



FEDERAZIONE ITALIANA KARATE

COMITATO REGIONALE LAZIO



Alla c.a. di Società/Associazioni/Tecnici/Ufficiali di Gara/Atleti/Genitori

Roma, 20/03/2025 – Comunicato n. 10 – S.S. 2024/2025



Si comunica che **DOMENICA 13 APRILE 2025**, presso il Palazzetto dello Sport Frascati - Viale Luigi Einaudi 7, località Vermicino - Comune di Frascati (RM), viene organizzata la gara promozionale **TROFEO ARCOBALENO 2025**.

PROGRAMMA

Ore 09.00-10.00	Kata individuale maschile/femminile Seniores-Veterani A-B Kata individuale maschile/femminile-Esordienti-Cadetti-Juniores
Ore 10.00-11.00	Dual Kata raggruppamento Master Dual Kata raggruppamento Giovani
Ore 11.00-13.00	Percorso parallelo individuale ed a squadre maschile/femminile Bambini-Ragazzi Percorso parallelo individuale ed a squadre maschile/femminile Speranze Kumite Sanbon maschile/femminile Seniores-Veterani A-B Kumite Sanbon maschile/femminile Esordienti-Cadetti-Juniores
Ore 13.00-14.00	Kata individuale maschile/femminile Bambini-Ragazzi-Speranze
Ore 14.00-15.00	Dual Kata raggruppamento Ragazzi Gioco Tecnico Palloncino maschile/femminile Fanciulli-Bambini-Ragazzi
Ore 15.00-16.00	Kumite Nihon maschile/femminile Bambini-Ragazzi-Speranze

Gli orari si intendono indicativi. La programmazione definitiva sarà pubblicata dopo la chiusura iscrizioni.

Classi di età e specialità in programma:

Pulcini (fino a 5 anni) Palloncino	Cadetti (14-15 anni) Kata-Kumite
Bambini (6- 7 anni) Palloncino	Juniores (16-17 anni) Kata-Kumite
Bambini (fino a 7 anni) Percorso-Kata-Dual Kata-Kumite	
Ragazzi (8-9 anni) Percorso-Kata-Dual Kata-Kumite-Palloncino	Seniores (18-40 anni) Kata-Kumite
Speranze (10-11 anni) Percorso-Kata-Kumite	Veterani A (41-50 anni) Kata-Kumite
Esordienti (12-13 anni) Kata-Kumite	Veterani B (51-65 anni) Kata-Kumite

Nella classificazione degli atleti si tiene conto del giorno/mese/anno di nascita.

Federazione Italiana Karate – Comitato Regionale Lazio

Via Lucio Elio Seiano, 26 – 00174 Roma (RM) – C.F. 97717070581

Tel: +39 339 4067397 E-mail: lazio@federkarate.it - Sito: www.federkarate.it/lazio



FEDERAZIONE ITALIANA KARATE

COMITATO REGIONALE LAZIO



GARA DI PERCORSO PARALLELO

Tutti i partecipanti, suddivisi per classe di appartenenza, si cimenteranno secondo un percorso motorio a tempo individuale ed a squadre. Nel percorso parallelo individuale, gli atleti verranno suddivisi anche tra maschi e femmine mentre le squadre, composte da tre atleti, potranno essere anche miste maschi e femmine; inoltre, sarà possibile iscrivere un/una atleta di una classe d'età in quella superiore (es.: nella squadra Speranze potrà essere inserito un atleta della classe d'età Ragazzi). **Non sono ammesse iscrizioni di atleti in più squadre.**

Per agevolare il regolare svolgimento della gara e le chiamate degli atleti, **le Società/Associazioni dovranno iscrivere le Squadre usando il COGNOME dei partecipanti** (es.: VERDI-BIANCHI-ROSSI).

Per maggiori dettagli sul percorso parallelo e le penalità, consultare l'apposito regolamento.

