



FICHE PEDAGOGIQUE COMPETITEURS



Les compétiteurs doivent porter un KARATE-GI blanc avec ou sans bande de couleur, ou liseré, sans broderie personnelle.

. Les femmes peuvent porter un T-shirt blanc uni sous la veste du KARATE-GI. **(Obligatoires en kata)**

Les cordons, qui sont obligatoires et qui retiennent la veste, doivent être attachés au début du combat. Toutefois, **s'ils étaient arrachés pendant le combat, le compétiteur n'est pas tenu de changer de veste pendant ce combat mais doit la changer au tour suivant.**

Ces ceintures doivent mesurer environ 5 cm de large et être d'une longueur suffisante pour dépasser de 15 cm de chaque côté du nœud sans broderie personnelle. La longueur de la ceinture ne doit pas entraver la sécurité des compétiteurs et le bon déroulement du combat.

Les pantalons doivent être d'une longueur suffisante pour couvrir au moins les 2/3 du tibia et ne doivent pas être retroussés. Le pantalon ne devra pas dépasser la cheville.

Le port de bijoux (montres, bracelets, boucles d'oreilles, pin's...) est interdit. Les compétiteurs ne doivent pas porter d'objets qui puissent blesser leurs adversaires.

Les barrettes et épingles à cheveux sont interdites. **Un élastique noir ou blanc est autorisé.**

L'emploi de bandage ou support doit être autorisé par le représentant médical de la compétition et le responsable de la compétition.

2.2.7.a Tout l'équipement de protection doit être homologué par la FFK.

2.2.7.b Le port des gants et de protections de tibias et pieds est obligatoire. Un des compétiteurs porte des gants rouges et l'autre des gants bleus. Il en est de même pour les protections de pieds et des protèges tibias.

Les protèges tibias doivent être souples.

Le port du protège-dents est obligatoire pour les femmes et les hommes (il doit être adapté en cas d'appareil dentaire). Le port d'appareils dentaires métalliques doit être approuvé par l'arbitre et le médecin officiel. Le compétiteur sera entièrement responsable en cas de blessure.

Pour les hommes, le port de la coquille, et pour les femmes le port du protège poitrine, sont également obligatoires.

Les combattants minimes sont équipés d'un casque et d'un plastron réversible bleu et rouge (les casques et les plastrons ne seront plus mis à disposition par la Fédération).