

CAMPIONATO REGIONALE GIOVANILE E COPPA SHIAI

Parakarate e Kata Agonisti
cinture da bianca a blu

Domenica 23 Ottobre

Palazzetto dello sport

Via Monviso 20 - Monterotondo Scalo

Info **366.72.35.391**



Comune di
Monterotondo



Indice

Indice generale

1. CONSIDERAZIONI GENERALI.....	3
2. LA GARA.....	3
SEDE DI GARA.....	3
ORGANIZZAZIONE.....	3
Classi di eta' COPPA SHIAI	4
CONDIZIONI DI ACCESSO ALLA GARA.....	4
3. PROCEDURE OPERATIVE	5
ACCREDITO.....	5
PROGRAMMA DI GARA.....	5
4. IL KARATE-GI E REGOLAMENTO DI GARA	6
PREMIAZIONI:.....	6
5. SISTEMI DI GARA.....	7
6. PERCORSO.....	7
FARE RIFERIMENTO AL GRAN PREMIO GIOVANISSIMI 2019 FIJLKAM PER QUANTO RIGUARDA LA STRUTTURA DEI PERCORSI.....	7
PERCORSI SCELTI PER LA GARA.....	8
PERCORSO.....	8
PERCORSO	11
12/13) 3 SECONDI SE ENTRAMBE LE RUOTE SONO MONOLATERALI.....	12
PALLONCINO.....	13
REGOLAMENTO KATA CATEGORIA PRE AGONISTI	13
7. KATA CATEGORIA AGONISTI.....	14
REGOLAMENTO GARA KATA AGONISTI.....	14
8. PARAKARATE.....	15
9. ECCEZIONI.....	15
10. ISCRIZIONI.....	16
11. RESPONSABILITA'	16
12. NOTE.....	16
13. COME ARRIVARE.....	16

1. CONSIDERAZIONI GENERALI

L'informativa di gara è redatta sulla base delle disposizioni attualmente vigenti in Italia, e nello specifico secondo le Linee Guida dallo CSEN presenti nell'area.

2. LA GARA

CAMPIONATO REGIONALE GIOVANILE:

CATEGORIE PRE-AGONISTI DA CINTURA BIANCA A MARRONE
SPECIALITA' KATA / PERCORSO / PALLONCINO

COPPA SHIAI:

SPECIALITA' KATA AGONISTI DA CINTURA BIANCA A BLU

PARAKARATE

SPECIALITA' KATA DA CINTURA BIANCA A CINTURA NERA

SEDE DI GARA

"PALAZZETTO DELLO SPORT DI MONTEROTONDO SCALO"

VIA MONVISO, 20 – 00015 – MONTEROTONDO SCALO (RM)

ORGANIZZAZIONE

A.S.D. SHIAI CLUB / CSEN KARATE LAZIO

5. Classi di eta' CAMPIONATO REGIONALE GIOVANILE

- *Bambini "A" dal 4° al 5° anno di eta' (nati negli anni 2018-2017)*
- *Bambini "B" dal 6° al 7° anno di eta' (nati negli anni 2016-2015)*
- *Fanciulli dall' 8° al 9° anno di eta' (nati negli anni (nati negli anni 2014-2013)*
- *Ragazzi dal 10° all' 11° anno di eta' (nati negli anni 2012-2011)*

Classi di eta' COPPA SHIAI

- *Esordienti dal 12° al 13° anno di eta' (nati negli anni 2010-2009)*
- *Cadetti dal 14° al 15° anno di eta' (nati negli anni 2008-2007)*
- *Juniors dal 16° al 17° anno di eta' (nati negli anni 2006-2005)*
- *Seniores dal 18° al 35° anno di eta' (nati negli anni (2004-1987)*
- *Master A dal 36° al 43 ° anno di eta' (nati negli anni dal 1986 al 1979)*
- *Master B dal 44° al 50° anno di eta' (nati negli anni dal 1978 al 1972)*
- *Master C dal 51° al 58° anni di eta' (nati negli anni dal 1971 al 1964)*
- *Master D dal 59° al 65° anno di eta' (nati negli anni dal 1963 al 1957)*
- *Master E dal 66° anno di eta' in poi (nati negli anni dal 1956)*

La Categoria Pre-Agonisti sarà graduata come bianca, gialla, arancione, verde, blu, marrone.

