



COPPA DI NATALE 2021



TROFEO DI KARATE PER PREAGONISTI



PALAZZETTO DELLO SPORT "SPARTACO BANDINELLI"

Strada provinciale 600 Ariana, 8 (ingresso 1) Via di Cori snc (ingresso 2) VELLETRI (RM)



DOMENICA 19 DICEMBRE 2021

Gli orari di inizio gara per le singole categorie saranno comunicati alla chiusura delle iscrizioni gara, dall'organizzazione.

PERCORSO A TEMPO - PALLONCINO - KATA

In ottemperanza alle vigenti normative COVID-19, l'accesso agli spogliatoi è interdetto.

Gli atleti dovranno dunque recarsi presso il palazzetto già abbigliati in karategi per la gara.

PERCORSO A TEMPO		
CATEGORIE	CINTURE	Anno di Nascita
BAMBINI A Maschile	B – G/A – V/B/M	2017 - 2016
BAMBINI A Femminile	B – G/A – V/B/M	2017 - 2016
BAMBINI B Maschile	B – G/A – V/B/M	2015 - 2014
BAMBINI B Femminile	B – G/A – V/B/M	2015 - 2014
FANCIULLI Maschile	B – G/A – V/B/M	2013 – 2012
FANCIULLI Femminile	B – G/A – V/B/M	2013 – 2012
RAGAZZI Maschile	B – G/A – V/B/M	2011 – 2010
RAGAZZI Femminile	B – G/A – V/B/M	2011 – 2010

PALLONCINO		
CATEGORIE	CINTURE	Anno di Nascita
BAMBINI A Maschile	B – G/A – V/B/M	2017 - 2016
BAMBINI A Femminile	B – G/A – V/B/M	2017 - 2016
BAMBINI B Maschile	B – G/A – V/B/M	2015 - 2014
BAMBINI B Femminile	B – G/A – V/B/M	2015 - 2014
FANCIULLI Maschile	B – G/A – V/B/M	2013 – 2012
FANCIULLI Femminile	B – G/A – V/B/M	2013 – 2012
RAGAZZI Maschile	B – G/A – V/B/M	2011 – 2010
RAGAZZI Femminile	B – G/A – V/B - M	2011 – 2010

KATA		
CATEGORIE	CINTURE	Anno di Nascita
BAMBINI A Maschile	B-G/A-V/B/M	2017 - 2016
BAMBINI A Femminile	B-G/A-V/B/M	2017 - 2016
BAMBINI B Maschile	B-G/A-V/B/M	2015 - 2014
BAMBINI B Femminile	B-G/A-V/B/M	2015 - 2014
FANCIULLI Maschile	B-G/A-V/B/M	2013 - 2012
FANCIULLI Femminile	B-G/A-V/B/M	2013 - 2012
RAGAZZI Maschile	B-G/A-V/B-M	2011 - 2010
RAGAZZI Femminile	B-G/A-V/B-M	2011 - 2010

REGOLAMENTO

PERCORSO, PALLONCINO, KATA INDIVIDUALE Categoria Bambini A/B, Fanciulli e Ragazzi

La classifica sarà data dalla somma dei voti riportati nelle prove di Kata e Palloncino, a cui verrà sottratto il tempo impiegato nell'Esecuzione del Percorso

(Es. voto Kata 18, voto Palloncino 18, tempo percorso 20.5 secondi \Rightarrow punteggio $18+18-20.5 = 15.5$)

Non è obbligatorio eseguire tutte e tre le prove: sarà l'insegnante tecnico ad avere la facoltà di scegliere a quali prove iscrivere l'atleta.

In caso di prova non eseguita, all'atleta verrà assegnato, per quella prova il punteggio più basso (nel caso del percorso il tempo più alto) riportato dagli altri partecipanti alla stessa categoria.

FARE RIFERIMENTO AL GRAN PREMIO GIOVANISSIMI 2019 PER QUANTO RIGUARDA LA STRUTTURA DEI PERCORSI

- Il percorso scelto per BAMBINI E FANCIULLI sarà il 2 di 3.

- Il percorso scelto per i RAGAZZI sarà il 3 di 4

Nota IMPORTANTE sul regolamento PERCORSO:

Il Percorso a Tempo deve svolgersi su un Tappeto costituito da materassini di gomma regolamentari per evitare di delimitare le corsie con strisce adesive.

In tutte le categorie di gara ogni errore sarà sanzionato, ove previsto, con un secondo di penalità. Ogni parte del percorso non svolta comporta 5/10 secondi di penalità

KATA INDIVIDUALE

Si possono eseguire kata di libera composizione solo per le cinture bianche o kata di stile. Nel kata non sarà preso in considerazione il tempo.

