

Col patrocinio di



Comune
di Sabbioneta



FEDERAZIONE
SPORTIVA NAZIONALE
RICONSCIUTA
DAL CONI



Col patrocinio di



Pro-Loco
Sabbioneta

Col patrocinio di



Pro-Loco
Casalmaggiore

Trofeo Lombardia A.S.C.

A.S.D. Shotokan Karate Do Sabbioneta

19° Trofeo Piccola Atene Città dei Gonzaga 2026

Gare di: Palloncino, Kata individuale, Kumite individuale,
aperta agli Enti convenzionati con la FIJLKAM

**BAMBINI A/B - FANCIULLI - RAGAZZI - ESORDIENTI - CADETTI
JUNIOR - SENIOR - MASTER - PARA KARATE**

Domenica 13 Dicembre 2026

Palazzetto dello Sport - Via Santuario - Sabbioneta (MN)

Per informazioni e iscrizioni:

M° Lena Geom. Claudio - cell. 339 2195099

Dott.ssa Prof.ssa Lena Noemi - cell. 346 5912178

e-mail: claudio_lena@virgilio.it

www.maestrolena-karate.it



19° Trofeo Piccola Atene Città dei Gonzaga 2026

Gara di Kata Tutte le Categorie da BAMBINI a MASTER
Gara di Palloncino Bambini Fanciulli e Ragazzi
Gara di Kumite GIOVANILE, FANCIULLI e RAGAZZI 2017/2018 e 2015/2016
Gara di Kumite Individuale – da ESO a MASTER

La gara è aperta a tutti gli Enti in convenzione Fijlkam.

REGOLAMENTO GARA: FIJLKAM – A.S.C.

**ORGANIZZATA DA
A.S.D. Karate Shotokan Karate Do Sabbioneta
DIRETTA DA ASC MONZA E BRIANZA**

DATA: 13 Dicembre 2026
PRESSO: Palazzetto Dello Sport
LOCALITA': Via Santuario, Sabbioneta (MN)

Programma:

DOMENICA MATTINA

KATA e PALLONCINO:	ore 08.30	Cat. BA/ FA / RA	PALLONCINO
	ore 08.30	Cat. RA	KATA – a Seguire le altre Categorie
	ore 10.00	Cat. JUNIOR	
	ore 10.30	Cat. ESORDIENTI	
	ore 11.30	Cat. CADETTI	
	ore 12.00	Cat. SENIOR	
	ore 12.00	Cat. MASTER	

DOMENICA POMERIGGIO

ORARI KUMITE:	ore 14.00	Cat. <u>GIOVANILE RAGAZZI</u>
	ore 15.30	Cat. JUNIOR
	ore 16.00	Cat. ESORDIENTI
	ore 17.00	Cat. CADETTI
	ore 17.30	Cat. SENIOR
	ore 17.30	Cat. MASTER

Gli orari definitivi della gara verranno pubblicati giovedì 10/12/26 sul sito www.ascsportmb.com

COSTI:

LE QUOTE SONO GRATUITE PER LA CATEGORIA DIVERSAMENTE ABILI

€ 20.00 BA/FA/RA	- Kata – prova singola
€ 20.00 BA/FA/RA	- Palloncino – prova singola
€ 20.00 FA / RA	- Kumite Giovanile – prova singola
€ 25.00 per BA/FA/RA	- 2 prove
€ 30,00 per FA/RA	- 3 prove
€ 25,00 ESO in su	- singola specialità Kata o Kumite
€ 35,00 ESO in su	- 2 prove – 3° prova € 40

Regolazione e saldo quote iscrizioni, direttamente in sede di gara.

Iscrizioni: ENTRO IL 7 Dicembre 2026 sul link iscrizione allegato.

tutti gli atleti devono essere in possesso della certificazione medica agonistica e tesseramento presso la propria organizzazione.