Gli atleti della Categoria Pre-Agonisti non sono obbligati ad effettuare tutte e tre le prove di specialita' ma possono anche effettuarne a scelta una, o due od eventualmente tutte

PER LA CATEGORIA PRE-AGONISTI SI CHIEDE ALLE SOCIETA' DI INSERIRE NELLE ISCRIZIONI ANCHE LE DATE DI NASCITA DEI PROPRI ATLETI.

La Categoria Agonisti KATA sarà graduata come bianca, gialla, arancione, verde e blu.

NELLA GARA AGONISTI ED IN QUELLA PRE-AGONISTI NON SARANNO ACCETTATE, IN SEDE DI GARA O ACCREDITO, MODIFICHE RELATIVE ALLE ISCRIZIONI FATTE.

IN ENTRAMBI I CASI LE SOCIETA' DOVRANNO EFFETTAURE IL PAGAMENTO DELL'ISCRIZIONE ANCHE SE ERRATA

CONDIZIONI DI ACCESSO ALLA GARA

Le condizioni di accesso al "Campionato Regionale Giovanile " e alla "Coppa Shiai" avrà luogo solo attraverso la garanzia offerta dalle condizioni di seguito esplicitate, unitamente all'applicazione scrupolosa delle "Linee guida per l'organizzazione di eventi e competizioni sportive" disponibili sul sito Karatelaziocsen.it

- attenersi a quanto disposto dall'organizzazione in merito agli orari di accesso al palazzetto;
- le società devono essere affiliate CSEN o in esclusiva FILKAM
- attenersi in modo rispettoso e puntuale alle chiamate da parte degli UdG per le fasi di gara. Si ricorda, inoltre, che:
- **non è richiesto Green Pass**
- **non è previsto un limite agli accompagnatori**

3. PROCEDURE OPERATIVE

ACCREDITO

Il modulo di iscrizione potrà essere scaricato sul sito www.karatecsenlazio.it nella pagina dedicata alla gara

Ogni 8 atleti verrà rilasciato un pass da coach.

PROGRAMMA DI GARA

<i>Domenica 23 Ottobre</i>	<i>Orario</i>	<i>Categoria</i>	<i>Time table</i>
Percorso Palloncino Kata	Mattina	Bambini "A" Bambini "B" Fanciulli Ragazzi cinture bianche,gialle,arancioni,verdi, blu e marroni	Orari definitivi a chiusura iscrizioni
Kata Agonisti	Pomeriggio	Parakarate(tutte le cinture da bianca a nera),Esordienti, Cadetti, Juniores, Seniores ,Master bianche,gialle,arancioni,verdi, blu	Orari definitivi a chiusura iscrizioni

SI RICORDA CHE IL PRESENTE PROGRAMMA POTRA' SUBIRE MODIFICHE IN BASE ALLA REALE PRESENZA DEGLI ATLETI AL MOMENTO DELLE ISCRIZIONI E DOPO L'ACCREDITO

4. IL KARATE-GI E REGOLAMENTO DI GARA

Per il Karate-Gi non esiste alcuna omologazione. Tutti i Karate-Gi, qualsiasi sia il produttore, possono essere utilizzati purché rispettino le caratteristiche indicate nel Regolamento di arbitraggio.

PREMIAZIONI:

Nelle prova kata, percorso e palloncino della Categoria Pre-agonisti verranno premiati il primo, il secondo e due terzi posti a pari merito per ogni specialità.

Le premiazioni verranno effettuate per gruppi di cintura e sesso.

Tutti gli Atleti della Categoria Pre-Agonisti verranno comunque premiati con la medaglietta di partecipazione.

Verranno stilate tre classifiche differenti per ogni specialità: una per il Kata, una per il Palloncino ed una per il percorso (non è prevista la classifica per la combinata).

Verranno premiate le prime quattro società sul podio di ogni singola specialità.

CLASSIFICA CAMPIONATO REGIONALE GIOVANILE: Verranno premiate le prime 4 Società

Kata Agonisti: verranno premiati il primo, il secondo e due terzi a pari merito in tutte le categorie

COPPA SHIAI: Verranno premiate le prime 4 società

Parakarate: tutti gli Atleti saranno premiati

PUNTEGGI:

- 10 punti al primo classificato
- 8 punti al secondo classificato
- 6 punti al terzo classificato
- 6 punti al terzo classificato

5. SISTEMI DI GARA

Gli atleti della Categoria Pre-Agonisti verranno suddivisi per gruppi di cintura:

-Bianca

-Gialla ed arancione

-Verde/blu /marrone

GLI ATLETI POTRANNO ACCEDERE SU UN QUALSIASI TATAMI PER EFFETTUARE LE PROVE A CUI SONO INSCRITTI.

