

Date	Samedi 11 Mars 2017
Type de Compétition	Coupe de France SHINDOKAI
Catégories concernés	Cadets/ Juniors / Séniors Débutants – Confirmés - Experts/ Vétérans1-2
Lieu	UFR STAPS NICE 261 Bd du Mercantour, 06205 Nice
Date limite d'inscription	Par Mail : Dimanche 26 Février 2017
Contrôle des Documents	<ul style="list-style-type: none"> - Carte Licence avec étiquette licence de la saison en cours 2016-2017 - Passeport Sportif (Remplie par le médecin) avec aptitude à la compétition - Certificat médical (à défaut de remplissage du passeport) - Autorisation parentale pour les mineurs. - A défaut de licence, les clubs doivent fournir les attestations
Déroulement du contrôle	Chaque participant présente lui-même ses documents au contrôle, si son poids ses protection et les documents demandés sont conformes, sa participation sera validée.
Déroulement de principe	<p>08h00-08h30 : Contrôle Séniors Débutants – Confirmés – Experts</p> <p>09h00 : Début de la compétition</p> <p>11h00-11h30 Contrôle Cadets – Juniors - Vétérans</p> <p>18h00 : Fin des combats préliminaires</p> <p>20h00 : Finales Cadets – Juniors –Séniors Confirmés-Séniors Experts-- Vétérans</p>
Formule	En tableaux par élimination directe, poule dans les catégories qui le permettent
Remise des récompenses	A la fin de la compétition
Tenue personnelle Obligatoire Conformément au règlement fédéral	Kimono de Karaté
Changement de Catégorie	<p>Pas de dérogation possible de changement de catégorie d'âge de junior à senior.</p> <p>Possibilité de cadet à junior dans les 2 sens avec l'accord unanime du manager, des juges et arbitres et de tous les entraîneurs.</p>

<p>Catégories Séniors</p>	<p>Senior débutant : moins de 2 ans de pratique martiale ou sports de combat (IMPERATIF).</p> <p>Seniors Confirmés : jusqu'au 3eme Kyu (dérogation possible)</p> <p>Seniors experts : à partir du 2eme Kyu (dérogation possible)</p> <p>Les vainqueurs lors des éditions précédentes doivent monter obligatoirement : Le vainqueur d'une catégorie débutant en 2016 doit être séniors confirmés en 2017, le vainqueur d'une catégorie senior confirmé en 2016 doit être expert en 2017</p>
<p>Protections</p>	<p>Attention chaque club doit venir avec ses équipements de protection car il s'agit d'une compétition dans le cadre fédéral.</p> <p><u>Cadets, Juniors et Seniors débutants:</u></p> <p>Casque rouge ou bleu, Protège-tibias de type chaussette avec retour sur le coup de pied Petits gant de free-fight Coquille Protège-dents.</p> <p><u>Seniors confirmés:</u></p> <p>petits gants de free-fight Coquille Protège-tibias type chaussette avec retour sur le coup de pied Protège-dents</p> <p><u>Seniors experts:</u></p> <p>Coquille Protège-dents</p>
<p>Durée des Combats</p>	<p>2 rounds de 2 minutes avant les quarts (1/4) de finales 2 rounds de 2 minutes et un autre en cas de match nul pour les ¼ et ½ finales 3 rounds de 2 minutes et un autre en cas de match nul pour les finales.</p>
<p>Information diverse</p>	<p>Cette compétition est ouverte à tous les styles et écoles</p> <p>Le règlement détaillé est disponible à la fin du document</p>
<p>Modalité d'envoi des inscriptions</p>	<p>Par mail à : Com.am.karate@gmail.com Date limite d'inscription : <u>Dimanche 26 Février 2017</u></p>

Cadets	Juniors	Séniors Débutants	Séniors Confirmés	Séniors Experts	Vétérans 1	Vétérans 2
14-15 ans	16-17 ans	18-34 ans	18-34 ans	18-34 ans	35-45 ans	46 ans et +
nés en 2001 - 2002	nés en 1999 - 2000	nés en 1982-1998			nés en 1971-1981	nés en 1970 et avant

Masculins	-55 kg	-65 kg	-65 kg	-65 kg	-65 kg	Open	Open
	+55 kg	+65 kg	-75 kg	-75 kg	-75 kg		
			-85 kg	-85 kg	-85 kg		
			+85 kg	+85 kg	+85 kg		

Féminines	Open	Open	-70 kg	-70 kg	-70 kg	Open	Open
			+70 kg	+70 kg	+70 kg		

COMPETITION POUR LES CADETS JUNIORS SENIORS DEBUTANTS ET VETERANS (H et F)

Ce public doit combattre en toute sécurité car ce sont encore des mineurs ou des débutants, aussi même si une liberté plus grande du règlement leur est accordée le règlement d'arbitrage du Shindokai France doit en priorité les protéger.

