



FIWS
FEDERAZIONE ITALIANA
WUSHU SANDA
e
DISCIPLINE AFFINI

意大利武术散打协会

REGOLAMENTO GARE

Forme Kung Fu Tradizionale - Wushu - Taijiquan - Dimostrativo -
Combattimento Punto Stop - Lei Tai - Qinda - Sanda - Tui Shou - Armato
- **Campionato FIWS 2008 / 2009** -

22 NOVEMBRE 2008

INDICE

REGOLAMENTO SVOLGIMENTO CAMPIONATO FIWS	Pag. 3
○ SVOLGIMENTO CAMPIONATO FIWS	
○ CLASSIFICA GRAND CHAMPION FEMMINILE / MASCHILE	
○ CLASSIFICA SOCIETÀ	
○ NOTE GENERALI	
ARTICOLO 1 ORGANIZZAZIONE E CONDUZIONE DELLE GARE (norme generali)	Pag. 4
ARTICOLO 2 PERSONE ADDETTE ALLA GARA	Pag. 5
ARTICOLO 3 MATERIALE OCCORRENTE PER LE GARE	Pag. 5
ARTICOLO 4 ARBITRI	Pag. 5
ARTICOLO 5 COMPORTAMENTO DEGLI ATLETI NON IN GARA	Pag. 7
ARTICOLO 6 DIVISE DEGLI ATLETI	Pag. 7
ARTICOLO 7 CATEGORIE FORME	Pag. 8
ARTICOLO 8 COMPORTAMENTO DEGLI ATLETI NELLE GARE DI FORME	Pag. 9
ARTICOLO 9 LE GARE A SQUADRE O COMBATTIMENTI PRESTABILITI	Pag. 9
ARTICOLO 10 FORME TRADIZIONALI CATEGORIA “A”	Pag. 10
ARTICOLO 11 FORME WU SHU MODERNO CATEGORIA “B”	Pag. 13
ARTICOLO 12 FORMA DIMOSTRATIVA CATEGORIA “F”	Pag. 27
ARTICOLO 13 FORME DI STILI INTERNI CATEGORIA “G”	Pag. 29
ARTICOLO 14 FORME TRADIZIONALI SHAOLIN CATEGORIA “S”	Pag. 32
ARTICOLO 15 CATEGORIE COMBATTIMENTI	Pag. 37
ARTICOLO 16 COMPORTAMENTO DEGLI ATELT/COACH NELLE GARE DI COMBATTIMENTO	Pag. 42
ARTICOLO 17 COMBATTIMENTO PUNTO STOP CATEGORIA “H”	Pag. 43
ARTICOLO 18 COMBATTIMENTO TRADIZIONALE LEI TAI CATEGORIA “T”	Pag. 44
ARTICOLO 19 COMBATTIMENTO QINDA CATEGORIA “Q”	Pag. 45
ARTICOLO 20 COMBATTIMENTO TUI SHOU CATEGORIA “J”	Pag. 46
ARTICOLO 21 COMBATTIMENTO SANDA CATEGORIA “SA”	Pag. 49
ARTICOLO 22 COMBATTIMENTO ARMATO PUNTO STOP CATEGORIA “N”	Pag. 50

FEDERAZIONE ITALIANA WUSHU SANDA
REGOLAMENTO SVOLGIMENTO CAMPIONATO FIWS 2008/2009

SVOLGIMENTO CAMPIONATO FIWS

Tappe:

Il Campionato FIWS si svolgerà a tappe di qualificazione (date definite sul calendario attività) più la finale.

Ad ogni gara, per ogni categoria, andranno direttamente in finale "A" i primi tre classificati, quindi sarà sufficiente svolgere una sola tappa e classificarsi tra i primi tre di ogni categoria per avere accesso alla finale "A", mentre i classificati dal quarto posto potranno accedere alla finale "B".

Finale:

La finale avrà il seguente svolgimento: il giorno precedente alla finale "A", si svolgerà la finale "B" per tutti i partecipanti ad almeno una tappa nazionale classificati dal 4° posto in poi, mentre il giorno successivo si svolgeranno le finali "A" per tutti gli atleti classificati 1° - 2° - 3° ad almeno una tappa del campionato, più i primi tre classificati di ogni categoria della finale "B".

CLASSIFICA GRAND CHAMPION FEMMINILE / MASCHILE

Durante la finale "A" verrà stilata la classifica Grand Champion Femminile / Maschile con il seguente criterio:

1. Vengono prese in considerazione solo le categorie con almeno due atleti di società diverse.
2. Vengono prese in considerazione solo le categorie a partecipazione individuale per tutta la categoria.
3. Ogni atleta iscritto in una categoria di combattimento, sempre rispettando il punto 1, che vince un incontro, ha diritto ad un piazzamento equivalente un oro come classifica personale.
4. In caso di parità, verranno considerati anche i migliori piazzamenti decrescenti.

CLASSIFICA SOCIETÀ

Durante la finale "A" verrà stilata la classifica società con il seguente criterio:

1. Vengono prese in considerazione solo le categorie con almeno due atleti di società diverse.
2. Le categorie a squadre/combattimenti prestabiliti, portano solo una medaglia alla società.
3. Ogni atleta porterà alla propria società il suo piazzamento migliore, mentre tutti gli altri piazzamenti non verranno più presi in considerazione (es.: atleta Tizio ottiene 1 oro e 2 argenti, alla sua società verrà considerato solo un oro; atleta Caio ottiene 3 argenti e 1 quarto posto, alla sua società verrà considerato solo un argento).
4. Ogni atleta iscritto in una categoria di combattimento, sempre rispettando solo il punto 1, che vince un incontro, ha diritto ad un piazzamento equivalente un oro come classifica società.
5. In caso di parità, verranno considerati anche i migliori piazzamenti decrescenti.

NOTE GENERALI

- L'organizzazione si riserva di formare le categorie in base alle iscrizioni ricevute, allo scopo di avere le categorie con un minimo di 3 atleti presenti.
- Prima dello svolgimento di ogni gara verrà affisso l'elenco degli atleti partecipanti in ordine alfabetico, suddivisi nelle categorie di appartenenza.
- In caso di iscrizione al Campionato FIWS in malafede (no assicurazione, non certificato medico regolare...), l'atleta verrà espulso dalla FIWS.
- Nelle gare di forme, quando un atleta gareggia in una categoria corrispondente al proprio grado e età, dovrà mantenere la stessa categoria per tutto il campionato anche se durante il campionato passerà di grado o di età.
- Gli atleti partecipanti alle gare di forma individuale potranno iscriversi a più eventi, ma nel caso la stessa forma venga utilizzata in più di un evento (anche se il ritmo, o altri aspetti marginali, sono modificati) verranno squalificati.
- Gli atleti partecipanti alle gare di forma individuale con armi, non potranno eseguire la forma con l'utilizzo di un arma che non sia quella giusta; es. una forma di sciabola non può essere eseguita con una spada, pena la squalifica.
- I Dirigenti, Tecnici, Responsabili di Settore e Arbitri dovranno presentarsi in divisa Federale in tutte le gare, riunioni federali e aggiornamenti tecnici.
- **Certificati medici:** Ogni atleta per poter partecipare a qualsiasi gara (forme o combattimento) dovrà essere munito di certificato medico. Per le gare di combattimento Sanda il certificato dovrà essere idoneo a sport in cui è previsto il contatto pieno e il K.O..
- In caso di trauma ed intervento medico, se l'atleta viene ritenuto non idoneo al combattimento per ragioni mediche, questi si terrà sospeso per l'intero torneo salvo riammissione previo consenso firmato dallo stesso medico. Tale atleta, anche se escluso dal torneo otterrà comunque la classifica spettante.
- Il responsabile di società, deve dichiarare di aver preso visione e accettato il regolamento di gara. Ogni eventuale chiarimento dovrà essere richiesto almeno 15 giorni prima della competizione.

ARTICOLO 1 - ORGANIZZAZIONE E CONDUZIONE DELLE GARE (norme generali)

1.1 Compiti dell'organizzazione

L'organizzatore della competizione ha l'incarico di:

- Ricercare un luogo idoneo allo svolgimento delle gare con impianto di riscaldamento funzionante.
- Lo spazio adibito alla gara deve contenere:
 - Almeno due tappeti regolamentari di cui uno di forme ed uno di combattimento.
 - Almeno 2 metri di spazio di sicurezza intorno ad ogni tappeto.
 - Un'area riscaldamento atleti.
 - Un'area adibita al pubblico.
 - Spogliatoi per atleti, dirigenti e arbitri.
- Fornire il servizio sanitario (ambulanza + medico) dall'inizio alla fine della competizione.
- Reperire fondi (sponsor) quale contributo spese per fornire il vitto, l'alloggio e viaggio per staff arbitrale ed eventuali premi.
- Fornire il materiale occorrente per le gare (vedere articolo 3).
- Allestire il palazzetto o la struttura equivalente.

Inoltre sarà cura dell'organizzazione comunicare di volta in volta in maniera specifica come intende organizzare le competizioni e precisamente:

- Il tipo di gara.
- Categoria/e della gara.
- Categorie degli atleti.

1.2 Conduzione delle gare

- Le gare di forme saranno condotte da un minimo di 2 ad un massimo di 4 arbitri d'angolo ed un arbitro centrale.
- Le gare di Combattimento saranno di norma condotte da 4 arbitri d'angolo ed uno centrale più un arbitro di tavolo. A discrezione del Responsabile degli Arbitri potranno essere condotte da 2 arbitri d'angolo diametralmente opposti e da un arbitro centrale più un arbitro di tavolo.
- Le gare di Tui Shou saranno di norma condotte da un arbitro centrale che stabilisce i punteggi ed annuncia il risultato e da un arbitro esterno al cerchio di gara che collabora con l'arbitro centrale.
- Per quanto riguarda la conformità delle armi ed altro materiale l'atleta o il suo responsabile dovrà richiederne il controllo all'arbitro centrale prima dell'inizio della competizione.
- Durante le gare verranno effettuate delle verifiche a campione (farà fede il tesserino della Federazione) per il controllo del grado in relazione alla categoria di appartenenza. Gli atleti non in regola saranno squalificati.
- Gli atleti devono attenersi ai regolamenti e mantenere un comportamento sportivo e dignitoso. È richiesto il rispetto dell'avversario e delle decisioni dello staff arbitrale. Qualora l'atleta tenesse un comportamento non dignitoso potrà essere squalificato con decisione della maggioranza arbitrale o con decisione esclusiva del responsabile nazionale degli arbitri. In caso di comportamento irrispettoso nei confronti di uno o più arbitri l'arbitro centrale potrà proporre al responsabile nazionale degli arbitri la sua squalifica dalle gare a qualsiasi livello per un periodo di un anno e oltre.
- Durante una gara qualora si presenti in pedana un atleta appartenente alla stessa società di uno o più arbitri, questi ultimi (escluso l'arbitro centrale) verranno sostituiti per motivi di imparzialità a tutela degli atleti; lo stesso arbitro al riconoscimento dell'atleta della propria società, dovrà obbligatoriamente segnalarlo al responsabile degli arbitri e farsi sostituire. In caso di mancata riserva Arbitri tale regola non verrà applicata.
- I responsabili di società, i maestri e i coach dovranno indossare un abbigliamento dal quale se ne identifichi la scuola di appartenenza (divisa, tuta). Essi dovranno mantenersi sempre al di fuori della superficie di gara, potranno ritirare dall'incontro il loro atleta se non lo riterranno in grado di continuare la competizione. Essi dovranno comunque mantenere un comportamento corretto pena ammonizione/squalifica dell'atleta.

1.3 Chiamate atleti sul tappeto di gara

Gare di forme:

- All'inizio di ogni categoria, vengono chiamati a presentarsi tutti gli atleti iscritti nella stessa per controllo presenze/assenze.
- **1° CHIAMATA:** “sulla pedana si presenti/no.....e si prepari/no..... per la successiva gara.
- **2° CHIAMATA:** “sulla pedana si presenti/no..... (nel caso in cui l'atleta/i non si sia/siano presentati dopo 15”).
- Se l'atleta/gli atleti chiamato/i non si presenta/no verrà /verranno squalificato/i.
- A partire dal secondo atleta in gara per ogni categorie la voce “si prepari/no” è la **1° CHIAMATA**.

Qualora un atleta alla 1° chiamata fosse impegnato su un'altra pedana in altra categoria con divisa non conforme alla categoria chiamata, sarà compito del coach avvisare il tavolo della giuria che darà all'atleta la possibilità di presentarsi al termine della categoria o comunque un tempo per adeguarsi al tipo di gara da sostenere pena la squalifica.

Gare di combattimento:

Si veda regolamento specifico punto 15.16 e 15.17.

ARTICOLO 2 - PERSONE ADDETTE ALLA GARA

Le persone addette alla gara sono:

- Il medico e l'ambulanza.
- Dirigenti Federali, Responsabili di settore, Tecnici e Arbitri.
- Tecnico luci e suoni.
- Personale di servizio d'ordine.

