

BODY KARATE
CDK31



FÉDÉRATION
FRANÇAISE
KARATÉ



SAISON

25 - 26

RÈGLEMENT COMPÉTITIONS KARATÉ



@:cdk.h.garonne.bodykarate.christel@gmail.com

<https://sites.ffkarate.fr/haute-garonne>

Christel COGO : 06.12.41.15.60

FFKDA

OPEN DE BODY KARATE CDK31

- REGLEMENT -



1 année de licence de la saison en cours → Attestation fédérale à fournir
Autorisation parentale à fournir pour les mineurs

Aucune inscription ne peut être prise sur place. Les inscriptions sont illimitées. Les clubs inscrivent leurs compétiteurs en individuel et en équipe en respectant les dates limites et les droits d'inscription.

Concernant la compétition par équipe, les membres d'une équipe doivent tous être licenciés dans le même club. **Si entente entre 2 clubs d'un même département : entente à fournir à l'inscription.** 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).

Dérégulation d'âge, sur-classement (et sous) en individuel et regroupement de catégories possibles selon le nombre de compétiteurs (3 ou moins).

Les modalités et le déroulement

La compétition Body-Karaté classique est une démonstration sous forme d'une chorégraphie (d'enchaînements techniques avec déplacements synchronisés) en musique. (Ce n'est en aucun un kata en musique). Les enchaînements d'un même kata de plus de 5 techniques ne sont pas autorisés sous peine de sanction.

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, ainsi qu'à l'annonce des résultats.

Pour la compétition de Body Karaté classique, tant en individuel qu'en équipe, il est demandé 1 chorégraphie (1, 2 ou 3 chorégraphies peuvent être alternées) de Body Karaté 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 toutes les finales de chaque catégorie, les compétiteurs ou les équipes auront le choix de présenter l'une des chorégraphies de Body karaté réalisée jusqu'en demi-finales ou une nouvelle chorégraphie de Body Karaté.

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 :

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

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.

Dans la partie compétition classique, les éléments d'aérobic et les acrobaties ne seront pas autorisés. (jumping jack, ciseaux, pompes, grand écart...)

La compétition est organisée :

- en individuel : système de tableaux par élimination directe avec formule en simple repêchage (les 2 finalistes repêchent les compétiteurs ou les équipes qu'ils ont battus).
- en équipe : afin de favoriser le nombre de passage : **tous les perdants du 1^{er} tour seront repêchés.**

Le support musical

!! Avant le 15 février : Les musiques devront cependant être adressées à : cdk.hgaronne.bodykarate.christel@gmail.com

Le jour de la compétition, 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, en format MP3, de la chorégraphie présentée pour être remise à l'organisation.

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. **(cf infos sur perte du tour*)**.

Chaque compétiteur ou chaque équipe portera DES BANDEAUX DE POIGNET de couleur rouge ou bleue fournies par l'organisation. Les compétiteurs peuvent aussi apporter leurs propres Bandeaux de Poignet.

Les catégories d'âge

Si seul(e) dans sa catégorie en individuel ou en équipe, passage dans sa catégorie ET sur-classement (et sous) ou regroupement de catégories.

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

Individuels Féminins et Masculins

Les différentes catégories en individuel Féminin et masculin		Age	Années
DEBUTANTS	Regroupe tous les âges avec en plus, sur-classement dans leur catégorie respective		
EXPERTS	Regroupe tous les coaches et podium nationaux 2025 de tous âges		
ESPOIR 1	Benjamin/Minime	10 à 13 ans	2015-2012
ESPOIR 2	Cadet/junior	14 à 17 ans	2011-2008
HONNEUR 1	Senior	18 à 25 ans	2007-2000
HONNEUR 2		26 à 35 ans	1999-1990
HONNEUR 3		36 à 40 ans	1989 -1985
HONNEUR 4		41 à 45 ans	1984-1980
HONNEUR 5		46 à 55 ans	1979-1970
HONNEUR 6		56 ans et plus	1969 et avant

Equipes Féminines et Masculines

OPEN	Equipe pouvant être constituées d'hommes, de femmes ou mixte issues des différentes catégories d'âge
------	--

Equipes possibles : duo et trio

Afin de favoriser la participation en équipe, un coach peut intégrer un duo et/ou un trio, mais ne participera pas à la compétition en individuel dans sa catégorie.

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 en Duos Open et dans une seule équipe en Trios Open.

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 endenchée.

Si la musique (et non pas le compétiteur) 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.

En cas de dépassement du chrono (plus d'1 minute 40) ou en cas d'arrêt avant 1 minute 20 du compétiteur, celui-ci sera disqualifié.

Pour les catégories ESPOIR 1 et HONNEUR 5 et 6 individuels féminins et masculins, la durée de la chorégraphie devra être d'1 minute (± 10 sec) des tours préliminaires à la finale.

!! Aucune pénalité ne sera appliquée sur le choix de la durée de la démonstration (1mn30 ou 1mn).

Arbitrage :

Le jugement se fera par système aux drapeaux. L'équipe arbitrale est constituée de 3 ou 5 juges et d'un marqueur/chronométreur.

L'aire de compétition doit être un carré de 8 mètres de côté (mesures prises à l'extérieur). Un mètre supplémentaire est prévu sur tous les côtés, comme surface de sécurité. Cette surface 10 X 10 est composée de tatamis ou à même le sol. La surface de sécurité de 1 mètre de largeur sur tout le périmètre de l'aire de compétition doit être clairement délimitée. Les juges sont assis à la limite extérieure de l'aire de sécurité.

* Il n'y aura pas de disqualification en open régional, mais le compétiteur ou l'équipe aura un rappel de la réglementation afin qu'il procède aux corrections, il perdra le tour automatiquement. Il continuera la compétition et pourra être repêché.