



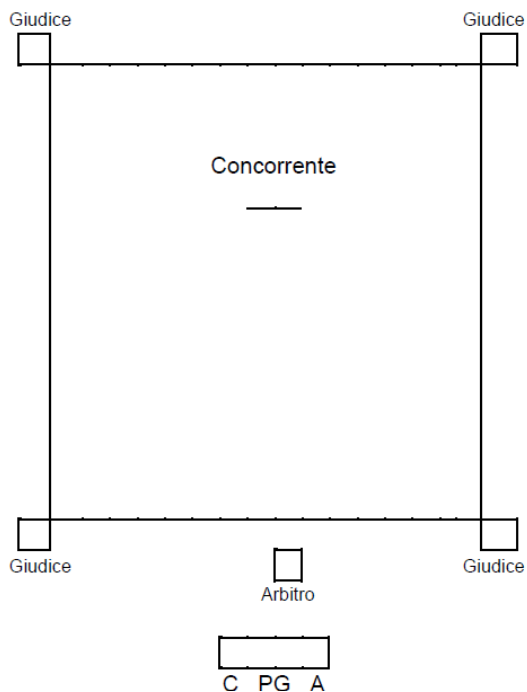
# KARATE

## REGOLAMENTO KATA

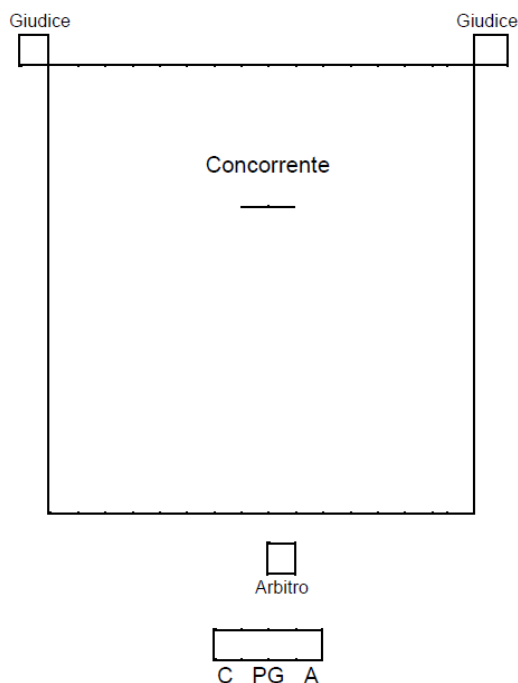
## Art. 1 - AREA DI GARA

- 1) Il campo di gara deve essere liscio e privo di pericoli.
- 2) Il campo di gara non ha misure fisse ma deve essere di una grandezza minima da permettere le esecuzioni dei kata.

Posizioni di Arbitro Centrale, 4 Giudici,  
Concorrente, Cronometrista,  
Presidente di giuria e Annunciatore.



Posizioni di Arbitro Centrale, 2 Giudici,  
Concorrente, Cronometrista  
Presidente di giuria e Annunciatore.



## Art. 2 - DIVISA UFFICIALE

### 1. II CONCORRENTE

- Deve indossare un Karate Gi del colore del proprio stile.
- Può indossare sul petto sinistro della giacca l'emblema federale e/o della società e/o della nazionale e/o la bandiera del proprio paese; le etichette originali del fabbricante possono essere esposte in fondo all'angolo della giacca e in vita sui pantaloni.
- Può portare sulle spalle un numero di identificazione assegnatogli dal Comitato Organizzatore.
- La giacca deve essere di una lunghezza minima da coprire i fianchi. Nel caso delle donne e degli Atleti delle categorie. Per Pulcini e Speranze, può essere indossata una maglietta bianca sotto il Karate Gi.
- Le maniche devono avere una lunghezza che non deve superare la piegatura del polso e non possono essere arrotolate.
- I pantaloni devono essere abbastanza lunghi da coprire almeno due terzi della tibia e non possono essere arrotolati.
- Deve avere capelli puliti e tagliati ad una lunghezza che non ostacoli la propria conduzione del kata.
- Sono proibiti la fascia e i fermagli per capelli.
- Deve avere unghie corte e non deve indossare oggetti metallici o di altro tipo.
- Gli occhiali sono permessi sotto la responsabilità propria del concorrente.
- L'uso di fasciature o sostegni in seguito a ferite deve essere approvato dal Responsabile Gara dietro consultazione del Medico Ufficiale.
- Il Consiglio Federale può autorizzare l'esposizione di etichette speciali o marchi di fabbrica di sponsors.

**Se un combattente si presenta con una vestizione non conforme a quanto precedentemente descritto, gli deve essere concesso un minuto per vestirsi in modo appropriato.**

### 2. L'ALLENATORE

- Deve indossare la tuta sociale per poter accedere alla zona di gara.
- Durante il kata deve restare nella zona apposita.