6. PERCORSO

Il Percorso a Tempo deve svolgersi su un Tappeto 10X10 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 numero di secondi come descritto di seguito. Ogni parte del percorso non svolta comporterà 5/10 secondi di penalità.

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

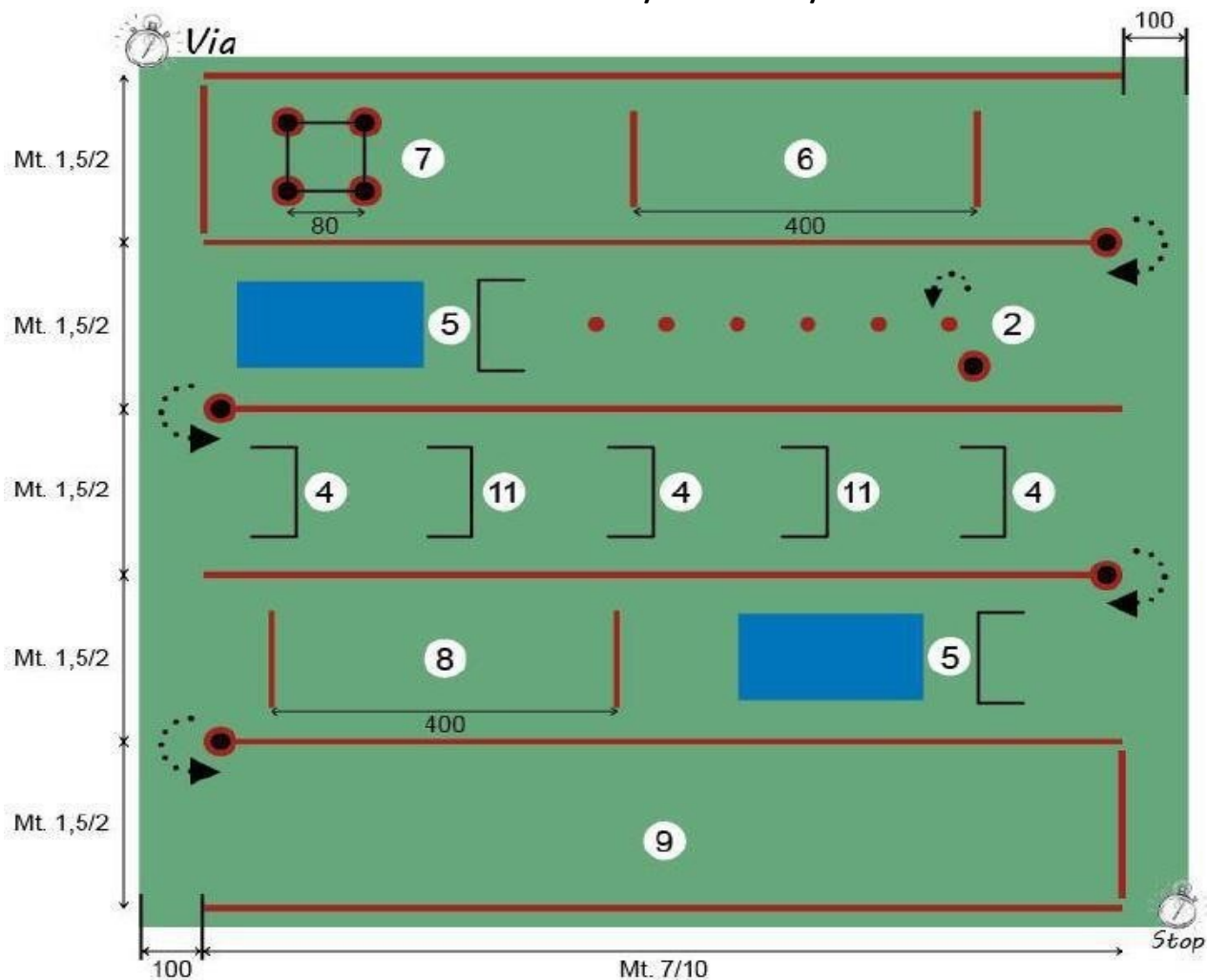
Il tempo del percorso verrà espresso in secondi fino ai centesimi di secondo.

