

REGOLAMENTO COMPETIZIONI PER L' ANNO AGONISTICO 2022/2023

Art. 1: Tipologie e modalità:

- UISP Do organizza Campionati Nazionali di Kumite e Kata sia individuali che a squadre.
- Per le iscrizioni alle Gare Nazionali, per le quali è prevista la fase regionale di qualificazione, si procede come segue: le Società interessate devono inviare le iscrizioni entro e non oltre le ore 24 del 15° giorno precedente la fase stessa, sull'apposito modello, al proprio Comitato Regionale accompagnate dalla relativa quota, in moduli separati per kata e kumite, maschi e femmine; il Comitato Regionale invierà con le stesse modalità gli elenchi dei qualificati alla Segreteria Nazionale.
- Ciascun atleta delle categorie esordienti-cadetti-speranze-juniores-seniores potrà gareggiare sia nel kata che nel kumite; le categorie Amatori (suddivisi per gruppi omogenei di cintura all'atto della iscrizione) solo nel kata.
- Gli Arbitri che gareggeranno nella categoria Amatori potranno rivestire la mansione di Arbitro durante tutta la manifestazione.

Art. 2 Classi di età per l'anno sportivo 2022-2023 Agonisti e Amatori:

- | | |
|-----------------------------------------|---------------------------|
| a) Esordienti dal 13° al 14° anno | nati negli anni 2010-2009 |
| b) Cadetti: dal 15° al 16° anno | nati negli anni 2008-2007 |
| c) Speranze: dal 17° al 19° anno | nati dal 2006 al 2004 |
| d) Juniores: dal 20° al 23° anno | nati dal 2003 al 2000 |
| e) Seniores kumite: dal 24° al 35° anno | nati dal 1999 al 1988 |
| f) Seniores kata: dal 24° al 38° anno | nati dal 1999 al 1985 |
| g) Amatori A: dal 39° al 50° anno | nati dal 1984 al 1973 |
| h) Amatori B: dal 51° in poi | nati dal 1972 in poi |

MANIFESTAZIONI NAZIONALI

ISCRIZIONI

Non saranno ammesse iscrizioni durante di Campionato a causa di dimenticanze varie, verranno accettate solo le iscrizioni inviate dai Regionali. Saranno solo ammesse iscrizioni corrette o con errori veniali come ad esempio: errori di nome (del tipo Daniele invece di Daniela) o errori evidenti di colore di cintura.

Campionato Nazionale di Kumite

N.B.: Da quest'anno il **Regolamento Arbitrale di Kumite è stato rimodificato** in alcune sue parti, pertanto consultare tale regolamento per una ottima conoscenza delle nuove regole. <https://www.uisp.it/discorientali/pagina/regolamenti-1-2-3>

Art. 3 Qualificazioni

Il Campionato Individuale Cinture Nere, Cinture Marron, sarà ad accesso libero.

- L'enchosen non è più contemplato in tutte le categorie, tutti gli incontri che dovessero finire in parità verranno giudicati con l'Hantei.

Art. 4 Tipologie di gara individuali

Campionato Nazionale Individuale cinture marroni e nere

a) Formula a **9 punti (in caso di squalifica vedere art.3 cap. 4 e 6 del reg. Arb.)**: gli incontri avranno la durata di **2 minuti** effettivi, tranne le finali seniores maschili cinture nere, con ripescaggi. Accederanno le cinture nere cadetti-speranze-juniores-seniores e, separatamente, le cinture marroni gareggeranno con le stesse categorie.

b) **Categorie di peso marroni / nere**

- Cadetti: maschi: kg. 65 (min. 50) oltre 65 / femmine: open
- Speranze: maschi: kg. 65 (min. 55) oltre 65 / femmine: open
- Juniores: maschi: kg. 65 (min. 55) - 75 - oltre 75 / femmine: 55 - oltre 55 solo marroni
- Seniores: maschi: kg. 65 (minimo 55) - 75 - oltre 75 / femmine: 55 - oltre 55 solo marroni

Le categorie femminili juniores e seniores cinture nere verranno unificate suddividendo la categoria in - 55 e + 55 Kg.

