



F.I.A.M.
(Federazione Italiana Arti Marziali)

Regolamento di gara di Kumite

(Shobu Sanbon, Nihon, Ippon)

Rev. 07 – Gennaio 2008

INDICE

PARTE PRIMA - Norme di carattere generale

- Art. 1 – AREA DI GARA
- Art. 2 – DIVISA UFFICIALE
- Art. 3 – ORGANIZZAZIONE DELLE GARE
- Art. 4 – COLLEGIO ARBITRALE
- Art. 5 – DURATA DELL'INCONTRO
- Art. 6 – ATTACCHI VALIDI
- Art. 7 – PROTESTE UFFICIALI
- Art. 8 – POTERI E DOVERI DEGLI UFFICIALI DI GARA

PARTE SECONDA - Kumite Shobu Sanbon

- Art. 9 – COLLEGIO ARBITRALE
- Art. 10 – PROTEZIONI OBBLIGATORIE
- Art. 11 – DURATA DELL'INCONTRO
- Art. 12 – PUNTEGGIO
- Art. 13 – CRITERI DECISIONALI
- Art. 14 – COMPORTAMENTI PROIBITI
- Art. 15 – PENALITA'
- Art. 16 – LESIONI E INFORTUNI DURANTE LA GARA
- Art. 17 – INIZIO, SOSPENSIONE E FINE DI UN INCONTRO

PARTE TERZA - Kumite Shobu Nihon

- Art. 18 – PROTEZIONI E ACCESSORI OBBLIGATORI
- Art. 19 – DURATA DELL'INCONTRO
- Art. 20 – PUNTEGGIO
- Art. 21 – MODALITA' DI GESTIONE DELL' INCONTRO
- Art. 22 – CRITERI DECISIONALI
- Art. 23 – NOTA DI RIMANDO

PARTE QUARTA - Kumite Shobu Ippon

Art. 24 – PROTEZIONI E ACCESSORI

Art. 25 – COLLEGIO ARBITRALE

Art. 26 – DURATA DELL'INCONTRO

Art. 27 – PUNTEGGIO

Art. 28 - DECISIONI

Art. 29 - ORGANIZZAZIONE DELLE GARE

Art. 30 - INIZIO, SOSPENSIONI E FINE DEL COMBATTIMENTO

Art. 31 - ESTENSIONI DELL'INCONTRO

Art. 32 - VITTORIE E SCONFITTE

Art. 33 - ATTACCHI VALIDI

Art. 34 - TECNICHE VALIDE PER DETERMINARE UN IPPON O UN WAZAARI

Art. 35 - DECISIONE PER HANTEI

Art. 36 - AZIONI PROIBITE

Art. 37 - PENALITÀ, FERITE E INCIDENTI

Art. 38 - NOTA DI RIMANDO

Art. 39 – MODIFICHE

APPENDICE 1 – TABELLA GIUDIZI

APPENDICE 2 – AREA DI GARA

APPENDICE 3 – GESTI E SEGNALI DELL'ARBITRO E DEI GIUDICI

PARTE PRIMA

Norme di carattere generale

Art. 1 – AREA DI GARA

- 1.1 Il tappeto, con superficie piana, costituito da materassine di gomma del tipo approvato dalla Federazione, con incastri a coda di rondine, ha forma quadrata con lati che misurano almeno metri 10. L'area di gara vera e propria, delimitata da materassine di colore diverso, misura, al suo esterno, metri 8 x 8.
- 1.2 La posizione dell'Arbitro è indicata da una linea, lunga mezzo metro, tracciata a metri 2 dal centro dell'area di gara.
- 1.3 La posizione degli Atleti è indicata da due linee parallele, lunghe un metro, perpendicolari rispetto a quella arbitrale, tracciate, ognuna, a metri 1,5 dal centro dell'area di gara.
- 1.4 Al tavolo ufficiale siedono due Presidenti di Giuria: il Verbalizzatore / Segnapunti e il Cronometrista.

Note esplicative

I Giudici devono tenere la bandierina rossa nella mano destra, quella bianca nella sinistra.

Art. 2 – DIVISA UFFICIALE

- 2.1 Arbitri, Giudici e Presidenti di Giuria devono indossare, in tutte le competizioni, la divisa ufficiale costituita da:
 - a) Giacca blu ad un petto, con distintivo FIAM in panno sul taschino alto a sinistra.
 - b) Camicia bianca.
 - c) Cravatta ufficiale.
 - d) Pantaloni color grigio scuro.
 - e) Calzini lunghi di color blu.
 - f) Scarpe nere.

Su invito dei rispettivi Responsabili, gli Ufficiali di gara possono togliersi la giacca.

- 2.2. Gli atleti devono indossare un Karategi, del tipo approvato dalla Federazione, e applicheranno sulla parte alta della manica sinistra il distintivo FIAM. Oltre alle etichette originali del fabbricante potranno esporre sulla parte anteriore della giacca, in alto a sinistra, il distintivo sociale o, in occasione di competizioni internazionali, gli emblemi o bandiere nazionali del rispettivo paese, delle dimensioni massime di cm. 12 x 8.
Sono previsti, applicati sull'angolo inferiore a sinistra, i distintivi di Campione Provinciale o Regionale o Italiano (solo per i campioni in carica). Sulla parte posteriore della giacca può essere apposto un numero di identificazione emesso dall'Organizzatore della gara o marchi di sponsor delle dimensioni massime di cm 30 x 30.

- 2.3 I concorrenti devono dotarsi obbligatoriamente di una cintura di colore rosso (**AKA**), da indossare quando sono chiamati per primi e una di colore bianco (**SHIRO**), da indossare quando sono chiamati per secondi; non devono indossare la cintura che indica il grado.
- 2.4 Le maniche della giacca ed i pantaloni non possono essere arrotolati.
- 2.5 Le Concorrenti femminili possono indossare una T-shirt bianca sotto la giacca.
- 2.6 Gli atleti devono presentarsi sull'area di gara:
- In condizioni decorose dal punto di vista dell'igiene personale e dell'abbigliamento.
 - Con le unghie tagliate corte.
 - Senza indossare nastri e altri ornamenti; oggetti, mollette o fermacapelli metallici.
 - Con i capelli non troppo lunghi o convenientemente raccolti.
- I Concorrenti che, nel rispetto della propria religione, intendano indossare indumenti altrimenti non autorizzati devono ottenere, preventivamente, il consenso del Responsabile di Gara degli Arbitri.
- 2.7 E' consentito, sotto la diretta responsabilità degli Atleti interessati, o dei loro Dirigenti Sociali se minorenni, l'uso di apparecchi ortodontici fissi e di lenti a contatto morbide; non è consentito l'uso di occhiali.
- 2.8 Tutti i dispositivi di protezione devono essere omologati dalla Federazione.
- 2.9 L'uso, in seguito a lesioni, di bende, cerotti o supporti, deve essere autorizzato dall'Arbitro, con l'eventuale consulenza del Medico di gara.
- 2.10 Gli Allenatori/Coach devono indossare, per tutta la durata della gara, una tuta e un elemento identificativo ufficiale.

Note esplicative

- I. Agli atleti che si presentano non propriamente abbigliati o privi delle protezioni obbligatorie, è concesso un minuto di tempo per provvedere, dopo di che sono dichiarati perdenti.*

Art. 3 – ORGANIZZAZIONE DELLE GARE

- 3.1 La gara di kumite può svolgersi con incontri a Squadre o Individuali. Gli incontri individuali sono effettuati secondo categorie di peso.
- 3.2 Nessun Concorrente può essere sostituito da un altro nell'ambito di una gara con incontri individuali.
- 3.3 I Concorrenti o le Squadre che non sono presenti al momento della loro chiamata vengono richiamati dopo 30 secondi. Trascorsi altri 30 secondi, se ancora assenti, vengono squalificati (KIKEN) dalla rispettiva categoria.

