



# Domenica 1 DICEMBRE 2019

## 20° Trofeo FESTA DI NATALE "JITAKYOEI" F.E.S.I.K. Settore Karate

Gara del "PROGETTO GIOVANILE" promossa dalla Comm.Tec.Naz. Giov. FESIK

### Gara OPEN di KATA/KUMITE Individuale & Squadre

Gli stili saranno divisi tra **SHOTOKAN-SHOTOKAI** ed **INTERSTILE** (SHITO,WADO,GOJU, ecc.)

**Speciale Sport Integrato** (Gareggeranno normalmente con gli altri atleti, ma verranno premiati tutti.)

*La gara è aperta a tutti gli Enti di Promozione Sportiva e Federazioni in regola con le proprie norme assicurative.*

Località: **GERENZANO (VA)** Via Inglesina 37      Luogo: **PALAZZETTO DELLO SPORT**  
Autostrada A9 MILANO-LAGHI uscita SARONNO (PALASPORT a 4 Km)

**Programma:** (Gara divisa su 6 o 8 tatami )

Domenica 1/12/2019	
CATEGORIE RAGAZZI	CATEGORIE ADULTI
<p><b>Ore 08.50: Cerimonia d'apertura gara</b></p> <p>Ore 09.00: KATA RAGAZZI squadre 6/8 e 9/11 anni a seguire le categorie individuali 6/8 anni</p> <p>Ore 10.00: KATA categ. individuali 9/10 anni</p> <p>Ore 11.00: KATA categ. individuali 11/12</p> <p><b>Ore 11.00: Kumite Ragazzi ind. 6/8 e 9/10 anni</b></p> <p>Ore 11.30: KATA RAGAZZI squadre 12/14 anni</p> <p>Ore 11.30: KATA categ. Individuali 13/14 anni</p> <p><b>Ore 12.00: Kumite Sanbon Ragazzi ind. 11/12 anni</b></p> <p><b>Ore 13.00: Kumite Sanbon Ragazzi ind. 13/14 anni</b></p> <p><b>Ore 14.30: Kumite Cat."OLIMPICA".</b></p> <p><b>Ore 19.00: Termine gara previsto.</b></p>	<p>Ore 13.00: KATA Sport Integrato</p> <p>Ore 13.30: KATA Cadetti-Junior-Senior a Squadre</p> <p>Ore 14.00: KATA Cadetti-Junior-Senior Individuali</p> <p>Ore 14.30: KATA Master Rengokai</p> <p><b>Ore 15.30: Kumite SANBON Senior e Master</b></p> <p><b>Ore 16.30: Kumite SANBON Cadetti e Junior</b></p> <p><b>Ore 17.00 Kumite IPPON</b></p> <p><b>Ore 19.00: Termine gara previsto.</b></p>

**NB. Si ricorda che gli orari sono da considerarsi STIMATI e NON definitivi**

Adesioni: Entro e non oltre **Martedì 26 NOVEMBRE 2019.**

**Non si accettano Adesioni in loco.**

*È importante controllare il sito [www.kentozazen.it](http://www.kentozazen.it) il venerdì precedente alla gara per verificare il corretto inserimento degli atleti nelle varie categorie di appartenenza e segnalare preventivamente eventuali errori di inserimento, per evitare ritardi sull'orario di inizio gara.*

Le adesioni dovranno essere trasmesse **ESCLUSIVAMENTE** tramite E-mail a: [info@kentozazen.it](mailto:info@kentozazen.it) compilando il modulo presente sul sito [www.kentozazen.it](http://www.kentozazen.it) alla pagina "eventi" (vedi istruzioni su foglio n°5 della presente circolare)

**N.B.:** Richiedete sempre la conferma di ricezione delle adesioni inviate.

Contributo Gara: **€ 20** per una o due specialità individuali uguali o differenti nella propria categoria.

mentre per ogni ulteriore **extra categoria € 10:** (ammessa una sola categoria extra)

**€ 10** Categoria SPORT INTEGRATO **€ 15** squadra KATA

I contributi di adesione potranno essere versate in loco, i nominativi degli iscritti faranno fede per il conteggio dei medesimi.

