



Con il Patrocinio dell' Unione Federazioni Mediterranee Karate
"12° OPEN D'ITALIA" - GOLDEN LEAGUE

18 - 19 - 20 MARZO 2011 - SESTO SAN GIOVANNI (MI) - Palasesto - Palazzo del Ghiaccio - Piazza 1° Maggio

Classi di età e Categorie di peso

La data di riferimento per la classe WKF di appartenenza è il primo giorno della gara. (18 marzo 2011)

KUMITE e KATA - MASCHILE e FEMMINILE - INDIVIDUALE

1. **ESORDIENTI "A"** (12/13 anni) Nati dal 1° gennaio 1998 al 31 dicembre 1999
Per il Kumite Regolamento Gran Premio Giovanissimi Fijlkam * - Per il Kata Regolamento W.K.F.

| | | |
|----------------------------------|-----------|---|
| <u>Categorie di peso Kumite:</u> | Maschile | kg da 35 a 40, -45, -50, -55, -61, -68, -75, -83. |
| | Femminile | kg da 32 a 37, -42, -47, -53, -60, -68. |
2. **ESORDIENTI "B"** (14/15 anni) Nati dal 1° gennaio 1996 al 31 dicembre 1997
Per il Kumite Regolamento Fijlkam - Per il Kata Regolamento W.K.F.

| | | |
|----------------------------------|-----------|---|
| <u>Categorie di peso Kumite:</u> | Maschile | kg da 45 a -50, -56, -63, -70, -77, -84, -92. |
| | Femminile | kg da 40 a -45, -50, -56, -62, -70. |
3. **WKF CADETTI** (14/15 anni) Nati dal 19 marzo 1995 al 18 marzo 1997
Regolamento W.K.F.

| | | |
|----------------------------------|-----------|-----------------------------|
| <u>Categorie di peso Kumite:</u> | Maschile | kg -52, -57, -63, -70, +70. |
| | Femminile | kg -47, -54, +54. |
4. **WKF JUNIORES** (16/17 anni) Nati dal 19 marzo 1993 al 18 marzo 1995
Regolamento W.K.F.

| | | |
|----------------------------------|-----------|-----------------------------|
| <u>Categorie di peso Kumite:</u> | Maschile | kg -55, -61, -68, -76, +76. |
| | Femminile | kg -48, -53, -59, +59. |
5. **WKF UNDER 21** (18/20 anni) (Kumite e Kata) Nati dal 19 marzo 1990 al 18 marzo 1993
Regolamento W.K.F.

| | | |
|----------------------------------|-----------|------------------|
| <u>Categorie di peso Kumite:</u> | Maschile | kg -68, -78, +78 |
| | Femminile | kg -53, -60, +60 |
6. **WKF SENIORES** (18/40 anni per Kumite) Per il Kumite nati dal 19 marzo 1971 al 18 marzo 1993
(16/40 anni per il Kata) Per il Kata nati dal 19 marzo 1971 al 18 marzo 1995
Regolamento W.K.F.

| | | |
|----------------------------------|-----------|-----------------------------|
| <u>Categorie di peso Kumite:</u> | Maschile | kg -60, -67, -75, -84, +84. |
| | Femminile | kg -50, -55, -61, -68, +68. |

KATA a SQUADRE - MASCHILE e FEMMINILE

- 6a. **WKF SENIORES** (16/40 anni) Nati dal 19 marzo 1971 al 18 marzo 1995
Regolamento W.K.F.
1. Gli Atleti, sia di Kumite che di Kata, che rientrano sia nella Classe ESORDIENTI "B" che nella Classe WKF CADETTI potranno partecipare SOLO ad UNA delle due Classi.
 2. Gli Atleti, sia di Kumite che di Kata, che rientrano sia nella Classe WKF UNDER 21 che nella Classe WKF SENIORES potranno partecipare SOLO ad UNA delle due Classi.



Con il Patrocinio dell' Unione Federazioni Mediterranee Karate
"12° OPEN D'ITALIA" - GOLDEN LEAGUE

18 - 19 - 20 MARZO 2011 - SESTO SAN GIOVANNI (MI) - Palasesto - Palazzo del Ghiaccio - Piazza 1° Maggio

PROGRAMMA DI GARA INDICATIVO

VENERDÌ 18 MARZO 2011:

KATA "WKF SENIORES" - MASCHILE/FEMMINILE - INDIVIDUALE/SQUADRE

Regolamento W.K.F.

KUMITE "WKF SENIORES" - FEMMINILE.

Categorie di peso: -50 kg, -55, -61, -68, +68.

Dalle ore 14.00 alle ore 15.00: **CONTROLLO ISCRIZIONE c/o Palasesto - Palazzo del Ghiaccio**
TUTTI gli iscritti devono presentarsi in sala peso per i controlli di rito, indipendentemente dalla Nazione d'appartenenza.

Ore 16.00: INIZIO GARA KATA INDIVIDUALE M/F, a seguire
KATA SQUADRE M/F e KUMITE FEMMINILE.
A seguire Finali e Premiazioni

Durante lo svolgimento delle gare sarà possibile effettuare il controllo Atleti per le Gare dei giorni successivi.