Iscrizione gara: [Link iscrizione](https://www.studiobrenna.cloud/eventi/richiesta.php) <https://www.studiobrenna.cloud/eventi/richiesta.php>

Info gara CHIAMARE o SCRIVERE a M° Paola Di Giovanni 320 19.49.750 e-mail: pdg73.info@gmail.com

Resp. Naz. M° Brescia Mauro - 347 32.01.223 – M° Andrea Zilioli – 339 50.72.433

CATEGORIE PALLONCINO A BANDIERINE

CLASSE	CATEGORIA	ANNO	CINTURA
B1PA (anni 5-7)	BAMBINI	2019/2020/2021	BIANCA / GIALLA
B2PA	BAMBINI	2019/2020/2021	ARANCIO / VERDE / BLU
F1PA (anni 8-9)	FANCIULLI	2017/2018	BIANCA / GIALLA
F2PA	FANCIULLI	2017/2018	ARANCIO / VERDE
F3PA	FANCIULLI	2017/2018	BLU / MARRONE
R1PA (anni 10-11)	RAGAZZI	2015/2016	BIANCA / GIALLA
R2PA	RAGAZZI	2015/2016	ARANCIO / VERDE
R3PA	RAGAZZI	2015/2016	BLU / MARRONE

REGOLAMENTO GIOCO TECNICO CON PALLONCINO

Il Gioco Tecnico con Palloncino deve svolgersi su Tatami da m. 6x6 o 8x8, costituiti da materassini di gomma. Vengono usati n. 2 palloncini di spugna, all'altezza del viso collocati al centro della materassina per i concorrenti AKA e AO che gareggeranno nello stesso momento.

La prova consiste in 30" di libera combinazione di tecniche di gambe e di braccia.

Per tutte le Classi:

Tecniche di gambe ammesse – LIBERO

Tecniche di braccia ammesse: - LIBERO

Tecniche che toccano il Palloncino sono da considerare penalità e, pertanto, sarà detratto 1 punto ogni infrazione.

CATEGORIE KUMITE GIOVANILE FANCIULLI E RAGAZZI MASCHILE E FEMMINILE

Categoria	Pesi	anno	cinture
FKM1 FANCIULLI MASCHILE	KG.32	2017/2018	OPEN
FKM2 FANCIULLI MASCHILE	KG.37	2017/2018	OPEN
FKM3 FANCIULLI MASCHILE	KG.42	2017/2018	OPEN
FKM4 FANCIULLI MASCHILE	KG.+42	2017/2018	OPEN
FKF5 FANCIULLI FEMMINILE	KG.32	2017/2018	OPEN
FKF6 FANCIULLI FEMMINILE	KG.37	2017/2018	OPEN
FKF7 FANCIULLI FEMMINILE	KG.+37	2017/2018	OPEN
RKM1 RAGAZZI MASCHILE	KG.32	2015/2016	OPEN
RKM2 RAGAZZI MASCHILE	KG.37	2015/2016	OPEN
RKM3 RAGAZZI MASCHILE	KG.42	2015/2016	OPEN
RKM4 RAGAZZI MASCHILE	KG.47	2015/2016	OPEN
RKM5 RAGAZZI MASCHILE	KG.52	2015/2016	OPEN
RKM6 RAGAZZI MASCHILE	KG.+52	2015/2016	OPEN
RKF7 RAGAZZI FEMMINILE	KF.32	2015/2016	OPEN
RKF8 RAGAZZI FEMMINILE	KF.37	2015/2016	OPEN
RKF9 RAGAZZI FEMMINILE	KG.42	2015/2016	OPEN
RKF10 RAGAZZI FEMMINILE	KG.47	2015/2016	OPEN
RKF11 RAGAZZI FEMMINILE	KG.+47	2015/2016	OPEN

REGOLAMENTO KUMITE GIOVANILE FANCIULLI

(Regolamento Fijlkam – ASC, Gioco Combattimento senza interruzioni)

GIOCO DEL COMBATTIMENTO INDIVIDUALE LIBERO SENZA INTERRUZIONE - NO STOP

La durata del combattimento è di **60 secondi**.

Il regolamento adottato in questa specialità è lo stesso di quello utilizzato un tempo per la categoria federale Esordienti A.

Gli atleti si confrontano individualmente utilizzando solo le 5 tecniche consentite (uraken yakuzuchi chudan, mawashigeri chudan, mawaschigeri, uramawashigeri jodan) Non sono ammesse tecniche di proiezione, spazzate e tecniche diritte al volto. La schiena è un'area protetta alla quale non è consentito tirare alcuna tecnica. Non è ammesso alcun tipo di contatto all'area jodan. In tutte le gare la valutazione verrà espressa con il metodo delle bandierine.

