Versione 2.5

07/01/2025

Regolamento Kumite Jissen

Karate a contatto



Sommario

Introduzione 3
Linee generali del regolamento 3
1. Regolamento generale 3
1.1 Punteggio 3
1.1.2 Yuko 3
1.1.3 Wazaari 4
1.1.4 Ippon 4
1.2 KO tecnico 4
1.3 Azioni consentite e vietate 4
1.3.1 Uchi waza (tecniche di percossa) 4
1.3.2 Tegumi e shimeru (lotta e clinch) 5
1.3.3 Ne waza (tecniche a terra) 6
1.3.4 Ne Kogeki e tsuchi kogeki (ground & pound e colpire da terra) 6
1.4 Abbandono 6
1.5 Sanzioni e penalità 7
2. Regole specifiche di categoria 8
2.1 Dalla classe Bambini (fino ai 7 anni) alla classe Esordienti (12-13 anni) 8
2.2 Classe Cadetti (14-15 anni) e Juniores (16-17 anni) 8
2.3 Classe Seniores (18-40 anni) 8
2.4 Classe Veterani A e B (dai 41 anni in su) 9
3. Vittoria e criteri decisionali 9
3.1 Pareggio 9
4. Categorie atleti 10
5. Protezioni e classi 11
6. Durata degli incontri 13
7. Area di gara 13
8. L'atleta 14
8.1 Divisa dell'atleta 14
8.2 Posizionamento dell'atleta 14
9. Il coach 14
9.1 Ruolo del coach 14
9.2 Posizionamento del coach 14
10. Ufficiali di Gara (UdG) 14
10.1 Posizionamenti e ruoli 15
10.1.1 Arbitro centrale 15

10.1.2 Giudice d'angolo 15
10.1.3 Presidente di giuria 15
10.1.4 Responsabile dell'area di gara (capo tatami) 15
11. Gestualità e comandi d'arbitraggio 15
11.1 Inizio dell'incontro 15
11.2 Assegnazione di punti e vittoria 16
11.2.1 Giudici d'angolo 16
11.2.2 Arbitro centrale 16
11.3 Segnalazione e assegnazione di sanzioni 16
12. Articoli federali 17
12.1 Etichetta per atleti, coach e arbitri 17
12.2 Regolamento arbitrale 17

Introduzione

La specialità del Jissen ha un approccio totale al combattimento e prevede tutte le tecniche di percossa, le fasi di lotta in piedi (nage waza, tegumi, shimeru) e a terra (ne waza) entrambe a tempo limitato.

Linee generali del regolamento

Lo scopo è quello di fornire un regolamento sportivo che possa far avvicinare alle competizioni anche gli atleti più giovani grazie ad un sistema a contatto progressivo e con tutte le protezioni del caso per la pratica in sicurezza, fino ad arrivare al contatto pieno con il KO ammesso per i maggiorenni.

Al tempo stesso, come da filosofia FIK, questo è un regolamento pensato per radunare tutti gli stili di kakuto karate (Kokorozashi, Kudo, Zendokai, Kyokushin Budokai, Shorin-ryu, ecc..) affinché possano confrontarsi e condividere esperienze su un terreno comune.

1. Regolamento generale

In questo capitolo viene illustrato il regolamento di gara completo che viene applicato a partire dalla classe Seniores (18 anni – 40 anni). Nel capitolo successivo "Regole specifiche di categoria" verranno trattate le variazioni per gli atleti al di sotto della maggiore età e al di sopra dei sopra i 40 anni.

- Le tecniche di percossa in piedi vengono portate a pieno impatto
- L'unico colpo di gomito ammesso alla testa è mawashi empi (gomitata circolare orizzontale)
- Le fasi di lotta in piedi e clinch hanno durata massima di 5 secondi
- Le tecniche di proiezione non devono far cadere l'avversario di testa o sul collo
- Viene definito "atterrato" l'atleta che appoggia al suolo parti diverse del corpo dalle mani e i piedi
- Le fasi di lotta a terra hanno durata massima di 30 secondi e ne sono concesse 2 per round
- Le azioni di ne kogeki alla testa (gound & pound da ora scritto come G&P) sono ammesse solo con i pugni con contatto leggero "semi contact" e solo da una posizione di controllo (gatame)
- Sono ammesse le azioni di tsuchi kogeki, ovvero un atleta a terra può colpire l'avversario in piedi o in posizione di controllo dominante
- Le tecniche di sottomissione devono essere eseguite in modo controllato e progressivo
- Sono ammesse tecniche di sottomissione che prevedano leve dritte in estensione e in torsione alle braccia, mentre esclusivamente dritte in estensione alle gambe e sono vietate quelle alla cervicale (a meno che non siano parte dell'impostazione di un soffocamento) e di compressione muscolare
- Sono ammesse tecniche di soffocamento eseguite con le braccia e con le gambe, senza l'ausilio di parti del karategi

1.1 Punteggio

I punti vengono segnati su un cartellino dai giudici d'angolo senza fermare lo svolgimento dell'incontro per la loro assegnazione. Nel caso di 2 giudici d'angolo, un atleta è assegnato ad 1 giudice (aka o shiro); in caso di 4 giudici d'angolo, un atleta è assegnato a 2 giudici e il punteggio totale e ottenuto tramite media aritmetica.