**Coach ed accompagnatori autorizzati dovranno presentarsi fisicamente  
al ritiro del pass ed alla vidimazione dello stesso.**



## Categorie RAGAZZI: Kata:

### **SHOTOKAN-SHOTOKAI Ragazzi (regolamento pag. 4)**

6/8 Anni(2011/12/13) - 9/10 Anni(2010/09) - 11/12 Anni(2008/07) - 13/14 Anni(2006/05)

#### **KATA A SQUADRE RAGAZZI: Tutti gli stili insieme**

<b>RS1</b>	6/8 anni	B/G/A/V/B/M	<b>RS2</b>	9/11 anni	B/G/A/V	<b>RS4</b>	12/14 anni	B/G/A/V
			<b>RS3</b>	9/11 anni	BL/M/N	<b>RS5</b>	12/14 anni	BL/M/N

#### **KATA INDIVID. RAGAZZI:**

Anno: 2011/12/13 (6/8)				Anno:2010/09 (9/10)				Anno 2008/07 (11/12)				Anno 2006/05 (13/14)			
MN1	6/8 anni	B/G	M	MN4	9/10 anni	B/G	M	MN8	11/12 anni	B/G	M	MN12	13/14 anni	B/G	M
MN2	6/8 anni	A/V	M	MN5	9/10 anni	A/V	M	MN9	11/12 anni	A/V	M	MN13	13/14 anni	A/V	M
MN3	6/8 anni	BL/M	M	MN6	9/10 anni	BL/M	M	MN10	11/12 anni	BL/M	M	MN14	13/14 anni	BL/M	M
				MN7	9/10 anni	NERA	M	MN11	11/12 anni	NERA	M	MN15	13/14 anni	NERA	M
FN1	6/8 anni	B/G	F	FN4	9/10 anni	B/G	F	FN8	11/12 anni	B/G	F	FN12	13/14 anni	B/G	F
FN2	6/8 anni	A/V	F	FN5	9/10 anni	A/V	F	FN9	11/12 anni	A/V	F	FN13	13/14 anni	A/V	F
FN3	6/8 anni	BL/M	F	FN6	9/10 anni	BL/M	F	FN10	11/12 anni	BL/M	F	FN14	13/14 anni	BL/M	F
				FN7	9/10 anni	NERA	F	FN11	11/12 anni	NERA	F	FN15	13/14 anni	NERA	F

### **INTERSTILE (SHITO,WADO,GOJU, ecc) Ragazzi (regolamento pag. 4)**

#### **KATA A SQUADRE RAGAZZI: Tutti gli stili insieme**

<b>RS1</b>	6/8 anni	B/G/A/V/B/M	<b>RS2</b>	9/11 anni	B/G/A/V	<b>RS4</b>	12/14 anni	B/G/A/V
			<b>RS3</b>	9/11 anni	BL/M/N	<b>RS5</b>	12/14 anni	BL/M/N

#### **KATA INDIVID. RAGAZZI:**

Anno: 2011/12/13 (6/8)				Anno:2010/09 (9/10)				Anno 2008/07 (11/12)				Anno 2006/05 (13/14)			
MP1	6/8 anni	B/G	M	MP4	9/10 anni	B/G	M	MP8	11/12 anni	B/G	M	MP12	13/14 anni	B/G	M
MP2	6/8 anni	A/V	M	MP5	9/10 anni	A/V	M	MP9	11/12 anni	A/V	M	MP13	13/14 anni	A/V	M
MP3	6/8 anni	BL/M	M	MP6	9/10 anni	BL/M	M	MP10	11/12 anni	BL/M	M	MP14	13/14 anni	BL/M	M
				MP7	9/10 anni	NERA	M	MP11	11/12 anni	NERA	M	MP15	13/14 anni	NERA	M
FP1	6/8 anni	B/G	F	FP4	9/10 anni	B/G	F	FP8	11/12 anni	B/G	F	FP12	13/14 anni	B/G	F
FP2	6/8 anni	A/V	F	FP5	9/10 anni	A/V	F	FP9	11/12 anni	A/V	F	FP13	13/14 anni	A/V	F
FP3	6/8 anni	BL/M	F	FP6	9/10 anni	BL/M	F	FP10	11/12 anni	BL/M	F	FP14	13/14 anni	BL/M	F
				FP7	9/10 anni	NERA	F	FP11	11/12 anni	NERA	F	FP15	13/14 anni	NERA	F