I KATA SUPERIORI SARANNO CONSENTITO PER SOLO LA CATEGORIA RAGAZZI CON CINTURA VERDE/BLU /MARRONE

GLI ATLETI ESEGUIRANNO UNA SOLA PROVA DI KATA, SOLO IN CASO DI SPAREGGIO POTRANNO ESEGUIRE UNA ULTERIORE PROVA

LA VALUTAZIONE VERRÀ FATTA DA TRE ARBITRI CON SISTEMA DI PUNTEGGIO DA 5.0 A 10.0

PALLONCINO

IL GIOCO TECNICO PALLONCINO DEVE SVOLGERSI SU TAPPETO DI M. 4 X 4, COSTITUITO DA MATERASSINI DI GOMMA. VENGONO USATI 2 PALLONI DI SPUGNA UNO SOSPESO ALL'ALTEZZA DEL VISO, MENTRE L'ALTRO VIENE posizionato all'altezza dell'addome.

Tecniche di gambe ammesse, eseguite con L'ARTO ARRETRATO E L'ARTO AVANZATO:

o calcio circolare frontale sul piano trasverso (Mawashigeri); Jodan – Chudan Calcio circolare frontale rovescio sul piano trasverso (Ura-Mawashigeri) Jodan Calcio circolare con rotazione dorsale rovescio sul piano trasverso (Ushiro-Ura Mawashi geri) Jodan.

Tecniche di braccia ammesse:

o Pugno diretto arto superiore omolaterale (Kizami Tsuki); Pugno diretto arto superiore controlaterale (Gyaku Tsuki); Pugno rovescio sul piano trasverso (Uraken) Jodan

PENALITA'

▪ Portare Tecniche non consentite o portare Tecniche consentite che toccano il Palloncino sono da considerare penalità e, pertanto, sarà detratto 0,2 punti per ogni infrazione.

LA VALUTAZIONE SARÀ FATTA DA TRE ARBITRI CON SISTEMA DI PUNTEGGIO DA 5.0 A 10.0 Per tutte le categorie la prova consiste in 30" di libera combinazione di Tecniche di gambe e di braccia.

Nel kata individuale nel percorso e nel palloncino gli atleti eseguiranno una sola prova. In caso di parità verrà eseguita un'ulteriore prova di spareggio.

Classifica per Società:

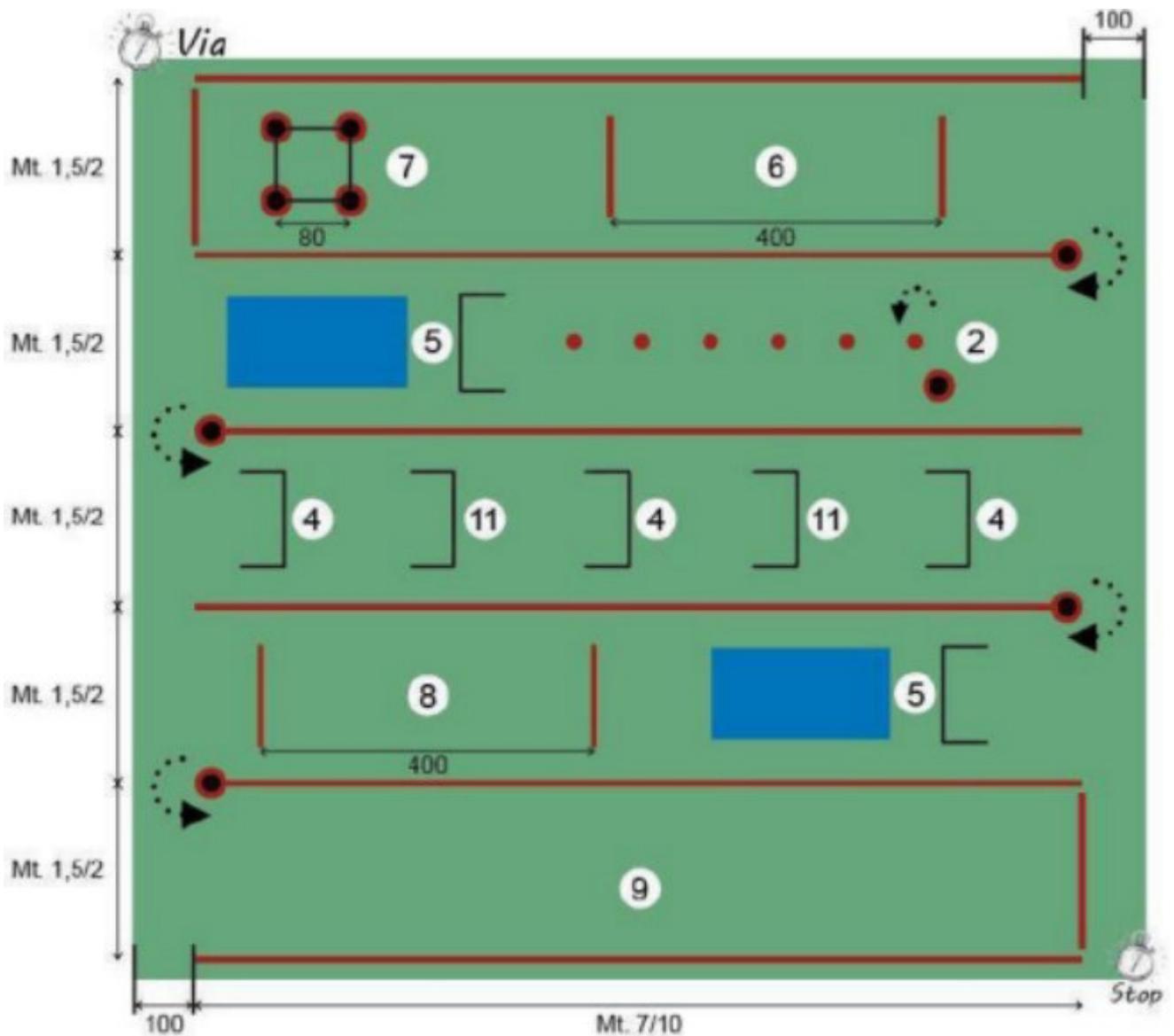
Verranno premiate le prime 5 società sportive.

