



Torino, 11.11.2022

Prot. n. 12/SP

Alle Associazioni e società  
AiCS  
Karate

Alle associazioni e società  
Karate  
Invitate

E p.c. Ufficio Sport  
AiCS Direzione Nazionale

Ufficio Stampa  
AiCS Direzione Nazionale

---

Loro sedi

**Oggetto: 1<sup>a</sup> Gara Regionale di Karate – Torino, 04 dicembre 2022**

Cari Presidenti,

l'AiCS, Ufficio Sport, in collaborazione con il referente Regionale AiCS Piemonte settore Karate, il referente provinciale AiCS Torino settore Karate e la supervisione del CTN M° Costantino Sassano, indice ed organizza la **1<sup>a</sup> Gara Regionale di Karate**.

La competizione è aperta a tutte le società e associazioni affiliate ad AiCS, o alla Fijlkam o ad altro Ente di Promozione Sportiva purchè in regola dal punto di vista sanitario e assicurativo.

**La gara si terrà il 04 dicembre p.v. presso il Palazzetto dello Sport "Le Cupole" di via Artom, 111 – Torino (TO).**

#### **ISCRIZIONI**

Le iscrizioni, redatte sul modulo allegato alla presente circolare o al seguente link <https://forms.gle/SuU75nf2gk5WmueW6>, dovranno essere inviate **entro e non oltre il 27 novembre p.v.**

Non saranno accettate iscrizioni pervenute dopo la data di chiusura, in altre modalità o con altri moduli se non quelli indicati.

**La quota di iscrizione alla gara è stabilita in € 15,00 (quindici/00) ad atleta per chi effettua una sola specialità e in € 25,00 (venticinque/00) ad atleta per chi effettua entrambe le specialità da versarsi al momento dell'accredito in gara.**



## PROGRAMMA DI GARA

Domenica 4 dicembre 2022

Ore 8.00 – Accredito  
 Ore 8.30 – Briefing pre-gara  
 Ore 9.00 – Inizio gara Kata  
 Ore 14.00 – Inizio gara Kumite

Premiazioni al termine di ogni singola gara direttamente sul Tatami.

## REGOLAMENTO TECNICO

### KATA

Categoria	Anno di nascita	M/F	Grado di cintura	Programma tecnico	Valutazione
U6	2017-2018	Maschile	Bianche-gialle	Kata di stile	Bandierine
			Arancio-verdi	Kata di stile	Bandierine
			Blu-marroni	Kata di stile	Bandierine
		Femminile	Bianche-gialle	Kata di stile	Bandierine
			Arancio-verdi	Kata di stile	Bandierine
			Blu-marroni	Kata di stile	Bandierine
U8	2015-2016	Maschile	Bianche-gialle	Kata di stile	Bandierine
			Arancio-verdi	Kata di stile	Bandierine
			Blu-marroni	Kata di stile	Bandierine
		Femminile	Bianche-gialle	Kata di stile	Bandierine
			Arancio-verdi	Kata di stile	Bandierine
			Blu-marroni	Kata di stile	Bandierine
U10	2013-2014	Maschile	Bianche-gialle	Kata di stile	Bandierine
			Arancio-verdi	Kata di stile	Bandierine
			Blu-marroni	Kata di stile	Bandierine
		Femminile	Bianche-gialle	Kata di stile	Bandierine
			Arancio-verdi	Kata di stile	Bandierine
			Blu-marroni	Kata di stile	Bandierine
U12	2011-2012	Maschile	Bianche-gialle	Kata di stile	Bandierine
			Arancio-verdi	Kata di stile	Bandierine
			Blu-marroni	Kata di stile	Bandierine
		Femminile	Bianche-gialle	Kata di stile	Bandierine
			Arancio-verdi	Kata di stile	Bandierine
			Blu-marroni	Kata di stile	Bandierine

Esordienti	2009-2010	Maschile	Bianche-gialle	Kata di stile	Regolamento Fijlkam
			Arancio-verdi	Kata di stile	Regolamento Fijlkam
			Blu-marroni-nere	Kata di stile	Regolamento Fijlkam
		Femminile	Bianche-gialle	Kata di stile	Regolamento Fijlkam
			Arancio-verdi	Kata di stile	Regolamento Fijlkam
			Blu-marroni-nere	Kata di stile	Regolamento Fijlkam
Cadetti	2008-2007	Maschile	Bianche	Kata di stile	Regolamento Fijlkam
			Gialle-Arancio	Kata di stile	Regolamento Fijlkam
			Verdi-blu	Kata di stile	Regolamento Fijlkam
			Marroni-nere	Kata di stile	Regolamento Fijlkam
		Femminile	Bianche	Kata di stile	Regolamento Fijlkam
			Gialle-arancio	Kata di stile	Regolamento Fijlkam
			Verde-blu	Kata di stile	Regolamento Fijlkam
			Marroni-nere	Kata di stile	Regolamento Fijlkam
Juniores	2006-2005	Maschile	Bianche	Kata di stile	Regolamento Fijlkam
			Gialle-Arancio	Kata di stile	Regolamento Fijlkam
			Verdi-blu	Kata di stile	Regolamento Fijlkam
			Marroni-nere	Kata di stile	Regolamento Fijlkam
		Femminile	Bianche	Kata di stile	Regolamento Fijlkam
			Gialle-arancio	Kata di stile	Regolamento Fijlkam
			Verde-blu	Kata di stile	Regolamento Fijlkam
			Marroni-nere	Kata di stile	Regolamento Fijlkam

