



## COPPA ITALIA 25/26 APRILE 2026

### **PROGRAMMA:**

#### **SABATO**

**ORE 09:30 RITROVO**

**ORE 10:00 INIZIO GARA**

#### **KATA SQUADRE**

Esordienti  
Cadetti  
Speranze  
juniores  
Seniores  
Master

#### **KATA INDIVIDUALE**

Esordienti: 12/13/14 anni (2014–2013–2012)

Cadetti: 15/16 anni (2011 – 2010)

Speranze: 17/18 anni (2009 – 2008)

Juniores: 19/20/21 anni (2007-2006-2005)

Seniores: 22/35 anni (dal 1991 al 2004)

Master: +35 anni (dal 1990)

#### **KUMITE INDIVIDUALE**

Esordienti: 12/13/14 anni (2014–2013–2012)

Cadetti: 15/16 anni (2011 – 2010)

Speranze: 17/18 anni (2009 – 2008)

Juniores: 19/20/21 anni (2007-2006-2005)

Seniores: 22/35 anni (dal 1991 al 2004)

#### **KUMITE SQUADRE**

Esordienti

**ORE 18:30 FINE (orario indicativo)**

### **DOMENICA**

**ORE 09:30 RITROVO**

**ORE 10:00 INIZIO GARA**

#### **KATA INDIVIDUALE**

Pulcini: 6/7 anni (2020 – 2019)

Bambini: 8/9 anni (2018 -2017)

Ragazzi: 10/11 anni (2016 – 2015)



## KUMITE INDIVIDUALE

Pulcini: 6/7 anni (2020 – 2019)  
Bambini: 8/9 anni (2018 -2017)  
Ragazzi: 10/11 anni (2016 – 2015)

## KATA SQUADRE

Pulcini  
Bambini  
Ragazzi

## ORE 17:00 FINE (orario indicativo)

***Il programma definitivo con la time-line delle gare saranno comunicati al termine delle iscrizioni.***

## REGOLAMENTO GENERALE

La competizione di **Kata/Kumite, individuale ed a Squadre**, è aperta agli atleti:

- **Pulcini - Bambini e Ragazzi (2012-2020) cinture colorate e nere**
- **Agonisti (1991-2011) cinture colorate fino a blu**
- **Master (prima del 1990) cinture colorate e nere**

**Si segnala che gli agonisti (15-35 anni) cinture marroni e nere non possono partecipare alla Coppa Italia, in quanto potranno gareggiare direttamente al Campionato Assoluto Italia.**

L'evento è aperto ai giovani atleti Fikta, in regola con le procedure d'iscrizione per l'anno 2026, con il certificato medico sportivo aggiornato per tutti e agonistico in corso di validità a partire dalla categoria esordienti (a partire dall'anno di compimento dei 12 anni) e **gradi correttamente caricati sul portale** [www.fikta.cloud](http://www.fikta.cloud) a partire dalla cintura gialla.

La divisione di categorie e gradi nelle specialità di kata e kumite saranno le seguenti:

Categorie Pulcini/Bambini/Ragazzi gareggeranno maschi e femmine insieme, gradi separati. La categoria marrone-nera potrebbe essere accorpata in base al numero di partecipanti.

Categorie Esordienti/Agonisti gareggeranno maschi e femmine separati, gradi accorpati. Inoltre, nella gara di kumite:

- le Categorie Esordienti marrone e nera/Agonisti saranno suddivise in 2 classi di peso.
- le Categorie Esordienti fino a cintura blu e Pulcini/Bambini/Ragazzi non saranno divise in classi di peso

**Per la categoria Master non è prevista la gara di kumite; è comunque richiesto il certificato medico di idoneità all'agonismo.**

## CATEGORIE

**Pulcini:** 6/7 anni (2020 – 2019) gialla-arancio

**Bambini:** 8/9 anni (2018 – 2017) gialla-arancio-verde-blu

**Ragazzi:** 10/11 anni (2016 – 2015) gialla-arancio-verde- blu-marrone-nera



**Esordienti:** 12/13/14 anni (2014–2013–2012) gialla/arancio- verde/blu- marr/nera (m e f)

**Cadetti:** 15/16 anni (2011 – 2010) gialla/arancio – verde/blu (m e f)

**Speranze:** 17/18 anni (2009 – 2008) gialla/arancio – verde/blu (m e f)

**Juniores:** 19/20/21 anni (2007-2006-2005) gialla/arancio – verde/blu (m e f)

**Seniores:** 22/35 anni (dal 1991 al 2004) gialla/arancio – verde/blu (m e f)

**Master:** +35 anni (dal 1990) gialla/arancio – verde/blu – marr/nera 1 Dan - nera da 2°dan (m e f)

## Premiazioni

**Pulcini, Bambini e Ragazzi**, si premieranno i primi 4 atleti per ogni poule.

**Per tutte le altre categorie** verranno premiati il 1° - 2° - 3° - 4°.

## Kata individuale categorie Pulcini/Bambini/Ragazzi

**ELIMINATORIE:** a bandierine.

Eseguendo il seguente kata:

**Gialle:** H1

**Arancio:** H2

**Verdi** H3

**Blu:** H4

**Marroni e Nere 1° dan:** H5

Eliminazione diretta con ripescaggio, i 2 vincitori ripescano i perdenti.