Le aree di gara dovranno avere una misura minima **di 6x6 o 8x8 metri**.

Non è prevista alcuna suddivisione in gruppi di graduazione.

L'Arbitro fermerà l'incontro solo in caso di penalità di contatto o azioni proibite saranno ufficializzate utilizzando lo stesso metodo del regolamento ASC.

Alla conclusione dell'incontro l'Arbitro decreterà la vittoria utilizzando lo schema previsto (vedi appendice 1)

La valutazione finale è di tipo globale e non è previsto il prolungamento dell'incontro (SAI- SHAI).

Gli atleti dovranno indossare le seguenti protezioni: guanti Blu o Rossi a seconda della chiamata, paradenti parastinchi e copri piede blu o rosso a seconda della chiamata, corpetto protettivo addominale, conchiglia (categoria maschile).

REGOLAMENTO KUMITE GIOVANILE RAGAZZI

(Regolamento Fijlkam ASC, Gioco Combattimento con interruzione)

GIOCO DEL COMBATTIMENTO INDIVIDUALE LIBERO CON INTERRUZIONE

La durata del combattimento è di 60 sec.

Gli atleti si confrontano individualmente utilizzando solo le 5 tecniche consentite. Non sono ammesse tecniche di proiezione, spazzate e tecniche diritte al volto. La schiena è un'area protetta alla quale non è consentito tirare alcuna tecnica. Non è ammesso alcun tipo di contatto all'area jodan.

L'arbitro fermerà l'incontro secondo quanto previsto dal regolamento ASC, gli atleti potranno usare solo le 5 tecniche stabilite che verranno premiate nel seguente modo:

- uraken jodan o yakuzuchi chudan YUKO 1 punto
- mawashigeri chudan WAZA-ARI 2 punti
- mawashi geri o uramawashigeri jodan IPPON 3 punti

Gli atleti dovranno indossare le seguenti protezioni: guanti blu o rossi a seconda della chiamata, paradenti, parastinchi e copri piede blu o rosso a seconda della chiamata, corpetto protettivo addominale, conchiglia (categoria maschile).

Viene dichiarato vincitore il concorrente che alla fine del combattimento avrà il punteggio migliore.

Se non viene messo a segno alcun punto o si verifica una parità di punteggio, NON viene concesso un nuovo incontro (Sai Shiai) e la decisione sarà presa per HANTEI.

CATEGORIE KATA

VALUTAZIONE A PUNTEGGIO CON TABELLONI NUMERICI O BANDIERINE.			
CLASSE	CATEGORIA	ANNO	CINTURA
DA1M – DA1F	DIVERSAMENTE ABILI RAGAZZI	DOPO IL 2008	OPEN
DA2M – DA2F	DIVERSAMENTE ABILI ADULTI	PRIMA DEL 2008	OPEN
A1M (anni 5-7)	BAMBINI MASCHILE	2019/2020/2021	BIANCA/GIALLA
A2M	BAMBINI MASCHILE	2019/2020/2021	ARANCIO/VERDE
A3M	BAMBINI MASCHILE	2019/2020/2021	BLU/MARRONE
A4F	BAMBINE FEMMINILE	2019/2020/2021	BIANCA/GIALLA
A5F	BAMBINE FEMMINILE	2019/2020/2021	ARANCIO/VERDE
A6F	BAMBINE FEMMINILE	2019/2020/2021	BLU/MARRONE

