

GARA DI KATA 2026

KATA A MANO LIBERA

I Kata ammessi in gara, sono quelli del programma tecnico WJF/WJKO.

Tutti gli atleti dovranno obbligatoriamente indossare il kimono, di qualsiasi colore e tipo, con o senza hakama.

La prestazione di ogni singolo atleta verrà valutata esclusivamente se eseguirà il kata previsto dal presente regolamento per la propria categoria di appartenenza.

KATA CONSENTITI PER OGNI CATEGORIA.

- Gli atleti con cintura bianca, gialla, arancio potranno eseguire soltanto KATA ZERO o Kobudo No Kata (a mano nuda).
- Gli atleti con cintura verde, blu, viola, marrone, nera 1° Dan, potranno eseguire BLOCK KATA (Kata 1), Kata di calci e pugni, Kobudo No Kata (a mano nuda).
- Gli atleti con la cintura nera 2° Dan potranno eseguire, a loro scelta, uno dei seguenti kata: Block Kata, Kata di calci e pugni, Kata 2, Kata 3, o Kobudo No Kata (a mano nuda).
- Gli atleti cintura nera da 3° Dan in poi potranno eseguire, a loro scelta, uno dei seguenti Kata o Forme: Block Kata, Kata di calci e pugni, Kata 2, Kata 3, Kata 4, Stance Kata, Si lium tao (Sandan form), Praying mantis, o Kobudo No Kata (a mano nuda).

Le categorie in gara saranno 3, divise in 3 fasce d'età:

CATEGORIA

- Cinture bianche, gialle, arancio
- Cinture verdi, blu
- Cinture marroni e nere

FASCE D'ETÀ

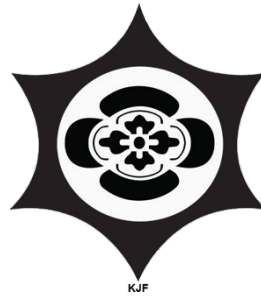
- Fino ad 11 anni
- Da 12 a 16 anni
- Da 17 anni in poi

KATA CON ARMI

I Kata ammessi in gara, sono quelli del programma tecnico WJF attualmente in vigore anche presso il Sistema Tattiche Difensive.

Tutti gli atleti dovranno obbligatoriamente indossare il kimono, di qualsiasi colore e tipo, con o senza hakama.

La prestazione di ogni singolo atleta verrà valutata esclusivamente se eseguirà il kata previsto dal presente regolamento per la propria categoria di appartenenza.



KATA CONSENTITI PER OGNI CATEGORIA

- Gli atleti con cintura verde, blu, marrone, potranno eseguire solo il KATA DI NUNCHAKU o Kobudo No Kata con il nunchaku.
- Gli atleti con cintura nera 1° Dan, potranno eseguire, a scelta: KATA DI NUNCHAKU – KATA DI TONFA - o Kobudo No Kata con il nunchaku o il tonfa.
- Gli atleti con la cintura nera 2° Dan potranno eseguire, a loro scelta: KATA DI NUNCHAKU – KATA DI TONFA – TRIMENS KATA (i primi 4 movimenti con il katana) – KATA DI SAI – KATA DI KAMA - o Kobudo No Kata con un'arma.
- Gli atleti cintura nera da 4° Dan in poi potranno eseguire, a loro scelta, uno dei seguenti Kata: KATA DI NUNCHAKU – KATA DI TONFA – TRIMENS KATA (i primi 4 movimenti con il katana) – KATA DI SAI – KATA DI KAMA – KATA DI NAGINATA - o Kobudo No Kata con un'arma

N.B. Per quanto riguarda l'uso del Katana, si precisa che è ammessa una piccola "presentazione" prima di iniziare il Kata che comunque ha un inizio e una fine. Per esempio Trimens Kata è formato da 4 movimenti. Pertanto non è possibile proseguire ad oltranza aggiungendo pezzi di altri Kata, altrimenti la prova non verrà valutata.

Si precisa che i Kata che potranno essere presentati in gara sono esclusivamente quelli del programma tecnico attualmente in vigore.

Qualora un atleta presentasse un kata non consentito per la sua categoria, la prova non verrà valutata e l'atleta verrà squalificato al termine della propria prova.

Le categorie in gara saranno 3, divise in 2 fasce d'età:

CATEGORIA

- Cinture verdi, blu, marroni
- Cinture nere

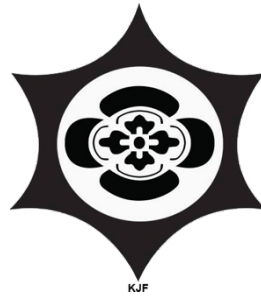
FASCE D'ETÀ

- Fino a 15 anni
- Da 16 anni in poi

CRITERI DI VALUTAZIONE PER LE GARE DI KATA (a mano libera e con armi)

Gli Arbitri (minimo 2 – massimo 5) preposti alla valutazione delle singole prove e quindi alla stesura della graduatoria di merito, terranno conto esclusivamente dei seguenti elementi:

1. Tecnica
2. Potenza
3. Kimè
4. Ritmo
5. Espressività



Ogni singola prova verrà valutata tenendo conto della **globalità della prestazione**, che servirà a dimostrare l'abilità raggiunta dall'atleta nell'eseguire il kata prescelto.