## *Kumite Sanbon Ragazzi - INDIVIDUALE*

<b>KUMITE INDIVIDUALE</b>									
MR1	6/8 anni	B/G/A	M	OPEN	FR1	6/8 anni	B/G/A	F	OPEN
MR2	6/8 anni	V/B/M	M	OPEN	FR2	6/8 anni	V/B/M	F	OPEN
MR3	9/10 anni	B/G/A/V	M	-140 cm	FR3	9/10 anni	B/G/A/V	F	-140 cm
MR4	9/10 anni	BL/M/N	M	-140 cm	FR4	9/10 anni	BL/M/N	F	-140 cm
MR5	9/10 anni	B/G/A/V	M	+140 cm	FR5	9/10 anni	B/G/A/V	F	+140 cm
MR6	9/10 anni	BL/M/N	M	+140 cm	FR6	9/10 anni	BL/M/N	F	+140 cm
MR7	11/12 anni	B/G/A/V	M	-150 cm	FR7	11/12 anni	B/G/A/V	F	-145 cm
MR8	11/12 anni	BL/M/N	M	-150 cm	FR8	11/12 anni	BL/M/N	F	-145 cm
MR9	11/12 anni	B/G/A/V	M	+150 cm	FR9	11/12 anni	B/G/A/V	F	+145 cm
MR10	11/12 anni	BL/M/N	M	+150 cm	FR10	11/12 anni	BL/M/N	F	+145 cm
MR11	13/14 anni	B/G/A/V	M	-165 cm	FR11	13/14 anni	B/G/A/V	F	-155 cm
MR12	13/14 anni	BL/M/N	M	-165 cm	FR12	13/14 anni	BL/M/N	F	-155 cm
MR13	13/14 anni	B/G/A/V	M	+165 cm	FR13	13/14 anni	B/G/A/V	F	+155 cm
MR14	13/14 anni	BL/M/N	M	+165 cm	FR14	13/14 anni	BL/M/N	F	+155 cm

**Nelle categorie 12/14 femminile è obbligatorio il paraseno.**

**TUTTI I RAGAZZI CHE PARTECIPERANNO ALLA CATEGORIA DI KUMITE, AL MOMENTO DELLA CHIAMATA, FARANNO LA VERIFICA DI ALTEZZA RICHIESTA DALLA CATEGORIA.**

Gli atleti possono accedere e partecipare alle categorie superiori solamente dopo essersi iscritti o aver partecipato alla propria categoria. Tale regola è dettata dalla necessità di non sovraffollare alcune categorie a discapito di altre.



**\*Novità CTNG Fesik\*: Kumite CATEGORIA "OLIMPICA"**

CLASSE	SESSO	CATEGORIA	ANNO	CINTURA
SA1 (anni 6-8)	OPEN	SAMURAI	2011/2012/2013	OPEN
BA1 (anni 9-10)	OPEN	BAMBINI	2009/2010	BIANCA / GIALLA/ARANCIO
BA2	OPEN	BAMBINI	2009/2010	VERDE/BLU/MARRONE
RA1 (anni 11-12)	M/F Divisi	RAGAZZI	2007/2008	BIANCA / GIALLA/ARANCIO
RA2	M/F Divisi	RAGAZZI	2007/2008	VERDE/ BLU / MARRONE/NERA
RA3 (anni 13-14)	M/F Divisi	RAGAZZI	2005/2006	BIANCA / GIALLA/ARANCIO
RA4	M/F Divisi	RAGAZZI	2005/2006	VERDE/ BLU / MARRONE/NERA

