



COPPA

KARATE KIDS

17
MARZO
2024



CON IL PATROCINIO
DEL COMUNE DI SAN GIULIANO TERME



EVENTO ORGANIZZATO DAL
COMITATO CSEN DI PISA IN COLLABORAZIONE CON CSEN TOSCANA KARATE



KARATE

COPPA CSEN KARATE KIDS

Patrizia Tamara Carli 3461663612 - mail: csen.toscana.karate@gmail.com

17 MARZO
2024

KUMITE

Under10, Under12, Esordienti

KATA

Bambini, Fanciulli, Ragazzi
Esordienti

PALLONCINO

Bambini, Fanciulli,
Ragazzi



INGRESSO GRATUITO

LIMITE ISCRIZIONI 350

"PalaMetato" Piazza Beretta ,1
Metato - San Giuliano Terme



COPPA

KARATE KIDS

17
MARZO
2024

INDICE

1. COPPA Csen Karate Kids
2. SEDE DI GARA
3. ORGANIZZAZIONE
4. CLASSI D'ETÀ
5. ACCREDITO
6. PROGRAMMA DI GARA
7. REGOLAMENTO DI GARA
8. LISTA CODICI CATEGORIE DI GARA
9. ISCRIZIONI
10. CONTATTI



1. COPPA Città DI PISA

La Coppa Csen Karate Kids rappresenta la continuazione del progetto Csen Toscana che si prefigge lo scopo di promuovere il karate in un territorio dove questa disciplina ha avuto una grande tradizione. Grazie alla collaborazione fra il Comune di Pisa ed Csen Karate Toscana ci aspettiamo numerosi partecipanti per condividere l'idea di sport, aggregazione e divertimento che, da sempre, contraddistingue lo Csen.

Come si evince dal nome della competizione la gara sarà dedicata alle categorie dei più giovani con le specialità di Kata (forma), Palloncino con l'aggiunta del kumite U10 (GCI) e U12 (GCL) per le categorie pre-agonistiche e le specialità agonistiche di Kata (forma) e Kumite (combattimento) per i soli ESORDIENTI.

2. SEDE DI GARA

Palazzetto dello Sport "PALAMETATO" – PIAZZA BERETTA 1, METATO – SAN GIULIANO TERME

3. ORGANIZZAZIONE

CSEN - Centro Sportivo Educativo Nazionale, comitato di Pisa e Csen Karate Toscana con il Patrocinio del Comune di San Giuliano Terme.

4. CLASSI D'ETÀ

Alla competizione possono partecipare gli Atleti graduati come cintura Bianca, Gialla, Arancione, Verde, Blu, Marrone o Nera, appartenenti alle seguenti classi:

- BAMBINI A: anno 2020 e 2019
- BAMBINI B: anno 2018 e 2017
- FANCIULLI: anno 2016 e 2015
- RAGAZZI: anno 2014 e 2013
- UNDER10 (GCI): anno 2016 e 2015
- UNDER12 (GCL): anno 2014 e 2013
- ESORDIENTI: anno 2012 e 2011

(GCI) = GIOCO DEL COMBATTIMENTO INDIVIDUALE LIBERO SENZA INTERRUZIONE - NO STOP

(GCL) = GIOCO DEL COMBATTIMENTO INDIVIDUALE LIBERO CON INTERRUZIONE - WKF LIMITATO

Il kumite è riservato alle sole categorie di età U10 (GCI), U12 (GCL), ESORDIENTI, il kata fin alle categorie ESORDIENTI.



5. ACCREDITO

Per le procedure di accredito verrà consegnata la busta contenente i pass gara ed elenco delle iscrizioni della società in cambio della copia dell'avvenuto pagamento effettuato dalla società.

Atleti e coach potranno accedere alle varie aree di gara solo se vestiti con la tuta sociale e muniti dei regolari pass di gara che verranno consegnati al rappresentante della società durante l'accredito.