## Art. 3 - IL GRUPPO ARBITRALE

- 1) Consiste in un Arbitro (SHUSHIN) e due o quattro Giudici (FUKUSHIN).
- 2) Il tavolo della Giuria è formato dal cronometrista, dal presentatore e dal Presidenti di giuria per l'annotazione dei punteggi.

- 3) L'Arbitro Centrale (SHUSHIN) farà l'appello per la categoria e disporrà gli atleti in ordine per il saluto. Spetta all'arbitro centrale determinare l'ordine di esecuzione delle forme, facendo estrarre all'atleta il numero indicante la propria posizione di entrata.
- 4) All'inizio della gara l'Arbitro sta al di fuori del campo di gara, alla sua destra e alla sua sinistra i Giudici. Dopo il tradizionale scambio di saluti tra i concorrenti e il pubblico, l'Arbitro fa un passo avanti, si gira e con i Giudici si inchinano tutti insieme.  
I Giudici devono sedersi ai quattro angoli del campo di gara (quattro Giudici), oppure ai due angoli opposti alla postazione dell'Arbitro Centrale (due Giudici). Al cambio del Gruppo Arbitrale, gli Ufficiali di gara che escono, si voltano e fronteggiano il nuovo gruppo che entra, si salutano su comando del nuovo Arbitro Centrale e su una linea (girati nella stessa direzione) gli Ufficiali di gara che escono, lasciano il campo di gara.
- 5) Il gruppo arbitrale deve rimanere lo stesso sino al termine di un turno di gara, nessun giudice può essere cambiato.

#### **Art. 4 – PUNTEGGIO**

- 1) I punteggi da assegnare sono compresi tra 7,0 e 9,0.
- 2) Nel caso la categoria sia formata da un massimo di quattro atleti, la valutazione sarà data solo al termine della esecuzione di tutte le forme.
- 3) Se gli atleti sono 5 o più, per poter stabilire la valutazione di partenza, ai giudici sarà dato modo di vedere le forme dei primi tre atleti, che riceveranno il proprio giudizio dopo questa fase.
- 4) L'arbitro centrale e i giudici di sedia assegneranno un punteggio all'esecuzione, che verrà registrato dai giudici di tavolo.
- 5) La votazione verrà data solamente quando tutti i giudici saranno pronti e l'arbitro centrale dovrà provvedere a dare il segnale per la valutazione tramite un fischio, in modo che tutti i tabelloni dei punteggi vengano alzati contemporaneamente, con la mano destra, da tutti i giudici e rivolti verso il tavolo della giuria. Dopo la lettura i tabelloni con i punteggi verranno rivolti anche verso il pubblico. Con un secondo fischio l'arbitro centrale decreterà l'abbassamento dei tabelloni.
- 6) Nel caso di cinque giudici verranno eliminati il punteggio più alto e quello più basso e il punteggio verrà calcolato sommando i restanti.
- 7) Nel caso di tre giudici il punteggio verrà calcolato sommando tutte le valutazioni.
- 8) Se gli atleti sono 8 o meno verrà determinata immediatamente la classifica finale.
- 9) Se gli atleti sono 9 o più, alla finale accedono i quattro atleti con il punteggio più alto, che la eseguiranno in ordine inverso e con una valutazione del tutto indipendente dalla fase eliminatoria. La valutazione verrà data al termine dell'esecuzione di tutte e 4 le forme.
- 10) I pareggi vanno risolti per mezzo di un kata supplementare. Se ancora vi è parità, al termine dello spareggio, verrà presa una decisione per maggioranza.

#### **Art. 5 - CRITERI DI GIUDIZIO**

- 1) Il kata deve essere inteso come un combattimento "reale" contro avversari immaginari, poichè gli avversari non sono reali, l'atleta deve eseguire tutte le tecniche nella forma corretta. Per forma corretta si intende che l'atleta deve utilizzare il proprio corpo nel modo più razionale, relativamente allo stile praticato, sia nell'eseguire tecniche di difesa che nell'eseguire tecniche di attacco o di contrattacco.
- 2) L'atleta deve dimostrare di aver ben compreso tutti i movimenti del kata e fare quindi un uso corretto delle tecniche come se stesse "realmente" combattendo contro gli avversari.
- 3) L'atleta deve dimostrare di saper usare correttamente il proprio corpo nelle sue espressioni di velocità e lentezza, contrazione e decontrazione, concentrazione ed espansione, potenza ed elasticità, equilibrio e fluidità, ritmo e kime.
- 4) L'atleta deve dimostrare di aver ben compreso che non sta eseguendo un esercizio solamente ginnico-atletico ma che sta combattendo "realmente"; pertanto dovrà mantenere l'atteggiamento mentale e lo spirito a livello di combattimento, gli occhi dovranno sempre essere in direzione dell'ipotetico avversario, il kiai dovrà essere emesso al momento opportuno.
- 5) Per poter assegnare il punteggio, i Giudici devono concentrare l'attenzione sui seguenti punti:
  - **attitudine**, spirito dell'atleta.
  - **direzione degli occhi** verso l'ipotetico avversario.
  - **equilibrio, stabilità.**
  - **velocità e ritmo.**
  - **contrazione e decontrazione.**
  - **controllo della respirazione.**
  - **comprensione dei movimenti.**
- 6) Non sempre la mancata emissione del kiai deve essere valutata in senso negativo e pertanto penalizzata, purché risulti chiaro, da parte dell'atleta, la concentrazione e l'emissione dell'aria nei punti preordinati nelle sequenze del kata.
- 7) Nella gara di kata ogni esecuzione non deve essere giudicata semplicemente buona o cattiva, ma accordando uno per uno gli elementi di giudizio di cui al punto 5. Trattandosi di una competizione, è possibile dedurre punti anche per il minimo errore, ed al partecipante non è concesso di ripetere la prova.

