

IRIKUMI JU APOGK

REGULAMENTO

Artigo 1.º - Competição

1. A competição de **IRIKUMI JU** é composta pelas provas individuais e equipas;
2. A prova individual será dividida por escalões etários em categorias de peso e/ou open, masculino e feminino;
3. Os escalões são atribuídos de acordo com a idade dos competidores à data da prova.

Artigo 2º - Escalões

1. Os competidores são distribuídos pelos seguintes escalões e categorias de peso:

Escalão(Fem/Masc)	Categoria Peso	
Pré Infantil até 7 anos	Open	
Infantil – 8-9 anos	-30	+30Kg
Iniciados – 10/11 anos	-45 Kg	+45Kg
Juvenis – 12/13 anos	-50Kg	+50Kg
Cadetes – 14/15 anos	-55Kg	+55Kg
Juniores – 16/17 anos	-65Kg	+65Kg
Seniores – +18 anos	-75Kg	+75Kg

* Caso não exista, em cada escalão, no mínimo 4 atletas, o escalão realiza-se em open de peso

Artigo 3.º - Equipamento Competidores / Treinadores

1. Os competidores deverão usar um KARATE-GI branco;
2. Os competidores deverão ter as unhas curtas e não usar objetos duros ou metálicos que possam lesionar o oponente (ganchos de cabelo metálicos). O uso de aparelhos corretores de dentes metálicos devem ser aprovados pelo árbitro e pelo médico oficial da prova. A responsabilidade de qualquer lesão é exclusivamente do competidor;
3. O uso de óculos é proibido. O uso de lentes de contacto maleáveis é permitido, desde que o competidor assuma esse risco.
4. O treinador terá de usar fato de treino ou Karate-Gi, o acesso às provas só é possível para os treinadores que detenham a credencial da prova.

IRIKUMI JU APOGK

REGULAMENTO

Artigo 4.º - Proteções

1. Protetor de dentes é obrigatório;
2. O uso de luvas é obrigatório, tipo Sparring ou Shiai kumite (devem ser aprovadas pelo Departamento de Competição da APOGK);
3. O uso de coquilha para os escalões juvenil, cadetes, juniores e seniores masculinos é obrigatório;
4. O uso de protetor de peito para os escalões feminino é obrigatório (devem ser aprovados pelo Departamento de Competição da APOGK);
5. O uso de caneleiras e protetor de pé é obrigatório para todos os escalões, nas cores azul ou vermelho, tipo Sparring ou de Shiai Kumite;
6. Todos os atletas podem usar capacete de assim o desejarem;
7. Todo o equipamento protetor deverá estar em boas condições e aprovado pelo **D.C. da APOGK**;
8. Um competidor que não se encontre devidamente equipado, não será desclassificado imediatamente, será dado um minuto para corrigir os erros;
9. Os competidores terão de usar um cinto vermelho ou azul, estes não podem exceder $\frac{3}{4}$ das coxas.

Artigo 5.º - Provas

1. Nas competições por equipa, cada equipa pode ter cinco elementos, 3+2 suplentes. Uma equipa pode competir só com 2 elementos, sendo que um elemento faz 2 combates (o combate em falta), ou assumem a derrota do combate em falta.
2. Não haverá limite de inscrições, apenas poderão ser inscritos os atletas devidamente filiados na época corrente;
3. Todos os atletas terão de ter obrigatoriamente seguro desportivo;
4. Todos os atletas terão de ter um documento de identificação ou a caderneta APOGK.
5. Haverá sistema de repescagem para apurar 2 terceiros lugares, idêntico ao shiai kumite, com exceção dos escalões Pré Infantil, Infantil e Iniciado com sistema de repescagem tipo alemão;
6. Antes de cada ronda, o treinador deverá entregar na mesa um impresso oficial definindo os nomes e ordem pela qual combatem os 3 elementos da equipa. A ordem dos competidores da equipa poderá mudar entre eliminatórias, no entanto uma vez notificada a mesa já não é possível qualquer alteração;
7. Uma equipa será desclassificada, se qualquer dos seus elementos ou o treinador mudar a composição da equipa, após esta ter sido entregue na mesa;
8. É permitido a subida de escalão, apenas um escalão, a um (1) atleta.

IRIKUMI JU APOGK

REGULAMENTO

Artigo 6.º - Duração

- Os combates terão a seguinte duração:
 - Pré infantil, Infantil, Iniciados e Juvenis o tempo de duração dos combates é de **1'**
 - Cadetes, Juniores e Seniores o tempo de duração dos combates é de **3'**
- Nos combates de 3 minutos ao fim de 1'30" o combate será interrompido e será feito **HANTEI** (Votação Arbitral), o resultado será anotado na mesa. O combate é reiniciado e no final deste será feito novo **HANTEI** para apurar o vencedor através do somatório das pontuações;
- Em caso de empate haverá um terceiro round de 1 minuto;
- O tempo de combate começa a contar-se quando o árbitro anuncia **SHOBU IRI KUMI HÁJIME** e é interrompido ou termina quando o árbitro diz **YAMÈ**;
- O cronometrista assinalará através de um sinal sonoro quando faltarem 15 segundos para o fim do combate.