Per le gare di combattimento, sono ammessi:

- Un coach ed un assistente per ogni atleta.
- Gli assistenti per ogni tavolo di Giuria (aiuto conteggi, speaker, ecc.) dovranno essere messi a disposizione del Comitato Regionale in cui si svolge la gara; le suddette dovranno essere persone qualificate e che abbiano partecipato a corsi arbitrali.
- In caso di necessità l'arbitro centrale potrà richiedere l'intervento del medico per un parere professionale.
- In caso di trauma ed intervento medico, se l'atleta viene ritenuto non idoneo al combattimento per ragioni mediche, questi si terrà sospeso per l'intero torneo salvo riammissione previo consenso firmato dallo stesso medico. Tale atleta, anche se escluso dal torneo otterrà comunque la classifica spettante.

ARTICOLO 3 - MATERIALE OCCORRENTE PER LE GARE

Per il regolare svolgimento delle gare saranno necessarie:

- Un tavolo centrale (grande) per i premi.
- Un tavolo per l'organizzazione logistica.
- Un tavolo della giuria per ogni campo di gara.
- Sette sedie per ogni campo di gara.
- Una panchina per i responsabili di società per ogni campo di gara.
- Nastro adesivo colorato.
- Un kit di tabelle di punteggio per ogni arbitro.
- Impianto audio e microfoni in numero adeguati.
- Calcolatrici e materiale di cancelleria per la trascrizione dei nominativi e dei punteggi.
- Cronometri e gong.
- Materassine a sufficienza per il combattimento libero (vedi punto 14.8).
- Due cinture una di colore rosso e una di colore bianco per la distinzione degli atleti nel combattimento.
- Bilance per il controllo del peso degli atleti.
- Materiale per delimitare l'area di gara (transenne, nastro o altro).

ARTICOLO 4 - ARBITRI

4.1 Divise arbitri:

- Le divise degli arbitri sono così composte: giacca blu scuro, camicia bianca, cravatta blu, pantaloni grigi in tinta unita, calze e scarpe nere (scarpe ginniche sulle materassine), stemma della FIWS sul lato sinistro del petto, penna, fischietto personale, bandierina rossa e bianca;
- Durante le gare di Combattimento l'Arbitro centrale potrà sostituire la cravatta con un papillon di colore scuro e dovrà indossare guanti in lattice.
- Nel periodo estivo gli Arbitri possono dirigere gli incontri togliendo la giacca dopo la cerimonia del saluto iniziale, appuntando il distintivo sul lato sinistro del petto della camicia bianca, anche a maniche corte, con cravatta blu oppure eventuale divisa fornita dall'organizzazione.
- La divisa arbitrale deve essere indossata in tutte le gare, riunioni federali, aggiornamenti tecnici.

4.2 Atteggiamento

L'arbitro dovrà:

- Essere imparziale.
- Osservare le regole.
- Evitare di criticare i colleghi.
- Evitare polemiche con il pubblico, con gli atleti e con i dirigenti sociali.

4.3 Categorie Arbitrali e passaggi di grado Arbitrali

Tutti gli arbitri della FIWS devono avere un documento che ne attesti la qualifica. Essi si dividono in:

- Arbitri di III° categoria (regionali).
- Arbitri di II° categoria (interregionali).
- Arbitri di I° categoria (nazionali).
- Arbitro Internazionale.

All'inizio di ogni anno sportivo, verrà organizzato un aggiornamento gratuito per tutti gli arbitri **che sarà obbligatorio** per poter convalidare la propria qualifica, passare di grado e per essere convocati alle gare ufficiali.

Da 3° cat. a 2° cat.: Aggiornamento annuale + tesseramento + costo diploma.

Da 2° cat. a 1° cat.: Aggiornamento annuale + esame sul regolamento gare + esame di lingua inglese + tesseramento + costo diploma.

Da 1° cat. a Arb. Internazionale: Aggiornamento annuale + tesseramento + costo diploma + numero 2 partecipazioni a gare internazionali.

Gli arbitri regionali potranno essere convocati (se necessario) per gare nazionali, dovranno essere comunque reperibili nel caso che una gara a carattere nazionale si dovesse svolgere nella propria regione di appartenenza. L'arbitro centrale se lo ritiene opportuno potrà rivolgersi per informazioni ai responsabili di settore.

4.4 Figure Arbitrali nel corso della Competizione

- Coordinatore o responsabile nazionale degli arbitri.
- Arbitro Centrale.
- Arbitro (Arbitro d'angolo).
- Cronometrista.
- Arbitro con funzione di segretario.
- Arbitro di tavolo (per le gare di combattimento).

4.5 Coordinatore o responsabile nazionale degli arbitri

È il responsabile della competizione: coordina l'attività su tutti i tappeti. Svolge i seguenti compiti:

- Organizza e decide il lavoro di ogni staff arbitrale.
- Controlla la corretta applicazione del regolamento.
- Risolve gli imprevisti ed i problemi non contemplati dal regolamento.
- Rimpiazza gli arbitri durante la competizione su segnalazione dell'arbitro centrale (anche senza attendere il termine della categoria in competizione).
- Esamina in caso di contestazioni i risultati della gara.

4.6 Arbitro centrale

Ha il compito di coordinare una "poule" arbitrale (1 tappeto o 1 ring). Svolge le seguenti mansioni:

- Organizza la "poule", riepilogando le regole e spiegando i compiti di ogni arbitro.
- Coordina l'intero gruppo arbitrale per analizzare il livello degli atleti (il primo atleta in competizione viene valutato collegialmente, seguendo le direttive dell'arbitro centrale).
- Controlla il lavoro della "poule".

4.7 Arbitro (Arbitro d'angolo)

- Studia il regolamento.
- Osserva il livello tecnico degli atleti.
- Valuta gli atleti.
- Effettua le operazioni di peso dei concorrenti e controlla insieme al Segretario i certificati medici.

Alla fine della gara prende parte alla riunione arbitrale.

4.8 Cronometrista

È responsabile della durata del round e della segnalazione del tempo di performance degli atleti.

N.B.: nelle competizioni nazionali, possono essere uno o due.

Controlla i gong e si assicura che i cronometri funzionino correttamente; controlla il tempo di gara; quando l'arbitro centrale dà lo "stop", ferma il cronometro e fa ripartire il cronometro al comando di continuazione dell'incontro; controlla gli intervalli tra le chiamate degli atleti in gara; fornisce il segnale di fine round.

4.9 Arbitro con funzione di segretario

È responsabile della compilazione dei verbali. Controlla l'identità dei concorrenti e che siano stati correttamente registrati, coadiuvando il Coordinatore di Gara; coadiuva gli arbitri nelle operazioni di peso dei concorrenti; accetta o respinge i concorrenti (es.: controlla che il concorrente sia in possesso di tutti i requisiti richiesti per partecipare alla gara); controlla la compilazione dei tabelloni di gara e la regolare iscrizione degli atleti; fornisce la lista dei concorrenti accettati per la trascrizione pubblica; registra le penalizzazioni e le uscite dalla pedana di gara segnalate dall'Arbitro Centrale e controlla il giudizio da parte di tutti gli Arbitri al termine d'ogni incontro. Annuncia agli atleti di prepararsi e di presentarsi sui campi di gara sia per le gare di forme che per quelle di combattimento e ne annuncia i risultati.

4.10 Arbitro di tavolo (per le gare di combattimento).

Nelle gare di combattimento a lui è affidata l'ultima parola su qualsiasi controversia (vedi punto 15.7)

4.11 Arbitri e Giuria

- Il tavolo della giuria è composto da un arbitro/segretario, un cronometrista e un arbitro di tavolo (combattimento).
- Il punteggio può essere assegnato da 5 o 3 arbitri:
 - Da 5 arbitri: uno centrale e 4 d'angolo (Arb1, Arb2, Arb3, Arb4).
 - Da 3 arbitri: uno centrale e 2 d'angolo (Arb1, Arb2).

4.12 Le Segnalazioni Arbitrali

L'arbitro centrale dovrà essere munito di fischietto, bandierina rossa e bianca, penna e segnapunti.

- La bandierina bianca sarà utilizzata dall'arbitro centrale come segnale di inizio della forma (escluso i casi in cui gli atleti entrino sul tappeto di gara con la musica) o per convocare una riunione arbitrale.
- La bandierina rossa sarà utilizzata dall'arbitro centrale per segnalare eventuali penalità o squalifiche e dall'arbitro d'angolo per richiamare l'attenzione dell'arbitro centrale.
- Il fischietto viene utilizzato per:
 - Segnalare l'esposizione dei punteggi arbitrali.
 - Segnalare i limiti di tempo (quest'ultimo può essere segnalato anche con il suono della campanella).

4.13 Giuria d'Appello

Nel caso di contestazioni, l'appello è da presentare ad una apposita giuria di nomina federale. Tale giuria è composta da un Presidente, un Vicepresidente ed un numero di Consiglieri fino ad un massimo di tre.

4.14 Compito della Giuria d'Appello

Il Compito della giuria è di ricevere ed esaminare le contestazioni e/o i possibili ricorsi presentati dalle differenti squadre in relazione alle decisioni arbitrali, che a loro giudizio violino le norme ed i regolamenti di gara. Nel caso di contestazione, l'incaricato della Giuria d'Appello provvederà a sospendere temporaneamente la proclamazione del risultato di gara per la categoria in esame, dandone immediata e pubblica comunicazione.

Tale sospensione NON DEVE IN ALCUN MODO COMPROMETTERE LO SVOLGIMENTO DELLE ALTRE COMPETIZIONI IN PROGRAMMA.

La decisione finale sarà quella che otterrà il 50% più 1 dei voti degli aventi diritto.

LA DECISIONE DELLA GIURIA D'APPELLO È INSINDACABILE.

4.15 Modalità di Ricorso

Per evitare strascichi nelle contestazioni, si riconosce la possibilità di intervento immediato alla Giuria d'Appello. Il Coach o il Team Leader che intenda GIUSTIFICATAMENTE ricorrere contro una decisione arbitrale, deve darne immediata comunicazione al responsabile nazionale arbitri, che provvederà a prenderne atto segnalando la cosa alla Giuria di Appello.

La segnalazione deve avvenire immediatamente dopo la chiusura della categoria per le gare di forme o dopo la proclamazione del vincitore in caso di combattimento. Il reclamo verrà accettato dalla giuria interessata solo in caso di motivazioni gravi e chiaramente documentabili attraverso riprese video.

La segnalazione stessa non verrà presa in considerazione in caso di comportamento chiassoso o scorretto da parte di chi la compie.

4.16 Procedura per chi presenta il ricorso

1. Segnalazione dell'intenzione di ricorso fatta al coordinatore nazionale alla chiusura della categoria per le gare di forme o alla proclamazione del vincitore in caso di combattimento.
2. Compilazione del modulo apposito da consegnare alla Giuria di Appello.
3. Versamento di una cauzione di 200 euro da consegnare congiuntamente al modulo.
Se il ricorso verrà accettato con conseguente modifica del risultato della competizione, tale cauzione verrà restituita alla fine della verifica arbitrale. Nel caso in cui venga confermato il giudizio arbitrale, e di conseguenza respinto il ricorso, la quota verrà trattenuta e versata nel fondo della Federazione.

4.17 Procedura per il coordinatore nazionale

1. Il coordinatore nazionale a cui un Coach o Team Leader comunichi l'intenzione di fare ricorso deve segnalare la cosa nell'immediato alla Giuria di Appello. Dovrà far riprendere regolarmente la gara, purché il risultato della competizione sospesa non sia indispensabile o influente al proseguimento della gara.
2. È compito dell'Arbitro centrale raccogliere e consegnare i cartellini dei singoli giudizi arbitrali al coordinatore nazionale che darà poi alla Giuria di Appello.
3. Sarà l'Arbitro centrale a comunicare le decisioni della Giuria di Appello, non appena questa emetterà verdetto.
4. Qualora in quel momento sia in corso lo svolgimento di una gara di forme o di un incontro, dovrà aspettare il termine della categoria stessa e di seguito annunciare il vincitore proclamato al termine del ricorso.
5. Dopo la decisione della Giuria d'Appello, le eventuali categorie sospese fino a quel momento verranno immediatamente riprese.

ARTICOLO 5 - COMPORTAMENTO DEGLI ATLETI NON IN GARA

Gli atleti che non gareggiano dovranno rimanere oltre i margini indicati dagli organizzatori della gara.

Il responsabile di società dovrà occuparsi del rispetto dell'ordine e dei regolamenti da parte dei propri atleti che se non osserveranno le regole saranno soggetti alle seguenti sanzioni di gara: ammonizione lieve la prima volta e squalifica immediata dalla gara stessa, la seconda volta.

ARTICOLO 6 - DIVISE DEGLI ATLETI

6.1 Dichiarazione della divisa.

È compito di ogni società depositare in Federazione una dichiarazione nella quale si specifica il tipo di divisa per tutte le gare di forma e di combattimento. Qualora uno o più atleti di una società si presentasse ad una gara con una divisa non dichiarata, sarà a discrezione dell'arbitro centrale accettare o penalizzare l'atleta o gli atleti seguendo i criteri di valutazione divise sotto elencati. Qualora un atleta alla 1° chiamata fosse impegnato su un'altra pedana in altra categoria con divisa non conforme alla categoria chiamata, sarà compito del coach avvisare il tavolo della giuria che darà all'atleta la possibilità di presentarsi al termine della categoria o comunque un tempo per adeguarsi al tipo di gara da sostenere pena la squalifica.