- 3.4 Le Squadre, Maschili e Femminili, sono composte da 3 concorrenti più una riserva (Categoria Open).
- 3.5 Nelle competizioni con Squadre Maschili e Femminili, ciascuna Società Sportiva può utilizzare un atleta (in prestito), di nazionalità italiana o straniera, ceduto temporaneamente da un'altra Società. Negli incontri a Squadre Seniores possono partecipare anche gli atleti Juniores che abbiano già compiuto il diciottesimo anno d'età il giorno della gara.
- 3.6 I concorrenti sono considerati tutti membri della Squadra, che non ha riserve fisse.
- 3.7 Prima di ogni incontro, l'Allenatore/Coach della Squadra deve comunicare, per iscritto, al tavolo ufficiale, mediante un modulo a tal scopo predisposto, la composizione e l'ordine di combattimento dei membri della Squadra, che non possono essere più cambiati per quel turno, pena la squalifica della squadra.
- 3.8 Prima di ogni incontro vengono schierati soltanto gli Atleti effettivamente impegnati.
- 3.9 Per poter gareggiare, le Squadre, Maschili e Femminili, devono presentare almeno 2 atleti, pena la sconfitta (KIKEN).
- 3.10 La gara di kumite è effettuata, di norma, con turni ad eliminazione diretta con ripescaggio. Nelle competizioni a squadre sono ripescate solo le perdenti dirette con le due finaliste. In quelle individuali si possono adottare sistemi diversi di ripescaggio in funzione del numero di atleti partecipanti e nel rispetto dei tempi di gara.
- 3.11 Nelle competizioni a Squadre o nelle categorie di peso di quelle individuali dove sono presenti 3 (tre) concorrenti, si adotta il sistema detto del "girone all'italiana".

Note esplicative

I. E' responsabilità del coach e/o dell'atleta confermare la propria vittoria al tavolo della giuria, prima di lasciare l'area di gara. Se questo non avviene, nessuna protesta per eventuali errori di trascrizione sarà presa in considerazione.

Art. 4 – COLLEGIO ARBITRALE

- 4.1 Per ogni incontro è costituito il Collegio Arbitrale da: un Arbitro (**SHUSHIN**) e due o quattro Giudici (**FUKUSHIN**).
- 4.2 E' preferibile, quando possibile, che gli Arbitri e i Giudici designati per un incontro non appartengano alle Società Sportive dei concorrenti.
- 4.3 Per il corretto svolgimento degli incontri è necessario designare Presidenti di Giuria: cronometristi, verbalizzatori / segnapunti e annunciatori, in numero sufficiente.
- 4.4 All'inizio di ogni incontro, l'Arbitro si posiziona in piedi all'esterno dell'area di gara, di spalle al tavolo ufficiale. I Giudici prendono posizione, dividendosi, alla sua si-

nistra e alla sua destra.

Note esplicative

- I. *Il Collegio Arbitrale di ogni area di gara effettua la cerimonia iniziale di saluto, con gli atleti ed il pubblico, ad ogni cambio di categoria. La cerimonia finale di saluto è effettuata, al termine degli incontri disputati per ogni categoria, ove sia prevista la premiazione immediata degli atleti.*

Art. 5 – DURATA DELL'INCONTRO

- 5.1 La durata di un incontro di kumite varia a seconda delle specialità (**SHOBU SANBON, NIHON e IPPON**), delle classi di età e delle fasi di gara (eliminatorie o finale).
- 5.2 Il tempo dell'incontro prende il via quando l'Arbitro dà il segnale d'inizio e viene interrotto ogni qualvolta l'Arbitro dà lo "YAME".
- 5.3 Il cronometrista emette i segnali tramite gong o segnalatore acustico per indicare 30" alla fine o il termine dell'incontro.

Note esplicative

- I. *Nel caso in cui un atleta debba combattere nuovamente, immediatamente dopo aver disputato un incontro, ha diritto ad un tempo di recupero pari a quello effettivo previsto per l'incontro. Nelle categorie che si disputano con il sistema del girone all'italiana, il tempo di recupero, per esigenze organizzative, può essere ridotto a un minuto.*

Art. 6 - ATTACCHI VALIDI

- 6.1 Gli attacchi ritenuti efficaci sono limitati alle seguenti parti del corpo:
 - a) Testa
 - b) Viso
 - c) Collo
 - d) Addome
 - e) Petto
 - f) Schiena
 - g) Fianco
- 6.2 L'**IPPON** viene concesso quando una tecnica, precisa e potente, tale da poter essere considerata determinante, viene portata su una parte del corpo valida con le seguenti condizioni:
 - a) buona **forma**: ovvero un attacco che possieda i requisiti abitualmente ritenuti validi nella competizione tradizionale del Karate;
 - b) buona **attitudine**: ovvero la predisposizione dell'atleta riguardo la disciplina praticata;
 - c) **velocità e potenza**: ovvero il grado ottimale di velocità - potenza della

- tecnica stessa;
- d) consapevolezza (**ZANSHIN**): ovvero la concentrazione prima, durante e dopo l'esecuzione;
- e) buon **tempo**: ovvero l'esecuzione della tecnica nel momento di massimo effetto;
- f) **distanza** corretta: ovvero la realizzazione di una tecnica ad una distanza tale da poter ottenere il massimo effetto possibile.

Tecniche portate su avversari che arretrano hanno un effetto ridotto, mentre tecniche portate arretrando sono considerate nulle. In ogni caso la tecnica deve avere la possibilità teorica di "penetrare" nell'obiettivo pur mantenendo un livello ottimale di controllo.

- 6.3 L'**IPPON** può essere concesso anche per tecniche valide, mancanti in parte di uno dei requisiti specificati al punto precedente, ma espresse nelle seguenti condizioni:
- a) tecnica d'incontro, ovvero portata con tempo perfetto nel momento in cui l'avversario attacca;
 - b) tecnica portata nel momento in cui l'avversario è stato sbilanciato;
 - c) combinazione di due o più tecniche valide;
 - d) quando l'avversario ha perso il suo spirito combattivo e volge la schiena girandosi;
 - e) tecniche valide portate su parti completamente indifese dell'avversario;
 - f) proiezione conclusa con una tecnica valida di pugno o di gamba.
- 6.4 Il **WAZAARI** sarà concesso per una tecnica valida mancante in parte di uno dei requisiti elencati nel paragrafo 6.2, che non ricada nella casistica riportata nel paragrafo 6.3. Quando un contendente ottiene **2 Wazaari** nel corso di un combattimento, gli stessi sono considerati pari ad **1 Ippon**.
- 6.5 Una tecnica efficace effettuata contemporaneamente al segnale acustico di fine incontro, viene considerata valida. Se effettuata, invece, dopo un ordine di sospensione o di stop dell'incontro, oltre a non essere ritenuta valida può determinare sanzioni nei confronti dell'atleta che l'ha eseguita.
- 6.6 Nessuna tecnica, anche se efficace, determina l'assegnazione di un punto se eseguita con i due Atleti fuori dell'area di gara. Tuttavia, se l'Atleta che la esegue è ancora all'interno dell'area e l'Arbitro non dà ancora lo "YAME", viene ritenuta valida.
- 6.7 Tecniche valide simultanee, eseguite da entrambi i Concorrenti, l'uno contro l'altro, non determinano l'assegnazione del punto (AIUCHI).

