sanzioni secondo le seguenti norme:

17.2 **Squalifica per Somma di CHUI Diretti.** L'atleta sanzionato con **Quattro Chui Diretti** sarà sanzionato con **Hansoku** e l'interdizione da qualsiasi gara che preveda il Jiyu Kumite di quella manifestazione.

17.3 **HANSOKU per Somma di Ammonizioni.** L'atleta sanzionato con la penalità Hansoku per Somma di Ammonizioni per **Contatto, Kinshi, Modà** nel Jiyu Kumite non potrà essere ripescato e continuare la gara/specialità; potrà invece gareggiare in altre specialità che prevedono il Jiyu Kumite (Kumite a squadre, kumite individuale, Fukugo).

17.4 HANSOKU DIRETTO:

- L'atleta sanzionato con Hansoku Diretto, per Contatto, Modà o Kinshi, non potrà più gareggiare nella manifestazione in corso in alcuna specialità che prevedono il Jiyu Kumite;
- Se un atleta viene sanzionato con due Hansoku Diretti nello stesso anno sarà squalificato per un anno a partire dalla data della manifestazione in cui sta gareggiando;
- Se un atleta è recidivo, la Commissione Superiore potrà reiterare la sanzione prolungando il periodo di squalifica a sua discrezione, considerando tutto quanto è necessario.

17.5 **SHIKKAKU.** il Responsabile Arbitri della manifestazione, dopo aver interpellato la Commissione Superiore, può espellere un atleta dalla competizione (Shikkaku) per comportamento non sportivo; se l'atleta è recidivo potrà anche essere radiato e il suo tecnico sanzionato. Nel caso di assenza della commissione la decisione sarà del Responsabile Arbitri della Competizione. [►] (nota 6 pag.16)

17.6 **ATE (contatto)** Se l'Arbitro Centrale rileva, o riceve una segnalazione da un Arbitro d'angolo, che in un'azione ci sia stato un Contatto deve interrompere l'incontro e seguire la seguente procedura:

- Avvicinarsi all'atleta che ha subito il Contatto (senza toccarlo) e decidere se far intervenire o meno il Medico;
- Chiamare gli Arbitri di sedia e decidere se il Contatto c'è stato o meno (non partecipano eventuali Mienai);
- Se si ritiene che ci sia stato Contatto gli Arbitri devono ricostruire l'azione secondo la tabella in **Appendice B [►] (pag.27)** ed ognuno darà la sua opinione sulla sanzione o l'eventuale punto all'Arbitro Centrale;

- Gli Arbitri, dopo aver deciso a maggioranza la sanzione, aspettano il parere del Medico sull'entità della lesione per il responso definitivo, tenendo presente che:
 - L'Interruzione Medica (Doctor Stop) decreta in automatico l'Hansoku;
 - La presenza di sanguinamento o ecchimosi determina minimo la sanzione Chui;
 - Se vi è deliberato contatto dopo lo Yame dell'arbitro Centrale, verrà assegnato Hansoku;
 - Se il contatto è puramente accidentale, non verrà assegnata alcuna sanzione;
 - Il contatto al livello Chudan è ammesso purché controllato;
 - Se durante l'incontro un concorrente assume un atteggiamento che potrebbe essere considerato simulazione, previa Consultazione con la Commissione Superiore, gli verrà inflitta la sanzione di Shikkaku. Nel caso di assenza della commissione la decisione sarà del Responsabile Arbitri della Competizione.

Squalifica ed Interruzione Medica per Contatto

Al termine della manifestazione, il Medico Federale si farà carico di redigere una relazione indirizzata alla Commissione Superiore Federale, annotando gli incidenti gravi accaduti. La Commissione Superiore Federale determinerà eventuali sanzioni per gli atleti che hanno provocato gli incidenti.

La Commissione Superiore federale vigilerà sugli atleti recidivi e nei casi di atleti della stessa società che incorrono in gravi sanzioni ripetutamente. La Commissione Superiore federale potrà squalificare i tecnici Responsabili di Società e le Società stesse qualora uno o più atleti della stessa società incorranoripetutamente nella sanzione di Hansoku Diretto.

- 17.7 L'atleta che ha subito un contatto e vince l'incontro per squalifica dell'avversario per Hansoku Diretto, in seguito a decisione Arbitrale e non del Medico (Doctor Stop), non avrà bisogno dell'autorizzazione medica per proseguire.
- 17.8 L'atleta che vince per squalifica dell'avversario in conseguenza ad un Doctor stop avrà bisogno di un certificato di idoneità per continuare la gara.
- 17.9 L'atleta che subisce 2 contatti, che decretano 2 Hansoku Diretti per contatto eccessivo all'avversario, non potrà più proseguire qualunque tipo di gara di kumite nella manifestazione in corso.
- 17.10 L'atleta che subisca 2 Interruzioni Mediche non potrà più proseguire qualunque tipo di gara di Kumite nella manifestazione in corso e avrà bisogno di un nuovo certificato di idoneità per partecipare alla gara di Kata.

Art. 18 – Tecniche ed Azioni Proibite

Sono proibite le seguenti tecniche e le azioni qui di seguito elencate:

- 18.1 Shuto; Haito; Seiryuto; Nukite; Washide; Ippon Ken; Hiraken; Kumade; Enpi Uchi; Kakato Geri; Hittsuigeri; Tobigeri.
- 18.2 Sono proibite le Azioni qui di seguito elencate:
 - Colpire nei punti vitali;
 - Colpire gli arti superiori o inferiori (sono consentite solo azioni di spazzata a livello sopra caviglia immediatamente seguite da opportune tecniche);
 - Colpire all'inguine;
 - Colpire le articolazioni (ginocchio, gomito, caviglia, ecc);
 - Afferrare, trattenere, spingere l'avversario;
 - Proiettare l'avversario sollevandone completamente il corpo da terra e in ogni caso proiettare l'avversario in modo pericoloso;
 - Comportarsi sconvenientemente all'interno dell'area di gara o nei confronti dell'avversario con offese e gesti scorretti, o anche manifestare uno Spirito Agonistico incontrollato;
 - Ignorare, opporsi o disobbedire alle istruzioni dell'Arbitro Centrale;
 - Ogni altra violazione alle regole di gara non specificate che possono impedire la normale conduzione della gara;

L'atleta sarà sanzionato con una penalità nell'immediatezza e secondo il giudizio arbitrale.

Capitolo 3 – ARBITRAGGIO DEL KUMITE

Art. 19 - Arbitro Centrale

- 19.1 L'Arbitro Centrale deve dirigere l'incontro secondo i contenuti delle presenti normative, utilizzando terminologia e gestualità indicata nella Tabella all'**Appendice F.** [►] (pag.31)
- 19.2 Solo l'arbitro Centrale può dare inizio al combattimento e lo può interrompere.

Art. 20 - Giudici d'Angolo

I Giudici d'Angolo si porranno ai posti loro assegnati all'esterno dell'area di gara. L'opinione dei Giudici sarà manifestata mediante l'uso del fischietto, ove previsto, e delle bandierine con la gestualità indicata nella Tabella nell'**Appendice F.** [►] (pag.31)

Art. 21 – Arbitrator (Kansa)

Il Responsabile degli Arbitri, in condivisione con il Responsabile di Pedana, assegnerà un Arbitrator (Kansa) ad ogni pedana di gara. I diritti ed i doveri dell'Arbitrator sono i seguenti:

- 21.1 Seguire le fasi di ogni incontro ed intervenire immediatamente, tramite l'Arbitro Centrale, in caso di accertamento di violazioni alle norme arbitrali;
- 21.2 Dare la propria opinione, se appositamente interpellato dall'Arbitro Centrale (in tal caso si alzerà e la sua opinione varrà come quella degli altri Giudici);
- 21.3 Annotare i punteggi e le sanzioni di ogni incontro, usando le sigle indicate e secondo l'esempio di compilazione del verbale in **Appendice D,** [►] (pag.29) supportando in tal modo le registrazioni dei Presidenti di Giuria (in caso di discordanza, è valido il punteggio dell'Arbitrator);
- 21.4 Osservare se durante la gara si verificano casi di incompetenza o di favoritismi da parte di qualche Giudice, in tal caso, chiederà all'Arbitro Centrale di richiamarlo ufficialmente. Se dopo tale richiamo, l'incompetenza e i favoritismi dovessero continuare, l'Arbitrator si rivolgerà al Responsabile degli Arbitri affinché il Giudice in questione venga rimosso;
- 21.5 Accogliere o respingere i reclami dell'Allenatore che gli verranno presentati, per competenza, tramite il Presidente di Giuria;
- 21.6 Le registrazioni dell'incontro diventeranno ufficiali con la firma in calce di un componente della Commissione Nazionale Presidenti di Giuria per approvazione, sui moduli previsti, debitamente compilati dai Presidenti di giuria. Nel caso di assenza della commissione la decisione sarà del Responsabile Arbitri della Competizione.