GARA KATA INDIVIDUALE

Tutti i partecipanti gareggiano con suddivisione per stile praticato (Shotokan, Wado Ryu, Shito Ryu, Goju Ryu, Rengokai). Ogni atleta potrà gareggiare, in un solo stile, con le seguenti suddivisioni di grado:

BAMBINI-RAGAZZI-SPERANZE-ESORDIENTI

BIANCA	GIALLA-ARANCIONE	VERDE-BLU	MARRONE-NERA
--------	------------------	-----------	--------------

CADETTI-JUNIORES-SENIORES-VETERANI A-B

DA BIANCA A ARANCIONE	VERDE-BLU	MARRONE-NERA
-----------------------	-----------	--------------

SISTEMA DI VALETAZIONE KATA INDIVIDUALE

La scelta dei Kata è in base a quanto previsto dal regolamento arbitrale consultabile sul sito internet federale (si ricorda che i partecipanti fino alla cintura arancio potranno ripetere lo stesso Kata in più prove).

- 1) Le categorie Bambini, Ragazzi e Speranze di qualsiasi grado (da bianca a nera) e le cinture fino a blu delle categorie Esordienti, Cadetti, Juniores, Seniores e Veterani A-B, saranno giudicate sempre con il sistema a punteggio, sia nelle fasi eliminatorie che in finale. Dopo la prima prova, passano al secondo turno gli 8 atleti con punteggio più alto.

Il punteggio del primo e del secondo turno verranno sommati per determinare la classifica finale.

In caso di categorie con meno di 8 atleti, verrà effettuato un solo turno.

- 2) Le cinture marroni e nere delle categorie Esordienti, Cadetti, Juniores, Seniores e Veterani A-B, saranno giudicate con sistema a punteggio nelle fasi eliminatorie ed a bandierine nelle semifinali e finale (**necessarie cinture rossa e blu**).

Dopo la prima prova passano il turno i 12 atleti con il punteggio più alto. Dopo la seconda prova accedono alle semifinali i 4 atleti con il punteggio più alto (il punteggio del primo e del secondo turno verranno sommati per determinare i semifinalisti). In caso di categorie con 4 atleti, verrà effettuato un turno a punteggio per determinare l'ordine di accesso alle semifinali.

N.B.: In recepimento di nota integrativa trasmessa della C.T. Nazionale, nelle categorie azzurrabili marroni e nere, se il kata viene modificato (per es. una tecnica, un movimento, una parte del kata, ecc.), la squalifica del concorrente potrà essere assegnata solo previa autorizzazione della C.T. Regionale che potrà avvalersi, qualora lo ritenesse opportuno, di un referente di stile.



FEDERAZIONE ITALIANA KARATE

COMITATO REGIONALE LAZIO



GARA DI DUAL KATA

La gara di Dual Kata è interstile. I partecipanti, di qualsiasi età e cintura, potranno eseguire un Kata di libera scelta SHITEI-SENTEI-TOKUI anche di stile diverso rispetto a quello di appartenenza e sarà consentito ripeterlo in più turni.

Le mini-squadre, composte da 2 atleti anche miste tra maschi e femmine, saranno suddivise in base ai seguenti raggruppamenti di grado:

DA BIANCA A VERDE	DA BLU A NERA
-------------------	---------------

Inoltre, le mini-squadre parteciperanno suddivise nei seguenti raggruppamenti di età:

- a) **RAGAZZI** (atlete/i delle classi Bambini-Ragazzi-Speranze)
- b) **GIOVANI** (atlete/i delle classi Esordienti-Cadetti-Juniores)
- c) **MASTER** (atlete/i delle classi Seniores-Veterani)

Per agevolare il regolare svolgimento della gara e le chiamate degli atleti, **le Società/Associazioni dovranno iscrivere le mini-squadre usando il COGNOME dei partecipanti** (es.: VERDI-BIANCHI).

Non saranno ammesse iscrizioni di atleti in più squadre.

SISTEMA DI VALUTAZIONE DUAL KATA

Tutte le mini-squadre, da cintura bianca a nera, saranno giudicate con il sistema a punteggio.

Dopo la prima prova passano al secondo turno le 8 mini-squadre con punteggio più alto. Il punteggio del primo e del secondo turno verranno sommati per determinare la classifica finale. In caso di categorie con numero di atleti inferiore od uguale a 6, verrà effettuato un solo turno.