1. Yuko = 1 punto
2. Wazaari = 2 punti
3. Ippon = conclusione del match

1.1.2 Yuko

Uno Yuko dal valore di 1 punto viene assegnato quando vengono portati:

- Tecnica di percossa in piedi che viene accusata provocando lo spostamento della testa, la flessione del busto o il piegamento di una gamba
- Tecnica di proiezione che comporta l'atterramento dell'avversario

- Tecnica di gatame (controllo) a terra per ogni 5 secondi che viene mantenuta (nel momento in cui viene stabilita la posizione parte il conteggio dedicato)

1.1.3 Wazaari

Un Wazaari dal valore di 2 punti viene assegnato quando vengono portati:

- Tecnica di percossa che fa barcollare l'atleta o richiede l'intervento dell'arbitro centrale per assicurarsi che possa continuare
- Intrappolamento di una tecnica di calcio con conseguente proiezione
- Riconquista della posizione in piedi dopo aver applicato una tecnica di evasione da una posizione di svantaggio a terra

1.1.4 Ippon

- KO
- G&P semi contact che costringe ad una difesa passiva o inefficace per 5 secondi (nel momento in cui parte la combinazione inizia il conteggio dedicato)
- Sottomissione
- KO tecnico
- Resa

1.2 KO tecnico

Per KO tecnico si intende l'incapacità da parte dell'atleta di sostenere il combattimento senza che abbia perso i sensi e viene assegnato dall'arbitro centrale nei seguenti casi:

- Tecnica di percossa che necessità più di 5 secondi per il recupero
- Combinazione di colpi in piedi che obbliga ad una difesa passiva per 5 secondi
- Tecnica di proiezione che necessita più di 5 secondi per il recupero
- Alla quarta uscita dal tatami l'atleta è considerato non in grado di sostenere l'incontro (jogai)

1.3 Azioni consentite e vietate

1.3.1 Uchi waza (tecniche di percossa)

Sono ammesse tutte le tecniche di percossa con le braccia: pugno, mano aperta, avambraccio e gomito.

L'unico colpo di gomito ammesso alla testa è mawashi empi (gomitata circolare orizzontale).

Sono ammesse tutte le tecniche di percossa con le gambe: qualsiasi tipo di calcio o ginocchiata.

I bersagli ammessi sono:

- Testa
- Braccia
- Busto
- Cosce
- Polpacci

I bersagli vietati sono:

- Nuca
- Gola
- Genitali
- Ginocchia
- Colonna vertebrale

Sono consentite azioni di spinta o trazione al di fuori delle fasi di lotta, purché eseguite ad una sola mano e solo se seguite da una tecnica valida.

Le tecniche vietate sono:

- Testate
- Colpi di gomito alla testa diversi da mawashi empi (gomitata circolare orizzontale)
- Da in piedi colpire alla testa con mae geri un atleta su 4 appoggi (soccer kick)
- Fumikomi (stomp kick)
- Da in piedi colpire un atleta considerato a terra (vedi definizione)

1.3.2 Tegumi e shimeru (lotta e clinch)

Dal momento che i due atleti passano alla lotta (tegumi) è consentito afferrarsi in qualsiasi modo ma senza l'utilizzo della divisa, o parti di essa, ed è vietato afferrare le protezioni.

- La fase di lotta in piedi o clinch può avere una durata massima di 5 secondi

Allo scadere del tempo l'arbitro centrale separerà gli atleti. Durante la fase di clinch (shimeru) è possibile portare tecniche di percossa (uchi waza) e tecniche di proiezione (nage waza).

Se un'azione di lotta viene iniziata o si sposta sul limite del tatami, l'arbitro centrale fermerà l'azione per riposizionare gli atleti al centro in posizione di lotta per evitare infortuni.

A seguire sono indicate le tecniche di proiezione (nage waza) ammesse:

- Tutte le proiezioni di spazzata e falciata, anche senza afferrare laddove è possibile
- Tutte le proiezioni d'anca
- Proiezioni con il collo in avvolgimento: kubi wa senza provocare torsioni al collo e senza usare il mento come leva
- Tutte le proiezioni dopo aver intrappolato un calcio
- Proiezioni che afferrano le gambe: morote gari, kuchiki taoshi, kata guruma, te guruma
- Sutemi waza e gaeshi: proiezioni di sacrificio e contro-proiezioni

È vietato far atterrare l'avversario sulla testa o sul collo con una proiezione, lo schianto al suolo (slam) è ammesso dall'altezza delle anche, se si solleva l'avversario oltre l'altezza delle anche può essere proiettato accompagnandolo in modo controllato al suolo.

