



33.

Trofeo Sgonico

31. 5. 2026

Trofeo internazionale di karate stile shotokan

Kata e kumite individuali

REGOLAMENTO TIPO ESKA-WSKA



Comune di
Sgonico
Občina Zgonik



DENOMINAZIONE E PROGRAMMA DELLA MANIFESTAZIONE

33° TROFEO SGONICO

TROFEO INTERNAZIONALE DI KARATE STILE SHOTOKAN

SPECIALITA' KATA E KUMITE INDIVIDUALI

APERTO A TUTTE LE FEDERAZIONI ED ENTI DI PROMOZIONE SPORTIVA

REGOLAMENTO TIPO ESKA-WSKA

SEDE DEL TORNEO

Centro sportivo-culturale di Sgonico/Zgonik (TS)

Autostrada A4 da Venezia/Udine, circa 2 km dall'uscita autostradale Sgonico/Zgonik

Google Maps: 45.732336,13.747802

DATA E ORARI GARA

Domenica 31 maggio 2026

(Ci potranno essere variazioni negli orari in base al numero delle iscrizioni)

Ore 08.30	ritrovo e controllo iscrizioni bambini, ragazzi e categorie con disabilità;
Ore 09.00	inizio gare bambini, ragazzi e categorie con disabilità;
Ore 09.30	ritrovo e controllo iscrizioni esordienti A - B;
Ore 10.00	inizio gare esordienti A - B;
Ore 12.00	inaugurazione Trofeo Sgonico e saluti delle Autorità;
Ore 12.30	ritrovo e controllo iscrizioni adulti;
Ore 13.00	inizio gare adulti;
Ore 16.00	premiazione finale e consegna Trofeo Sgonico.

Le premiazioni delle singole gare saranno effettuate direttamente al termine delle stesse.

INFORMAZIONI

D.T. M° Sergio Stoka: **+39 349 256 6134**

E-mail: **tajnistvo-segreteria@shinkaikarate.it**

I moduli d'iscrizione dovranno pervenire entro domenica 24 maggio 2026, esclusivamente via posta elettronica all'indirizzo dello Shinkai Club.

Il numero massimo di iscritti sarà di **300 atleti**. Una volta raggiunto tale numero, non saranno accettate ulteriori iscrizioni. Non verranno accettate nuove iscrizioni il giorno della manifestazione.

Gli atleti possono iscriversi ad **una o ad entrambe** le specialità individuali in programma (**kata e kumite**).

La quota d'iscrizione per ogni atleta è di **€ 20,00** per **una disciplina** e di **€ 25,00** per **due discipline**.

Le quote di iscrizione devono essere versate tramite bonifico bancario sul c/c intestato a:

ASD SHINKAI CLUB presso la BANCA DI CREDITO COOPERATIVO DEL CARSO

IBAN IT63A0892802200010000006947

Le quote vanno versate in base al numero degli atleti iscritti e non in base al numero di quelli presenti.

Non è previsto il rimborso delle quote agli atleti iscritti e che non partecipano al trofeo.

Il rappresentante di ogni società dovrà consegnare il giorno della manifestazione la ricevuta dell'avvenuto versamento delle quote d'iscrizione degli atleti iscritti al trofeo e l'originale della lista dei partecipanti, con il timbro della società e la firma del presidente, all'arrivo nel palazzetto (prima dell'inizio delle gare).

L'organizzatore si riserva la facoltà di verificare le generalità degli iscritti, la loro effettiva età ed il loro grado.

Qualora il numero degli iscritti in una categoria risultasse inferiore a **quattro**, transiteranno nella categoria superiore o in subordine in quella inferiore dello stesso grado. Qualora non ci sia la possibilità di accorpamento, passeranno alla categoria superiore di grado della stessa età.

Gli atleti con cintura bicolore gareggeranno nella categoria di grado superiore.

Nelle gare di kata e kumite verranno premiati gli atleti fino al **4° posto** della singola categoria.

Le competizioni saranno ad **eliminazione diretta**.

Eventuali situazioni non contemplate nel presente regolamento, verranno decise sul posto dal Responsabile degli Ufficiali di Gara.

