

## REGOLAMENTO GARE MSP PRE AGONISTI

### FIGHTING SYSTEM

#### **CLASSE BAMBINI GRUPPO A M/F (2009-2008)**

GLI ATLETI EFFETTUERANNO AZIONI PROPEDEUTICHE AL COMBATTIMENTO CON PARTENZA GINOCCHIO SINISTRO A TERRA E PRESE AL KEIKOGI GIA IMPOSTATE. DURATA DELL'INCONTRO 1,30 MINUTI NON EFFETTIVI, OSAE KOMI A 10 SECONDI WAZA ARI (UN PUNTO), 15 SECONDI IPPON (DUE PUNTI) E FINE COMBATTIMENTO PRIMA DEL TEMPO AL RAGGIUNGIMENTO DI DUE IPPON (QUATTRO PUNTI).

#### **CLASSE BAMBINI GRUPPO B M/F: (2007-2006)**

GLI ATLETI EFFETTUERANNO AZIONI PROPEDEUTICHE AL COMBATTIMENTO IN SECONDA E TERZA FASE CON PARTENZA IN PIEDI E PRESE AL KEIKOGI GIA IMPOSTATE. DURATA DELL'INCONTRO 1,30 MINUTI NON EFFETTIVI, OSAE KOMI A 10 SECONDI WAZA ARI (UN PUNTO), 15 SECONDI IPPON (DUE PUNTI) E FINE COMBATTIMENTO PRIMA DEL TEMPO AL RAGGIUNGIMENTO DI TRE IPPON, DI CUI UNO IN UNA DELLE DUE FASI E GLI ALTRI DUE IPPONE NELLA FASE RESTANTE.

#### AZIONI VIETATE:

- SUTEMI WAZA, PRESE ALLE GAMBE, AVVOLGIMENTI DEL COLLO;
- LEVE E STRANGOLAMENTI.

#### **CLASSE RAGAZZI (2005/2004):**

SVOLGERANNO AZIONI PROPEDEUDICHE AL COMBATTIMENTO DI PRIMA, SECONDA E TERZA FASE DI FIGHTING SYSTEM. DURATA DELL'INCONTRO 2,30 MINUTI EFFETTIVI.

#### AZIONI VIETATE:

- OGNI TIPO DI ATEMI AL VOLTO, OGNI TIPO DI CALCIO AL CORPO E AL VISO;
- SUTEMI WAZA, PRESE ALLE GAMBE, AVVOLGIMENTI DEL COLLO;
- LEVE E STRANGOLAMENTI.

FINE DELL'INCONTRO PRIMA DEL LIMITE AL RAGGIUNGIMENTO DI UN IPPON PER OGNI FASE.

#### **CLASSE RAGAZZI (2003):**

SVOLGERANNO AZIONI PROPEDEUDICHE AL COMBATTIMENTO DI PRIMA, SECONDA E TERZA FASE DI FIGHTING SYSTEM. DURATA DELL'INCONTRO 3,00 MINUTI EFFETTIVI.

#### AZIONI VIETATE:

- OGNI TIPO DI ATEMI AL VOLTO, OGNI TIPO DI CALCIO FRONTALE AL CORPO E CIRCOLARE AL VISO, SARANNO PREVISI I CALCI CIRCOLARI AL CORPO;
- SUTEMI WAZA, PRESE ALLE GAMBE, AVVOLGIMENTI DEL COLLO;
- LEVE E STRANGOLAMENTI.

FINE DELL'INCONTRO PRIMA DEL LIMITE AL RAGGIUNGIMENTO DI UN IPPON PER OGNI FASE.

## **CLASSE ESORDIENTI:**

COME DA REGOLAMENTO INTERNAZIONALE. SVOLGERANNO AZIONI DI COMBATTIMENTO IN PRIMA, SECONDA E TERZA FASE DI FIGHTING SYSTEM. DURATA DELL'INCONTRO 3,00 MINUTI EFFETTIVI.

FINE DELL'INCONTRO PRIMA DEL LIMITE AL RAGGIUNGIMENTO DI UN IPPON PER OGNI FASE.