B1M (anni 8-9)	FANCIULLI MASCHILE	2017/2018	BIANCA/GIALLA
B2M	FANCIULLI MASCHILE	2017/2018	ARANCIO/VERDE
B3M	FANCIULLI MASCHILE	2017/2018	BLU/MARRONE
B4F	FANCIULLI FEMMINILE	2017/2018	BIANCA/GIALLA
B5F	FANCIULLI FEMMINILE	2017/2018	ARANCIO/VERDE
B6F	FANCIULLI FEMMINILE	2017/2018	BLU/MARRONE
C1M (anni 10-11)	RAGAZZI MASCHILE	2015/2016	BIANCA/GIALLA
C2M	RAGAZZI MASCHILE	2015/2016	ARANCIO/VERDE
C3M	RAGAZZI MASCHILE	2015/2016	BLU/MARRONE
C4F	RAGAZZE FEMMINILE	2015/2016	BIANCA/GIALLA
C5F	RAGAZZE FEMMINILE	2015/2016	ARANCIO/VERDE
C6F	RAGAZZE FEMMINILE	2015/2016	BLU/MARRONE
D1M (anni 12-13)	ESORDIENTI MASCHILE	2013/2014	BIANCA/GIALLA/ARANCIO
D2M	ESORDIENTI MASCHILE	2013/2014	VERDE/BLU
D3M	ESORDIENTI MASCHILE	2013/2014	MARRONE/NERA
D4F	ESORDIENTI FEMMINILE	2013/2014	BIANCA/GIALLA/ARANCIO
D5F	ESORDIENTI FEMMINILE	2013/2014	VERDE/BLU
D6F	ESORDIENTI FEMMINILE	2013/2014	MARRONE/NERA
E1M (anni 14-15)	CADETTI MASCHILE	2011/2012	BIANCA/GIALLA/ARANCIO
E2M	CADETTI MASCHILE	2011/2012	VERDE/BLU
E3M	CADETTI MASCHILE	2011/2012	MARRONE/NERA
E4F	CADETTI FEMMINILE	2011/2012	BIANCA/GIALLA/ARANCIO
E5F	CADETTI FEMMINILE	2011/2012	VERDE/BLU
E6F	CADETTI FEMMINILE	2011/2012	MARRONE/NERA
F1M (anni 16-17)	JUNIORES MASCHILE	2009/2010	BIANCA/GIALLA/ARANCIO
F2M	JUNIORES MASCHILE	2009/2010	VERDE/BLU
F3M	JUNIORES MASCHILE	2009/2010	MARRONE/NERA
F4F	JUNIORES FEMMINILE	2009/2010	BIANCA/GIALLA/ARANCIO
F5F	JUNIORES FEMMINILE	2009/2010	VERDE/BLU
F6F	JUNIORES FEMMINILE	2009/2010	MARRONE/NERA
H1M (anni 19-36)	SENIORES MASCHILE	1991/2008	BIANCA/GIALLA/ARANCIO
H2M	SENIORES MASCHILE	1991/2008	VERDE/BLU
H3M	SENIORES MASCHILE	1991/2008	MARRONE/NERA
H4F	SENIORES FEMMINILE	1991/2008	BIANCA/GIALLA/ARANCIO
H5F	SENIORES FEMMINILE	1991/2008	VERDE/BLU
H6F	SENIORES FEMMINILE	1991/2008	MARRONE/NERA
L1M	MASTER MASCHILE	1968/1990	BIANCA/GIALLA/ARANCIO
L2M	MASTER MASCHILE	1968/1990	VERDE/BLU
L3M	MASTER MASCHILE	1968/1990	MARRONE/NERA
L4F	MASTER FEMMINILE	1968/1990	BIANCA/GIALLA/ARANCIO
L5F	MASTER FEMMINILE	1968/1990	VERDE/BLU
L6F	MASTER FEMMINILE	1968/1990	MARRONE/NERA

REGOLAMENTO KATA

VALUTAZIONE A PUNTEGGIO CON TABELLONI NUMERICI O BANDIERINE.

Le categorie BA-FA-RA fino a cinture Verde e tutte le altre Categorie fino a cinture arancio, potranno eseguire solo Kata Shitei (5 Heian o equivalenti).

Esecuzione del kata per tutte le categorie BAM-FAN-RAG e ESO:

Cat BA-FA-RA fino a cintura verde possono eseguire 1 kata, cinture blu e marroni 2 kata,

Cat Esordienti in su, fino a cintura arancio possono eseguire 1 kata, cinture verdi/blu 2 kata,

cinture marroni nere 3 kata alternati (non si può ripetere l'ultimo kata effettuato x prova successiva);

CAT. CADETTI - JUNIOR - SENIOR E MASTER marroni e nere cambio kata ad ogni prova.