Art. 22 - Giudizio dei Giudici

- 22.1 Le decisioni si baseranno sulla maggioranza dei voti dei Giudici, sia i Giudici d'Angolo che l'Arbitro Centrale hanno un voto ciascuno, l'Arbitro Centrale arriverà alla decisione finale seguendo la Tabella di Riferimento Decisione Arbitrale in **Appendice E.** [►] (pag.30).
- 22.2 Nel caso di parità alla fine del Kettei Sen l'Arbitro Centrale consulterà i Giudici (Fukushin Shuko) e a maggioranza decideranno il vincitore decretandolo coralmente al successivo Hantei.

[►] (nota 7 pag.17).

Allegato 2: Note Kumite

Nota 4: **Art. 8.2 - Girone All'italiana Tre atleti** [►]

Nel Girone all'italiana al termine del tempo regolamentare, se all'Hantei verrà decretata la parità, NON verrà effettuato il Kettei Sen. Il numero delle vittorie determinerà i vincitori di poules.

In caso di parità delle vittorie, si procederà assegnando ai contendenti il punteggio come da prospetto che segue:

- Vittoria 5 punti;
- Pareggio 2 punti;
- Sconfitta 0 punti.

In caso di ulteriore parità al termine dei combattimenti, si dovrà conteggiare per numero di Ippon, Awasete Ippon, in caso di ulteriore parità si eseguiranno dei match di spareggio. Eventualmente sussistessero ulteriori problematiche, la Commissione Superiore Federale dovrà provvedere ad emanare il giudizio definitivo con il criterio indicato per il kumite individuale.

Nota 5: **Art. 16 – Jogai (uscita)** casi particolari Jogai e relative sanzioni [►]

- Se tutti e due i concorrenti escono dal quadrato di gara (Jogai), sarà penalizzato solo quello che è uscito per primo. Se l'uscita di entrambi è contemporanea, non sarà assegnata alcuna sanzione.
- Nel caso in cui in un'azione di combattimento venga eseguita una tecnica ed immediatamente dopo uno o entrambi i concorrenti escono dal quadrato di gara (Jogai) prima che l'Arbitro Centrale annunci Yame, se la tecnica viene riconosciuta valida, nessuno dei due concorrenti sarà penalizzato con Jogai. Se la tecnica non viene riconosciuta valida, verrà penalizzato il primo concorrente che è uscito dall'area di gara.
- Nel caso in cui un concorrente commetta un'azione che potrebbe costituire una violazione, ed uno o entrambi i concorrenti escono dal quadrato di gara (Jogai), prima che l'Arbitro Centrale annunci Yame, nessuno dei due concorrenti sarà penalizzato con Jogai se l'azione commessa sarà considerata violazione. Viceversa, se l'azione non sarà considerata violazione, sarà penalizzato il concorrente che è uscito per primo. [►]

Nota 6: **Art. 17 – Contatto, Mushi, Chui Mushi, Fukei, Tsukamu, Kinshi, Azione Pericolosa, Muno e Mubobi** [►]

Tutte queste Penalità si sommano tra di loro;

- La gestualità per segnalarle è comune per tutte, sia l'Arbitro Centrale che gli Arbitri d'angolo segnalano "Contatto", vedi **Appendice F.** [►] (pag.31), specificando successivamente la gravità e se richiesto anche la tipologia.
- È facoltà dell'Arbitro Centrale, in considerazione del tipo di gara e del livello tecnico dei partecipanti e per un maggiore feedback agli atleti specificare, prima della gestualità formale di "contatto" e l'attribuzione della sanzione, la tipologia della penalità.

CHUI DIRETTI:

- I Chui diretti, per Contatto e Kinshi sanzionati ad un atleta, vengono registrati e considerati nelle altre gare, dove è previsto il Jiyu Kumite, della stessa manifestazione. I CHUI si sommano tra loro, l'atleta sanzionato con Tre Chui Diretti verrà preavvisato dall'arbitro Centrale che il Quarto Chui Diretto comporterà la sanzione di Hansoku e l'interdizione da qualsiasi gara che preveda il Jiyu Kumite di quella manifestazione.

HANSOKU PER SOMMA DI AMMONIZIONI:

- L'atleta sanzionato con la penalità Hansoku per Somma di Ammonizioni per Contatto e Kinshi, nel Jiyu Kumite, non potrà essere ripescato e continuare la gara/specialità; potrà invece gareggiare in altre specialità che prevedono il Jiyu Kumite (Kumite a squadre, kumite individuale, Fukugo).

HANSOKU DIRETTO:

- L'atleta sanzionato con Hansoku Diretto, per Contatto o Kinshi, non potrà più gareggiare nella manifestazione in corso in alcuna specialità che prevedono il Jiyu Kumite;
- Se un atleta viene sanzionato con due Hansoku Diretti in due diverse manifestazioni nello stesso anno (Campionati Federali, quadrangolari, gare ad invito, amichevoli, svoltesi sotto l'egida delle FIKTA), sarà squalificato per un anno a partire dalla data della manifestazione in cui sta gareggiando;
- Se un atleta è recidivo, la Commissione Superiore potrà reiterare la sanzione prolungando il periodo di squalifica a sua discrezione, considerando tutto quanto è necessario.

SHIKKAKU:

- Gli Arbitri, dopo aver interpellato la Commissione Superiore, possono espellere un atleta dalla competizione (Shikkaku) per comportamento non sportivo. L'espulsione di un concorrente annullerà tutte le registrazioni precedenti ottenute nella gara in corso. Nel caso di assenza della commissione la decisione sarà del Responsabile Arbitri della Competizione.
- L'atleta che subisce la sanzione di Shikkaku sarà squalificato per due anni da tutte le competizioni federali ad ogni livello. Se l'atleta è recidivo, la Commissione Superiore Federale può decidere di prolungare il periodo di squalifica o la radiazione. A discrezione della Commissione Superiore Federale, anche il Tecnico responsabile potrà essere squalificato per un periodo che verrà stabilito dalla Commissione stessa. [►]

Nota 7 Art. 22 - Modalità e criteri di Giudizio Arbitrale [►]

