

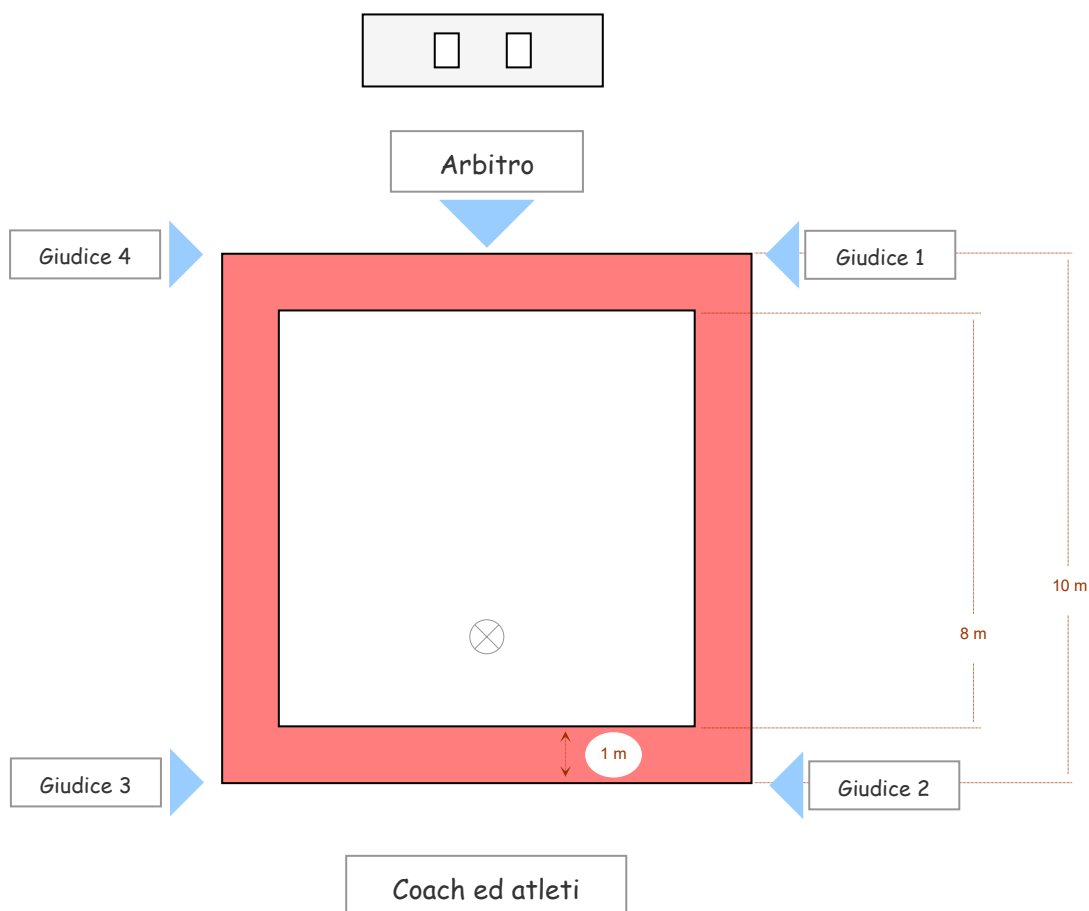
REGOLAMENTO TECNICO NAZIONALE KOBUDO

Edizione 2026

Sommario

Area di Gara.....	3
Gruppo Arbitrale.....	3
Abbigliamento dei Contendenti	3
Gara di Kata Individuale e Kata a Squadre/Coppie Okinawa Style	4
Elenco dei Kata Tradizionali Stili di Okinawa ammessi.....	5
Elenco dei Kata Propedeutici Ammessi	5
Criteri di Valutazione (Categorie di Kata)	6
Parametri di Valutazione	6
Penalità.....	6
Idoneità delle Armi (Categorie di Kata) Stili di Okinawa	7
Categorie di Atleti Diversamente Abili-Parakobudo	7
Gara di Jiu Kumite.....	8
Abbigliamento dei Contendenti	8
Elenco delle Armi Ammesse	8
Bersagli e Tecniche di Attacco Ammesse	9
Penalità.....	9
Rottura dell'Arma	10
Situazione di Parità	10
Protezioni.....	10
Gara di Kata Individuale e Kata a Squadre/Coppie non tradizionale con armi (Free Style)	11
Gara di Kata Individuale e Kata a Squadre/Coppie con armi con musica	11
Gara di kata con armi non tradizionali.....	11
Gara di kata con armi con musica individuale e a squadre/coppie.....	11
Norme per la giustizia Sportiva	12