Nella fase di lotta in piedi sono ammessi i seguenti strangolamenti:

- Hadaka jime (strangolamento a mani nude frontale o di schiena: ezechiele, mata leao, chin strap)
- Kubi gatame jime (ghigliottina senza torsione)

E le seguenti leve esclusivamente alle braccia purché eseguite con forza progressiva e controllata in modo da concedere la resa per tap:

- Ude hishigi (leva dritta al gomito)
- Ude garami (torsione del braccio)
- Kote kansetsu waza (tecniche di leva al polso)

Sono vietate le seguenti tecniche:

- Afferrare la divisa
- Afferrare le protezioni
- Proiettare intenzionalmente l'avversario sul collo o sulla testa
- Sono vietate le manipolazioni delle piccole articolazioni (dita)

- Proiettare l'avversario con una sottomissione già chiusa al limite fisiologico dell'articolazione
- È vietato lo slam da oltre l'altezza delle anche

1.3.3 Ne waza (tecniche a terra)

Dopo una proiezione è possibile proseguire il combattimento a terra per un massimo di 30 secondi e solo due volte per round. Consumata l'ultima occasione per continuare a terra sarà concessa solo la fase di lotta in piedi.

Viene definito "atterrato" l'atleta che appoggia al suolo parti diverse del corpo dalle mani e i piedi. I 4 appoggi di mani e piedi non definiscono l'atleta a terra e pertanto può essere colpito nei modi consentiti.

Se un'azione di lotta a terra viene iniziata o si sposta sul limite del tatami, l'arbitro centrale fermerà l'azione per riposizionare gli atleti al centro e rispettando la posizione di vantaggio/svantaggio per evitare infortuni.

Durante la fase di lotta a terra sono ammesse le seguenti tecniche:

- Posizioni di controllo (gatame) per bloccare l'avversario
- Le sottomissioni di garami (torsione) e hishigi (leva dritta) alle braccia, controllate e progressive
- Le sottomissioni di hishigi (leva ditta) alla caviglia, al ginocchio, controllate e progressive.
- Le sottomissioni tramite compressione muscolare
- Le sottomissioni di jime (soffocamento) ammesse, senza l'uso della divisa o parti di essa, sono haadaka jime (rear/front naked choke, anaconda, darce, peruvian, ezechiele, e simili) e sankaku jime (triangolo con le gambe)

Le sottomissioni devono essere tutte eseguite in modo controllato e progressivo, senza strappo o sfruttando il peso del corpo in caduta, perché gli atleti devono potersi arrendere tramite tap ed evitare incidenti.

Durante la fase di lotta a terra sono vietate le seguenti tecniche:

- Sono vietate le tecniche di garami alle gambe (torsioni al ginocchio, alla caviglia tramite tallone)
- È vietato passare il piede dall'esterno verso l'interno della gamba dell'avversario oltrepassando il cavallo
- È vietato eseguire ashi hishigi (leva dritta alla caviglia) ruotando la parte del piede non sotto attacco
- Sono vietate kubi hishigi e kubi garami (chiavi alla cervicale sia dritte che in torsione)
- Sono vietate le manipolazioni delle piccole articolazioni (dita)

1.3.4 Ne Kogeki e tsuchi kogeki (Ground & Pound e colpire da terra)

Durante la fase di combattimento al suolo gli atleti possono colpire con le seguenti modalità:

- Di pugno alla testa in modalità semi contact, controllata ed esclusivamente da una posizione di gatame (controllo), all'inizio dell'azione parte il conteggio dedicato di 5 secondi, in caso di difesa efficace in grado di interrompe la sequenza di pugni l'arbitro farà proseguire il combattimento al suolo fino allo scadere del tempo previsto
- Da terra verso l'avversario in posizione dominante o in piedi
- È vietato colpire di tallone dalla posizione di guardia a terra

L'atleta con la schiena a terra può colpire in tutti i modi consentiti.

1.4 Abbandono

L'atleta può decidere di ritirarsi dall'incontro in qualsiasi momento, anche restando fuori a bordo tatami nel momento in cui l'arbitro lo invita a prendere posizione. Questo comporta la sconfitta automatica per quel incontro, ma non il ritiro dall'intera competizione e pertanto potrà sostenere gli incontri successivi ove previsti.