SQUADRE ACCORPATE – ESORD e CADETTI - JUNIOR e SENIOR, MASCHILE E FEMMINILE DIVISE

Regolamento Kata – Fijlkam - ASC .

L'ultimo anno dei cadetti potrà gareggiare nella categoria juniores, la categoria juniores potrà gareggiare nella categoria seniores.

IN BASE AGLI ISCRITTI LE CATEGORIE POSSONO ESSERE ACCORPATE

KUMITE

CLASSE	CATEGORIA	ANNO	CINTURA
ESM38	ESORDIENTI MASCHILE KG.38	2013/2014	BLU/MARRONE/NERA
ESM43	ESORDIENTI MASCHILE KG.43	2013/2014	BLU/MARRONE/NERA
ESM48	ESORDIENTI MASCHILE KG.48	2013/2014	BLU/MARRONE/NERA
ESM53	ESORDIENTI MASCHILE KG.53	2013/2014	BLU/MARRONE/NERA
ESM58	ESORDIENTI MASCHILE KG.58	2013/2014	BLU/MARRONE/NERA
ESM63	ESORDIENTI MASCHILE KG.63	2013/2014	BLU/MARRONE/NERA
ESM68	ESORDIENTI MASCHILE KG.68	2013/2014	BLU/MARRONE/NERA
ESM75	ESORDIENTI MASCHILE KG.75	2013/2014	BLU/MARRONE/NERA
ESM+75	ESORDIENTI MASCHILE KG.+75	2013/2014	BLU/MARRONE/NERA
ESF35	ESORDIENTI FEMMINILE KG.35	2013/2014	BLU/MARRONE/NERA
ESF40	ESORDIENTI FEMMINILE KG.40	2013/2014	BLU/MARRONE/NERA
ESF45	ESORDIENTI FEMMINILE KG.45	2013/2014	BLU/MARRONE/NERA
ESF50	ESORDIENTI FEMMINILE KG.50	2013/2014	BLU/MARRONE/NERA
ESF56	ESORDIENTI FEMMINILE KG.56	2013/2014	BLU/MARRONE/NERA
ESF62	ESORDIENTI FEMMINILE KG.62	2013/2014	BLU/MARRONE/NERA
ESF68	ESORDIENTI FEMMINILE KG.68	2013/2014	BLU/MARRONE/NERA
ESF+68	ESORDIENTI FEMMINILE KG.+ 68	2013/2014	BLU/MARRONE/NERA
CAM47	CADETTI MASCHILE KG.47	2011/2012	BLU/MARRONE/NERA
CAM52	CADETTI MASCHILE KG.52	2011/2012	BLU/MARRONE/NERA
CAM57	CADETTI MASCHILE KG.57	2011/2012	BLU/MARRONE/NERA
CAM63	CADETTI MASCHILE KG.63	2011/2012	BLU/MARRONE/NERA
CAM70	CADETTI MASCHILE KG.70	2011/2012	BLU/MARRONE/NERA
CAM78	CADETTI MASCHILE KG.78	2011/2012	BLU/MARRONE/NERA
CAM+78	CADETTI MASCHILE KG.+78	2011/2012	BLU/MARRONE/NERA
CAF42	CADETTI FEMMINILE KG.42	2011/2012	BLU/MARRONE/NERA
CAF47	CADETTI FEMMINILE KG.47	2011/2012	BLU/MARRONE/NERA
CAF54	CADETTI FEMMINILE KG.54	2011/2012	BLU/MARRONE/NERA
CAF61	CADETTI FEMMINILE KG.61	2011/2012	BLU/MARRONE/NERA
CAF68	CADETTI FEMMINILE KG.68	2011/2012	BLU/MARRONE/NERA
CAF+68	CADETTI FEMMINILE KG.+68	2011/2012	BLU/MARRONE/NERA

