



**Con il Patrocinio del Comune di Mola di Bari
Assessorato allo Sport**

L' A.S.D. Picca Karate Team
Mola di Bari



ORGANIZZA
DOMENICA 20 Febbraio 2011 ore 9.00
il

1° Trofeo Nazionale
Sound Karate
città di Mola di Bari (BA)



Palazzetto dello Sport U. Pinto - Mola di Bari
Str. Comunale Cerulli (Stadio Comunale)

Gara Nazionale

a Coppie per Esordienti A e a Squadre per tutte le categorie

Che cos'è il Sound Karate

Il Sound Karate è una nuova specialità del Karate, appositamente pensata per i giovanissimi ma apprezzata anche dai più grandi, che ha un fine ludico-artistico in quanto unisce la creatività della prova libera delle forme (Kata) con l'utilizzo di una base musicale (vedi Gran Premio Giovanissimi Karate FIJLKAM).

Il binomio Musica-Movimento permette, attraverso azioni specifiche di combattimento simulato inscritte nel tempo musicale di 4/4, di poter creare una prestazione di alto valore espressivo e comunicativo.

PROGRAMMA DELLA GARA

Ore 8.00 – 8.30	Controllo atleti
Ore 8.30 – 8.50	saluto delle autorità
Ore 9.00 circa	Saluto e inizio gara
Ore 13,30 – 14,00	Fine prevista della gara con premiazioni atleti

REGOLAMENTO 1° TROFEO SOUND KARATE A SQUADRE E A COPPIE

Art.1- CHI PUO' PARTECIPARE

Alla gara a squadre possono partecipare gli atleti appartenenti alle Classi:

**BAMBINI - FANCIULLI – RAGAZZI – ESORDIENTI A
ESORDIENTI B - CADETTI – JUNIORES - SENIORES – MASTER**

graduati da cintura "Gialla" a "Nera" indipendentemente dal sesso.
Alla gara a coppie possono partecipare solamente gli atleti appartenenti alla classe ESORDIENTI A divisi in maschile e femminile.

Art. 2- I DUE LIVELLI PREVISTI PER LE SQUADRE

La gara a squadre si articola con classifiche separate per Classi di età e per livello ("SOUND KARATE NON SPECIALISTICO" e "SOUND KARATE SPECIALISTICO").

A- // "SOUND KARATE NON SPECIALISTICO" (Tutte le FASCE)

consiste in un esercizio di combinazioni in successione, a tempo di musica in 4/4, di fondamentali inerenti a posizioni elementari (Zenkutsudachi, Nekoashidachi, Shikodachi,etc.) e ad azioni finalizzate di braccia e di gambe (Gyakuzuki, Uraken, Maegeri, Mawashigeri, etc.) delle due grandi aree Shorin e Shorei, **con o senza contenuti minimi; nella scelta del brano musicale il tempo in 4/4 dovrà essere chiaro e perfettamente distinguibile!**

B- // "SOUND KARATE SPECIALISTICO" (*da Esordienti B*)

consiste, invece, in un esercizio di combinazioni in successione, a tempo di musica in 4/4, di fondamentali inerenti a posizioni elementari (Zenkutsudachi, Nekoashidachi, Shikodachi,etc.) e ad azioni finalizzate di braccia e di gambe (Gyakuzuki, Uraken, Maegeri, Mawashigeri, etc.) delle due grandi aree Shorin e Shorei, i cui contenuti minimi sono quelli previsti per l'esecuzione dei kata di libera composizione (Vedi Programma Attività Federale 2008, Art 7, Punto 6, Pag. 29 seguito dal **BUNKAI** (Applicazione) con sottofondo musicale (non obbligatoriamente a tempo). Nella scelta del brano musicale il tempo in 4/4 dovrà essere chiaro e perfettamente distinguibile! **Qualora si decidesse per un brano di effetto dove il tempo fosse poco percepibile sarà consentito l'inserimento di accenti ritmici sempre nel pieno rispetto del tempo in 4/4!**

Art. 3- COMPOSIZIONE DELLE SQUADRE

Le squadre, possono essere composte da un minimo di tre ad un massimo di nove atleti indipendentemente dal sesso e dal grado

Art. 4- CLASSI DI APPARTENENZA PER SQUADRE E COPPIE

Nella squadra gli atleti di norma gareggiano nella propria classe di appartenenza.