6.2 Criteri di valutazione

La divisa può essere di qualsiasi materiale, ma deve essere in ordine, non sgualcita e nel tradizionale, con tutti i bottoni chiusi. Non sono ammesse divise composte da pantaloni lunghi e maglietta sia a manica lunga che a manica corta, anche se quest'ultima riportasse il logo della società di appartenenza. Non sono ammesse scarpe da ginnastica, ma esclusivamente scarpe da arti marziali. Gli ornamenti di vario genere o borchie verranno accettati solo se conformi al tipo di forma che si sta per eseguire.

ARTICOLO 7 - CATEGORIE FORME

7.1 Suddivisione categorie

Nelle categorie forme, si suddividono gli atleti con le seguenti modalità:

- ETÀ;
- SESSO;
- STILE;
- ARMA;
- INDIVIDUALI O A SQUADRE;
- DIMOSTRATIVO;
- ANNI DI PRATICA: Sotto i 2 anni, sopra i 2 anni, cinture nere (nel tradizionale);
- GRADO: Principianti 2 linee, ... (nel moderno);

La suddivisione, nello specifico, si rimanda nell'elenco categorie.

7.2 Norme e Criteri di Assegnazione dei Punteggi nelle Gare di Forme a Mani Nude e con Armi

- **Qualità e tecniche:** La qualità del movimento è valutata riguardo la forma assunta dalle mani, le posizioni e la postura del corpo. Le tecniche comprendono tecniche di arti superiori, calci, lavoro del corpo, dei piedi, degli occhi, tecniche e maneggio delle armi. La valutazione dell'arbitro deve essere focalizzata su questi parametri inerenti alla specificità dello stile in pratica. Il movimento dell'atleta va valutato sulle direzioni, sull'applicazione della forza, altezza ed estensione delle tecniche.
 - Punteggio massimo, 5 punti per una perfetta esecuzione su un massimo di 9 punti (circa il 56% del voto).
- **Potenza e Coordinazione:** La potenza riguarda l'applicazione della forza ai movimenti, senza rigidità e con stabilità. La coordinazione riguarda il lavoro sincrono di mani, piedi, anche, gambe, sguardo, arma, tra la parte superiore e quella inferiore del corpo. La potenza deve essere espressa alla fine di ogni movimento.
 - Punteggio massimo, 2 punti per una perfetta esecuzione. Esecuzione vigorosa e scorrevole con esatta applicazione della forza alle tecniche su un massimo di 9 punti (circa il 22% del voto).
- **Ritmo e Spirito:** Lo spirito è l'espressione concentrata e vigorosa che l'atleta esprime durante l'esecuzione. Il ritmo è dettato dai cambi di velocità e dall'andatura della forma.
 - Punteggio massimo, 2 punti per una perfetta esecuzione su un massimo di 9 punti (circa il 22% del voto).

Riassumendo il giudizio degli arbitri verterà sugli elementi che devono essere presenti nell'esecuzione della forma che saranno:

- Marzialità (abbigliamento, apparenza, cortesia);
- Forza e coordinazione;
- Spirito e determinazione;
- Grado di difficoltà (calci, salti, combinazioni, tipo di arma);
- Correttezza e stabilità (posizioni);
- Maneggio dell'arma;
- Sincronismo (gare a coppie, a tre, a squadre e con musica).

In aggiunta, nello specifico, vedere capitoli riguardanti Forme Tradizionali, Wu Shu Moderno e Taiji. Dei cinque punteggi arbitrari il punteggio più alto e il più basso vengono eliminati. Il punteggio finale è costituito dalla somma dei restanti punteggi.

7.3 Spareggi (Atleti Giunti a Parità di Punteggio) esempio:

Atleta A	8,1	<u>8,8</u>	<u>7,9</u>	8,3	8,2
Atleta B	8,2	<u>8</u>	<u>8,7</u>	8	8,4

Entrambi gli atleti ottengono 24,6

Si considerano dapprima i due punteggi più bassi scartati: l'atleta con il punteggio più alto vince.

Se la parità permane, tutti i punteggi saranno uguali, in tal caso è previsto lo spareggio fra gli atleti con lo stesso punteggio.

Nel caso che il punteggio venga assegnato da 3 arbitri, per stabilire la classifica si sommano i 3 punteggi.

In caso di parità verrà effettuato un'altra prova.

7.4 Penalità e Sanzioni

- L'uso delle armi dovrà essere appropriato al tipo di gara; nel caso l'atleta non rispettasse tale modalità, sarà squalificato.
- Per tutte le gare di forme con o senza armi, è proibito indossare anelli, catenine, fermagli e ogni altro oggetto che nella caduta o strofinamento possa causare il ferimento dell'atleta stesso. Se l'atleta comincia la gara con uno di questi oggetti sarà squalificato.
- Nel caso di interruzione definitiva della forma l'atleta è squalificato (tranne per gli atleti sotto i 14 anni, ma non per le cinture nere nelle categorie forme a mani nude che potranno ripresentare la forma con una penalità di -1,0 punto).
- È altresì vietato utilizzare qualsiasi tipo di trucco o ornamento (escluso le gare dimostrative e musicali), in tal caso è prevista una penalizzazione.
- Nel caso, l'atleta sospenda la forma per ragioni imprevedibili indipendenti dalla sua volontà (es. si stacca la moquette da terra), può ripetere la stessa senza penalità.

Per tutti gli altri criteri di penalità e sanzione si vedano i regolamenti specifici.

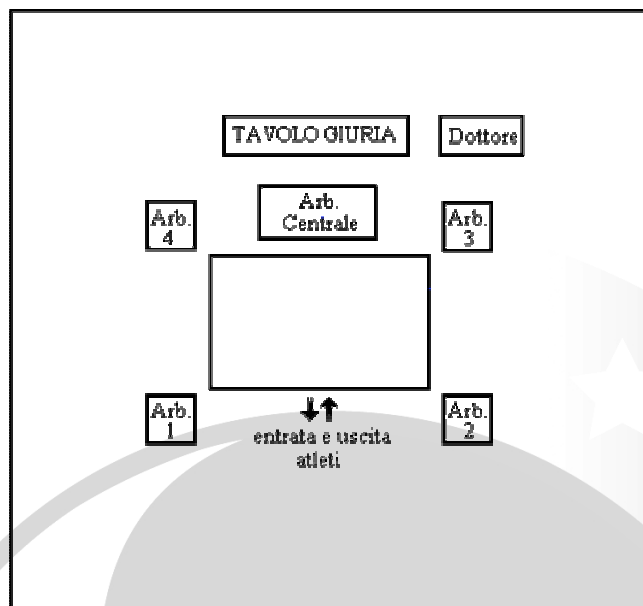
7.5 Area di Gara

Per le gare di forma, categorie "A", "B", "G", "S" si utilizza un rettangolo di 14 x 8 mt.

Il tappeto di gara è costituito a seconda della disponibilità da: parquet, moquette, materassine o altro.

I limiti del tappeto sono delimitati da una linea o nastro; al centro del tappeto c'è un contrassegno dove vengono eseguiti i saluti iniziali e finali della forma.

Vedi figura "CAMPO DI GARA DI FORME".



CAMPO DI GARA DI FORME

ARTICOLO 8 - COMPORTAMENTO DEGLI ATLETI IN GARA DI FORME

All'inizio di ciascuna categoria, tutti gli atleti chiamati dovranno presentarsi sul margine del campo di gara diametralmente opposto all'arbitro centrale per la conferma della presenza e controllo della divisa e delle armi.

Se un atleta non si presenta a questa PRE CHIAMATA, verrà squalificato.

Se l'atleta si presenta con divisa o arma non conforme alla tipologia di gara avrà la possibilità di conformarsi entro la 1° CHIAMATA.

Successivamente ciascun atleta verrà chiamato (1° CHIAMATA) dallo speaker (escluse le forme musicali, si veda il punto 12.4), si presenterà sul margine del campo di gara diametralmente opposto all'arbitro centrale, eseguirà il saluto prima di entrare sul campo di gara, si posizionerà di fronte all'arbitro centrale, eseguirà il saluto (della scuola di appartenenza) all'arbitro centrale, dichiarerà obbligatoriamente il nome della forma (tranne nel wushu moderno) e facoltativo il nome del Maestro e della Scuola.

All'alzata della bandierina bianca, l'atleta si posizionerà dove meglio crede all'interno dell'area di gara e inizierà la sua forma. Al termine l'atleta dovrà eseguire il saluto, uscire dal tappeto di gara e rifare il saluto fuori dallo stesso dove attenderà in maniera composta il giudizio arbitrale.

ARTICOLO 9 - LE GARE A SQUADRE O COMBATTIMENTI PRESTABILITI

9.1 A Squadre:

- Le gare a squadra di forme, possono essere maschili, femminili, miste e composte da minimo di 3 atleti, fino a un massimo di 5 atleti.
- L'assegnazione alla categoria verrà fatta in base alla cintura più alta fra i componenti della squadra. (es. 1 cintura nera + 2 cinture bianche, la squadra è collocata nella categoria CINTURE NERE).

9.2 Combattimenti Prestabiliti:

- Le gare nei combattimenti prestabiliti tradizionali, possono essere maschili, femminili, miste e composte da due atleti.
- L'assegnazione alla categoria verrà fatta in base alla cintura più alta fra i componenti della coppia (es. 1 cintura nera + 1 bianca, il combattimento prestabilito è collocato nella categoria CINTURE NERE);
- Le gare nei combattimenti prestabiliti nel wushu moderno, possono essere maschili, femminili, miste e composte da due atleti o tre atleti.
- Il combattimento dovrà essere il più realistico possibile: i colpi dovranno essere indirizzati su un bersaglio reale e l'intensità adeguata alla tecnica effettuata.

ARTICOLO 10 - FORME TRADIZIONALI CATEGORIE “A”

La categoria “Forme tradizionali” comprende tutti gli stili sia del nord che del sud, gli stili cino-vietnamiti ecc: ad esempio: Hung Gar, Choy Lee Fut, Wing Chun, Viet Vo Dao ecc. Per tale categoria il giudizio arbitrale viene formulato esclusivamente valutando i parametri del Kung Fu (vedi punto 7.2).

10.1 Il campo di gara

Per le gare di Forme di Kung Fu tradizionale, categoria “A”, si fa riferimento al “CAMPO DI GARA DI FORME“, riportato al punto 7.5.

10.2 Divise atleti

Le divise degli atleti devono essere conformi a quelle dichiarate dal responsabile della scuola nel programma depositato alla commissione tecnica FIWS. Per le scuole che non hanno presentato la dichiarazione in Federazione si veda al punto 6.2.

10.3 Armi

La lunghezza dell’arma dovrà essere adeguata all’altezza dell’atleta (esempio: un atleta alto 180 cm non può gareggiare con una sciabola da 40 cm); le armi lunghe potranno essere coniche o cilindriche, di bambù, di metallo o altro materiale ma non di plastica. Le armi ammesse sono:

- CORTE: bastone corto, sciabola, spada, ventaglio, coltello.
- LUNGHE: bastone lungo, lancia, alabarda.
- SNODATE: bastone 2 sezioni, bastone 3 sezioni, catena.
- DOPPIE: tutte le armi che implicano il maneggio simultaneo.

Per partecipare con altro tipo di armi non previste in elenco, il responsabile della società deve chiedere l’autorizzazione al responsabile nazionale degli arbitri.

L’uso delle armi dovrà essere appropriato al tipo di stile. Tutte le armi dovranno essere rigide o semi rigide (non flessibili). È obbligatorio l’ornamento proprio di ogni arma es. fiocco per la sciabola, nappa per la spada, barba per la lancia, ecc...

10.4 Durata gare

Nelle forme tradizionali l’esecuzione della forma a mani nude per gli atleti cinture nere deve durare almeno 1 minuto, mentre per tutti gli altri non si prevede nessun limite di tempo.

10.5 Norme e criteri di assegnazione dei punteggi nelle gare di forme a mani nude e con armi

Vedi il punto 7.2.

Nelle gare di forme tradizionali non saranno accettati movimenti di ginnastica artistica o acrobatici continui e ripetitivi. Gli atleti che sceglieranno comunque di inserirli saranno penalizzati. Gli atleti che presentano forme acrobatiche ripetitive si potranno iscrivere nella categoria di forma dimostrativa.

