**COMITATO PROVINCIALE**
**C.S.E.N. DI LUCCA**
Via Buonarroti 117 - 55049 Viareggio - LU
M.° Francesco Romani - cell. 328 7196220

ENTE DI PROMOZIONE SPORTIVA RICONOSCIUTO DAL CONI

# 28° TROFEO COPPA CARNEVALE DI KARATE-KATA

## VIAREGGIO

**DOMENICA 3 MARZO 2019**

**PALAZZETTO DELLO SPORT**

via Luigi Salvatori, 1

ore 8.30/9.00 controllo atleti

ore 9.15 inizio gara

**INFO:**
**M° Marco Giannini**
**cell. 335 8451973**
**marco@tecnicus.it**

# 28° TROFEO COPPA CARNEVALE

KATA / FORMA LIBERA DA BAMBINI A MASTER

PERCORSO / PALLONCINO DA BAMBINI A RAGAZZI

La gara è aperta alle Società regolarmente iscritte al C.S.E.N. alla FIJLKAM e ad altri Enti di Promozione Sportiva, Federazioni Sportive e Organizzazioni.

## QUOTE E MODALITA' ISCRIZIONI

***Bambini Fanciulli Ragazzi:***

- PALLONCINO + FORMA LIBERA + PERCORSO (o anche uno solo dei due): € 15,00

***Tutte le altre categorie:***

- KATA INDIVIDUALE € 15,00
- KATA A SQUADRE € 30,00 (a squadra)

Le iscrizioni ed il pagamento delle relative quote dovranno pervenire tassativamente **entro il 25 febbraio 2019** (non saranno ammesse eccezioni) e dovranno avvenire nel seguente modo:

**La quota di iscrizione alla manifestazione dovrà essere versata tramite bonifico sul seguente conto:**

BANCA PROSSIMA s.p.a.
CSEN COMITATO PROVINCIALE DI LUCCA
IBAN IT 2410335901600 100000153667

La ricevuta dovrà essere inviata alla seguente email: posta@tecnicus.it oppure al fax 0584-1989889

- Oltre la suddetta data, in previsione dell'elevato numero di iscrizioni, non verranno accettate ulteriori adesioni.
- Non saranno rimborsate quote di iscrizione relative ad atleti iscritti e non presenti alla gara.
- NON SARANNO ACCETTATE ISCRIZIONI E VARIAZIONI IN LOCO.
- Non si accettano iscrizioni senza la firma del Presidente della Società e il recapito telefonico.
- La gara è aperta a tutti gli atleti di qualsiasi federazione, purché coperti da polizza assicurativa. Farà fede la firma del presidente o dal responsabile della società, apposta sui moduli di iscrizione, che dovranno essere firmati prima dell'inizio gara.
- Non saranno ammessi atleti "FUORI CATEGORIA".
- Per ovvie ragioni assicurative, gli atleti devono partecipare solo ed esclusivamente per la propria società di appartenenza.

Note:

- Gli atleti più piccoli potranno essere accompagnati negli spogliatoi dai loro tecnici o accompagnatori. Al fine di non sovraffollare gli spogliatoi, sarà fatto divieto ai genitori di accedere agli stessi.
- Si avverte che nella zona riservata alla gara sono ammessi esclusivamente gli atleti.
- Un solo accompagnatore per società (fino a 20 iscritti e 2 due da 21 iscritti in poi) potrà seguire i propri atleti rimanendo dentro il parterre ma all'esterno delle transenne, senza pertanto accedere all'area di gara (obbligo di calzature con suola in gomma).
- Gli atleti nelle pool sbagliate gareggeranno fuori classifica!