Area di Gara



1. L'Area di Gara deve essere posta su una superficie piana e priva di pericoli.
2. L'Area di Gara deve avere dimensioni sufficienti per consentire la corretta esecuzione del Kata senza interruzioni, per questo è necessario utilizzare un tatami di dimensioni 10 m x 10 m, o se non è possibile, un tatami di dimensioni 8 m x 8 m oppure anche 7x7. Per le categorie Bambini - Ragazzi le prove possono essere fatte su un tatami da 6x6 m.
3. Per le prove di Kata Individuale e Kata a Squadre l'utilizzo del tatami nell'Area di Gara non è obbligatorio.

Gruppo Arbitrale

1. Il Gruppo Arbitrale è composto da 1 Arbitro, 2 o 4 Giudici di Sedia e 2 o 3 Giudici di Tavolo (a seconda della disponibilità dell'Ufficiale di Gara). Per ogni competizione il Gruppo Arbitrale viene designato dalla Commissione Arbitrale o dal Responsabile di Area prima della gara.
2. L'Arbitro dirige la competizione. I Giudici di Sedia supportano l'Arbitro esprimendo il loro giudizio. I Giudici di Tavolo sono addetti al punteggio e alle chiamate.

Abbigliamento dei Contendenti

1. Gli Atleti devono indossare un Kobudogi (pantalone bianco e giacca nera o bianca). Sul Kobudogi è possibile avere un distintivo non eccedente la misura globale di 10 cm² (10 cm x 10 cm o 12 cm x 8 cm). Le etichette originali della ditta produttrice possono apparire sul Kobudogi in posizioni consone

(ad esempio nell'angolo in basso a destra della giacca e sulla vita dei pantaloni). Sul lato sinistro del Kobudogi è possibile apporre lo scudetto di Campione Provinciale / Regionale / Nazionale CSI.

2. La giacca, quando è chiusa attorno alla vita con la cintura, deve essere di una lunghezza minima che copra i fianchi, ma non deve essere di lunghezza superiore ai tre quarti della coscia.
3. Le maniche della giacca non devono essere più lunghe della piega del polso e non più corte della metà dell'avambraccio. Le maniche non devono essere rimboccate.
4. I pantaloni devono essere lunghi almeno sino ai due terzi della tibia e non devono essere rimboccati.
5. Per tutte le categorie femminili e per le categorie bambini/ragazzi maschili, è permesso indossare sotto la giacca del Kobudogi una maglietta nera o bianca neutra.
6. Se un Atleta si presenta nell'Area di Gara vestito in modo inappropriato avrà 1 minuto di tempo per sistemarsi al termine del quale, se non avrà rimediato, sarà squalificato.

Gara di Kata Individuale e Kata a Squadre/Coppie Okinawa Style

La gara si svolge a punteggio. Ciascun Atleta dovrà eseguire un kata secco o **due Kata con due armi** differenti salvo quanto scritto nella circolare di gara. Gli atleti iscritti nelle categorie di **cinture bianche, gialle e arancio** potranno ripetere il Kata eseguito nella prima prova. La sommatoria dei punteggi delle due prove determinerà la classifica finale oppure in caso di prova secca si provvederà a stilare la classifica in base al punteggio assegnato.

In caso di spareggio gli atleti potranno ripetere un Kata eseguito in precedenza fino alla cintura blu.

I Kata ammessi sono quelli presenti nel paragrafo **“Elenco dei Kata Tradizionali Stili di Okinawa Ammessi”** riportato di seguito. Non sono ammessi i Kata di libera composizione (o free-style) nella categoria kata individuale Okinawa Style

Gli Atleti iscritti nelle categorie di **cinture bianche, gialle, arancio, verdi, blu e marroni** potranno eseguire anche i Kata propedeutici codificati all'interno della propria scuola e riportati nel paragrafo **“Elenco dei Kata Propedeutici Ammessi”**.

