

## **CORSO E TORNEO GIOVANILE ATJB DI NAGE-NO-KATA**

No 3553

**Data:** domenica 31 gennaio 2016

**Luogo:** Bellinzona, dojo Judo Budo Club

**Orari corso:** Ore 10.00 alle ore 12.00

**gara:** Ore 13.45 alle ore 15.30 circa

**Validità:** Il corso sarà iscritto nella licenza FSJ al termine della giornata.

**Iscrizioni:** Essendo un corso omologato FSJ, è necessaria l'iscrizione (sito FSJ, Willy)

**Pranzo:** Ai partecipanti al corso sarà offerto il pranzo (spaghetтата). Agli accompagnatori viene chiesto un contributo di CHF 5.-.  
Per motivi organizzativi è necessario confermare la presenza al momento dell'iscrizione.

### **CORSO PREPARATORIO omologato FSJ**

Prima della gara si terrà un corso nel quale saranno puntualizzati modo di presentazione e valutazione, con accento sui principali requisiti di un buon nage-no-kata giovanile.

Vi possono partecipare tutti i giovani iscritti alla gara, ogni altro interessato, monitori e giurati.

Il corso è gratuito e diretto dal delegato ATJB.

### **GARA di NAGE-NO-KATA**

#### **1. Iscrizioni**

Il Club di appartenenza iscrive ogni coppia indicando cognome, nome, anno di nascita, categoria, grado kyu e gruppo presentato, usando il formulario allegato.

#### **2. Partecipanti**

Possono partecipare alla gara coppie di scolari A, cadetti, junior, maschi e femmine.

#### **3. Categorie**

A. Scolari A+B U13 – U 15

B. Cadetti e Junior fino a cintura blu U 18- U 21

C. Cadetti e Junior da cintura marrone U 18- U 21

#### **4. Presentazione del nage-no-kata**

A. Scolari presentano il 2° gruppo (Koshi-Waza)

B. C. Cadetti, Junior presentano i primi 3 gruppi, è ammessa la presentazione del Kata Guruma in ginocchio.

Presentazione del kata completo fuori gara. Gli interessati che per motivi di preparazione ad un esame o altro desidera presentare il kata per un giudizio, sono pregati di annunciarsi al momento dell'iscrizione.

#### **5. Età**

- Se in una coppia i concorrenti fanno parte di categorie diverse, la coppia gareggia nella categoria superiore.
- Se la differenza tra i due partecipanti è superiore ad una categoria la giuria valuta se fare gareggiare i concorrenti nella categoria intermedia oppure in quella più alta.

## 6. Giuria

La giuria sarà composta da 1 a 3 giudici selezionati dal comitato ATJB. In caso di numerosa partecipazione è possibile che la gara si svolga su due tatami.

Alla fine della presentazione del primo kata di ogni categoria, la giuria si riunisce per definire la base di valutazione.

## 7. Formula di gara e premiazione

Gara di coppia, tutti contro tutti, una coppia alla volta. Ordine di apparizione secondo sorteggio.

Ogni giurato esprime individualmente la propria nota.

Il voto della giuria è inappellabile.

Il totale delle note da la valutazione finale attribuita alla coppia in gara.

In caso di parità fa stato la miglior nota, e se di nuovo pari, la seconda migliore ed infine la terza.

### Premi

- Vengono premiate le prime tre coppie di ogni categoria.
- La migliore coppia si aggiudica il 1° rango e conquista due medaglie d'oro, la seguente due medaglie d'argento e le terze coppie due medaglie di bronzo, gli altri partecipanti la medaglia ricordo.
- Se una categoria conta solamente una coppia per ottenere una medaglia bisogna raggiungere un punteggio minimo.
  - 3 giudici 1° rango = 26 punti -- 2° rango = 25 punti -- 3° rango = 24 punti
  - 2 giudici 1° rango = 17.4 punti -- 2° rango = 16.7 punti -- 3° rango = 16 punti
  - 1 giudice 1° rango = 8.7 punti -- 2° rango = 8.4 punti -- 3° rango = 8 punti

## 8. Valutazioni

Ogni giudice esprime il suo apprezzamento indicando la propria nota sull'apposito formulario.

## 9. Esecuzione delle forme

Esecuzione corretta delle tecniche con i tre principi base ben evidenti (kuzushi-tsukuri-kake) così come il gioco dei ruoli di uke e tori con attacchi, difese e contrattacchi ben definiti.

Cura particolare di nage e ukemi.

### Alcune indicazioni base:

- Cerimoniale impeccabile (come presentato al corso).
- Distanze fra i due concorrenti: circa 5 metri e 40 cm (se di piccola statura anche un po' meno).
- Ritzu rei in entrata. Ritzu rei a shomen (giuria).
- Za rei reciproco fra i due concorrenti e, in piedi, talloni uniti, apertura in shizen hon tai.
- Inizio dell'esecuzione tecnica.
- Al termine: chiusura, za rei reciproco fra i due concorrenti, ritzu rei a shomen, ritzu rei in uscita dal tatami (zona di gara).

## 10. Filmati

In nessun caso la giuria esaminerà un filmato e quest'ultimo non potrà modificare la valutazione (giudizio/nota) espresso dai giurati.

Il giudizio iniziale della giuria è inappellabile.