



REGLAMENTO “KARATE DIVERTIT”

1. INTRODUCCIÓN:

El circuito “Karate Divertit” tiene como objetivo principal la promoción del karate de base. Se crea con la pretensión de que sea un producto atractivo para todos los que se inician en las competiciones de karate. Busca que, tanto los participantes como sus familiares, se lleven a casa la sensación de disfrute y diversión practicando el deporte que les gusta. Para ello se ha elaborado un circuito de campeonatos en los que se competirá mediante un formato novedoso por equipos, compuestos por participantes de todos los clubes.

Además con ella se pretende que los participantes se interesen por la competición y promocionen hacia las competiciones oficiales, por ello NO se permite la participación de la élite en este tipo de competiciones.

2. CATEGORÍAS:

Menuts. Nacidos en 2013, 2014, 2015

Menuts Mixto	Todos los cinturones
--------------	----------------------

Alevín. Nacidos en 2011 y 2012

Alevín Mixto Principiante	De blanco a amarillo-Naranja
Alevín Mixto Avanzado	De naranja en adelante

Infantil. Nacidos en 2009 y 2010.

Infantil Mixto Principiante	De blanco a amarillo-Naranja
Infantil Mixto(repartido) Avanzado	De naranja en adelante

Juvenil. Nacidos en 2007 y 2008.

Juvenil Mixto Principiante	De blanco a Naranja
Juvenil Mixto(repartido) Avanzado	De naranja-verde en adelante



3. ÁREA DE COMPETICIÓN:

- El área de competición será denominada como "ZONA", seguida del número que le corresponda.
- Cada "Zona" de competición estará compuesta por 4 tatamis de 5x5 metros.
- En los dos extremos de la "zona" se situarán los tatamis "A" y "B", en los cuales se disputarán las rondas clasificatorias.
- En los dos tatamis centrales de la "zona" se situará el "tatami de Final" y el "tatami de repesca"

Todos los competidores estarán distribuidos por equipos, en sus respectivos bancos, animando a sus equipos. Los bancos se situarán al fondo de las zonas, para que puedan seguir los progresos de su equipo en el campeonato.

4. TIPO DE ACTIVIDAD:

El formato de competición consta de 6 fases:

1º Fase: Reparto de pegatinas identificativas y del orden de salida.

En esta fase se pasará lista y se le repartirá a cada competidor la pegatina identificativa de su equipo.

A continuación se les conducirá a la zona de espera correspondiente a su equipo.

Además se establecerá el orden en el que saldrán a competir. Este paso se repetirá alternando el orden para la modalidad de kumite, tratando de evitar los mismos enfrentamientos.

En el caso de que los equipos no sean de la misma cantidad de gente, o ante la ausencia de algún competidor, la organización establecerá que competidores deberán repetir. Esta decisión será tomada antes de iniciar la categoría y de forma aleatoria.

2º Fase: Fase técnica de kata. (ronda clasificatoria)

En esta fase los competidores que tengan el número 1 saldrán al tatami a competir con el kata correspondiente.

El equipo rojo competirá siempre contra el azul en un tatami y el verde contra el amarillo en otro tatami.

Los ganadores de ambos tatamis serán llevados al tatami de final donde se jugarán el 1º o 2º puesto.

Los perdedores de ambos tatamis serán llevados al tatami de repesca donde se jugarán el 3º o 4º puesto.

3º Fase: Fase final de kata. (ronda final)

Esta ronda comienza una vez llegan los primeros competidores a los tatamis y se irán resolviendo los enfrentamientos conforme vayan llegando.



El ganador del tatami de final otorgará 10 puntos a su equipo. El perdedor del tatami de final otorgará 7 puntos.

El ganador del tatami de repesca otorgará 5 puntos a su equipo. El perdedor del tatami de repesca otorgará 3 puntos.

4º Fase: Fase técnica de kumite. (ronda clasificatoria)

Al inicio de esta fase se volverá a repartir los números de orden.

En esta fase los competidores que tengan el número 1 saldrán al tatami a competir en kumite.

El equipo rojo competirá siempre contra el azul en un tatami y el verde contra el amarillo en otro tatami.

Los ganadores de ambos tatamis serán llevados al tatami de final donde se jugarán el 1º o 2º puesto.

Los perdedores de ambos tatamis serán llevados al tatami de repesca donde se jugarán el 3º o 4º puesto.

5º Fase: Fase final de kumite. (ronda final)

Esta ronda comienza una vez llegan los primeros competidores a los tatamis y se irán resolviendo los enfrentamientos conforme vayan llegando.