ATTENZIONE: se i Kata tradizionali o i Kata propedeutici della propria scuola non figurano nell'elenco, il Responsabile Tecnico di ciascuna scuola è pregato di comunicare preventivamente alla Commissione Arbitrale, almeno una settimana prima della gara, l'elenco dei Kata tradizionali e quello dei Kata propedeutici codificati all'interno della propria scuola per richiederne, previa valutazione, l'ammissione. In caso contrario quei Kata non saranno ammessi.

Kata a Squadre e a Coppie

Le squadre saranno composte da almeno 3 atleti mentre le coppie da 2 atleti, maschili-femminili o miste. Età o grado saranno determinate dalla maggioranza degli atleti in squadra mentre per le coppie varrà la regola della cintura più alta e dell'età più avanzata.

Elenco dei Kata Tradizionali Stili di Okinawa ammessi

ARMA	KATA
BO	Shushi No Kon
BO	Choun No Kon
BO	Sakugawa No Kon
BO	Chikin (Tsuken) No Kon
BO	Shiishi No Kon
BO	Ufutun No Kon
BO	Tokumine No Kon
NUNCHAKU / SOSETSUKON	Nunchaku No Kata (Nunchaku Dai Ichi)
NUNCHAKU / SOSETSUKON	Nunchaku Dai Ni
NUNCHAKU / SOSETSUKON	Kobu Nunchaku
SAI	Nicho-sai (Sai Dai Ichi)
SAI	Sancho-sai (Sai Dai Ni)
SAI	Shinbaru No Sai
TUNKUWA / TONFA	Tunkuwa Dai Ichi
TUNKUWA / TONFA	Tunkuwa Dai Ni
TUNKUWA / TONFA	Tunkuwa Dai San
JO	Jo Jutsu No Kata
EKU	Chikin (Tsuken) Akachu No Ekudi
EKU	Chikin Sunakake No Kon
SANSETSUKON	Sansetsukon No Kata (Sansetsukon Dai Ichi) (Hakuho)
SANSETSUKON	Sansetsukon Dai Ni
NUNTIBO	Nuntibo No Kata
TINBEI	Tinbei No Kata (Matayoshi No Tinbei)
KAMA	Kama Nu Ti
KAMA	Tozan No Kama
KUWA	Kuwa Nu Ti
TEKKO	Maezato No Tekko

ATTENZIONE: se i Kata tradizionali della propria scuola non figurano nell'elenco, il Responsabile Tecnico di ciascuna scuola deve comunicare preventivamente alla Commissione Tecnica Nazionale, almeno una settimana prima della gara, l'elenco dei Kata tradizionali codificati all'interno della propria scuola per richiederne, previa valutazione, l'ammissione. In caso contrario quei Kata non saranno ammessi.

Elenco dei Kata Propedeutici Ammessi

ARMA	KATA	SCUOLA
BO	Bo Kihon Kata	C.S.I.
NUNCHAKU / SOSETSUKON	Nunchaku Kihon Kata	C.S.I.
SAI	Sai Kihon Kata	C.S.I.
TUNKUWA / TONFA	Tunkuwa Kihon Kata	C.S.I.
KAMA	Kama Kihon Kata	C.S.I.
TAMBO	Tambo no kata	W.M.A.C./C.S.I.
TAMBO	Nitambo	W.M.A.C./C.S.I.

ATTENZIONE: se i Kata propedeutici della propria scuola non figurano nell'elenco, il Responsabile Tecnico di ciascuna scuola deve comunicare preventivamente alla Commissione Tecnica Nazionale, almeno una settimana prima della gara, l'elenco dei Kata propedeutici codificati all'interno della propria scuola per richiederne, previa valutazione, l'ammissione. In caso contrario quei Kata non saranno ammessi.

Criteri di Valutazione (Categorie di Kata)

I Criteri di Valutazione sono regole per la valutazione delle prove degli Atleti. Devono essere utilizzati per individuare e valutare con precisione le abilità espresse dall'Atleta durante la sua prova.

