



1° COPPA ITALIA LIBERTAS KARATE 2013

PROGRAMMA

Sabato 09 NOVEMBRE 2013

Accredito

13.30/14.30 kata e kumite m/f a squadre, individuale kata tutte le classi, master kumite individuale m/f

Inizio gara

15.00 kata e kumite a squadre m/f; kumite Master m/f, Kata individuale m/f tutte le classi

Domenica 10 novembre 2013

Inizio gara

09.00 gara bambini/e; 6-7 anni, 2006-2007

10.00 gara fanciulli/e; 8-9 anni, 2004-2005

11.30 gara ragazzi/e 10-11 anni 2002-2003

Domenica 10 novembre 2013

Accredito

13.00/14.00 kumite femminile individuale tutte le classi

Inizio gara

14.30 kumite femminile individuale tutte le classi

Accredito

14.30/15.30 kumite maschile individuale tutte le classi

Inizio gara

16.00 kumite maschile individuale tutte le classi

Ente organizzatore: Dynamic Karate Termoli, per informazioni M° Laghezza Antonio cell. 347-0339757

Luogo: Palazzetto dello Sport "PALASABETTA" Via Ischia - Termoli (Molise)

Contributo: € 10.00 gare Giovanili, € 15.00 altre gare più € 500 doppia gara individuale, € 25.00 gare a squadre da versare in loco per gli atleti iscritti

Iscrizioni: 10 giorni prima dell'evento utilizzando il sistema informatizzato online "SPORTDATA.ORG"



COPPA ITALIA LIBERTAS KARATE

Gli atleti possono partecipare a scelta ad una delle prove o ad entrambe: Kumite e kata.
In sede di gara non sono consentiti passaggi di classe o di categorie di peso e di grado

TABELLE RIASSUNTIVE E MODALITÀ DI PARTECIPAZIONE

| KUMITE INDIVIDUALE | | | | | | | | | | |
|--------------------|------------|-----------|-----------|---------|---------|--------|--------|--------|--------|--------|
| CLASSI | ETÀ | ANNI | CATEGORIE | | | | | | | |
| Esordienti M | 12-13 anni | 2000-2001 | -40 kg | -45 kh | -50 kg | -55 kg | -61 kg | -68 kg | -75 kg | +75 kg |
| Esordienti F | 12-13 anni | 2000-2001 | -37 kg | -42 kg | -47 kg | -53 kg | -60 kg | -68 kg | +68 kg | |
| Cadetti | 14-15 anni | 1998.1999 | -52 kg | -57 kg | -63 kg | -70 kg | +70 kg | | | |
| Cadette | 14-15 anni | 1998.1999 | -47 kg | -54 kg | +54 kg | | | | | |
| Juniores M | 16-17 anni | 1996-1997 | -55 kg | -61 kg | -68 kg | -76 kg | +76 kg | | | |
| Juniors F | 16-17 anni | 1996-1997 | -48 kg | -53 kg | -59 kg | +59 kg | | | | |
| Seniores M | 18-35 anni | 1995-1978 | -60 kg | -67 kg | -75 kg | -84 kg | +84 kg | | | |
| Seniores F | 18-35 anni | 1995-1978 | -50 kg | -55 kg | -61 kg | -68 kg | +68 kg | | | |
| Master M | + 35 anni | - 1978 | -75 kg | -84 kg. | +84 kg. | | | | | |
| Master F | + 35 anni | - 1978 | -61 kg. | -68 kg. | +68 kg. | | | | | |

| KUMITE A SQUADRE | | | | |
|------------------|------------|-----------|-------------|-----------|
| CLASSI | ETÀ | ANNI | N° ATLETI/E | CATEGORIA |
| Juniores M/F | 16-17 anni | 1996-1997 | 3 | Open |
| Seniores M/F | 18-35 anni | 1995-1978 | 3 | Open |

| DURATA DEI COMBATTIMENTI | | |
|--------------------------------------------------|-------|----------------|
| CLASSI | SESSO | DURATA |
| Esordienti | M/F | 1 minuto e 20" |
| Cadetti – Juniores – Seniores – Master - Squadre | M/F | 2 minuti |

Equipaggiamento:

Le lenti a contatto sono consentite a proprio rischio e pericolo. Gli occhiali da vista sono vietati.