Artigo 7.º - Técnicas

- As áreas de contacto permitidas são:
 - Cabeça, face, pescoço;
 - Abdómen, peito, costas, flancos e coxas;
- Ataques às coxas (interior e exterior) são permitidos **se forem controlados**;
- Ataques com os joelhos e cotovelos são permitidos **se forem controlados (exceto nos Iniciado e Juvenil)**;
- As técnicas de **NAGE WAZA** (projeções) serão consideradas com o seguinte critério:

O competidor que executar uma projeção ou um varrimento terá de se manter numa posição de equilíbrio e executar de seguida pelo menos uma técnica válida, em caso de luta no chão o tempo de duração é de 5" para os escalões até Cadete e 10" para juniores e seniores.

Artigo 8.º - Técnicas e comportamento proibidos

- Existem duas categorias de comportamento proibido: Categoria 1 e Categoria 2.

1.1 Categoria 1

- Técnicas com contacto excessivo em função da zona atacada;
- Técnicas com contacto à garganta;
- Ataques às articulações, peito do pé e virilhas;
- Ataques à cara com técnicas de mão aberta;
- Técnicas de projeção perigosas, que ponham em perigo a integridade física do adversário;

IRIKUMI JU APOGK

REGULAMENTO

1.2 Categoria 2

- a) Falsear ou exagerar uma lesão;
- b) Saídas consecutivas da área de competição (**JOGAI**);
- c) Colocar-se a si próprio em perigo por comportamento indulgente, expondo-se a ser lesionado pelo oponente, ou falta de utilização das medidas adequadas de defesa (**MUBOBI**);
- d) Evitar, ou fuga ao combate como forma de impedir que o oponente consiga executar técnicas efetivas;
- e) Agarrar, brigar, empurrar ou prender sem tentar uma projecção ou outra técnica;
- f) Técnicas que, pela sua natureza, não possam ser controladas, tendo em conta a segurança do oponente, e ataques descontrolados e perigosos;
- g) Ataques com a cabeça;
- h) Falar ou ridicularizar o oponente, não obedecer às ordens do árbitro, comportamento descortês em relação aos Técnicos de Arbitragem ou quaisquer outras faltas de etiqueta.

2. CONTACTO

- a) Tronco – O contacto deverá ser ao toque. O excesso de contacto será penalizado;
- b) A única técnica de mão aberta permitida é “**HAITO UCHI**” desde que seja efetuada com controlo. Todas as outras técnicas de mão aberta não são permitidas à face, no entanto são permitidas ao tronco;
- c) Ataques às coxas são permitidos, o contacto deverá ser ao toque. O excesso de contacto será penalizado;
- d) Nos escalões iniciado e juvenil não é permitido qualquer contacto à cabeça com técnicas de pernas ou braços.

3. Jogai

- a) Se os dois competidores durante o combate saírem ambos da área de competição mas estando a combater não serão penalizados regressando de imediato à área de competição;
- b) Se um competidor sair da área de competição por ação do adversário, não será penalizado.

4. As penalizações ocorridas durante o primeiro combate serão mantidas no prolongamento

Artigo 9.º - Critério para decisão

1. O resultado de um combate é determinado por **HANTEI** (decisão arbitral), **KIKEN** (desistência), **HANSOKU** (desclassificação do combate) ou **SHIKKAKU** (desclassificação do torneio);

IRIKUMI JU APOGK

REGULAMENTO

2. Na ausência de uma derrota por **HANSOKU**, **KIKEN**, ou **SHIKAKU**, a decisão (**HANTEI**) será baseada nos seguintes critérios:
- (a) A atitude, o espírito combativo e força demonstrada pelos competidores.
 - (b) A superioridade técnica e tática;
 - (c) A quantidade de iniciativas tomadas pelos competidores;
 - (d) Numa situação de imobilização, durante o período permitido no chão, o combate (ronda) termina com a vitória do atleta que imobilizou o adversário.

Artigo 10.º - Painel de arbitragem

1. O painel de arbitragem para cada encontro consistirá num arbitrador (**Chefe de Tatami**), um árbitro central (**SHUSHIN**) e quatro juízes (**FUKUSHIN**). Na decisão arbitral (**HANTEI**), votam os 4 juízes e o árbitro central.

Artigo 11.º - Qualquer dúvida ou omissão relativa ao regulamento, será esclarecida e resolvida pelo departamento de provas da APOGK.