N.B. Abbiamo riscontrato che spesso si presentano al peso atleti **“fuori peso”**, anche di molto, rispetto alla categoria in cui sono stati iscritti dai Regionali. Da quest'anno **non saranno più tollerate** tali discrepanze. Ove la discrepanza fosse maggiore l'atleta non verrà ammesso alla competizione individuale in nessuna altra categoria.

Per le categorie **femminili** è richiesto un peso minimo di Kg. 40 per la categoria Cadette e di Kg. 45 per tutte le altre categorie, con una tolleranza di 1,5 Kg.

Nelle categorie **maschili** i concorrenti verranno pesati solamente con gli slip ed avranno una tolleranza di 1 kg.

Nelle categorie con solo **3** atleti presenti, gli incontri si svolgeranno col sistema **“girone all'italiana”**.

Nel “girone all'italiana” ad ogni concorrente vengono assegnati :

Per ogni vittoria: **2** punti

Per il pareggio: **1** punto

Per la sconfitta: **0** punti

Se alla fine degli incontri previsti si ottenessero delle parità di punteggio, la classifica finale verrà stilata in base al computo dei punti fissati.

Svolgimento dell'incontro di Finale Seniores Maschile Cinture Nere:

- a) L'incontro di Finale, per tutte le categorie maschili Seniores c.n., si articolerà su **due** incontri, di **due** minuti ciascuno, intervallati da **un** minuto di riposo.
- b) Il punteggio **terrà conto** del limite dei nove ippon (i punteggi e le ammonizioni verranno, come fosse un incontro unico, man mano sommati). Rimane il vincolo della vittoria prima del limite, in ogni momento dei due incontri, quando si dovessero ottenere **otto** punti di vantaggio.
- c) Alla fine dei due incontri in caso di parità si andrà come da Regolamento all'Hantei da parte degli Arbitri.
- d) Il Coach potrà parlare con il suo atleta **SOLO** durante il minuto di riposo. In caso contrario ci sarà, da parte della cinquina Arbitrale, la possibilità di assegnare una penalità all'atleta interessato.

Campionato Nazionale Individuale cinture verdi/blu

Formula a **9 punti**: gli incontri avranno la durata di 90 secondi effettivi, **non sono previsti** i ripescaggi. Per tale categoria è stato redatto un **Regolamento** specifico a cui si farà riferimento in sede di gara sia per l'assegnazione dei punti che per le penalità. Accederanno le cinture verdi/blu cadetti-speranze-juniores-seniores .

b) Categorie di peso

- | | | |
|---------------------|-------------------------------------|-----------------|
| a) <u>Cadetti:</u> | maschi: kg. 65 (minimo 50) oltre 65 | / femmine: open |
| b) <u>Speranze:</u> | maschi: kg. 65 (minimo 55) oltre 65 | / femmine: open |
| c) <u>Juniores:</u> | maschi: kg. 70 (minimo 55) oltre 70 | / femmine: open |
| d) <u>Seniores:</u> | maschi: kg. 70 (minimo 55) oltre 70 | / femmine: open |

N.B. Abbiamo riscontrato che spesso si presentano al peso atleti **“fuori peso”**, anche di molto, rispetto alla categoria in cui sono stati iscritti dai Regionali. Da quest'anno **non saranno più tollerate** tali discrepanze. Ove la discrepanza fosse maggiore l'atleta non verrà ammesso alla competizione individuale in nessuna altra categoria.

Per le categorie **femminili** è richiesto un peso minimo di Kg. 40 per la categoria Cadette e di Kg. 45 per tutte le altre categorie, con una tolleranza di 1,5 Kg.

Nelle categorie **maschili** i concorrenti verranno pesati solamente con gli slip ed avranno una tolleranza di 1 kg.

Anche in questo caso nelle categorie con soli **3** atleti presenti, gli incontri si svolgeranno col sistema **“girone alla italiana”**.

Kumite Esordienti

Il kumite si effettuerà con le modalità e con le **protezioni** del regolamento "kumite preagonisti". Attenzione che le categorie saranno composte, pur mantenendo i pesi scritti, da cinture verde/blu, marrone/nera.