## **Art. 6 – INIZIO E FINE DEL KATA**

1. L'Arbitro Centrale si siede al centro, di fronte al campo di gara ed all'atleta che esegue il kata; conduce lo svolgimento della gara e chiede il giudizio dei Giudici.
2. Il concorrente deve rispondere alla chiamata del proprio nome andando direttamente sul campo di gara, prende posizione su una linea segnata e si inchina al gruppo arbitrale. Il concorrente deve pronunciare in modo chiaro il nome del kata che deve eseguire e quindi inizia l'esecuzione. A kata completato, il concorrente ritorna alla sua linea e attende il giudizio da parte del gruppo arbitrale (vedi punti 2, 3, 4 e 5 **Art. 4**)
3. L'inizio, la fine ed il ritorno alla posizione di partenza sono lasciati all'atleta senza che l'Arbitro Centrale debba dire nulla. E' chiaro che l'Arbitro Centrale ha la possibilità di intervenire in aiuto dell'atleta qualora questi alla fine del kata non ritorni in posizione di partenza ma rimanga fermo sull'ultima tecnica eseguita, l'Arbitro Centrale, trascorso un tempo adeguato e resosi conto che l'atleta non ritorna, pronuncerà "YAME".
4. Quando l'atleta ha terminato l'esecuzione del kata, l'Arbitro Centrale concede circa 10 secondi di riflessione ai Giudici quindi procede alla richiesta di Hantei con un colpo di fischietto preceduto da uno più lento ed alza, contemporaneamente agli altri Giudici, il tabellone indicante il punteggio assegnato all'atleta. Dopo che il Presidente di Giuria ha letto e scritto i singoli punteggi, eseguito le somme e comunicato il punteggio finale, l'Arbitro Centrale con un breve colpo di fischietto invita i Giudici ad abbassare i cartelloni
5. Il Fukusin Shugo è ammesso solamente nel caso che l'Arbitro Centrale ritenga che sia stato commesso un errore o un'infrazione rilevante alle regole di gara. In questo caso è responsabilità dell'Arbitro Centrale, convocare i Giudici e decidere di quanti punti deve essere diminuito il punteggio assegnato. **Non è ammessa alcuna consultazione sulla valutazione del kata eseguito.**
6. Qualora alla fine del kata il Giudice ritiene di chiedere qualcosa all'Arbitro Centrale circa eventuali errori o infrazioni rilevate, richiama l'attenzione dell'Arbitro Centrale. Ricevuto l'assenso dall'Arbitro Centrale, il Giudice si alza dal proprio posto, lasciando i tabelloni sulla sedia, si reca alla sedia dell'Arbitro Centrale al quale comunica i propri rilievi. Se il rilievo del Giudice viene accettato, l'Arbitro Centrale lo comunica agli altri Giudici ed al Presidente di Giuria, indicando anche quando deve essere sottratto da parte di ciascuno al proprio punteggio, se il rilievo non viene ritenuto valido, l'Arbitro Centrale lo comunica ai Giudici usando le braccia nel modo con cui viene segnalato TORIMASEN.

## **Art. 7 - SQUALIFICHE**

1. L'Atleta può essere squalificato nei casi seguenti:
  - esecuzione del **kata diverso da quello dichiarato** (nel caso che l'atleta, prima che l'Arbitro Centrale abbia ripetuto il nome del kata, corregga quanto dichiarato, non viene squalificato ma si tiene conto della mancanza nella valutazione generale togliendo alla valutazione di ciascun Giudice 0,3 punti).
  - **arresto senza continuare.**
  - **perdita totale dell'equilibrio** (caduta).
2. Quando un'atleta commette un'infrazione per la quale è prevista la squalifica, l'Arbitro Centrale senza bisogno di interpellare gli altri Giudici deve agitare, con il braccio verso l'alto, una bandierina rossa ed emettere con il fischietto una serie di suoni brevi.