1.5 Sanzioni e penalità

Tipologia di richiami

1. Jogai: uscita dal tatami, alla quarta uscita l'atleta è considerato non in grado di sostenere l'incontro, dichiarato tramite la dicitura progressiva "jogai ich, ni, san, shi – shikkaku"
2. Chui: richiamo semplice: richiamo formale ininfluente nel decretare il vincitore
3. Keikoku: penalità per infrazioni medie, o per infrazioni lievi ripetute dopo il primo chui, che comporta la sottrazione di 6 punti. Due keikoku determinano shikkaku
4. Shikkaku: squalifica dall'incontro per infrazioni gravi e su decisione della commissione arbitrale può essere esteso all'intera competizione in corso

Le sanzioni sono divise in tre categorie come riportato nelle seguenti tabelle:

Categoria 1, infrazioni lievi

SANZIONI DI CATEGORIA 1	
Azione	Penalità
1. Uscita dal tatami 2. Spintoni a due mani 3. Azioni di spinta a una mano, trazione a una mano fini a se stesse senza che siano seguite da alcuna tecnica 4. Afferrare le protezioni o parti della divisa 5. Non obbedire alle disposizioni degli arbitri o dei giudici 6. Comportamenti scorretti o irrispettosi nei conforti degli UdG; nei confronti dell'avversario (come parlare o provocare); mancanze nel seguire la ritualità prevista; o altre violazioni di etichetta da parte dell'atleta, del suo coach, del suo staff o del suo pubblico di supporto	Jogai n° Chui Keikoku (-6 punti sul totale del cartellino)

Categoria 2, infrazioni medie

SANZIONI DI CATEGORIA 2	
Azione	Penalità
1. Colpire bersagli non consentiti 2. Non controllare i colpi nel G&P 3. Non controllare le sottomissioni	Keikoku (-6 punti sul totale del cartellino) Shikkaku (squalifica)

Categoria 3, infrazioni gravi

SANZIONI DI CATEGORIA 3	
Azione	Penalità
1. L'atleta non si presenta sul tatami quando viene chiamato 2. Portare tecniche non consentite 3. Provocale il KO con il G&P 4. Provocare danni con una sottomissione non controllata	Shikkaku (squalifica)

Nel caso in cui l'arbitro reputi il ripetersi del comportamento scorretto, può assegnare direttamente la penalità più grave senza procedere in progressione.

Nel caso in cui l'arbitro abbia già assegnato un Chui, ma non reputi che il ripetersi del comportamento scorretto aumenti di gravità o sia intenzionale, può decidere di esprimere un semplice richiamo verbale.

Nel caso in cui l'arbitro reputi grave il comportamento scorretto può assegnare direttamente Shikkaku senza aver prima assegnato altri tipi di richiamo.

2. Regole specifiche di categoria

Nel caso sia necessario accorpare le classi di età, valgono le regole in riferimento agli atleti partecipanti più giovani.

2.1 Dalla classe Bambini (fino ai 7 anni) alla classe Esordienti (12-13 anni)

- Il KO non è consentito
- È vietato colpire la testa con tecniche di braccia
- Sono vietati i calci con traiettoria dritta alla testa (mae geri e yoko geri)
- Sono vietate le ginocchiate alla testa
- Sono vietate leve e strangolamenti nella lotta in piedi
- È vietata la lotta a terra

2.2 Classe Cadetti (14-15 anni) e Juniores (16-17 anni)

- Il KO non è consentito
- Sono ammessi i colpi alla testa in modalità semi contact
- È vietato colpire la testa con pugni saltati
- È vietato colpire la testa con pugni girati
- Sono vietati i calci con traiettoria dritta alla testa (mae geri e yoko geri)
- Sono vietate le ginocchiate alla testa
- Sono vietate leve e strangolamenti nella lotta in piedi
- È ammessa la lotta a terra con G&P
- È vietato colpire da terra l'avversario in piedi con mae geri al viso (up kick)
- È considerato a terra l'atleta che abbia tre appoggi al suolo
- Le tecniche di sottomissione con leva articolare devono solo essere posizionate con forma corretta e non applicate
- È vietata la tecnica di ashi sankaku garami (torsione del braccio con le gambe a triangolo – omoplata)
- Sono vietate le leve al polso
- Sono vietate le compressioni muscolari
- È vietata l'esecuzione di ashi sankaku jime (soffocamento con le gambe a triangolo) tirando la testa
- È vietata la tecnica do jime (soffocamento tramite compressione del busto)
- Sono vietate le leve alle gambe

2.3 Classe Seniores (18-40 anni)

A partire dal grado di cintura verde 6° kyu (sistema di riferimento gradi classico) sono ammesse (e quindi vietate per i gradi inferiori):

- È ammessa la leva dritta al ginocchio
- È ammessa la leva dritta alla caviglia
- Sono ammesse le compressioni muscolari

In caso di accorpamenti di gradi, viene applicato il regolamento al ribasso (per es. gialla vs marrone -> no leve alle gambe, no compressioni muscolari).

2.4 Classe Veterani A e B (dai 41 anni in su)

- Sono vietate le leve alle gambe
- Sono vietate le compressioni muscolari

3. Vittoria e criteri decisionali

I giudici all'angolo si occupano di segnare su un cartellino il punteggio degli atleti.

Se i giudici all'angolo sono due allora il primo terrà i punti per shiro e il secondo per aka.

Se i giudici all'angolo sono quattro allora due terranno i punti per shiro e gli altri due per aka; in questo caso verrà fatta una media (arrotondata per difetto dal quinto punto decimale compreso e per eccesso dal sesto punto decimale) dei punteggi segnati dai due giudici assegnati ad un atleta.

