12.a FESTA DEL KARATE – BAREGGIO, 29 NOVEMBRE 2026



PREMESSA

La nostra "Festa del Karate" è una manifestazione pensata principalmente per regalare una giornata di sport, divertimento e socializzazione, oltre che di avvicinamento all'attività agonistica, anche per quei bambini e ragazzi che normalmente nelle nostre palestre non fanno gare.
Per questo motivo cerchiamo di far fare a tutti, indipendentemente dall'età e categoria di appartenenza, più prove, sempre nello spirito della nostra disciplina, che da sempre include differenti specialità: Kihon, Kata e Kumite.

Pertanto,

Per i più piccoli (cat. U6 – U10), è prevista una "combinata" composta da 3 prove: una di abilità motorie (il percorso), una prova tecnica di Kata/Kihon o "prova libera" e il "palloncino" o Kumite dimostrativo.
N.B.: i bambini più piccoli di 3 e 4 anni faranno solo 2 prove: percorso e palloncino

Per i più grandi (cat. U12, U14, Cadetti, Juniores), è prevista invece una "mini-combinata", composta dalle due "classiche" prove tecniche: Kata e Kumite, in modo che anche chi si è già iniziato a "specializzare" in una delle due discipline per l'attività agonistica, sia stimolato ad effettuare una prova anche nella specialità che normalmente esegue di meno.

TUTTI i partecipanti verranno premiati !!!

CATEGORIE

Compatibilmente con età e grado dei partecipanti, saranno composte le seguenti categorie:

CATEGORIE DI RIFERIMENTO			
CATEGORIA	**ETÀ**	**ANNO DI NASCITA**	**SUDDIVISIONE GRADO**
U6	3-4-5 anni	2021/2023	B/G – A/V/B
U8	6-7	2020/2019	B/G – A/V/B
U10	8-9 anni	2018/2017	B/G – A/V/B
U12	10-11 anni	2016/2015	B/G/A - V/B/M
U14	12-13 anni	2014/2013	B/G/A - V/B/M
Cadetti	14-15 anni	2012/2011	B/G/A - V/B/M/N
Juniores	16-17 anni	2010/2009	B/G/A - V/B/M/N

N.B.:
Fino alla cat. U14, per tutte le prove (kata e kumite inclusi), non sarà fatta distinzione fra maschi e femmine, che quindi gareggeranno assieme.

PROVE

"COMBINATA" U6-U8

- PERCORSO (nuovi percorsi U6-U8, vedi allegato)
- PROVA TECNICA – PALLONCINO (20")
- PROVA LIBERA, a scelta fra:
  - KATA: di stile o di libera composizione
  - KIHON: anche misto con "tecniche acrobatiche" (salti, capovolte, ruote, ecc.)
  - KUMITE "DIMOSTRATIVO" (20"): fra due bambini della stessa palestra

"COMBINATA" U10 :

- PERCORSO (nuovo percorso U8, vedi allegato)
- PROVA TECNICA KUMITE, a scelta:
  - KUMITE "DIMOSTRATIVO" (30"): fra due ragazzi della stessa palestra
  - PALLONCINO (30") – Per ragazzi che hanno timore del combattimento a 2
- PROVA KATA, a scelta:
  - Kata di stile o di libera composizione

N.B.: NUOVI PERCORSI U6-U8 su allegato "Regolamento settore giovanile Fijlkam" (vedi anche "link" ai filmati sul documento)

"MINI-COMBINATA" U12 / U14 / Cadetti / Juniores:

- **U12,U14,Cadetti e Juniores** effettueranno una "mini-combinata" composta da:
  - KATA: Kata di stile o di libera composizione
  - KUMITE: Kumite con **regol. U14** (60")

!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!! **NOTA BENE** !!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!

- **KUMITE DIMOSTRATIVO** (cat. U6-U10):
  - Prevede l'utilizzo delle protezioni (guantini e paratibie).
  - Non è ammesso nessun tipo di contatto!
  - DURATA: 20"/30"

- **KUMITE Reg. U14 (valido anche per Cadetti e Juniores):**
  - Prevede l'utilizzo delle protezioni: guantini, paratibie, paraseno e/o corpetto. Opzionali ma consigliate: paradenti e conchiglia
  - Ammesso leggero "Skin -Touch" al corpo
  - Non è ammesso alcun contatto al viso
  - Non sono ammesse le proiezioni
  - DURATA: 60"