Verrà effettuata una sola prova per ogni Atleta.

In caso di spareggio vince l'atleta con l'età più giovane

PERCORSI SCELTI PER LA GARA

PERCORSI BAMBINI/FANCIULLI 2/3



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/ostacolo non superato a piedi pari uniti**

7) 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 alza 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

2) 5 secondi salto completo della stazione

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 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 ogni passaggio saltato/ostacolo caduto

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

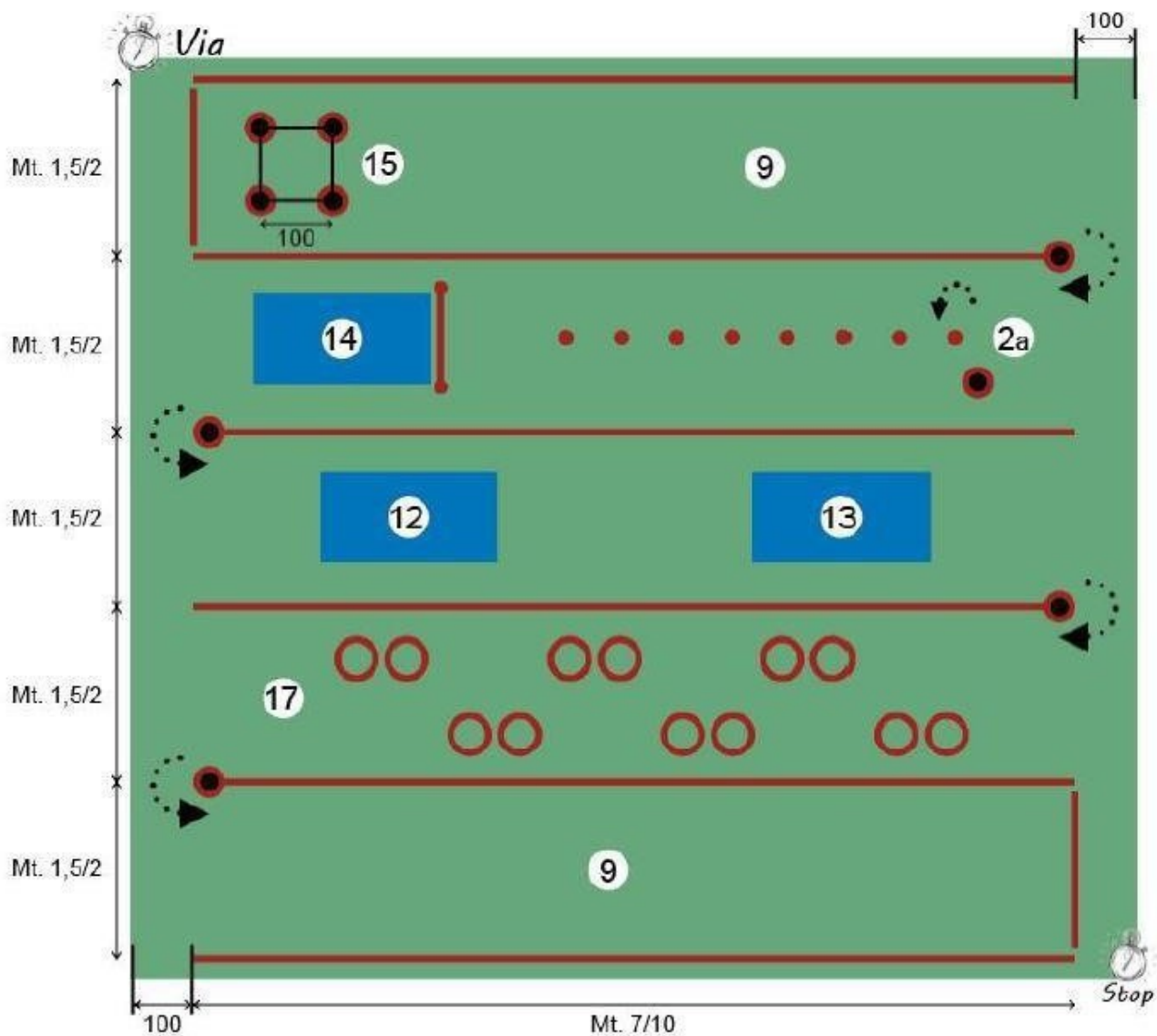
8) 5 secondi se si salta la stazione

9) Corsa;

Penalità:

9) Nessuna penalità

PERCORSO Ragazzi 3 di 4



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

12/13) 3 SECONDI SE ENTRAMBE LE RUOTE SONO MONOLATERALI

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

Gli Atleti eseguiranno una sola prova

In caso di spareggio vince l'atleta con l'età più giovane

PALLONCINO

Il Gioco Tecnico Palloncino deve svolgersi su Tappeto minimo 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:

- 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-UraMawashigeri) Jodan.