El ganador del tatami de final otorgará 10 puntos a su equipo. El perdedor del tatami de final otorgará 7 puntos.

El ganador del tatami de repesca otorgará 5 puntos a su equipo. El perdedor del tatami de repesca otorgará 3 puntos

6º Fase: Recuento final de puntos y entrega de premios.

En esta fase se actualizan los marcadores para comprobar los resultados finales de la competición y se premia a los equipos según la posición en la que hayan acabado.

5. PROGRAMAS TÉCNICOS

Las especialidades técnicas estarán divididas en Kata (forma) y Kumite (combate).

Los niveles de dificultad en la especialidad de kata y de kumite son elaborados para permitir una introducción gradual de las reglas de WKF. Los niños/as podrán participar en los diferentes tipos de competición de acuerdo a sus edades y a la experiencia adquirida en la práctica del karate.



En cada jornada del circuito se podrá optar por desarrollar uno o dos programas técnicos por especialidad técnica y por categoría. De forma que los competidores realizarán en cada campeonato un mínimo de dos pruebas diferentes (1 de kata y 1 de kumite) y un máximo de cuatro pruebas diferentes (2 de kata y 2 de kumite) en función de lo que dictamine la organización.

En cualquier caso la prueba de la final siempre será la de kata tradicional en la modalidad de Kata o la de Shiai Kumite en la modalidad de Kumite (O sus respectivas adaptaciones a la edad correspondiente).

La prueba que puede variar será la de la fase técnica, en la que la organización del campeonato, decidirá qué programa técnico va a desarrollarse.

A continuación se detallan los diversos programas técnicos que pueden componer una jornada del circuito de “karate divertit”:





MODALIDAD	KATA					KUMITE			
FASES	FASE TÉCNICA			FASE FINAL		FASE TÉCNICA		FASE FINAL	
CATEGORÍAS	Series técnicas	Kihon Memory	Kata Tradicional	Series técnicas	Kata Tradicional	Fundamentos técnicos frente al saco	Fundamentos técnicos + reacción	Kumite con pañuelos	Shiai Kumite
Menuts	Serie Tsuki Serie Mixta Serie Geri	Memorización de 2 técnicas		Serie Tsuki Serie Mixta Serie Geri		20" Combinaciones	Colores: Rojo: Tsuki Azul: Geri	30" o 4 puntos	
Alevín Principiante		Memorización de 3 técnicas	Lista de katas 1 (Podrá repetir)		Lista de katas 1 (Podrán repetir)	30" Combinaciones	Colores: Rojo: Kizami tsuki Verde: Gyako tsuki Azul: Mawashi Geri	30" o 4 puntos	
Alevín Avanzado		Memorización de 3 técnicas	Lista de Katas 2 (No podrá repetir)		Lista de katas 2 (No podrán repetir)	30" Combinaciones	Colores: Rojo: Kizami tsuki Verde: Gyako tsuki Azul: Mawashi Geri	30" o 4 puntos	
Infantil Principiante		Memorización de 3 técnicas	Lista de katas 1 (Podrá repetir)		Lista de Katas 1 (Podrán repetir)	30" Combinaciones	Colores: Rojo: Kizami tsuki Verde: Gyako tsuki Azul: Mawashi Geri		Tiempo: 1 minuto Protecciones obligatorias
Infantil Avanzado		Memorización de 3 técnicas	Lista de katas 2 (No podrá repetir)		Lista de katas 2 (No podrán repetir)	30" Combinaciones	Colores: Rojo: Kizami tsuki Verde: Gyako tsuki Azul: Mawashi Geri Amarillo: Uramawashi		Tiempo: 1 minuto Protecciones obligatorias
Juvenil Principiante		Memorización de 4 técnicas	Lista de Katas 1 (Podrá repetir)		Lista de katas 2 (Podrán repetir)	30" Combinaciones	Colores: Rojo: Kizami tsuki Verde: Gyako tsuki Azul: Mawashi Geri Amarillo: Uramawashi		Tiempo: 1 minuto Protecciones obligatorias
Juvenil Avanzado		Memorización de 4 técnicas	Lista de Katas 2 (No podrán repetir)		Lista de katas 2 (No podrán repetir)	30" Combinaciones	Colores: Rojo: Kizami tsuki Verde: Gyako tsuki Azul: Mawashi Geri Amarillo: Uramawashi		Tiempo: 1 minuto Protecciones obligatorias



4.1 KATA:

A. Series Técnicas.

Objetivos principales:

- a. Ejecutar correctamente las técnicas básicas del karate.
- b. Desarrollar los fundamentos para una buena ejecución del kata.