- Quando l'Arbitro vede un'esecuzione di una tecnica deve riuscire a valutarla con la griglia numerica che viene usata per valutare complessivamente un kata. Questo darà la possibilità di valutare le tecniche sia nel kumite, nell'Enbu e nei Bunkai mantenendo lo stesso parametro di giudizio. Una tecnica è valida solo se raggiunge la valutazione "sufficiente".
- Nelle categorie dei più giovani o inesperti la difficoltà di valutazione è nel distinguere la tecnica insufficiente da quella sufficiente dato che difficilmente ci potranno essere esecuzioni di tecniche valutabili in maniera Ottima. Quando non sono in campo atleti esperti attendere tecniche che abbiano un'esecuzione contrassegnabile con un Ottimo porta a volte a non poter assegnare dei punti. Un atleta Cintura Nera 1 Dan ha il riconoscimento di praticante di karate, cioè le sue tecniche sono valide, è implicito che un 1° dan potrà vincere un incontro con un Ippon con una tecnica valida considerata in se stessa appena più che sufficiente se questa risponderà anche agli altri requisiti richiesti.
- Quando un solo Giudice d'Angolo segnala d'aver ravvisato l'esecuzione di una tecnica portata da uno dei due concorrenti, l'Arbitro Centrale può ignorare la segnalazione e continuare l'incontro. Se due o più Giudici segnalano la stessa circostanza, l'arbitro Centrale deve interrompere l'incontro, sentire eventualmente le loro opinioni e prendere una decisione basandosi sulla maggioranza dei voti dei Giudici, sia i Giudici d'Angolo che l'Arbitro Centrale hanno un voto ciascuno.
- L'Arbitro Centrale dovrà interrompere sempre l'incontro in caso in cui l'emergenza, la violazione o Jogai fossero segnalati anche da un solo Giudice d'angolo.
- L'Arbitrator potrà essere interpellato dall'Arbitro Centrale fornendo la sua opinione contribuendo così alla decisione finale che rimarrà del Gruppo arbitrale.
- Eventuali disaccordi o controversie saranno riportati dall'Arbitrator al Responsabile degli Arbitri, il quale adotterà una decisione definitiva laddove possibile.
- In caso di problematiche consistenti il Responsabile degli Arbitri le porterà al Segretario della Commissione Superiore Federale, il quale provvederà a riunire la stessa ed a sottoporre le problematiche e la Commissione emetterà una decisione inappellabile. Nel caso di assenza della commissione la decisione sarà del Responsabile Arbitri della Competizione.
- La Commissione Superiore Federale ha la supervisione dell'operato di tutti gli Ufficiali di gara. [►]

TITOLO III – KATA

Capitolo 4 - NORME GENERALI

Art. 23 - Area di Gara - Tipi di Incontri

23.1 Area di Gara Kata

Le dimensioni dell'area di gara possono essere un quadrato di mt. 7x7, 8x8 o 9x9. La superficie deve essere piatta, liscia, senza asperità, si possono utilizzare materassine specifiche per il Karate o pavimenti in parquet dove però non si potrà eseguire il BUNKAI. Le linee che delimitano l'area sono costituite da strisce di colore vivace di larghezza di cm.5. Nel caso di uso delle materassine per determinare il punto di partenza, per l'Embusen, verrà posizionato un materassino di colore diverso come punto di partenza dell'atleta. I concorrenti si disporranno di fronte all'Arbitro Centrale nei punti prefissati. L'esatta configurazione dell'area di gara e la collocazione degli Ufficiali di Gara, atleti e degli addetti al tavolo è indicata in **Appendice A**.

[►] (pag.26)

23.2 Tipi di Incontri

- **Sistema a Punteggio:** l'atleta, dopo il Saluto al Tatami, entrerà sul tatami di gara e si collocherà nella posizione prevista, eseguirà il saluto dichiarando il nome del Kata e, dopo la ripetizione del nome del Kata da parte dell'Arbitro Centrale, inizierà il kata. Al termine finirà con il saluto e attenderà il punteggio in Hachiji dachi dopodiché arretrerà e farà il saluto al Tatami uscendo dal perimetro di gara.
- **Sistema a Bandierine:** gli atleti, il primo chiamato (Aka) si collocherà alla Sx dell'Arbitro centrale, si presenteranno al bordo quadrato, nella perpendicolare al punto a loro assegnato e faranno il saluto al Tatami, poi si collocheranno al centro del quadrato a loro assegnato, si saluteranno tra di loro tornando in posizione di Hachiji dachi. L'Arbitro Centrale comunicherà il nome del kata sorteggiato. Gli atleti faranno il saluto iniziale del kata e ripeteranno il nome posizionandosi nella posizione di partenza, l'Arbitro Centrale darà l'Hajime e, al termine della prova, allo Yame dell'Arbitro Centrale, torneranno contemporaneamente in posizione di partenza eseguendo il saluto conclusivo del kata. Dopo il verdetto si saluteranno tra loro e arretreranno per fare il saluto al Tatami e uscire dal perimetro di gara.

Art. 24 - Scelta del Kata

Nel sistema a bandierine il Kata sarà sorteggiato dall'Arbitro Centrale.

Nel sistema a punteggio l'atleta, se non diversamente indicato dal regolamento della manifestazione, dovrà scegliere un Kata, che potrà essere libero od obbligatorio, tra quelli elencati all'**Appendice D**. [►] (pag.29)

Capitolo 5 – VALUTAZIONE – SANZIONI

Art. 25 – Valutazione Kata a Punteggio

Per valutare l'esecuzione di un Kata, occorre fare particolare attenzione alla capacità di esprimere da parte dell'atleta lo stato mentale e fisico di un combattimento anche se immaginario.

- 25.1 La valutazione del kata deve partire dall'impressione globale espressa in scala numerica da 0 a 10 divisa in centesimi. Il valore numerico è dato dal giudizio dei parametri di base: Forma, Potenza, Dinamica e Transizione, per il kata a squadre si dovrà valutare anche il mancato Sincronismo.
- 25.2 Nella fase finale verrà valutata anche la Maestria con un incremento del punteggio da +0,1 (sufficiente) a +0,5 (ottimo). [►] (nota 8 pag.21)
- 25.3 **Metodologia di gara.** Al termine del kata, se saranno rilevate penalità, gli arbitri decideranno (Fukushin Shugo) l'entità della penalità, successivamente l'Arbitro Centrale chiederà il giudizio arbitrale con Hantei e gli Arbitri esprimeranno la loro valutazione.
- 25.4 **Valutazione del Kata Individuale e a Squadre.** L'Arbitro dovrà valutare i quattro parametri di base secondo la tabella sotto riportata e fare una media dei punteggi. Nelle finali si potrà incrementare il proprio punteggio di base con la valutazione della Maestria e nel il kata a squadre considerare l'eventuale decurtazione per mancato Sincronismo.

TABELLA PUNTEGGIO DI BASE DEL KATA				
SCARSO	INSUFFICIENTE	SUFFICIENTE	DISCRETO/BUONO	OTTIMO
4.0 – 4.9	5.0 – 5.9	6.0 – 6.9	7.0 – 7.9	8.0 – 8.9

Teoricamente un'esecuzione perfetta in finale che abbia il massimo dei voti prenderà 8.9 punti base + 0,5 per Maestria.

- 25.5 **Valutazione Sincronismo Kata a Squadre.** Ogni arbitro, individualmente, espressa mentalmente la sua valutazione del kata, potrà correggere il punteggio finale secondo la Tabella di riferimento per il sincronismo.

DECURTAZIONE PER SINCRONISMO	VALUTAZIONE
Nessun fuori tempo	Nessuna correzione
Fuori tempo di 1 o 2 eventi	-0.1 / - 0.2
Fuori tempo più di 2 eventi	-0.3 / - 0.4

- 25.6 **Decurtazioni dal Punteggio.** Sono inoltre da considerare parte integrante della Valutazione dell'arbitro le decurtazioni di Sbilanciamento, Esitazione ed Embusen. Penalità per le quali ogni arbitro decurerà dalla sua personale valutazione i punti previsti secondo la seguente tabella:

TABELLA DECURTAZIONE PUNTEGGIO		
SBILANCIAMENTO	Sul posto, con spostamento di un piede o di due piedi	da - 0.1 a - 0.3
ESITAZIONE	Evidente mancanza di Zanshin riconoscibile dallo sguardo e dai sintomi di smarrimento	da - 0.1 a - 0.3
EMBUSEN	Vedi lo schema della partenza e ritorno dell'Embusen in Appendice C [►] (pag.28)	

Art. 26 – Penalità

- 26.1 Il punteggio delle Penalità sarà sottratto alla valutazione complessiva della prova di kata e sarà deciso collegialmente dalla Poule Arbitrale. Prima di esprimere la valutazione del Kata, gli arbitri che hanno rilevato penalità alzeranno la bandierina rossa, l'Arbitro Centrale convocherà i Giudici di Sedia (Fukushin Shugo) ed insieme decideranno l'entità della sanzione.

Se emergono opinioni diverse, si decide a maggioranza; in caso di parità, decide l'Arbitro Centrale. Durante il Fukushin Shugo gli Arbitri dovranno dibattere solo sulle penalità e non sulla valutazione del Kata.