Art 5: Campionato Nazionale a squadre

Squadre A:

- a) Il Campionato Nazionale a squadre utilizzerà la formula di gara a **9 punti**, con lo stesso regolamento dell'individuale.
- b) Le squadre saranno composte da atleti *juniores e seniores* cinture marron e nere. Le squadre **femminili** saranno composte da tre atlete **open** più una riserva, quelle **maschili** saranno composte da un atleta **leggero** (fino a 65 Kg), uno **medio** (- 75 Kg), uno **pesante** (+ 75 Kg), più una riserva per ogni peso.
- c) Le Società, in mancanza di atleti del peso giusto potranno far gareggiare atleti nella categoria superiore con una tolleranza di non oltre i **2 Kg** (es: può gareggiare come peso **medio** un atleta di 63 Kg).
Ove la Società non avesse un atleta **pesante**, al suo posto può essere inserito un atleta della categoria **medio**.
- d) Al fine di aumentare il numero di Società iscritte al Campionato stesso, sarà permesso, per l'anno in corso, sia nelle formazioni femminili che maschili, di utilizzare una riserva o un Atleta ceduto in via temporanea da altra Società Sportiva che però non partecipi con proprie formazioni alla fase Finale Nazionale dei Campionati a Squadre.

Squadre B:

- a) Il Campionato Nazionale a squadre utilizzerà la formula di gara a **9 punti**.
- b) Le squadre saranno composte da atleti *cadetti e speranze* cinture marron e nere. Le squadre femminili saranno composte da tre atlete **open** più una riserva, quelle maschili saranno composte da un atleta **leggero** (fino a 65 Kg), uno **medio** (- 75 Kg), uno **pesante** (+ 75Kg), più una riserva per ogni peso.
- c) Le Società, in mancanza di atleti del peso giusto potranno far gareggiare atleti nella categoria superiore con una tolleranza di non oltre i **2 Kg** (es: può gareggiare come peso **medio** un atleta di 63 Kg).
Ove la Società non avesse un atleta **pesante**, al suo posto può essere inserito un atleta della categoria **medio**.
- d) Al fine di aumentare il numero di Società iscritte al Campionato stesso, sarà permesso, per l'anno in corso, sia nelle formazioni femminili che maschili, di utilizzare una riserva o un Atleta ceduto in via temporanea da altra Società Sportiva che però non partecipi con proprie formazioni alla fase Finale Nazionale dei Campionati a Squadre.

Art. 5 Protezioni

- a) Le protezioni **obbligatorie** saranno: paradenti, i paratibie con parapiede (**di colore rosso - blu**) e guantini per tutti (di colore **rosso - blu** con imbottitura sulle nocche e dita libere con pollice scoperto), per i maschi la conchiglia, in tutte le **categorie femminili**, oltre al paraseno obbligatorio, potranno indossare anche il **corpetto protettivo**. Per tutti i lievi bendaggi, le cavigliere, etc. saranno accettati solo se autorizzati per iscritto dal medico di gara.
- b) Si ricorda che i contendenti vengono identificati con **AKA** (rosso, protezioni rosse) e **AO (blu, protezioni blu)**, pertanto l'atleta rosso indosserà la cintura rossa al posto di quella del proprio grado, **quello blu indosserà la cintura blu**.
 - Il corpetto protettivo è obbligatorio sino alla categoria Cadetti inclusa, facoltativo per le altre categorie.
 - Il corpetto protettivo dovrà coprire fino al basso ventre.
 - L'organizzazione non mette a disposizione le cinture, pertanto ogni atleta dovrà essere munito della propria personale cintura identificatrice.

Campionato Nazionale di Kata

Il Campionato Nazionale di Kata inizierà con lo svolgimento della competizione per le cinture **Nere**, continuerà, poi via via a scalare, con le cinture **Colorate**. Per partecipare sia alla fase di qualificazione Regionale che alla fase finale del Campionato Nazionale della UISP DO si dovranno utilizzare, con le modalità di seguito esposte, le seguenti liste di kata:

LISTA A

5 heian, 5 pinan, taikyoku m.uke, k. Uke, j. Uke, g. uke, gekisai ichi, fukyugata shodan, fukyugata nidan.

N.B. : I kata Taikyoku sono eseguibili **solo** da Atleti di stile **Goju ryu**.

N.B. : I kata Fukyugata sono eseguibili **solo** da atleti di stile **Shorin ryu**

LISTA B

tekki shodan, tekki nidan, bassaidai, kankudai, enpi, jion, jiin jitte, naihanchi, passai, kushanku, wanshu, seipai, saifa, shisochin, annan, sanseryu, seienchin, ni pai po, kosokun dai.