6. PROGRAMMA DI GARA – Provvisorio

Ore 08.30 Saluto Iniziale

Ore 09.00 Inizio Competizione categorie Bambini A-B/Fanciulli Kata e Palloncino

Ore 10.30 Inizio Competizione categorie Kumite U10

Ore 12.00 Inizio Competizione categorie Ragazzi Kata e Palloncino

Ore 13.30 Inizio Competizione categorie Under12 kumite

Ore 15.00 Inizio Competizione categorie Esordienti

Si invitano le categorie di kumite di essere presenti almeno un'ora prima dell'orario previsto dell'inizio della propria categoria per un eventuale controllo peso a campione.

Al termine delle iscrizioni il presente programma potrà subire delle variazioni in base al numero di atleti per categoria. Tali variazioni saranno comunicate alle società iscritte.

7. REGOLAMENTO DI GARA

PALLONCINO

Nella prova palloncino tutti i partecipanti eseguiranno un'unica prova.

In caso di due o più atleti con pari punti, i contendenti saranno chiamati ad un'ulteriore prova di spareggio.

DURATA: La durata della prova del palloncino sarà:

- 20 secondi per le categorie Bambini / Fanciulli
- 30 secondi per le categorie Ragazzi

Il Gioco Tecnico Palloncino deve svolgersi su Tappeto di m. 4 x 4, costituito da materassini di gomma. Vengono usati 2 palloni di spugna uno sospeso all'altezza del viso, mentre l'altro viene posizionato all'altezza dell'addome.

Tecniche di gambe ammesse, eseguite con L'ARTO ARRETRATO E L'ARTO AVANZATO:

- Calcio circolare frontale sul piano trasverso (Mawashigeri); Jodan – Chudan
- Calcio circolare frontale rovescio sul piano trasverso (Ura-Mawashigeri) Jodan
- Calcio circolare con rotazione dorsale rovescio sul piano trasverso (Ushiro-UraMawashigeri) Jodan.

Tecniche di braccia ammesse:

- Pugno diretto arto superiore omolaterale (Kizamitsuki);
- Pugno diretto arto superiore controlaterale (Gyakutsuki);
- Pugno rovescio sul piano trasverso (Uraken) Jodan

PENALITA': Portare Tecniche non consentite o portare Tecniche consentite che toccano il palloncino sono da considerare penalità e, pertanto, sarà detratto 0.2 punti ogni infrazione.

In base al numero di atleti in categoria, l'organizzazione potrà decidere di far fare la prova a due atleti in contemporanea senza cambiare le regole sopra esposte.

Gli atleti classificati come quarti nel punteggio, saranno comunque premiati come terzi.



COPPA

KARATE KIDS

17
MARZO
2024

KATA

Nelle categorie BAMBINI A/B, FANCIULLI e RAGAZZI tutti i partecipanti eseguiranno un'unica prova.
In caso di due o più atleti con pari punti, i contendenti saranno chiamati ad un'ulteriore prova di spareggio.
Nelle categorie bambini, fanciulli e ragazzi si possono eseguire kata di libera composizione o kata di stile.

Le categorie ESORDIENTI, effettueranno una prova iniziale per determinare i 4 finalisti che disputeranno una seconda prova di finale per determinare le medaglie. Le categorie cinture Marroni e Nere faranno una prova ulteriore precedente per determinare i primi 8 qualora il numero dei partecipanti fosse superiore a 8 atleti.
Nel caso la categoria fosse in numero minore o uguale a quattro, si disputerà un'unica prova.

Le cinture bianche, gialle ed arancioni potranno ripetere il kata.
Le cinture verde, blu, dovranno alternare 2 diversi kata ad ogni turno.
Le cinture marroni e nere dovranno cambiare il kata ad ogni turno.

Gli atleti classificati come quarti nel punteggio, saranno comunque premiati come terzi.
Nella prova di kata non sarà preso in considerazione il tempo.

KUMITE

Tutti gli atleti potranno, a discrezione della commissione arbitrale, essere sottoposti al controllo del peso.
Il kumite verrà svolto dividendo gli atleti per gruppi di cintura (Gialla/Arancio/Verde/Blu e Marrone/Nera) e per peso omogeneo come da tabella seguente.

