



Circolare N. 17/26
Torino, 09 marzo 2026

**ALLE SOCIETA' AFFILIATE
ALLE COMMISSIONI REGIONALI
AL CONSIGLIO DIRETTIVO
ALLE COMMISSIONI AIKT**

2° CAMPIONATO NAZIONALE AIKT

**Kata individuale e a squadre
Kumite individuale e a squadre
Fukugo**

1 e 2 Giugno 2026

Palaenergica Paolo Ferraris
Piazzale Azzurri Veterani Casalesi dello Sport – Casale Monferrato (AL)

Lunedì dalle ore 9:30

Kata Individuale e a Squadre tutte le categorie
Kumite ES/CA/SP e Fukugo tutte le categorie

Martedì dalle ore 9:00

Kumite Individuale JU/SE A e B e Kumite a squadre

CLASSIFICA "ASSOLUTA" INDIVIDUALE E SQUADRE

**Sommando i punteggi ottenuti nelle diverse specialità si redigerà la classifica
con i seguenti criteri: 1° 10 punti, 2° 7 punti, 3° 5 punti, 4° 4 punti**

Ogni società potrà iscrivere 2 squadre per ogni specialità.

NUOVA CATEGORIA ESORDIENTI

**In via sperimentale è introdotta la categoria "Esordienti"
In calce il regolamento di gara**



Quote di Iscrizione

Individuali: 20 € per specialità – Squadre: 45 € per specialità

Termine e modalità di iscrizione

La piattaforma per le iscrizioni on line è in fase di ultimazione, pertanto le modalità di iscrizione e pagamento alla gara verranno comunicate prossimamente con apposita circolare.

Si ricorda inoltre che

- Gli atleti qualificati al 1° e 2° posto, ad esclusione di JUN e SEN gruppo B, saranno convocati ai raduni della Squadra Nazionale.
- Gli atleti dovranno essere muniti di un documento personale e della tessera AIKT validata per l'anno in corso e devono essere tesserati per l'anno in corso con il grado di iscrizione al Campionato.
- Gli atleti anche se privi della Cittadinanza Italiana potranno partecipare al Campionato Nazionale purché in possesso della residenza in Italia.

SUDDIVISIONE DEGLI ATLETI

- **Gruppo A: JU – SE da 2° Dan**
- **Gruppo B: ES - CA - SP – JU – SE 1° Kyu, 1° Dan e SP 2° Dan**

PESI		Categorie	
Femminile	Maschile		
ES: Open		ES: 13/14 anni	(2013 – 2012)
CA: -55 +55	CA: -65 +65	CA: 15/16 anni	(2010 – 2011)
SP: -55 +55	SP: -65 +65	SP: 17/18 anni	(2009 – 2008)
JU: Open	JU: Open	JU: 19/20/21 anni	(2007-2006-2005)
SE: Open	SE: Open	SE: 22/40 anni	(dal 2004 al 1986)



KUMITE INDIVIDUALE	
Gruppo A JU e SE da 2° Dan	Gruppo B ES - CA - SP - JU - SE, 1° Kyu, 1° Dan e SP 2° Dan
Categorie Femminili JU - SE Open	Categorie Femminili Pesi: CA e SP -55/+55, ES - JU - SE Open
Categorie Maschili JU - SE Open	Categorie Maschili Pesi: CA - SP -65/+65, ES - JU - SE Open
ELIMINATORIA con ripescaggio all'italiana	ELIMINATORIA con ripescaggio all'italiana
Shobu Ippon 2 minuti con ripescaggio all'italiana	CA - SP - JU - SE: Shobu Ippon 2 minuti con ripescaggio all'italiana ESORDIENTI: Jiyu Ippon Dichiarato
FINALE	FINALE
Shobu Ippon Kumite 3 minuti	Shobu Ippon Kumite 3 minuti ESORDIENTI: Jiyu Ippon Dichiarato
PARITÀ IN FINALE	
Ai fini della vittoria si esegue Kettei Sen. In caso di ulteriore parità si esegue un secondo Kettei Sen e solo in questa fase il vincitore sarà determinato dal giudizio arbitrale	

KUMITE A SQUADRE
Le squadre sono composte da tre titolari e due riserve con atleti delle categorie SP - JU - SE da 1° Kyu. In caso di squadre con due soli titolari un incontro sarà dichiarato perso a tavolino
ELIMINATORIA con ripescaggio all'italiana
Shobu Ippon Kumite 2 minuti
PARITÀ
Ai fini della vittoria della squadra si conteggiano solo gli incontri vinti. In caso di parità si disputa un incontro di spareggio tra due atleti. Con parità in questo incontro si prosegue con Kettei Sen
FINALE
Shobu Ippon Kumite 3 minuti
PARITÀ IN FINALE
Ai fini della vittoria della squadra si conteggiano solo gli incontri vinti. In caso di parità si disputa un incontro di spareggio tra due atleti. In caso di ulteriore parità si prosegue con Kettei Sen e in caso di ulteriore parità si esegue un secondo Kettei Sen. Solo in questa fase la vittoria sarà determinata dal giudizio arbitrale