10.6 Penalità e sanzioni

In aggiunta al punto 7.4:

Penalità marziali:

- Entrata o uscita dal campo di gara senza il saluto tradizionale: - 0,1.
- Vestito tradizionale sporco o sgualcito: - 0,1.
- Mancanza dichiarazione della forma: -0,1
- Sguardo a terra o in alto durante l’entrata nel campo di gara: - 0,1.
- Apertura della divisa durante la gara: - 0,1.
- Caduta a terra della cintura durante la gara: - 0,2.
- Divisa non conforme: - 0,2.
- Scarpa persa: - 0,2.
- Utilizzo di trucco ed ornamenti : - 0,2

Penalità tempi:

- Tempo più breve del previsto fino a 5 secondi: - 0,2

Penalità tecniche generali:

- Lieve squilibrio nella forma: - 0,1
- Lieve indecisione nell’esecuzione della forma: - 0,2
- Evidente squilibrio: - 0,2.
- Salto effettuato non correttamente: - 0,2.
- Dimenticanza della tecnica: da - 0,2 a - 0,6.
- Perdita di velocità dei movimenti (non previste dal tipo di forma): - 0,2.
- Ripetuto squilibrio: - 0,3
- Grave squilibrio: - 0,3
- Grave squilibrio, toccando il pavimento con una o due mani: - 0,4.
- Ripetuta dimenticanza della tecnica: - 0,4.
- Per i combattimenti prestabiliti: combattimento poco realistico da - 0,1 a - 0,4
- Perdita di equilibrio, con caduta a terra: - 0,8
- Movimenti di ginnastica artistica o acrobatici continui e ripetitivi: da - 0,6 a - 1.

Penalità nelle forme con armi (nella valutazione vanno considerate, dove applicabili, le penalità relative alle forme a mani nude).

- Danneggiamento dell'arma (esempio: si scioglie il fiocco all'estremità dell'arma): - 0,1.
- Se un arma tocca involontariamente il terreno : - 0,1.
- Se un arma tocca involontariamente il corpo: - 0,2.
- Arma non rigida: - 0,2
- Se l'arma tocca accidentalmente terra o il corpo dell'atleta: - 0,2 (la sottrazione sarà considerata ogni qualvolta durante l'esecuzione della forma si dovesse verificare tale situazione);
- Durante l'esecuzione della forma con armi il fiocco si attorciglia sul polso, si impiglia o si scioglie oppure borchie ed ornamenti si sciolgono: - 0,4.

Penalità tecniche di posizione:

Posizione di Ma Bu - 0,1 per:

- Piedi non paralleli.
- Ginocchia oltre la linea dei piedi.
- Ginocchia rivolte all'interno.

Posizione Gong Bu - 0,1 per:

- Ginocchio non in linea con la punta del piede.
- Tallone dietro sollevato.
- Piede dietro non rivolto avanti.
- Natiche sporgenti.
- Piede posteriore non completamente aderente al suolo.

Posizione Pubu (accovacciata): - 0,1 per:

- Piede posteriore e anteriore non completamente aderente al suolo.
- Coscia e polpaccio posteriore non si toccano.

Posizione Xie Bu (seduta) - 0,1 per:

- Gambe non incrociate.
- Posizione Xu Bu (in punta di piede) - 0,1 per:
- Tallone gamba "vuota" a terra (a seconda dello stile).
- Punta gamba "vuota" non tocca.
- Busto avanti.
- Posizione di fianco e non frontale.
- Tallone dietro sollevato.

Penalità tecniche di pugno meno 0,1 per:

- Pugno non perfettamente chiuso.
- Polso non allineato.
- Pollice non sopra le falangi medie nel pugno orizzontale.
- Spalla o gomito alti
- Pugno oltre l'altezza del viso

Penalità tecniche di palmo meno 0,1 per:

- Dita separate.
- Dita non tese.
- Gomiti piegati o sollevati.
- Spalle sollevate.
- Potenza non focalizzata sul palmo.

Penalità tecniche di gomito meno 0,1 per:

- Potenza non focalizzata sul gomito.
- Spalle alte.
- Braccia non piegate strette.

Penalità tecniche di calcio meno 0,1 per:

- Calcio lento.
- Gamba che calcia piegata.
- Gamba d'appoggio piegata.
- Piede non a martello (in base al tipo calcio).
- Tallone della gamba portante sollevato.
- Traiettoria non circolare (per calci circolari).

Penalità tecniche di spazzata meno 0,1 per:

- Gamba che spazza non tesa (per spazzate).
- Spazzata non continua.
- Spazzata lenta.
- Gamba che spazza sollevata.

Penalità tecniche di armi

Penalità tecniche di spada e sciabola meno 0,1 per:

- Potenza non applicata alla lama o alla punta secondo la tecnica.
- Braccio e arma non allineati nelle tecniche di affondo.
- Arma troppo lontana dal corpo.
- Movimento di polso non sciolto.
- Maneggio non in asse.
- Dorso dell'arma lontano dalla schiena.
- Colpo dato con la parte piatta dell'arma.
- La lama dell'arma che è rivolta verso l'atleta.

Penalità tecniche di lancia e bastone meno 0,1 per:

- Potenza non applicata alla parte terminale dell'arma.
- Colpo non esplosivo.
- Vibrazione non esplosiva.
- Forza non costante.
- Asse non orizzontale su colpo circolare.
- Arma lontana (sul maneggio a 8).
- Movimento non a velocità costante (sul maneggio a 8).
- Cerchi non verticali (sul maneggio a 8).
- Spalle alte.
- Arma non a contatto con il terreno fino a oltre metà (per la battuta a terra).
- Tocca prima la punta nella battuta a terra.
- Mano avanti non scorre (per colpo con la coda).
- Potenza non alla coda dell'arma (per colpo con la coda).
- Mani non impugnano in fondo (per stoccata).
- Mano destra non tocca la sinistra (per stoccata).
- Potenza non alla punta (per stoccata).
- Braccia non distese (per stoccata).
- Dita mano aperte (per stoccata).
- Arco troppo ampio (per parata a mezza luna).
- Arco non si distingue (per parata a mezza luna).
- Potenza non alla punta (per parata a mezza luna).
- L'arma non deve rimbalzare quando viene battuta a terra.

Le Squalifiche

- Atleta che non rispetta il regolamento.
- Atleta che con parole o gesti offende arbitri, atleti e pubblico.
- Tempi inferiori a quelli stabiliti.
- Catenine, anelli, braccialetti, fermagli, anche in stoffa ecc.
- Uscita dal campo di gara durante l'esecuzione della forma (uscita completa di un piede).
- La stessa forma viene portata da un atleta in due categorie diverse.
- Rottura dell'arma.
- Se l'atleta dimentica la forma (tranne per gli atleti sotto i 14 anni, ma non per le cinture nere nelle categorie forme a mani nude che potranno ripresentare la forma con una penalità di -1,0 punto).
- Caduta a terra dell'arma.
- Esecuzione di una forma con armi eseguita utilizzandone una non appropriata alla categoria.
- Esecuzione della forma con divisa non regolare.

Le penalità marziali, le penalità dei tempi e la penalità del fiocco che si attorciglia verranno assegnate esclusivamente dall'arbitro centrale.

ARTICOLO 11 - FORME WU SHU MODERNO CATEGORIA “B”**11.1 Il campo di gara**

Per le gare di Forme Wu Shu Moderno, categorie “B”, si fa riferimento al “CAMPO DI GARA DI FORME”, riportato al punto 7.5.

11.2 Divise atleti e armi

Le divise degli atleti devono essere conformi a quelle dichiarate. Per le scuole che non hanno presentato la dichiarazione in Federazione si veda il punto 6.2.

Tutte le armi devono essere flessibili e della lunghezza seguente:

- Bastone: deve partire da terra e superare l'altezza dell'atleta.
- Lancia: deve partire da terra e arrivare alla punta delle dita dalla mano con il braccio teso verso l'alto.
- Sciabola e Spada: devono essere impugnate dall'elsa e la punta deve arrivare al lobo dell'orecchio.

11.3 Durata delle gare

WUSHU MODERNO CODIFICATO	Tempo minimo	Tempo massimo
PRINCIPIANTI 2 LINEE /BASE 4 LINEE /INTERMEDI 4 LINEE	///"	///
ESPERTI	1'20"	2'00"
DIMOSTRATIVA / IMITATIVA / PRESTABILITI	1'00"	2'00"

11.4 Divisione delle categorie Wushu moderno (B)

- a) **Tipo di forma:** Forme base a 2 e 4 linee per i principianti; forme 4 linee per gli intermedi; forme ufficiali codificate, libere per gli esperti.
- b) **A mani nude:**
- Changquan (mani nude del nord)
 - Nanquan (mani nude del sud)
- c) **Con armi corte:**
- Jjienshu (spada)
 - Daoshu (sciabola)
 - Nandao (sciabola del sud)
- d) **Con armi lunghe:**
- Qiangshu (lancia)
 - Gunshu (bastone)
 - Nangun (bastone del sud)
- e) **Dimostrative mani nude:**
- **Nan quan:** Forme del sud eseguite con caratteristiche di stile moderno con caratteristiche affini al nanquan.
 - **Chanquan:** Gruppo del Tongbi-Pigua (stili settentrionali di pugno sulla lunga distanza, eseguiti con caratteristiche di stile moderno. Es. Tongbeiquan, Piguaquan, Fanziquan, Chaquan, Chuoqiao, Tantui, Huaquan, Huanquan, ecc.
- f) **Imitative mani nude:**
- **Nan quan:** Forme del sud eseguite con caratteristiche di stile moderno con caratteristiche affini al nanquan.
 - **Chanquan:** Gruppo del Xiangxingquan-Ditang (stili imitativi eseguiti con caratteristiche di stile moderno: Aquila, Mantide, Ubriaco, Scimmia, Serpente, stile delle cadute, ecc.
- g) **Dimostrative e Imitative con armi:**
- Armi corte;
 - Armi lunghe: Pudao (alabarda), tadao (sciabola a manico lungo), tridente, ecc.
 - Armi doppie: Doppie sciabole, doppie spade, doppi pugnali, ecc.
 - Armi snodate: Catena, martello meteora, ecc.
- h) **Combattimenti prestabiliti (Duilian):**
- A mani nude in coppia;
 - A mani nude in tre
 - Con armi in coppia
 - Con armi in tre

11.5 - Norme e criteri di assegnazione dei punteggi nelle gare di forme a mani nude e con armi

Vedere il punto 7.2.

11.6 - Squalifiche penalità e sanzioni

Le squalifiche sono le stesse contemplate nella sezione 10.6 del regolamento delle forme Tradizionali.

Oltre alla tabella riportata al punto 7.4 si aggiunge:

ERRORI GENERALI			
ERRORI	Penalità		
	0,1	0,2	0,3
Movimenti di apertura e chiusura	1. L'atleta finisce la forma nella metà campo opposta rispetto all'inizio. 2. L'atleta finisce la forma rivolto nella direzione opposta rispetto l'inizio.		
Errori di direzione	Oltre 90° negli stili esterni.		
Tempo più breve	Fino a 2 secondi.	Fino a 4 secondi.	Fino a 15 secondi.
Urla nel Nanquan	Urla eseguite non durante le tecniche specifiche.		

LE POSIZIONI DI BASE DEL CHANGQUAN			
POSIZIONI	Penalità		
	0,05	0,1	0,2
Mabu (cavaliere)	1. piedi non paralleli 2. ginocchia oltre i piedi 3. cosce non parallele 4. ginocchia interne ai piedi 5. piedi non a distanza corretta	2 errori contemporanei	3 errori contemporanei
Gongbu (arciere)	1. ginocchio non sopra il piede 2. coscia non parallela 3. gamba dietro piegata 4. tallone dietro sollevato 5. piede dietro non rivolto avanti 6. pianta del piede posteriore sollevata 7. natiche sporgenti	2 errori contemporanei	3 errori contemporanei
Pubu (accovacciata)	1. gamba avanti non tesa 2. taglio del piede dietro sollevato 3. coscia e polpaccio dietro non si toccano 4. taglio piede avanti sollevato 5. ginocchio gamba dietro in avanti 6. piede avanti non girato ad angolo		piede dietro sollevato
Xubu (vuota)	1. coscia non parallela 2. busto avanti 3. tallone avanti tocca terra 4. posizione di fianco e non frontale	tallone dietro sollevato	tallone dietro sollevato + 1 errore
Xiebu (seduta)	1. natiche e polpaccio dietro non si toccano 2. ginocchio dietro non a contatto con parte dietro del ginocchio avanti		gambe non incrociate
Hengdangbu (arciere laterale)	1. gamba tesa piegata al ginocchio 2. pianta del piede della gamba tesa sollevata 3. piedi non paralleli su 45 gradi 4. coscia non parallela 5. fianco pendente		
Zuopanbu (seduta a terra)	torace lontano dalla gamba	cosce non strette	a. cosce non incrociate b. gamba a terra non tocca il tappeto
Dingbu (in punta di piede)	1. gambe o piedi lontani 2. tallone gamba “vuota” a terra 3. punta gamba “vuota” non tocca	2 errori contemporanei	3 errori contemporanei

TECNICHE DI MANO DEL CHANGQUAN			
TECNICA	Penalità		
	0,05	0,1	0,2
pugno	1. nocche non allineate 2. pugno non stretto 3. polso non allineato 4. pollice non accavallato sulle falangi medie	2 errori contemporanei	3 errori contemporanei
palmo	1. quattro dita separate 2. quattro dita non tese	2 errori contemporanei	3 errori contemporanei
uncino	1. cinque dita separate 2. polso non piegato bene	2 errori contemporanei	3 errori contemporanei