CATEGORIE DI PESO

U10 (GCI)

Maschile: -25kg, -30kg, -35kg, -40kg, +40kg

Femminile: -25kg, -30kg, -35kg, +35kg

U12 (GCL)

Maschile: -25kg, -30kg, -35kg, -40kg, -45kg, -50kg, -55kg, +55kg

Femminile: -25kg, -30kg, -35kg, -42kg, -47kg, +47kg

ESORDIENTI

Maschile: da 30kg a 38kg, -43kg, -48kg, -53kg, -58kg, -63kg, -68kg, -75kg, +75kg

Femminile: da 28kg a 35kg, -40kg, -45kg, -50kg, -56kg, -62kg, -68kg, +68kg

Nella prova di kumite, le categorie potranno essere accorpate per peso e cintura omogenei in modo che la differenza di peso risulti la minima possibile. Tale decisione sarà presa in accordo con i tecnici delle società.



COPPA

KARATE
CSEN KARATE KIDS

17
MARZO
2024

SPECIALITA' TECNICHE KUMITE Under10 (GCI) e Under12 (GCL)

Per tutte le prove di combattimento GCI e GCL gli atleti potranno portare liberamente, ma esclusivamente, le seguenti 5 tecniche consentite: • chudan mawashigeri; • chudan yakuzuchi; • jodan urakenuchi; • jodan mawashigeri; • jodan uramawashigeri.

Gli atleti potranno portare liberamente le tecniche consentite nelle seguenti aree: alla testa, volto, nuca e collo le tecniche "jodan", senza toccare. All'addome, petto e ai fianchi le tecniche "chudan" con contatto controllato.

Tutte le altre aree, diverse da quelli sopra indicate, non possono essere considerate aree idonee per portare tecniche valide. La schiena è un'area protetta alla quale non è consentito tirare alcuna tecnica.

Per tutte le altre info vedi "Regolamento Attività Promozionale Preagonistica Giovanile – Giochi Tecnici Propedeutici - FIJLKAM".

GIOCO DEL COMBATTIMENTO INDIVIDUALE LIBERO SENZA INTERRUZIONE - NO STOP (GCI)

La durata del combattimento è di 90 secondi.

Il regolamento adottato in questa specialità è lo stesso di quello utilizzato un tempo per la categoria federale Esordienti A.

Gli atleti si confrontano individualmente utilizzando solo le 5 tecniche consentite.

Non sono ammesse tecniche di proiezione, spazzate e tecniche diritte al volto.

La schiena è un'area protetta alla quale non è consentito tirare alcuna tecnica.

Non è ammesso alcun tipo di contatto all'area jodan.

In tutte le gare la valutazione verrà espressa con il metodo delle bandierine.

Le aree di gara dovranno avere una misura di 6x6 metri.

Non è prevista alcuna suddivisione in gruppi di graduazione.

L'Arbitro fermerà l'incontro solo in caso di penalità C1 o C2.

Eventuali penalità di contatto o azioni proibite saranno ufficializzate utilizzando lo stesso metodo del regolamento WKF.

Alla conclusione dell'incontro l'Arbitro decreterà la vittoria utilizzando lo schema previsto dal regolamento.

La valutazione finale è di tipo globale e non è previsto il prolungamento dell'incontro (SAI- SHAI). Gli atleti dovranno indossare le seguenti protezioni: guanti Blu o Rossi a seconda della chiamata, paradenti parastinchi e copri piede blu o rosso a seconda della chiamata, corpetto protettivo addominale, conchiglia (categoria maschile).

GIOCO DEL COMBATTIMENTO INDIVIDUALE LIBERO CON INTERRUZIONE - WKF LIMITATO (GCL)

La durata del combattimento è di 90 sec. Gli atleti si confrontano individualmente utilizzando solo le 5 tecniche consentite.

