

Déroulement et Notation.

Katas.

Le Karateka se place devant la table et annonce le Kata choisis*, puis se lance dans l'exécution de ceux-lui ci.

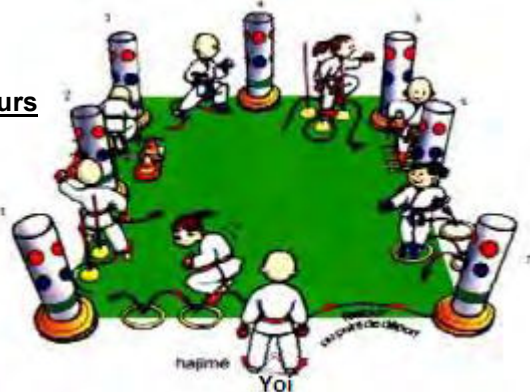
Le Kata est noté sur 20 points par les juges.

5 points minimum à l'annonce du kata, plus 5 points par drapeaux. (Voir le tableau).

Le niveau du Kata est en fonction de la catégorie.

Parcours Enfants

Exp d'un parcours avec obstacles



NOTATION DES KATAS

			20 Points 5 Points
			15 Points 10 Points
			10 Points 15 Points

Parcours sans obstacles.

Afin de garder l'esprit de compétition entre le KCM et tous les clubs participants, les parcours changent chaque année et sont détaillés uniquement avant le passage des compétiteurs.

Le compétiteur se place (en yoi) sur la ligne de départ. Le juge donne le départ par "hajime" et déclenche le chronomètre.

Le compétiteur effectue la ou les techniques demandées en respectant l'axe de travail prévu en touchant chaque cible, rouge et (ou) bleue, avec maîtrise du geste. Ses déplacements sont libres.

Le chronomètre s'arrête lorsque le compétiteur passe la ligne d'arrivée.

A la fin de chaque parcours, un temps de récupération sera donné aux compétiteurs.

Pendant ce temps, le club organisateur mettra en place le parcours

Parcours avec obstacles.

Le compétiteur, après avoir franchi l'obstacle de la manière indiquée, exécute une ou plusieurs techniques d'attaque, en touchant chaque cible, rouge et (ou) bleue. Les techniques et les déplacements sont libres. Avant le début du parcours, un parcours d'essai sera éventuellement proposé et chaque compétiteur pourra ainsi faire le parcours en question.

NOTATION DES PARCOURS.

Chaque compétiteur se verra attribuer pour chaque parcours un capital de points :

- Parcours: Mini poussins, Poussins, parcours 1, 28 points et 2 (avec obstacles), 28 points : 56 points.
- Parcours: Pupilles, Benjamins, parcours 1, 28 points et 2 (avec obstacles), 28 points : 56 points.

Ce capital sera diminué d'un point pour chaque cible manquée (rouge ou bleue), chaque technique autre que celle demandée, chaque mauvaise maîtrise du geste, chaque obstacle non-franchi ou franchi d'une autre manière que celle prévue.

Les critères de notation seront les suivants : bonne forme - bonne attitude - travail à droite et à gauche - rigueur d'application - vigilance (Zanshin) - distance correcte - kiai - reprise de distance après chaque technique ou enchaînement technique (Kamaé) - diversité du travail effectué entre chaque plot (changement de garde entre les techniques dans les enchaînements)

- éventail technique utilisée.

Temps.

Le participant doit effectuer chaque parcours dans un temps limité. S'il utilise plus de temps que celui prévu, il sera débité d'un malus de 5 points.

Les temps limités seront modifiés et adaptés en fonction des parcours mis en place.

Ce trophée est destiné aux débutants MP.P.P.B, le but étant de les familiariser à la compétition.

Tous les Karatékas peuvent y participer. Licences 1ère année acceptée.

* Les Katas avancés ne sont pas acceptés.

Tous les participants sont récompensés et Trophée pour le club méritant.