SABATO 19 MARZO 2011:

CONTROLLO ISCRIZIONE E PESO c/o Palasesto - Palazzo del Ghiaccio (Tutte le Categorie come di seguito indicato):

KATA WKF CADETTI MASCHILE/FEMMINILE

Dalle 07.00 alle 08.00 - Inizio gara ore 09.30 circa - A seguire Finali e Premiazioni

Regolamento W.K.F.

KATA WKF JUNIORES MASCHILE/FEMMINILE

Dalle 07.00 alle 08.00 - Inizio gara ore 09.30 circa - A seguire Finali e Premiazioni

Regolamento W.K.F.

KUMITE WKF JUNIORES MASCHILE/FEMMINILE

Dalle 09.30 alle 10.30 - Inizio gara ore 11.30 circa - A seguire Finali e Premiazioni

Categorie di peso: Femminile -48 kg, -53, -59, +59.

Maschile -55 kg, -61, -68, -76, +76.

KUMITE e KATA WKF UNDER 21 MASCHILE/FEMMINILE

Dalle 12.00 alle 13.00 **Ore 13.30 - INIZIO GARE - A seguire Finali e Premiazioni**

Categorie di peso Kumite: Maschile kg -68, -78, +78

Femminile kg -53, -60, +60

KUMITE WKF SENIORES MASCHILE.

Dalle 15.00 alle 16.00 - Inizio gara ore 16.30 circa - A seguire Finali e Premiazioni

Categorie di peso: -60kg, -67, -75, -84, +84.

"Tutti gli Atleti sono pregati di presentarsi al Palasesto - Palazzo del Ghiaccio almeno 60 minuti prima dell'inizio della propria Classe di età/Categoria di peso, qualora il controllo lo abbiano effettuato il/i giorno/i precedente/i la gara".

Ore 20.30 **Finali Kumite Senior Maschile:** cat. -60 -67 -75 -84 +84



Con il Patrocinio dell' Unione Federazioni Mediterranee Karate
"12° OPEN D'ITALIA" - GOLDEN LEAGUE

18 - 19 - 20 MARZO 2011 - SESTO SAN GIOVANNI (MI) - Palasesto - Palazzo del Ghiaccio - Piazza 1° Maggio

DOMENICA 20 MARZO 2011:

CONTROLLO ISCRIZIONE E PESO c/o Palasesto - Palazzo del Ghiaccio (come di seguito indicato):
TUTTI gli iscritti devono presentarsi in sala peso per i controlli di rito, indipendentemente dalla Nazione d'appartenenza.

Dalle 08.00 alle 09.00

KUMITE WKF CADETTI:

Ore 10.00 - INIZIO GARE - A seguire Finali e Premiazioni

Dalle 09.00 alle 10.00

KATA ESORDIENTI "B" e KUMITE ESORDIENTI "A":

Ore 11.00 - INIZIO GARE - A seguire Finali e Premiazioni

Dalle 10.00 alle 11.00

KATA ESORDIENTI "A" e KUMITE ESORDIENTI "B":

Ore 12.00 - INIZIO GARE - A seguire Finali e Premiazioni

"Tutti gli Atleti sono pregati di presentarsi al **Palasesto - Palazzo del Ghiaccio** **almeno 60 minuti** prima **dell'inizio** della propria Classe di età/Categoria di peso, qualora il controllo lo abbiano effettuato il/i giorno/i precedente/i la gara".

PER INFORMAZIONI chiamare allo 02 26145255

Sarnico (Bg), 19 gennaio 2011

Sabrina e Claudio Scattini



Con il Patrocinio dell' Unione Federazioni Mediterranee Karate
"12° OPEN D'ITALIA" - GOLDEN LEAGUE

18 - 19 - 20 MARZO 2011 - SESTO SAN GIOVANNI (MI) - Palasesto - Palazzo del Ghiaccio - Piazza 1° Maggio

*** REGOLAMENTO CLASSE ESORDIENTI "A" - SPECIALITA' KUMITE**

La gara si svolge col sistema ad eliminazione diretta con Ricupero su Tappeti di m. 10 x 10, costituiti da materassini di gomma.

Gli Atleti classificati al 1°, 2° e 3i posti nell'anno precedente, se gareggiano nella stessa categoria di peso, devono essere inseriti in Gruppi differenti, due in quello dei dispari ("A") (il 1° ed il 3° del Gruppo non suo), rispettivamente con i numeri 5 e 7, e due in quello dei pari ("B") (il 2° ed il 3° del Gruppo non suo), rispettivamente con i numeri 6 e 8.

Obiettivo della prova è mostrare la completezza del bagaglio tecnico individuale nell'ambito di un comportamento tattico adeguatamente sviluppato in relazione all'età.

Nel Kumite il dinamismo aggressivo deve essere simbolizzato tramite attacchi e difese perfettamente controllati ed il comportamento deve essere misurato (sono vietate, perciò, le grida intimidatorie) e privo di ogni altra ostentazione di aggressività.