LISTA C

hangetsu, tekki sandan, bassaisho, kankusho, nijushiho, gojushihosho, gojushihodai, unsu, sochin, gankaku, chinte, meikyo, niseshi, gojushiho, rohai, kururunfa, seisan, seishan, chinto, unshu, suparinpei, shisochin, chatanyara kushanku, gojusho, paiku, papuren, kosokun sho

N.B. i kata Tekki e Naihanchi verranno esaminati con gli arbitri posti in una unica linea.

Art. 6 Tipologie di gara individuali

Campionato cinture nere

a) Il suddetto campionato è ad accesso libero. Gli atleti saranno suddivisi in 5 fasce d'età: seniores, juniores, speranze, cadetti, esordienti, maschi e femmine separati.

b) La gara si svolgerà con sistema a **punteggio**: tutti gli atleti eseguiranno una prima prova che qualificherà **otto** atleti, questi effettueranno altre due prove su due pedane diverse. La somma dei punteggi delle **tre** prove darà la classifica finale (N:B: se gli atleti dovessero essere **otto** o meno di **otto** verranno effettuate solo due prove di cui la prima sarà quella con il **kata obbligatorio**). **Tutti i kata dovranno essere diversi tra loro ma tutti dello stesso stile.**

LISTA KATA CINTURE NERE

GRADO	ELIMINATORIE	FINALI
Esordienti	Lista A	Lista A-B
Cadetti	Lista A-B	Lista A-B
Speranze	**	Lista B-C
Juniores	**	Lista B-C
Seniores	**	Lista B-C

**** per tali categorie il primo kata eseguito dovrà essere obbligatoriamente:**

Shotokan: Bassai dai
Wadoryu: Bassai/Passai
Shitoryu: Bassai/Passai
Gojuryu: **Saifa**
Shorin ryu: Passai

c) Ogni atleta nelle varie fasi del Campionato dovrà eseguire kata **conformi allo stile tradizionale** praticato.

d) **NON** sono ammessi i Coach durante le competizioni di Kata.

Campionato cinture colorate.

- a) Gli atleti saranno divisi in :
3 fasce di colore: cinture marroni, cinture verdi-blu, gialle-arancio.
3 fasce di età: seniores e juniores insieme, speranze e cadetti insieme, esordienti. Maschi e femmine, separati.
- b) Sistema di gara a punteggio: ogni gruppo eseguirà un tokui kata scelto tra le liste della tabella seguente, gli **otto** migliori punteggi eseguiranno la finale (in un gruppo numeroso, gli atleti saranno divisi in 2 poules che qualificheranno 4 atleti ciascuna).
- c) La somma dei punteggi delle due prove darà la classifica finale.

LISTA KATA CINTURE COLORATE

GRADO	ELIMINATORIE	FINALI
Marrone	Lista A	Liste A-B
Verdi – Blu	Lista A	Lista A
Gialle – Arancio	1-2-3 Heian o Pinan	1-2-3 Heian o Pinan
	Taikyoku J.Uke K.Uke G. Uke	Taikyoku J.Uke K.Uke G. Uke

Fukyugata shodan, Fukyugata nidan. Fukyugata shodan, Fukyugata nidan.

N.B. : *I kata Taikyoku sono eseguibili solo da Atleti di stile Goju ryu.
I kata Fukyugata sono eseguibili solo sa atleti di stile Shorin ryu*

- d) Le categorie Verdi-Blu e Marroni dovranno presentare kata diversi per ognuna delle due fasi di gara. Di conseguenza la categoria Gialle/Arancio potranno presentare sempre il medesimo kata per tutte le fasi di gara.
- e) Ogni atleta nelle due fasi del Campionato dovrà eseguire **kata del medesimo stile e questi dovranno essere conformi allo stile tradizionale praticato.**
- f) NON saranno ammessi i Coach durante le competizioni di Kata.

Art. 7: Campionato Nazionale a squadre

- a) Il Campionato a squadre si divide in: serie **A**, serie **B** e **giovanili**; ognuno di questi. **L'accesso è libero.** Le squadre saranno composte da 3 atleti dello stesso sesso + riserva.

