

ECOLE D'ARBITRAGE

LIGUE DU LYONNAIS DE KARATE

Tu es CADET ou JUNIOR (garçon ou fille)

Rejoint l'équipe des

Jeunes Arbitres du Lyonnais

Des stages de formations (gratuits) seront assurés pour que tu puisses participer à l'organisation des compétitions enfants et devenir :

Commissaire de table, Juge kata, Arbitre kumité.

Le samedi 6 février 2010.

Le samedi 13 février 2010.

Et participe au challenge régional du jeune arbitre,
(Ouvert aux minimes également) :

Le dimanche 7 février 2010 (MDJ).

Et

Le dimanche 14 février 2010

(Gymnase A. Blondin à Vaulx-en-Velin).

Pour plus de renseignements n'hésite pas à contacter :
Paco MARTINEZ 06/21/36/50/76, Eric NUGUES 06/62/21/53/50

Commission d'Arbitrage de la Ligue du Lyonnais de Karaté

Les 6 critères du Ippon

1. Grande vigueur d'application
2. Distance correcte
3. Bon « timing »
4. Vigilance (ZANSHIN)
5. Bonne forme
6. Attitude sportive

Les points accordés

- . **SANBON** (3 points) est accordé pour :
 - a) Coup de pied **Jodan**
 - b) Projection ou balayage de jambe suivi par une technique qui marque.

- . **NIHON** (2 points) est accordé pour :
 - a) Coup de pied **Chudan**

- . **IPPON** (1 point) est accordé pour :
 - a) Coup de poing **Chudan** ou **Jodan**

Les Comportements interdits

Il existe deux catégories :

Catégorie 1 :

1. Les techniques qui ont un contact excessif en fonction de l'endroit attaqué ainsi que les techniques qui entrent en contact avec la gorge.
2. Les attaques aux bras ou aux jambes, attaques à l'aine, aux articulations et au cou-de-pied.
3. Les attaques au visage avec des techniques main ouverte.
4. Les projections jugées dangereuses ou interdites qui occasionnent une blessure.

Catégorie 2 :

1. Feindre d'être blessé, ou exagérer les conséquences d'une blessure.
2. Les sorties répétées de l'aire de compétition (JOGAI).
3. Mettre en danger sa propre sécurité en adoptant des comportements qui exposent aux blessures (MUBOBI).
4. Fuir le combat pour gagner du temps, privant ainsi l'adversaire d'une opportunité de marquer.
5. Saisir l'adversaire directement sans exécuter une technique de karaté dans un délai maximum de 2 à 3 secondes.
6. Les corps à corps inutiles (lutter, pousser, ou saisir sans tenter de technique).
7. Les attaques de coups de tête, de genou, ou de coude.
8. Provoquer ou parler à l'adversaire et tous comportements injurieux envers l'Equipe arbitrale.