- **Obbligatorio:** Cintura rossa e blu / Guantini rosso e blu /Parastinchi e paracolpo del piede, rosso e blu / Paradenti / Pararaso per le classi femminili

- **Facoltativo:** Conchiglia per le classi maschili / Corpetto / Maschera facciale

- Sistema di arbitraggio ad eliminazione diretta con recupero.
- Per le categorie di peso è consentita una tolleranza di 1,5 kg.
- Nella gara Kumite a squadre non è prevista la parità
La squadra per gareggiare deve essere composta da almeno due atleti su tre. L'atleta assente viene dichiarato sconfitto per kiken, e saranno assegnati 8 punti al concorrente
- Nelle gare a Squadra di kumite, vince la Squadra che si è imposta nel maggior numero di incontri. Se le due Squadre hanno riportato lo stesso numero di vittorie, allora la Squadra vincente è quella che ha ottenuto il maggior numero di punti, considerando sia gli incontri persi che quelli vinti.
La massima differenza punti o vantaggio in ogni incontro sarà 8 (es.: se un incontro l'Atleta Aka vince per 12 punti a 3, il massimo di punti che potrà contare, sarà solo di 8.
Se le due Squadre hanno vinto lo stesso numero di incontri riportando lo stesso numero di punti, allora si tiene un incontro decisivo. Viene dichiarato vincitore il Concorrente che ottiene il maggior punteggio. In caso di parità, la decisione verrà presa ai voti (HANTEI).
- Una Squadra che ottiene il vantaggio di 2 incontri vinti viene dichiarata vincitrice, e non sarà necessario svolgere il terzo incontro.

| KATA INDIVIDUALE | | | | |
|------------------|-----|----------------------|--------------|-------------------|
| Esordienti 1 | M/F | gialle-arancio-verde | Esordienti 2 | blu- marrone-nere |
| Cadetti 1 | M/F | gialle-arancio-verde | Cadetti 2 | blu- marrone-nere |
| Juniores 1 | M/F | gialle-arancio-verde | Juniores 2 | blu- marrone-nere |
| Seniores 1 | M/F | gialle-arancio-verde | Seniores 2 | blu- marrone-nere |
| Master 1 | M/F | gialle-arancio-verde | Master 2 | blu- marrone-nere |

Per le cinture intermedie si considera il colore corrispondente al grado inferiore (es. verde/blu, gruppo 1)

| KATA A SQUADRE | | | | |
|----------------|------------|-----------|-------------|-----------|
| CLASSI | ETÀ | ANNI | N° ATLETI/E | CATEGORIA |
| Juniores M/F | 16-17 anni | 1996-1997 | 3 | Open |
| Seniores M/F | 18-35 anni | 1995-1978 | 3 | Open |

| Numero dei kata (kata a libera scelta, esclusi i kata con uso delle armi) | |
|------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|
| 1. Gialle-arancio-verde | Ripetizione stesso Kata |
| 2. Blu- marrone-nere | Kata diverso ad ogni turno |
| Squadre | Kata diverso ad ogni turno |

1. Può essere eseguito qualsiasi kata di karate tradizionale, ad eccezione dei kata con armi (kobudo).
2. Sono consentite le variazioni di Karate della scuola dell'Atleta.
3. Nelle gare a squadre non è prevista l'esecuzione del bunkai. Non sono previsti gli shitei kata.
4. Valutazione a bandierine, sistema ad eliminazione diretta con ricupero. L'atleta, anche in caso di assenza dell'avversario, esegue sempre la sua prova.

| <i>Atleti o Squadre</i> | <i>Kata necessari</i> |
|-------------------------|-----------------------|
| 65-128 | 7 |
| 33-64 | 6 |
| 17-32 | 5 |
| 9-16 | 4 |
| 5-8 | 3 |
| 4 | 2 |

GRAN PREMIO GIOVANILE ITALIA LIBERTAS KARATE

VADEMECUM

- 1) I ragazzi possono partecipare in entrambe le specialità (kata e Kumite);
- 2) In tutte le classi le prove sono individuali e anche le premiazioni;
- 3) Il gioco tecnico del palloncino precede due bersagli, Jodan e Chudan;
- 4) Le tecniche al Palloncino sono libere, tempo 20" Bambini e fanciulli, 30" Ragazzi;
- 5) Nel combattimento dimostrativo classe Ragazzi le tecniche sono libere;
- 6) È obbligatorio l'uso del paradenti, dei guantini, dei paratibia e dei paracolli del piede dello stesso colore, rosso per AKA o blu per AO.
- 7) Gli atleti possono gareggiare solo nella loro classe di appartenenza.

