

APPENDICE PROGRAMMA KUMITE “TIPO TRADIZIONALE”

A - Kihon Ippon Kumite

- Età: da 6 anni a 14 anni (categorie regolamento USacli Camdo Nazionale)
Gradi: da cintura bianca a marrone
Tecniche: solo tecniche base; oi zuki jodan e chudan, mae geri, yoko geri
obbligo avvisare la tecnica nel momento in cui si scende in guardia (kamae)
uke, solo attacchi destri, tori solo parate sinistre
tori, contracco libero, purchè inverso alla parata (-se parata dx contrattacco sx-)
Protezioni obbligatorie:
esclusivamente paradenti e conchiglia per i maschi, corpetto per le femmine
altre protezioni NON sono consentite
Arbitraggio: specchio + arbitrator; hantei con bandiera o braccia verso l'alto
No prolungamento incontro (enchosen), No parità (ikiwake), decisione diretta dei giudici

B - Jyu Ippon Kumite

- Età: da 11 a 17 anni (categorie regolamento USacli/Camdo Nazionale)
Gradi: da cintura verde a cintura nera
Tecniche: solo tecniche di base (avanzamenti); oi zuki jodan e chudan, mae geri, yoko geri, mawashi
obbligo avvisare la tecnica nel momento in cui si scende in guardia (kamae)
uke, attacchi di destra o sinistra (purchè siano avanzamenti)
tori, contracco libero, purchè inverso alla parata (-se parata dx contrattacco sx-)
Protezioni obbligatorie:
esclusivamente paradenti e conchiglia per i maschi, corpetto interno per le femmine
altre protezioni NON sono consentite
Arbitraggio: specchio + arbitrator; hantei con bandiera o braccia verso l'alto
No prolungamento incontro (enchosen), No parità (ikiwake), decisione diretta dei giudici

C - Shobu Ippon Kumite

- Età: juniores - seniores - over (categorie regolamento USacli/Camdo Nazionale)
Gradi: da cintura blu a cintura nera
Tecniche: incontro di combattimento libero, si conclude al raggiungimento di **un solo Ippon**

Protezioni obbligatorie:
paradenti e conchiglia per i maschi, corpetto per le femmine, guantini
è consentito munirsi di parastinchi (senza avampiede)

Arbitraggio: specchio + arbitrator

Regole e terminologia: applicazione regolamento Kumite USacli Camdo Nazionale

Ottobre 2104

USacli CAMDO Nazionale

Il Coordinatore
Michele Julitta