L'Arbitro e i Giudici di Sedia hanno il compito di esprimere un giudizio mediante assegnazione di un punteggio.

Per valutare la prestazione di un Atleta o di una Squadra, devono essere applicati i seguenti criteri di valutazione:

Parametri di Valutazione

Il Kata deve essere eseguito con competenza e deve dimostrare una chiara comprensione dei principi tradizionali che lo costituiscono. Nel valutare l'esecuzione di un Atleta i Giudici devono considerare:

1. comprensione delle tecniche (bunkai);
2. atteggiamento mentale (zanshin);
3. posizioni (dachi);
4. equilibrio;
5. velocità;
6. ritmo;
7. kime e uso corretto ed appropriato della respirazione a suo supporto;
8. kiai e uso corretto ed appropriato del suono emesso;
9. correttezza dei movimenti;
10. maestria nell'uso dell'arma;
11. parametri da considerare nei **Kata a Squadre/Coppie**:
 - a. sincronia;
 - b. comandi di inizio e di fine (battere i piedi a terra, darsi colpi sul petto, sulle braccia o sul Kobudogi e una respirazione non corretta sono esempi di segnali esterni che devono essere tenuti in considerazione dai Giudici nella valutazione).

Penalità

1. Interruzione.
2. Esitazione.
3. Esecuzione di un Kata diverso da quello dichiarato.
4. Errore di sequenza o tecnica mancante.
5. Caduta dell'arma o dell'Atleta.
6. Perdita dell'arma in cintura (Sai, Nunti).
7. Perdita di controllo dell'arma: perdita di contatto con una sola mano o di mancata presa dell'arma, come ad esempio dopo l'esecuzione di una tecnica di furi con il Nunchaku.
8. Errore di distanza: come ad esempio il Nunchaku che tocca a terra durante l'esecuzione di una tecnica di furi.

9. Uscita dall'area di gara: deve essere cura dell'Atleta posizionarsi nell'area di gara tenendo conto dello spazio necessario all'esecuzione della prova (da non considerare se l'area di gara non ha le misure previste dal regolamento).
10. Arma non idonea: l'Atleta viene invitato a sostituire l'arma con una appropriata; avrà 1 minuto di tempo, al termine del quale perderà il turno.

Idoneità delle Armi (Categorie di Kata) Stili di Okinawa

Tutte le armi devono essere prima approvate dal Direttore di Gara. I bambini e i ragazzi possono utilizzare armi adatte alla loro costituzione. Per Bambini e Ragazzi sono anche ammessi i Nunchaku in gomma.

BO

1. Il Bo utilizzato nei Kata deve essere di legno, deve avere un peso minimo di 900 gr ed essere lungo almeno 180 cm. I bambini possono utilizzare un bastone di legno più corto, purché superi di almeno 10 cm l'altezza dell'utilizzatore.

SAI

1. I Sai devono essere di ferro, brunito o cromato, o di acciaio inossidabile devono avere un peso minimo di 650 gr ciascuno. Durante la gara è proibito lanciare o piantare i Sai nel pavimento (o tatami); per i Kata dove è previsto il lancio del Sai, il lancio deve essere simulato e l'arma deve essere appoggiata al suolo. Se la gara si svolge su tatami le estremità dei Sai devono essere rivestite con adeguate protezioni atte ad evitare danneggiamenti del tatami in caso di caduta dell'arma.

TUNKUWA / TONFA

1. I Tunkuwa devono essere di legno e devono avere un peso minimo di 400 gr ciascuno.

NUNCHAKU / SOSETSUKON

1. Il Nunchaku deve essere di legno con corda e deve avere un peso minimo complessivo di 400 gr.

SANSETSUKON

1. Il Sansetsukon deve essere di legno con corda o catena o in rattan.

N.B. Tutte le armi *Shureido* ©, le armi *A.I.K.O. Approved* © e le armi *Dreametal kobudo* © non modificate, ad esclusione di Bo e Nunchaku in rattan, sono da considerarsi omologate.