JUM50	JUNIORES MASCHILE KG.50	2009/2010	BLU/MARRONE/NERA
JUM55	JUNIORES MASCHILE KG.55	2009/2010	BLU/MARRONE/NERA
JUM61	JUNIORES MASCHILE KG.61	2009/2010	BLU/MARRONE/NERA
JUM68	JUNIORES MASCHILE KG.68	2009/2010	BLU/MARRONE/NERA
JUM76	JUNIORES MASCHILE KG.76	2009/2010	BLU/MARRONE/NERA
JUM86	JUNIORES MASCHILE KG.86	2009/2010	BLU/MARRONE/NERA
JUM+86	JUNIORES MASCHILE KG.+86	2009/2010	BLU/MARRONE/NERA
JUF48	JUNIORES FEMMINILE KG.48	2009/2010	BLU/MARRONE/NERA
JUF53	JUNIORES FEMMINILE KG.53	2009/2010	BLU/MARRONE/NERA
JUF59	JUNIORES FEMMINILE KG.59	2009/2010	BLU/MARRONE/NERA
JUF66	JUNIORES FEMMINILE KG.66	2009/2010	BLU/MARRONE/NERA
JUF74	JUNIORES FEMMINILE KG.74	2009/2010	BLU/MARRONE/NERA
JUF+74	JUNIORES FEMMINILE KG.+74	2009/2010	BLU/MARRONE/NERA
SEM60	SENIORES MASCHILE KG.60	1991/2008	BLU/MARRONE/NERA
SEM67	SENIORES MASCHILE KG.67	1991/2008	BLU/MARRONE/NERA
SEM75	SENIORES MASCHILE KG.75	1991/2008	BLU/MARRONE/NERA
SEM84	SENIORES MASCHILE KG.84	1991/2008	BLU/MARRONE/NERA
SEM94	SENIORES MASCHILE KG.94	1991/2008	BLU/MARRONE/NERA
SEM+94	SENIORES MASCHILE KG.+94	1991/2008	BLU/MARRONE/NERA
SEF50	SENIORES FEMMINILE KG.50	1991/2008	BLU/MARRONE/NERA
SEF55	SENIORES FEMMINILE KG.55	1991/2008	BLU/MARRONE/NERA
SEF61	SENIORES FEMMINILE KG.61	1991/2008	BLU/MARRONE/NERA
SEF68	SENIORES FEMMINILE KG.68	1991/2008	BLU/MARRONE/NERA
SEF+68	SENIORES FEMMINILE KG.+68	1991/2008	BLU/MARRONE/NERA
MAM70	MASTER A MASCHILE KG.70	1983/1990	BLU/MARRONE/NERA
MAM80	MASTER A MASCHILE KG.80	1983/1990	BLU/MARRONE/NERA
MAM+80	MASTER A MASCHILE KG.+80	1983/1990	BLU/MARRONE/NERA
MBM70	MASTER B MASCHILE KG.70	1976/1982	BLU/MARRONE/NERA
MBM80	MASTER B MASCHILE KG.80	1976/1982	BLU/MARRONE/NERA
MBM+80	MASTER B MASCHILE KG.+80	1976/1982	BLU/MARRONE/NERA
MBN70	MASTER C MASCHILE KG.70	1968/1975	BLU/MARRONE/NERA
MBN80	MASTER C MASCHILE KG.80	1968/1975	BLU/MARRONE/NERA
MBN+80	MASTER C MASCHILE KG.+80	1968/1975	BLU/MARRONE/NERA
MAF61	MASTER A FEMMINILE KG.61	1980/1990	BLU/MARRONE/NERA
MAF+61	MASTER A FEMMINILE KG.+61	1980/1990	BLU/MARRONE/NERA
MBF61	MASTER B FEMMINILE KG.61	1968/1979	BLU/MARRONE/NERA
MBF+61	MASTER B FEMMINILE KG.+61	1968/1979	BLU/MARRONE/NERA

TUTTE LE CATEGORIE MATER POSSONO ESSERE ACCORPATE IN BASE AL NUMERO DI ISCRITTI ED ETA'

REGOLAMENTO KUMITE

Tutti gli atleti dovranno essere muniti delle seguenti protezioni, pena, mancata partecipazione:

Guantini, Parastinchi collo piede, paradenti, conchiglia, corpetto, paraseno e corpetto per la categoria femminile, mascherina o caschetto per la categoria esordienti.

IN BASE AGLI ISCRITTI LE CATEGORIE POTRANNO ESSERE ACCORPATE

Potete scaricare tutta la documentazione sul sito: www.ascsportmb.com