GIOCO TECNICO DEL PALLONCINO

La gara consiste in una libera combinazione di tecniche di gambe e di braccia portate verso due bersagli di spugna (uno sospeso ad altezza viso e l'altro sospeso ad altezza del petto).

Protezioni necessarie: guantini rossi/AKA, blu/AO.

Gli atleti, divisi tra maschi e femmine, saranno suddivisi nelle seguenti classi d'età e suddivisioni di grado:

- **PULCINI (fino a 5 anni)**
- **BAMBINI (6-7 anni)**
- **RAGAZZI (8-9 anni)**

DA BIANCA A ARANCIONE	DA VERDE A NERA
-----------------------	-----------------

Tecniche di gambe ammesse:

- MAWASHI GERI

- URA MAWASHI GERI

- USHIRO URA MAWASHI GERI

Tecniche di braccia ammesse:

- GYAKU TSUKI CHUDAN

- KIZAMI TSUKI CHUDAN

- URAKEN JODAN

SISTEMA DI VALUTAZIONE

La gara si svolge ad eliminazione diretta tra AKA e AO, con una durata di 45", al termine del quale gli Arbitri si esprimeranno, a mezzo Hantei a bandierine, per AKA o AO.

Le tecniche non consentite o che tocchino il Palloncino saranno considerate come penalità e computate ai fini della valutazione arbitrale finale.

N.B.: La partecipazione al GIOCO TECNICO DEL PALLONCINO è alternativa alla gara di KUMITE NIHON. Pertanto, non sarà possibile effettuare l'iscrizione contemporanea alle due specialità di gara suddette.

Federazione Italiana Karate – Comitato Regionale Lazio

Via Lucio Elio Seiano, 26 – 00174 Roma (RM) – C.F. 97717070581

Tel: +39 339 4067397 E-mail: laio@federkarate.it - Sito: www.federkarate.it/laio



FEDERAZIONE ITALIANA KARATE

COMITATO REGIONALE LAZIO



GARA DI KUMITE

La gara si svolge con i due regolamenti previsti: Shobu Nihon (classi giovanili) e Shobu Sanbon.

Nel Kumite **Shobu Nihon**, i partecipanti delle classi **BAMBINI-RAGAZZI-SPERANZE**, divisi in maschi e femmine, gareggeranno con le seguenti suddivisioni di grado:

BIANCA-GIALLA	ARANCIONE-VERDE	DA BLU A NERA
---------------	-----------------	---------------

Nel Kumite **Shobu Nihon**, i partecipanti della classe **ESORDIENTI**, divisi in maschi e femmine, gareggeranno con le seguenti suddivisioni di grado:

BIANCA-GIALLA	DA ARANCIONE A BLU	MARRONE-NERA
---------------	--------------------	--------------

Nel Kumite **Shobu Sanbon**, i partecipanti delle classi **CADETTI-JUNIORES-SENIORES-VETERANI A-B**, divisi tra maschi e femmine, gareggeranno con le seguenti suddivisioni di grado:

BIANCA-GIALLA	DA ARANCIONE A BLU	MARRONE-NERA
---------------	--------------------	--------------

Classi Kumite	Maschile	Femminile
Bambini (fino a 7 anni)	kg -25 -30 -35 -40 +40	Kg -30 -35 +35
Ragazzi (8-9 anni)	kg -30 -35 -40 -45 +45	kg -35 -40 +40
Speranze (10-11 anni)	kg -35 -40 -45 -50 +50	kg -37 -42 +42
Esordienti (12-13 anni)	kg -45 -50 -55 -60 +60	Kg -42 -47 +47
Cadetti (14-15 anni)	Kg -52 -57 -63 -70 +70	kg -47 -55 +55
Juniores (16-17 anni)	kg -55 -61 -68 -75 +75	kg -50 -58 +58
Seniores (18-40 anni)	kg -62 -68 -74 -80 +80	kg -55 -63 +63
Veterani A-B	Open	Open

Il controllo del peso avverrà a campione o, in caso di dubbio, su richiesta della Direzione di Gara.

