

REGOLAMENTO - 5° COPPA LOMBARDIA

19 Aprile 2026 – Misano di Gera d’Dadda (BG)

Palestra Comunale di Via Aldo Moro

La competizione di Kata e Kumite, Individuale ed a Squadre, è aperta agli atleti agonisti regolarmente iscritti alla Fikta asd per l’anno 2026, con il grado di cintura marrone (1 Kyu) e nera con il certificato medico agonistico in corso di validità e gradi correttamente registrati sul portale Fikta.Cloud.

CATEGORIE

- CADETTI
- SPERANZE
- JUNIORES
- SENIORES
- CINTURE
- MARRONI
- NERE

SPECIALITA’

- KATA INDIVIDUALE
 - *MASCHILE*
 - *FEMMINILE*
- KATA A SQUADRE
 - *MASCHILE*
 - *FEMMINILE*
- KUMITE INDIVIDUALE (open)
 - *MASCHILE*
 - *FEMMINILE*
- KUMITE A SQUADRE MISTO
 - *JUNIORES/SENIORES (1 FEMMINA - 2 MASCHI)*
- FUKUGO INDIVIDUALE
 - *MASCHILE*
 - JUNIORES/SENIORES
 - *FEMMINILE*
 - JUNIORES/SENIORES

REGOLAMENTO

KATA INDIVIDUALE MASCHILE E FEMMINILE

CINTURE MARRONI E NERE

CADETTI (nati 2011-2010) - CATEGORIA UNICA MARRONI E NERE

- ELIMINATORIE
 - A BANDIERINE (a scelta dell'arbitro centrale)
 - HEIAN 2 -HEIAN 3- HEIAN 4 -EIAN 5 -TEKKI 1
- FASI SUCCESSIVE FINO A DUE ATLETI
 - A BANDIERINE (a scelta dell'arbitro centrale)
 - BASSAI DAI - KANKU DAI
- RIPESCAGGI ALL'ITALIANA: A BANDIERINE (a scelta dell'arbitro centrale)
 - BASSAI DAI - KANKU DAI
- FINALI: TOKUI KATA a scelta tra
 - BASSAI DAI
 - KANKU DAI – JION - ENPI

SPERANZE (nati 2009-2008) - CATEGORIA UNICA MARRONI E NERE

- ELIMINATORIE: A BANDIERINE (a scelta dell'arbitro centrale)
 - HEIAN 2 - HEIAN 3 - HEIAN 4 - HEIAN 5 - TEKKI 1
- FASI SUCCESSIVE FINO A DUE ATLETI: A BANDIERINE (a scelta dell'arbitro centrale)
 - BASSAI DAI - KANKU DAI
- RIPESCAGGI ALL'ITALIANA: A BANDIERINE (a scelta dell'arbitro centrale)
 - BASSAI DAI - KANKU DAI
- FINALI: TOKUI KATA a scelta tra
 - BASSAI DAI - KANKU DAI - JION - ENPI

JUNIORES (nati 2007 - 2006 – 2005) – CATEGORIA UNICA MARRONI E NERE

- ELIMINATORIE: A BANDIERINE (a scelta dell'arbitro centrale)
 - HEIAN 2 - HEIAN 3 - HEIAN 4 - HEIAN 5 - TEKKI 1
- FASI SUCCESSIVE FINO A DUE ATLETI: A BANDIERINE (a scelta dell'arbitro centrale)
 - BASSAI DAI - KANKU DAI
- RIPESCAGGI ALL'ITALIANA: A BANDIERINE (a scelta dell'arbitro centrale)
 - BASSAI DAI - KANKU DAI
- FINALI: TOKUI KATA a scelta tra
 - BASSAI DAI - KANKU DAI – JION - ENPI

SENIORES B (nati 2004 – 1991) – CATEGORIA MARRONI E NERE 1° DAN

- ELIMINATORIE: A BANDIERINE (a scelta dell'arbitro centrale)
 - HEIAN 2 - HEIAN 3 - HEIAN 4 - HEIAN 5 - TEKKI 1
- FASI SUCCESSIVE FINO A DUE ATLETI: A BANDIERINE (a scelta dell'arbitro centrale)
 - BASSAI DAI - KANKU DAI
- RIPESCAGGI ALL'ITALIANA: A BANDIERINE (a scelta dell'arbitro centrale)
 - BASSAI DAI - KANKU DAI
- FINALI: TOKUI KATA a scelta tra
 - BASSAI DAI - KANKU DAI – JION - ENPI