- 26.2 **Rilevazione di Penalità:** dopo il Consulto Arbitrale e la decisione collegiale sull'entità della/e penalità, l'A.C. comunicherà la tipologia della penalità e l'entità della sanzione al Presidente di Giuria. Successivamente al conteggio delle valutazioni da parte del Presidente di Giuria, l'Arbitro Centrale, alzerà la bandierina rossa e mostrerà la tabella dei punteggi con indicato il valore della penalità, a quel punto il Presidente di Giuria. comunicherà il punteggio totale e l'entità ed il tipo di penalità applicata.

26. 3 **Penalità:** nella seguente tabella l'entità delle penalità decise collegialmente:

TABELLA PENALITÀ KATA				
			Kata individuale	Kata a squadre
1	Espirazione Rumorosa Sostituire, esagerare o contraffare il naturale rumore esercitato dal Kime. Nel kata a squadre l'espiazione rumorosa è una segnalazione acustica impropria che facilita il ritmo	EVIDENTE	- 0.2	-0,5
		MOLTO EVIDENTE	- 0.5	-1.0
2	Caduta Ovvero quanto l'atleta tocca il pavimento con qualunque parte del corpo diversa dai piedi laddove non sia previsto dallo specifico kata	HANSOKU		
3	Esecuzione anche di una sola tecnica in più o in meno rispetto a quelle previste dal kata	- 1.5 per ogni volta		
4	Esecuzione di una tecnica diversa rispetto a quella prevista dal kata	- 1.5 per ogni volta		
5	Mancanza di kiai	- 1.5 per ogni volta		
6	Eccesso di kiai	- 0.2 per ogni volta		
7	Esitazione di 5 o più secondi	HANSOKU		
8	Direzione di arrivo diversa dalla partenza	HANSOKU		
9	Esecuzione di un kata diverso di quello dichiarato	HANSOKU		
10	Condotta non consona alle regole del Karate Tradizionale	HANSOKU		

Art.27 – Valutazione del Kata a Bandiere

Gli arbitri dovranno comunque fare una valutazione attribuendo mentalmente un punteggio ad ogni atleta. L'Arbitro Centrale (Sushin) chiederà il giudizio arbitrale con Hantei ai quattro giudici d'angolo (Fukushin) che esprimeranno la loro preferenza con le bandiere e, dopo aver fatto riabbassare le bandiere, dichiarerà il vincitore secondo la **Tabella di Riferimento Decisione Arbitrale** in **Appendice E. [►] (pag.30)**

Art. 28 - Modalità di Calcolo del Punteggio

28.2 Nelle eliminatorie, il punteggio sarà determinato sulla base dell'opinione dei Giudici, in conformità alla formula dei Punti Base meno i Punti di Penalità. Nelle finali, la formula dei punteggi sarà determinata dalla somma dei Punti Base più i Punti di Maestria meno i Punti di Penalità. Il Presidente di Giuria, togliendo il punteggio più alto e più basso, farà la somma dei rimanenti tre punteggi decurtando eventuali penalità indicate dall'Arbitro Centrale e comunicherà il punteggio definitivo.

28.3 Nella gara individuale e a squadre per la finale sono unicamente valutati i punteggi ottenuti nell'esecuzione dei Kata di finale.

28.4 Spareggio

Sistema a Punteggio

- In caso di parità, vincerà il concorrente che avrà ottenuto il punteggio minimo più alto. Persistendo la parità, vincerà il concorrente che avrà ottenuto il punteggio massimo più alto;

- Se risulterà ancora parità, dovrà essere eseguito un altro Kata (diverso dal precedente), i Giudici dovranno assegnare la vittoria con il sistema a bandiere o qualora lo spareggio prevedesse più di due atleti verrà effettuato a punteggio.
- Tale sistema di spareggio è valido per tutte le fasi. Pertanto, ogni fase costituisce un caso a sé, cioè a dire che potrà anche essere eseguito il kata eseguito nelle fasi precedenti.
- Nella finale a squadre in caso di parità, lo spareggio si svolgerà come per l'individuale.

Sistema a Bandierine

- In caso di parità, dovrà essere eseguito un altro Kata, deciso dall'arbitro centrale, diverso dal precedente. In caso di ulteriore parità si proseguirà con altre prove di fino alla determinazione del vincitore.

Allegato 3: Note Kata

Nota 8 Art. 25 – Valutazione / KATA dettagli dei parametri di valutazione e loro significato [►]

In sintesi, la valutazione dei Giudici dovrà seguire i seguenti criteri:

- **FORMA**
 - *Postura, posizione;*
 - *Equilibrio, stabilità;*
 - *Uso delle tecniche di braccia e di gambe in modo corretto secondo i principi del Karate Tradizionale;*
 - *Corretto atteggiamento mentale e fisico in ogni singola tecnica (Zanshin);*
 - *Massima precisione nel raggiungere il bersaglio;*
 - *Ritmo;*
 - *Respirazione.*
- **DINAMICA**
 - *Preparazione del corpo per la corretta esecuzione del movimento e della tecnica successiva;*
 - *Corretto percorso nella esecuzione della tecnica;*
 - *Fluidità, elasticità muscolare ed armonia nell'esecuzione corretta della tecnica;*
- **POTENZA**
 - *Esplosività iniziale e rapidità del movimento;*
 - *Contrazione muscolare e massima stabilità nella fase finale, decontrazione e respirazione;*
 - *Adeguate atteggiamento fisico e mentale (Zanshin).*
- **TRANSIZIONE**

Continuità delle tecniche, spostamento da una tecnica all'altra utilizzando in modo naturale e corretto la respirazione ed esprimendo una grande forza interna ed esterna (mantenimento e trasferimento dell'energia dalla fase finale di una tecnica a quella successiva).
- **MAESTRIA**

Unire gli elementi dei criteri di base con naturalezza contemporaneamente a una grande energia e controllo. L'insieme deve impressionare l'osservatore e deve suscitare grande emozione.
- **SINCRONISMO**

Parte sostanziale del kata a squadre, saranno valutati e penalizzati gli eventuali fuori sincronia tra i tre componenti della squadra. I fattori che lo determinano sono i seguenti:

 - *Partenza e arrivo non contemporaneo nelle tecniche del Kata;*
 - *Respirazione rumorosa;*

[►]

TITOLO IV - KATA ENGI BUNKAI

Capitolo 6 - NORME GENERALI

Art.29 – Modalità

- 29.2 La gara di kata Engi Bunkai, sia nelle fasi regionali che nazionali, maschili e femminili, si svolgerà con squadre formate da tre atleti (è ammessa una riserva). Le squadre potranno essere composte sia da atleti che partecipano alla gara di kata a squadre sia da atleti diversi in quanto non esiste collegamento tra le due competizioni;
- 29.3 Le squadre eseguiranno lo stesso Tokui kata Engi Bunkai in tutte le fasi della competizione (eliminatorie e finali);
- 29.4 L'atleta designato ad eseguire il kata Engi Bunkai partirà nel quadrato dell'embusen e terminerà la prova tornando al punto di partenza;
- 29.5 La prova di Engi Bunkai dovrà prevedere l'esecuzione alternata di parte del kata e parte del Bunkai;
- 29.6 Le applicazioni devono essere eseguite seguendo l'ordine prestabilito dalle sequenze del kata;
- 29.7 Le azioni di attacco previste vanno da un minimo di 4 a un massimo di 6;
- 29.8 Ogni azione di attacco può essere composta massimo da 2 tecniche consecutive;
- 29.9 Il numero dei contrattacchi non deve essere superiore a 2 per ogni avversario;
- 29.10 Nel caso in cui il Bunkai avvenga in un passaggio dove le parate non prevedano contrattacchi, se ne potranno eseguire massimo due liberi;
- 29.11 Non sono ammessi attacchi con le armi.