Tecniche di braccia ammesse:

- Pugno diretto arto superiore omolaterale (Kizamitsuki) Jodan;
- Pugno diretto arto superiore controlaterale (Gyakutsuki) Jodan-Chudan;
- 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 ogni infrazione. Il giudizio sarà effettuato da 3 arbitri con votazione da 5.0 a 10.0 con incrementi o decrementi di 2 decimi di punto: la somma dei 3 voti sarà il risultato finale.

La durata della prova è di 20 secondi per le Categorie Bambini e Fanciulli e di 30 secondi per la categoria Ragazzi.

Verrà effettuata una sola prova per ogni Atleta.

In caso di spareggio vince l'atleta con l'età più giovane

REGOLAMENTO KATA CATEGORIA PRE AGONISTI

Nella prova Kata,

- *le categorie bambini, fanciulli e ragazzi effettueranno un'unica prova*
- *tutte le cinture bianche di ogni Categoria potranno eseguire o Kata di base o Kate di libera composizione*
- *le cinture gialle ed arancioni di tutte le categorie potranno eseguire SOLO Kata di base*
- *le cinture verdi, blu e marroni delle Categorie Bambini e Fanciulli potranno eseguire solo Kata di base, mentre le cinture verdi/blu e marroni della Categoria Ragazzi potranno eseguire o kata di base o kata superiori.*

Il giudizio sarà effettuato da 3 arbitri con votazione da 5.0 a 10.0 con incrementi o decrementi di 2 decimi di punto: la somma dei 3 voti sarà il risultato finale. Si detrarranno dal voto finale 2 decimi di punto per ogni saluto non effettuato dagli Atleti (saluti di inizio e fine Kata).

In caso di spareggio vince l'atleta con l'età più giovane

7. KATA CATEGORIA AGONISTI

Gli Atleti della Categoria Agonisti e Master Kata verranno suddivisi per gruppi di cintura e sesso:

Bianca

Gialla/arancione

Verde/blu

REGOLAMENTO GARA KATA AGONISTI

In tutte le categorie, in caso di spareggio, è possibile ripetere uno dei qualsiasi kata eseguiti precedentemente.

Non sono previsti ripescaggi in nessuna Categoria.

In tutti i casi di squalifica/sconfitta verrà assegnato il punteggio minimo (tutti gli Ufficiali di gara mostreranno il punteggio 5.0)

Se il numero degli Atleti iscritti in una qualsiasi Categoria è pari od inferiore a 4, gli Atleti effettueranno una sola prova che determinerà la classifica finale (primo, secondo e i due terzi)

Se il numero degli Atleti iscritti in una qualsiasi Categoria è superiore a 4, si effettueranno due prove: la prima per la fase eliminatoria dove passeranno al turno successivo i primi 4 Atleti classificati i quali effettueranno una seconda prova per definire la classifica finale (primo, secondo e i due terzi).

Le cinture bianche, gialle ed arancioni possono eseguire solo kata di base: in caso eseguissero kata superiori verrà assegnato il punteggio minimo 5.0 mostrato da tutti gli Ufficiali di gara.

Le cinture verdi e blu possono eseguire sia kata di base che kata superiori e devono obbligatoriamente dichiarare il Kata al Presidente di giuria di Tappeto prima di iniziare la prova.

Le cinture bianche, gialle ed arancioni possono ripetere lo stesso kata in ogni turno.

Le cinture verdi e blu devono cambiare kata in ogni turno.

La valutazione sarà effettuata da cinque Ufficiali di gara con punteggio da 5.0 a 10.0 con incrementi o decrementi di 2 decimi di punto. Il voto finale sarà determinato dalla somma dei tre voti rimanenti dopo aver escluso i due punteggi minimi e massimi

In caso di spareggio si effettuerà una ulteriore prova che verrà valutata sempre a punteggio.