SENIORES A (nati 2004 – 1991) – CATEGORIA CINTURE NERE DA 2° DAN IN POI

- ELIMINATORIE: A BANDIERINE (a scelta dell'arbitro centrale)
 - EIAN 2 - HEIAN 3 - HEIAN 4 - HEIAN 5 - TEKKI 1
- FASI SUCCESSIVE FINO A DUE ATLETI: A BANDIERINE (a scelta dell'arbitro centrale)
 - BASSAI DAI - KANKU DAI – JION – ENPI - JITTE
- RIPESCAGGI ALL'ITALIANA: A BANDIERINE (a scelta dell'arbitro centrale)
 - BASSAI DAI - KANKU DAI – JION – ENPI - JITTE
- FINALI
 - TOKUI KATA (ESCLUSI HEIAN)

KATA A SQUADRE MASCHILE E FEMMINILE

- CATEGORIE
 - CADETTI
 - SPERANZE
 - JUNIORES
 - SENIORES
- CINTURE
 - MARRONI
 - NERE
- TOKUI KATA A PUNTEGGIO
 - ELIMINATORIA TOKUI KATA
 - FINALE TOKUI KATA

Gli atleti possono eseguire lo stesso kata nelle eliminatorie e nella finale.

KUMITE INDIVIDUALE MASCHILE E FEMMINILE

- CATEGORIE
 - CADETTI
 - MARRONI E NERE OPEN
 - SPERANZE
 - MARRONIE E NERE OPEN
 - JUNIORES
 - MARRONIE E NERE OPEN
 - SENIORES
 - CINTURE NERE OPEN
- CINTURE
 - MARRONI
 - NERE

JIYU KUMITE OPEN PER TUTTE LE CATEGORIE COME DA REGOLAMENTO FIKTA

SQUADRE COMPOSTE DA TRE ATLETI - 1 FEMMINA E 2 MASCHI (facoltativo: due riserve)

- CATEGORIE
 - JUNIORES
 - SENIORES
- CINTURE
 - NERE

Eliminazione diretta senza ripescaggio

JIU KUMITE COME DA REGOLAMENTO FIKA

DISCESA IN CAMPO DELLA SQUADRA MISTA: MASCHIO – FEMMINA – MASCHIO

FUKUGO MASCHILE E FEMMINILE

- CATEGORIE
 - JUNIORES
 - SENIORES
- CINTURE
 - NERE A PARTIRE DAL 2° DAN

FASE DI KATA AD ESTRAZIONE DELL'ARBITRO CENTRALE: BASSAI DAI – KANKU DAI – JION

FASE DI KUMITE: JIU KUMITE COME DA REGOLAMENTO FIKA

RIPECAGGI COME PER LE ALTRE SPECIALITÀ

FINALE PER 1° E 2° POSTO: KUMITE SHOBU SANBON (il meglio dei tre IPPON)

PREMIAZIONI

- KATA INDIVIDUALE E KATA SQUADRE: 1° - 2° - 3° - 4° CLASSIFICATO
- KUMITE INDIVIDUALE, FUKUGO, KUMITE A SQUADRE: 1° - 2° - DUE TERZI PARI MERITO

PROTEZIONI E ACCESSORI ATLETI

Nella specialità Kumite ogni atleta deve essere provvisto di: paradenti, conchiglia protettiva (uomini), paraseno imbottito non metallico (donne), guantini regolamentari. Non è ammesso alcun altro tipo di protezione se non autorizzato preventivamente dal medico di gara.

Tutti gli atleti devono avere la propria cintura rossa.

Non è ammesso indossare accessori metallici quali: orecchini, piercing, anelli, braccialetti, collanine, mollette per capelli, ecc., **anche nelle prove di Kata.**

Qualora le donne volessero indossare un indumento sotto al karategi dovrà essere di colore bianco (es: maglietta giro collo o V, body o top). Le unghie di mani e piedi devono essere tagliate corte.

Per tutte le disposizioni mediche a tutela degli atleti si rimanda al Regolamento Medico

QUOTE D'ISCRIZIONE

1 specialità euro **20,00**

2 specialità euro **35,00**

3 specialità euro **45,00**

Squadre euro **45,00**