Note esplicative

- I. La tecnica deve essere adeguatamente controllata, in relazione alla parte presa a bersaglio, ed eseguita nel rispetto di tutti i sei criteri definiti nel paragrafo 6.2.
- II. Proiezioni pericolose, quelle in cui l'avversario non viene trattenuto, o quelle in cui il fulcro è sopra il livello dei fianchi, sono proibite e sanzionate con un richiamo o una

penalità. Fanno eccezione le tecniche convenzionali di spazzata del Karate, in cui non è necessario afferrare l'avversario durante l'esecuzione, come il De Ashi Barai, il Ko Uchi gari, ecc. Dopo una proiezione, l'Arbitro lascia all'Atleta un tempo ragionevole, di 2-3 secondi, per tentare di mettere a segno una tecnica valida.

III. Gli AIUCHI sono rari. Non solo devono essere messe a segno due tecniche simultaneamente, ma entrambe devono portare all'assegnazione di due punti, ognuna con i criteri necessari per l'assegnazione del punto. E' quindi possibile che due tecniche siano messe a segno simultaneamente, ma raramente saranno entrambe efficaci.

IV. Una tecnica che giunge sulla scapola può portare all'assegnazione di un punto.

Art. 7 – PROTESTE UFFICIALI

- 7.1 Non è consentito protestare contro il giudizio espresso dal Collegio Arbitrale.
- 7.2 Se si ritiene che una procedura arbitrale abbia violato il Regolamento, il Dirigente Sociale responsabile o l'Insegnante Tecnico/Coach sono gli unici a poter esprimere una protesta.
- 7.3 La protesta deve assumere la forma di un rapporto scritto, da presentare immediatamente al termine dell'incontro durante il quale la protesta è maturata. (L'unica eccezione si ha quando la protesta è relativa ad una questione amministrativa).
- 7.4 Il reclamo firmato va presentato al Presidente di Giuria, unitamente alla prescritta tassa di € 50 che sarà restituita solo in caso di accoglimento della protesta. I reclami possono riguardare unicamente errori materiali o di applicazione del Regolamento o posizioni irregolari di Società Sportive o Atleti. Non sono ammessi reclami per presunti errori di valutazione tecnica. Su di essi delibera, seduta stante, il Presidente di Giuria, sentito il proprio Responsabile, il Responsabile Arbitri, e in collaborazione con il rappresentante della FIAM (Membro del Consiglio o Delegato Provinciale).

Art. 8 – POTERI E DOVERI DEGLI UFFICIALI DI GARA

8.1 RESPONSABILE DI GARA DEGLI ARBITRI

I poteri e i doveri del Responsabile degli Arbitri sono i seguenti:

- a) Designare e schierare un Responsabile di Area per ogni quadrato di gara, e prendere le misure necessarie in seguito a quanto segnalato dagli stessi.
- b) Controllare e coordinare l'operato generale degli Arbitri e dei Giudici.
- c) Nominare le riserve degli Arbitri e dei Giudici, nel caso fossero necessarie.
- d) Procedere al giudizio finale, su questioni di natura tecnica che dovessero insorgere durante un incontro e che per le quali non ci siano indicazioni nel Regolamento.

8.2 RESPONSABILE DI AREA DEGLI ARBITRI

I poteri e i doveri del Responsabile di Area sono i seguenti:

- a) Delegare, designare e controllare Arbitri e Giudici, per tutti gli incontri che si svolgono nell'area a lui assegnata.
- b) Sorvegliare l'operato di Arbitri e Giudici nella sua area, e accertare che siano in grado di eseguire tutti i compiti loro assegnati.
- c) Ordinare all'Arbitro di fermare l'incontro in caso di violazione del Regolamento di Gara.
- d) Redigere un rapporto scritto sull'operato di ciascun Arbitro e Giudice, comprensivo di raccomandazioni e consigli, da presentare al Responsabile degli Arbitri.

8.3 ARBITRO

I poteri dell'Arbitro (**SHUSHIN**) sono i seguenti:

- a) Condurre l'incontro, annunciandone l'inizio, la sospensione e la fine.
- b) Assegnare i punti.
- c) Spiegare, se necessario, al Responsabile di Area o al Responsabile degli Arbitri le motivazioni che lo hanno indotto a dare un determinato giudizio.
- d) Imporre penalità e richiami, prima, durante o dopo un incontro.
- e) Ottenere e considerare le opinioni dei Giudici.
- f) Annunciare le estensioni del combattimento.
- g) Condurre la votazione del Collegio Arbitrale (HANTEI) ed annunciare il risultato.
- h) Annunciare il vincitore.
- i) Esercitare la propria autorità non solo nell'area di gara ma anche nella sua prossimità.
- j) Dare tutti i comandi ed effettuare tutti gli annunci.

8.4 GIUDICE

I poteri del Giudice (**FUKUSHIN**) sono i seguenti:

- a) Coadiuvare l'Arbitro segnalando con le bandierine.
- b) Esercitare il diritto di voto sulle decisioni da prendere.

Osserva attentamente le azioni degli Atleti e segnala all'Arbitro la sua opinione, quando:

- c) Viene messo a segno un punto.
- d) Un Atleta ha commesso un'azione o delle tecniche proibite.
- e) Vede che un Atleta è ferito o sta male.
- f) Quando entrambi o uno degli Atleti è uscito dall'area di gara (JOGAI).
- g) Sia, in ogni caso, necessario richiamare l'attenzione dell'arbitro.

8.5 RESPONSABILE DI GARA DEI PRESIDENTI DI GIURIA

I poteri e i doveri del Responsabile dei Presidenti di Giuria sono i seguenti:

- a) Garantire la corretta preparazione di ogni competizione consultandosi con il Comitato Organizzatore in merito all'allestimento delle aree di gara, alla predisposizione e messa a disposizione di tutte le attrezzature necessarie, alle operazioni di gara, al sorteggio, al controllo del peso, alle misure di sicurezza, ecc.
- b) Designare i Presidenti di Giuria per ogni area di gara, e prendere le misure necessarie in seguito a quanto segnalato dagli stessi.
- c) Controllare e coordinare l'operato generale dei Presidenti di Giuria.
- d) Nominare le riserve dei Presidenti di Giuria, nel caso fossero necessarie.

8.6 PRESIDENTE DI GIURIA

I poteri e i doveri del Presidente di Giuria sono i seguenti:

- a) Svolgere le funzioni di Verbalizzatore / Segnapunti e di Cronometrista.
- b) Trascrivere i nominativi degli atleti che hanno passato il turno.
- c) Svolgere tutto il lavoro amministrativo necessario al corretto svolgimento degli incontri.
- d) Coordinare le operazioni di premiazione.
- e) Collaborare con Arbitri e Giudici operanti nell'Area di Gara di sua competenza.

PARTE SECONDA

Kumite Shobu Sanbon

Art. 9 – COLLEGIO ARBITRALE

- 9.1 Il Collegio Arbitrale è costituito da un Arbitro (**SHUSHIN**) e due Giudici (**FUKUSHIN**).
- 9.2 I due Giudici sono in piedi appena fuori l'area di gara, dietro ad ognuno degli atleti, a circa metà lato del quadrato di gara. Ognuno dei due Giudici ha in dotazione una bandierina rossa ed una bianca ed è libero di muoversi intorno al quadrato di gara (limitatamente al proprio lato presidiato e alla metà di competenza di quello di fronte alla posizione iniziale dell'Arbitro).
- 9.3 Arbitro e Giudici devono portare ai piedi scarpette nere morbide senza tacco.