Tutti gli Atleti verranno Premiati sul Podi .

(1' 2' 3' Classificato)

PERCORSO

Bambini/Fanciulli 2 di 3



Legenda:

- 7) Balzi a piedi pari uniti sui quattro lati del quadrato MODALITA' BAMBINI FANCIULLI;
- 6) Andatura in quadrupedia prona (viso rivolto verso il basso);

Penalità:

- 7) 1 secondo ogni passaggio saltato - 5 secondi salto completo della stazione
- 6) 1 secondo se le mani si posizionano dopo la riga alla partenza

6) 1 secondo se ci si alzi prima che le mani siano uscite dalla stazione

(riga) 6) 5 secondi salto completo della stazione

2) Slalom tra i paletti;

5) Superamento dell'ostacolo a piedi pari uniti seguito da capovolta;

Penalità:

2) 1 secondo ogni passaggio saltato/paletto caduto - 5 secondi salto completo della stazione

5) 1 secondo se il superamento dell'ostacolo non avviene a piedi pari uniti; 1 secondo se si esce dai limiti per eseguire la capovolta (righe a terra); 5 secondi se si salta la stazione

4) Superamento libero dell'ostacolo;

11) Superamento dell'ostacolo a piedi pari uniti.

Penalità:

4) 1 secondo ogni passaggio saltato/ostacolo caduto (4+ 11+4+11+4) 5 secondi salto completo della stazione

11) 1 secondo se il superamento dell'ostacolo non avviene a piedi pari uniti

5) Superamento dell'ostacolo a piedi pari uniti seguito da capovolta;

8) Balzi in avanzamento a lepre;

Penalità:

5) 1 secondo se il superamento dell'ostacolo non avviene a piedi pari uniti

5) 1 secondo se si esce dai limiti per eseguire la capovolta (righe a terra)

5) 5 secondi salto completo della stazione

8) 1 secondo se le mani vengono posizionate all'interno della stazione prima dell'inizio dei balzi 8) 1 secondo se le mani e i piedi escono prima della riga di fine stazione