Categorie di Atleti Diversamente Abili-Parakobudo

1. Gli Atleti Diversamente Abili possono gareggiare, oltre che nella loro categoria di età e cintura come Atleti normodotati, anche in categorie speciali distinte in base al tipo di disabilità che presentano.
2. All'atto di iscrizione alla gara l'Atleta disabile dovrà autocertificare la propria disabilità. Su richiesta della Commissione Tecnica Nazionale l'Atleta dovrà poter esibire un certificato rilasciatogli da una Commissione Medico Legale attestante il proprio handicap e la relativa percentuale riconosciuta. In caso di disabilità multiple, all'atto dell'iscrizione l'Atleta dovrà scegliere a quale categoria partecipare considerando la sua disabilità predominante.
3. L'Atleta può essere accompagnato nell'Area di Gara da un tutor. Su speciale concessione della Commissione Arbitrale l'Atleta disabile può eseguire il Kata insieme al tutor (che in questo caso dovrà presentarsi in Kobudogi rispettando le regole di abbigliamento dei contendenti); verrà valutata unicamente la prova dell'Atleta disabile, e non quella del tutor.

4. Lo scopo della Commissione Tecnica Nazionale è quello di premiare i pregi dell'esecuzione anziché penalizzarne i difetti. I Kata possono essere adattati secondo le proprie esigenze e possibilità nei limiti del rispetto del significato stesso del Kata (bunkai).

Gara di Jiu Kumite

La gara si svolge a eliminazione diretta con valutazione a bandierine. Gli Atleti si affrontano a coppie secondo l'ordine di chiamata del tabellone determinato per sorteggio.

Un incontro si divide in 3 round della durata di 40 secondi ciascuna:

ROUND 1

1. Il primo Atleta (Aka - rosso) sceglie un'arma qualsiasi che non sia il Bo;
 - a. quando il primo Atleta ottiene il punteggio guadagna 2 punti (Wazari).
2. Il secondo Atleta (Ao/Shiro - blu/bianco) utilizza il Bo;
 - a. quando il secondo Atleta ottiene il punteggio guadagna 1 punto (Juko).

ROUND 2

1. Il primo Atleta (Aka - rosso) utilizza il Bo;
 - a. quando il primo Atleta ottiene il punteggio guadagna 1 punto (Juko).
2. Il secondo Atleta (Ao/Shiro - blu/bianco) sceglie un'arma qualsiasi che non sia il Bo;
 - a. quando il secondo Atleta ottiene il punteggio guadagna 2 punti (Wazari).

ROUND 3

1. Entrambi gli Atleti utilizzano il Bo;
 - a. quando un Atleta ottiene il punteggio guadagna 1 punto (Juko).

Abbigliamento dei Contendenti

1. Cintura rossa e blu.
2. Protezioni obbligatorie:
 - a. caschetto (se possibile rosso e/o blu/bianco);
 - b. corpetto;
 - c. guantini approvati (se possibile rossi e/o blu/bianchi);
 - d. conchiglia (categorie maschili);
 - e. paratibia-collo piede.

Elenco delle Armi Ammesse

1. Bo (obbligatorio).
2. Jo.
3. Sai.
4. Tunkuwa / Tonfa.
5. Nunchaku / Sosetsukon.
6. Kama.
7. Sansetsukon.
8. Tinbei e Rochin / Banto.

Le armi devono essere appositamente adattate al loro utilizzo nel Jiu Kumite, imbottite e utilizzate in sicurezza.

La Commissione Arbitrale ha il compito di verificarne l'idoneità prima della competizione.

Bersagli e Tecniche di Attacco Ammesse

Quando uno dei contendenti colpisce in modo efficace i seguenti bersagli ottiene il punteggio:

1. testa (sono vietate le tecniche di Zuki al viso);
2. tronco (le tecniche di Zuki sono concesse solo nella zona che va dal plesso solare alla cintura);
3. braccia;
4. mani;
5. gambe (sono vietate le tecniche di Zuki all'inguine);
6. piedi.

Sono vietate tutte le tecniche montanti (Sunakake, Ue Uchi, Age Uchi, ...).