KATA INDIVIDUALE	
Gruppo A JU e SE da 2° Dan Categorie Femminili e Maschili	Gruppo B ES-CA-SP-JU-SE 1° Kyu, 1° Dan e SP 2° Dan Categorie Femminili e Maschili
PRIMA PROVA Gli atleti suddivisi in poule da 8/12, a seconda del numero degli iscritti, eseguono un Kata a punteggio di propria scelta tra BD, KD, JN, EN, JT, HG, GK	PRIMA PROVA Gli atleti suddivisi in poule da 8/12, a seconda del numero degli iscritti, eseguono un Kata a punteggio di propria scelta tra: HEIAN 1, 2, 3, 4, 5, TEKKI 1
SECONDA PROVA CAMBIANDO POULE DI ARBITRI Gli atleti eseguono una seconda prova con TOKUI KATA a punteggio	SECONDA PROVA CAMBIANDO POULE DI ARBITRI Gli atleti eseguono una seconda prova con un KATA a propria scelta tra i SENTEI
FINALE Alla finale accedono i 2 atleti per poule con il punteggio più alto sommando le valutazioni delle due prove Tokui Kata diverso dalla seconda prova	FINALE Alla finale accedono i 2 atleti per poule con il punteggio più alto sommando le valutazioni delle due prove Tokui Kata diverso dalla seconda prova
PARITÀ IN FINALE	
In finale la parità viene determinata dai soli 3 punteggi " validi " senza considerare i minimi e i massimi. Per determinare il vincitore si effettuerà una prova di spareggio a bandierine con: TOKUI KATA	

KATA A SQUADRE	
Gruppo A Almeno un atleta JU e SE da 2° Dan. Possibilità di inserimento di un over 40. Categorie Femminili e Maschili.	Gruppo B CA-SP-JU-SE 1° Kyu, 1° Dan e SP anche 2° Dan. Possibilità di inserimento di un over 40. Categorie Femminili e Maschili.
ELIMINATORIA Le squadre suddivise in poule da 8/12, secondo il numero degli iscritti, eseguono un Tokui Kata	ELIMINATORIA Le squadre suddivise in poule da 8/12, secondo il numero degli iscritti, eseguono un Tokui Kata
SECONDA PROVA Alla seconda prova accedono le 4 squadre con i migliori punteggi di ogni poule. Eseguono il proprio Tokui Kata e le 4 squadre con i migliori punteggi accedono alla finale	SECONDA PROVA Alla seconda prova accedono le 4 squadre con i migliori punteggi di ogni poule Eseguono il proprio Tokui Kata e le 4 squadre con i migliori punteggi accedono alla finale
FINALE Tokui Kata diverso dalla seconda prova	FINALE Tokui Kata diverso dalla seconda prova
PARITÀ IN FINALE	
In finale la parità viene determinata dai soli 3 punteggi " validi " senza considerare i minimi e i massimi. Per determinare il vincitore si effettuerà una prova di spareggio a bandierine con Tokui Kata diverso da quello eseguito in finale	

FUKUGO
Esordienti / Cadetti + Speranze / Junior + Senior
Categorie Femminili / Maschili Peso Open
CA/SP – JU/SE: Prove alternate di Jiyu Kumite e di Kata BASSAI DAI ESORDIENTI: Prove alternate di Jiyu Kumite Dichiarato e Kata BASSAI DAI
PRIMA PROVA
Kata o Kumite a sorteggio (monetina)
PROVE SUCCESSIVE
Prove alternate di Kumite e Kata Bassai Dai
FINALE
La finale (Kumite o Kata) sarà determinata dal numero di atleti e dalla specialità sorteggiata per la prima prova
RIPESCAGGI
Ripescaggi all'italiana: la prima prova sarà effettuata con la specialità sorteggiata all'inizio della gara, proseguendo poi con prove alternate di Kumite e di Kata Bassai Dai
PARITÀ IN FINALE con KUMITE
Ai fini della vittoria si esegue Kettei Sen. In caso di ulteriore parità si esegue un secondo Kettei Sen e solo in questa fase il vincitore sarà determinato dal giudizio arbitrale
PARITÀ IN FINALE con KATA
In caso di parità in finale verrà eseguita una prova di spareggio con il Kata Bassai Dai

Ulteriori specifiche:

- Non è ammesso indossare accessori metallici quali: orecchini, piercing, anelli, braccialetti, collanine, ecc..., **anche nelle prove di Kata.**
- Qualora le donne volessero indossare un indumento sotto al karategi dovrà essere di colore bianco (es: maglietta giro collo o V, body o top).
- Le unghie di mani e piedi devono essere tagliate corte.
- Nella specialità Kumite ogni atleta si deve munire di paradenti, conchiglia protettiva (uomini), paraseno imbottito non metallico (donne), guantini regolamentari.
- Karategi pulito, senza scritte tranne eventuale logo della propria società ed etichetta fondo giacca
- Per le prove di kata sono ammessi i risvolti a pantaloni e maniche: devono restare scoperti caviglie e polsi.
- Tutti gli atleti devono essere muniti della propria cintura rossa.