E' però possibile, nella formazione di una squadra, **(SOUND NON SPECIALISTICO) inserire atleti della classe immediatamente inferiore o superiore:** La collocazione di una squadra in una determinata classe è determinata dalla classe di appartenenza dell'atleta più anziano presente :

Esempio di composizione delle squadre:

2 BA + 1 FA Gareggia nella classe FANCIULLI

2 FA + 1 RA Gareggia nella classe RAGAZZI

1 FA + 1 RA + 1 EA Gareggia nella classe ESORDIENTI A

1 EB + 1 CA + 1 JU Gareggia nella classe JUNIORES

e così via.....

fermo restando il principio che ciascun atleta può far parte di una sola squadra, a meno che la società si presenti con 5 atleti ed intenda formare 2 squadre da tre componenti, in quel caso è consentito ad un atleta di gareggiare in una seconda squadra. Gli stessi componenti di una squadra o parte di essi possono gareggiare in entrambi i livelli (non specialistico e specialistico), facendo però attenzione agli accorpamenti previsti nello SPECIALISTICO!

Nella coppia gli atleti appartengono alla classe Esordienti A.

E' però possibile, nella formazione di una coppia, inserire un atleta dell'ultimo anno della classe immediatamente inferiore o un atleta del primo anno della classe superiore (*vedi classi di età 2011*).

Per cui le età consentite nella formazione di una coppia sono:

2000-1999/1998-1997

fermo restando il principio che ciascun atleta può far parte di una sola coppia a meno che una società abbia atleti in numero dispari, per cui l'atleta rimasto solo può essere accorpato ad un altro già presente in un'altra coppia

Art. 5- MODALITA' DA SEGUIRE

La presentazione e l'entrata della squadra o della coppia sul tappeto devono seguire le modalità delle gare di Kata. L'inizio dell'esercizio corrisponde alla prima tecnica della composizione (da questo momento sarà dato il via al cronometro, che verrà fermato quando gli atleti ritorneranno nella posizione di partenza). Il posizionamento degli atleti all'inizio dell'esercizio è libero.

Per quanto riguarda l'abbigliamento, è consentito indossare il Karategi (bianco o colorato) o la maglietta sociale (anche colorata) al posto della giacca, con i pantaloni bianchi.

Art. 6- I CONTENUTI TECNICI PER LE COPPIE E LE SQUADRE CHE OPTANO PER LO SPECIALISTICO

Ai fini dei contenuti tecnici degli esercizi è fondamentale la consultazione del Volume n°18 della Collana FIJLKAM ("Manuale teorico-pratico di Karate per la Scuola Elementare e Media di 1° e 2°

grado”) ed il “Progetto Tecnico e Regolamento di Gara del Gran Premio Giovanissimi”.

Contenuti minimi:

- 2 tecniche di gamba simmetriche (dx-sx) anche non consecutive sul piano sagittale
- 2 tecniche di gamba simmetriche (dx-sx) anche non consecutive sul piano trasverso
- 2 tecniche di braccia simmetriche (dx-sx) anche non consecutive sul piano sagittale
- 2 tecniche di braccia simmetriche (dx-sx) anche non consecutive sul piano trasverso
- 2 fasi acrobatiche simmetriche anche non consecutive (di impegno modesto, in cui si prevede lo stacco dei piedi da terra).
- Parate di vario tipo ed a varia altezza

A questi contenuti minimi vanno associate tutte quelle tecniche che sono ritenute funzionali all’esercizio; le posizioni di guardia sono libere.

Art. 7- DURATA DELLE PROVE A SQUADRE E A COPPIE

Sound non Specialistico a squadre

CLASSI	FASCE	TEMPO MINIMO	TEMPO MASSIMO
BAMBINI	FASCIA A	30 secondi	60 secondi
FANCIULLI	FASCIA B		
RAGAZZI	FASCIA C		
ESORDIENTI A	FASCIA D		
ESORDIENTI B	FASCIA E	60 secondi	80 secondi
CADETTI	FASCIA F		
JUNIOR	FASCIA G		
SENIOR	FASCIA H		
MASTER	FASCIA I		

Sound Specialistico a squadre

CLASSI	GRUPPO	TEMPO MINIMO	TEMPO MASSIMO
ESORDIENTI B e CADETTI insieme	GRUPPO A	60 secondi	80 secondi
JUNIORES e SENIORES insieme	GRUPPO B		
MASTER	GRUPPO C		
BUNKAI	Fino ad un massimo di 180 secondi		

Sound a coppia per Esordienti A

Secondo quanto previsto nel GPGK	TEMPO MINIMO	TEMPO MASSIMO
	40 secondi	60 secondi

Per ogni secondo in meno o in più sarà sottratto un punto dalla valutazione finale espressa.