Non sono ammesse tecniche di proiezione, spazzate e tecniche diritte al volto. La schiena è un'area protetta alla quale non è consentito tirare alcuna tecnica.

Non è ammesso alcun tipo di contatto all'area jodan.

L'arbitro fermerà l'incontro secondo quanto previsto dal regolamento WKF ma gli atleti potranno usare solo le 5 tecniche stabilite che verranno premiate nel seguente modo:

- uraken jodan o yakuzuchi chudan YUKO 1 punto
- mawashigeri chudan WAZA-ARI 2 punti
- mawashigeri o uramawashigeri jodan IPPON 3 punti

Gli atleti dovranno indossare le seguenti protezioni: guanti blu o rossi a seconda della chiamata, paradenti, parastinchi e copri piede blu o rosso a seconda della chiamata, corpetto protettivo addominale, conchiglia (categoria maschile).

Viene dichiarato vincitore il concorrente che alla fine del nuovo combattimento avrà il punteggio migliore. Se non viene messo a segno alcun punto o si verifica una parità di punteggio, NON viene concesso un nuovo incontro (Sai Shiai) e la decisione sarà presa per HANTEI.

8. LISTA CODICI CATEGORIE DI GARA

PALLONCINO			
NR.CAT.	CATEGORIA	CINTURA	ANNO DI NASCITA
200	BAMBINI/A maschile	BIANCHE	2020 - 2019
201	BAMBINI/A femminile	BIANCHE	
202	BAMBINI/A maschile	G / A	
203	BAMBINI/A femminile	G / A	
204	BAMBINI/A maschile	V / B	
205	BAMBINI/A femminile	V / B	
206	BAMBINI/A maschile	M / N	
207	BAMBINI/A femminile	M / N	
208	BAMBINI/B maschile	BIANCHE	2018 - 2017
209	BAMBINI/B femminile	BIANCHE	
210	BAMBINI/B maschile	G / A	
211	BAMBINI/B femminile	G / A	
212	BAMBINI/B maschile	V / B	
213	BAMBINI/B femminile	V / B	
214	BAMBINI/B maschile	M / N	
215	BAMBINI/B femminile	M / N	
216	FANCIULLI maschile	BIANCHE	2016 - 2015
217	FANCIULLI femminile	BIANCHE	
218	FANCIULLI maschile	G / A	
219	FANCIULLI femminile	G / A	
220	FANCIULLI maschile	V / B	
221	FANCIULLI femminile	V / B	
222	FANCIULLI maschile	M / N	
223	FANCIULLI femminile	M / N	
224	RAGAZZI maschile	BIANCHE	2014 - 2013
225	RAGAZZI femminile	BIANCHE	
226	RAGAZZI maschile	G / A	
227	RAGAZZI femminile	G / A	
228	RAGAZZI maschile	V / B	
229	RAGAZZI femminile	V / B	
230	RAGAZZI maschile	M / N	
231	RAGAZZI femminile	M / N	



COPPA

KARATE KIDS

17 MARZO 2024

KATA BAMBINI-FANCIULLI-RAGAZZI

NR.CAT.	CATEGORIA	CINTURA	ANNO DI NASCITA
300	BAMBINI/A maschile	BIANCHE	2020 - 2019
301	BAMBINI/A femminile	BIANCHE	
302	BAMBINI/A maschile	G / A	
303	BAMBINI/A femminile	G / A	
304	BAMBINI/A maschile	V / B	
305	BAMBINI/A femminile	V / B	
306	BAMBINI/A maschile	M / N	
307	BAMBINI/A femminile	M / N	
308	BAMBINI/B maschile	BIANCHE	2018 - 2017
309	BAMBINI/B femminile	BIANCHE	
310	BAMBINI/B maschile	G / A	
311	BAMBINI/B femminile	G / A	
312	BAMBINI/B maschile	V / B	
313	BAMBINI/B femminile	V / B	
314	BAMBINI/B maschile	M / N	
315	BAMBINI/B femminile	M / N	
316	FANCIULLI maschile	BIANCHE	2016 - 2015
317	FANCIULLI femminile	BIANCHE	
318	FANCIULLI maschile	G / A	
319	FANCIULLI femminile	G / A	
320	FANCIULLI maschile	V / B	
321	FANCIULLI femminile	V / B	
322	FANCIULLI maschile	M / N	
323	FANCIULLI femminile	M / N	
324	RAGAZZI maschile	BIANCHE	2014 - 2013
325	RAGAZZI femminile	BIANCHE	
326	RAGAZZI maschile	G / A	
327	RAGAZZI femminile	G / A	
328	RAGAZZI maschile	V / B	
329	RAGAZZI femminile	V / B	
330	RAGAZZI maschile	M / N	
331	RAGAZZI femminile	M / N	