Seniores	1987-2004	Maschile	Bianche	Kata di stile	Regolamento Fijlkam
			Gialle-Arancio	Kata di stile	Regolamento Fijlkam
			Verdi-blu	Kata di stile	Regolamento Fijlkam
			Marroni-nere	Kata di stile	Regolamento Fijlkam
		Femminile	Bianche	Kata di stile	Regolamento Fijlkam
			Gialle-arancio	Kata di stile	Regolamento Fijlkam
			Verde-blu	Kata di stile	Regolamento Fijlkam
			Marroni-nere	Kata di stile	Regolamento Fijlkam
Master	Prima del 1986	Maschile	Bianche	Kata di stile	Regolamento Fijlkam
			Gialle-Arancio	Kata di stile	Regolamento Fijlkam
			Verdi-blu	Kata di stile	Regolamento Fijlkam
			Marroni-nere	Kata di stile	Regolamento Fijlkam
		Femminile	Bianche	Kata di stile	Regolamento Fijlkam
			Gialle-arancio	Kata di stile	Regolamento Fijlkam
			Verde-blu	Kata di stile	Regolamento Fijlkam
			Marroni-nere	Kata di stile	Regolamento Fijlkam

*Spiegazione delle voci:*

Bandierine: il regolamento a bandierine AiCS prevede le Pool da massimo 8 atleti. Al primo incontro chi passa il turno procede con i turni di semifinale. I vincitori si sfidano per il 1°-2° posto finale, i vinti sono entrambi 3° finale. I vinti del primo turno procedono con i turni di semifinalina. I vincitorino si sfidano per il 1°-2° posto finalina, i vinti entrambi 3° posto finalina. Questo metodo garantisce la medaglia a tutti i partecipanti.

## KUMITE

<b>Categoria</b>	<b>Anno di nascita</b>	<b>M/F</b>	<b>Grado di cintura</b>	<b>Peso</b>	<b>Programma</b>
U10	2013-2014	Maschile	Bianche-giallearancio-verdi	Vedi tabella sottostante	Combattimento libero no stop
			Blu-marroni-nere	Vedi tabella sottostante	Combattimento libero no stop
		Femminile	Bianche-gialle-rancio-verdi	Vedi tabella sottostante	Combattimento libero no stop
			Blu-marroni-nere	Vedi tabella sottostante	Combattimento libero no stop
U12	2011-2012	Maschile	Bianche-giallearancio-verdi	Vedi tabella sottostante	Combattimento libero no stop
			Blu-marroni-nere	Vedi tabella sottostante	Combattimento libero no stop
		Femminile	Bianche-gialle-arancio-verdi	Vedi tabella sottostante	Combattimento libero no stop
			Blu-marroni-nere	Vedi tabella sottostante	Combattimento libero no stop
Esordienti	2009-2010	Maschile	Bianche-gialle-arancio	Vedi tabella sottostante	Regolamento Fijlkam
			Verdi-Blu	Vedi tabella sottostante	Regolamento Fijlkam
			Marroni-nere	Vedi tabella sottostante	Regolamento Fijlkam
		Femminile	Bianche-gialle-arancio	Vedi tabella sottostante	Regolamento Fijlkam
			Verdi-Blu	Vedi tabella sottostante	Regolamento Fijlkam
			Blu-marroni-nere	Vedi tabella sottostante	Regolamento Fijlkam
Cadetti	2008-2007	Maschile	Bianche-gialle-arancio	Vedi tabella sottostante	Regolamento Fijlkam
			Verdi-Blu	Vedi tabella sottostante	Regolamento Fijlkam
			Marroni-nere	Vedi tabella sottostante	Regolamento Fijlkam
		Femminile	Bianche-gialle-arancio	Vedi tabella sottostante	Regolamento Fijlkam
			Verdi-Blu	Vedi tabella sottostante	Regolamento Fijlkam