Gli Atleti debbono dare dimostrazione di capacità tecniche e tattiche così articolate:

- padronanza simmetrica (bilateralità delle azioni tecniche principali);
- tattica (organizzazione, razionalità e creatività nel comportamento tattico in fase di attacco ed in fase di difesa);
- controllo degli attacchi e gestione delle risorse energetiche;
- strutturazione dello spazio e del tempo (corretto uso della distanza e corretta scelta del tempo).

Nel Kumite, quindi, viene verificata l'efficacia e il grado delle capacità tecniche e tattiche ovvero le capacità di elaborare risposte creative, efficaci e controllate.

La prova ha la durata di 80"; a 60" viene dato il segnale che il combattimento sta per terminare (Atoshi-Baraku).

L'Arbitro Centrale dà il segnale di inizio (Shobu Hajime) e di fine (Yame) del combattimento e interviene ad interrompere quando l'azione diventa sterile e confusa o quando è necessario prevenire situazioni potenzialmente pericolose.

Interviene, inoltre, per infliggere sanzioni in caso di infrazioni al Regolamento (uscite, azioni pericolose, mancanza o perdita intenzionale di controllo negli attacchi, ecc.).

AZIONI CONSENTITE:

E' consentito portare alla **testa, viso, collo (Jodan) senza contatto**:

- pugno rovescio sul piano trasverso (Uraken);
- calcio circolare frontale sul piano trasverso (Mawashigeri)
- calcio circolare frontale rovescio sul piano trasverso (Uramawashigeri).

E' consentito portare al **torace (Chudan, zona protetta dal corpetto) con controllo** :

- pugno diretto controlaterale (Gyakutsuki);
- calcio circolare frontale sul piano trasverso (Mawashigeri).

Le tecniche tra parentesi sono le uniche consentite.

COMPORTEMENTI E AZIONI VIETATE:

- assumere atteggiamenti aggressivi;
- emettere grida intimidatorie;
- portare tecniche non consentite o tecniche consentite in zone del corpo non consentite;
- eseguire tecniche di braccio o di gamba non controllate;
- eseguire tecniche di proiezione.

Le valutazioni saranno espresse dai Giudici secondo i seguenti parametri:

| Tecniche di Gambe (esecuzione, simmetria) | | Tattica in attacco (organizzazione, razionalità e creatività nel comportamento in fase di attacco) | | Tattica in difesa (organizzazione, razionalità e creatività nel comportamento in fase di difesa) | | Controllo degli attacchi | | Tecniche di Braccio (esecuzione - simmetria) | | Gestione risorse energetiche | |
|--|---|---|---|---|---|--------------------------|---|---|---|------------------------------|---|
| Ottimo | 9 | Ottimo | 5 | Ottimo | 5 | Ottimo | 5 | Ottimo | 3 | Ottimo | 3 |
| Buono | 8 | Buono | 4 | Buono | 4 | Buono | 4 | Discreto | 2 | Discreto | 2 |
| Discreto | 7 | Discreto | 3 | Discreto | 3 | Discreto | 3 | Insufficiente | 1 | Insufficiente | 1 |
| Sufficiente | 6 | Sufficiente | 2 | Sufficiente | 2 | Sufficiente | 2 | | | | |
| Mediocre | 5 | Insufficiente | 1 | Insufficiente | 1 | Insufficiente | 1 | | | | |
| Insufficiente | 4 | | | | | | | | | | |
| Modesto | 3 | | | | | | | | | | |
| Scarso | 2 | | | | | | | | | | |
| Scadente | 1 | | | | | | | | | | |

Il totale dei punti va, quindi, da un minimo di 6 ad un massimo di 30.



Con il Patrocinio dell' Unione Federazioni Mediterranee Karate
"12° OPEN D'ITALIA" - GOLDEN LEAGUE

18 - 19 - 20 MARZO 2011 - SESTO SAN GIOVANNI (MI) - Palasesto - Palazzo del Ghiaccio - Piazza 1° Maggio

PENALITA':

Per uscite dall'area di gara, per mancanza o difetto delle tecniche, per azioni proibite:

| | | | |
|---|------------------|--|-----------------------|
| - Ammonizione - Chukoku (1^ uscita - richiamo) | meno 1 punto; | - Sanzione - Keikoku - (2^ uscita, controllo, azioni pericolose e/o proibite, mubobi) | - meno 2 punti; |
| - Sanzione - Hansoku Chui (3^ uscita, controllo, azioni pericolose e/o proibite, mubobi) | meno 3 punti; | - Sanzione - Hansoku (4^ uscita, controllo, azioni pericolose e/o proibite, mubobi) | Interruzione prova |

Le penalità sono applicate con le modalità conosciute:

Categoria 1 per le infrazioni con contatto o potenzialmente pericolose;

Categoria 2 per le azioni proibite.

Le due categorie seguono due percorsi diversi e non possono essere assegnate entrambe nella stessa situazione, tranne che nel caso in cui l'azione procuri danno all'avversario, riducendo seriamente (hansoku-chui) le sue capacità di vittoria.

PER INFORMAZIONI chiamare allo 02 26145255

Sarnico (Bg), 19 gennaio 2011

Sabrina e Claudio Scattini