IL FILE ISCRIZIONI DOVRA' PERVENIRE ESCLUSIVAMENTE IN FORMATO EXCEL

In previsione dell'elevato numero di iscrizioni, le stesse non saranno accettate in formato cartaceo o fax, ma esclusivamente nel formato excel richiesto, tramite i moduli messi a disposizione sul sito.
Le iscrizioni dovranno poi essere inviate alla email: csen.toscana.arbitri@gmail.com

# CATEGORIE

| PERCORSO | | | |
|---|---|---|---|
| NR.CAT. | CATEGORIA | CINTURA | ANNO DI NASCITA |
| 100 | BAMBINI/A (M.le + F.le) | BIANCHE | 2015 – 2014 |
| 101 | BAMBINI/B (M.le + F.le) | BIANCHE | 2013 – 2012 |
| 102 | FANCIULLI (M.le + F.le) | BIANCHE | 2011 – 2010 |
| 103 | RAGAZZI (M.le + F.le) | BIANCHE | 2009 – 2008 |
| 104 | BAMBINI/A (M.le + F.le) | G / A | 2015 – 2014 |
| 105 | BAMBINI/B (M.le + F.le) | G / A | 2013 – 2012 |
| 106 | FANCIULLI (M.le + F.le) | G / A | 2011 – 2010 |
| 107 | RAGAZZI (M.le + F.le) | G / A | 2009 – 2008 |
| 108 | BAMBINI/A (M.le + F.le) | V / B | 2015 – 2014 |
| 109 | BAMBINI/B (M.le + F.le) | V / B | 2013 – 2012 |
| 110 | FANCIULLI (M.le + F.le) | V / B | 2011 – 2010 |
| 111 | RAGAZZI (M.le + F.le) | V / B | 2009 – 2008 |
| 112 | BAMBINI/A (M.le + F.le) | M / N | 2015 – 2014 |
| 113 | BAMBINI/B (M.le + F.le) | M / N | 2013 – 2012 |

| PALLONCINO | | | |
|---|---|---|---|
| NR.CAT. | CATEGORIA | CINTURA | ANNO DI NASCITA |
| 200 | BAMBINI/A (M.le + F.le) | BIANCHE | 2015 – 2014 |
| 201 | BAMBINI/B (M.le + F.le) | BIANCHE | 2013 – 2012 |
| 202 | FANCIULLI (M.le + F.le) | BIANCHE | 2011 – 2010 |
| 203 | RAGAZZI (M.le + F.le) | BIANCHE | 2009 – 2008 |
| 204 | BAMBINI/A (M.le + F.le) | G / A | 2015 – 2014 |
| 205 | BAMBINI/B (M.le + F.le) | G / A | 2013 – 2012 |
| 206 | FANCIULLI (M.le + F.le) | G / A | 2011 – 2010 |
| 207 | RAGAZZI (M.le + F.le) | G / A | 2009 – 2008 |
| 208 | BAMBINI/A (M.le + F.le) | V / B | 2015 – 2014 |
| 209 | BAMBINI/B (M.le + F.le) | V / B | 2013 – 2012 |
| 210 | FANCIULLI (M.le + F.le) | V / B | 2011 – 2010 |
| 211 | RAGAZZI (M.le + F.le) | V / B | 2009 – 2008 |
| 212 | BAMBINI/A (M.le + F.le) | M / N | 2015 – 2014 |
| 213 | BAMBINI/B (M.le + F.le) | M / N | 2013 – 2012 |
| 214 | FANCIULLI (M.le + F.le) | M / N | 2011 – 2010 |
| 215 | RAGAZZI (M.le + F.le) | M / N | 2009 – 2008 |