Material necesario: Ninguno

Desarrollo de la prueba:

- a. Esta prueba se realizará de forma mixta (niños y niñas)
- b. Los dos competidores realizarán los ejercicios al mismo tiempo.
- c. El juez indicará la salida con la orden de “Hajime” y los competidores se colocarán en la posición de zenkutsu dachi y gedan barai preparados para empezar.
- d. El juez contará cada una de las técnicas que deben realizar los competidores.
- e. Se realizará el grito de kiai en la última técnica de cada línea
- f. Las posibles series técnicas a ejecutar son **tres**:
 - 1- Serie técnica Tsuki: 4 pasos con oi tsuki yodan avanzando. 4 pasos con age uke retrocediendo. 4 pasos con oi tsuki chudan avanzando. 4 pasos con uchi uke retrocediendo.
 - 2- Serie técnica Geri: 4 pasos con mae geri avanzando. 4 pasos con gedan barai retrocediendo. 4 pasos con mawashi geri avanzando. 4 pasos con shuto uke kokutsu dachi retrocediendo.
 - 3- Serie mixta: 4 pasos oi tsuki yodan avanzando. 4 pasos con age uke retrocediendo. 4 pasos con mae geri avanzando. 4 pasos con gedan barai retrocediendo.
- g. La serie técnica a desarrollar vendrá concretada en la convocatoria de cada jornada del circuito.

B. Kihon Memory.

Objetivos principales:

- a. Desarrollar la capacidad de retención y ejecución de técnicas en situaciones de activación intensa.
- b. Desarrollar los fundamentos para una buena ejecución del kata.

Material necesario: Láminas con números del 1 al 5 y láminas con las técnicas dibujadas.

Desarrollo de la prueba:

- a. Esta prueba se realizará de forma mixta (niños y niñas)
- b. Los dos competidores realizarán los ejercicios al mismo tiempo.
- c. El juez indicará la salida con la orden de “Hajime” y los competidores saldrán corriendo desde la zona de salida hasta la zona de las láminas.
- d. En la zona de las láminas los competidores se encontrarán con:
 - **X láminas con dibujo y la técnica que deberán memorizar.**
 - Estas láminas las irá modificando el JUEZ en cada enfrentamiento.



- e. Los competidores deberán memorizar lo antes posible las técnicas de las láminas y volver a la zona de salida.
- f. En la zona de salida deberán realizar las técnicas memorizadas, en el orden correcto y desplazando un paso hacia delante con cada técnica.
- g. En caso de no recordarlas pueden volver tantas veces como quieran a la zona de las láminas.
- h. Si pasado un minuto, ninguno de los competidores ha sido capaz de realizar la secuencia correcta, el juez determinará el ganador según los criterios generales de Kata.

C. Kata de estilo tradicional.

Objetivos principales:

- a. Aproximar a los competidores al reglamento oficial de Kata.
- b. Ejecutar correctamente los katas tradicionales de karate.

Material necesario: Ninguno

Desarrollo de la prueba:

- a. Esta prueba se realizará de forma mixta (niños y niñas) en cualquiera de las categorías.
- b. Los competidores esperarán fuera del tatami hasta que les toque realizar su trabajo. Cuando sea su turno de realizar el kata, saludarán, entrarán al tatami, anunciarán el nombre del kata y esperarán la señal de “Hajime” del juez para comenzar su kata. Al terminar el kata esperará fuera del tatami a la decisión arbitral.
- c. Los competidores **realizarán el kata** al mismo tiempo.
- d. Los competidores podrán elegir libremente el kata a realizar, teniendo en cuenta la lista de katas correspondiente a su categoría:

Lista de katas 1: Shodan, Nidan, Sandan (Heian o Pinan), Geki Sai Dai Ichi

Lista de katas 2: Shodan, Nidan, Sandan, Yondan, Godan (Heian o Pinan), Geki Sai Dai Ichi, Geki Sai Dai Ni

- e. En los circuitos que se requiera realizar más de un kata, solo podrán repetir kata las categorías de principiantes de alevín, infantil y juvenil.

4.2 KUMITE:

D. Fundamentos técnicos frente al saco

Objetivos principales:

- a. Adquirir los fundamentos del kumite.
- b. Proporcionar seguridad en el aprendizaje de los fundamentos del kumite.



