



F.F. KARATÉ
Ligue Côte d'Azur

Fédération Française de Karaté
et Disciplines Associés
<http://ffkarate.fr/cotedazur>

LIGUE COTE D'AZUR
sdavid.lcakda@orange.fr

Directeur Sportif
Alain HUET
06.67.84.25.25



CHAMPIONNAT de Ligue

KARATE CONTACT et KARATE JUTSU

à Puget Sur Argens Le Samedi 8 janvier 2011

A Puget Sur Argens

Bld Martinez

- à la sortie d'autoroute prendre à droite sur 200m, de nouveau à droite au feu -



INSCRIPTIONS

- ➔ Par mail à l'adresse suivante : rainier.bergeret@orange.fr
- ➔ Date limite d'engagement, **avant le lundi 3 janvier 2011**
(aucune inscription sur place)

CATEGORIES CONCERNEES:

- ➔ **Karaté Contact** ➔ de benjamins à séniors. Masc. / Fém.
- ➔ **Karaté Jutsu** ➔ Séniors Masc. / Fém.

DOCUMENTS à PRESENTER

- ➔ **Passeport sportif en règle comprenant :**
- ➔ Deux timbres de licence dont celle de la saison sportive en cours
- ➔ Certificat médical postérieur au **31 juillet 2010**
- ➔ Autorisation parentale **pour les mineurs**

TENUES PERSONNELLES et OBLIGATOIRES

- ➔ **Karaté Contact** : Karaté gi – Ceinture rouge et ceinture bleue – gants rouges et gants bleus- protège Dents- Protège pieds – Casque- Coquille pour les masculins- Plastron pour les féminines- Plastron réversible pour les benjamins – minimes- cadets
- ➔ **Karaté Jutsu** : Karaté gi ou judo gi- Ceinture rouge et Ceinture bleue- gants adaptés aux saisies –Coquille pour les masculins- Plastron pour les féminines-Protège dents à l'initiative du combattant

CONTROLES des PASSEPORTS – DEROULEMENT de PRINCIPE

Chaque compétiteur présente personnellement son passeport

Karaté Jutsu

13h10 à 13h30 ➔ contrôle des passeports
pesée Séniors M/F

Karaté Contact

13h15 à 13h30 ➔ contrôle des passeports et pesée Cadets/Min/Benjamins M/F
13h30 à 13h45 ➔ Contrôle des passeports et pesée Juniors Masc. Et Juniors/Séniors Fém.
14h00 à 14h10 ➔ Séniors Masc. -60kg/-65kg/-70kg
14h30 à 14h40 ➔ Séniors Masc. -75kg/-80kg/-85kg/+85kg

CATEGORIES DE POIDS

Karaté Contact : Masc. : Benjamins : -40kg/-45kg /-50kg /-55kg /+55kg Minimes : -50kg/-55kg/-60kg/6-65kg/+65kg Cadets : -52kg/-57kg/-63kg/-70kg/+70kg Juniors : -55kg/-61kg/-68kg/-76kg/-82kg/+82kg
Séniors : -60kg/-65kg/-70kg/-75kg/-80kg/-85kg/+85kg
Fém : Benjamins : -35kg/-40kg/-45kg/+45kg Minimes : -45kg/-50kg/-55kg/+55kg Cadettes : -47kg/-52kg/-57kg/+57kg Juniors : -48kg/-53kg/-59kg/+59kg Séniors : -50kg/-55kg/-60kg/-65kg/-70kg/+70kg

Karaté Jutsu : Masc : Séniors -60kg/-70kg/-80kg/-90kg/+90kg **Fém :** Séniors : -55kg/-60kg/-65kg/+65kg

DUREE DES COMBATS

- ➔ **Karaté Contact** Benjamins 2 reprises de 1 mn. temps de repos 1mn./ Minimes-Cadets (semi-contact) : Eliminatoires et finales : 2 reprises 1mn 30s temps de repos 1mn. /juniors-Séniors femmes : Eliminatoires et finales : 2 reprises de 2 mn. temps de repos de 1 mn./ Séniors hommes : Eliminatoires : 2 reprise de 2 mn. temps de repos de 1 mn. Finales et 3^{ème} places : 3 reprises de 2 mn. temps de repos 1 mn.
- ➔ **Karaté Jutsu** Séniors : Eliminatoires, repêchages : 2 mn. Temps plein / finales et places de 3^{ème} : 3 mn temps plein

RECOMPENSES ➔ les 4 premiers de chaque catégorie sont récompensés

AUTRES INFORMATIONS

- ➔ Arrivée de la Commission Sportive: **12h30**
 - ➔ Arrivée des arbitres et des juges: **13h00 précise (briefing).**
 - ➔ La participation à la compétition implique l'acceptation du règlement
- Responsable de la commission Karaté Contact **Richard BOUCHET 06 63 67 50 36**