| PROVA LIBERA BAMBINI-FANCIULLI-RAGAZZI | | | |
|---|---|---|---|
| **NR.CAT.** | **CATEGORIA** | **CINTURA** | **ANNO DI NASCITA** |
| 300 | BAMBINI/A Maschile | BIANCHE | 2015 – 2014 |
| 301 | BAMBINI/A Femminile | BIANCHE | 2015 – 2014 |
| 302 | BAMBINI/B Maschile | BIANCHE | 2013 – 2012 |
| 303 | BAMBINI/B Femminile | BIANCHE | 2013 – 2012 |
| 304 | FANCIULLI Maschile | BIANCHE | 2011 – 2010 |
| 305 | FANCIULLI Femminile | BIANCHE | 2011 – 2010 |
| 306 | RAGAZZI Maschile | BIANCHE | 2009 – 2008 |
| 307 | RAGAZZI Femminile | BIANCHE | 2009 – 2008 |
| 308 | BAMBINI Maschile | G / A | 2015 – 2014 |
| 309 | BAMBINI Femminile | G / A | 2015 – 2014 |
| 310 | BAMBINI Maschile | G / A | 2013 – 2012 |
| 311 | BAMBINI Femminile | G / A | 2013 – 2012 |
| 312 | FANCIULLI Maschile | G / A | 2011 – 2010 |
| 313 | FANCIULLI Femminile | G / A | 2011 – 2010 |
| 314 | RAGAZZI Maschile | G / A | 2009 – 2008 |
| 315 | RAGAZZI Femminile | G / A | 2009 – 2008 |
| 316 | BAMBINI Maschile | V / B | 2015 – 2014 |
| 317 | BAMBINI Femminile | V / B | 2015 – 2014 |
| 318 | BAMBINI Maschile | V / B | 2013 – 2012 |
| 319 | BAMBINI Femminile | V / B | 2013 – 2012 |
| 320 | FANCIULLI Maschile | V / B | 2011 – 2010 |
| 321 | FANCIULLI Femminile | V / B | 2011 – 2010 |
| 322 | RAGAZZI Maschile | V / B | 2009 – 2008 |
| 323 | RAGAZZI Femminile | V / B | 2009 – 2008 |
| 324 | BAMBINI Maschile | M / N | 2015 – 2014 |
| 325 | BAMBINI Femminile | M / N | 2015 – 2014 |
| 326 | BAMBINI Maschile | M / N | 2013 – 2012 |
| 327 | BAMBINI Femminile | M / N | 2013 – 2012 |
| 328 | FANCIULLI Maschile | M / N | 2011 – 2010 |
| 329 | FANCIULLI Femminile | M / N | 2011 – 2010 |
| 330 | RAGAZZI Maschile | M / N | 2009 – 2008 |
| 331 | RAGAZZI Femminile | M / N | 2009 – 2008 |

| KATA INDIVIDUALE | | | |
|---|---|---|---|
| **NR.CAT.** | **CATEGORIA** | **CINTURA** | **ANNO DI NASCITA** |
| 332 | ESORDIENTI Maschile | G / A | 2007 – 2006 |
| 333 | ESORDIENTI Femminile | G / A | 2007 – 2006 |
| 334 | CADETTI Maschile | G / A | 2005 – 2004 |
| 335 | CADETTI Femminile | G / A | 2005 – 2004 |
| 336 | JUNIORES Maschile | G / A | 2003 – 2002 |
| 337 | JUNIORES Femminile | G / A | 2003 – 2002 |
| 338 | SENIORES Maschile | G / A | 2001 – 1984 |
| 339 | SENIORES Femminile | G / A | 2001 – 1984 |
| 340 | MASTER MASCHILE 35-45 ANNI | G / A | 1983 – 1974 |
| 341 | MASTER MASCHILE 45-55 ANNI | G / A | 1973 – 1964 |
| 342 | MASTER FEMMINILE 35-45 ANNI | G / A | 1983 – 1974 |
| 343 | MASTER FEMMINILE 45-55 ANNI | G / A | 1973 – 1964 |
| 344 | ESORDIENTI Maschile | V / B | 2007 – 2006 |
| 345 | ESORDIENTI Femminile | V / B | 2007 – 2006 |
| 346 | CADETTI Maschile | V / B | 2005 – 2004 |
| 347 | CADETTI Femminile | V / B | 2005 – 2004 |
| 348 | JUNIORES Maschile | V / B | 2003 – 2002 |
| 349 | JUNIORES Femminile | V / B | 2003 – 2002 |
| 350 | SENIORES Maschile | V / B | 2001 – 1984 |
| 351 | SENIORES Femminile | V / B | 2001 – 1984 |
| 352 | MASTER MASCHILE 35-45 ANNI | V / B | 1983 – 1974 |
| 353 | MASTER MASCHILE 45-55 ANNI | V / B | 1973 – 1964 |
| 354 | MASTER FEMMINILE 35-45 ANNI | V / B | 1983 – 1974 |
| 355 | MASTER FEMMINILE 45-55 ANNI | V / B | 1973 – 1964 |
| 356 | ESORDIENTI Maschile | M / N | 2007 – 2006 |
| 357 | ESORDIENTI Femminile | M / N | 2007 – 2006 |
| 358 | CADETTI Maschile | M / N | 2005 – 2004 |
| 359 | CADETTI Femminile | M / N | 2005 – 2004 |
| 360 | JUNIORES Maschile | M / N | 2003 – 2002 |
| 361 | JUNIORES Femminile | M / N | 2003 – 2002 |
| 362 | SENIORES Maschile | M / N | 2001 – 1984 |
| 363 | SENIORES Femminile | M / N | 2001 – 1984 |
| 364 | MASTER MASCHILE 35-45 ANNI | M / N | 1983 – 1974 |
| 365 | MASTER FEMMINILE 35-45 ANNI | M / N | 1983 – 1974 |
| 366 | MASTER MASCHILE 45-55 ANNI | M / N | 1973 – 1964 |
| 367 | MASTER FEMMINILE 45-55 ANNI | M / N | 1973 – 1964 |