Allo scadere del tempo previsto per l'incontro a seconda della classe, gli arbitri si riuniranno per un confronto e il vincitore viene proclamato in base al totale del punteggio conseguito (che verrà riportato a fine match sul segna punti elettronico laddove sia disponibile) a meno che non ci sia stato il KO, un ritiro o una squalifica.

3.1 Pareggio

Nel caso di pareggio:

Sarà possibile sostenere ulteriori round di spareggio previa decisione della commissione arbitrale sul come svolgere la competizione.

Decretare il vincitore tramite Hantei, ovvero preferenza arbitrale espressa dall'arbitro centrale (che può consultarsi con gli altri UdG) tenendo conto dei seguenti criteri:

- Eventuali accorpamenti di classe, accorpamenti di grado, evidente differenza fisica con conseguente pesata tramite bilancia al tavolo di giuria (vedi al sezione "categorie degli atleti")
- Viene prediletto l'atleta che ha dimostrato maggiore iniziativa, tecnica e resistenza. I criteri determinanti sono:
    - Il comportamento, lo spirito combattivo e la tenacia dimostrati
    - La superiorità delle tattiche e delle tecniche adottate
    - L'efficacia dei colpi e la continua azione offensiva (chi ha attaccato di più dominando l'incontro)
    - Eventuali ammonizioni e sanzioni
    - Un eventuale unico Chui (richiamo formale) è minimamente influente ai fini della decisione sulla preferenza da assegnare

In caso di pareggio assoluto, quindi anche sui parametri di performance, si procede alla pesata con la bilancia in dotazione al tavolo di giuria e si decreta vincitore l'atleta più leggero.

4. Categorie atleti

Intervalli di età con estremi compresi.

CLASSI	MASCHILE	FEMMINILE
Bambini (fino ai 7 anni)	Kg -25, -30, -35, -40, +40	Kg -30, -35, +35
Ragazzi (8-9 anni)	Kg -30, -35, -40, -45, +45	Kg -35, -40, +40
Speranze (10-11 anni)	Kg -35, -40, -45, -50, +50	Kg -37, -42, +42
Esordienti (12-13 anni)	Kg -45, -50, -55, -60, +60	Kg -42, -47, +47
Cadetti (14-15 anni)	Kg -52, -57, -63, -70, +70	Kg -47, -55, +55
Juniores (16-17 anni)	Kg -55, -61, -68, -75, +75	Kg -50, -58, +58
Seniores Kyu (18-40 anni)	Kg -62, -68, -74, -80, +80	Kg -55, -63, +63
Seniores Dan (18-40 anni)	Kg -62, -68, -74, -80, +80	Kg -55, -63, +63
Veterani A (41-50 anni)	Open	Open
Veterani B (+51 anni)	Open	Open

È ammessa una tolleranza di differenza di peso dovuta al karategi di 0,5 kg, se il controllo del peso viene fatto in biancheria la tolleranza è di 0,1 kg.

Dove necessario l'organizzazione può decidere di non fare distinzione tra Kyu e Dan nella classe Seniores.

Nelle situazioni in cui sia necessario accorpare delle categorie, in caso di parità assoluta tra gli atleti la vittoria va all'atleta che pesa di meno. Per tanto gli Ufficiali di Gara al tavolo devono essere forniti di bilancia.

5. Protezioni e classi

CLASSI	PROTEZIONI
Bambini Ragazzi Speranze Esordienti (Fino ai 13 anni compresi)	• Caschetto chiuso • Paradenti • Corpetto leggero • Guanti a dita libere (4 once) • Conchiglia/sospensorio (maschi e femmine) • Paratibie a calza con parapiede
Cadetti e Juniores (Dai 14 ai 17 anni compresi)	• Caschetto chiuso • Paradenti • Para seno a coppe separate (femmine) • Guanti a dita libere (7 once) • Gomitiere • Conchiglia/sospensorio (maschi e femmine) • Paratibie a calza con parapiede
Seniores Kyu Seniores Dan Seniores Open (Dai 18 anni ai 40 anni compresi)	• Caschetto con parazigomi • Paradenti • Para seno a coppe separate (femmine) • Guanti a dita libere (7 once) • Gomitiere • Conchiglia/sospensorio (maschi e femmine)
Veterani A (dai 41 ai 50 anni) Veterani B (dai 51 anni in su)	• Caschetto con parazigomi • Paradenti • Para seno a coppe separate (femmine) • Guanti a dita libere (7 once) • Gomitiere Conchiglia/sospensorio (maschi e femmine) • Paratibie a calza con parapiede

Per chiarezza vengono riportate le immagini di esempio sulla tipologia di protezioni ammesse. Marchio e colore sono a scelta dell'atleta.