Squadre A:

- a) La squadra sarà formata da tre atleti o maschili o femminili Cinture Nere e marron speranze, juniores e seniores (con elevazione dell'età a 40 anni).
- b) Nella prima prova si utilizzerà un tokui kata delle liste **A-B**.
- c) Le **4** finaliste eseguiranno un kata delle liste **A-B-C** (diverso dal precedente) ottenendo un pun-teggio, eseguiranno quindi una seconda prova con l'applicazione dello stesso (schema libero e libera interpretazione ma conforme all'Enbusen del kata), ottenendo un secondo punteggio che verrà sommato al precedente. La somma dei punteggi delle due prove darà la classifica finale.
- d) L'applicazione potrà essere eseguita da un atleta attaccato dai due partners applicando solamente alcune tecniche chiave e proseguendo lo schema o applicando anche tutte le tecniche, inserendo contrattacchi liberi, dimostrando però di interpretare il senso del kata studiato; sarà valutata per prima cosa l'efficacia delle tecniche, la distanza corretta e lo zanshin, poi il ritmo e la coreografia che dovrà trovare riscontro nella realtà.

Squadre B:

- a) La squadra sarà formata da tre atleti maschi o femmine cinture Verde/Blu speranze, juniores e seniores (con elevazione dell'età a 40 anni).
- b) Nella prima prova si utilizzerà un tokui kata della lista **A**.

c) Le **4** finaliste eseguiranno una seconda prova, sempre della lista **A** (diversa dalla precedente). La somma dei punteggi delle due prove darà la classifica finale.

Squadre giovanili Verde/Blu:

- a) La squadra sarà formata da tre atleti maschi o femmine esordienti-cadetti cinture Verde/Blu.
- b) Nella prima prova si utilizzerà un tokui kata della lista **A**.
- c) Le **4** finaliste eseguiranno una seconda prova diversa dalla prima scegliendo dalle liste **A**. La somma dei punteggi delle due prove darà la classifica finale.

Squadre giovanili Marroni/Nera:

- a) La squadra sarà formata da tre atleti maschi o femmine esordienti-cadetti cinture Marroni/Nera.
- b) Nella prima prova si utilizzerà un tokui kata delle liste **A-B**.
- c) Le **4** finaliste eseguiranno una seconda prova diversa dalla prima scegliendo dalle liste **A-B-C**. La somma dei punteggi delle due prove darà la classifica finale.

Art. 8: Kata Amatori

- a) Gli Amatori sono suddivisi in due gruppi di età, in maschile e femminile. Alcune categorie di grado sono state accorpate o suddivise come di seguito riportato.
- b) Sistema di gara a punteggio: ogni gruppo eseguirà un tokui kata scelto tra le liste della tabella seguente, i **quattro** migliori punteggi eseguiranno la finale (in un gruppo numeroso, gli atleti saranno divisi in 2 poules che qualificheranno **2** atleti ciascuna).

LISTA KATA AMATORI

GRADO	LISTA KATA
Gialle-Arancio	Lista A
Verdi-Blu	Lista A
Marron - Nere 1° Dan	Tokui kata
Nere 2° Dan e superiori	Tokui kata

N.B. : I kata Taikyoku sono eseguibili **solo** da Atleti di stile Goju ryu.

N.B. : I kata Fukyugata sono eseguibili **solo** da atleti di stile Shorin ryu.

- c) Le categorie Verdi/Blu, Marroni e Nere dovranno presentare kata diversi per ognuna delle fasi di gara. Di conseguenza la categoria Gialle/Arancio potranno presentare sempre il medesimo kata per tutte le fasi di gara.
- d) Ogni atleta in tutte le fasi del Campionato dovrà eseguire **kata del medesimo stile e questi dovranno essere conformi allo stile tradizionale praticato**.