È vietato colpire una parte del corpo che non sia tra i bersagli ammessi o utilizzando una tecnica vietata.

ATTENZIONE: utilizzando il Bo sono consentite le tecniche con impugnatura Nagashi solo tenendo una mano nella parte centrale dell'arma.

Penalità

Le penalità sono suddivise in due tipologie: C1 e C2, e vengono assegnate dall'Arbitro Centrale, che può decidere se consultare la Commissione Arbitrale, nel seguente ordine:

- **Chukoku:** viene imposto all'atleta alla prima infrazione di una tipologia;
- **Keikoku:** viene imposto all'atleta dopo un **Chukoku**, alla seconda infrazione della stessa tipologia o in caso di infrazione grave per quella tipologia;
- **Hansoku-Chui:** corrisponde all'avviso per la squalifica e viene imposto all'atleta dopo un **Keikoku**, alla terza infrazione della stessa tipologia o in caso di infrazione grave per quella tipologia;
- **Hansoku:** la quarta infrazione della stessa tipologia o un'infrazione grave per una tipologia determina la squalifica dell'atleta dal combattimento che si sta svolgendo, e implica la vittoria dell'altro atleta; l'atleta squalificato dal combattimento non è squalificato dalla gara, potrà essere ripescato e assegnerà punti alla propria società in relazione alla posizione raggiunta sul tabellone di gara.

Shikkaku: in caso di infrazioni gravi o se l'atleta non obbedisce agli ordini dell'arbitro, agisce con malizia, o commette un atto che lede il prestigio e l'onore dell'arte marziale o dello spirito di gara, previa consultazione della Commissione Arbitrale è possibile squalificare l'atleta dalla gara con conseguente vittoria dell'altro atleta; l'atleta così squalificato verrà rimosso dal tabellone di gara, senza possibilità di essere ripescato e senza possibilità di assegnare punti alla propria società.

Rientrano nella categoria C1 le penalità in relazione alle tecniche:

- contatto eccessivo;
- tecnica vietata;
- bersaglio vietato;

- azione pericolosa.

Rientrano nella categoria C2 le penalità comportamentali:

- Jogai (uscita dall'area di gara);
 - si considera Jogai l'uscita da un quadrato di dimensioni 8 m x 8 m; se l'area di gara è inferiore a 10 m x 10 m si considera Jogai solo quando un'atleta oltrepassa il bordo esterno del tatami;
- perdita dell'arma volontaria;
- simulazione di contatto eccessivo.

La perdita involontaria dell'arma non comporta penalità.

Rottura dell'Arma

In caso di rottura accidentale dell'arma l'atleta è tenuto a provvedere alla sostituzione della stessa; avrà 1 minuto di tempo, al termine del quale perderà il turno.

Situazione di Parità

Se al termine dell'incontro, sommando i punteggi di ciascun atleta si ottiene una situazione di parità, la Commissione Arbitrale decreterà il vincitore per Hantei (parere dei giudici).

Protezioni

Obbligatorie: Caschetto e Guantini; **Facoltative:** corpetto (anche da Taekwondo) parastinchi e parapiede

Kumibo

Si svolge un Round di 1 minuto e mezzo. Si usano due bastoni imbottiti e valgono le regole del Jiu kumite con armi con gli stessi bersagli. Vietati gli affondi, vietata la zona genitale. Penalità e assegnazione punteggi uguali al jiu kumite con armi. Unica arma ammessa il BO. Le protezioni sono le stesse.

La gara termina allo scadere del tempo.

In caso di parità si procede con il primo punto assegnato (al primo ippon).

Gara di Kata Individuale e Kata a Squadre/Coppie **non tradizionale** con armi (Free Style)

La gara si svolge a punteggio. Ciascun Atleta dovrà eseguire **un solo Kata** salvo quanto scritto nella circolare di gara.

Valgono tutte le disposizioni valide e le eventuali penalità per i kata tradizionali tranne l'elenco dei kata ammessi e la tipologia di armi da poter usare.