N.B. Si consiglia ad ogni Società partecipante deve avere la traccia musicale, o le tracce se più di una, su un formato WAVE AUDIO o Mp3, avendone una copia masterizzata su CD audio ed una eventuale di riserva su dispositivo portatile (Pen Drive).

Art. 8- I GIUDICI

Le prove saranno valutate da tre o cinque arbitri, affiancati da un esperto musicale; nel caso di 5 ufficiali di gara verranno eliminati, tra le valutazioni arbitrali, il punteggio più alto e quello più basso.

Nel Sound Karate Specialistico (le due prove sono consecutive) vi saranno due votazioni (che poi saranno sommate) , dove l'esperto musicale valuterà solamente la performance a tempo e non quella successiva del bunkai.

Art. 9- PARAMETRI DI VALUTAZIONE E DI PUNTEGGIO

Per la valutazione si adotterà il metodo del punteggio con voti numerici da 10 a 30 dalla fase eliminatoria si otterranno le migliori tre squadre e coppie classificate; le prime due andranno in finale mentre la terza sarà direttamente qualificata.

Per la disputa della finale le squadre e le coppie potranno riproporre l'esercizio già presentato nella fase eliminatoria; la somma di entrambe le prove determinerà le prime due classificate.

Le valutazioni saranno espresse secondo i seguenti parametri:

RITMO	CREATIVITA'	TECNICA	SINCRONISMO	KIME
da 0 a 6	da 0 a 4	da 0 a 4	da 0 a 3	da 0 a 3

Nell'esecuzione delle prove dovrà essere privilegiata la qualità del movimento.

I movimenti vanno iscritti all'interno del tempo in 4/4, in modo che ogni azione si armonizzi con la scansione (un tempo in battere e tre in levare). Si consiglia di scegliere una colonna musicale nella quale i

suoni e i tempi siano facilmente percepibili e di non superare le 100 battute al minuto.

Art. 10- LA VALUTAZIONE DELL'ESPERTO MUSICALE

L'esperto musicale darà la sua valutazione a bandierine in base a come gli atleti scandiranno l'esercizio sul tempo, ossia al modo con cui avranno adeguato i movimenti al tempo dei 4/4 della base musicale. E' chiaro che se i componenti della squadra vanno a tempo, saranno sicuramente sincronizzati, mentre si può verificare il caso che ad un discreto sincronismo possa essere associato un altalenante senso del ritmo (ossia delle azioni inserite all'interno del tempo in 4/4) o addirittura che venga utilizzato un brano il cui il tempo non rispetti i 4/4 che sono la carta di identità del Sound Karate). E' qui che il compito dell'esperto è indispensabile e non di rado la sua valutazione è in antitesi con quella degli arbitri

In virtù anche di queste variabili la valutazione potrà essere:

- L'esperto alza la **BANDIERINA BLU**

Quando l'esecuzione è perfetta sotto ogni punto di vista e i componenti della squadra hanno dimostrato un perfetto rispetto del tempo della base musicale. A questo modello di prova viene riconosciuto un ulteriore **BONUS di 3 PUNTI** da aggiungere al punteggio dell'esercizio

- L'esperto alza la **BANDIERINA ROSSA**

Esecuzione insufficiente , ossia gli atleti o alcuni di essi non vanno a tempo (anche su poche battute) e la musica non viene più percepita come tema portante. Questo modello di prova viene penalizzato con un **PEIUS DI 3 PUNTI** da togliere al punteggio dell'esercizio

- L'esperto **incrocia le BANDIERINE** e poi le porta verso il basso

Quando l'esecuzione è perfetta solo in parte, ossia :

- Quando alcuni componenti della squadra benchè arrivino sul tempo in simultanea anticipano o posticipano la partenza delle tecniche
- Quando un componente per andare a tempo si aiuta guardando i suoi compagni
- Quando un atleta sbaglia alcuni passaggi mentre gli altri vanno a tempo.