I 4 atleti qualificati eseguiranno, a punteggio, Tokui Kata che determinerà la classifica per il 1°/2°/3°/4° posto.

## Kata individuale categorie Esordienti/Agonisti/Master

**ELIMINATORIE:** a bandierine.

*Il kata sarà scelto dall'arbitro centrale, che terrà conto del grado della cintura inferiore presente, sorteggiato tra*

**Gialle-Arancio:** H1-H2

**Verde-Blu:** H3-H4

**Marrone-Nera:** H5-Tekkishodan-Bassai dai

**Nera da 2° dan (Categoria Master):** Bassai dai - Jitte

Eliminazione diretta con ripescaggio, i 2 vincitori ripescano i perdenti.

I 4 atleti qualificati eseguiranno, a punteggio, Tokui Kata che determinerà la classifica per il 1°/2°/3°/4° posto.

## Kumite individuale

### **- gialla e arancio**

Tutte le categorie eseguiranno Kihon Ippon Kumite (attacco jodan, chudan, maegeri) Eliminazione diretta con ripescaggi per l'assegnazione dei due terzi posti.

### **- verde e blu**

Tutte le categorie eseguiranno Jiyu ippon Kumite (attacco jodan, chudan, maegeri, mawashigeri)

Eliminazione diretta con ripescaggi per l'assegnazione dei due terzi posti.



## **- marroni e nere Bambini/Ragazzi**

eseguiranno Jiyu ippón Kumite (attacco jodan o chudan, maegeri o mawashigeri, yokogerì o ushirogeri)

Eliminazione diretta con ripescaggi per l'assegnazione dei due terzi posti.

## **- marroni e nere Esordienti**

eseguiranno **Jiyu Kumite**.

La divisione sarà effettuata **per sesso e per peso**.

Eliminazione diretta **con ripescaggi** per l'assegnazione dei **due terzi posti**.

## **PESI Esordienti Femminile -45 + 45 / Maschile -50 +50**

### **Kihon Ippón Kumite:**

Attacco da guardia sinistra. Difesa con spostamento in linea o a destra con parata libera e contrattacco Gyakuzuki.

### **Jiyu Ippón Kumite:**

E' obbligatorio l'utilizzo del GO-NO-SEN e contrattacco Gyakuzuki.

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, prima di attaccare è necessario dichiarare di nuovo 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.

## **Kata a squadre**

Il kata da eseguire nelle varie fasi è a scelta della squadra.

La gara sarà a punteggio e tale punteggio determinerà le quattro squadre finaliste che eseguiranno un ulteriore kata per determinare il 1° / 2° / 3° / 4° posto.

Il kata di finale può essere lo stesso del kata eseguito in eliminatoria.

Se durante i turni di semifinale dovessero verificarsi delle parità, si procederà nel seguente modo:

- si controllerà **la somma dei punteggi minimi scartati**;
- in caso di ulteriore parità, si controllerà **la somma dei punteggi massimi scartati**.

Se la parità dovesse persistere, Le squadre dovranno eseguire **nuovamente il kata e gli arbitri dovranno decretare un vincitore**.

Ogni squadra potrà essere composta da tre atleti: solo maschi, solo femmine o miste.

Potrà essere inserito un atleta di età inferiore di 1 anno o di grado inferiore, **ma non possono essere inseriti atleti con età o grado superiore**.

Nelle categorie Pulcini/Bambini/Ragazzi qualora le iscrizioni fossero numerose, saranno divise in poule con premiazioni separate.

## **Categorie**

**Pulcini:** gialla/arancio

**Bambini/Ragazzi:** gialla/arancio – verde/blu - marr/nera

**Esordienti:** gialla/arancio – verde/blu - marr/nera

**Cadetti/Speranze:** gialla/arancio – verde/blu

**Juniores/Seniores:** gialla/arancio – verde/blu

**Master:** gialla/arancio – verde/blu – marrone/nera – oltre 2° Dan

Ogni **società potrà iscrivere una solo squadra per ciascuna categoria e grado**.



## **Kumite a squadre da 3 atleti**

### **Gara Solo per Esordienti Jiyu Kumite**

gradi: blu/marrone/nera

Ogni società può iscrivere n° 1 squadra maschile e 1 squadra femminile  
Eliminazione diretta con ripescaggi per l'assegnazione dei due terzi posti.

## **Protezioni e accessori**

- Jiyu kumite**

Corpetto bianco (da indossare sotto il karategi), paratibie e parapiedi (possibilmente bianchi o eventualmente rossi), paradenti, conchiglia protettiva (uomini), paraseno imbottito non metallico (donne), guantini regolamentari.

- Jiyu ippón kumite**

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** (vedi [Regolamento medico](#)). Si conferma che anche gli occhiali non sono ammessi sia nelle prove di kata che di kumite salvo quanto indicato nel regolamento medico (vedi [Regolamento medico](#)).

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](#)**