| KATA A SQUADRE | | | |
|---|---|---|---|
| **NR.CAT.** | **CATEGORIA** | **CINTURA** | **ANNO DI NASCITA** |
| 400 | RAGAZZI / ESO ( m.le + f.le ) | G/A/V/B/M | 2009 – 2006 |
| 401 | CADETTI / JUNIORES ( m.le + f.le ) | G/A/V/B | 2005 – 2002 |
| 402 | SENIORES ( m.le + f.le ) | G/A/V/B | 2001 – 1984 |
| 403 | CADETTI / JUNIORES ( m.le + f.le ) | M / N | 2005 – 2002 |
| 404 | SENIORES ( m.le + f.le ) | M / N | 2001 - 1984 |

## REGOLAMENTO KATA INDIVIDUALE

***Regolamento KATA individuale a partire dalla categoria Esordienti***

TUTTE LE CATEGORIE DA **ESORDIENTI** IN POI AVRANNO **VALUTAZIONE A BANDIERINE**

Nota: qualora il numero degli iscritti sia elevato, è facoltà dell'organizzazione, al fine di accelerare i tempi di svolgimento della manifestazione, di adottare per tutti, la valutazione a punteggi.

- Le cinture GIALLE/ARANCIO possono portare un solo kata da ripetere ad ogni turno.
- Le cinture VERDI/BLU devono alternare 2 diversi kata ad ogni turno.
- Le cinture MARRONI/NERE devono cambiare kata ad ogni turno.

## REGOLAMENTO PALLONCINO BAMBINI-FANCIULLI-RAGAZZI

Il Gioco Tecnico Palloncino si svolge su Tappeto di m. 4 x 4, costituito da materassini di gomma. Vengono usati 2 palloni di spugna uno all'altezza del viso, mentre l'altro viene posizionato all'altezza dell'addome.

Tecniche di gambe ammesse con l'arto arretrato e l'arto avanzato:
Calcio circolare frontale sul piano trasverso (Mawashigeri Jodan-Chudan) Calcio circolare frontale rovescio sul piano trasverso (Ura-Mawashigeri Jodan) Calcio circolare con rotazione dorsale rovescio sul piano trasverso (Ushiro-Ura- Mawashigeri Jodan)
Tecniche di braccia ammesse:
Pugno diretto arto superiore omolaterale (Kizamitsuki) Pugno diretto arto superiore controlaterale (Gyakutsuki) Pugno rovescio sul piano trasverso (Uraken) Jodan PENALITA'
Portare Tecniche non consentite o portare Tecniche consentite che toccano il Palloncino sono da considerare penalità e, pertanto, sarà detratto 1 punto ogni infrazione.