8. PARAKARATE

PARAKARATE

CATEGORIE		CINTURE	ANNO DI NASCITA
D.I.R. (Autismo, Cerebrolesi e A.D.H.D.)	ESORDIENTI	BIA GIA ARA VER BLU MAR NERA	2010-2009
	CADETTI		2008-2007
	JUNIORES		2006-2005
	SENIORES		2004-1987
D.I.R. (Sindrome di Down)	ESORDIENTI	BIA GIA ARA VER BLU MAR NERA	2010-2009
	CADETTI		2008-2007
	JUNIORES		2006-2005
	SENIORES		2004-1987
D.S. (Ipovedenti, non vedenti, Ipoudenti e non udenti)	ESORDIENTI	BIA GIA ARA VER BLU MAR NERA	2010-2009
	CADETTI		2008-2007
	JUNIORES		2006-2005
	SENIORES		2004-1987
D.F. (Atleti in carrozzina e atleti con diversità fisica generica)	ESORDIENTI	BIA GIA ARA VER BLU MAR NERA	2010-2009
	CADETTI		2008-2007
	JUNIORES		2006-2005
	SENIORES		2004-1987

L'atleta ipovedente, se indossa la mascherina, gareggerà con il non vedente, altrimenti si divideranno le categorie.

Non udenti: rientrano in questa categoria gli atleti che hanno, nell'orecchio migliore, una percezione al di sotto dei 55 db.

Nella prova Kata gli atleti effettueranno un'unica prova.

Gli atleti classificati come quarti nel punteggio, saranno comunque premiati come terzi.

Si possono eseguire kata di libera composizione o kata di stile, e possono essere assistiti dal coach.

Nella prova di kata non sarà preso in considerazione il tempo.

9. ECCEZIONI

Tenuto conto del periodo pandemico, l'organizzazione, sentiti i tecnici presenti in gara, si riserva di modificare tale regolamento per oggettive problematiche dovessero occorrere prima o durante la gara stessa.

10. ISCRIZIONI

Per iscriversi compilare il modulo presente su <https://forms.gle/RW9xNkEN1uCddiam9>. Le società e i tecnici dovranno iscriversi una sola volta. Riceveranno una e-mail di conferma per ogni iscrizione fatta. Le modifiche sono accettate fino a chiusura iscrizioni. I tecnici potranno modificare gli iscritti cliccando sul link dell'email di conferma.

Le iscrizioni chiudono il 17 Ottobre ore 20. In caso di raggiungimento anticipato della quota massima dei partecipanti per ogni specialità, l'organizzazione si riserva di chiudere anticipatamente le iscrizioni.

La quota di iscrizione è di 15€ e andrà pagata anche se l'atleta iscritto non si presenta.

11. RESPONSABILITA'

L'Organizzazione e l'Ente Csen declinano ogni responsabilità in merito ad eventuali danni alle persone ed alle cose degli Atleti, dei Tecnici, degli Ufficiali di Gara o terzi derivanti dalla manifestazione o in conseguenza di essa, prima, durante e dopo lo svolgimento della manifestazione.

Pertanto ogni partecipante all'evento dovrà essere in regola con la quota assicurativa e la certificazione medica tramite la propria società di appartenenza, la quale si assume tutte le responsabilità.

12. NOTE

L'evento e le modalità di svolgimento dello stesso sono, ovviamente, subordinati alle ulteriori ED eventuali limitazioni derivanti dall'andamento della pandemia e potrà subire variazioni e/o modifiche sulla base delle disposizioni, di carattere Nazionale o Regionale, assunte dalle Autorità.

GLI ATLETI PARTECIPANTI ALLA COMPETIZIONE DOVRANNO ESSERE IN POSSESSO DELLA REGOLARE CERTIFICAZIONE MEDICA DEPOSITATA PRESSO LE SOCIETA' SPORTIVE DI APPARTENENZA E DI TUTTE LE CERTIFICAZIONI RICHIESTE PREVISTE DALLE VIGENTI NORME DI LEGGE.

13. COME ARRIVARE

IN AUTO

Dal Grande Raccordo Anulare:

- Procedi in direzione Nord su A 90
- Prendere l'uscita 8 e seguire le indicazioni : Salaria / Rieti/ Terminillo/ Salaria
- Percorrere la Via Salaria per circa 10 Km.

IN TRENO

Dalla Stazione Roma Tiburtina alla Stazione Monterotondo – Mentana (Direzione Orte).