La competizione si basa su una pluralità di prove, si può partecipare facoltativamente ad una o più prove, per ognuna delle quali sarà determinata una specifica classifica.

La competizione è aperta alle classi **Bambini, Fanciulli, Ragazzi** e si struttura su una varietà di esercizi, finalizzati a costruire i presupposti motori coordinativi condizionali emozionali, propedeutici per l'attività agonistica sia del kumite che del kata.

| PROSPETTO RIASSUNTIVO DELLA COMPETIZIONE | | |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| CLASSI | ETA' | PROVA |
| Bambini M+F | 6 - 7 | a. Percorso a tempo b. Gioco tecnico con palloncino 20" (gambe e braccia) c. Kata |
| Fanciulli M+F | 8 - 9 | a. Percorso a tempo b. Gioco tecnico con palloncino 20" (gambe e braccia) c. Kata |
| Ragazzi M+F | 10 - 11 | a. Percorso a tempo b. Gioco tecnico con palloncino 30" (gambe e braccia) c. Kata d. Combattimento dimostrativo 40", a 10" atoshi baraku (atleti della stessa palestra) |
| Tutte le prove si intendono a carattere individuale e gli atleti sono valutati singolarmente ai fini della classifica. | | |

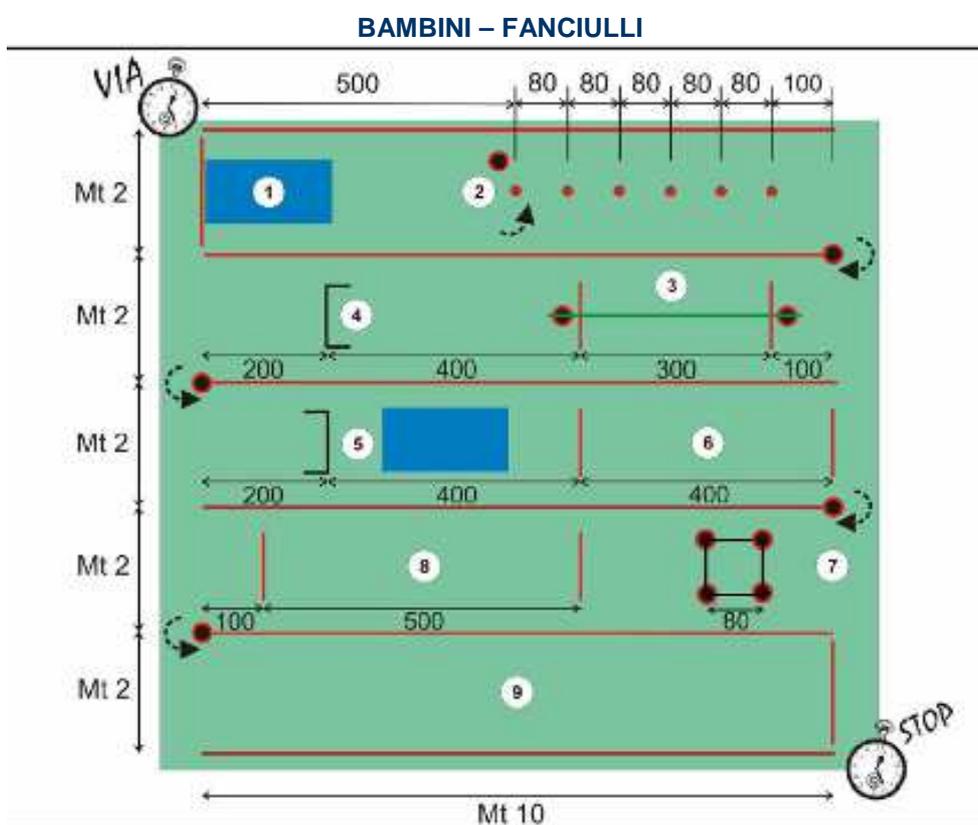
| ORARIO | CLASSI | ETA' | SESSO | GRADO | |
|--------|-------------|----------------------|-------|---------------------|--------------------------|
| 09.00 | Bambini/e | 6 - 7 2006-2007 | M + F | 1. Gialla - Arancio | 2. Verde - Blu - Marrone |
| 10.00 | Fanciulli/e | 8 - 9 2004-2005 | M + F | 1. Gialla - Arancio | 2. Verde - Blu - Marrone |
| 11.30 | Ragazzi/e | 10 - 11 2002-2003 | M + F | 1. Gialla - Arancio | 2. Verde - Blu - Marrone |