Art. 9: Kata Amatori a squadre

Il Campionato a squadre si divide in: serie **AM**, serie **BM**; il numero di accesso a tale categorie è libero; le squadre potranno essere composte sia da atleti dello stesso sesso che miste, ogni Società può presentare in gara anche più di una squadra denominandole *a, b, c...*

Squadre AM:

- a) La squadra potrà essere formata da tre amatori A e B sia maschili, femminili o anche misti Cinture Nere e marron.
L'eventuale amatore o amatori che dovessero aver partecipato alla competizione a squadre agonisti non potranno concorrere a formare una squadra amatori.
- b) Nella prima prova si utilizzerà un tokui kata.
- c) Le **4** finaliste eseguiranno una seconda prova con l'applicazione dello stesso (schema libero e libera interpretazione), ottenendo un secondo punteggio che verrà sommato al precedente. La somma dei punteggi delle due prove darà la classifica finale.
- d) L'applicazione potrà essere eseguita da un atleta attaccato dai due partners applicando solamente alcune tecniche chiave e proseguendo lo schema o applicando anche tutte le tecniche, inserendo contrattacchi liberi, dimostrando però di interpretare il senso del kata studiato; sarà valutata per prima cosa l'efficacia delle tecniche, la distanza corretta e lo zanshin, poi il ritmo e la coreografia che dovrà trovare riscontro nella realtà.

Squadre BM:

- a) La squadra sarà formata da tre amatori A e B sia maschili, femminili o anche misti Cinture Verdi - Blu.
L'eventuale amatore o amatori che dovessero aver partecipato alla competizione a squadre agonisti non potranno concorrere a formare una squadra amatori.
- b) Nella prima prova si utilizzerà un tokui kata.
- c) Le 4 finaliste eseguiranno una seconda prova ove potranno ripetere il kata già eseguito nella eliminatoria.

PREAGONISTI

Art. 10: Rassegna Preagonisti

a) Fasce di età dei Preagonisti:

- | | | |
|-------------|-------------------|------------------------------------|
| a) Fascia A | 6° - 7° - 8° anno | nati negli anni 2017 - 2016 - 2015 |
| b) Fascia B | 9° - 10° anno | nati negli anni 2014 - 2013 |
| c) Fascia C | 11° - 12° anno | nati negli anni 2012 - 2011 |

- b) Le Fasce A e B hanno a disposizione oltre alla lista A i Kata di base 1-2 ed il Kihon Kata per tutte le prove. La fascia C cinture marroni, nel Kata di finale potrà utilizzare anche la lista B
- c) Nella competizione di kata i preagonisti eseguiranno gare di kata individuale e kata a squadre con applicazione: nell'applicazione un atleta esegue il kata, attaccato dai due partners da 3 a 5 volte, con parata e contrattacco, proseguendo sino a terminare completamente lo schema.
- d) Ogni preagonista o squadra nelle varie fasi della Rassegna dovrà eseguire **kata del medesimo stile e questi dovranno essere conformi allo stile tradizionale praticato.**

Art. 11: Kumite Preagonisti

Il kumite si effettuerà con le modalità del **regolamento appositamente studiato**; tale regolamento si applica alle seguenti categorie di età da cintura arancione a cintura nera:

- **Fascia B (Bambini) peso: Maschi Open - Femmine Open**
- **Fascia C (Ragazzi) peso: Maschi +/- 40 Kg - Femmine +/- 35 Kg**
- **Esordienti peso: Maschi +/- 50 Kg - Femmine +/- 45 Kg**

Varie

Art. 12: Quote d'iscrizione:

- | | | |
|---------------------|-------------------------------------|-----------------|
| Agonisti: | € 15,00 per atleta, per specialità, | € 20,00 squadra |
| Preagonisti: | € 15,00 individuale, | € 20,00 squadra |

Art. 13

Ogni Comitato Regionale ha la possibilità di organizzare anche altre gare, intercalandole al calendario nazionale, richiedendo il nulla osta alla Segreteria Nazionale indicando tutte le specifiche; ogni Società potrà fare la stessa cosa inoltrando la richiesta al proprio Comitato Regionale.

Art. 14

Al momento delle premiazioni, gli atleti si dovranno presentare in karategi o in tuta sociale, non verranno consegnati premi ad atleti abbigliati in altro modo. Tutti gli Ufficiali di Gara convocati rimarranno schierati in divisa (camicia bianca, calzoni grigi, giacca blu con distintivo DO, cravatta blu).

Nel parterre saranno ammessi solo gli accompagnatori in possesso dello specifico cartellino di accompagnamento.

Art. 15

Gli atleti dovranno esibire al momento del controllo il **Budopass** vidimato per l'anno in corso, completo di foto, compilato in ogni sua parte e **la tessera UISP**.