PROTEZIONI OBBLIGATORIE

- **Guantini:** Kumite Nihon-Sanbon rosso/AKA, blu/AO
- **Paradenti Kumite Sanbon:** trasparente o bianco
- **Conchiglia:** Kumite Sanbon maschile
- **Paraseno:** Kumite femminile
- **Corpetto Kumite Nihon + Sanbon (Cadetti e Juniores):** bianco - deve coprire torace, addome e fianchi
- **Caschetto Kumite Nihon:** bianco
- **Parastinchi/piede Kumite Nihon Bambini-Ragazzi-Speranze:** bianco AKA e AO oppure rosso/AKA, blu/AO
- **Parastinchi e collo piede Kumite Nihon Esordienti e Kumite Sanbon:** rosso/AKA, blu/AO

PROTEZIONI AMMESSE

- **Paradenti Kumite Nihon:** trasparente o bianco
- **Conchiglia:** Kumite Nihon
- **Corpetto Kumite Sanbon (Seniores-Veterani A-B):** bianco

Tutte le protezioni devono essere regolamentari ed approvate dal Comitato Direttivo FIK.

Lenti a contatto morbide, occhiali speciali o altro equipaggiamento particolare può essere indossato dal contendente a proprio rischio e pericolo, solo dopo l'approvazione del Comitato Direttivo FIK.

Federazione Italiana Karate – Comitato Regionale Lazio

Via Lucio Elio Seiano, 26 – 00174 Roma (RM) – C.F. 97717070581

Tel: +39 339 4067397 E-mail: lazio@federkarate.it - Sito: www.federkarate.it/lazio



FEDERAZIONE ITALIANA KARATE

COMITATO REGIONALE LAZIO



SISTEMA DI VALUTAZIONE

- 1) La poule arbitrale sarà composta da un capotatami, un arbitro centrale e due giudici d'angolo.
- 2) La gara di kumite si svolge ad eliminazione diretta per le categorie Bambini, Ragazzi, Speranze e Veterani di qualsiasi grado (da bianca a nera) e per le categorie cinture colorate delle classi Esordienti, Cadetti, Juniores e Seniores.
- 3) La gara si svolge con ripescaggio (recuperi) per le categorie azzurrabili: Esordienti, Cadetti, Juniores e Seniores cinture marroni e nere.
- 4) I partecipanti dovranno essere muniti di proprie protezioni regolamentari e di cinture rossa e blu.
- 5) Gli atleti sono tenuti ad allinearsi all'inizio del turno per l'appello e il saluto. Se uno di loro è assente, sarà chiamato due volte al microfono. Se non si presenta, sarà dichiarato perdente per Kiken e assegnata la vittoria all'avversario.
- 6) Alla fine di ogni incontro, l'atleta vincitore dovrà confermare il proprio cognome al Presidente di Giuria e richiedere il colore della cintura da indossare nel turno successivo.
- 7) Nel caso in cui, in una categoria, risultassero assenti oltre il 33% degli iscritti di una singola pool, dovrà essere effettuato nuovamente il sorteggio dell'intera categoria.
- 8) Al termine, gli atleti dovranno allinearsi nuovamente per la comunicazione della classifica e per il saluto finale.

QUOTE ISCRIZIONI

▪ <u>Gioco Tecnico del Palloncino</u>	€ 5,00
▪ <u>Percorso parallelo Individuale</u>	€ 10,00
▪ <u>Percorso parallelo Squadre (3 atleti)</u>	€ 21,00
▪ <u>Kata</u>	€ 15,00
▪ <u>Dual Kata (2 atleti)</u>	€ 20,00
▪ <u>Kumite</u>	€ 15,00

ISCRIZIONI

Le iscrizioni, a cura delle Società di appartenenza, dovranno pervenire esclusivamente attraverso il nuovo gestionale on-line my.federkarate.net, improrogabilmente **ENTRO Domenica 6 Aprile** e dovranno essere accompagnate dalla ricevuta di versamento dell'importo dovuto (da inviare via e-mail a: lazio@federkarate.it), entro la stessa data di chiusura delle iscrizioni, pena l'esclusione dalla gara.