Capitolo 7 – VALUTAZIONE – SANZIONI

Art.30 – Parametri di Valutazione

I parametri di valutazione dell'Engi Bunkai sono i seguenti:

- 30.2 Esecuzione del Kata: Gli stessi parametri del kata individuale (forma, dinamica, potenza, transizione, maestria);
- 30.3 Applicazione delle Tecniche: Stabilire il livello di esecuzione delle applicazioni/tecniche con i parametri del kumite (tempo, distanza, potenza, stabilità, precisione del bersaglio, spirito combattivo);
- 30.4 Aspetto del Budo: Grado di realismo dimostrato nell'applicazione delle tecniche.

Art. 31 - Valutazione del Bunkai

- 31.2 Per la valutazione del Bunkai gli Arbitri dovranno usare a riferimento i parametri della seguente tabella e per i particolari di esecuzione di valutazione vedi nota 11. [►] (nota 9 pag.25)

TABELLA DI VALUTAZIONE DEL BUNKAI				
SCARSO	INSUFFICIENTE	SUFFICIENTE	DISCRETO BUONO	OTTIMO
4.0 – 4.9	5.0 – 5.9	6.0 – 6.9	7.0 – 7.9	8.0 – 8.9

Art. 32 – Penalità

Il punteggio della Penalità sarà sottratto alla valutazione complessiva della prova del Bunkai e verrà deciso collegialmente dalla Poule Arbitrale. Prima che la poule arbitrale esprima la propria valutazione, l'Arbitro Centrale verificherà se ci sono eventuali penalità segnalate dalla bandiera rossa. Se vi saranno bandiere rosse l'arbitro centrale eseguirà la procedura per l'assegnazione delle penalità secondo la Tabella Penalità Bunkai - Enbu. [►] (nota 10 pag.25)

Se i Giudici ritengono di non aver riconosciuto nelle parti di esecuzione del kata quello dichiarato la squadra verrà squalificata.

TITOLO V - ENBU

Capitolo 8 - NORME GENERALI

Art.- 33 - Modalità

L'**Enbu** è una dimostrazione di combattimento concordato ed attuato da due competitori in cui vengono eseguite delle tecniche di attacco e di difesa, occorre quindi essere in grado di mostrare un kumite vero e proprio, reale. Enbu è Jiyu Kumite.

- 33.1 Le tecniche e la coreografia codificate per le prove di Enbu saranno specificate dal regolamento della manifestazione.
- 33.2 L'area di gara è la stessa del kumite.

Art. 34 - Composizione della Squadra

- 34.1 sono previste due categorie di squadre, formate da due elementi, Maschile o Femminile e non potrà essere mista.

Capitolo 9 - VALUTAZIONE – SANZIONI

Art.- 35 - Valutazione

35.1 Come per le gare di Kumite si dovranno essere valutate i seguenti requisiti:

- Kime;
- Giusta distanza;
- Giusto tempo;
- Zanshin;
- Atteggiamento marziale (vigoria fisica e controllo);
- Forma;
- Bersaglio corretto.

35.2 I Punti Base sono formati dai seguenti elementi:

- **Tecnica:** uso della dinamica del corpo, stabilità ed equilibrio, focalizzazione del bersaglio, livello di continuità nell'esecuzione delle tecniche;
- **Tempo e Distanza:** giusta applicazione di questi due parametri nell'espressione della strategia adottata;
- **Aspetto del Budo:** atteggiamento mentale, livello di marzialità delle tecniche, estrema concentrazione, stabilità emozionale, serietà e comportamento corretti;
- **Coreografia:** corretta applicazione della coreografia Codificata.

Come per le gare di Kata nelle eliminatorie verrà adottata la formula "Punti Base meno i Punti di Penalità", mentre nelle finali verrà adottata la formula "Punti Base più Punti di Maestria meno Punti di Penalità".

Art. 36 – Penalità Enbu

Il punteggio della Penalità sarà sottratto alla valutazione complessiva della prova e sarà decisa collegialmente dalla Poule Arbitrale. Prima che la poule arbitrale esprima la propria valutazione, l'Arbitro Centrale verificherà se ci sono eventuali penalità segnalate dalla bandiera rossa. Se vi saranno bandiere rosse l'Arbitro centrale eseguirà la procedura per l'assegnazione delle penalità secondo la Tabella Penalità Bunkai – Enbu. [►] (nota 10 pag.25)

Allegato 4: Note Kata Engi Bunkai - Enbu

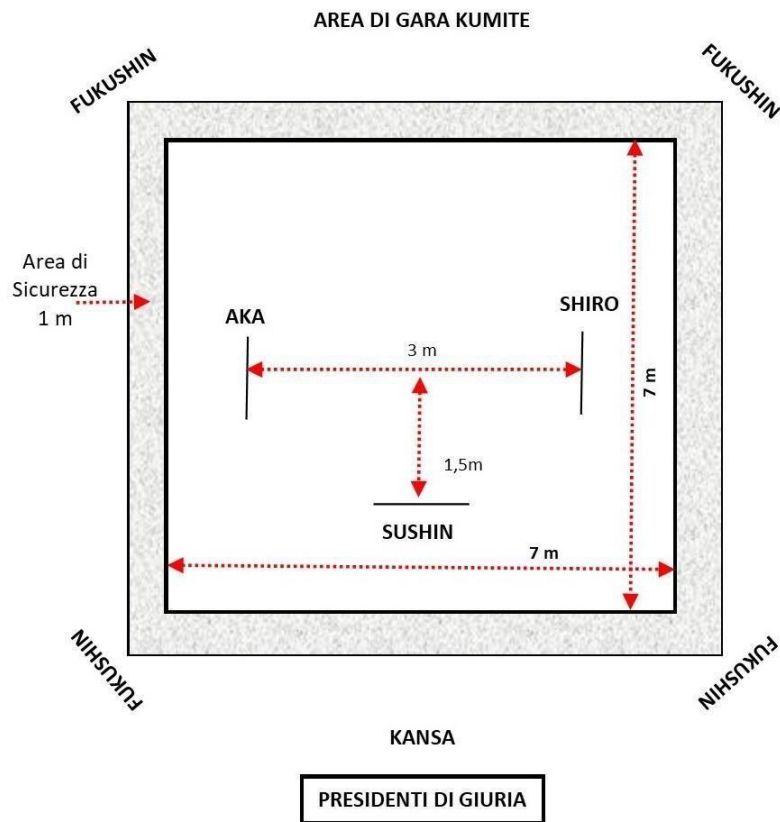
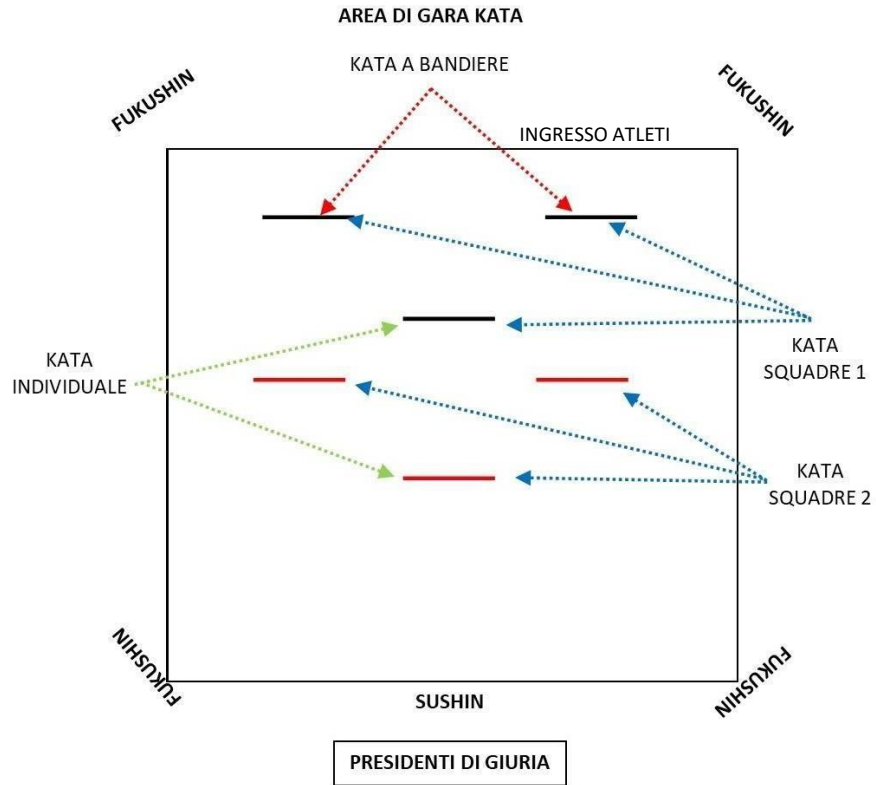
Nota 9 Art. 30 e 31 – Valutazione del Bunkai: particolari di esecuzione, di valutazione per il BUNKAI [►]