Senior débutant : moins de 2 ans de pratique martiale ou sports de combat (IMPERATIF).

Seniors Confirmés : jusqu'au 3eme Kyu (dérogation possible)

Seniors experts : à partir du 2eme Kyu (dérogation possible)

Les vainqueurs lors des éditions précédentes doivent monter obligatoirement :

Le vainqueur d'une catégorie débutant en 2016 doit être seniors confirmés en 2017, le vainqueur d'une catégorie senior confirmée en 2016 doit être expert en 2017

Les techniques autorisées sont :

Toute technique de genou au corps sans saisie

Toute saisie de moins de trois (3) secondes pour suivre avec une projection.

Toute technique de poing, de main ou de coude au corps

Toute technique de pied au corps.

Toute attaque de pied ou tibia dans les jambes

Toute technique de pied à la tête contrôlée

Projection du combattant sans tomber, poser une main ou une partie supérieure du corps et en tenant l'adversaire (cadets et juniors)

Toute projection pour seniors débutants.

Balayage latéral entraînant une chute de l'adversaire (saisie non obligatoire)

Les techniques interdites sont :

Toute attaque de percussion (pied, poing, main coude ou genou) en saisie

Toute attaque de pied non contrôlée à la tête ou au cou

Toute attaque de poing, main, coude à la tête ou au cou

Toute lutte au sol

Toute projection en guillotine

Toute projection sans tenir l'adversaire (sauf seniors débutants)

Toute projection qui entraînerait un hors-combat de l'adversaire

Toute saisie supérieure à trois (3) secondes

Toute attaque dans les genoux ou le dos

Toute attaque dans les parties génitales

Comptage des points :

Une technique de pied à la tête non appuyée donne deux (2) points

Une projection sans tomber ou poser un genou donne deux (2) points

Une technique au corps ou dans les jambes qui empêche l'adversaire de revenir avant 3 secondes donne six (6) points

Une technique au corps ou dans les jambes qui empêche l'adversaire de revenir avant cinq secondes donne douze (12) points soit la victoire.

La victoire est accordée avant la limite lorsqu'un combattant possède au minimum douze (12) points.

L'arbitre central doit être vigilant sur la qualité des projections, sur le maintien de l'adversaire qui ne doit pas se blesser en tombant. Toute projection qui amènerait un Hors combat de trois (3) secondes d'un combattant entraînerait un Hansoku Chui au projecteur (soit 6 points au projeté), la deuxième fois entraînera la disqualification du fautif. Un hors combat supérieur à 5 secondes entraîne la disqualification du projecteur.



Les protections obligatoires sont :

- Coquille pour les masculins
- Plastron pour les féminines
- Protège-dents **OBLIGATOIRE** pour tous
- Casque
- Casque avec grille ou plexi si présence d'appareil dentaire
- Petits gants à doigts ouverts de type free-fight
- Protège-tibias avec retour sur le coup de pied

Aucun bandage sur les phalanges, sur les chevilles, sur les genoux etc.... Seuls les bandages (et d'un niveau raisonnable) sont tolérés autour des poignets ainsi que les chevillières élastiques.

Les temps des combats sont :

- 2 rounds de 2 minutes avant les quarts (1/4) de finales
- 2 rounds de 2 minutes et un autre en cas de match nul pour les ¼ et ½ finales
- 3 rounds de 2 minutes et un autre en cas de match nul pour les finales.

COMPETITION POUR LES SENIORS CONFIRMES

Ce type de compétition est la dernière étape avant les experts, aussi ce règlement est très proche de celui des experts et des règlements internationaux.

Les combattants doivent avoir plus de 18 ans et normalement plus de deux (2) ans de pratique

La vérification des documents et poids peut être faite le jour même ou la veille selon l'importance de la compétition et sur décision du manager et de l'organisateur. Le certificat médical doit être de moins de 6 mois.