Classe Bambini. La prova sarà 20" di libera combinazione di Tecniche di gambe e di braccia. Classe Fanciulli. La prova sarà 30" di libera combinazione di Tecniche di gambe e di braccia. Classi Ragazzi. La prova sarà 35" di libera combinazione di Tecniche di gambe e di braccia.

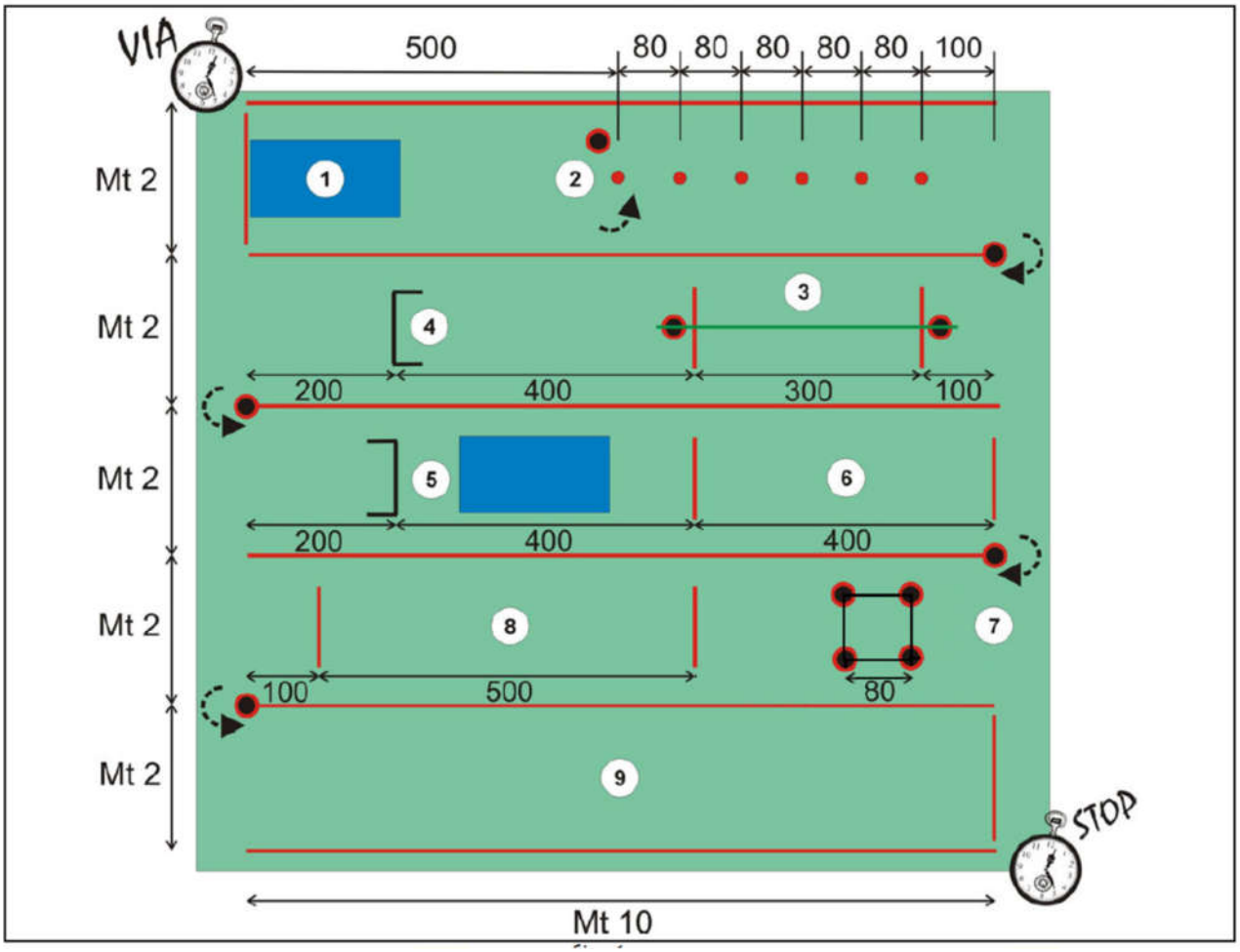
## REGOLAMENTO FORMA LIBERA BAMBINI-FANCIULLI-RAGAZZI

Si possono eseguire kata di libera composizione o kata di stile. Gli atleti eseguiranno una sola prova.
In caso di parità verrà eseguita un'ulteriore prova di spareggio.