REGOLAMENTO KUMITE ESORDIENTI

Jiyu Kumite Dichiarato Sperimentale

Peso Open – Categorie: Maschile e Femminile

Eliminatorie e ripescaggi - Jiyu Kumite Dichiarato Base

ELIMINATORIE

Attacchi alternati e dichiarati a scelta dell'atleta tra:

1° attacco: Jodan Oizuki o Kizamizuki

2° attacco: Chudan Oizuki o Tsugiashi Gyakuzuki

3° attacco: gamba posteriore: Maegeri o Mawashigeri (Jodan/Chudan specificato) o Ushirogeri chudan

- Gli attacchi andranno eseguiti in modo alternato, dichiarati, dando il tempo sufficiente all'avversario di portare il contrattacco.
- L'attaccante deve aspettare minimo tre secondi prima di attaccare, ma non oltre 10 secondi.
- Inizia ad attaccare AKA.
- Gli attacchi devono essere neutralizzati con una parata efficace (spostamento e parate a scelta dell'atleta).
- Il contrattacco deve essere sempre Gyakuzuki.
- È consentito cambiare gamba, eseguire finte (da entrambe le parti), eseguire azioni di "disturbo" (NO Ashibarai)
- Alla fine della prova gli arbitri esprimeranno il loro giudizio a bandierine contemporaneamente determinando la vittoria di uno dei due atleti. "Non è prevista la parità"

SEMIFINALI E FINALI

I due atleti finalisti e i due atleti ripescati eseguiranno la semifinale e la finale con la prova di

Jiyu Kumite Dichiarato Avanzato con "combinazioni di attacco":

1° attacco: combinazione di Yoriashi Kizamizuki - Tsugiashi Gyakuzuki

2° attacco: combinazione di Tsugiashi Gyakuzuki - Tsugiashi Maeashi Mawashigeri (Jodan/Chudan dichiarato)

3° attacco: combinazione di Tsugiashi Maeashi Mawashigeri (Jodan/Chudan specificato) - Tsugiashi Gyakuzuki

- Gli attacchi andranno eseguiti in modo alternato, dichiarati, dando il tempo sufficiente all'avversario di portare il contrattacco
- Le combinazioni andranno eseguite "di seguito", dichiarate, dando il tempo sufficiente all'avversario di portare il contrattacco. Inizia ad attaccare AKA.
- L'attaccante deve aspettare minimo tre secondi prima di attaccare, ma non oltre 10 secondi.
- Inizia ad attaccare AKA.
- Gli attacchi devono essere neutralizzati con una parata efficace (spostamento e parate a scelta dell'atleta).
- Il contrattacco deve essere sempre Gyakuzuki.
- È consentito cambiare gamba, eseguire finte (da entrambe le parti), eseguire azioni di "disturbo" (NO Ashibarai)
- Alla fine della prova gli arbitri esprimeranno il loro giudizio a bandierine contemporaneamente determinando la vittoria di uno dei due atleti. "Non è prevista la parità"

REGOLAMENTO KUMITE ESORDIENTI

REGOLE GENERALI

La gara si svolgerà col sistema a eliminazione diretta con ripescaggi

- A. Le tecniche singole devono essere eseguite in ordine, alternatamente e si devono sempre dichiarare prima di attaccare.
- B. Sono ammesse le finte, il cambio di guardia, rispettando il tempo minimo di 3 secondi e non oltre i 10 secondi, prima di attaccare.
- C. Nella fase di gara che prevede le combinazioni, queste, si dovranno eseguire in ordine, dalla prima all'ultima.
- D. La decisione arbitrale sarà espressa sulla qualità degli atleti, non legata a punteggi e con queste modalità:
 - 1. Forma generale
 - 2. Distanza corretta di attacco, di difesa e contrattacco
 - 3. Tempo di reazione nel contrattacco, controllo ed efficacia
 - 4. Sarà adottato il sistema a bandierine
- E. Il difensore deve utilizzare come strategia sempre Go-no-sen, usare una parata e spostamento efficace e il contrattacco di Gyakuzuki.
- F. I due atleti non dovranno mai uscire dal campo di gara (Jogai)
- G. Entrambi gli atleti potranno eseguire tecniche di "disturbo" (Kuzushi Waza - Ashibarai escluso).