Caschetto chiuso (under 18)	Caschetto con parazigomi	Paradenti
		
Corpetto leggero (under 14)	**Guanti da 4 once (under 14)**	**Guanti a dita libere da 7 once**
		
Conchiglia (M e F)	**Praseno (over 14)**	**Paratibie a calza (under 18)**
		
Gomitiere (over 14)		
		

6. Durata degli incontri

CLASSI	DURATA
Bambini (fino ai 7 anni) Ragazzi (8-9 anni) Speranze (10-11 anni)	1,5 minuti
Esordienti (12-13 anni) Cadetti (14-15 anni)	2 minuti
Juniores (16-17 anni)	2,5 minuti
Seniores (18-40 anni)	3 minuti
Veterani A e B (over 40 anni)	2 minuti

I tempi esposti in tabella sono da considerarsi nel totale, ovvero il timer non viene fermato per gli interventi arbitrali a meno che non venga reputato necessario, come nel caso di valutazioni mediche o altre eccezioni decise dagli arbitri.

In caso di infortunio per il quale è richiesto l'intervento dei paramedici il timer viene fermato. Il tempo a disposizione per poter dichiarare se l'atleta è in grado o meno di proseguire l'incontro è di 2 minuti.

In base a come viene organizzata la gara è possibile:

1. Sostenere un unico round che in caso di parità decreta il vincitore per giudizio arbitrale, oppure vedi punto 3
2. Proseguire fino a 2 round della stessa durata indicata in tabella e alla fine dei quali si decreta il vincitore facendo la somma dei punteggi. Il tempo di recupero concesso tra i round e di 1 minuto. In caso di parità la vittoria è decretata tramite giudizio arbitrale. Il numero di round ammessi oltre al primo nella specifica classe deve essere deciso dagli ufficiali di gara anticipatamente
3. Sia al punto 1 che al punto 2 è possibile, in caso di parità, proseguire con un extra round senza limiti di tempo che conferisce la vittoria al primo atleta in grado di portare a segno una tecnica valida ai fini del punteggio
4. Le finali di categoria si svolgono su due round

Vige sempre e comunque quanto specificato nella sezione "categorie degli atleti" e nella sezione "Punteggio" per quanto riguarda i casi di parità e la scelta del vincitore tramite giudizio arbitrale, ovvero: "Nelle situazioni in cui sia necessario accorpare delle categorie, in caso di parità tra gli atleti la vittoria va all'atleta che pesa di meno".

7. Area di gara

L'area di gara consiste in un quadrato con il lato che misura 8 m, composta da materassine ad incastro dallo spessore minimo di 3 cm. La penultima fila perimetrale di materassine in prossimità del bordo esterno deve essere di colore diverso per segnalare visivamente all'atleta la sua posizione presso il limite dell'area di gara. Sono inoltre segnalate tramite materassine di colore diverso le posizioni di partenza degli atleti in prossimità del centro dell'area di gara e tra di loro equidistanti.

Tutte le figure presenti nell'area di gara (atleti, ufficiali di gara, coach, manager, dirigenti) e chiunque altro sia collegabile ai concorrenti (parenti, amici, compagni di squadra), devono seguire gli ideali sportivi di lealtà, impegno, educazione, autocontrollo e spirito del Karate Do.

8. L’atleta

8.1 Divisa dell’atleta

L’atleta deve vestire il karategi di colore bianco sul quale è possibile esporre i colori di appartenenza allo stile o alla scuola che debbono essere sobri. Al momento della chiamata che precede l’inizio dell’incontro l’atleta deve presentarsi in ordine indossando già tutte le protezioni previste per la sua classe (vedi sezione “Protezioni e classi”).

Solo le concorrenti femminili possono indossare una maglietta interamente bianca sotto la giacca del karategi.

Le concorrenti di religione musulmana possono indossare un foulard o un chador di colore bianco.

8.2 Posizionamento dell’atleta

Quando l’atleta si presenta all’area di gara gli verrà assegnato dallo staff arbitrale un colore che può essere “aka” (rosso) o “shiro” (bianco).

Lo staff arbitrale consegnerà all’atleta un sistema di riconoscimento che, a seconda dell’organizzazione della gara, può consistere in un drappo rosso da mettere sulla cintura lato schiena (per identificare in questo caso solamente chi dei due è aka, l’altro per esclusione sarà shiro), oppure fornendo delle cinture colorate (una bianca e l’altra rossa) che gli atleti dovranno indossare al posto della propria.

L’atleta identificato dal colore aka (rosso) si va a posizionare alla sinistra dell’arbitro centrale in prossimità del centro sul punto di partenza segnato sull’area di gara e dopo aver fatto l’inchino prima di accedere al tatami; l’atleta shiro (bianco) si va a posizionare alla destra dell’arbitro centrale con la stesa modalità.

9. Il coach

Il coach dell’atleta deve essere riconoscibile indossando i colori della società e il coach-pass fornito da FIK.