Material necesario: Saco de golpeo

Desarrollo de la prueba:

- a. Esta prueba se realizará de forma mixta (niños y niñas)
- b. Los dos competidores realizarán los ejercicios al mismo tiempo. Se alinearán en el perímetro del área de competición mirando al Juez.
- c. Después de saludar al panel arbitral, se dirigirán al punto de comienzo (cada uno en su línea frente al saco). El juez indicará el inicio con la orden de “Hajime” y los competidores comenzarán a moverse en la guardia de combate.
- d. Deberán realizar técnicas al saco, simples o combinadas, de puño y de pierna respetando la distancia. Las técnicas no podrán tocar el saco y cuando queden hasta 10 cm del saco, se considerarán correctas.
- e. El deportista deberá realizar distintos tipos de desplazamientos, acciones defensivas de brazos, esquivas, amagos, fintas y otras acciones técnicas sin finalidad puntuadora.
- f. Las especificaciones de cada categoría son las siguientes:
Menuts: 20” y combinaciones libres.
Resto de las categorías: 30” y combinaciones libres.

E. Fundamentos técnicos frente al saco + reacción

Objetivos principales:

- a. Estimular la velocidad de reacción en los principales gestos técnicos de kumite.
- b. Potenciar los principales gestos técnicos de kumite

Material necesario: Saco de golpeo y anotador de puntos

Desarrollo de la prueba:

- a. Esta prueba se realizará de forma mixta (niños y niñas)
- b. Los dos competidores realizarán los ejercicios al mismo tiempo. Se alinearán en el perímetro del área de competición mirando al Juez.
- c. Después de saludar al panel arbitral, se dirigirán al punto de comienzo (cada uno en su línea frente al saco). El juez indicará el inicio con la orden de “Hajime” y los competidores comenzarán a moverse en la guardia de combate.
- d. El Juez anunciará un color, de los posibles en la categoría en cuestión, y los competidores deberán ejecutar correctamente y antes que el contrario la técnica asignada a ese color.
- e. Los competidores no podrán rebasar la línea de distancia mínima al saco, hasta que el juez anuncie el color.
- f. Las técnicas no podrán tocar el saco y cuando queden hasta 10 cm del saco, se considerarán correctas.
- g. La asignación de técnicas a cada color es la siguiente:
+ Menuts: Rojo: cualquier técnica de tsuki
Azul: cualquier técnica de geri.

+ Alevín e: Rojo: Kizami tsuki
Infantil Verde: Gyako tsuki
Iniciación Azul: Mawashi geri



+ Infantil Rojo: Kizami tsuki
Avanzado Verde: Gyako tsuki
y Juvenil: Azul: Mawashi geri
Amarillo: Ura mawashi geri

- h. El juez asignará, tras cada acción, un punto al competidor que antes realice la técnica adecuada con la forma correcta. En caso de máxima igualdad en la acción (tanto en velocidad como en forma) el árbitro puede determinar empate y no contabilizar la acción para ninguno.
- i. El ganador de la prueba será el primero que llegue a 5 puntos.

F. Kumite adaptado con robo de pañuelos:

Objetivos principales:

- a. Adquirir los principios fundamentales del kumite en situación de lucha contra un adversario.
- b. Aumentar la confianza del competidor en situaciones de lucha, a través del juego.

Material necesario: 8 pañuelos, 4 rojos, 4 azules

Desarrollo de la prueba:

- a. Esta prueba se realizará de forma mixta (niños y niñas)
- b. Los dos competidores se enfrentarán al mismo tiempo. Se alinearán en el perímetro del área de competición mirando al Juez.
- c. **Cada competidor se colocará cuatro pañuelos, colgando dos de ellos cerca de los hombros, y dos de ellos a la altura chudan.**
- d. Después de saludar al panel arbitral, se dirigirán al punto de comienzo. El juez indicará el inicio con la orden de “Hajime” y los competidores comenzarán a moverse en la guardia de combate, y tratarán de coger los pañuelos, siempre en guardia y realizando desplazamientos de combate.
- e. **Ganará el que más pañuelos robe, y en caso de empate, el árbitro tomará la decisión basándose en la forma de desplazar y la actitud de combate que hayan tenido los competidores. Si un competidor consigue robar los 4 pañuelos antes del final del enfrentamiento será el ganador automáticamente. Al coger los pañuelos, se lanzarán fuera del tatami.**
- f. Las acciones de ataque serán ejecutadas limpiamente, evidenciando que la intención es alcanzar el pañuelo del adversario sin entorpecer el trabajo de ataque del mismo (no se pueden agarrar con las manos los pañuelos propios)
- g. El juez tendrá en cuenta aquellas acciones de ataque que no se ajusten a lo definido anteriormente, y podrá hablar con los competidores si es necesario, siempre después de detener el enfrentamiento y con el cronómetro parado.
- h. Quedan prohibidas las acciones de desequilibrio, barrido o proyecciones
- i. Se penalizará con Mubobi las acciones en las que, para acercarse al contrincante, el competidor entre agachado con la cabeza por delante.