			Blu-marroni-nere	Vedi tabella sottostante	Regolamento Fijlkam
Juniores	2006-2005	Maschile	Bianche-gialle-arancio	Vedi tabella sottostante	Regolamento Fijlkam
			Verdi-Blu	Vedi tabella sottostante	Regolamento Fijlkam
			Marroni-nere	Vedi tabella sottostante	Regolamento Fijlkam
		Femminile	Bianche-gialle-arancio	Vedi tabella sottostante	Regolamento Fijlkam
			Verdi-Blu	Vedi tabella sottostante	Regolamento Fijlkam
			Blu-marroni-nere	Vedi tabella sottostante	Regolamento Fijlkam
Seniores	1987-2004	Maschile	Bianche-gialle-arancio	Vedi tabella sottostante	Regolamento Fijlkam
			Verdi-Blu	Vedi tabella sottostante	Regolamento Fijlkam
			Marroni-nere	Vedi tabella sottostante	Regolamento Fijlkam
		Femminile	Bianche-gialle-arancio	Vedi tabella sottostante	Regolamento Fijlkam
			Verdi-Blu	Vedi tabella sottostante	Regolamento Fijlkam
			Blu-marroni-nere	Vedi tabella sottostante	Regolamento Fijlkam
Master	1957-1986	Maschile	Bianche-gialle-arancio	Vedi tabella sottostante	Regolamento Fijlkam
			Verdi-Blu	Vedi tabella sottostante	Regolamento Fijlkam
			Marroni-nere	Vedi tabella sottostante	Regolamento Fijlkam
		Femminile	Bianche-gialle-arancio	Vedi tabella sottostante	Regolamento Fijlkam
			Verdi-Blu	Vedi tabella sottostante	Regolamento Fijlkam
			Blu-marroni-nere	Vedi tabella sottostante	Regolamento Fijlkam

*Spiegazione delle voci:*

Combattimento libero no stop: prevede la durata di 90". Gli atleti si confrontano individualmente utilizzando solo le 5 tecniche consentite (chudan mawashigeri, chudan yakuzuchi, jodan urakenuchi, jodan mawashigeri, jodan uramawashigeri). Non sono ammesse tecniche di proiezione, spazzate e tecniche dirette 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. 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 Fijlkam. Alla conclusione dell'incontro i giudici decreteranno la vittoria con le bandierine, la maggioranza vince. Gli atleti dovranno indossare le seguenti protezioni: guanti Rossi o Blu a seconda della chiamata, paradenti, parastinchi e copri piede rosso o blu a seconda della chiamata, corpetto protettivo addominale, conchiglia (categoria maschile).

### **TABELLA PESI**

<b>Categoria</b>	<b>Peso</b>	
	<b>Maschile</b>	<b>Femminile</b>
U10	Fino a kg 25	Fino a kg 25
	Fino a kg 30	Fino a kg 30
	Fino a kg 35	Fino a kg 35
	Fino a kg 40	Sopra i kg 35
	Sopra i kg 40	
U12	Fino a kg 25	Fino a kg 25
	Fino a kg 30	Fino a kg 30
	Fino a kg 35	Fino a kg 35
	Fino a kg 40	Fino a kg 42
	Fino a kg 45	Fino a kg 47
	Fino a kg 50	Sopra i kg 47
	Fino a kg 55	
Sopra i kg 55		
Esordienti	Fino a kg 38	Fino a kg 35
	Fino a kg 43	Fino a kg 40
	Fino a kg 48	Fino a kg 45
	Fino a kg 53	Fino a kg 50
	Fino a kg 58	Fino a kg 56
	Fino a kg 63	Fino a kg 62
	Fino a kg 68	Fino a kg 68
	Fino a kg 75	Sopra i kg 68
Sopra i kg 75		
Cedetti	Fino a kg 47	Fino a kg 42
	Fino a kg 52	Fino a kg 47
	Fino a kg 57	Fino a kg 54
	Fino a kg 63	Fino a kg 61
	Fino a kg 70	Fino a kg 68
	Fino a kg 78	Sopra i kg 68
	Sopra i kg 78	
Juniores	Fino a kg 50	Fino a kg 48
	Fino a kg 55	Fino a kg 53
	Fino a kg 61	Fino a kg 59
	Fino a kg 68	Fino a kg 66
	Fino a kg 76	Fino a kg 74
	Fino a kg 86	Sopra i kg 74
	Sopra i kg 86	
Seniores	Fino a kg 60	Fino a kg 50
	Fino a kg 67	Fino a kg 55



	Fino a kg 75	Fino a kg 61
	Fino a kg 84	Fino a kg 68
	Sopra i kg 84	Sopra i kg 68
Master	Fino a kg 67	Fino a kg 55
	Fino a kg 75	Fino a kg 61
	Sopra i 75	Sopra i kg 61

Per informazioni o chiarimenti contattare il Responsabile Sport AICS Piemonte Antonino Cartisano al seguente indirizzo mail [sport@aicstorino.it](mailto:sport@aicstorino.it) o ai numeri 011 2396372 – 011 2386380.

Il Responsabile Sport  
AICS Comitato Regionale Piemonte  
Antonino Cartisano