A questo modello di prova **non vengono assegnati BONUS o PEIUS**

Art. 11- ALTRI BONUS

Per le squadre composte da un numero di atleti superiore a tre sono previsti dei BONUS da aggiungere al punteggio dell'esercizio nella seguente misura:

- con 4 - 5 atleti** la squadra ha diritto ad un Bonus di **1 Punto**
- con 6 - 7 atleti** la squadra ha diritto ad un Bonus di **2 Punti**
- con 8 - 9 atleti** la squadra ha diritto ad un Bonus di **3 Punti**

inoltre per incentivare le adesioni, verrà assegnato ad ogni società

1 punto per ogni coppia iscritta
1 punto ogni squadra iscritta

Art. 12- CLASSIFICA DELLE SOCIETA'

Per la stesura di questa classifica verranno assegnati alle società i punti in base alla seguente tabella:

Squadra 1° Classificata	Squadra 2° Classificata	Squadra 3° Classificata
10 PUNTI	8 PUNTI	6 PUNTI

Art. 13- NORME ULTERIORI

Per quanto non previsto nel presente regolamento si applicano, in quanto compatibili, le disposizioni dello Statuto e dei Regolamenti della FIJLKAM.

Premiazioni

Squadra o Coppia 1ª Classificata	Squadra o Coppia 2ª Classificata	Squadra o Coppia 3ª Classificata
Medaglia ORO + Gadget	Medaglia ARGENTO + Gadget	Medaglia BRONZO + Gadget
Tutti gli altri non classificati saranno ugualmente premiati con una medaglia ricordo		

Saranno premiati anche i Tecnici delle società

Classifica delle Società

Per la classifica delle società saranno assegnati :

10 punti alla squadra o coppia 1^a Classificata

8 punti alla squadra o coppia 2^a Classificata

6 punti alla squadra o coppia 3^a Classificata

***la società organizzatrice dell'evento
non sarà inserita nella classifica per società***

Alla società prima classificata andrà il :

***1° TROFEO Nazionale di Sound Karate
Città di Mola di Bari***

mentre tutte le altre saranno premiate con coppe o targhe.

**In caso di parità di punteggio fra società saranno
adottati i seguenti criteri :**

- 1- Maggior numero di 1° posti
- 2- Maggior numero di 2° posti
- 3- Minor numero di iscritti
- 4- Sorteggio con monetina

Modalità per l'invio ed il pagamento delle iscrizioni

Le iscrizioni, effettuate tramite i moduli allegati dovranno pervenire **INDEROGABILMENTE** entro Lunedì 14 Febbraio 2011 al seguente indirizzo di posta elettronica:

piccakarateam@libero.it

Il pagamento delle quote di iscrizione fissato in:

- €. 20,00 a coppia
- €. 30,00 a squadra da 3 atleti
- €. 40,00 a squadra da 4 - 5 atleti
- €. 60,00 a squadra da 6 - 7 atleti
- €. 80,00 a squadra da 8 - 9 atleti

sarà effettuato sul posto, al controllo delle iscrizioni e sarà riferito agli atleti iscritti in precedenza. Per evidenti motivi organizzativi non verranno accettate iscrizioni o aggiunte di atleti, coppie o squadre sul posto.

Sarebbe cosa gradita, ricevere da parte dei responsabili di società, onde evitare spiacevoli equivoci, l'elenco degli atleti iscritti, non oltre la data stabilita (**compilato al computer utilizzando esclusivamente i moduli allegati in formato word !**) Agli atleti che hanno gareggiato verrà consegnato, **un attestato nominativo di partecipazione** per cui è indispensabile avere i nominativi degli atleti per tempo!

Per ulteriori chiarimenti telefonare a:

Prof. Pompeo Picca
Casa 080 – 543 35 25
Cellulare 347 - 66 36 949
pompeopicca@inwind.it

DOVE SIAMO



Per ciò che riguarda la sistemazione alberghiera
siamo convenzionati con:

N.B. Al più presto invierò alle società le convenzioni per
Albergo e Ristorante/Pizzeria