CATEGORIE FINO AI 13 ANNI

Femmine e maschi separati

CATEGORIA	ETÀ	ANNO DI NASCITA
BAMBINI	5/6/7	2021/2020/2019
RAGAZZI	8/9	2018/2017
ESORDIENTI A	10/11	2016/2015
ESORDIENTI B	12/13	2014/2013

ELENCO DEI KATA FINO AI 13 ANNI

BIANCHE	TAIKYOKU SHODAN
GIALLE	HEIAN SHODAN
ARANCIONI	HEIAN SHODAN, HEIAN NIDAN
VERDI	HEIAN SHODAN, HEIAN NIDAN, HEIAN SANDAN
BLU	HEIAN NIDAN, HEIAN SANDAN, HEIAN YODAN, HEIAN GODAN
MARRONI/NERE	HEIAN NIDAN, HEIAN SANDAN, HEIAN YODAN, HEIAN GODAN, TEKKI SHODAN, BASSAI DAI, KANKU DAI

REGOLAMENTO KATA INDIVIDUALE FINO AI 13 ANNI

Tutti gli atleti dovranno eseguire due kata valutati con il sistema a punteggio; la somma delle due prove determinerà la classifica finale. Gli atleti dovranno eseguire due kata diversi fra loro fra quelli previsti, ad eccezione delle cinture BIANCHE, GIALLE e ARANCIO che potranno ripetere lo stesso kata.

In caso di parità, vincerà il concorrente che avrà ottenuto il punteggio minimo più alto, sommando le valutazioni tagliate. Persistendo la parità vincerà il concorrente che avrà ottenuto la somma più alta dei punteggi massimi tagliati. Se dovessero risultare ancora in parità, gli atleti eseguiranno contemporaneamente un kata deciso ad estrazione fra quelli previsti per la categoria e si determinerà la vittoria con il sistema a bandierine.

L'atleta che si ferma senza continuare o si ferma per sbaglio, potrà ripetere il kata finita la categoria con una penalità di -0.3 sul totale finale.

KIHON IPPON KUMITE INDIVIDUALE FINO AI 13 ANNI

CATEGORIA	CINTURE	TECNICHE
BAMBINI	GIALLE/ARANCIO	oizuki jodan - oizuki chudan - maegeri
	VERDI/BLU	oizuki jodan - oizuki chudan - maegeri - mawashigeri
RAGAZZI	GIALLE/ARANCIO	oizuki jodan - oizuki chudan - maegeri
	VERDI/BLU	oizuki jodan - oizuki chudan - maegeri - mawashigeri
	MARRONI	oizuki jodan - oizuki chudan - maegeri - mawashigeri
ESORDIENTI A	GIALLE/ARANCIO	oizuki jodan - oizuki chudan - maegeri
	VERDI/BLU	oizuki jodan - oizuki chudan - maegeri - mawashigeri

	MARRONI/NERE	oizuki jodan - oizuki chudan - maegeri - mawashigeri
ESORDIENTI B	GIALLE/ARANCIO	oizuki jodan - oizuki chudan - maegeri
	VERDI/BLU	oizuki jodan - oizuki chudan - maegeri - mawashigeri
	MARRONI/NERE	oizuki jodan - oizuki chudan - maegeri - mawashigeri

REGOLAMENTO KIHON IPPON KUMITE INDIVIDUALE FINO AI 13 ANNI

Nelle gare di kihon ippon kumite non sono ammessi contatti di nessun genere.

Per il *kihon ippon kumite*: l'attaccante indietreggia con il piede dx o sx dalla posizione *hachi ji dachi* nella posizione *zenkutsu dachi* ed esegue la tecnica *gedanbarai*. Successivamente esegue le tecniche d'attacco prestabilite dichiarandole ad alta voce, aspettando almeno 3 secondi prima di eseguire la tecnica. Il difensore risponde ad alta voce "Oss", dichiarando così di aver capito cosa eseguirà l'attaccante; dalla posizione *hachi ji dachi* indietreggia con adeguate tecniche di difesa, contrattaccando con *gyaku tsuki chudan (go no sen)*.