Art. 10 – PROTEZIONI OBBLIGATORIE

- 10.1 Protezioni obbligatorie da indossare sono:
- a) Guantini e paratibia con protezione del collo-piede, di colore bianco.
 - b) Paradenti, conchiglia per i maschi e paraseno per le femmine.
 - c) Per gli atleti delle classi Esordienti, sia maschi che femmine, un corpetto di colore bianco, del tipo omologato dalla Federazione, da indossare sotto la giacca del karategi. In assenza di omologazione, sull'adeguatezza dei corpetti decide il Responsabile di Gara degli Arbitri.

Art. 11 – DURATA DELL'INCONTRO

- 11.1 La durata di un incontro di kumite, nella specialità dello Shobu Sanbon, sia a Squadre che Individuale, per le Classi Maschili e Femminili Seniores, Juniores e Cadetti/e è di 2 minuti effettivi, mentre per le classi Esordienti è di 1 minuto e 30 secondi effettivi. Nelle finali, limitatamente alle classi Seniores e Juniores, Maschili e Femminili, e compatibilmente con il rispetto dei tempi di gara, la durata dell'incontro può essere di 3 minuti effettivi.

Art. 12 – PUNTEGGIO

- 12.1 "Shobu Sanbon": combattimento a 3 punti. E' un combattimento nel quale si impone l'atleta che ottiene 3 Ippon (o 6 Wazaari) prima del tempo limite.
- 12.2 Può inoltre imporsi, prima del tempo limite, l'atleta che abbia portato una tecnica valida ai fini del punteggio dopo aver lecitamente proiettato o spazzato e fatto cadere l'avversario a terra. Tale eventualità si realizza solo in caso di giudizio unanime dell'Arbitro e dei due Giudici; in caso contrario è concesso soltanto l'IPPON.
- 12.3 Relativamente alle proiezioni di cui all'art. 6, lettera f), vale quanto riportato nel

precedente paragrafo 12.2.

Art. 13 – CRITERI DECISIONALI

- 13.1 Vince l'incontro l'Atleta che riporta 3 IPPON (SANBON), o si trova in vantaggio al termine dell'incontro. L'esito dell'incontro può essere deciso da votazione (**HANTEI**), o determinato dalla comminazione ad uno degli Atleti di un **HANSOKU**, **SHIKKAKU** o **KIKEN**.

Note esplicative

- l. Nel caso un competitore abbia riportato un wazaari e un chui più del suo avversario, l'arbitro deve chiedere l'hantei, e potranno essere assegnate o la vittoria (**kachi**) all'atleta con il wazaari e il chui, o la parità (**hikiwake**).*
- 13.2 In caso di parità, negli incontri Individuali è concesso un prolungamento (**ENCHOSEN**) di 1 minuto, nel quale le penalità ed i richiami emessi precedentemente rimangono validi. E' dichiarato vincitore il primo Concorrente che ottiene il punto. Se anche l'ENCHOSEN termina in parità, la decisione viene presa con un voto finale dell'Arbitro e dei Giudici (**HANTEI**). E' necessario in ogni caso giungere ad una decisione in favore di uno dei due Concorrenti, sulla base dei seguenti elementi:
- a) il comportamento, lo spirito combattivo e la tenacia dimostrati;
 - b) la superiorità delle tattiche e tecniche dimostrate;
 - c) il maggior numero di attacchi portati.
- 13.3 In caso di parità, negli incontri a Squadre non è previsto alcun prolungamento (**ENCHOSEN**), fatta eccezione per quanto previsto nel successivo paragrafo 13.4.
- 13.4 Vince la Squadra che si è imposta nel maggior numero di incontri. In caso di vittorie pari, considerati sia gli incontri persi che quelli vinti, e valutando, nell'ordine, gli elementi di seguito riportati, vince la squadra che:
- a) ha totalizzato il maggior numero di punti;
 - b) ha subito il minor numero di punti.
- 13.5 Se persiste ancora lo stato di parità viene disputato un incontro supplementare di spareggio. I nominativi dei due contendenti sono comunicati per iscritto, dai rispettivi coaches, al tavolo ufficiale. Se anche questo termina in parità viene accordato un prolungamento (**ENCHOSEN**) di 1 minuto e viene dichiarato vincitore il primo concorrente che ottiene il punto. Se non viene messo a segno alcun punto, la decisione sarà presa ai voti dall'Arbitro e dai Giudici (**HANTEI**).
- 13.6 Negli incontri a Squadre Maschili e Femminili, la squadra vincitrice viene proclamata al termine di tutti gli incontri che vanno disputati tutti, anche a risultato acquisito.
- 13.7 Per la categoria Esordienti non è previsto il prolungamento del tempo (**ENCHOSEN**). Se al termine del tempo regolamentare (1 minuto e 30 secondi

effettivi) gli atleti si trovano ancora in parità, il Collegio Arbitrale decide ai voti (HANTEI).

Note esplicative

- I. *Quando l'esito di un incontro si decide ai voti (HANTEI), al termine di un ENCHOSEN senza risultato, l'Arbitro richiede l' "HANTEI"; il comando sarà seguito da un duplice segnale con il fischietto (suono lungo-normale + suono breve-forte). L'Arbitro e i Giudici esprimono la loro decisione (che non può essere di parità), contemporaneamente. L'Arbitro, ordina poi di abbassare le bandierine, emettendo un breve segnale con il fischietto, e proclama il vincitore.*

Art. 14 – COMPORAMENTI PROIBITI

14.1 Sono considerati proibiti i seguenti comportamenti:

- a) Portare tecniche con un contatto eccessivo tale da causare un danno, o che abbiano un contatto con la gola.
- b) Sferrare attacchi alle braccia o alle gambe, all'inguine, alle articolazioni, o al collo del piede.
- c) Portare attacchi al viso con tecniche eseguite a mano aperta.
- d) Eseguire tecniche di proiezione pericolose o vietate.
- e) Fingere di aver subito un contatto, o esagerarne la gravità.
- f) Uscire ripetutamente dall'area di gara (JOGAI)
- g) Esporsi, con comportamenti rischiosi per sé stessi o caratterizzati da inadeguate misure protettive, ad un attacco incontrollabile da parte dell'avversario (MUBOBI).
- h) Evitare sistematicamente il combattimento con l'evidente intento di guadagnare tempo.
- i) Trattenerne, lottare, spingere o bloccare, senza tentare di concludere con una proiezione o un'altra tecnica.
- j) Eseguire tecniche che per loro natura non possono essere controllate e sono pericolose per l'avversario.
- k) Portare attacchi con la testa, le ginocchia o i gomiti.
- l) Parlare, rivolgere parole o gesti nei riguardi dell'avversario, non attenersi agli ordini dell'Arbitro, tenere atteggiamenti irrispettosi nei confronti dei Giudici e violare, in un modo qualsiasi le norme di correttezza e sportività.

14.2 Il Coach, prima, durante e dopo il combattimento deve restare al posto assegnato senza disturbare lo svolgimento della gara. Nel caso questo accada, l'Arbitro deve ammonirlo o penalizzarlo a seconda della gravità dell'infrazione. La penalità deve essere riportata sul tabellone dell'atleta assistito e va eventualmente ad aggiungersi ad altre penalità elencate nel precedente paragrafo 14.1, precedentemente comminate.