- *L'esecutore deve essere sempre lo stesso;*
- *Il Kata deve essere integralmente e fedelmente eseguito, laddove non vi è applicazione di tecniche;*
- *Al termine dell'applicazione, l'esecutore dovrà ritornare nella posizione e direzione di partenza;*
- *Coreografia dell'applicazione:*
 - *I componenti della squadra salutano l'Arbitro Centrale, si dispongono nell'ordine di inizio applicazione, quindi, si salutano reciprocamente;*
 - *Gli attaccanti si pongono in posizione di "SEIZA";*
 - *L'esecutore inizia il Kata;*
 - *Quando vi è un'interruzione prolungata tra un attacco e l'altro, l'attaccante assumerà la posizione di Seiza sino all'attacco successivo;*
 - *Quando l'applicazione del Kata è ultimata, i componenti della squadra si salutano tra loro quindi si inchinano all'Arbitro Centrale;*
- *Per il punteggio si usano gli stessi criteri del kata.*

Nota 10 Art. 36 – Tabella Penalità Enbu e Bunkai

TABELLA PENALITÀ BUNKAI - ENBU	
Uscita dall'area di gara	- 0.2 ogni volta
Mancanza delle tecniche definitive finali (TODOME)	- 0.5 ogni volta
Esitazione	- 0.2 ogni volta
Tecnica portata fuori bersaglio	- 0.2 ogni volta
Comportamento (mancanza di saluto, ecc.)	- 0.2 ogni volta
Tecniche di attacco e di contrattacco NON parate o schivate	- 0.2 ogni volta
Contatto eccessivo	- 0.2 ogni volta

APPENDICE A: AREE DI GARA



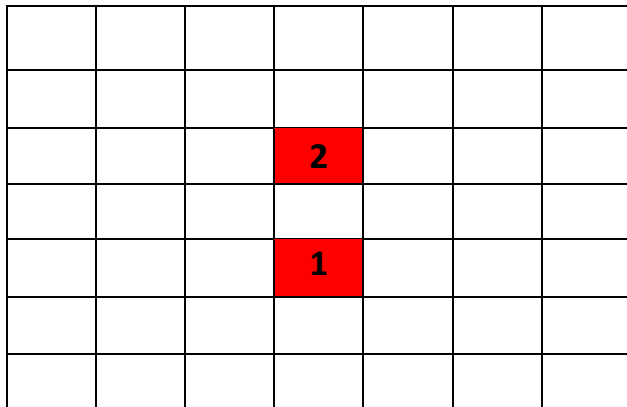
APPENDICE B: TABELLA SANZIONI PENALITÀ CONTATTO

TABELLA SANZIONI A SEGUITO DI CONTATTO			
RESPONSO DEL MEDICO	OSSERVAZIONE DELL'EVENTO		
	Il danneggiato è colpito mentre: AVANZA	Il danneggiato è colpito mentre: È FERMO	Il danneggiato è colpito mentre: INDIETREGGIA
<i>Rossore superficiale.</i> [Leggero]	A) ASSEGNAZIONE DELLA TECNICA	A) ASSEGNAZIONE DELLA TECNICA B) KEIKOKU	A) KEIKOKU B) CHUI
<i>Ecchimosi o ferita con sangue ma può continuare.</i> [Medio]	A) CHUI	A) CHUI B) HANSOKU	A) HANSOKU
<i>Non può continuare.</i> [Pesante]	A) HANSOKU	A) HANSOKU	A) HANSOKU
<p><i>Gli arbitri decidono la sanzione in base all'azione e non solamente sull'entità della lesione e delle indicazioni del medico. La presenza di Kinshi aumenta il grado della sanzione.</i></p> <p><i>La responsabilità degli arbitri decade al momento in cui il medico dichiara che la lesione è superficiale, di media entità, ma può continuare l'incontro.</i></p> <p><i>Le diverse sanzioni indicate non sono da intendersi esaustive ma un esempio delle varie possibilità da applicare, non essendo possibile elencarle tutte la decisione spetta agli arbitri che devono valutare di volta in volta la specifica.</i></p>			

APPENDICE C: EMBUSEN E RELATIVE PENALITÀ

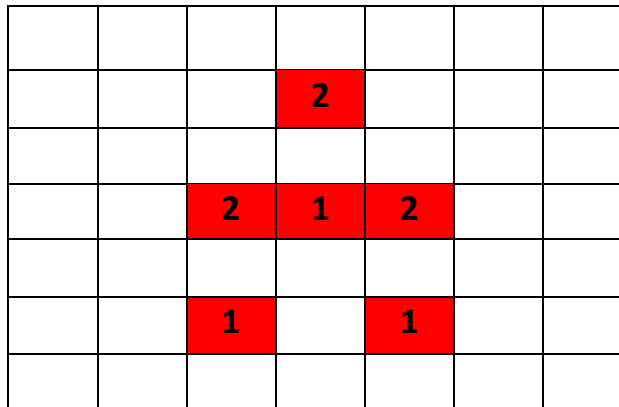
SCHEMA DI POSIZIONAMENTO DEGLI ATLETI DI KATA NEI TATAMI DI GARA

KATA INDIVIDUALE



INGRESSO ATLETI

KATA A SQUADRE



INGRESSO ATLETI

SCHEMA POSIZIONI DI ARRIVO IN HACHICHIDACHI

Dalla posizione di partenza obbligatoria al centro del quadrato, si possono verificare le seguenti situazioni al momento dell'arrivo:

	<p>SITUAZIONE 1</p> <p>L'atleta ritorna nella posizione di partenza al centro del quadrato</p> <p>decurtazione: nessuna</p>		<p>SITUAZIONE 2</p> <p>L'atleta arriva sul limite interno del quadrato di partenza del kata</p> <p>decurtazione: - 0.1</p>
	<p>SITUAZIONE 3</p> <p>L'atleta arriva con i piedi sulla riga superiore o inferiore o con un piede all'interno e uno all'esterno delle righe laterali del quadrato di partenza del kata</p> <p>decurtazione: - 0.2</p>		<p>SITUAZIONE 4</p> <p>L'atleta arriva con entrambi i piedi fuori dal quadrato di partenza del kata</p> <p>decurtazione: - 0.3</p>

APPENDICE D: ELENCO KATA – TERMINOLOGIA SIGLE – VERBALE KANSA

TABELLA ELENCO KATA			
Lista A	Lista B	Lista C	
HEIAN SHODAN	BASSAI - DAI	GANKAKU	UNSU
HEIAN NIDAN	JION	KANKU -SHO	GOJYUSHIHO- SHO
HEIAN SANDAN	KANKUDAI	BASSAI -SHO	GOJYUSHIHO – DAI
HEIAN YODAN	ENPI	JIIN	CHINTE
HEIAN GODAN	JITTE	TEKKI NIDAN	MEIKYO
TEKKI SHODAN	HANGETSU	NIJUSHIHO	WANKAN
		SOCHIN	TEKKI SANDAN












TABELLA TERMINOLOGIA SIGLE	
SIGLA = EVENTO	SIGLA DEL KANSA
I=Ippon	I
w=Wazaari	W
R=Richiamo Ufficiale	R
K=Keikoku	K
C=Chui	C
H=Hansoku	H
J= Jogai	J1 o J2 o J3
IM= interruzione medica	H (IM)
KK= Kiken (abbandono)	KK
A= Ate contatto	K, o C, o H (C) L'ammonizione è in scaletta se non direttamente più severa
KT = Kettei Sen	KT
M = Mushi	K, o C, o H (M) L'ammonizione è in scaletta se non direttamente più severa
CM=Chui Mushi	K, o C, o H (CM) L'ammonizione è in scaletta se non direttamente più severa
F=Fukei	F o C, o H (CM) L'ammonizione è in scaletta se non direttamente più severa
TS=Tsukamu	K, o C, o H (TS) L'ammonizione è in scaletta se non direttamente più severa
MU=Muno	K, o C, o H (MU) L'ammonizione è in scaletta se non direttamente più severa
S=Shikkaku	S
KI= Kinshi	K, o C, o H (KI) L'ammonizione è in scaletta se non direttamente più severa
X= pareggio	X
V= Vincente	V
P=Perdente	P

















