

LES ATELIERS

5. KUMITE AU DRAPEAU

Il s'agit des règles de base du kumité adapté aux drapeaux :

- toucher le drapeau avec le pied, je gagne un point ;
- toucher le drapeau avec un poing, je gagne un point ;
- attraper le drapeau, je gagne un point ;
- attraper le drapeau après un balayage, je gagne trois points.

Plusieurs drapeaux peuvent être accrochés avec des pinces à linge (ventre, côté, dos). L'animateur peut définir la durée du match et le score à atteindre (six ou huit points par exemple).