Armi ammesse oltre a tutte quelle tradizionali:

- Katana - Wakizashi
- Tanto
- Naginata
- Yari
- Bokken
- Nodachi (sciabola lunga)
- Tsurugi (spada con lama a doppio taglio)
- Tessen (ventaglio)
- Kuruman Bo
- Kusari-Gama
- Frusta cinese a 9 sezioni
- Shuriken
- Ono (accetta)
- Masakari (ascia 120 cm)
- Tekko a mezza luna

La prova deve essere contemplata tra i 60" e i 120" (un minuto minimo e due minuti massimo)

Pesi e dimensioni delle armi possono variare.

Tricking ed evoluzioni acrobatiche non sono ammesse.

Gara di Kata Individuale e Kata a Squadre/Coppie con armi con **musica**

La gara si svolge a punteggio. Ciascun Atleta dovrà eseguire **un solo Kata anche non tradizionale** salvo quanto scritto nella circolare di gara.

Valgono tutte le disposizioni valide e le eventuali penalità per i kata tradizionali tranne l'elenco dei kata ammessi e la tipologia di armi da poter usare. I kata potranno essere di libera composizione o tradizionali.

La base musicale deve essere fornita dall'atleta prima della prova di gara esclusivamente su supporto USB (chiavetta, hard disk portatile ecc.). Può essere richiesto all'atleta di fornire adeguato impianto di riproduzione. Si dovranno prendere accordi almeno una settimana prima della competizione in merito.

L'esecuzione non deve superare i 2 minuti effettivi di gara partendo dall'inizio della base musicale fino alla fine del brano che deve corrispondere con la fine della prova saluti iniziale e finale compresi.

La valutazione oltre alla esecuzione tecnica del kata sarà effettuata tenendo conto dell'abbinamento del brano, del ritmo esecutivo in relazione a quello musicale.

La prova deve essere contemplata tra i 60" e i 120" (un minuto minimo e due minuti massimo).

Norme per la giustizia Sportiva

APPLICABILITA' DELLE NORME NEGLI SPORT INDIVIDUALI

Si applicano le norme del Regolamento di Giustizia Sportiva contenuto in "Sport in Regola" con le limitazioni e le specificità proprie del Regolamento Tecnico di disciplina e secondo le precisazioni degli articoli seguenti.

RECLAMI E RICORSI

Non è possibile modificare una decisione su una questione di fatto presa dall'ufficiale di gara (arbitro o giudice) o su una questione d'interpretazione dei Regolamenti presa dall'arbitro di gara o su qualsiasi altra questione di conduzione della gara, presa dalla Commissione Tecnica Nazionale.

Un reclamo avverso la decisione di un ufficiale di gara su una decisione o questione di interpretazione regolamentare di gara può essere presentato, in forma verbale, alla Commissione Tecnica Nazionale di karate prima dell'ufficializzazione del risultato.

Un ricorso avverso la decisione di un ufficiale di gara, può essere presentato alla Giuria d'Appello, presso la Segreteria Tecnica, entro 30 minuti dall'esposizione dei risultati. La decisione della Giuria d'Appello sarà definitiva. Il reclamo va accompagnato dalla tassa di € 60,00 (sessanta). In caso di accoglimento del reclamo la tassa verrà restituita.

RICORSI PER LEGITTIMITA'

Non è possibile modificare una decisione su una questione di fatto presa dall'Ufficiale di gara.

I provvedimenti di cui agli articoli precedenti sono definitivi. È ammesso un ricorso solo per motivi di legittimità alla CNGS nei termini e con le modalità di cui al Regolamento di Giustizia Sportiva in "Sport in Regola". La CNGS se accoglie, anche parzialmente, il ricorso rimette gli atti alla CGN per la pronuncia definitiva.

SANZIONI OLTRE LA DURATA DELLA MANIFESTAZIONE

Qualora nel corso della manifestazione si verificano da parte di Società, dirigenti, tecnici e atleti comportamenti che necessitano di sanzioni disciplinari che vadano oltre la durata della rispettiva manifestazione, la Commissione Tecnica Nazionale di karate rimette gli atti alla Commissione Disciplinare Nazionale per i provvedimenti di competenza. Le procedure per l'assunzione di tali provvedimenti e la loro eventuale impugnazione sono quelle previste dal Regolamento di Giustizia Sportiva.