LE TECNICHE DI PUGNO DEL CHANGQUAN			
TECNICA	Penalità		
	0,05	0,1	0,2
Chongquan (diretto)	1. braccio piegato 2. potenza non sulle nocche 3. spalla o gomito alti	2 errori contemporanei	3 errori contemporanei
Piquan (discendente)	1. gomito piegato 2. potenza non alla parte bassa del pugno 3. spalla o gomito alti	2 errori contemporanei	3 errori contemporanei
Zhaquan (in battuta)	1. braccio che batte non piega 2. potenza non al dorso del pugno		
Guanquan (ad arco)	1. traiettoria del pugno non ad arco 2. potenza non al dorso-anteriore del pugno		
Chaoquan (montante)	1. pugno non dal basso 2. pugno sopra la testa 3. potenza non alla parte anteriore del pugno		

LE TECNICHE DI PALMO DEL CHANGQUAN			
TECNICA	Penalità		
	0,05	0,1	0,2
Tuizhang (diretto)	1. palmo non verticale 2. potenza applicata solo al taglio esterno 3. gomiti piegati o sollevati 4. spalle sollevate	2 errori contemporanei	3 errori contemporanei
Liangzhang (palmo sopra la testa)	1. braccio troppo teso o troppo piegato 2. polso non scatta girando	2 errori contemporanei	
tiaozhang (palmo scatta dal basso)	1. polso non inclinato 2. potenza non focalizzata sulla punta delle dita	2 errori contemporanei	
Quiezhang (colpo di palmo)	1. potenza non focalizzata sul taglio	2 errori contemporanei	
Lunbi (giro delle braccia)	1. gomiti piegati 2. spalle rigide 3. rotazione fuori asse	2 errori contemporanei	3 errori contemporanei

LE TECNICHE DI GOMITO DEL CHANGQUAN			
TECNICA	Penalità		
	0,05	0,1	0,2
Gezhou (parata esterna)	1. gomito troppo piegato 2. potenza non focalizzata sull'avambraccio	2 errori contemporanei	3 errori contemporanei
Panzhou (gomitata diretta)	1. angolo maggiore di 90 gradi 2. avambraccio non chiude dall'esterno	2 errori contemporanei	3 errori contemporanei
Dingzhou (gomitata diretta)	1. potenza non sulla punta del gomito 2. spalle alte 3. braccia non piegate strette	2 errori contemporanei	3 errori contemporanei

LE TECNICHE DI PASSO DEL CHANGQUAN			
TECNICA	Penalità		
	0,05	0,1	0,2
Xingbu (passo camminato)	1. baricentro fluttuante 2. gambe tese 3. busto avanti – natiche sporgenti 4. andatura incostante	2 errori contemporanei	Correre staccando entrambi i piedi
Jibu (passo battuto)	piedi non battono		

LE TECNICHE DI CALCIO DEL CHANGQUAN			
TECNICA	Penalità		
	0,05	0,1	0,2
Zhentitui (calcio verticale)	1. calcio lento 2. gamba che calcia piegata 3. gamba d'appoggio piegata 4. calcio sotto la testa 5. piede non a martello	1. tallone della gamba portante sollevato 2. 2 errori contemporanei	1. calcio sotto il torace 2. tallone sollevato + 1 errore 3. 3 errori contemporanei
Lihetui (calcio circolare dall'interno) Waibaitui (calcio circolare dall'esterno)	1. calcio lento 2. gamba che calcia piegata 3. gamba d'appoggio piegata 4. calcio sotto la testa 5. traiettoria non circolare	1. calcio sotto il torace 2. 2 errori contemporanei	calcio sotto il torace errore
Calci in battuta	1. calcio lento 2. gamba che calcia piegata 3. gamba d'appoggio piegata 4. calcio sotto la testa 5. traiettoria non circolare 6. battuta debole 7. battuta su una mano sola nel calcio circolare	1. 2 errori contemporanei 2. battuta fallita 3. calcio sotto le spalle 4. rotazione inferiore a 90° 5. piede portante sollevato	1. 3 errori contemporanei 2. un errore da 0,1 + un altro errore
Quiansaotui (falcia avanti) Housaotui (falcia indietro)	1. gamba non accovacciata completamente 2. gamba che spazza non tesa 3. spazzata non continua 4. spazzata inferiore a 360° 5. spazzata lenta	1. 2 errori contemporanei 2. gamba che spazza sollevata	1. 3 errori contemporanei 2. un errore da 0,1 + un altro errore
Shucha (spaccata)	1. ginocchio un po' piegato 2. gambe fuori asse 3. coscia interna sollevata	1. 2 errori contemporanei 2. ginocchio completamente piegato	1. 3 errori contemporanei 2. un errore da 0,1 + un altro errore

LE TECNICHE DI EQUILIBRIO DEL CHANGQUAN			
TECNICA	Penalità		
	0,05	0,1	0,2
Tixipingheng (ginocchio sollevato)	1. gamba portante piegata 2. ginocchio sotto il diaframma 3. piede sollevato non girato all'interno 4. piede non girato in basso	1. tallone della gamba portante sollevato 2. 2 errori contemporanei	1. tallone sollevato + 1 errore 2. 3 errori contemporanei
koutuipingheng (gamba incastrata)	1. gamba d'appoggio non piegata a metà 2. piede non incastrato nell'incavo del ginocchio anteriore	2 errori contemporanei	3 errori contemporanei
Pantuipingheng (gamba sovrapposta)	1. gamba d'appoggio non piegata a metà 2. caviglia non sovrapposta alla coscia 3. coscia non parallela a terra	2 errori contemporanei	3 errori contemporanei
Yanshipingheng (rondine) ceshengpingheng (angelo)	1. gamba portante piegata 2. gamba sollevata piegata 3. gamba più bassa dell'orizzontale 4. torace più basso dell'orizzontale 5. testa e bacino piegati	2 errori contemporanei	3 errori contemporanei

LE TECNICHE ACROBATICHE DEL CHANGQUAN			
<i>n.b.: la ruota con appoggio delle mani è una detrazione generica (extra supporto; la detrazione è 0,3)</i>			
TECNICA	Penalità		
	0,05	0,1	0,2
Tengkongfeijiao (calcio frontale volante)	1. gamba che calcia piegata 2. battuta sotto le spalle 3. battuta non sonora	1. battuta fallita 2. 2 errori contemporanei	1. battuta fallita + 1 errore 2. 3 errori contemporanei 3. battuta dopo l'atterraggio
Tengkonbailianjiao (calcio circolare volante dall'interno – fiore di loto)	1. gamba che calcia piegata 2. battuta sotto le spalle 3. battuta non sonora	1. battuta fallita 2. 2 errori contemporanei	1. battuta fallita + 1 errore 2. 3 errori contemporanei 3. battuta dopo l'atterraggio
tengkonxuanfeijiao (calcio circolare volante dall'esterno – ciclone)	4. giro inferiore a quanto richiesto		
xuanzi (farfalla)	1. ginocchio piegato in aria 2. corpo non parallelo a terra in aria	2 errori contemporanei	1. 3 errori contemporanei 2. corpo gira prima del salto
Cekongfan (ruota senza mani)	1. salto poco alto 2. ginocchio piegato in aria 3. addome in dentro in aria 4. atterraggio pesante	2 errori contemporanei	1. 3 errori contemporanei 2. testa tocca terra
Salto inarcato (Onda)	1. Lunghezza del salto troppo corta 2. Il corpo non si estende in aria		Salto non effettuato

JIAN – SPADA			
TECNICA	Penalità		
	0,05	0,1	0,2
Pi jian (fendente)	1. Potenza non applicata alla lama 2. Braccio e arma non allineati	2 errori contemporanei	
Liao jian (circolare dall'alto)	1. Arma troppo lontana dal corpo 2. potenza non alla parte anteriore della lama	2 errori contemporanei	
Guao jian (parata alta sulla camminata)	1. angolo tra avambraccio e lama superiore a 90° 2. potenza non alla parte anteriore della lama	Spada in linea con il braccio + 2 errori contemporanei	
Dian jian (puntata in basso)	1. polso non flessio 2. potenza non alla punta	2 errori contemporanei	
Beng jian (richiamo con il polso)	1. polso non abbassato 2. potenza non alla punta	2 errori contemporanei	
Zha jian (stoccata)	1. arma e braccio non allineati 2. potenza non alla punta	2 errori contemporanei	
Wahn hua jian (maneggio a 8)	1. movimento di polso non sciolto 2. arma lontana dal corpo 3. maneggio non in asse	2 errori contemporanei	3 errori contemporanei
Yun jian (nuvola)	cerchio non in asse	cerchio non effettuato con il polso	1. arma passa dietro la testa 2. 1 errore grave + 1 lieve
Jiao jian (cerchi)	1. cerchi troppo grandi 2. cerchi non verticali	cerchi non effettuati con il polso	1 errore grave + 1 lieve
Mo jian (tagliare lateralmente)	1. arma non orizzontale 2. potenza non alla punta 3. arma non rientra lungo una curva	2 errori contemporanei	3 errori contemporanei
Jie jian (parata bassa in camminata)	1. potenza non alla parte anteriore della spada 2. spada non inclinata	2 errori contemporanei	
Xia chuan jian (traffiggere scendendo in basso)	1. spada lontana dal corpo 2. potenza non alla punta 3. spada sopra il ginocchio	2 errori contemporanei	3 errori contemporanei
Jia zhi (dita a spada)	1. indice e medio non uniti 2. indice e medio piegati 3. pollice staccato da anulare e mignolo		

DAO – SCIABOLA			
TECNICA	Penalità		
	0,05	0,1	0,2
Pi dao (fendente)	1. Potenza non applicata alla lama 2. Braccio e arma non allineati	2 errori contemporanei	
Liao dao (circolare dall'alto)	1. Arma troppo lontana dal corpo 2. potenza non alla parte anteriore della lama	2 errori contemporanei	
Guao dao (parata bassa a ginocchio sollevato)	1. angolo tra avambraccio e lama superiore a 90° 2. potenza non alla parte anteriore della lama	Spada in linea con il braccio + 2 errori contemporanei	
Dian dao (puntata in basso)	1. polso non flessso 2. potenza non alla punta	2 errori contemporanei	
Beng dao (richiamo con il polso)	1. polso non abbassato 2. potenza non alla punta	2 errori contemporanei	
Zha dao (stoccata)	1. arma e braccio non allineati 2. potenza non alla punta	2 errori contemporanei	
Wahn hua dao (maneggio a 8)	1. movimento di polso non sciolto 2. arma lontana dal corpo 3. maneggio non in asse	2 errori contemporanei	3 errori contemporanei
Yun dao (nuvola)	cerchio non in asse	cerchio non effettuato con il polso	1. arma passa dietro la testa 2. 1 errore grave + 1 lieve
Jiao dao (cerchi)	1. cerchi troppo grandi 2. cerchi non verticali	cerchi non effettuati con il polso	1 errore grave + 1 lieve
Mo dao (tagliare lateralmente)	1. arma non orizzontale 2. potenza non alla punta 3. arma non rientra lungo una curva	2 errori contemporanei	3 errori contemporanei
Jie dao (parata bassa in camminata)	1. potenza non alla parte anteriore della spada 2. spada non inclinata	2 errori contemporanei	
Chantau (avvolgimento antiorario da destra a sinistra) Guonao (avvolgimento orario da sinistra a destra)	1. punta della sciabola non verso il basso 2. dorso della sciabola lontano dalla schiena 3. sciabola non gira all'esterno della spalla	2 errori contemporanei	1. Elsa non disegna un cerchio orizzontale sopra la testa 2. 3 errori contemporanei
Zhan dao (taglio laterale)	1. Sciabola non all'altezza del braccio 2. Potenza non alla base della lama	2 errori contemporanei	

GUN – BASTONE			
TECNICA	Penalità		
	0,05	0,1	0,2
Pi gun (fendente)	1. Potenza non applicata alla parte superiore 2. colpo non esplosivo		
Beng gun (vibrare il bastone)	1. Potenza non applicata alla parte avanti 2. polso non abbassato 3. vibrazione non esplosiva	2 errori contemporanei	3 errori contemporanei
Dian gun (battere il bastone con la punta a terra)	1. forza non costante 2. potenza non alla punta 3. polso non sollevato	2 errori contemporanei	3 error contemporanei
Yun gun (colpo circolare)	asse non orizzontale		
Chuo gun (colpo con la coda dell'arma)	1. potenza non esplosiva 2. potenza non alla coda	2 errori contemporanei	
Wu hua gun (maneggior 8)	1. bastone lontano 2. cerchi non verticali 3. movimento non a velocità costante	2 errori contemporanei	3 errori contemporanei
Jao gun (cerchi piccoli)	1. cerchi grandi 2. potenza non alla punta 3. cerchi non verticali	2 errori contemporanei	3 errori contemporanei
Bo gun (richiamare il bastone davanti al petto)	1. richiamo con un angolo troppo ampio 2. potenza non alla punta dell'arma 3. mano avanti eccessivamente bloccata	2 errori contemporanei	
Lun gun (fendente da sinistra)	1. fendente orizzontale più piccolo di un semicerchio 2. potenza non alla punta 3. movimento non continuo	2 errori contemporanei	
Sao gun (spazzata orizzontale e bassa)	1. spazzata orizzontale alla vita 2. spazzata bassa sopra le ginocchia 3. potenza non alla parte alta del bastone	2 errori contemporanei	
Bei gun (bastone dietro la schiena in posizione a croce)	1. bastone non a contatto 2. spalle alte	2 errori contemporanei	
Shuai gun (battuta a terra del bastone)	1. bastone non a contatto con il terreno fino a oltre metà 2. tocca prima la punta	2 errori contemporanei	
Gai gun (colpo con la coda dell'arma in basso)	1. mano avanti non scorre 2. potenza non alla coda dell'arma	2 errori contemporanei	