Modalità di esecuzione:

1. Le tecniche vengono eseguite consecutivamente dallo stesso atleta (no alternanza);
2. Le tecniche vengono eseguite sempre dallo stesso lato/guardia;
3. Nel caso di infrazione (tecnica corta o lunga, attacco che segue l'avversario fuori linea, ecc.) l'atleta viene richiamato dall'arbitro;
4. Contrattacchi *gyaku tsuki chudan* con il massimo controllo;
5. Contatto non controllato viene sanzionato con la squalifica/*hansoku*.

CATEGORIE ADULTI

Femmine e maschi separati

CATEGORIA	ETÀ	ANNO DI NASCITA
GIOVANI	14/15	2012/2011
CADETTI	16/17	2010/2009
JUNIORES	18/19/20	2008/2007/2006
SENIORES	21/35	2005-1991
MASTERS	>36 (KUMITE fino a 50)*	Dal 1990 (KUMITE fino al 1976)

*** Anche gli/le atleti/e più anziani/e devono essere in possesso di un certificato medico agonistico.**

ELENCO DEI KATA DA CINTURA BIANCA A MARRONE

BIANCHE	TAIKYOKU SHODAN
GIALLE	HEIAN SHODAN
ARANCIONI	HEIAN SHODAN, HEIAN NIDAN
VERDI	HEIAN SHODAN, HEIAN NIDAN, HEIAN SANDAN
BLU	HEIAN NIDAN, HEIAN SANDAN, HEIAN YODAN, HEIAN GODAN
MARRONI	HEIAN NIDAN, HEIAN SANDAN, HEIAN YODAN, HEIAN GODAN, TEKKI SHODAN, BASSAI DAI
FINALE 4 ATLETI	TOKUI KATA TRA QUELLI DELL'ELENCO

ELENCO DEI KATA PER LE CINTURE NERE

ELIMINATORIE FINO A 8 ATLETI	HEIAN NIDAN, HEIAN SANDAN, HEIAN YODAN, HEIAN GODAN, TEKKI SHODAN
------------------------------	---

SEMIFINALE DA 8 A 4 ATLETI	BASSAI DAI, KANKU DAI, JION, ENPI, HANGETSU
FINALE 4 ATLETI	TOKUI KATA SHOTOKAN (esclusi HEIAN e TEKKI SHODAN)

REGOLAMENTO KATA INDIVIDUALE ADULTI

Da cintura bianca a marrone

Ogni partecipante dovrà eseguire un kata a scelta arbitrare tra quelli previsti dalle cinture colorate, che sarà giudicato con sistema a bandierine fino a determinare i primi quattro finalisti. I finalisti eseguiranno una prova di kata con valutazione a punteggio a loro scelta tra quelli dell'elenco, che determinerà la classifica finale.

In caso di quattro o meno atleti si eseguiranno a propria scelta due prove di kata diversi fra loro fra quelli previsti, ad eccezione delle cinture BIANCHE, GIALLE e ARANCIO che potranno ripetere lo stesso kata. Le prove saranno con valutazione a punteggio, la cui somma determinerà la classifica finale.

Da cintura nera

Eliminatorie fino 8 atleti: il kata è selezionato dall'arbitro centrale dalla lista dei kata predefinita per le eliminatorie. Il vincitore sarà decretato con il sistema a bandierine.

Semifinale da 8 a 4 atleti: gli otto semifinalisti eseguiranno una prova, scelta dall'atleta dall'elenco dei kata predefinito per la semifinale, con valutazione a punteggio per ottenere i quattro finalisti.

Finale 4 atleti: i quattro finalisti eseguiranno una prova di *tokui kata* con valutazione a punteggio.