Note esplicative

- I. *Per i Seniores, gli Juniores e i Cadetti sono consentiti leggeri e controllati contatti con il viso, la testa e il collo (non la gola). Se un contatto viene valutato troppo forte dal Collegio Arbitrale, ma non tale da diminuire l'opportunità dell'avversario di vincere, può essere imposto un richiamo (ATENAI). Un secondo contatto avvenuto nelle medesime circostanze è punito con CHUI. Un'ulteriore violazione viene punita con la squalifica mediante*

HANSOKU.

- II. *Per gli Esordienti, tutte le tecniche di pugno dirette a testa, viso e collo devono essere assolutamente controllate. Se il quantino tocca anche leggermente il bersaglio, l'Arbitro non assegna il punto.*
- III. *Il concorrente che finge di avere un danno o una lesione che non esistono viola gravemente il Regolamento e deve essere penalizzato con lo SHIKKAKU. Nei casi più eclatanti deve essere deferito al Giudice Sportivo.*
- IV. *Il comportamento scortese o antisportivo o comunque in contrasto con lo spirito e l'etica del karate di un membro qualsiasi di una Delegazione o di una Società Sportiva, può portare alla squalifica dal torneo di un atleta, dell'intera squadra o della Delegazione al completo.*

Art. 15 – PENALITA'

- 15.1 **ATENAI:** richiamo, è comminato alla prima infrazione minore compiuta, senza imposizione di penalità. Alla prima uscita è annunciato soltanto "JOGAI".
- 15.2 **CHUI:** penalità generalmente imposta nel caso di infrazioni per le quali sia già stato comminato un ATENAI, anche se può essere imposta direttamente in caso di infrazioni gravi che non meritano l'Hansoku o alla seconda uscita (JOGAI).
- 15.3 **HANSOKU:** penalità che determina la squalifica dell'Atleta dal combattimento in corso, è imposta direttamente in seguito a grave infrazione o quando è stato già comminato un CHUI o alla terza uscita. Negli incontri a Squadre il punteggio del Concorrente squalificato è azzerato e all'altro sono assegnati 3 IPPON; l'atleta che viene squalificato per due volte, non può più combattere.
- 15.4 **SHIKKAKU:** penalità che determina la squalifica dell'Atleta dalla competizione o dal torneo, è imposta quando il Concorrente (oppure il suo allenatore o accompagnatore ufficiale) non obbedisce agli ordini dell'Arbitro, agisce con malizia, commette un atto che lede il prestigio e lo spirito della competizione. Negli incontri a Squadre, il punteggio del Concorrente squalificato è azzerato e all'altro sono assegnati 3 IPPON.

Note esplicative

- I. *Le sanzioni relative alle uscite (JOGAI) non sono cumulabili a quelle di altro tipo.*
- II. *Lo SHIKKAKU può essere comminato direttamente senza essere necessariamente preceduto da richiami di altro tipo.*
- III. *La decisione relativa allo SHIKKAKU deve essere proposta dal Collegio Arbitrale, sentito il Responsabile di Area che deve comunque ricevere l'autorizzazione dal Responsabile di Gara degli Arbitri.*
- IV. *Ogni penalità può essere imposta direttamente per l'infrazione al Regolamento. Se quella infrazione si ripete, la penalità successiva deve necessariamente determinare una penalità più severa. Non è possibile, ad esempio, imporre un richiamo o una penalità per un contatto eccessivo e poi dare un altro richiamo per un secondo caso di contatto eccessivo.*

Art. 16 – LESIONI E INFORTUNI DURANTE LA GARA

- 16.1 **KIKEN**: la decisione presa dall'arbitro quando un contendente rinuncia ad iniziare o a proseguire un incontro, oppure si ritira per ordine dell'arbitro stesso. Tra i motivi dell'abbandono possono essere incluse lesioni od infortuni non riconducibili ad azioni intraprese dall'avversario.
- 16.2 Se due Atleti si feriscono a vicenda, oppure a causa di ferite riportate in precedenza sono dichiarati dal Medico di gara non in grado di continuare l'incontro, risulta vincitore l'Atleta con il punteggio più alto. Se invece si trovano in una situazione di parità l'esito dell'incontro viene determinato per HANTEI. Negli incontri a Squadre il risultato resta di parità (HIKIWAKE), a meno che si tratti di un prolungamento (ENCHOSEN); in questo caso la decisione viene presa per HANTEI.
- 16.3 Un Atleta ferito, dichiarato dal Medico di Gara non più in grado di combattere, è escluso dall'intera competizione.
- 16.4 Un Atleta ferito che vinca un incontro grazie alla squalifica dell'avversario, potrà combattere ancora solo se autorizzato dal Medico di gara. Potrà vincere, se ulteriormente ferito, un secondo incontro per squalifica dell'avversario, ma sarà definitivamente escluso dalla gara di kumite.
- 16.5 Quando un Atleta viene ferito, l'Arbitro interrompe immediatamente l'incontro e chiede l'intervento del Medico di gara che ha il compito di fare la diagnosi e prestare le cure del caso.
- 16.6 Ad un atleta che si infortuni durante un incontro, e che necessiti dell'intervento medico, vengono concessi tre minuti per le cure del caso. Qualora il tempo concesso risultasse insufficiente, l'Arbitro decide se l'atleta debba essere considerato non in grado di continuare (paragrafo 16.3), o se deve essere concesso altro tempo per ultimare le cure.
- 16.7 Ogni Atleta che cade, è atterrato o messo al tappeto, e non si rialza entro **dieci secondi**, è considerato non in grado di continuare a combattere ed è pertanto definitivamente escluso dalle gare di kumite della competizione. Se un Atleta cade, viene atterrato o messo al tappeto e non si rialza immediatamente, l'Arbitro segnala al Cronometrista, con il gesto previsto, di dare inizio al conteggio del tempo e chiede l'intervento del Medico. Il cronometrista ferma il conteggio del tempo quando l'Arbitro solleva il braccio

Note esplicative

- I. Nell'applicazione della "Regola dei 10 secondi" il tempo è tenuto al tavolo ufficiale. Dopo sette secondi viene dato un segnale di avvertimento, dopo dieci secondi viene dato il segnale finale.*