QIANG – LANCIA			
TECNICA	Penalità		
	0,05	0,1	0,2
Pi qiang (fendente)	1. Potenza non applicata alla parte superiore 2. colpo non esplosivo		
Beng quiang (vibrare la lancia)	1. Potenza non applicata alla parte avanti 2. polso non abbassato 3. vibrazione non esplosiva	2 errori contemporanei	3 errori contemporanei
Dian qiang (puntare la lancia verso terra)	1. forza non costante 2. potenza non alla punta 3. polso non sollevato	2 errori contemporanei	3 errori contemporanei
Yun qiang (colpo circolare sopra l'atleta)	asse non orizzontale		
Chuo ba (colpo con la coda dell'arma)	1. potenza non esplosiva 2. potenza non alla coda	2 errori contemporanei	
Wu hua qiang (maneggia 8)	1. lancia lontana dal corpo 2. cerchi non verticali 3. movimento non a velocità costante	2 errori contemporanei	3 errori contemporanei
Jao qiang (cerchi piccoli)	1. cerchi grandi 2. potenza non alla punta	2 errori contemporanei	3 errori contemporanei
Lan na (parata a mezzaluna sinistra e destra)	1. arco troppo ampio 2. arco non si distingue 3. potenza non alla punta	2 errori contemporanei	
Zha (stoccata)	1. mani non impugnano in fondo 2. mano destra non tocca la sinistra 3. stoccata non orizzontale 4. potenza non alla punta 5. braccia non distese 6. dita mano avanti aperte	2 errori contemporanei	
Chua qiang (attacco con la punta alla mano destra)	1. lancia lontana dal corpo 2. linea di attacco non diretta 3. movimento rigido o non continuo	2 errori contemporanei	
Bo qiang (richiamare la lancia davanti al petto)	1. richiamo con un angolo troppo ampio 2. potenza non alla punta dell'arma 3. mano avanti eccessivamente bloccata	2 errori contemporanei	

LE POSIZIONI DI BASE DEL NANQUAN			
POSIZIONE	Penalità		
	0,05	0,1	0,2
Mabu (cavaliere)	1. piedi non paralleli 2. ginocchia oltre i piedi 3. cosce non parallele 4. ginocchia interne ai piedi 5. piedi non a distanza corretta	2 errori contemporanei	3 errori contemporanei
Gongbu (arciere)	1. ginocchio non sopra il piede 2. coscia non parallela 3. gamba dietro piegata 4. tallone dietro sollevato 5. piede dietro non rivolto avanti 6. pianta del piede posteriore sollevata 7. natiche sporgenti	2 errori contemporanei	3 errori contemporanei
Gui bu (seduta)	1. Corpo avanti 2. natiche non appoggiano sul tallone dietro		Ginocchio dietro tocca terra
Xubu (vuota)	1. coscia non parallela 2. busto avanti 3. tallone avanti tocca terra 4. posizione di fianco e non frontale	tallone dietro sollevato	tallone dietro sollevato + 1 errore
Duli bu (in equilibrio su una gamba)	1. ginocchio alto sotto l'inguine 2. corpo troppo in avanti 3. gamba alta non rivolta all'interno	Partenza prima dello stop	tallone dietro sollevato + 1 errore
Hengdangbu (arciere laterale)	1. piede gamba flessa punta in fuori 2. gamba dietro non tesa 3. piede gamba tesa sollevato	2 errori contemporanei	3 errori contemporanei
Dande bu (farfalla: ginocchio a terra)	1. tallone gamba avanti sollevato 2. corpo troppo avanti	2 errori contemporanei	Polpaccio gamba dietro sollevato Rotula a terra
Cilong bu (drago: arciera a gamba dietro piegata e tallone sollevato)	1. tallone piede avanti sollevato 2. corpo troppo avanti	2 errori contemporanei	Ginocchio gamba dietro a terra
Dingbu (in punta di piede)	1. gambe o piedi lontani 2. tallone gamba "vuota" a terra 3. punta gamba "vuota" non tocca	2 errori contemporanei	3 errori contemporanei

LE TECNICHE DI PUGNO DEL NANQUAN			
TECNICA	Penalità		
	0,05	0,1	0,2
Chong quan (diretto)	1. braccio piegato 2. potenza non sulle nocche 3. spalla o gomito alti	2 errori contemporanei	3 errori contemporanei
Pi quan (discendente)	1. gomito piegato 2. potenza non alla parte assa del pugno 3. spalla o gomito alti	2 errori contemporanei	3 errori contemporanei
Pao quan (montante)	1. braccio troppo piegato 2. potenza non alla parte sopra del pugno 3. spalle e gomito alti		
Gai quan (pugno discendente)	1. braccio avanti piegato 2. potenza non al dorso-anteriore del pugno 3. potenza non scarica dall'anca 4. spalla alta		
Zhuang quan (pugno laterale)	1. potenza non blocca 2. potenza non alla parte avanti del pugno 3. braccio non piegato		
Bian quan (caricamento al petto)	1. spalla alta 2. potenza non alla arte posteriore del pugno		

LE TECNICHE DI PALMO E GOMITO DEL NANQUAN			
TECNICA	Penalità		
	0,05	0,1	0,2
Tui zhang (diretto)	1. palmo non verticale 2. potenza applicata solo al taglio esterno 3. gomiti piegati o sollevati 4. spalle sollevate 5. dita aperte	2 errori contemporanei	3 errori contemporanei
Cha hang (diretto con la punta delle dita)	1. dita aperte 2. potenza non alla punta delle dita 3. potenza non brusca	2 errori contemporanei	3 errori contemporanei
tiaozhang (palmo scatta dal basso)	1. polso non inclinato 2. potenza non focalizzata sulla punta delle dita	2 errori contemporanei	
Pi zhang (fendente di taglio)	1. dita aperte 2. potenza non al taglio 3. spalla e gomito alti		
Zhuang zhou (rotazione delle braccia per caricare il pugno laterale)	1. potenza non dal bacino 2. braccio non piegato con tenzione 3. potenza non applicata alla punta del gomito in chiusura		
Quiezhang (colpo di palmo)	potenza non focalizzata sul taglio	2 errori contemporanei	
Dan zhou (caricamento inspirazione a gomiti alti)	1. potenza non dal bacino 2. braccio non piegato con tenzione 3. gomito non dall'alto in basso quando scende 4. potenza non al gomito		
Ya zhou (gomitata bassa)	1. braccia non piegate 2. braccio non preme al lato opposto 3. potenza non alla punta del gomito		
Jie qiao (parata laterale di avambraccio)	1. gomito disteso 2. braccio non gira dall'esterno all'interno 3. potenza non all'avambraccio		
Pi qiao (pugno laterale a martello)	1. gomito non distende in arrivo 2. potenza non al lato dell'avambraccio		
Chuan qiao (infilata del braccio)	1. braccio non passa sotto l'altro 2. braccio sotto non gira in avanti		

Chen qiao (espirazione abbassando le braccia)	1. polso non flesso 2. potenza non all'avambraccio (lato ulna)		
Jia qiao (doppio martello alto)	1. gomito non piegato 2. avambraccio non davanti sopra la testa		
Gun qiao (pugno laterale ad avambraccio ruotato)	1. avambraccio non gira all'interno 2. potenza non all'esterno dell'avambraccio		
Quan qiao (rotazione avambraccio)	1. gomito piegato 2. cerchio non verticale 3. cerchio troppo grande		

LE TECNICHE ACROBATICHE DEL NANQUAN			
TECNICA	Penalità		
	0,05	0,1	0,2
pantuidie (calcio circolare volante dall'esterno – ciclone in caduta)	1. salto non sopra il livello del bacino 2. posizione non laterale in aria 3. gamba non chiude in aria 4. gamba piegata e mani non cadono in appoggio contemporaneamente alla gamba	2 errori contemporanei	3 errori contemporanei
Tekong ce chuai (calcio laterale volante in caduta)	1. corpo non allineato in aria 2. gamba calciante non distesa	2 errori contemporanei	Gamba che calcia atterra troppo presto
Tekong shuan ce chuai (doppio calcio laterale volante in caduta)	1. corpo non allineato in aria 2. gamba calciante non distesa 3. gambe non sono unite in atterraggio 4. impatto non con i talloni e le dita tese	2 errori contemporanei	3 errori contemporanei
Liudating (kippe)	1. movimento non coordinato 2. Il corpo non si inarca in salita 3. salto non abbastanza alto	2 errori contemporanei	1. altre parti del corpo toccano terra insieme ai piedi 2. 3 errori contemporanei

ARTICOLO 12 - FORME DIMOSTRATIVE / MUSICALE CATEGORIA “F”**FORME MUSICALI****12.1 Specifiche**

Le forme musicali sono un insieme di movimenti accompagnati da brani musicali eseguiti da uno o più atleti con o senza armi.

- I Lu (forme) musicali nascono da un'ispirazione e da un'analisi tecnica dei movimenti delle arti marziali abbinati alla musica; la costruzione e la sequenza di esecuzione sono libere.
- L'atleta si deve presentare con la musica registrata su un CD di ottima qualità

12.2 Tappeto di gara

Per le gare di Forme Musicali, si fa riferimento al “CAMPO DI GARA DI FORME”, riportato al punto 7.5.

12.3 Divise atleti

- Le divise degli atleti devono essere marziali e conformi alla coreografia eseguita o a quelle dichiarate dal responsabile della scuola nel programma presentato alla commissione tecnica FIWS
- È proibito indossare: anelli, orecchini, braccialetti o collane, fermagli e ogni altro oggetto anche di stoffa che nell'esecuzione possa ferire l'atleta stesso. Se l'atleta indossa uno di questi oggetti sarà squalificato.

12.4 Entrata degli atleti sul tappeto di gara

- Prima di entrare sul tappeto l'atleta deve eseguire il saluto tradizionale cinese della propria scuola di appartenenza e attendere la segnalazione arbitrale nel caso in cui la musica non sia iniziata.
- La gara comincia con l'inizio della musica che partirà all'alzata di braccio dell'atleta.
- Quando la musica inizia, l'atleta non deve essere necessariamente all'interno del tappeto di gara.
- L'entrata o l'uscita non deve essere necessariamente marziale, ma può essere coreografica (esempio: entrata con ruote, salto mortale, ecc..).
- Alla fine della forma si esegue il saluto.
- L'atleta lascia il tappeto di gara, esegue il saluto tradizionale cinese della propria scuola di appartenenza (chiusura gara) e attende il voto arbitrale.
- Durante lo svolgimento della gara l'atleta deve tenere sempre un comportamento marziale.

12.5 Norme e criteri di assegnazione dei punteggi nelle gare di forme a mani nude e con armi

Vedi il punto 7.2.

12.6 Criteri di valutazione per l'assegnazione dei punteggi delle forme musicali

Il punteggio viene assegnato in base:

- All'interpretazione del brano musicale e alla coreografia.
- Al ritmo di esecuzione della forma che dovrà essere il più possibile sincronizzato al ritmo musicale.

12.7 Norme e criteri di giudizio generale

- Coreografia.
- Mimica e movimenti adeguati alla musica.
- Coordinazione.
- Sincronismo.
- Grado di difficoltà.
 - **La Coreografia:** Viene considerata coreografica:
 - Una qualsiasi azione in cui più elementi tra musica e arte marziale concorrono a creare un effetto spettacolare.
 - L'armonia che si crea fra la forma eseguita e la musica.
 - **La Mimica:** Viene considerata mimica:
 - L'arte scenica di esprimere i sentimenti ricorrendo esclusivamente ai gesti e ai movimenti del corpo e del volto, in conformità alla musica ed ad una forma di arti marziali.
 - L'insieme di gesti con cui si accompagna o talvolta si sostituisce la parola e la musica.
 - **La Coordinazione:** Per coordinazione si intende:
 - La coordinazione riguarda il lavoro sincrono di mani, piedi, anche, gambe, sguardo, arma, tra la parte superiore e quella inferiore del corpo.
 - **Il Sincronismo:** Per sincronismo si intende:
 - Il ritmo di esecuzione della forma che dovrà essere il più possibile sincronizzato al ritmo musicale.
 - Per le gare a squadre, l'esecuzione contemporanea della forma fra gli atleti.
 - **Grado Di Difficoltà:** Vengono considerati:
 - Calci.
 - Salti.
 - Combinazioni di calci e salti.
 - Tecniche acrobatiche.
 - Per le gare a squadre oltre ai punti precedenti bisogna considerare il sincronismo tra gli atleti (più è numerosa la squadra più il grado di difficoltà aumenta).