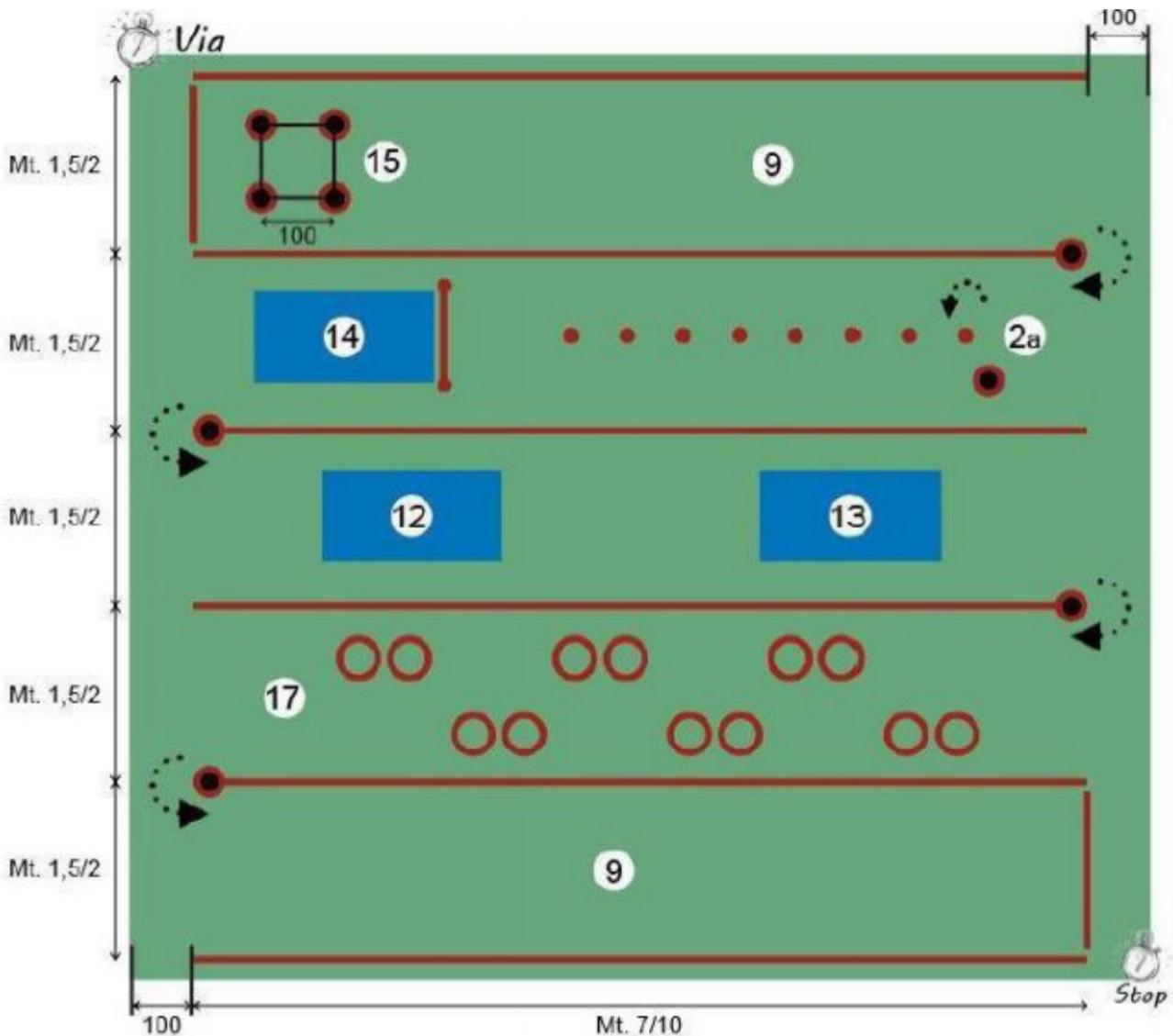
8) 5 secondi se si salta la stazione

9) Corsa;

Penalità:

9) Nessuna penalità

PERCORSO RAGAZZI 3 di 4



Legenda:

15) Balzi a piedi pari uniti sui quattro lati del quadrato MODALITA' RAGAZZI;

9) Corsa;

Penalità :

15) 1 secondo ogni passaggio saltato/ostacolo non superato a piedi pari uniti

15) 10 secondi salto completo della stazione

9) Nessuna penalità

2a) Slalom tra i paletti variante ragazzi;

14) Capovolta saltata (tuffo);

Penalità :

2a) 1 secondo ogni passaggio saltato/paletto caduto

2a) 5 secondi salto completo della stazione

14) 1 secondo se la capovolta non è saltata

14) 1 secondo se si esce dai limiti per eseguire la capovolta (righe a terra)

14) 5 secondi se si salta la stazione

12) Ruota dx;

13) Ruota sx;

È possibile invertire l'ordine dx-sx,

purché la ruota sia eseguita bilateralmente;

Penalità:

12/13) 1 secondo Se i piedi non oltrepassano la linea del bacino

12/13) 5 secondi salto completo della stazione

17) balzi con appoggio monopodale avanti e laterali.

E' una sequenza di 12 balzi monopodali. Si inizia con due balzi con il piede sinistro e due con il piede destro. I cerchi di destra vanno affrontati con il piede destro e i cerchi di sinistra con il piede sinistro.

Penalità:

17) 1 secondo se l'atleta inverte gli ordini degli appoggi.

17) 1 secondo per ogni balzo non all'interno del cerchio o calpestato.

17) 5 secondi salto completo della stazione.

9) Corsa;

Penalità :

9) Nessuna penalità