L'ATLETA ISCRITTO CON IL DOPPIO COLORE DI CINTURA VERRA' INSERITO NEL COLORE PIU' ALTO

## REGOLAMENTO PERCORSO BAMBINI-FANCIULLI-RAGAZZI

Il Percorso a Tempo deve svolgersi su un Tappeto di m. 10 x 12, costituito da materassini di gomma con strisce alternate di colore rosso e blu/verde per evitare di delimitare le corsie con strisce adesive. In tutte le Classi di gara ogni errore sarà sanzionato, ove previsto, con 1 secondo di penalità.




1. Capovolta avanti seguita da balzo con circonduzione delle braccia;
2. Slalom tra i paletti;
3. Balzi a zig-zag a piedi pari uniti in avanzamento superando la corda (cm. 20);
4. Superamento libero dell'ostacolo (cm. 20);
5. Superamento dell'ostacolo (cm. 20) a piedi pari uniti seguito da capovolta;
6. Andatura in quadrupedia prona (viso rivolto verso il basso);
7. Balzi a piedi pari uniti sui quattro lati del quadrato (cm. 20);
8. Balzi in avanzamento a rana o lepre (m. 5);
9. Corsa finale.

***<u>Modalità esecutive degli elementi del Percorso a Tempo:</u>***

**El. 1: capovolta avanti, con partenza e arrivo a piedi pari uniti, seguita da balzo in alto con traiettoria in avanzamento a piedi pari uniti e contemporanea circonduzione delle braccia.**
Se l'Atleta non effettua l'esercizio come prescritto viene aggiunto 1 secondo di penalità al tempo totale.

**El. 2: slalom tra i paletti.**
Si inizia alla destra del primo paletto.
Se l'Atleta salta un passaggio tra un paletto e l'altro viene aggiunto 1 secondo di penalità al tempo totale.

**El. 3: balzi a zig-zag piedi pari uniti in avanzamento sulla corda situata all'altezza di cm. 20.**
Se l'Atleta non effettua almeno 4 balzi e se non effettua l'esercizio come prescritto viene aggiunto 1 secondo di penalità al tempo totale.

**El. 4: superamento libero dell'ostacolo all'altezza di cm. 20.**

Il superamento dell'ostacolo è libero. Qualora l'ostacolo cada viene aggiunto 1 secondo di penalità al tempo totale.

**El. 5: superamento a piedi pari uniti dell'ostacolo all'altezza di cm. 20 seguito da capovolta in avanti.**
Qualora l'ostacolo cada, viene aggiunto 1 secondo di penalità al tempo totale.

**El. 6: andatura in quadrupedia prona (viso rivolto verso il basso).**
Se l'Atleta comincia con le mani oltre la linea di inizio o se riprende la corsa prima che entrambe le mani abbiano superato la linea di fine elemento viene aggiunto 1 secondo di penalità al tempo totale.

**El. 7: Balzi a piedi pari uniti, superando i quattro lati del quadrato (altezza cm. 20, lato cm. 80).**
Il superamento dei lati del quadrato viene effettuato a piedi pari uniti.
Il primo con un balzo frontale, quello di destra con un balzo laterale a destra e balzo a rientrare, quello di sinistra con un balzo laterale a sinistra e balzo a rientrare, quindi, superare l'ultimo lato con un balzo frontale e proseguire il percorso.
Se l'Atleta non effettua l'esercizio come prescritto viene aggiunto 1 secondo di penalità al tempo totale.
Se il quadrato viene spostato e/o fatto cadere, l'Atleta dovrà risistemarlo e il percorso riprenderà dal punto in cui è stato interrotto.