**KATA: Categorie Senior/ Cadetti-Junior/ Master**

<b>SHOTOKAN Senior/ Cadetti-Junior/ Master (vedi regolamento pag 4)</b>											
CAD-JUN-Anno: 1999/00/01/02/03/04						SENIOR Anno: 1998 al 1979					
MA1	BIA/GIA/ARA	M	FA1	BIA/GIA/ARA	F	MA4	BIA/GIA/ARA	M	FA4	BIA/GIA/ARA	F
MA2	VER/BLU/MAR	M	FA2	VER/BLU/MAR	F	MA5	VER/BLU/MAR	M	FA5	VER/BLU/MAR	F
MA3	NERA	M	FA3	NERA	F	MA6	NERA	M	FA6	NERA	F
KATA A SQUADRE: CAD/JUN/SEN Tutti gli stili insieme						*MASTER RENGOKAI : dal 1976 (shoto-shito-wado-ecc.....)					
MS1	B/G/A/V	M	FS1	B/G/A/V	F	MD 1	BIA/GIA/ARA/VERDE	M	FD1	BIA/GIA/ARA/VERDE	F
MS2	B/M/N	M	FS2	B/M/N	F	MD 2	BLU/MARR/NERA	M	FD2	BLU/MARR/NERA	F

<b>INTERSTILE (SHITO,WADO,GOJU, ecc.) Senior/ Cadetti-Junior/ Master (vedi regolamento pag 4)</b>											
CAD-JUN-Anno: 1999/00/01/02/03/04						SENIOR Anno: 1998 al 1979					
MC1	BIA/GIA/ARA	M	FC1	BIA/GIA/ARA	F	MC4	BIA/GIA/ARA	M	FC4	BIA/GIA/ARA	F
MC2	VER/BLU/MAR	M	FC2	VER/BLU/MAR	F	MC5	VER/BLU/MAR	M	FC5	VER/BLU/MAR	F
MC3	NERA	M	FC3	NERA	F	MC6	NERA	M	FC6	NERA	F
KATA A SQUADRE: CAD/JUN/SEN Tutti gli stili insieme						*MASTER RENGOKAI : dal 1976 (shoto-shito-wado-ecc.....)					
MS1	B/G/A/V	M	FS1	B/G/A/V	F	MD1	BIA/GIA/ARA/VERDE	M	FD1	BIA/GIA/ARA/VERDE	F
MS2	BL/M/N	M	FS2	B/M/N	F	MD2	BLU/MARR/NERA	M	FD2	BLU/MARR/NERA	F
SK1	M/F OPEN Sport Integrato										

**Kumite: Categorie Senior/ Cadetti-Junior/ Master**

<b>KUMITE: Senior/Junior/Cadetti/Master e IPPON (vedi regolamento pag 4)</b>											
CADETTI: (2002/03/04)				JUNIOR: (1999/00/01) *Solo dai 18 anni compiuti (No Cadetti)				SENIOR: (1998/1979) (No Cadetti)			
ME1	B/G/A/VERDE	OPEN	M	MG1	B/G/A/VERDE	OPEN	M	MH1	B/G/A/VERDE	OPEN	M
ME2	BL/M/NERA	Kg -58	M	MG2	BL/M/NERA	Kg -60	M	MH2	BL/M/NERA	Kg -68	M
ME3	BL/M/NERA	Kg -65	M	MG3	BL/M/NERA	Kg -68	M	MH3	BL/M/NERA	Kg -78	M
ME4	BL/M/NERA	Kg -70	M	MG4	BL/M/NERA	Kg -78	M	MH4	BL/M/NERA	Kg +78	M
ME5	BL/M/NERA	Kg +70	M	MG5	BL/M/NERA	Kg+78	M				
FE1	B/G/A/VERDE	OPEN	F	FG1	B/G/A/VERDE	OPEN	F	FH1	B/G/A/VERDE	OPEN	F
FE2	BL/M/NERA	Kg -50	F	FG2	BL/M/NERA	Kg -55	F	FH2	BL/M/NERA	Kg -58	F
FE3	BL/M/NERA	Kg+50	F	FG3	BL/M/NERA	Kg+55	F	FH3	BL/M/NERA	Kg+58	F
**CATEGORIA MASTER DAL 1976 (solo SANBON): (NO Cadetti/Junior/Senior)											
ML1	OPEN	Kg OPEN	M	FL1	OPEN	Kg OPEN	F				
IPPON JUNIOR/SENIOR (No Cadetti)											
ML2	OPEN	Kg OPEN	M	FL2	OPEN	Kg OPEN	F				