9.1 Ruolo del coach

Il coach ha il compito di accompagnare gli atleti in gara, di provvedere a loro e di fornire le indicazioni di supporto durante lo svolgimento degli incontri. Il coach può decidere l’abbandono dall’incontro o dalla competizione dei suoi atleti. Il coach deve mantenere un contegno consono allo spirito della competizione e con un linguaggio appropriato. Nel caso il coach manifesti comportamenti contrari al dovuto fair play i quali inficino l’ordine, il decoro, l’immagine e la reputazione della Federazione e che non permettano il normale svolgimento della competizione, esso verrà allontanato dall’area di gara dal responsabile della stessa previa autorizzazione degli ufficiali di gara.

9.2 Posizionamento del coach

Il coach si posiziona dietro il box federale fornito dall’organizzazione e posto a bordo tatami. In mancanza del box esso si posizionerà a bordo tatami dove gli verrà indicato dagli ufficiali di gara.

10. Ufficiali di Gara (UdG)

Gli UdG addetti all’arbitraggio possono essere in numero variabile che va da 4 a 8 e devono essere riconoscibili tramite l’apposita divisa arbitrale federale.

- 1 arbitro centrale
- 2 o 4 giudici d’angolo
- 1 o 2 arbitri al tavolo di giuria
- 1 responsabile dell’area (capo tatami) che può coincidere con una delle figure precedenti

10.1 Posizionamenti e ruoli

10.1.1 Arbitro centrale

L'arbitro centrale parte al centro dell'area di gara e ha libertà di movimento all'interno di essa. Ha la facoltà di interagire verbalmente con gli atleti: dirige l'incontro dando il via e lo stop alle azioni, determina l'assegnazione di richiami, l'attribuzione di penalità, salvaguarda l'incolumità degli atleti ove possibile e proclama il vincitore.

10.1.2 Giudice d'angolo

Sono previsti 2 o 4 giudici d'angolo. Se i giudici d'angolo sono due a ciascuno viene assegnato un atleta, essi si posizionano agli angoli opposti rispetto alla diagonale dell'area di gara per poter avere la migliore visuale possibile sulle azioni degli atleti. Nel caso in cui i giudici d'angolo siano 4, essi si posizionano agli angoli dell'area di gara e un singolo atleta è assegnato a due giudici posizionati ai punti opposti della diagonale. Il giudice d'angolo è in possesso del proprio cartellino segna punti e di un fischietto. Il giudice d'angolo ha il compito di annotare sul cartellino i punti portati a segno dell'atleta che gli è stato assegnato e di richiamare l'attenzione dell'arbitro centrale tramite fischio intermittente e bandierina del colore corrispondente all'atleta in caso noti delle scorrettezze.

10.1.3 Presidente di giuria

I presidenti di giuria possono essere 2 o 1 e sono posizionati seduti dietro al tavolo di giuria situato a bordo di uno dei lati dell'area di gara. I presidenti di giuria sono dotati di timer e segnapunti. Il compito dei presidenti di giuria è quello di far partire il timer e di fermarlo, di tenere traccia delle infrazioni assegnate agli atleti e i punti da detrarre a causa di penalità, di segnalare azioni significative e non riportate dal resto dello staff arbitrale, fischiare lo scadere del tempo per le azioni di lotta a terra, segnalare la fine del round o dell'incontro tramite gong o altro sistema idoneo, fischiare la fine del tempo a disposizione per risolvere quelle situazioni che richiedono lo stop del timer durante l'incontro, fare il conteggio dei punti a fine round (nel caso i giudici d'angolo siano 4, il punteggio per singolo atleta viene determinato facendo la media dei punteggi annotati dai due arbitri assegnati al singolo atleta) per poi comunicare il vincitore all'arbitro centrale.

10.1.4 Responsabile dell'area di gara (capo tatami)

Il responsabile dell'area di gara si occupa di supervisionare che tutto lo staff arbitrale svolga al meglio le proprie mansioni. La figura del responsabile dell'area di gara può, per necessità di organizzazione, coincidere con l'arbitro centrale o con l'arbitro di giuria.

11. Gestualità e comandi d'arbitraggio

11.1 Inizio dell'incontro

1. L'arbitro centrale fa gesto agli atleti a bordo tatami di prendere posizione e utilizza il comando: "moto no ichi"
2. L'arbitro centrale fa gesto agli atleti di girarsi verso il tavolo di giuria e di porgere saluto formale con il comando: "shomen ni rei"
3. L'arbitro centrale fa gesto agli atleti di girarsi verso di lui e di porgere saluto formale con il comando: "sushin ni rei"
4. L'arbitro centrale fa gesto agli atleti di girarsi uno di fronte all'altro e di porgere saluto formale reciproco con il comando: "otagai ni rei"
5. L'arbitro centrale si mette in guardia e comanda agli atleti di fare altrettanto con il comando: "kamae"
6. L'arbitro centrale dà inizio al combattimento con il comando: "hajime"

11.2 Assegnazione di punti e vittoria

11.2.1 Giudici d'angolo

Senza interrompere lo svolgimento del combattimento segnano sul loro cartellino i punti yuko e wazaari portati a segno dall'atleta che gli è stato associato. Il cartellino va organizzato per rendere più rapida possibile l'annotazione dei punteggi.