Per le cinture intermedie si considera il colore corrispondente al grado inferiore (es. arancio/verde, gruppo 1)
Gli orari s'intendono approssimativi.

Graduazione delle cinture:

| | | | |
|-----------|----------|---------|----------|
| bianca | (6° kyu) | verde | (3° kyu) |
| gialla | (5° kyu) | blu | (2° kyu) |
| arancione | (4° kyu) | marrone | (1° kyu) |

A. PERCORSO A TEMPO

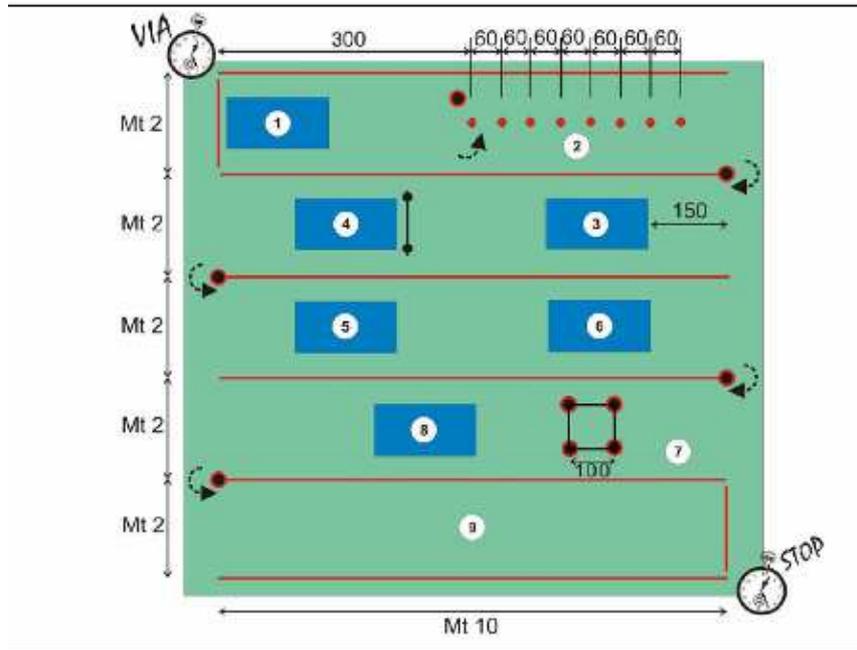


I rettangoli azzurri indicano il punto dove devono essere effettuati gli esercizi.

Legenda:

- 1) Capovolta avanti seguita da balzo con circonduzione delle braccia;
- 2) Slalom tra i paletti;
- 3) Balzi a zig-zag a piedi pari uniti in avanzamento superando la corda (H cm. 20);
- 4) Superamento libero dell'ostacolo (H cm. 35);
- 5) Superamento dell'ostacolo (H cm. 35) a piedi pari uniti seguito da capovolta;
- 6) Andatura in quadrupedia prona (viso rivolto verso il basso);
- 7) Balzi a piedi pari uniti sui quattro lati del quadrato (H cm. 20);
- 8) Balzi in avanzamento a rana (m. 5);
- 9) Corsa finale.

RAGAZZI



I rettangoli azzurri indicano il punto dove devono essere effettuati gli esercizi.

