



REGULAMENTO DE COMPETIÇÃO

1 ESCALÕES ETÁRIOS e PROVAS CONTEMPLADAS

Os escalões etários e as respetivas idades (de ambos os sexos) que poderão participar são os seguintes:

Nota: Considera-se que no dia de competição, o competidor terá que ter a idade indicada.
Obrigatória a apresentação do BI/CC de todos os atletas no dia da prova.

ATÉ 9 ANOS, MASC/FEM	Kata individual e Equipa
INFANTIS, MAS /FEM 10/11 anos	Kata individual e Kumite individual
INICIADOS, MAS/FEM 12/13 anos	Kata individual e Kumite individual
MENOS 14 ANOS	KATA EQUIPA E KUMITE EQUIPA
JUVENIS, MASC/FEM 14/15 anos	Kata individual e Kumite individual
CADETES, MSAC/FEM 16/17 anos	Kata individual e Kumite individual
MENOS 18 ANOS	KATA EQUIPA E KUMITE EQUIPA
JUNIORES, MASC/FEM 18 a 20 anos	Kata individual e Kumite individual
MAIS 18 ANOS inclusive	KATA EQUIPA E KUMITE EQUIPA
SENIORES, MASC/FEM 21 a 39 anos	Kata individual e Kumite individual
VETERANOS, MASC/ FEM idade superior a 39 anos	Kata individual e Kumite Individual

Kumite: Todos os encontros têm as regras de Shobu Ippon.

2 NORMAS DE PARTICIPAÇÃO

- Os Competidores só podem competir no seu escalão**
- Os competidores devem ser identificados em tatami por AKA (cinto vermelho), e XIRO (cinto branco, ou pela graduação caso seja superior a 3º Kyu)
- As proteções de mãos (luvas brancas ESKA), peitos (para kumite feminino) e de dentes são obrigatórias em Kumite (Shobu Ippon)

- d) As "coquilhas" são permitidas em kumite
- e) Não é permitido o uso de óculos em kumite (o uso de lentes de contacto, unicamente do tipo "soft" são da responsabilidade do competidor os óculos tipo basquete desporto).
- f) As Equipas de Kumite, são normalmente compostas de 3 elementos, mas podem ser constituídas até um mínimo de 2 elementos em todos os escalões.
- h) O treinador só pode aconselhar o seu competidor no período compreendido entre as vozes de "Yame" e de Tsuzukete hajime". Deverá usar um fato de treino identificado com a sua equipa.

Taxas de Inscrição:

1. Kata e kumite individuais (M/F) por categoria: €13
2. Equipa kata e kumite (M/F) por categoria: €25
3. Inscrição treinador (maiores 18 anos): 5€
4. NIB TRANSFERENCIA PT **50 0045 5472 4021297602865 CAIXA C AGRICULA**

PROGRAMA POR ESCALÃO

ATÉ 9 ANOS MASC OU FEM

KATA INDIVIDUAL OU EQUIPA,

Os competidores podem fazer entre a TAIKYOKU-SHODAN à HEIAN SANDAN.

Avaliação é feita pelo sistema de bandeiras.

Os 8 finalistas poderão repetir o kata, avaliação é pelo sistema de pontos ou (bandeiras)

Em caso de empate, deverá somar-se a nota mais baixa e mais alta à pontuação.
Se houver novo empate é feito com a mesma Kata ou outra do mesmo grupo

PROGRAMA POR ESCALÃO (Consulte o Anexo 1 – Grupos de Katas)

INFANTIS - 10 e 11 anos

KATA INDIVIDUAL

Apenas são permitidas Katas do Grupo 1

Eliminatórias: os competidores iniciam em simultâneo á voz de "Hajime" a kata do Grupo 1, à sua escolha.

A avaliação é feita pelo sistema de bandeiras.

Finais

Os 8 finalistas poderão executar qualquer Kata do Grupo 1 à sua escolha.

A avaliação é feita pelo sistema de pontuação.

Em caso de empate, deverá somar-se a nota mais baixa e mais alta à pontuação.

Se houver novo empate é feito com a mesma Kata ou outra do mesmo grupo

KATA EQUIPA

Nas eliminatórias não se podem repetir as Katas.

A avaliação é feita pelo sistema de pontuação.

A Kata da final tem de ser diferente da última executada na eliminatória e a avaliação é feita pelo sistema de pontuação.

KUMITE

Shobu Ippon com 1:30min de duração

INICIADOS - 12 e 13 anos

KATA INDIVIDUAL

Apenas são permitidas Katas do Grupo 1 ou 2

Eliminatórias: os competidores iniciam em simultâneo á voz de “Hajime” a kata do Grupo 1, sorteada pelo arbitro central.

A avaliação é feita pelo sistema de bandeiras.

Final

Os 8 finalistas poderão executar qualquer Kata do Grupo 1 ou 2 à sua escolha.

A avaliação é feita pelo sistema de pontuação.

Em caso de empate, deverá somar-se a nota mais baixa e mais alta à pontuação.

Se houver novo empate é feito com a mesma Kata ou outra do mesmo grupo.

KATA EQUIPA

Nas eliminatórias não se podem repetir as Katas, a avaliação é feita pelo sistema de pontuação.

Os 8 melhores são escolhidos pelo sistema de pontuação com as Katas do Grupos 1 ou 2, à sua escolha.

Os 4 finalistas poderão executar qualquer Kata dos Grupos 1 ou 2, à sua escolha, desde que seja diferente da executada na eliminatória anterior.

A Kata da final tem de ser diferente da última executada na eliminatória e a avaliação é feita pelo sistema de pontuação.

KUMITE

Shobu Ippon – 1:30 min de duração.

JUVENIS -14 e 15 anos | CADETES - 16 e 17 anos | JUNIORES - 18 a 21 anos | SENIORES - dos 22 anos aos 34 anos | VETERANOS - a partir dos 35 anos

KATA INDIVIDUAL ou EQUIPA

São permitidas Katas do Grupo 1, 2, 3 ou 4

Eliminatórias

Os melhores 16 são escolhidos pelo sistema de bandeiras (equipa pontuação) com as Katas do Grupo 1 à escolha do arbitro.

Os 8 melhores são escolhidos pelo sistema de bandeiras (equipa pontuação) com as Katas do Grupo 2 à escolha do arbitro.

O apuramento dos 4 melhores, é feito pelo sistema de pontuação, e os competidores executarão, à sua escolha, qualquer das Katas do Grupo 2

Final:

Os 4 finalistas poderão executar qualquer Kata dos Grupos 3 ou 4, à sua escolha, desde que seja diferente da executada na eliminatória anterior.

Em caso de empate, deverá somar-se a nota mais baixa e mais alta à pontuação.

Se houver novo empate é feito com a mesma Kata ou outra do mesmo grupo

KUMITE

Shobu Ippon – 2:00 min de duração.

Séniores – Final por Shobu Sambon com 3:00 min de duração

4. Lacunas no regulamento

Qualquer lacuna será resolvida pela organização e Conselho de Arbitragem.

ANEXO 1

Katas do Grupo 1	Katas do Grupo 2	Katas do grupo 3
Heian Shodan Heian Nidan Heian Sandan Heian Yondan Heian Godan Tekki shodan	Bassai Dai Kanku Dai Jion Empi	Bassai Dai Kanku Dai Jion Empi Hangetsu

Katas do Grupo 4		
Bassai Sho Chinte Gankaku Gojushihô dai Gojushihô sho	Jitte Kanku Sho Meikyo Nijushihô Jiin	Sochin Tekki Nidan Tekki Sandan Unsu Wankan

Exemplo de Luvas Brancas autorizadas