Le quote di iscrizione alla gara dovranno essere versate dalle Società esclusivamente con bonifico bancario intestato a: **FEDERAZIONE ITALIANA KARATE COMITATO REGIONALE LAZIO - Iban: IT32R0103039551000063274212** (la quota versata per eventuali atleti assenti, o irregolari al controllo del peso, non potrà essere restituita). **Si precisa che non saranno in nessun caso accettate iscrizioni pervenute fuori termine o prive della ricevuta di versamento.**

N.B.: dopo la chiusura delle iscrizioni non sarà più possibile apportare alcuna modifica alle cinture degli iscritti. Pertanto, si raccomanda alle Società/Associazioni di verificare ed eventualmente aggiornare il grado dei propri iscritti sul gestionale PRIMA di procedere con l'iscrizione in gara.

PREMIAZIONI

In gara verranno premiati i primi tre classificati di ogni singola categoria. In caso di accorpamenti, la premiazione avverrà in base alla classifica finale delle categorie accorpate.

Inoltre, verranno premiate le prime tre Società classificate nelle due specialità KATA e KUMITE.

Federazione Italiana Karate – Comitato Regionale Lazio

Via Lucio Elio Seiano, 26 – 00174 Roma (RM) – C.F. 97717070581

Tel: +39 339 4067397 E-mail: lazio@federkarate.it - Sito: www.federkarate.it/lazio



FEDERAZIONE ITALIANA KARATE

COMITATO REGIONALE LAZIO



NORME GENERALI

1. La gara si svolgerà rigorosamente secondo la programmazione oraria definitiva che sarà comunicata a chiusura delle iscrizioni. Gli atleti e coach partecipanti dovranno presentarsi al Palazzetto dello Sport almeno 20 minuti prima dell'orario previsto per la propria categoria, in attesa della specifica chiamata.
2. L'ingresso nell'area di gara sarà consentito ad un solo coach per Società per KATA delle categorie fino a SPERANZE (anche in caso di più atleti contemporaneamente in gara su più tatami) e ad un coach per ogni categoria di KUMITE in gara.
I coach dovranno indossare il PASS COACH 2025, oltre a idoneo abbigliamento (vedasi regolamento di gara karate sportivo), pena il divieto di accesso.
3. L'area di gara (tatami) dovrà essere raggiunta e lasciata in modo ordinato, e ogni atleta dovrà posizionare la propria borsa ai margini dell'area stessa.
4. Tutti i partecipanti dovranno essere muniti di Budopass, completo di foto e tesseramento valido per l'anno in corso e/o di un documento di riconoscimento valido che andranno esibiti, a richiesta, ai Presidenti di Giuria.
5. Nella suddivisione degli atleti per classi, si tiene conto della data di nascita, come nel contesto di gara nazionale.
6. Qualora, in sede di gara, alcune categorie fossero con numero insufficiente di atleti iscritti (meno di 4, secondo quanto previsto dal Regolamento di Gara), il Comitato Organizzatore potrà disporre l'insindacabile passaggio alla categoria più prossima e/o meno numerosa.
7. Con l'iscrizione degli atleti in gara, il Presidente dell'Associazione/Società Sportiva si assume la responsabilità che questi siano in regola con le certificazioni sanitarie di cui alle norme vigenti.
8. L'organizzazione declina ogni responsabilità per qualsiasi incidente dovesse verificarsi a persone o cose prima, durante e dopo la manifestazione, salvo quanto previsto dalle coperture assicurative abbinate al proprio tesseramento FIK o di altra Federazione e/o Ente di Promozione Sportiva.
9. Per quanto non contemplato, vigono le norme ed i regolamenti FIK.

Con l'auspicio di una numerosa e proficua partecipazione, ci è gradito rivolgervi un cordiale saluto.

FIK – Comitato Regionale Lazio
il Presidente

Mauro Ficchi