**EL. 8: balzi a rana e/o lepre (m. 5).**
L'elemento consiste nell'imitazione della motricità della rana o della lepre, utilizzando in alternanza gli arti superiori in appoggio palmare simultaneo corrispondente alla larghezza delle spalle seguito dal recupero degli arti inferiori pari uniti in frammezzo. La motricità che viene realizzata ha un andamento di tipo ciclico.
Se l'Atleta comincia con le mani oltre la linea di inizio o se riprende la corsa senza prima aver superato, a piedi pari uniti, la linea di fine viene aggiunto 1 secondo di penalità al tempo totale.

**EL. 9: corsa finale.**
Nessuna penalità.

## PREMIAZIONI

Nelle categorie Bambini-Fanciulli-Ragazzi saranno premiati i primi 4 classificati per ogni specialità, ORO – ARGENTO – BRONZO.
Medaglie di partecipazione per gli altri.

Nelle restanti categorie saranno premiati solo i primi 4 classificati di ogni categoria per ogni specialità, ORO – ARGENTO – BRONZO.

Saranno premiate le prime 3 società classificate.
Al fine di determinare tale classifica saranno assegnati 10 punti ad ogni primo posto, 6 al secondo e 2 ai terzi posti di ogni categoria.

Verranno stipulate due classifiche:

1) La prima per le categorie "non agonisti" da Bambini a Ragazzi
2) La seconda per le categorie "agonisti" da Esordienti a Master

## PER INFORMAZIONI CONTATTARE:

| | |
|---|---|
| M° Marco Giannini | 3358451973 (organizzazione) |
| M° Fabio Castellucci | 3383149527 (responsabile gara e arbitri) |
| M° Alessio Magnelli | 3287176165 (responsabile iscrizioni e tabelloni gara) |

## LOCATION E ORARI PROVVISORI

LOCALITA': Palazzetto di Viareggio

DATA: Domenica 3 Marzo 2019 ORARI PREVISTI GARA:

- Ritrovo ore 8.30 per inizio gara ore 9.00
- Dalle ore 9.00 Forma Libera/Palloncino/Percorso Bambini, Fanciulli, Ragazzi
- Dalle ore 12.00 circa inizio Kata Esordienti, Cadetti,
- Dalle ore 14.00 circa inizio Kata da Juniores in poi

Gli orari sono puramente indicativi e potranno variare significativamente in base al numero degli iscritti.

**Tutte le variazioni e maggiori dettagli saranno consultabili sul sito www.csenlucca.com.**

GARA APERTA ALLA FIJLKAM E A TUTTI GLI ENTI DI PROMOZIONE RICONOSCIUTI DAL CONI

La società organizzatrice declina ogni responsabilità per danni a persone o cose prima, durante e dopo la gara.

COMUNICATO E MODULISTICA SCARICABILE ANCHE DAL SITO:

www.csenlucca.com

A LTRE INFORMAZIONI E RECAPITI ALBERGHIERI

Il TROFEO COPPA CARNEVALE DI KARATE è sempre stata una delle più importanti manifestazioni Interregionali CSEN.
Negli anni passati abbiamo avuto il piacere di ospitare atleti, squadre, Dirigenti e Corpo Arbitrale del massimo livello.
Al Palazzetto troverete un efficiente servizio bar e un ampio parcheggio per auto e camper.
Il pomeriggio, non distante dal palazzetto, potrete assistere alla sfilata dei famosi carri del carnevale di Viareggio, in un tripudio di colori, musiche e balli. Vi aspettiamo alla gara e vi auguriamo un buon divertimento al Carnevale di Viareggio!

Per ricerca alloggio/albergo, contattare:

**AGENZIA VIAGGI EVENTOURS** di Viareggio - 0584 1640198 info@eventours.it