Legenda:

- 1) Capovolta avanti seguita da balzo con circonduzione delle braccia;
- 2) Slalom tra i paletti;
- 3) Capovolta indietro;
- 4) Capovolta saltata (tuffo);
- 5) Ruota dx;
- 6) Ruota sx;
- 7) Balzi a piedi pari uniti sui quattro lati del quadrato (H cm 35);
- 8) Capovolta avanti seguita da balzo con circonduzione delle braccia;
- 9) Corsa finale.

B. GIOCO TECNICO CON PALLONCINO

Il Gioco Tecnico con Palloncino si svolgerà su Tappeti di m 4x4 costituiti da materassini di gomma. Vengono usati due palloncini di spugna, dimensioni calcio, collocati ai livelli chudan e jodan. Gli atleti effettuano la prova l'uno di seguito all'altro.

Per tutte le classi: Tecniche di gambe e braccia libere. L'atleta può esprimersi con tutto il bagaglio tecnico di cui dispone.

CLASSI: BAMBINI - FANCIULLI: La prova consiste in 20" di libere combinazioni di tecniche di gamba e braccia .

CLASSE: RAGAZZI: La prova consiste in 30" di libere combinazioni di tecniche di gamba e braccia.

C. KATA

CLASSE: BAMBINI - FANCIULLI – RAGAZZI: La prova si svolge su Tappeti da m 6 x 6, costituiti da materassini di gomma e consiste nell'esecuzione di un Kata di libera scelta. Valutazione a punteggio.



D. COMBATTIMENTO DIMOSTRATIVO

CLASSE: RAGAZZI La prova si svolge su Tappeti di m 6x 6, costituiti da materassini di gomma.

La prova consiste in una dimostrazione di Combattimento (Kumite) effettuata da due atleti della stessa Società Sportiva che dovranno dare dimostrazione di capacità tecnico-tattiche così articolate:

- movimento e controllo del territorio (naturalità delle posizioni e fluidità dei movimenti);
- strutturazione dello spazio e del tempo (corretto uso della distanza e corretta scelta del tempo);
- padronanza simmetrica dei fondamentali (bilateralità delle azioni tecniche);
- tattica (organizzazione, razionalità e creatività nel comportamento tattico in fase di attacco e in fase di difesa).

La prova ha la durata di 40"; a 30" viene dato il segnale che il combattimento sta per terminare (Atoshi-Baraku).

È obbligatorio l'uso dei guantini, della conchiglia, dei paradenti, dei paratibia e dei paracolli del piede dello stesso colore, rosso per AKA o blu per AO.

REGOLAMENTO GARA

Per quanto non contemplato nel presente regolamento di gara, sarà applicato il regolamento Internazionale WKF.

REGISTRAZIONE

Accesso al sistema di registrazione online Sportdata.org, attraverso i seguenti links:

www.sportdata.org/karate/set-online-libertas/

Per informazioni relative alla procedura di registrazione on line, rivolgersi a: Prof. Riccardo Lio
Amministratore set on line Libertas

Cell. 320 3852115, in orario pomeridiano, preferibilmente dopo le ore 16.00

Email: riccardo.lio1@tin.it

PER LE PRENOTAZIONI ALBERGHIERE CONVENZIONATE RIVOLGERSI A:

Sig. Luigi Veleno

Tel. 08755331

Cell. 3491236767

www.velenogroup.com

| Trattamento in pensione completa a persona | | | | |
|--------------------------------------------------------|---------|---------|---------|-----------|
| Tipologia hotel | Singola | Doppia | Tripla | quadrupla |
| *** | € 65.00 | € 55.00 | € 50.00 | € 46.00 |
| Trattamento in mezza pensione a persona | | | | |
| Tipologia hotel | Singola | Doppia | Tripla | quadrupla |
| *** | € 60.00 | € 50.00 | € 45.00 | € 40.00 |
| Trattamento pernottamento e colazione a persona | | | | |
| Tipologia hotel | Singola | Doppia | Tripla | quadrupla |
| *** | € 42.00 | € 32.00 | € 27.00 | € 23.00 |

Segreteria Nazionale Libertas