



INDIVIDUALE 2 PER LE CATEGORIE

Esordienti 12/13/14 anni - Speranze 15/16/17 anni

Juniors 18/19/20 anni - Seniores 21/35 anni - Master 36/65 anni - Tecnici 20/35 - 36/65 anni



Kase Hito Academy organizza:

*Il 10° Trofeo “ASSO di COPPE” di Ju Jitsu Metodo Bianchi - Style Kase Hito
in 4 Prove, per le categorie:*

Maschili e Femminili					
Bambini A	<i>5/6/7 anni</i>	Gialla - Arancio Verde - Blu Marrone	Speranze	<i>15/16/17 anni</i>	Gialla - Arancio Verde - Blu Marrone - Nere
Bambini B	<i>8/9 anni</i>		Juniores	<i>18/19/20 anni</i>	
Ragazzi	<i>10/11 anni</i>		Seniores	<i>21/35 anni</i>	
Esordienti	<i>12/13/14 anni</i>		Master	<i>36/65 anni</i>	
			Tecnici	<i>20/35 - 36/65</i>	

Possono partecipare tutti gli atleti di Ju Jitsu appartenenti agli Enti di Promozione Sportiva convenzionati, regolarmente tesserati per l'anno sportivo in corso, nelle categorie e gradi meglio indicati nel bando di gara.

Così divise:

INDIVIDUALE 1

- *Gare di Percorso ludico propedeutico Ju Ka Ju (Judo –Karate –Ju Jitsu)*
- *Gara di Kihon*
- *Gare di Kata*

INDIVIDUALE 2

- *Gare di autodifesa Obbligatoria (settori)5 tecniche come da bando di gara, (con applicazione a destra e sinistra)*
- *Gare di autodifesa Libera; 5 attacchi: Pugno, Calcio, Bastonata, Coltellata e Strangolamento*
- *Gare di accademia (una prova libera della durata di 2 minuti, solo tecniche volanti)*
- *Gare di Kata*

SPECIALITÀ AUTODIFESA OBBLIGATA (SETTORI)

Esordienti 12/13/14 anni - Speranze 15/16/17 anni

Juniores 18/19/20 anni - Seniores 21/35 anni - Master 36/65 anni - Tecnici 20/35 - 36/65 anni

Fascia 1 (durata 3 min) (GIALLA/ARANCIO)		
T E C N I C H E	Settore A	01
	Settore B	02
	Settore C	03
	Settore D	01
	Settore E	01

Fascia 2 (durata 3 min) (VERDE/BLU)		
T E C N I C H E	Settore A	10
	Settore B	11
	Settore C	10
	Settore D	13
	Settore E	10

Fascia 3 (durata 3 min) (MARRONE/NERA)		
T E C N I C H E	Settore A	18
	Settore B	18
	Settore C	17
	Settore D	15
	Settore E	20

- *Le tecniche possono essere eseguite con Uke di palestra, anche non partecipante alla gara, purchè tesserato per l'anno in corso. Esecuzione solo da un lato.*
- *Valutazione arbitrare da 1 a 10 con 3 arbitri di sedia più direttore di tappeto*

SPECIALITÀ AUTODIFESA LIBERA

Categoria Esordienti 12/13/14 anni - Speranze 15/16/17 anni

Juniores 18/19/20 anni - Seniores 21/35 anni - Master 36/65 anni - Tecnici 20/35 - 36/65 anni

	Fascia 1 (durata 3 min) (GIALLA/ARANCIO)	Fascia 2 (durata 3 min) (VERDE/BLU)	Fascia 3 (durata 3 min) (MARRONE/NERA)
1	<i>Tecnica Attacco da pugno diretto al viso</i>		
	<i>Valutazione parata o schivata portata a terra con proiezione e/o sbilanciamento e controllo</i>		
2	<i>Tecnica Attacco da bastonata alla testa dall'alto</i>		
	<i>Valutazione parata o schivata portata a terra con proiezione e/o sbilanciamento e controllo</i>		
3	<i>Tecnica Coltellata dall'alto o dal basso</i>		
	<i>Valutazione parata o schivata portata a terra con proiezione e/o sbilanciamento e controllo</i>		
4	<i>Tecnica Attacco strangolamento diretto a due mani</i>		
	<i>Valutazione liberazione portata a terra con proiezione e/o sbilanciamento e controllo</i>		
5	<i>Tecnica Attacco da calcio diretto all'addome</i>		
	<i>Valutazione parata o schivata portata a terra con proiezione e/o sbilanciamento e controllo</i>		

- *Le tecniche possono essere eseguite con Uke di palestra, anche non partecipante alla gara, purchè tesserato per l'anno in corso. Esecuzione solo da un lato.*
- *Valutazione arbitrata da 1 a 10 con 3 arbitri di sedia più direttore di tappeto*

SPECIALITÀ ACCADEMIA

Categoria Esordienti 12/13/14 anni - Speranze 15/16/17 anni

Juniores 18/19/20 anni - Seniores 21/35 anni - Master 36/65 anni - Tecnici 20/35 anni

<u>DURATA: 2 minuti</u>	
1	Tecniche volanti e varietà
2	Agganci ed esecuzione in generale
3	Velocità
<i>La valutazione sarà assegnata ai due concorrenti individualmente</i>	

Tecniche obbligate:

8/D - 8/D frontale - 18/D - 7/D - 2D Variante - 12/A - 5/A - 19D - 20/D - Fontana

- La prova si svolge solo fra coppie, anche miste, purché partecipanti alla gara e per fasce designate.***
- Il punteggio sarà dato alla coppia, in caso di coppia con partecipanti di scuole diverse, ogni atleta porterà il suo punteggio nella classifica individuale e per società.***
- Valutazione arbitrare da 1 a 10 con 3 arbitri di sedia più direttore di tappeto.***

SPECIALITÀ KATA SHIRO HA

Categoria Esordienti 12/13/14 anni - Speranze 15/16/17 anni

Juniores 18/19/20 anni - Seniores 21/35 anni - Master 36/65 anni - Tecnici 20/35 - 36/65 anni

La prova si svolge per categoria e fasce di cintura

Fascia 1 (GIALLA/ARANCIO)	Fascia 2 (VERDE/BLU)	Fascia 3 (MARRONE/NERE AG)	Fascia 4 (TECNICI)
-------------------------------------	--------------------------------	--------------------------------------	------------------------------

L'esecuzione deve essere svolta in coppia:

Maschile - Femminile - Mista

1^Fascia Shiro Ryu Kiïro

2^Fascia Shiro Ryu Orenji

3^Fascia Shiro Ryu Gurì'n

4^Fascia No Ca Kata (vedi spiegazione a seguire)

- Il Kata deve essere eseguito con Uke partecipante alla gara.*

NO CA KATA

La prova si svolge per categoria delle sole cinture nere

Juniores 18/19/20 anni - Seniores 21/35 anni - Master 36/65 anni - Tecnici 20/35 - 36/65 anni

L'esecuzione deve essere svolta in coppia:

Maschile - Femminile - Mista

Esecuzione dello Shodan Noca Kata, elaborato dai M° Romeo Cassano e Gino Nosi, dovrà essere eseguito come da video dei Maestri Gino Nosi e Massimo Cassano

- *Il Kata deve essere eseguito con Uke partecipante alla gara, può essere eseguito con base musicale.*
- *Il punteggio sarà dato alla coppia, in caso di coppia con partecipanti di scuole diverse, ogni atleta porterà il suo punteggio nella classifica individuale e per società.*
- *Valutazione arbitraria da 1 a 10 con 3 arbitri di sedia più direttore di tappeto.*