Art. 17 – INIZIO, SOSPENSIONE E FINE DI UN INCONTRO

- 17.1 Le espressioni e i gesti cui Arbitri e Giudici devono ricorrere nello svolgimento di un incontro sono specificate nella **Appendice 3**.
- 17.2 L'Arbitro e i Giudici prendono posizione secondo quanto prescritto. Dopo il saluto tra gli Atleti l'Arbitro pronuncia "**SHOBU SANBON HAJIME**" per dare inizio all'incontro.
- 17.3 Per fermare l'incontro l'Arbitro pronuncia "**YAME**". Se necessario, l'Arbitro ordina agli Atleti "**MOTO NO ICHI**" per far riassumere loro le posizioni iniziali.
- 17.4 L'Arbitro torna alla sua posizione e i Giudici esprimono la loro opinione attraverso le bandierine. In caso di punteggio assegnato ad uno degli Atleti, l'Arbitro identifica l'Atleta (**AKA** o **SHIRO**), la parte del corpo attaccata (**CHUDAN** o **JODAN**), la tecnica eseguita (**TSUKI**, **UCHI**, **GERI**), e quindi assegna il relativo punto utilizzando il gesto previsto. L'Arbitro dispone la ripresa dell'incontro pronunciando "**TSUZUKETE HAJIME**".
- 17.5 Quando, nel corso dell'incontro, uno degli Atleti raggiunge i 3 IPPON, l'Arbitro dà lo "**YAME**" e ordina agli Atleti di tornare alle loro posizioni iniziali, mentre lui torna alla sua. Per dichiarare il vincitore solleva la mano dalla sua parte, dichiarando "**AKA (SHIRO) NO KACHI**". A questo punto l'incontro termina.
- 17.6 Può inoltre imporsi prima del tempo limite, come già specificato all'Art. 12, paragrafo 2, l'atleta che abbia portato una tecnica valida ai fini del punteggio dopo aver lecitamente proiettato o spazzato e fatto cadere l'avversario a terra. L'Arbitro dà lo "**YAME**" e ordina agli Atleti di tornare alle loro posizioni iniziali, mentre lui torna alla sua. L'Arbitro solleva il braccio completamente verso l'alto e pronuncia "**AKA/SHIRO SANBON**", poi dichiara il vincitore.
- 17.7 Alla scadenza del tempo, comunque, viene dichiarato vincitore l'Atleta con il maggior numero di punti, con le modalità descritte nel precedente paragrafo 17.5.
- 17.8 Se allo scadere del tempo, il punteggio rimane in parità, o non sono stati aggiudicati punti, l'Arbitro chiama lo "**YAME**" e torna alla sua posizione. Quindi annuncia la situazione di parità "**HIKIWAKE**" e, se necessario, dà inizio all'**ENCHOSEN**.
- 17.9 All'**HANTEI**, i componenti il Collegio Arbitrale esprimono un voto ciascuno (non è ammesso il giudizio di parità).
- 17.10 L'Arbitro dà lo "**YAME**", e sospende temporaneamente l'incontro, quando:
- Uno o entrambi gli Atleti finiscono fuori dell'area di gara.
 - Ordina a un atleta di rispettare le norme riguardanti l'abbigliamento o i dispositivi di protezione.
 - Un Atleta non rispetta le regole.
 - Ritiene che uno o entrambi gli Atleti non possono proseguire l'incontro a causa di ferite, malori, o altre cause. Ascoltato il parere del Medico, decide se riprendere o no l'incontro.
 - Un Atleta afferra l'Avversario e non esegue immediatamente una tecnica o una proiezione entro i due o tre secondi successivi.

- f) Uno o entrambi gli Atleti finiscono a terra e nessuna tecnica viene eseguita entro i due o tre secondi successivi.
- g) Gli Atleti finiti a terra cominciano a lottare.
- h) Ritiene di controllare il punteggio.
- i) I due Giudici danno lo stesso segnale o assegnano il punteggio a favore dello stesso Atleta.
- j) Riceve l'indicazione dal Responsabile di Area.

PARTE TERZA

Kumite Shobu Nihon

Art. 18 – PROTEZIONI E ACCESSORI OBBLIGATORI

- 18.1 I concorrenti appartenenti alle classi Ragazzi e Speranze (Preagonisti), devono indossare obbligatoriamente le seguenti protezioni:
- a) Guantini, paratibie e protezioni collo-piede.
 - b) Corpetto di colore bianco, da indossare sopra la giacca del karategi.
 - c) Caschetto bianco con visiera/griglia protettiva.
 - d) Conchiglia per i maschi.
- 18.2 I concorrenti appartenenti alle classi Master e Veterani (Agonisti) devono indossare le protezioni previste nel precedente art. 10 (PARTE SECONDA, kumite Shobu Sanbon).
- 18.3 Tutte le protezioni devono essere del tipo omologato dalla Federazione. In assenza di omologazione, sulla loro adeguatezza decide il Responsabile di Gara degli Arbitri.

Art. 19 – DURATA DELL'INCONTRO

- 19.1 La durata di un incontro di kumite, nella specialità dello Shobu Nihon, per le Classi Maschili e Femminili Master e Veterani/e è di 1 minuto e 30 secondi effettivi.
- 19.2 Per le classi dei Ragazzi e Speranze la durata è di 1 minuto effettivo.
- 19.3 Per tutte le classi (Ragazzi, Speranze, Master e Veterani) non è previsto il prolungamento del tempo (ENCHOSEN). Se al termine del tempo regolamentare i concorrenti si trovano ancora in parità, il Collegio Arbitrale decide ai voti (HANTEI).

Art. 20 - PUNTEGGIO

- 20.1 “Shobu Nihon”: combattimento a due punti. E' un combattimento nel quale si impone il concorrente che ottiene 2 Ippon (o 4 Wazaari) prima del tempo limite.

Art. 21 – MODALITA' DI GESTIONE DELL' INCONTRO

- 21.1 L'Arbitro e i Giudici prendono posizione secondo quanto prescritto. Dopo il saluto tra i concorrenti, l'Arbitro pronuncia “**SHOBU NIHON HAJIME**” per dare inizio all'incontro.

21.2 Le espressioni e i gesti cui Arbitri e Giudici devono ricorrere nello svolgimento di un incontro sono quelli riportati nel Kumite Shobu Sanbon.

Art .22 - CRITERI DECISIONALI

22.1 Si adottano criteri di valutazione e di giudizio specifici, dettati da esigenze di salvaguardia dell'incolumità dei concorrenti.

22.2 Sono consentite le tecniche di pugno e di calcio previste nello Shobu Sanbon, con le seguenti limitazioni:

- a) A livello **Jodan**, senza alcun contatto.
- b) A livello **Chudan**, con massimo controllo.

22.3 E' invece vietato, ai concorrenti delle classi Ragazzi e Speranze, eseguire tecniche di proiezione.

Note esplicative

- I. In caso di contatto, anche lieve, al viso (o sul caschetto), il punto non potrà essere in alcun modo assegnato. Al primo contatto l'arbitro si limiterà ad annullare il colpo (se lo giudicherà valido) e richiederà verbalmente il concorrente ad un maggior controllo. Dal secondo contatto in poi si atterrà alla progressione prevista per le sanzioni nello Shobu Sanbon (Atenai, Chui, Hansoku).*

Art. 23 - NOTA DI RIMANDO

23.1 Si rimanda al regolamento di Kumite Shobu Sanbon (PARTE SECONDA) per tutto quanto non espressamente descritto in questa PARTE TERZA.

PARTE QUARTA

Kumite Shobu Ippon

Art. 24 – PROTEZIONI E ACCESSORI

- 24.1 Sono obbligatorie le seguenti protezioni:
- a) la conchiglia per i maschi;
 - b) il paraseno per le femmine;
- 24.2 Il paradenti è ammesso
- 24.3 Possono essere eventualmente utilizzati appositi guantini solo se messi a disposizione dalla Federazione.

Art. 25 – COLLEGIO ARBITRALE

- 25.1 Il Collegio Arbitrale è costituito da un Arbitro (**SHUSHIN**) e quattro Giudici (**FUKUSHIN**).
- 25.2 Arbitri e giudici sono a piedi nudi.

Art. 26 – DURATA DELL'INCONTRO

- 26.1 La durata di un incontro di kumite, nella specialità dello Shobu Ippon, per le Classi Maschili e Femminili Seniores e Juniores è di 2 minuti effettivi. Nelle finali, compatibilmente con il rispetto dei tempi di gara, la durata dell'incontro può essere di 3 minuti effettivi.