12.8 Penalità e sanzioni

Oltre alla tabella riportata al punto 7.4 si aggiungono le penalità e le squalifiche per le categorie tradizionali, si veda il punto 10.6.

Inoltre è proibito cantare o fischiare: - 0,5 di penalità.

FORME DIMOSTRATIVE

12.10 Specifiche

Le forme free style o dimostrative sono forme di wushu nelle quali è consentito inserire movimenti acrobatici (non contemplate nelle forme tradizionali) e creare una coreografia con la possibilità di abbinare la musica. La forma comunque deve rispettare i canoni principali delle arti marziali; i movimenti devono trovare una corrispondente applicazione, altrimenti il gesto atletico si trasformerebbe in un mera esibizione di ginnastica artistica. La forma può essere eseguita individualmente o a squadre.

12.11 Tappeto di gara

Per le gare di Forme Dimostrative si fa riferimento al “CAMPO DI GARA DI FORME”, riportato al punto 7.5.

12.12 Divise atleti

- Le divise degli atleti deve essere conforme alla coreografia eseguita (non obbligatoriamente marziale).
- È proibito indossare: anelli, orecchini, braccialetti o collane, fermagli e ogni altro oggetto anche di stoffa che nell'esecuzione possa ferire l'atleta stesso. Se l'atleta indossa uno di questi oggetti sarà squalificato.

12.13 Entrata degli atleti sul tappeto di gara

Gli atleti possono per esigenze coreografiche avere un atteggiamento poco marziale all'entrata ma dovranno comunque eseguire il saluto entrando sul tappeto di gara e all'uscita del tappeto almeno un atleta dovrà fare il saluto all'arbitro centrale. L'eventuale musica partirà con un alzata di braccio da parte dell'atleta che può avvenire fuori o dentro il tappeto.

12.14 Valutazione

La valutazione della forma terrà conto, oltre dei parametri classici del wushu tradizionale (articoli 7 e 10), dell'aspetto atletico e coreografico. Per tale valutazione si veda il punto 7.2. In particolare dei 5 punti massimi disponibili 3 vengono assegnati dai parametri di Kung Fu tradizionale ed 2 dalla coreografia e aspetto atletico della forma.

Nel caso in cui l'atleta esegua una forma con pochi elementi di wushu o addirittura senza alcun elemento (ginnastica artistica) è prevista una penalizzazione che va da - 0,4 a - 0,7.



ARTICOLO 13 - FORME DI STILI INTERNI CATEGORIA “G”**13.1 Gli stili interni**

Appartengono agli stili interni:

- Taiji Chuan Chen - Yang - Wu - Sun non codificato (tradizionale).
- Taiji Chuan Chen - Yang - Wu - Sun codificato (moderno).
- Altri stili di Taiji Chuan.
- Pa Qua.
- Xing Yi.

13.2 Il campo di gara

Il campo per le gare di Forme di Taiji, categoria “G”, si fa riferimento al “CAMPO DI GARA DI FORME”, riportato al punto 7.5.

13.3 La durata delle gare

TAIJI CHUAN	Tempo minimo	Tempo massimo
Tradizionale Yang	3'00''	4'00''
Tradizionale Chen	3'00''	4'00''
Tradizionale Wu e Sun	3'00''	4'00''
Codificato Yang (24), (40) e Chen (56)	3'00''	6'00''
Codificato 42 da competizione internazionale a mani nude	5'00''	6'00''
Codificato 42 da competizione internazionale con spada	5'00''	6'00''
Altri stili di Taiji Chuan	3'00''	4'00''
Forma con armi corte o lunghe	///	4'00''
Pa Qua, mani nude, con armi corte o lunghe	///	3'00''
Xing Yi, mani nude, con armi corte o lunghe	///	3'00''

N.B. NON È PREVISTO ALCUN SUONO PRIMA DEL TEMPO LIMITE.

13.4 Le divise degli atleti

- Le divise degli atleti devono essere conformi a quelle dichiarate dal responsabile della scuola nel programma presentato alla commissione tecnica. Per le scuole che non hanno presentato la dichiarazione in Federazione si veda il punto 6.2.
- La divisa deve essere a maniche lunghe, pulita e stirata.
- Devono essere indossate le calze con le scarpe nel Taiji Codificato.
- Nelle forme tradizionali vi è la possibilità di eseguire la forma a piedi nudi.
- È proibito indossare scarpe da ginnastica “grossolane”.

13.5 Le armi

Le armi ammesse sono:

- CORTE: bastone corto, sciabola, spada, ventaglio.
- LUNGHE: bastone lungo, lancia, alabarda.
- DOPPIE: tutte le armi che implicano il maneggio simultaneo.

Per partecipare con altro tipo di armi non previste in elenco, il responsabile della società deve chiedere l'autorizzazione al responsabile nazionale degli arbitri.

L'uso delle armi dovrà essere appropriato al tipo di gara (es. eseguire una forma di sciabola con la spada).

Si possono utilizzare armi di qualsiasi materiale purché non di plastica. È obbligatorio l'ornamento proprio di ogni arma es. fiocco per la sciabola, nappa per la spada, barba per la lancia, ecc...

13.6 Norme e criteri di assegnazione dei punteggi nelle gare di forme a mani nude e con armi

In aggiunta al punto 7.2:

- Postura.
- Sguardo.
- Coordinazione - correlazione tra le articolazioni.
- Posizioni corrispondenti alle caratteristiche dello stile.
- Tensione esterna e interna.
- Marzialità.
- Nel Taiji Chuan, movimenti fluidi, armoniosi e corrispondenti alle caratteristiche dello stile.
- Nel Pa Qua, movimenti fluidi, armoniosi, ritmo e esecuzione delle camminate caratteristiche del Pa Qua.
- Nel Xing Yi, movimenti fluidi, armoniosi, ritmo e esecuzione dei passi e delle 5 “strutture” (figure) caratteristici dello stile.
- Il Grado di Difficoltà dove vengono considerati:
 - Calci.
 - Salti.
 - Combinazioni di calci e salti.
 - Per le gare a squadre oltre ai punti precedenti bisogna considerare il sincronismo tra gli atleti (più è numerosa la squadra più il grado di difficoltà aumenta).

13.7 Penalità e sanzioni

In aggiunta al punto 7.4 si aggiunge:

Penalità marziali:

- Entrata o uscita dal campo di gara senza il saluto tradizionale: - 0,1.
- Vestito tradizionale sporco o sgualcito: - 0,1.
- Mancanza di presentazione forma (per le forme tradizionali): - 0,1.
- Sguardo a terra o in alto durante l'entrata nel campo di gara: - 0,1.
- Apertura della divisa durante la gara: - 0,1.
- Utilizzo di trucco ed ornamenti : - 0,2.
- Scarpa persa: - 0,2.

Penalità tempi:

- Tempo più breve o più lungo del previsto fino a 2 secondi:- 0,1.
- Tempo più breve o più lungo del previsto fino a 4 secondi: - 0,2.
- Tempo più breve o più lungo del previsto fino a 15 secondi: - 0,3.

Penalità tecniche generali

- Lieve squilibrio nella forma: - 0,1.
- Spostamenti eseguiti in maniera goffa: - 0,1.
- Figure non eseguite nel rispetto dei canoni dello stile: - 0,1.
- Nel Taiji Chuan Codificato, errori di direzione oltre 45°: - 0,1.
- Nel Xing Yi, passi eseguiti non rispettando i canoni dello stile: - 0,1.
- Evidente squilibrio: - 0,2.
- Salto effettuato non correttamente: - 0,2.
- Calcio effettuato non correttamente: - 0,2.
- Dimenticanza della tecnica: - 0,2.
- Inizio e fine della forma svolti in maniera non corretta: - 0,3.
- Variazione di velocità i movimenti (non previste dal tipo di forma): - 0,3.
- Perdita di fluidità nei movimenti: - 0,3.
- Ripetuto squilibrio: - 0,3.
- Dita non correttamente tenute (Es. nell'esecuzione di un pugno dita strette mollemente): - 0,3.
- Figure non eseguite nel rispetto dei "cinque archi" -postura non corretta-: - 0,4.
- Grave squilibrio, toccando il pavimento con una o due mani: - 0,4.
- Ripetuta dimenticanza della tecnica: - 0,4.
- Errori nell'esprimere "potere" (Es. movimento rigido o debole): - 0,4.
- Nel Pa Qua, altalenare su e giù nell'esecuzione delle camminate 0,4.
- Nel Pa Qua, passi eseguiti in maniera goffa: - 0,4
- Nel Pa Qua, petto rigido, schiena curva, spalle non allungate in avanti, mancanza di rotazione della vita :- 0,4
- Nel Xing Yi, petto rigido, schiena curva, spalle non rilassate, mancanza di rotazione della vita : - 0,4.
- Nel Xing Yi, altalenare su e giù nell'esecuzione degli spostamenti: - 0,4.
- Errori dovuti a movimenti sconnessi (Es. una parte del corpo si muove mentre l'altra resta ferma): - 0,5.
- Errori nello spirito (Es. atteggiamento non concentrato, espressione chiusa o non naturale ecc.): - 0,5.
- Nel Pa Qua, non sono rispettati più principi informativi dello stile (Es. errori: camminate, postura, guardie.): - 0,5
- Nel Xing Yi, non sono rispettati più principi informativi dello stile (Es. errori: postura, guardie, ..): - 0,5.
- Perdita di equilibrio, con caduta a terra: - 0,8.

Perdita di punti nelle forme con armi (nella valutazione vanno considerate, dove applicabili, le penalità relative alle forme a mani nude)

- Danneggiamento dell'arma (esempio: si scioglie il fiocco all'estremità dell'arma): - 0,1.
- Se un arma tocca involontariamente il terreno : - 0,1.
- Se un arma tocca involontariamente il corpo: - 0,1.
- Durante l'esecuzione della forma con armi il fiocco si attorciglia sul polso: - 0,1.

Le penalità marziali, le penalità dei tempi, le di penalità delle dimenticanze delle tecniche nelle forme codificate e la penalità del fiocco che si attorciglia verranno assegnate esclusivamente dall'arbitro centrale.

Le Squalifiche

- Atleta che non rispetta il regolamento.
- Atleta che con parole o gesti offende arbitri, atleti e pubblico.
- Atleta che non rientra nei tempi stabiliti (più o meno di 15 sec) di durata della gara.
- Catenine, anelli, braccialetti, fermagli, anche in stoffa ecc.
- Uscita dal campo di gara (uscita completa di piede).
- La stessa forma portata da un atleta in due categorie diverse (Es. Tai hi non codificato Yang e Taiji altri stili).
- Rottura dell'arma.
- Caduta a terra dell'arma.
- Esecuzione di una forma con armi eseguita utilizzando un'altra arma.
- Divisa non conforme.
- Dimenticanza della forma.

13.8 Taiji Chuan:

Elementi fondamentali da considerare nella valutazione del Taiji Chuan.

Il corpo deve essere rilassato i movimenti devono essere fluidi ed armoniosi senza perdite d'equilibrio.

Il corpo deve essere allungato ma non rigido, la schiena le braccia e le gambe costituiscono i 5 archi Taiji.

La testa deve essere dritta, il torace leggermente incurvato, le spalle ed i gomiti abbassati, la vita rilassata ed il coccige represso leggermente verso l'interno, le ginocchia rilassate, queste ultime devono essere stabili e nel movimento non devono cedere verso "l'interno".

I piedi ben saldi al terreno senza strisciare disperdendo la "forza".

Le articolazioni si muovono in perfetta coordinazione secondo la teoria Taiji: la radice sta nei piedi, la forza che viene scaricata a terra dalle gambe viene controllata e trasmessa dalla vita alle dita.

Bisogna usare la forza della mente e non quella muscolare affinché il gesto non risulti goffo ma allo stesso tempo risulti "pieno di potere". La forma deve esprimere leggerezza, agilità, stabilità, calma e una combinazione di solidità e morbidezza.

Nel movimento Taiji i gesti si susseguono l'uno dopo l'altro con continuità. Questo non significa che non vi possano essere cambi nella velocità di esecuzione; Ciò dipenderà dallo stile di Taiji dimostrato.

Durante l'esecuzione della forma la mente deve essere quieta, al di là dell'esecuzione più o meno veloce della figura. Questo si evince dallo sguardo che deve essere "tranquillo" ed adeguato al tipo di figura eseguita

L'atleta non deve farsi distrarre dall'ambiente circostante.

Maneggio dell'Arma.

- L'arma deve rispettare i parametri dello stile seguito quindi, fluidità, coordinazione, connessione nell'emissione della "forza" devono essere sempre presenti.
- L'arma deve essere un prolungamento del braccio e non deve assolutamente sembrare un corpo estraneo, quindi è necessario fare in modo che segua per connessione ed armoniosamente il movimento del corpo in modo tale che la "forza" sia trasferita all'arma. È importante sottolineare che anche se diversi sono gli stili di Taiji e anche se è all'interno dello stesso stile vi sono diverse interpretazioni (posizioni più o meno grandi, movimenti più o meno veloci, emissioni di "forza", ecc.) nell'esecuzione della forma devono essere rispettati tutti i principi informativi del Taiji Chuan.
- L'arma non può toccare il corpo.
- L'arma non può toccare il pavimento.
- Una forma di un'arma non può essere eseguita con l'utilizzo di un'altra arma (Es. una forma di sciabola non può essere eseguita con una spada).