KATA INDIVIDUALE ESORDIENTI			
NR.CAT.	CATEGORIA	CINTURA	ANNO DI NASCITA
332	ESORDIENTI maschile	G / A	2012 - 2011
333	ESORDIENTI femminile	G / A	
334	ESORDIENTI maschile	V / B	
335	ESORDIENTI femminile	V / B	
336	ESORDIENTI maschile	M / N	
337	ESORDIENTI femminile	M / N	

KUMITE			
NR.CAT.	CATEGORIA	CINTURA	ANNO DI NASCITA
500	UNDER10 (GCI) maschile	G / A	2016 - 2015
501	UNDER10 (GCI) femminile	G / A	
502	UNDER10 (GCI) maschile	V / B / M	
503	UNDER10 (GCI) femminile	V / B / M	2014 - 2013
504	UNDER12 (GCL) maschile	G / A	
505	UNDER12 (GCL) femminile	G / A	
506	UNDER12 (GCL) maschile	V / B / M	
507	UNDER12 (GCL) femminile	V / B / M	2012 - 2011
508	ESORDIENTI maschile	G / A / V / B	
509	ESORDIENTI femminile	G / A / V / B	
510	ESORDIENTI maschile	M / N	
511	ESORDIENTI femminile	M / N	



9. ISCRIZIONI

Le iscrizioni dovranno essere effettuate mediante compilazione del modulo EXCEL che sarà inviato alle società insieme al presente comunicato.

Il modulo, una volta compilato in tutte le sue parti, andrà inviato alla mail:

csen.karate.toscana@gmail.com

Le società riceveranno una mail di conferma di avvenuta ricezione iscrizioni.

DATA SCADENZA ISCRIZIONI: **Martedì 12 Marzo 2024**

Quota Iscrizione:

- 17,00€ di iscrizione per le categorie ESORDIENTI più 7,00€ se l'atleta farà entrambe le categorie kata + kumite.
- 17,00€ di iscrizione per le categorie BAMBINI, FANCIULLI, RAGAZZI che faranno le 2 categorie di kata + palloncino, o anche una sola delle due.
- 24,00€ di iscrizione per i FANCIULLI e RAGAZZI che faranno tutte le 3 prove disponibili di kata, palloncino e kumite U10 (GCI)/U12 (GCL)
- 17,00€. di iscrizione per gli atleti che faranno solo kumite U10 (GCI) e U12 (GCL)

Attenzione: Il limite massimo di iscrizioni è di **350** ed è calcolato sulla base di limiti giornalieri di programmazione gara.

PAGAMENTO DELLA QUOTA di ISCRIZIONE

Mediante bonifico bancario al Comitato Provinciale di Pisa, entro il giovedì precedente la gara, sull'IBAN:

IT44K0637014000000010009595

10. CONTATTI

Patrizia Tamara Carli cell. 3461663612

Fabio Castellucci cell. 3393451297

Alessio Magnelli cell. 3287176165

csen.karate.toscana@gmail.com



COPPA

KARATE KIDS

17
MARZO
2024



Evento organizzato dal Comitato CSEN di Pisa in collaborazione con Csen Toscana Karate e con Il Patrocinio del Comune di San Giuliano Terme.