Art. 27 – PUNTEGGIO

- 27.1 "Shobu Ippon": combattimento a un punto. E' un combattimento nel quale si impone l'atleta che ottiene **1 IPPON** (o **2 WAZAARI**) prima del tempo limite.

Art. 28 - DECISIONI

- 28.1 Quando l'Arbitro riceve una segnalazione da due Giudici d'angolo, deve in ogni caso interpellarli. Ad eccezione dei casi nei quali l'opinione dell'Arbitro non sia sostenuta dal giudizio favorevole degli altri due Giudici, ogni decisione va sempre presa a maggioranza.
- 28.2 Se a fine tempo non si è raggiunto l'Ippon, obbligatoriamente, si deve chiedere l'Hantei. (l'Arbitro dopo il **SOREMADE** si avvicina al tavolo e chiede punteggio, penalità e uscite, e li comunica ai giudici. La decisione della vittoria per uno dei due atleti o il pareggio viene presa a maggioranza).

Note esplicative

- l. I segnali dati con il fischietto dall' arbitro sono i seguenti: suono lungo normale + suono breve forte, per chiedere l'"HANTEI"; suono breve forte per far abbassare le bandierine.*

Art. 29 - ORGANIZZAZIONE DELLE GARE

- 29.1 La gara di kumite può svolgersi con incontri a Squadre o Individuali.
- 29.2 Gli incontri individuali, maschili e femminili, sono OPEN, senza suddivisione in categorie di peso.
- 29.3 Possono partecipare a questa specialità solo concorrenti appartenenti alle classi Seniores e Juniores (che abbiano già compiuto i 18 anni d'età il giorno della gara) , con il grado di cintura blu, marrone o nera.
- 29.4 In caso di girone all'italiana (meno di 4 atleti iscritti), per determinare il vincitore si procede come segue:
- a) verranno attribuiti 2 punti per la vittoria, 1 punto per il pareggio, 0 punti per la sconfitta; la somma dei punti determinerà la classifica;
 - b) in caso di parità tra due o più contendenti viene preso in considerazione lo scontro diretto;
 - c) in caso di ulteriore parità vengono sommati gli ippon e i wazaari;
 - d) qualora la situazione di pareggio perduri viene effettuato un incontro di spareggio, senza estensioni, con decisione finale obbligatoria, per Hantei; qualora gli atleti lo con stesso punteggio fossero più di due, si effettua un sorteggio con scontri ad eliminazione diretta, senza estensioni, con decisione finale obbligatoria per ogni incontro.
- 29.5 Le gare a squadre sono disputate con le stesse modalità di quelle individuali.
- 29.6 La vittoria di una delle due squadre viene determinata con i seguenti criteri:
- a) numero degli incontri vinti;
 - b) numero degli ippon dei vincitori;
 - c) numero dei wazaari dei vincitori;
 - d) spareggio individuale.
- 29.7 In caso di spareggio e responsabili delle due squadre consegneranno al tavolo della Giuria il nome dell'atleta scelto quale rappresentante. I due combattenti si affronteranno secondo le norme che regolano i combattimenti individuali ed il vincente determinerà la vittoria della sua squadra.

29.8 Alla vittoria dovuta alla squalifica dell'avversario viene attribuito 1 ippon.

Art. 30 - INIZIO, SOSPENSIONI E FINE DEL COMBATTIMENTO

- 30.1 All'inizio del combattimento l'Arbitro si dispone lungo la linea che delimita il perimetro di gara avendo due Giudici a destra e due a sinistra. Gli atleti si dispongono a destra (**AKA** - rossa) e a sinistra (**SHIRO** – bianca) del Collegio Arbitrale.
- 30.2 L'Arbitro compie un passo avanti e ordina **SHOMEN NI REI** (saluto agli ospiti d'onore) quindi **OTAGAI NI REI** (saluto arbitri – combattenti). Infine, dopo un breve saluto tra gli arbitri, al comando **MOTO NO ICHI**, tutti raggiungono le loro posizioni. Il combattimento inizia con il comando "**SHOBU IPPON HAIJIME**".
- 30.3 Per interrompere l'incontro l'Arbitro annuncia "**YAME**", tutti tornano al loro posto e, per far riprendere la gara, l'Arbitro annuncia "**TSUZUKETE HAIJIME**".
- 30.4 Il cronometrista segnala "**30 secondi alla fine**" con un segnale sonoro, l'Arbitro conferma annunciando "**ATO SHIBARAKU**". La fine della gara viene segnalata con 2 segnali sonori. L'Arbitro ferma l'incontro pronunciando "**YAME**" e lo conclude con la parola "**SOREMADE**".
- 30.5 L'Arbitro interrompe il combattimento quando vede una tecnica valida, quando una tecnica gli viene segnalata da 2 o più Giudici, nei casi di infortuni, uscite, ferite, azioni proibite, sovraccitazione dei contendenti ed in tutti i casi nei quali sia necessario.
- 30.6 Nel dare un giudizio l'Arbitro deve in primo luogo identificare il combattente (**AKA / SHIRO**) quindi il livello (**JODAN / CHUDAN / GEDADN**), successivamente la tecnica (**TSUKI / UCHI / GERI**) ed infine il valore del punto (**WAZAARI / IPPON**).
- 30.7 Tutte le operazioni devono essere eseguite nel massimo ordine e nel rispetto dell'etichetta tradizionale. Questo cerimoniale serve a creare un ambiente marziale influenzando positivamente sull'andamento della gara che deve essere competizione sportiva, ma deve restare nei limiti di una disciplina che vuole essere anche e soprattutto educativa.

Art. 31 - ESTENSIONI DELL'INCONTRO

- 31.1 Nel caso di pareggio, in un combattimento individuale, si procede effettuando un nuovo incontro (**SAI SHIAI**) con decisione finale obbligatoria per **HANTEI**.
- 31.2 Avvertimenti, penalità e/o punteggi del primo combattimento non sono riportati nel **SAI SHIAI**, perché è da considerarsi, a tutti gli effetti, un nuovo incontro.

Art. 32 - VITTORIE E SCONFITTE

- 32.1 Vittorie e sconfitte dei contendenti sono determinate sulla base di **1 IPPON**, di una vittoria per **HANTEI** o di sconfitte per **HANSOKU** (squalifica dal turno), **KIKEN** o **SHIKKAKU** (squalifica dal torneo/gara).

Art. 33 - ATTACCHI VALIDI

- 33.1 Gli attacchi sono limitati alle seguenti zone del corpo: testa, petto (clavicole comprese), addome (osso del pube compreso), collo, schiena (spalle escluse).
- 33.2 Una tecnica valida portata contemporaneamente al segnale acustico di fine combattimento è considerata valida. Dopo il segnale, anche se prima dello "YAME" dell'Arbitro, è nulla.
- 33.3 Nessun attacco è valido se i due contendenti sono fuori dalla superficie di gara. Tuttavia, se l'atleta che la esegue è ancora all'interno dell'area e l'Arbitro non dà ancora lo YAME, è ritenuta valida.
- 33.4 Tecniche valide, di pari valore, espresse dai due contendenti contemporaneamente, non possono dar luogo a punteggio (**AIUCHI**).