KUMITE INDIVIDUALE ADULTI

CATEGORIA	CINTURA	TECNICHE
GIOVANI	GIALLE/ARANCIO	Kihon ippon: oizuki jodan - oizuki chudan - maegeri
	VERDI/BLU	Kihon ippon: oizuki jodan - oizuki chudan - maegeri - mawashigeri
	MARRONI	Jiyu kumite
	NERE	Jiyu kumite
CADETTI	GIALLE/ARANCIO	Kihon ippon: oizuki jodan - oizuki chudan - maegeri
	VERDI/BLU	Kihon ippon: oizuki jodan - oizuki chudan - maegeri - mawashigeri
	MARRONI	Jiyu kumite
	NERE	Jiyu kumite
JUNIORES	GIALLE/ARANCIO	Kihon ippon: oizuki jodan - oizuki chudan - maegeri
	VERDI/BLU	Kihon ippon: oizuki jodan - oizuki chudan - maegeri - mawashigeri
	MARRONI	Jiyu kumite
	NERE	Jiyu kumite
SENIORES	GIALLE/ARANCIO	Kihon ippon: oizuki jodan - oizuki chudan - maegeri
	VERDI/BLU	Kihon ippon: oizuki jodan - oizuki chudan - maegeri - mawashigeri
	MARRONI	Jiyu kumite
	NERE	Jiyu kumite
MASTERS	GIALLE/ARANCIO	Kihon ippon: oizuki jodan - oizuki chudan - maegeri
	VERDI/BLU	Kihon ippon: oizuki jodan - oizuki chudan - maegeri - mawashigeri
	MARRONI	Jiyu kumite
	NERE	Jiyu kumite

Tutte le gare di kumite sono OPEN, cioè senza categorie di peso.

PROTEZIONI OBBLIGATORIE JIYU KUMITE: paradenti, guantini bianchi imbottiti 3 cm, paraseno (femmine), conchiglia (maschi).

Categoria GIOVANI JIYU KUMITE: corpetto FACOLTATIVO.

Per il *jiyu kumite*: categoria Giovani 1 minuto effettivo di incontro. Tutte le altre categorie 2 minuti effettivi. Finale categoria Seniores 3 minuti effettivi. Eventuale *kettei sen* per tutte le categorie. Incontri *shobu ippon*. Finale categoria Seniores *shobu sanbon (2 ippon su 3)*.

Sono proibite le tecniche di proiezione (*nage waza*).

CATEGORIE CON DISABILITÀ

CATEGORIA	ETÀ	ANNO DI NASCITA	SPECIALITÀ KATA
BAMBINI/RAGAZZI	5-9	2021-2017	TOKUI KATA
ESORDIENTI A+B	10-13	2016-2013	TOKUI KATA
ADULTI	Da 14	Dal 2012	TOKUI KATA

Categorie senza distinzione tra maschio e femmina. Gli atleti eseguiranno due prove di *kata shotokan* a scelta.

PUNTEGGI E CLASSIFICA FINALE

La classifica per società viene stilata in base ai punteggi ottenuti dai singoli atleti nelle gare di kata e kumite di tutte le categorie secondo la seguente tabella:

1° classificato	10 punti
2° classificato	8 punti
3° classificato	6 punti
4° classificato	4 punti

Alla società prima classificata viene consegnata la coppa "TROFEO SGONICO".

NOTE IMPORTANTI

Gli atleti devono essere assicurati a cura della società di appartenenza e provvisti di certificato medico in corso di validità.

Gli atleti dovranno presentarsi nelle corrette condizioni igieniche, le unghie delle mani e dei piedi dovranno essere corte.

L'uso di bende, ovatta o supporti ortopedici deve essere autorizzato dal Medico di gara.

Non sono permessi in nessuna categoria occhiali, gioielli, oggetti metallici, accessori o qualsiasi oggetto indossato che possa risultare pericoloso.

Le lenti a contatto possono essere utilizzate a rischio degli atleti interessati. In caso di impossibilità di indossare lenti a contatto, come per i bambini, sarà compito del Medico di Gara valutare il caso specifico.

È consentito gareggiare con apparecchio dentale solo previa dichiarazione da parte dell'ortodontista che confermi la predisposizione di un paradenti idoneo per l'apparecchio.

Non sono ammessi alla competizione portatori di protesi oculari e portatori di impianti cocleari. Non è ammesso l'utilizzo durante il kumite di protesi acustiche esterne. L'uso di tali presidi non permette di competere con la dovuta sicurezza.

È vietato gareggiare in caso di gravidanza accertata.

La società organizzatrice (ASD/AŠD Shinkai Club) declina ogni responsabilità per eventuali danni, infortuni o incidenti occorsi a persone o cose prima, durante e dopo la manifestazione.