



FIKTA

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)



FIKTA

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 – Ragazzi - Esordienti (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 Italiano.

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 dalla data di compimento dei 12 anni) e **gradi correttamente caricati sul portale** 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



FIKTA

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.



FIKTA

- marroni e nere Bambini/Ragazzi

eseguiranno Jiyu ippon Kumite (attacco jodan o chudan, maegeri o mawashigeri, yokogeri 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 Ippon Kumite:

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

Jiyu Ippon 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.

Potranno essere inseriti **fino a due atleti con età inferiore di 1 anno e/o con grado inferiore, ma non possono essere inseriti atleti con età o grado superiore rispetto alla categoria prevista.**

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



FIKTA

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 ippon 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: occhiali, 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