Regolamento medico per le gare di Kumite AIKT

1. Oltre agli obblighi di legge derivanti dalla pratica di attività agonistica sportiva con la specifica di sport da combattimento, per la partecipazione alle competizioni agonistiche di Kumite varrà quanto segue:
2. gli atleti dovranno presentarsi sul Tatami nelle corrette condizioni igieniche, non saranno ammessi alla competizione atleti che si presentino con indumenti sporchi o in cattive condizioni di igiene personali. (questo nel rispetto di se stessi e degli avversari).
3. I capelli se lunghi dovranno essere raccolti in una unica treccia o nella cosiddetta “coda di cavallo” fermata con un elastico semplice. È tassativamente vietato l'utilizzo di fermagli e/o forcine per capelli che potrebbero nel corso del combattimento recare danno all'atleta od al suo avversario.
4. Per motivi etici e/o religiosi è ammesso l'utilizzo del velo a copertura dei capelli in monopezzo di colore scuro purché non venga ancorato al capo mediante l'utilizzo di fermagli e/o forcine. Il velo non potrà coprire il volto ed il collo e non potrà creare impedimenti ai movimenti.
5. È tassativamente vietato (con nessuna possibilità di deroga) indossare orecchini, collanine bracciali, cavigliere o piercing (siano essi visibili o nascosti dagli indumenti). In caso di presenza di tali oggetti l'atleta sarà invitato a rimuoverli immediatamente pena la non ammissione alla competizione.
6. Buona norma sarebbe evitare l'utilizzo di trucchi per il viso e/o rossetti per le labbra che potrebbero determinare l'insorgenza di macchie sul volto o sull'abbigliamento da gara proprio o dell'avversario.
7. La presenza di bendaggi o presidi medici ortopedici indossati dovrà essere fatta presente al Medico di Gara il quale verificatane la congruità e necessità rilascerà all'atleta un'apposita autorizzazione scritta. Sono comunque vietati i presidi medici che presentino ancoraggi o giunture di materiale duro o metallico.
8. La mancanza del paradenti configura l'impossibilità di essere ammesso alla competizione.

Considerazioni speciali aggiuntive

1. L'atleta affetto da ipoacusia dovrà personalmente (o mediante il proprio allenatore) avvertire il Giudice Arbitro delle proprie difficoltà acustiche il quale provvederà pertanto ad implementare il tono di voce e la mimica gestuale necessaria ad impartire gli ordini e spiegazioni dovute
2. Non possono partecipare alle specialità di Kumite e Fukugo i portatori di impianti cocleari: la presenza di impianti cocleari non permette di competere con la dovuta sicurezza. A tal proposito è stata consultata la ditta produttrice che sconsiglia vivamente gli sport da contatto in particolar modo gli sport da combattimento ivi compreso il Karate, citando testualmente: "si sconsiglia vivamente agli utilizzatori di impianti cocleari di praticare tali sport (quali boxe, rugby, judo e karate, ecc) in cui le lesioni fisiche, pressioni o colpi alla testa sono probabili o inevitabili".
3. Per gli atleti con deficit visivi non correggibili da lenti a contatto è ammesso l'utilizzo di presidi particolari quali gli occhiali da combattimento (da non confondersi con gli occhiali da sport). Tali presidi sono prodotti da ditte specializzate che assicurano la conformità dell'occhiale e delle lenti all'attività sportiva da combattimento. Pertanto l'atleta dovrà avere sempre al seguito la certificazione della congruità del presidio utilizzato (la certificazione dovrà contenere la dicitura di "presidio corretto per sport da contatto/combattimento"). In caso di mancanza di tale certificazione l'occhiale non sarà ammesso e pertanto l'atleta dovrà competere senza di esso.
4. In caso di gravidanza sospetta e/o possibile l'atleta dovrà informare il medico il quale deciderà per l'eventuale esclusione dalla competizione dell'atleta.
5. Tale regolamento è da ritenersi provvisorio e passibile di ulteriori modifiche ma attuativo, e trova la sua applicazione fin da oggi.
6. Sarà premura e responsabilità degli allenatori, dei responsabili sportivi delle rispettive società porre a conoscenza di queste nuove disposizioni tutti gli atleti e istruirli adeguatamente al fine di ottenere una stretta aderenza al regolamento.
7. Con la partecipazione alla competizione è da sottintendere la completa conoscenza del presente regolamento e la sua adesione.
8. **Si invitano gli atleti e/o i responsabili delle società partecipanti a munirsi di un kit di pronto soccorso per far fronte alle più elementari necessità personali, per non distogliere l'attenzione del personale specializzato dalle più importanti attività di assistenza agli atleti in gara.**

Per la Commissione Medica Nazionale AIKT

Il Presidente
Dott. Giuseppe Chiametti