Gli atleti possono accedere e partecipare alle categorie superiori solamente dopo essersi iscritti o aver partecipato alla propria categoria. Tale regola è dettata dalla necessità di non sovrappollare alcune categorie a discapito di altre.

**TUTTI GLI ATLETI CHE PARTECIPERANNO ALLA CATEGORIA DI KUMITE, AL MOMENTO DELLA CHIAMATA, FARANNO LA VERIFICA DI PESO o ALTEZZA RICHIESTA DALLA CATEGORIA.**



## **REGOLAMENTO CATEGORIA "OLIMPICA": Gara al palloncino (Samurai/ Bambini/Ragazzi)**

Vengono usati n. 2 palloncini di spugna, sospesi all'altezza del viso collocati al centro della materassina per i concorrenti AKA e SHIRO che gareggeranno nello stesso momento.

La prova consiste in 30" di libera combinazione di tecniche di gambe e di braccia.

### **Per tutte le Classi:**

Ammesse tutte le tecniche di gambe e braccia

Le tecniche che toccano il Palloncino sono da considerare penalità.

In questa categoria viene richiesto la capacità di esprimere tecnica, precisione, fantasia nell'utilizzo delle tecniche e strategia, senza necessariamente arrivare al contatto dell'avversario. (vedi video da esempio copiando il link)

<https://www.facebook.com/kentozazen/videos/330401841072778/>

## **REGOLAMENTO KUMITE SANBON: RAGAZZI**

Le categorie con meno di 4 (QUATTRO) ATLETI verranno accorpate

### **Kumite individuale:**

- I combattimenti avranno la durata di minuti 1,30;
- punteggio max di **3 IPPON** sia nelle eliminatorie che in finale;
- vietato qualsiasi contatto al viso, ammesso solo un leggero contatto chudan
- **PROTEZIONI OBBLIGATORIE:**  
Guantini (bianchi, rossi, blu), Caschetto, Corpetto, Conchiglia, Paraseno (11/14 anni), Parastinchi (collo piede facoltativo)

## **REGOLAMENTO KUMITE SANBON: CADETTI/JUNIORES/SENIOR e MASTER**

Le categorie con meno di 4 (QUATTRO) ATLETI verranno accorpate

- I combattimenti avranno la durata di 2 minuti nella fase eliminatória
- Le finali saranno di 3 minuti con un punteggio max di 3 IPPON.
- **PROTEZIONI OBBLIGATORIE:** Conchiglia, Guantini (bianchi, rossi, blu) ,Paradenti, Paraseno, Parastinchi (collo piede facoltativo)
- **\*\*Nei Master non possono partecipare le categorie inferiori.** ( Cadetti/Junior/Senior...)

## **REGOLAMENTO KATA (Valutazione con sistema a numeri, **no bandierine**)**

Le categorie con meno di 4 (QUATTRO) ATLETI verranno accorpate

- Gli stili saranno divisi tra SHOTOKAN- SHOTOKAI ed INTERSTILE (SHITO, WADO, GOJU.....ecc).
- Sarà importante al momento dell'iscrizione specificare lo stile praticato.
- Le cinture Bianca, Gialla, Arancio, possono riproporre lo stesso KATA in ogni fase della gara.
- **Nella categoria RAGAZZI** vista la provenienza di atleti da diverse Federazioni o Enti, è ammessa l' esecuzione dei seguenti KATA: Taikyoku, Gojushiho sho/dai, Unsu Suparimpei, o l'equivalente del proprio stile.
- **Nel kata a squadre Ragazzi** c'è la facoltà di poter comporre delle squadre **miste per sesso**.
- **\* Nei Master Rengokai,** verranno premiati tutti i 1°classificati di ogni stile partecipante alla competizione.