Art. 34 - TECNICHE VALIDE PER DETERMINARE UN IPPON O UN WAZAARI

- 34.1 L'**IPPON** viene concesso quando una tecnica, precisa e potente, tale da poter essere considerata decisiva, è portata su un'area valida con le seguenti condizioni:
- a) **Buona forma:** ovvero un attacco che possieda i requisiti abitualmente ritenuti validi nella competizione tradizionale del Karate;
 - b) **Buona attitudine:** ovvero la predisposizione dell'atleta riguardo la disciplina praticata;
 - c) **Velocità e potenza:** ovvero il grado ottimale di velocità–potenza della tecnica stessa;
 - d) **Zanshin:** ovvero la concentrazione prima, durante e dopo l'esecuzione della tecnica;
 - e) **Tempo:** ovvero l'esecuzione della tecnica nel momento del massimo effetto;
 - f) **Corretta distanza:** ovvero la realizzazione di una tecnica ad una distanza tale da poter ottenere il massimo effetto possibile.
- 34.2 Tecniche portate su avversari che arretrano hanno un effetto ridotto, mentre tecniche portate arretrando (**Nige**) sono considerate nulle. In ogni caso la tecnica

deve avere la possibilità teorica di “penetrare” nell’obiettivo pur mantenendo un livello ottimale di controllo.

- 34.3 I valori esposti vanno interpretati in modo rigorosamente letterale in quanto sono la base di giudizi corretti. Gli Arbitri devono prestare particolare attenzione alla gestualità espressa dagli atleti, prima durante e dopo l’esecuzione di ogni tecnica. In particolare costituisce punto di riferimento l’atteggiamento mentale dell’atleta in ogni momento della competizione, dall’entrata sul tatami, al saluto al termine della competizione.
- 34.4 L’**IPPON** può essere concesso anche per le tecniche valide mancanti di parte dei requisiti specificati sopra, ma espresse nelle seguenti condizioni:
- a) tecnica d’incontro: ovvero portata con tempo perfetto nel momento in cui l’avversario attacca;
 - b) tecnica portata nel momento in cui l’avversario è stato sbilanciato;
 - c) combinazione di due o più tecniche valide;
 - d) combinazione valida di attacco di pugno abbinata ad un attacco di gamba;
 - e) quando l’avversario ha perso il suo spirito combattivo e volge la schiena girandosi;
 - f) tecniche valide portate su parti completamente indifese dell’avversario;
 - g) proiezione conclusa con una tecnica valida di pugno o di gamba. Nelle proiezioni l’Arbitro deve dare all’esecutore il tempo necessario (2-3 secondi) per concludere la tecnica.
- 34.5 Il **WAZAARI** viene concesso per una tecnica valida mancante di parte dei requisiti elencati al precedente paragrafo 34.1, che non ricada nella casistica riportata al paragrafo 34.4. Gli Arbitri devono mentalmente prima verificare i presupposti per l’assegnazione di un Ippon, poi quelli concernenti il Wazaari. Quando un contendente ottiene 2 Wazaari nel corso di un combattimento, gli stessi vanno considerati pari ad 1 Ippon.

Art. 35 - DECISIONE PER HANTEI

- 35.1 In assenza di Ippon, o di una sconfitta dovuta a squalifica o abbandono, la decisione che determina il vincitore viene presa in base ai seguenti criteri:
- a) se sono stati assegnati wazaari;
 - b) se sono state commesse penalità;
 - c) il numero delle uscite dall’area di combattimento;
 - d) l’attitudine al combattimento dei due contendenti;

- e) la superiorità tattica, tecnica e stilistica espressa nel corso del combattimento;
- f) la potenza e lo spirito combattivo;
- g) il numero degli attacchi portati;
- h) l'educazione e la sportività espressa (fair play).

L'atleta che emerge dalla valutazione dei dati sopra elencati viene dichiarato vincitore.

35.2 Nel caso che non si raggiunga l'Ippon va sempre richiesto l'Hantei.

35.3 Gli Arbitri devono valutare le norme comprese nel presente articolo 35 nella loro globalità, prima di prendere la loro decisione.

Art. 36 - AZIONI PROIBITE

36.1 Le seguenti azioni e tecniche sono proibite:

- a) attacchi senza controllo;
- b) tecniche eccessivamente potenti rispetto al punto di impatto;
- c) attacchi alle articolazioni di gambe e braccia;
- d) attacchi di gomito (**enpi**), ginocchio (**hiza**), testa (**atama**) e a mano aperta (**nukite**) verso il volto.
- e) Attacchi all'inguine;
- f) Afferrare l'avversario senza far seguire immediatamente una tecnica valida;
- g) Spingere o lottare con l'avversario;
- h) Proiezioni pericolose che per loro natura pregiudichino all'avversario una caduta controllata;
- i) Movimenti atti a guadagnare tempo;
- j) Comportamenti poco sportivi;
- k) Mancanza di riguardo verso la propria sicurezza (mubobi);
- l) Simulazioni di qualsiasi genere;
- m) Qualsiasi atto che possa portare discredito alla disciplina del karate, anche se questo viene effettuato dal coach, dall'accompagnatore ufficiale o da qualsiasi altra persona riconducibile al contendente.

36.2 Il coach, prima, durante e dopo al combattimento dovrà restare al posto assegnato senza disturbare lo svolgimento della gara.

Art. 37 - PENALITÀ, FERITE E INCIDENTI

- 37.1 L'Arbitro deve ammonire o comminare una penalità ad un contendente quando:
- a) è sul punto di commettere o commette un'azione proibita;
 - b) quando rifiuta di combattere;
 - c) nel caso commetta azioni che possono mettere in pericolo la sua incolumità.
- 37.2 Qualora un contendente, dopo aver ricevuto una penalità, ripeta l'azione proibita o commetta altri atti proibiti, deve essere squalificato. La scaletta delle penalità è progressiva.
- 37.3 L'Arbitro deve comminare direttamente la squalifica nei seguenti casi:
- a) quando un contendente non obbedisce ai suoi ordini;
 - b) quando un contendente appare sovraeccitato, tanto da poter risultare pericoloso per la propria o altrui incolumità;
 - c) nel caso le azioni commesse vengano considerate in palese contrasto con lo spirito sportivo della competizione.
- 37.4 Ammonizioni e penalità:
- a) **Atenai**: ammonizione. Non può essere ripetuta e non va tenuta in considerazione in caso di Hantei;
 - b) **Chui**: penalità per infrazione grave che non pregiudichi tuttavia la possibilità di proseguire la gara all'avversario.
 - c) **Hansoku**: squalifica che viene inflitta per somma di penalità o per un'azione grave che pregiudichi all'avversario la possibilità di proseguire la gara. Se una tecnica provoca un danno, anche di lieve entità in nessun caso potrà essere assegnata una tecnica valida.
- 37.5 Uscite dall'area di gara (**Jogai**)
- a) alla prima uscita l'arbitro annuncia **Jogai**;
 - b) alla seconda uscita decreta una penalità: **Jokai Chui**;
 - c) alla terza uscita l'arbitro squalifica il contendente: **Jogai Hansoku**.
- 37.6 Penalità inerenti ad atti proibiti non sono cumulabili con le penalità connesse a uscite dall'area di gara o con altre penalità.
- 37.7 La scaletta delle penalità, per la stessa infrazione, è soggetta ad incremento delle stesse: dopo un **Chui** può essere comminato solo un **Hansoku**.

Art. 38 - NOTA DI RIMANDO

38.1 Si rimanda al regolamento di Kumite Shobu Sanbon (PARTE SECONDA) per tutto quanto non espressamente descritto in questa PARTE QUARTA.

Art. 39 – MODIFICHE

Il presente Regolamento può essere modificato solo dal Consiglio Federale, sentite la Commissione Nazionale Ufficiali di Gara e la Commissione Tecnica Nazionale di Settore.