

# REGLEMENT « OPEN BODY-KARATE » \_ Ligue AURA

## I. Ligues pouvant participer

- Auvergne Rhône Alpes ;
- Bourgogne Franche-Comté ;
- Centre Val de Loire ;
- Occitanie ;
- Provence Alpes côte d'Azur



## II. Les conditions pour y participer

### 1. Licence fédérale en cours obligatoire.

Aucune inscription ne peut être prise sur place. **Inscriptions en ligne jusqu'au 09/06/2024** Les inscriptions sont illimitées. Concernant la compétition par équipe, les membres d'une équipe doivent tous être licenciés dans le même club.

Les ententes sportives entre deux clubs d'un même département peuvent être autorisées préalablement par le service compétition de la Fédération. Dans ce cas, les compétiteurs doivent tous être licenciés dans un des deux clubs associés.

Il n'y a pas de contrainte de nationalité. En respectant les obligations de licence dans un club affilié à la FFK, la participation de compétiteurs étrangers est autorisée en individuel et en équipe (1 étranger par équipe).

En fonction du nombre d'inscriptions, des regroupements de catégories ou sur-classement pourront être effectués. Les compétiteurs seront prévenus au début de la compétition.

## Open Régional BODY-KARATÉ individuel et équipe

### 1. Les modalités et le déroulement

La compétition Body-Karaté classique est une démonstration sous forme d'une chorégraphie en musique. **Le respect du rythme et de la phrase musicale sont des critères prépondérants de jugement.** Les compétiteurs et compétitrices peuvent participer tant en individuel qu'en équipe.

Chaque équipe propose et démontre une prestation libre. L'équipe peut être constituée d'hommes, de femmes, mixte ou open.

En début de chaque tableau, les compétiteurs en individuel comme en équipe devront se saluer avant d'entrer sur les tatamis, puis effectuer un salut en début et fin de la chorégraphie.

Pour la compétition de Body Karaté classique, tant en individuel qu'en équipe, il est demandé deux chorégraphies de Body Karaté différentes avec obligation de réaliser pour chaque chorégraphie présentée :

- 2 techniques de poings différents ;
- 2 techniques de blocages différents ;
- 2 techniques de coups de pied différents ;
- 2 déplacements différents

Pour cette édition 2024, **1 seule chorégraphie est demandée.** [La possibilité est bien entendu donnée aux compétiteurs et équipes qui souhaitent en présenter plusieurs.](#)

Pour ces enchaînements de Body Karaté les critères de notation porteront essentiellement sur la réalisation des techniques de karaté, mais seront aussi pris en compte les critères suivants :

- Tempo, respect du rythme musical ;
- Variété quantitative et qualitative des mouvements et des enchaînements ;
- Niveau de difficulté technique ;
- Dynamisme ;
- Attitude générale en lien avec le karaté ;
- Tonicité

En équipe, aux critères ci-dessus, s'ajoutent la **synchronisation entre les 3 compétiteurs** et les enchaînements avec la musique. **La dissociation de direction entre les compétiteurs est interdite.** Aussi, les éléments d'aérobic et les acrobaties ne seront pas autorisés.

La compétition est organisée en système de tableaux par élimination directe avec formule en simple repêchage (les 2 finalistes repêchent les compétiteurs ou les équipes qu'ils ont battus).

### 1. Le support musical

Le support musical de la démonstration tant en individuel qu'en équipe doit être sur une clé USB, de minimum 4GB, sur laquelle figure uniquement la musique de la chorégraphie présentée, qui sera remise à l'organisation. L'enregistrement de la musique devra **être en format mp3**.

Le compétiteur ou l'équipe devra s'assurer que son support musical est en état de fonctionnement et prévoira un second support musical en cas de dysfonctionnement.

### 2. Tenues personnelles et obligatoires

En équipe comme en individuel, les compétiteurs doivent porter une tenue de Body-Karaté et être pieds nus. Le choix de la tenue est libre. Les compétiteurs porteront une tenue de sport (avec un haut débardeur ou un tee-shirt) qui sera adaptée à une pratique sportive.

Ne sont pas autorisées les mini brassières et/ou « soutien-gorge », crop tops. Le torse doit être entièrement couvert. Les membres d'une même équipe doivent avoir une tenue identique.

Tant sur le pantalon que sur le tee-shirt, peuvent être portés uniquement le qualificatif Body-Karaté, le logo fédéral FFK, l'écusson ou la sérigraphie du club. Le port de bijoux, tout autre vêtement ou équipement est interdit.

Chaque compétiteur ou chaque équipe portera **ses** mitaines de couleur rouge ou bleue **Pour des raisons d'hygiène il n'y aura pas de mitaines fournies par l'organisation.**

### 3. Les catégories d'âge

Cette compétition concerne les catégories féminines et masculines, en individuel et en équipe.

Chaque compétiteur ou compétitrice, en individuel et en équipe, devra se présenter dans sa catégorie respective.

### 4. Individuels Féminins et Masculins

Les différentes catégories en individuel Féminin et masculin		Age	Années
ESPOIR 1	Benjamin/Minime	10 à 13 ans	2013-2010
ESPOIR 2	Cadet/junior	14 à 17 ans	2009-2006
HONNEUR 1	Senior	18 à 25 ans	2005-1998
HONNEUR 2		26 à 35 ans	1997-1988
HONNEUR 3		36 à 40 ans	1987 -1983
HONNEUR 4		41 à 45 ans	1982-1978
HONNEUR 5		46 à 55 ans	1977-1968
HONNEUR 6		56 ans et plus	1967 et avant

Les différentes catégories en équipe Féminine et Masculine	Age	Années
FEMININ ESPOIR	10 à 17 ans	2013-2006
FEMININ HONNEUR 1	18 à 25 ans	2005-1998
FEMININ HONNEUR 2	26 à 35 ans	1997-1988
FEMININ HONNEUR 3	36 ans à 45 ans	1987-1978
FEMININ HONNEUR 4	46 ans et plus	1977 et avant
MASCULIN ESPOIR	10 à 17 ans	2013-2006
MASCULIN HONNEUR	18 ans et plus	2005 et avant
OPEN	Equipe pouvant être constituées d'hommes, de femmes ou mixte issues des différentes catégories d'âge	

Pour les inscriptions des catégories HONNEUR 5 et HONNEUR 6, veuillez-vous référer au lien disponible sur le site de la ligue Auvergne Rhône Alpes en cliquant sur l'événement dans le calendrier 2023/2024.

**Chaque équipe est composée de 3 compétiteurs. Pour la catégorie Open l'âge minimal requis est 14 ans (Cadet).**

L'équipe doit comprendre le même nombre de compétiteurs et les mêmes compétiteurs du début à la fin de la compétition. Les remplaçant(es) sont autoriséé(es) uniquement en cas d'abandon ou blessure d'un co-équipier.

Un compétiteur ne peut s'inscrire que dans une seule équipe (soit en Espoir ou Honneur soit en Open).

## 6. Durée de la démonstration

En individuel et en équipe, La durée devra être **d'1 minute 30 (± 10 sec)** des tours préliminaires à la finale. Le chronomètre démarre à partir de la première technique enclenchée.

Si la musique s'interrompt plus de 10 secondes, l'arbitre demandera au compétiteur ou à l'équipe de recommencer sa chorégraphie sans aucun impact sur la notation qui lui sera appliquée. Les temps lents sont bien entendus autorisés mais veillez à ce que leur utilisation reste cohérente par rapport à la durée totale de démonstration