

# KICKBOXING GAMES: AVVIAMENTO ALL'ATTIVITA' SPORTIVA

## REGOLAMENTO TECNICO

Suddivisione delle fasce d'età :

### 5-6-7 anni

Certificazione medica: **NON AGONISTICA**

#### 1 - percorso a tempo per le capacità coordinative generali

Numero stazioni: 8 senza nessun elemento tecnico del kickboxing

Classifica: in base al tempo impiegato

Penalità: 2" per esercizio non corretto , 5" per esercizio non eseguito

La prova viene valutata da **PERSONALE TECNICO NON ARBITRALE**

Premiazioni: 1° , 2° , 3° classificato con medaglia

#### 2 - Combattimento dimostrativo senza contatto

la prova non è competitiva ma solamente dimostrativa e pone l'accento sulla libera interpretazione della tecnica senza vincoli tranne la regola del non-contatto del compagno con il quale l'interazione rimane a distanza di sicurezza.

Protezioni: **facoltative**

Categorie di sesso e peso: non sono previste

Tempo: 45"

Organizzazione: non c'è tabellone di gara ad eliminazione.

Arbitraggio: la prova viene diretta da **PERSONALE TECNICO NON ARBITRALE**.

Premiazioni: il verdetto è di parità e non ci sono premiazioni.

### 8-9 anni

Certificazione medica: **NON AGONISTICA**

#### 1 - percorso a tempo per le capacità coordinative indirizzate

Numero stazioni: 10 di cui 2 con elemento tecnico del kickboxing

Classifica: in base al tempo impiegato

Regolamento: la vittoria viene assegnata a chi impiega un minor tempo

Penalità: 2" per esercizio non corretto, 5" per esercizio non eseguito.

La prova viene valutata da **PERSONALE TECNICO NON ARBITRALE**

Premiazioni: 1° , 2° , 3° classificato con medaglia

#### 2 - prova al sacco

Tempo della prova: 30"

Classifica: in base al numero di tecniche arrivate a bersaglio.

La prova viene valutata da **PERSONALE TECNICO NON ARBITRALE** munito di clicker

Premiazioni: 1° , 2° , 3° classificato con medaglia

Protezioni: facoltative

## NOTA BENE

La prova ha come obiettivo la frequenza dei colpi, ma per renderla più completa dal punto di vista tecnico si aggiungono i seguenti vincoli:

- i bambini non possono eseguire più di due tecniche di gamba uguali consecutivamente nella stessa combinazione (per evitare situazioni di gamba sollevata che doppia all'infinito la stessa tecnica);
- i bambini non possono portare più di due tecniche di braccia uguali consecutivamente nella stessa combinazione (per evitare serie infinite di diretti).

### **3 - combattimento continuato T-POINT senza contatto**

il combattimento è di tipo continuato senza contatto e possono essere effettuate al massimo tre tecniche di seguito.

Protezioni: **facoltative**

Categorie: non sono previste categorie di peso e di sesso

Area di gara: quadrato 6 x 6 metri.

Durata combattimento: 1'

Organizzazione: tabellone ad eliminazione diretta

Parametri di valutazione per il passaggio del turno:

- Stabilità del gesto tecnico
- Creatività delle combinazioni
- Dinamicità del gesto tecnico
- Opportunità della scelta tattica : anticipo , incontro , rimessa

Qualsiasi combinazione con più di tre tecniche verrà richiamata.

Arbitraggio: la vittoria è data per alzata di mano dei tre tecnici. La prova viene valutata da

**PERSONALE TECNICO NON ARBITRALE**

Premiazione: 1° , 2° ,3° classificato con medaglia

## **10-11-12 anni**

Certificazione medica: **AGONISTICA**

### **1 - percorso a tempo per le capacità coordinative indirizzate**

Numero stazioni: 10 di cui 2 con elemento tecnico del kickboxing

Regolamento: la vittoria viene assegnata a chi impiega un minor tempo

Classifica: in base al tempo impiegato

Penalità: 2" per esercizio non corretto , 5" per esercizio non eseguito

La prova viene valutata da **PERSONALE TECNICO NON ARBITRALE**.