TABELLA ESEMPIO COMPILAZIONE VERBALE DI GARA A CURA DEL KANSA					
ESITO	n	SHIRO			AKA
Vince SHIRO per Ippon.	1	I	V	P	
Vince AKA per awasete .	2		P	V	W W
Vince AKA per Jogai 3 Hansoku .	3	J1 W J2 J3	P	V	
Vince AKA per Hansoku di SHIRO.	4	W K(A) C(A) H(KI)	P	V	J1 W J2
Parità	5	W	X	X	W
Kettei Sen, alla fine con Hantei, vince SHIRO	5		V	P	




















APPENDICE E: TABELLA RIFERIMENTO DECISIONE ARBITRALE













TABELLA RIFERIMENTO DECISIONE ARBITRALE					
GIUDIZIO GIUDICE D'ANGOLO					DECISIONE
1	S	S	S	S	Vittoria Shiro
2	S	S	S	A	Vittoria Shiro
3	S	S	S	P	Vittoria Shiro
4	S	S	P	P	Vittoria Shiro o Parità, dipende dal giudizio dell'arbitro centrale
5	S	S	A	P	Vittoria Shiro o Parità, dipende dal giudizio dell'arbitro centrale
6	A	A	A	A	Vittoria Aka
7	A	A	A	S	Vittoria Aka
8	A	A	A	P	Vittoria Aka
9	A	A	P	P	Vittoria Aka o Parità, dipende dal giudizio dell'arbitro centrale
10	A	A	S	P	Vittoria Aka o Parità, dipende dal giudizio dell'arbitro centrale
11	P	P	P	P	Parità
12	P	P	P	A	Parità
13	P	P	P	S	Parità
14	P	P	A	S	Parità
15	A	A	S	S	Parità, Vittoria Aka o Shiro, dipende dal giudizio dell'arbitro centrale








APPENDICE F: GESTUALITÀ E TERMINOLOGIA ARBITRAGGIO KUMITE

GESTUALITÀ E TERMINOLOGIA ARBITRAGGIO KUMITE			
	GESTUALITA'	ARBITRO CENTRALE	ARBITRO DI SEDIA
1	AKA SHIRO NAKAE Si indica i contendenti e poi si sposta le mani indicando i punti di partenza; Il Sushin entrando nel shiajo invita i contendenti a posizionarsi nei propri posti.		
2	SHOBU IPPON HAJIME Comando solo verbale, Il Sushin indica che si svolgerà un combattimento ad un punto (eventualmente Shobu Sambon, due punti su tre) e poi dà la partenza dell'incontro.		
3	YAME Tagliando l'aria tra i due contendenti con la dx in avanti il Sushin interrompe il combattimento.		
4	IPPON Il Sushin assegna il punto pieno ad una tecnica ritenuta definitiva avvicinando la mano corrispondente al fianco opposto e poi alzandola a 45° in alto.		 FISCHIO
5	WAZAARI Il Sushin assegna una tecnica ritenuta non definitiva alzando la mano corrispondente alla spalla opposta e poi stende il braccio lateralmente a 45° verso il basso.		 FISCHIO
6	TSUZUKETE HAJIME Il Sushin dà il segnale per ripartenza dell'incontro.		
7	ATOSHI BARAKU Comando verbale con il quali vengono avvertiti i contendenti che mancano 30" al termine del combattimento.		
8	MOTONOICHI Il Sushin invita gli atleti a riposizionarsi nelle posizioni iniziali indicando i punti di partenza.		
9	SOREMADE Il Sushin segnala la fine del tempo indietreggiando verso il Kansa e spingendo il palmo della mano in avanti.		
10	HANTEI Comando verbale, il Sushin a bordo tatami (o seduto nella sua posizione per il KATA) fischia breve seguito da uno deciso e i giudici di sedia a esprimono il loro giudizio alzando le bandiere, il Sushin fischia nuovamente per farle abbassare e dichiara la vittoria o il pareggio.		
11	AKA o SHIRO NO KACHI Dichiarazione del vincitore avvicinando la mano corrispondente al fianco opposto e poi alzandola a 45° in alto.		

GESTUALITÀ E TERMINOLOGIA ARBITRAGGIO KUMITE			
	GESTUALITA'	ARBITRO CENTRALE	ARBITRO DI SEDIA
12	HIKIWAKE Il Sushin decreta la parità incrociando le braccia davanti al petto e stendendole in basso lateralmente (per i giudici di sedia e nel Kata si incrocia le bandierine sopra la testa).		
SEGNALAZIONE LOGISTICA			
13	MIENAI Segnalazione riservata ai Giudici di sedia. Quando il Sushin interrompe i Fukushima lo devono supportare dando la loro opinione sull'azione. Se hanno visto che c'è stata un'azione ma dal loro punto di vista non hanno potuto valutare segnaleranno 'non visto' incrociando le punte delle bandiere davanti agli occhi.		
GESTIONE SITUAZIONI PARTICOLARI			
14	KETTEI SEN Annuncio solo verbale per il prolungamento dell'incontro dove la prima tecnica assegnata porta alla vittoria.		
15	DOTTORE È richiesto l'intervento del medico agitando la mano o la bandiera sopra la testa.		
16	INTERRUZIONE MEDICA Prima si effettua una figura a croce con gli avambracci seguito da un segnale simile a Yame in piedi al proprio posto. Se a causare l'incidente è stato una tecnica dell'avversario comporrà la sua squalifica.		
17	TORIMASEN (TORANAI-FUJYBUN) Dopo l'interruzione i giudici esprimono che non hanno rilevato nessuna azione da segnalare.		
18	FUKUSHIN SHUKO Il Sushin chiama una consultazione tra i Giudici con un movimento semicircolare dei palmi delle mani all'altezza del volto, eventualmente può chiamarne solo alcuni .		
19	AIUCHI Segnalazione che le tecniche dei due atleti sono arrivate contemporaneamente unendo i pugni davanti al petto.		
20	DOJI Segnalazione di una contemporaneità tra due eventi unendo i palmi delle mani davanti al corpo.		
21	ATO Il Sushin segnala che l'evento è avvenuto dopo lo YAME alzando le braccia piegate in alto lateralmente.		

GESTUALITÀ E TERMINOLOGIA ARBITRAGGIO KUMITE			
	GESTUALITA'	ARBITRO CENTRALE	ARBITRO DI SEDIA
22	NO KIKEN Il Sushin dichiara l'abbandono da parte di uno dei due contendenti con l'indice puntato verso di lui e il braccio piegato, poi apre il palmo. Segue assegnazione della vittoria all'altro.		
23	FUKEI (e MUNO) Il Sushin squalifica un atleta per palese incapacità di combattere e/o dell'assunzione di pessimi atteggiamenti, agitando la mano aperta verso il concorrente.		
SEGNALAZIONI DI PRECISAZIONE			
Completano le segnalazioni principali, se il Sushin vuole dare un maggior feedback agli atleti prima precisa l'evento e dopo, esprime la decisione, ad esempio 'AKA o SHIRO <u>NUKE</u> , TORIMASEN'			
24	HAYAI - Collegata al 4 o 5, Tra le tecniche portate a segno dai due contendenti il Sushin segnala l'atleta che è arrivato prima.		
25	YOWAI - Collegata alla 17, Abbassare il palmo rivolto al pavimento per tecnica debole. Con questo segnale è possibile segnalare anche il 26.		
26	TACHI - Collegata alla 17, Il Sushin segnala che la tecnica non era supportata da una posizione di spinta adeguata portando gli avambracci con le mani stese a forma di triangolo davanti al petto.		
27	NIGE - Collegata alla 17, Oscillando il braccio avanti e indietro con il palmo aperto il Sushin segnala che la tecnica è stata portata con il corpo che arretrava. Azione che può essere segnalata anche con 25.		
28	UKE - Collegata alla 17, Il Sushin batte la mano aperta dell'atleta che ha portato la tecnica parata nell'avambraccio messo verticalmente.		
29	NUKE - Collegata alla 17, Segnale che una tecnica è uscita, portando il pugno chiuso a braccio piegato avanti e indietro davanti al corpo.		
30	MAAI - Collegata alla 17, Il Sushin segnala avvicinando e allontanando i palmi davanti al petto a braccia tese che la tecnica aveva una distanza errata.		
31	FUORI TEMPO - Collegata alla 17, Può essere segnalata con la 25, Il Sushin rotola gli avambracci davanti al petto per segnalare che la tecnica era fuori tempo.		

