

## REGOLAMENTO GARE "MSP" AIJJ SICILIA

### FIGHTING SYSTEM

#### **CLASSE BAMBINI GRUPPO A M/F (2010-2009)**

GLI ATLETI EFFETTUERANNO AZIONI PROPEDEUTICHE AL COMBATTIMENTO CON PARTENZA IN PIEDI CON LA 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). UNO PER LA SECONDA FASE E UNO PER LA TERZA FASE .

#### AZIONI VIETATE:

- TUTTI GLI ATEMI DI MANO E PIEDI;
- SUTEMI WAZA, PRESE ALLE GAMBE, AVVOLGIMENTI DEL COLLO;
- LEVE E STRANGOLAMENTI.

#### **CLASSE BAMBINI GRUPPO B M/F: (2008-2007)**

SVOLGERANNO AZIONI PROPEDEUDICHE AL COMBATTIMENTO DI PRIMA, SECONDA E TERZA FASE DI FIGHTING SYSTEM. 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 OGNI FASE.

#### AZIONI VIETATE:

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

#### **CLASSE RAGAZZI A (2006/2005):**

SVOLGERANNO AZIONI PROPEDEUDICHE AL COMBATTIMENTO DI PRIMA, SECONDA E TERZA FASE DI FIGHTING SYSTEM. DURATA DELL'INCONTRO 2,30 MINUTI EFFETTIVI. SONO PREVISTI I CALCI CIRCOLARI AL CORPO E I CALCI DIRETTI;

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

#### AZIONI VIETATE:

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

#### **CLASSE RAGAZZI B (2004):**

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

AZIONI VIETATE:

- 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, GRUPPO A E B,**

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.

**RAGAZZI. A E B**

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, L'ARBITRO CHIAMERA' UNA DELLE CINQUE TECNICHE A SUO PIACERE. IL PREATTACCO E' OBLIGATORIO.

LE CATEGORIE SARANNO SUDDIVISE IN MASCHILE, FEMMINILE E MISTO.

## DUO SYSTEM:

CLASSE ESORDIENTI/CADETTI.

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

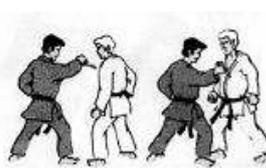
**Prima Tecnica**  
Cottellata dall'alto



**Seconda Tecnica**  
Cottellata al ventre



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



**Quarta Tecnica**  
Bastonata dall'alto



**Quinta Tecnica**  
Bastonata Circolare