Premiazioni: 1° , 2° , 3° classificato con medaglia

### **2 - prova al sacco**

Tempo della prova: 60"

Organizzazione: tabellone ad eliminazione diretta

Parametri di valutazione per il passaggio del turno:

- Creatività delle combinazioni
- Dinamicità del gesto tecnico

- Posizione di guardia ed equilibrio
- Correttezza esecutiva delle tecniche

Arbitraggio: la vittoria è data per alzata di mano da tre tecnici. La prova viene valutata da

**PERSONALE TECNICO NON ARBITRALE**

Premiazioni: 1°, 2°, 3° classificato con medaglia

Protezioni: facoltative

NOTA BENE

La prova ha come obiettivo il corretto utilizzo del sacco per lo sviluppo delle capacità tecnico-coordinative.

### **3 - combattimento continuato T-POINT con contatto leggero**

I bersagli validi sono quelli del light contact.

Protezioni: **OBBLIGATORIE** come da regolamento federale.

Categorie: -42 kg e +42 kg maschile e -42 kg e +42 kg femminile.

Area di gara: quadrato 6 x 6 metri.

Durata combattimento : 2'

Organizzazione: tabellone ad eliminazione diretta

Parametri di valutazione per il passaggio del turno:

- Creatività delle combinazioni
- Dinamicità del gesto tecnico
- Posizione di guardia ed equilibrio
- Correttezza esecutiva delle tecniche

Qualsiasi combinazione con più di tre tecniche verrà richiamata.

Arbitraggio: la vittoria è data per alzata di mano dei tre tecnici. La prova viene valutata da

**PERSONALE TECNICO NON ARBITRALE**

Premiazione : 1° , 2° ,3° classificato con medaglia

## **13-15 anni**

Certificazione medica: **AGONISTICA**

### **1 - prova al sacco**

Tempo della prova: 1'

Organizzazione: tabellone ad eliminazione diretta

Parametri di valutazione per il passaggio del turno:

- Creatività delle combinazioni
- Dinamicità del gesto tecnico
- Posizione di guardia ed equilibrio
- Correttezza esecutiva delle tecniche

Arbitraggio: la vittoria è data per alzata di mano dei tre tecnici. La prova viene valutata da

**PERSONALE TECNICO NON ARBITRALE**

Premiazioni: 1°, 2°, 3° classificato con medaglia

Protezioni: facoltative

## NOTA BENE

La prova ha come obiettivo il corretto utilizzo del sacco per lo sviluppo delle capacità tecnico-coordinative.

**2 - combattimento:** point fighting, light contact e kick light

I bersagli validi sono quelli delle rispettive specialità.

Protezioni: **OBBLIGATORIE** come da regolamento federale.

Categorie : maschili -47 -57 +57 kg ; femminili -45 -55 +55 kg

Area di gara: quadrato 6 x 6 metri.

Durata combattimento : 2'

Organizzazione: tabellone ad eliminazione diretta

Determinazione vincitore per passaggio del turno: come da regolamento federale

Arbitraggio: la vittoria è data per alzata di mano dei tre/quattro tecnici a seconda della specialità. La prova viene valutata da **PERSONALE TECNICO NON ARBITRALE**

Premiazioni : 1°, 2°, 3° classificato con medaglia

## Note organizzative:

1 - le manifestazioni dovranno essere dei momenti di socialità, di festa e di divertimento oltre che di avviamento all'attività sportiva. A tutti gli atleti sarà data una medaglia di partecipazione, merenda, bibita ed eventuali altri gadget.

2 - si consiglia di allestire la palestra con area premiazione e ristoro in modo da creare un ambiente visivamente accogliente

3 - nella realizzazione del progetto sarà importante la creazione di un modello organizzativo di gara/manifestazione uguale o almeno simile in tutto il territorio nazionale.

4 - la manifestazione non potrà essere inserita in gare ufficiali ma dovrà essere un modulo dedicato.

5 - le dimensioni delle medaglie delle premiazioni dovranno essere di poco superiori a quelle di partecipazione in modo da non enfatizzare la differenza. L'obiettivo è la partecipazione e la prestazione non il risultato

6 - si consiglia la presenza di un tecnico dell'età evolutiva come responsabile della manifestazione