- j. Cualquiera de las penalizaciones se considerará como avisos al infractor, con un mero carácter didáctico y educativo.

G. Shiai Kumite adaptado.

Objetivos principales:

- Poner en práctica los fundamentos técnicos, tácticos, físicos y psicológicos adquiridos del kumite.
- Aproximar a los competidores al reglamento oficial de Kumite.

Material necesario: Competidores: Protecciones.

Desarrollo de la prueba:

- Para esta prueba se clasificará a los competidores por sexo.
- Los dos competidores se enfrentarán al mismo tiempo. Se alinearán en el perímetro del área de competición mirando al Juez.
- Después de saludar al panel arbitral, se dirigirán al punto de comienzo. El juez indicará el inicio con la orden de “Hajime” y los competidores comenzarán a moverse en la guardia de combate
- Se aplicará el reglamento oficial de la RFEK, adaptando algunos aspectos:
 - + Los combates durarán 1 minuto, sin la posibilidad de pedir tiempo muerto. Cuando falten 15 segundos el árbitro anunciará el atoshi baraku.
 - + SIN contacto a nivel jodan. Se permite contacto ligero a nivel chudan. Las técnicas jodan o chudan realizadas a 10cm del objetivo se considerarán válidas.
 - + El sistema de arbitraje será con un único juez, que tomará las decisiones referentes al combate, tanto de puntuación como de penalizaciones.
- Serán obligatorias las siguientes protecciones: Casco, bucal, peto, coquilla masculina, guantillas y espinilleras con pie, siendo indiferente el color de las mismas.
- Serán optativas las siguientes protecciones: antebrazos y protector de pecho femenino.

6. PANEL DE JUECES:

- Cada “zona” contará con un total de 6 jueces.
- Todas las pruebas, serán arbitradas por un único juez.
- La prueba del “Shiai Kumite” será arbitrada por un juez, y cronometrada por otro juez.
- Los jueces no llevarán bandera. Darán su veredicto con el gesto de levantar el brazo del lado ganador.

7. CRITERIOS PARA LA DECISIÓN:

- En la modalidad de **KATA los criterios generales** a tener en cuenta en cada una de las pruebas son los siguientes:
 - + Buen timing, ritmo, velocidad, equilibrio.



c. **Funciones específicas** de cada puesto de personal de organización.

+ Persona de enlace 1 y 2: Encargados de la zona A

- a. Llamar y acompañar a los dos competidores que tengan el número que corresponda.
- b. Acompañar al ganador al tatami de Final y al perdedor al tatami de Repesca e indicarle los nombres al personal de mesa.
- c. Comprobar que el personal de mesa ha podido anotar los puntos conseguidos por cada uno en los tatamis de Final y de Repesca.
- d. Acompañar a los competidores que ya han terminado su prueba a los bancos y preparar a los siguientes.
- e. Cronometrar o anotar puntos si fuera necesario en alguna de las pruebas

+ Persona de enlace 3 y 4: Mismas funciones que el 1 y 2 pero en la zona B

+ Persona de marcador:

1- Anotar los puntos correspondientes de su tatami:

+ El mesa del tatami de Final anotará:

10 Puntos al ganador y 7 puntos al perdedor

+ El mesa del tatami de Repesca anotará:

5 puntos al ganador y 3 puntos al perdedor

2- Comprobar en las listas las puntuaciones y señalarlas en la pizarra-marcador.

9. ENTRENADORES:

- a. Los entrenadores deben disfrutar de los eventos, facilitando la labor de la organización, pero no realizarán funciones de coach.
- b. Entre sus funciones se encuentran:
 - + Pasar lista a sus alumnos e indicar a la organización la falta de asistencia de alguno de ellos, lo más rápido posible para el reajuste de los equipos.
 - + Procurar que sus alumnos tengan las protecciones preparadas en cuanto termine todo el equipo con la modalidad de kata.
 - + Durante la competición no es aconsejable que den indicaciones a sus alumnos, es preferible que se mantengan en la zona destinada a ellos, animando y tomando sus notas correspondientes.