Les techniques autorisées sont :

- Toute technique de genou au corps, ou dans les jambes
- Toute saisie de moins de trois (3) secondes pour projeter
- Toute saisie de moins de (3) secondes pour percuter
- Toute technique de main, poing ou coude au corps ou dans les jambes
- Toute attaque de pied, tibia au corps
- Toute attaque de pied, tibia dans les jambes
- Toute attaque de pied, tibia à la tête ou au cou
- Toute lutte au sol de moins de cinq (5) secondes
- Toute projection sans guillotine

Les techniques interdites sont :

- Toute attaque de genou à la tête
- Toute attaque de main, poing ou coude à la tête ou au cou
- Toute attaque dans les genoux ou le dos
- Toute attaque dans les parties génitales
- Toute saisie supérieure à trois (3) secondes
- Toute lutte au sol supérieure à cinq (5) secondes
- Toute projection en guillotine

Comptage des points :

Toute attaque autorisée qui mettrait l'adversaire hors combat trois (3) secondes donne 1 wasa-ari

Toute attaque autorisée qui mettrait l'adversaire hors combat plus de cinq (5) secondes donne un Ipon soit la victoire.

Toute clé au sol dans la limite de cinq (5) secondes qui oblige l'adversaire à abandonner (tape au sol, sur l'adversaire ou cri considéré comme un abandon)

Tout étranglement debout dans la limite de trois (3) secondes qui oblige l'adversaire à abandonner (tape au sol, sur l'adversaire ou cri considéré comme un abandon).

2 wasa-ari donnent 1 ipon soit la victoire

1 hansoku-chui donne un wasa-ari à l'adversaire.

Il est inutile de faire durer un combat lorsque l'un des combattants fuit celui-ci, l'arbitre central doit compter jusqu'à trois (3), donner un wasa-ari à l'adversaire, refaire partir le combat, et l'arrêter de nouveau définitivement si nécessaire.

Il doit être vigilant sur la qualité des projections et vérifier que celle-ci est conforme, de plus lors des luttes au sol il devra être le plus près possible pour contrôler et interrompre celles-ci dès la fin du comptage des cinq (5) secondes.

Les protections obligatoires sont :

Coquille pour les masculins

Plastron pour les féminines

Protège-dents **OBLIGATOIRE** pour tous

Petits gants à doigts ouverts de type free-fight

Protège-tibias avec retour sur le coup de pied

Aucun bandage sur les phalanges, sur les chevilles, sur les genoux etc.... Seuls les bandages (et d'un niveau raisonnable) sont tolérés autour des poignets ainsi que les chevillières élastiques.

Les temps des combats sont :

2 rounds de 2 minutes avant les quarts (1/4) de finales

2 rounds de 2 minutes et un autre en cas de match nul pour les ¼ et ½ finales

3 rounds de 2 minutes et un autre en cas de match nul pour les finales.

COMPETITION POUR LES SENIORS EXPERTS(ES)

Cette division « reine » est la vitrine du Shindokai en France et dans le monde car elle est la plus connue, la plus appréciée car la plus spectaculaire, néanmoins, il s'agit toujours de préserver le mieux possible tous les combattants de cette division.

La vérification des documents et poids peuvent être faits le jour même ou la veille selon l'importance de la compétition et sur décision de l'organisateur. Il doit être demandé aux équipes étrangères une assurance sportive pour tous les combattants ainsi que les certificats médicaux (rédigés en Français).

Les techniques autorisées sont :

Toute technique de genou au corps, ou dans les jambes
Toute technique de genou à la tête
Toute saisie de moins de trois (3) secondes pour projeter
Toute saisie de moins de (3) secondes pour percuter
Toute technique de main, poing ou coude au corps ou dans les jambes
Toute attaque de pied, tibia au corps
Toute attaque de pied, tibia dans les jambes
Toute attaque de pied, tibia à la tête ou au cou
Toute lutte au sol de moins de cinq (5) secondes
Toute projection sans guillotine

Les techniques interdites sont :

Toute attaque de main, poing ou coude à la tête ou au cou
Toute attaque dans les genoux ou le dos
Toute attaque dans les parties génitales
Toute saisie supérieure à trois (3) secondes
Toute lutte au sol supérieure à cinq (5) secondes
Toute projection en guillotine

Comptage des points :

