



REGOLAMENTO GARA DI DIMOSTRAZIONE A SQUADRE 2026

ABBIGLIAMENTO

Tutti gli Atleti dovranno indossare il kimono (di qualsiasi tipo e colore) con o senza hakama.

Categorie:

Le categorie, per tutte le fasce di cintura sono 4:

- **Pulcini**, da 8 ad 11 anni;
- **Speranze**, da 12 a 14 anni;
- **Juniores**, da 15 a 17 anni;
- **Seniores**, da 18 anni in poi.

Fuori Gara è prevista la partecipazione, **a scopo esclusivamente dimostrativo**, della categoria “**Ultrapulcini**”, per i bambini/e fino a 7 anni di età, con premiazioni a parte.

N.B. L'Atleta che ha l'età maggiore, anche se fa solo da Uke, comporta l'inserimento della squadra nella propria categoria.

FASCE DI CINTURA

Le fasce di cintura sono 3:

- **1^a fascia:** bianca – gialla – arancio
- **2^a fascia:** verde – blu – viola
- **3^a fascia:** marrone – nera.

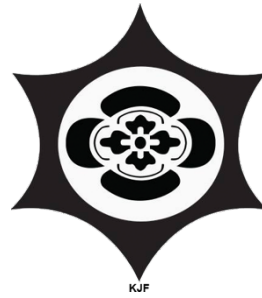
N.B. L'Atleta che ha il grado superiore, anche se fa solo da Uke, comporta l'inserimento della squadra nella fascia superiore.

NUMERO DI ATLETI PER SQUADRA

Per tutte le fasce di cintura e per tutte le categorie di età, il numero massimo di atleti consentiti è di 4 (quattro) Atleti complessivamente.

ARMI CONSENTITE E TEMPO A DISPOSIZIONE:

- **nella 1^a fascia (bianca – gialla – arancio)** non è assolutamente ammesso l'uso delle armi. Il tempo a disposizione è di 2 minuti.
- **nella 2^a fascia (verde – blu – viola)** è ammesso l'uso del bastone (di qualsiasi lunghezza), del coltello e del nunchaku. Il tempo a disposizione è di 3 minuti.
- **nella 3^a fascia (marroni e nere)** l'uso delle armi è libero, tranne che per le armi da fuoco anche se simulacri. Il tempo a disposizione è di 4 minuti.



N.B. Per tutte le categorie e fasce d'età previste, il tempo verrà conteggiato da momento d'ingresso sul tatami, indipendentemente dalla riproduzione musicale, ove prevista, e dal saluto iniziale e terminerà quando gli Atleti si fermeranno per il saluto finale.

Verrà segnalato acusticamente:

- l'inizio del conteggio del tempo;
- 10 secondi dal termine;
- lo scadere del tempo a disposizione.

Le squadre che andranno fuori tempo massimo, verranno automaticamente squalificate e non verranno accettati eventuali ricorsi in merito.

CRITERI DI VALUTAZIONE

Ci saranno 5 Arbitri che esprimeranno il loro voto palese.

Il punteggio, che va da un minimo di 7 ad un massimo di 10 e relativi decimali, valuterà la dimostrazione nella sua globalità, e cioè:

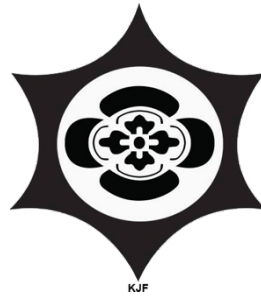
- la tecnica pura nella sua precisione, efficacia e grado di difficoltà;
- la spettacolarità, la sequenzialità delle tecniche;
- la coreografia;
- l'atleticità.

Le dimostrazioni devono avere comunque una valenza ed un contenuto tecnico consistente.

Il punteggio più alto e quello più basso verranno eliminati e la somma degli altri tre determinerà il risultato.

ELEMENTI DETERMINANTI AI FINI DEL PUNTEGGIO

1. L'efficacia delle tecniche;
2. Le situazioni create devono essere credibili e gli attacchi portati a bersaglio;
3. Sia gli attacchi che le risposte devono essere pronti e decisi;
4. La velocità di esecuzione delle tecniche e la precisione del movimento;
5. Il kimé, ovvero la contrazione muscolare-respiratoria nel momento di massimo impegno, e la concentrazione dimostrata;
6. La difficoltà oggettiva delle tecniche che richiedono movimenti combinati e coordinati;
7. Il modo di muoversi sul tatami, dal saluto iniziale a quello finale e l'impostazione di base;
8. La coreografia, ovvero la disposizione degli Atleti, l'armonia del movimento, la sequenza delle tecniche e la maniera di interpretarle;
9. La scelta di una musica adatta ai ritmi della dimostrazione;
10. Gli eventuali significati espressi dalla dimostrazione;
11. L'originalità della scelta delle tecniche e la loro progressione;



12. La bellezza estetica delle tecniche, quali proiezioni alte, colpi volanti, etc.;
13. Le qualità atletiche dimostrate dagli Atleti.

Gli Arbitri, selezionati per la loro comprovata esperienza acquisita in anni di pratica nelle Arti Marziali, valuteranno le varie prove serenamente ed equamente. Ma trattandosi di una gara di dimostrazione, la valutazione sarà necessariamente soggettiva e risentirà della formazione e dei gusti personali di ciascun Arbitro, così come in fase di costruzione ha risentito dell'influenza di ciascun Maestro ed in fase di esecuzione sarà condizionata dalla preparazione tecnica ed atletica di ciascun Jutsuka.