## **DUO BASIC:**

### **CLASSI BAMBINI, FANCIULLI, RAGAZZI.**

NEL DUO BASIC SONO PREVISTI SOLO LA PRIMA E SECONDA SERIE. GLI ATLETI VERRANNO CHIAMATI IN COPPIA ED ESEGUIRANNO SOLO 3 TECNICHE DI OGNI SERIE ESEGUENDO PRIMA LA COPPIA ROSSA DOPO LA COPPIA BLU, NON SARA' L'ARBITRO CHE DECIDERA' LE TECNICHE MA GLI ATLETI E, IL PRE ATTACCO NON E' OBLIGATORIO.

LE CATEGORIE SARANNO SUDDIVISE IN MASCHILE, FEMMINILE E MISTO, SE UNA COPPIA SI TROVA SOLA

L'ORGANIZZAZIONE PUO' DECIDERE DI SPOSTARLA NELLA CATEGORIA DOVE CI SONO MENO COPPIE.

### **RAGAZZI, RAGAZZI 2003**

NEL DUO BASIC SONO PREVISTI SOLO LA PRIMA E SECONDA SERIE. GLI ATLETI VERRANNO CHIAMATI IN COPPIA ED ESEGUIRANNO SOLO 3 TECNICHE DI OGNI SERIE ESEGUENDO PRIMA LA COPPIA ROSSA DOPO LA COPPIA BLU, SARA' L'ARBITRO CHE DECIDERA' LE TECNICHE TRA LE 5, GLI ATLETI ESEGUIRANNO LA TECNICA CHIAMATA A SORTEGGIO IL PRE ATTACCO E' OBLIGATORIO.

LE CATEGORIE SARANNO SUDDIVISE IN MASCHILE, FEMMINILE E MISTO, SE UNA COPPIA SI TROVA SOLA

L'ORGANIZZAZIONE Puo' DECIDERE DI SPOSTARLA NELLA CATEGORIA DOVE CI SONO MENO COPPIE.

**DUO SYSTEM:**

**CLASSE ESORDIENTI/CADETTI. JUNIOR/SENIOR**

COME DA REGOLAMENTO INTERNAZIONALE.

LE CATEGORIE SARANNO SUDDIVISE IN MASCHILE, FEMMINILE E MISTO.

**PRIMA SERIE DUO SYSTEM**

**Prima Tecnica**  
Preso al polso



**Seconda Tecnica**  
Preso al bavero



**Terza Tecnica**  
Scelta tra strangolamento:  
- frontale  
- da dietro



**Quarta tecnica**  
Strangolamento  
laterale



**Quinta Tecnica**  
Preso alla spalla



**SECONDA SERIE DUO SYSTEM**

**Prima Tecnica**  
Scelta tra Avvolgimento Frontale:  
- Sotto le braccia;  
- Sopra le braccia.



**Seconda Tecnica**  
Scelta tra Avvolgimento da dietro:  
- Sotto le braccia;  
- Sopra le braccia.



**Terza Tecnica**  
Avvolgimento collo  
laterale



**Quarta Tecnica**  
Avvolgimento collo  
frontale



**Quinta Tecnica**  
Avvolgimento collo  
da dietro



**TERZA SERIE DUO SYSTEM**

**Prima tecnica**  
Scelta tra Tsuki:  
- volto  
- corpo



**Seconda Tecnica**  
Ago Tsuki



**Terza Tecnica**  
Mawashi Tsuki



**Quarta Tecnica**  
Mae Geri



**Quinta Tecnica**  
Mawashi Geri



**QUARTA SERIE DUO SYSTEM**

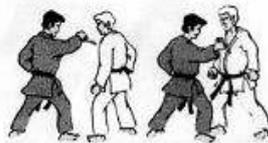
**Prima Tecnica**  
Cottellata dall'alto



**Seconda Tecnica**  
Cottellata al ventre



**Terza Tecnica**  
Scelta tra Cottellata Laterale:  
- Destra;  
- Sinistra.



**Quarta Tecnica**  
Bastonata dall'alto



**Quinta Tecnica**  
Bastonata Circolare