Toute attaque autorisée qui mettrait l'adversaire hors combat trois (3) secondes donne 1 wasa-ari
2 wasa-ari donnent 1 ipon soit la victoire
Toute attaque autorisée qui mettrait l'adversaire hors combat plus de cinq (5) secondes donne un Ipon soit la victoire.
Toute clé au sol ou étranglement dans la limite de cinq (5) secondes qui oblige l'adversaire à abandonner (tape au sol, sur l'adversaire ou cri considéré comme un abandon).
Tout étranglement debout dans la limite de trois (3) secondes qui oblige l'adversaire à abandonner (tape au corps, sur l'adversaire ou cri considéré comme un abandon).
1 hansoku-chui donne un wasa-ari à l'adversaire.
Il est inutile de faire durer un combat lorsque l'un des combattant n'est pas ou plus apte, l'arbitre central doit compter jusqu'à trois (3), donner un wasa-ari à l'adversaire, refaire partir le combat, et l'arrêter de nouveau si nécessaire.
Il doit être vigilant sur la qualité des projections et vérifier que celles-ci sont conformes, de plus lors des luttes au sol il devra être le plus près possible afin de l'interrompre dès la fin du comptage des cinq (5) secondes.

Les protections obligatoires sont :

Coquille pour les masculins
Plastron pour les féminines
Protège-dent OBLIGATOIRE pour tous
Aucun bandage sur les phalanges, sur les chevilles, sur les genoux etc.... Seuls les bandages (et d'un niveau raisonnable) sont tolérés autour des poignets, ainsi que les chevillières élastiques sans rembourrage.

Les temps des combats sont :

2 rounds de 2 minutes avant les quarts (1/4) de finales

2 rounds de 2 minutes et un autre en cas de match nul pour les 1/4 et 1/2 finales

3 rounds de 2 minutes et un autre en cas de match nul pour les finales.

*Le dernier round pour les 1/4, 1/2, et finales se fait
en « Shindokai Boxing »*

*C'est-à-dire avec des gants de 140z (l'organisateur fournit les gants) , une paire de couleur rouge
et l'autre de couleur bleue sans lacets.*

*Les combattants durant la minute de repos doivent enlever la veste, mais garder le pantalon de
« doggi » ainsi que la ceinture.*

Les techniques autorisées lors de ce round sont, en plus, du règlement toute technique de poing à
la tête.

La technique de gant retournée au visage (back-fist) est autorisée.

Les projections et clés au sol sont toujours autorisées dans ce round.

Les saisies au niveau du bas du dos sont interdites pour projeter.

ATTENTION :

La présence du protège-dents rendue obligatoire dans toutes les catégories exceptée pour les
enfants, oblige maintenant l'arbitre central à toujours veiller à sa présence et à sa bonne
utilisation (bouche fermée), dans le cas contraire l'arbitre central utilisera les sanctions : chui
puis le Hansoku-chui pour obliger le bon port de cette protection.

*Les finales des catégories des Seniors Experts se feront sous la forme du Shindokai Triathlon : 2
rounds de Shindokai martial, 2 rounds de Shindokai Boxing (gants de 14 OZ et dépose de la veste) et
2 rounds de Shindokai Soumission (30 secondes de lutte au sol avec remise de la veste).*

*Pour les triathlons, la victoire est acquise après 2 wasa-ari dans le même round ou après le
troisième dans le combat.*

*Pour les catégories des Vétérans. Le règlement devra être accepté par tous les combattants de la
même catégorie, il en sera de même pour le port des protections.*

CODE DE L'ETHIQUE

JE VAIS PARTICIPER A UNE COMPETITION

Je m'assure que je suis bien inscrit à cette rencontre sportive.

Je vérifie que mon passeport est à jour et comporte :

- les timbres de licence nécessaires ;
- mon certificat médical de non contre-indication à la compétition ;
- si je suis mineur, l'autorisation parentale d'y participer,
- pour un championnat, mon justificatif de nationalité française.

Je contrôle l'état de mon karaté-gi,

De mes ceintures, de mes protections.

Je contrôle que je suis bien au poids dans la catégorie où je suis inscrit.

JE TIENS A BIEN ME COMPORTER

J'applique les consignes des organisateurs.

Je respecte mes adversaires sur le tatami
et en dehors de l'aire de compétition.

Je respecte les décisions des arbitres et des juges.

Je reste digne dans la défaite comme dans la victoire.

J'invite ceux qui m'accompagnent à m'encourager
avec la plus grande sportivité.

Je donne par mon comportement une bonne image de ma discipline.

道