Se dopo aver annotato un yuko, l'atelta non si riprende subito oppure l'arbitro centrale interviene, il giudice d'angolo cambia lo yuko in un wazaari.

11.2.2 Arbitro centrale

In caso di dubbi l'arbitro centrale può richiedere la consultazione dei giudici d'angolo tramite il comando: "fukushin shugo". Questo comando può essere utilizzato anche per valutare l'assegnazione di penalità ed è quindi valido anche per la sezione "Segnalazione e assegnazione di sanzioni".

L'arbitro centrale assegna richiami e penalità come descritto nella sezione: "Segnalazione e assegnazione di sanzioni".

Allo scadere del tempo l'arbitro centrale comanda agli atleti lo stop del combattimento con il comando "yame" e fa loro segno di riposizionarsi ai punti di partenza. Gli arbitri al tavolo di giuria procedono con il conteggio dei punti e lo comunicano all'arbitro centrale, il quale usando la formula "*colore atleta + nogach*" indica l'atleta vincitore e poi alza il braccio teso in diagonale alta per assegnare la vittoria.

In caso di pareggio l'arbitro centrale esprime la sua preferenza portando la mano sul petto a indicare se stesso per poi alzare il braccio dal lato dell'atleta e nominare il colore che gli corrisponde. L'arbitro centrale prosegue poi con la proclamazione della vittoria.

In caso di parità assoluta anche in termini di iniziativa dimostrata dagli atleti, l'arbitro centrale richiede la pesata e proclama vincitore l'atleta più leggero.

11.3 Segnalazione e assegnazione di sanzioni

Uscita dell'atleta dal tatami:

1. Il giudice d'angolo suona il fischietto in modo intermettente e indica a terra con il braccio con il polsino o la bandierina del colore corrispondente all'atleta che ha commesso il fallo
2. L'arbitro centrale ferma l'incontro con il comando: "yame"
3. L'arbitro centrale fa riposizionare gli atleti al punto di partenza
4. L'arbitro centrale indica con l'indice l'atleta che è uscito dal tatami e dichiara la sanzione con la formula "*colore atleta + jogai + n°*". Alla quarta uscita si procede con l'assegnazione della squalifica con la formula "*colore atleta + jogai + shi + shikkaku*".
5. L'arbitro centrale comanda agli atleti di mettersi in guardia e fa ripartire il combattimento

Alla quarta uscita dal tatami, l'atleta è considerato non in grado di fronteggiare l'avversario e l'arbitro centrale procede proclamando il vincitore.

Sanzioni:

1. Il giudice d'angolo alza il braccio con il polsino o la bandierina corrispondente al colore e suona il fischietto in modo intermittente
2. L'arbitro centrale ferma l'incontro con il comando "yame"
3. L'arbitro centrale fa riposizionare gli atleti al punto di partenza
4. L'arbitro centrale indica con l'indice che ha commesso l'azione scorretta e dichiara la sanzione con la formula "*colore atleta + motivo + chui*", o "*colore atleta + motivo + keikoku*", o "*colore atleta + jogai + shikkaku*", a seconda della gravità dell'azione

5. L’arbitro centrale comanda agli atleti di mettersi in guardia e fa ripartire il combattimento

Il richiamo “chui” è da considerarsi come richiamo formale per una scorrettezza di lieve entità e non comporta penalità. Il richiamo “keikoku” denota il ripetersi di azione scorrette dopo “chui” o azioni più gravi, il secondo “keikoku“ comporta “shikkaku” (squalifica).

Se l’azione scorretta commessa dall’atleta è di una certa rilevanza, l’arbitro centrale può decidere di non procedere con l’assegnazione di “keikoku” o “shikkaku” (vedi tabelle nella sezione “comportamenti scorretti che comportano sanzioni).

Gli arbitri al tavolo di giuria prendono nota della penalità assegnata all’atleta.

12. Articoli federali

12.1 Etichetta per atleti, coach e arbitri

Si rimanda al “Regolamento di gara karate sportivo” FIK, CAPITOLO 1, per quanto concerne i seguenti argomenti:

- ART. 4: uniformi ufficiali di gara (ufficiali di gara, atleti, coach)
- ART. 5.11 – 5.17: unghie, oggetti metallici, capelli e bendaggi
- ART. 8: reclamo ufficiale, procedure di reclamo ufficiale
- ART. 10: altro

12.2 Regolamento arbitrale

Si rimanda al “Regolamento di gara karate sportivo” FIK, CAPITOLO 2, per quanto concerne i seguenti argomenti:

- ART. 1: norme generali
- ART. 4: responsabilità e doveri degli ufficiali di gara
- ART. 5: responsabilità e doveri del responsabile di area (capo tatami)
- ART. 6: responsabilità e doveri dell’arbitro centrale (sushin)
- ART. 7: responsabilità e doveri del giudice d’angolo (fukushin)
- ART. 8: responsabilità e doveri del tavolo di giuria (presidente di giuria, cronometrista, annunciatore)