Le protezioni sono personali; caschetto e corpetto verranno forniti nel caso gli atleti ne fossero sprovvisti dagli organizzatori.

Tuttavia sarà presente un punto esposizione con il materiale di gara

**Si invitano le società che fossero in possesso di uno striscione pubblicitario della propria società, ad esporlo durante il gg di gara.**

## **PREMIAZIONI:**

Al termine di ogni categoria si procederà alla premiazione.

### **KATA o KUMITE:**

- Categorie individuali: coppa o MEDAGLIONE al primo, medaglione al secondo e ai due terzi classificati.
- Categoria Squadre: coppa + medaglie alle prime TRE squadre di ogni categoria.
- Premiazioni Speciali TUTTI i partecipanti alla categoria "SPORT INTEGRATO"

### **SOCIETA':**

Premio di partecipazione per tutti gli atleti iscritti.

- Coppa alla prima Società classificata nel Kata Shotokan, nel Kata Interstile. E nel Kumite.

## **COME RAGGIUNGERE IL PALASPORT di GERENZANO:**

<b>Da aeroporti:</b> <b>Linate:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Autobus fino a Piazza San Babila</li><li>• Prendere metro fino a Cadorna</li></ul> <b>Malpensa:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Prendere treno Malpensa express fino a Saronno o Cadorna</li></ul> <b>Bergamo:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Bus Shuttle fino a Milano Linate</li></ul>	<b>Raggiunta la stazione del treno di:</b> <b>Milano Cadorna:</b> (dir. Varese Nord – Laveno) <ul style="list-style-type: none"><li>• Treno per Gerenzano - Turate</li></ul> <b>Saronno:</b> (dir. Varese Nord – Laveno) <ul style="list-style-type: none"><li>• Treno per Gerenzano - Turate</li></ul> Dalla stazione di Gerenzano 1.6 km
--	--

**UN SERVIZIO DI RISTORAZIONE/BAR, SARA' PRESENTE ALL'INTERNO DEL PALAZZETTO.**

**PER INFO HOTEL E PRENOTAZIONI CONTATTARE:**







Con la presente il Sottoscritto \_\_\_\_\_  
nato a \_\_\_\_\_ il \_\_\_\_\_  
Residente a \_\_\_\_\_ in via \_\_\_\_\_

**Dichiara**

di essere in regola con la certificazione medica obbligatoria per legge, e di assumersi in toto la responsabilità di eventuali infortuni subiti o arrecati a terzi durante la manifestazione sportiva amatoriale denominata 20°Festa di Natale Jitakyoei 2019, sollevando così di fatto da ogni responsabilità civile e penale gli organizzatori.

In fede  
Firma leggibile per esteso

.....

N° documento di identità \_\_\_\_\_

(Allegare fotocopia del certificato medico di buona salute, valido per la stagione sportiva in corso se in possesso).

-----

Con la presente il Sottoscritto \_\_\_\_\_  
nato a \_\_\_\_\_ il \_\_\_\_\_  
Residente a \_\_\_\_\_ in via \_\_\_\_\_

**Dichiara**

di essere in regola con la certificazione medica obbligatoria per legge, e di assumersi in toto la responsabilità di eventuali infortuni subiti o arrecati a terzi durante la manifestazione sportiva amatoriale denominata 20°Festa di Natale Jitakyoei 2019, sollevando così di fatto da ogni responsabilità civile e penale gli organizzatori.

In fede  
Firma leggibile per esteso

.....

N° documento di identità \_\_\_\_\_

(Allegare fotocopia del certificato medico di buona salute, valido per la stagione sportiva in corso se in possesso).