GESTUALITÀ E TERMINOLOGIA ARBITRAGGIO KUMITE			
	GESTUALITA'	ARBITRO CENTRALE	ARBITRO DI SEDIA
32	FURI UCHI - Collegata alla 17, Alzare lateralmente il braccio con il pugno chiuso per segnalare una tecnica con gli arti superiori non conforme.		
33	FURI GERI - Collegata alla 17, Alzare frontalmente il braccio con il pugno chiuso per segnalare una tecnica di gambe non conforme.		
34	OSHI Stendendo i palmi in avanti il Sushin segnala che c'è stata una spinta non permessa.		
SANZIONI			
1° GRUPPO USCITE			
35	JOGAI IKKAI – NIKKAI- SANKAI Sanzioni cumulabili a scaletta per l'uscita dal Shiaigio di uno dei due contendenti che porta alla squalifica e alla vittoria dell'altro, Il Sushin spinge il pugno verso il contendete con elevate le dita del grado della sanzione dopo aver indicato la linea di uscita.		
2° GRUPPO COMPORAMENTI SCORRETTI			
SEGNALAZIONE PRINCIPALE			
36	KEIKOKU-CHUI-HANSOKU. AVVERTIMENTO-AMMONIZIONE-ESPULSIONE Sanzioni cumulabili a scaletta per comportamento scorretto di uno dei due contendenti che porta alla squalifica e alla vittoria dell'altro, Il Sushin spinge ippon nukite verso le ginocchia per Keikoku, verso il petto per Chui e verso il volto per Hansoku.		
SEGNALAZIONI DI PRECISAZIONE che il Sushin effettua prima di applicare la sanzione motivandola, possono essere riunite con la segnalazione di ATE, ma è facoltà del Sushin, per fornire in maggior feedback agli atleti, di esprimere la segnalazione relativa all'infrazione. Il giudice di sedia usa la segnalazione principale ed eventualmente specifica il tipo di infrazione.			
37	ATE. Il Sushin segnala che la sanzione che seguirà è per infrazione di contatto o per infrazione dello stesso gruppo: avvicina il pugno chiuso dalla parte dell'atleta che ha fatto l'infrazione all'altra mano colpendo il palmo con il Seiken, il Giudice di sedia segnala subito la sanzione ad un eventuale richiesta del Sushin avvicina la punta della bandiera corrispondente all'atleta che ha colpito alla guancia.		Come alla 36 Su richiesta del Sushin segnalare 

GESTUALITÀ E TERMINOLOGIA ARBITRAGGIO KUMITE			
	GESTUALITA'	ARBITRO CENTRALE	ARBITRO DI SEDIA
38	<p>KINSHI</p> <p>Il Sushin prima di sanzionare con 36 segnala con 37 o, se vuole specificare per dare un feedback agli atleti, porta la punta del nukite verso la gola, il Giudice di sedia come in 37 ma all'eventuale richiesta del Sushin punta la bandiera alla gola o al ginocchio.</p>		<p>Come alla 36</p> <p>Su richiesta del Sushin segnalare</p> 
39	<p>TSUKAMU</p> <p>Il Sushin prima di sanzionare con 36 segnala con 37 o, se vuole specificare per dare un feedback agli atleti, fa il gesto di afferrare, il Giudice di sedia come in 37 ma all'eventuale richiesta del Sushin afferra le bandiere con entrambe le mani.</p>		<p>Come alla 36</p> <p>Su richiesta del Sushin segnalare</p> 
40	<p>CHUI MUSHI</p> <p>Il Sushin prima di sanzionare con 36 segnala con 37 o, se vuole specificare per dare un feedback agli atleti, porta i palmi delle mani davanti agli orecchi, il Giudice di sedia come la 37 ma all'eventuale richiesta del Sushin porta le bandiere davanti agli orecchi.</p>		<p>Come alla 36</p> <p>Su richiesta del Sushin segnalare</p> 
41	<p>MUSHI</p> <p>Il Sushin prima di sanzionare con 36 segnala con 37 o, se vuole specificare per dare un feedback agli atleti, porta il palmo della mano davanti agli occhi, il Giudice di sedia come la 37 ma all'eventuale richiesta del Sushin porta la bandiera davanti agli occhi.</p>		<p>Come alla 36</p>
42	<p>MUBOBI</p> <p>Il Sushin prima di sanzionare con 36 segnala con 37 o, se vuole specificare per dare un feedback agli atleti, mima una guardia bassa con le braccia (Kamae), il Giudice di sedia come la 37 ma all'eventuale richiesta del Sushin mima con le bandierine un kamae.</p>		<p>Come alla 36</p>
43	<p>AZIONE PERICOLOSA.</p> <p>Il Sushin prima di sanzionare con 36 segnala con 37 o, se vuole specificare per dare un feedback agli atleti, mima (nel caso di un pugno pericoloso che passa oltre il bersaglio senza controllo), un pugno oltre il proprio viso. Nel caso di calcio pericoloso che passa oltre il bersaglio senza controllo, mima con la mano il calcio che passa sopra la testa. Il Giudice di sedia come la 37 ma all'eventuale richiesta del Sushin mima con le stesse modalità con la bandierina.</p>		<p>Come alla 36</p>

APPENDICE G: MODULO PER ATLETI PORTATORI DI APPARECCHIO ORTODONTICO FISSO

MODULO PER ATLETI PORTATORI DI APPARECCHIO ORTODONTICO FISSO

Il modulo seguente dovrà essere completato dallo specialista ortodontista che ha in cura l'atleta e che ha confezionato l'apparecchio ortodontico fisso per lo stesso. Tale modulo dovrà essere completato con indicazione di data, recapito (postale e telefonico), firma originale e timbro dello specialista ortodontista.

Io sottoscritto Dott. _____ odontoiatra

ortodontista confermo che in data _____ ho confezionato

un apparecchio ortodontico fisso all'atleta _____

e mi aspetto che tale apparecchio sarà tenuto fino a _____

Confermo, inoltre, di aver confezionato / approvato personalmente per l'atleta

un paradenti protettivo su misura che mi aspetto gli/le garantirà un'adeguata protezione al cavo orale, ai denti e all'apparecchio ortodontico durante competizioni e/o allenamenti di karate.

Ritengo che l'atleta non sia, perciò, a maggior rischio di traumi buccali e dentali rispetto a qualsiasi altro/a atleta che compete nel karate. Per questo specifico aspetto, quindi, non ravvedo controindicazioni alla pratica del karate agonistico, purché condotto con l'adeguata protezione, da me appositamente confezionata.

Recapito telefonico dell'Ortodontista _____

Recapito postale dell'Ortodontista _____

data

timbro e firma

Ogni atleta portatore di apparecchio ortodontico e che desideri prendere parte ad una competizione dovrà presentare questo modulo debitamente compilato e firmato al medico di gara in occasione del controllo atleti.

In tale occasione dovrà avere a pronta disposizione il paradenti di cui sopra da mostrare su eventuale richiesta del medico visitatore.

L'arbitro dell'incontro dovrà garantire che tale paradenti sia adeguatamente indossato dall'atleta durante l'incontro.