13.9 Pa Qua

Elementi fondamentali da considerare nella valutazione del Pa Qua.

Il corpo deve essere rilassato i movimenti devono essere fluidi ed armoniosi senza perdite d'equilibrio.

Il corpo deve essere dritto ma non rigido il petto vuoto, facendo attenzione a non curvare la schiena, con spalle rilassate e leggermente allungate in avanti, la vita rilassata da permettere rotazioni e torsioni tipiche dello stile, coccige leggermente represso, gomiti bassi, ginocchia flesse.

Il lavoro dei piedi, fondamentale nel Pa Qua, è caratterizzato da passi fluidi (costante alternarsi del peso), leggeri e veloci ma allo stesso tempo saldi al terreno, che danno la possibilità di cambiare rapidamente direzione. Inoltre pur essendoci diversi tipi di camminate, il passo dal quale meglio si evince la qualità ed il livello del praticante è il così detto passo del serpente o del drago, che va eseguito portando e allungando la gamba in avanti e facendo in modo che la pianta del piede tocchi per intero sfiorando e strisciando il terreno.

Le articolazioni si muovono in perfetta coordinazione; nel movimento il corpo deve risultare perfettamente integrato leggero e potente.

Bisogna usare la forza della mente e non quella muscolare affinché il gesto non risulti goffo ma allo stesso tempo risulti "pieno di potere". Il praticante deve esprimere continuo movimento evadendo con continui cambi di direzione. Il corpo nel movimento è simile al serpente.

Nel Pa Qua i gesti si susseguono l'uno dopo l'altro con continuità. Questo non significa che non vi possano essere cambi nella velocità di esecuzione.

L'atteggiamento pur essendo "calmo" è simile a quello di un felino.

L'atleta non deve farsi distrarre dall'ambiente circostante.

Il Maneggio dell'Arma

- L'arma deve rispettare i parametri dello stile eseguito, quindi, l'arma deve seguire armoniosamente rotazioni e torsioni del tronco tipiche del Pa Qua.
- L'arma non deve essere di piccole dimensioni (solo spadone o sciabolane).
- L'arma deve essere un prolungamento del braccio e non deve assolutamente sembrare un corpo estraneo.
- L'arma non può toccare il corpo.
- L'arma non può toccare il pavimento, tranne la lancia e il bastone.
- Una forma di un'arma non può essere eseguita con l'utilizzo di un'altra arma (Es. una forma di sciabola non può essere eseguita con una spada).

13.10 Xing Yi Quan

Elementi fondamentali da considerare nella valutazione dell' Xing Yi

Il corpo deve essere rilassato i movimenti devono essere fluidi senza perdite d'equilibrio.

Il corpo deve essere dritto ma non rigido il petto vuoto ,con spalle rilassate, la vita rilassata da permettere rotazioni, coccige leggermente retratto, inguine ed anche chiusi , gomiti bassi, ginocchia flesse.

Il lavoro dei piedi deve essere caratterizzato da passi fluidi, scattanti e saldi al terreno.

Le articolazioni si muovono in perfetta coordinazione; nel movimento il corpo deve risultare perfettamente integrato scattante e potente.

Bisogna usare la forza della mente e non quella muscolare affinché il gesto non risulti goffo ma allo stesso tempo risulti “pieno di potere”. Il praticante deve esprimere nel movimento e nello sguardo l'intenzione del gesto .

La velocità di esecuzione delle forme non è costante e di solito a movimenti “reattivi” e veloci si alternano alcuni movimenti più lenti e più morbidi .

L'atteggiamento pur essendo “calmo” è acceso e simile a quello di un felino.

L'atleta non deve farsi distrarre dall'ambiente circostante.

Il Maneggio dell'Arma.

- L'arma deve rispettare i parametri dello stile seguito, quindi i movimenti scattanti dello Xing Yi devono essere ben coordinati con i movimenti dell'arma (Es. il passo e l'affondo della spada sono istantanei).
- L'arma deve essere un prolungamento del braccio e non deve assolutamente sembrare un corpo estraneo.
- L'arma non può toccare il corpo.
- L'arma non può toccare il pavimento se non è espressamente previsto dalla forma, tranne per la lancia o per il bastone.
- L'arma, spada e sciabola, possono essere flessibili e di normali dimensioni.
- Una forma di un'arma non può essere eseguita con l'utilizzo di un'altra arma (Es: una forma di sciabola non può essere eseguita con una spada).

ARTICOLO 14 - FORME TRADIZIONALI SHAOLIN CATEGORIE “S”

14.1 Il campo di gara

Per le gare di Forme di Shaolin Tradizionale, categoria “S”, si fa riferimento al “CAMPO DI GARA DI FORME”, riportato al punto 7.5.

14.2 Divise atleti

Le divise degli atleti devono essere conformi allo stile, ossia divisa completa Shaolin con giacca a manica lunga oppure divisa Shaolin con giacchino senza maniche.

14.3 Armi

La lunghezza dell'arma dovrà essere adeguata all'altezza dell'atleta (esempio: un atleta alto 180 cm non può gareggiare con una sciabola da 40 cm); le armi lunghe potranno essere coniche o cilindriche, di bambù, di metallo o altro materiale ma non di plastica. Le armi ammesse sono:

- CORTE: bastone corto, sciabola, spada, ventaglio, coltello.
- LUNGHE: bastone lungo, lancia, alabarda.
- SNODATE: bastone 2 sezioni, bastone 3 sezioni, catena.
- DOPPIE: tutte le armi che implicano il maneggio simultaneo.

Per partecipare con altro tipo di armi non previste in elenco, il responsabile della società deve chiedere l'autorizzazione al responsabile nazionale di settore o al arbitro centrale.

L'uso delle armi dovrà essere appropriato al tipo di gara. Sono ammesse le armi flessibili. È obbligatorio l'ornamento proprio di ogni arma es. fiocco per la sciabola, nappa per la spada, barba per la lancia, ecc...

14.4 Durata gare

Nelle forme Shaolin l'esecuzione della forma a mani nude per gli atleti cinture nere deve durare almeno 1 minuto, mentre per tutti gli altri non si prevede nessun limite di tempo.

14.5 Norme e criteri di assegnazione dei punteggi nelle gare di forme a mani nude e con armi

Vedi al punto 7.2.

Nelle gare di forme Shaolin non saranno accettati movimenti di ginnastica artistica o acrobatici continui e ripetitivi. Gli atleti che sceglieranno comunque di inserirli saranno penalizzati. Gli atleti che presentano forme acrobatiche ripetitive si potranno iscrivere nella categoria Di Tan Cuen (forme cadute) o nella categoria “forme imitative”.

Per atleti che eseguiranno le forme con armi rigide anziché flessibili, verrà calcolato nel punteggio finale un coefficiente di difficoltà; è compito dell'atleta stesso informare l'arbitro centrale del tipo di arma che utilizzerà.

14.6 Penalità e sanzioni

In aggiunta al punto 7.4:

Penalità marziali:

- Entrata o uscita dal campo di gara senza il saluto tradizionale: - 0,1.
- Vestito tradizionale sporco o sgualeito: - 0,1.
- Sguardo a terra o in alto durante l'entrata nel campo di gara: - 0,1.
- Caduta a terra della cintura durante la gara: - 0,2.
- Mancanza dichiarazione della forma: -0,1
- Apertura della divisa durante la gara: - 0,1.
- Divisa non conforme: - 0,2.
- Scarpa persa: - 0,2.
- Utilizzo di trucco ed ornamenti : - 0,2.

Penalità tempi:

- Tempo più breve del previsto fino a 5 secondi: - 0,2.

Penalità tecniche generali:

- Lieve squilibrio nella forma: - 0,1
- Lieve indecisione nell'esecuzione della forma: - 0,2
- Evidente squilibrio: - 0,2.
- Salto effettuato non correttamente: - 0,2.
- Dimenticanza della tecnica: da - 0,2 a - 0,6.
- Perdita di velocità dei movimenti (non previste dal tipo di forma): - 0,2.
- Ripetuto squilibrio: - 0,3
- Grave squilibrio, toccando il pavimento con una o due mani: - 0,4.
- Ripetuta dimenticanza della tecnica: - 0,4.
- Per i combattimenti prestabiliti: combattimento poco realistico da - 0,1 a - 0,4
- Perdita di equilibrio, con caduta a terra: - 0,8
- Movimenti di ginnastica artistica o acrobatici continui e ripetitivi: da - 0,6 a - 1.

Penalità nelle forme con armi (nella valutazione vanno considerate, dove applicabili, le penalità relative alle forme a mani nude).

- Mancanza ornamenti nell'arma (es. fiocco su sciabola): - 0,2.
- Se l'arma tocca accidentalmente terra o il corpo dell'atleta: - 0,2 (la sottrazione sarà considerata ogni qualvolta durante l'esecuzione della forma si dovesse verificare tale situazione);

- Durante l'esecuzione della forma con armi il fiocco si attorciglia sul polso, si impiglia o si scioglie oppure borchie ed ornamenti si sciolgono: - 0,4.

Penalità tecniche di posizione:

Posizione di Ma Bu: - 0,1 per:

- Piedi non paralleli.
- Ginocchia oltre i piedi.
- Posizione troppo larga (tipo stile moderno).
- Ginocchia interne ai piedi.

Posizione Gong Bu: - 0,1 per:

- Posizione troppo lunga e bassa (tipo stile moderno).
- Tallone dietro sollevato.
- Piede dietro rivolto a 90° rispetto al corpo.
- Natiche sporgenti.
- Piede posteriore non completamente aderente al suolo.

Posizione Pubu (accovacciata): - 0,1 per:

- Piede posteriore e anteriore non completamente aderente al suolo.
- Posizione troppo alta.

Posizione Xie Bu (seduta): - 0,1 per:

- Gambe non incrociate

Posizione Xu Bu (in punta di piede): - 0,1 per:

- Tallone gamba "vuota" a terra.
- Punta gamba "vuota" non tocca terra.
- Busto avanti.
- Posizione di fianco e non frontale.
- Tallone dietro sollevato.

Penalità tecniche di pugno: meno 0,1 per:

- Braccia completamente distese.
- Pugno non stretto.
- Polso non allineato.
- Pollice non accavallato sulle falangi medie.
- Spalla o gomito alti.
- Pugno oltre l'altezza del viso.

Penalità tecniche di palmo: meno 0,1 per:

- Dita separate.
- Dita non tese.
- Gomiti sollevati.
- Spalle sollevate.
- Potenza non focalizzata sul taglio.

Penalità tecniche di gomito: meno 0,1 per:

- Angolo maggiore di 90 gradi.
- Spalle alte.
- Potenza non sulla punta del gomito.

Penalità tecniche di calcio: meno 0,1 per:

- Calcio lento.
- Gamba che calcia troppo piegata (in base al tipo di calcio)
- Gamba d'appoggio piegata (in base al tipo di calcio).
- Calcio al di sotto della testa (in base al tipo di calcio).
- Piede non a martello (in base al tipo di calcio).
- Tallone della gamba portante sollevato.
- Traiettoria non circolare (per calci circolari).

Penalità tecniche di spazzata: meno 0,1 per:

- Gamba che spazza non tesa
- Spazzata non continua.
- Spazzata lenta.
- Gamba che spazza sollevata.

Penalità tecniche di armi

Penalità tecniche di spada e sciabola: meno 0,1 per:

- Potenza non applicata alla lama (valido per la sciabola).
- Braccio e arma non allineati.
- Arma troppo lontana dal corpo.
- Movimento di polso non sciolto.
- Maneggio non in asse.
- Dorso dell'arma lontano dalla schiena (per la sciabola).
- Colpo dato con la parte piatta dell'arma.
- La lama dell'arma rivolta verso l'atleta soprattutto all'inizio e alla fine della forma meno 0,2.

Penalità tecniche di lancia e bastone: meno 0,1 per:

- Colpo non esplosivo.
- Vibrazione non esplosiva.
- Forza non costante.
- Asse non orizzontale su colpo circolare.
- Arma lontana troppo lontana dal corpo (sul maneggio a 8).
- Movimento non a velocità costante (sul maneggio a 8).
- Cerchi non verticali (sul maneggio a 8).
- Spalle alte.
- Arma non a contatto con il terreno fino a oltre metà (per la battuta a terra).
- Tocca prima la punta (per la battuta a terra).
- Mano avanti non scorre (per colpo con la coda).
- Mani non impugnano in fondo (per stoccata).
- Mano destra non tocca la sinistra (per stoccata).
- Braccia non distese (per stoccata).
- Dita mano aperte (per stoccata).
- Arco troppo ampio (per parata a mezza luna).
- L'arma non deve rimbalzare quando viene battuta a terra.

Le Squalifiche:

- Atleta che non rispetta il regolamento.
- Atleta che con parole o gesti offende arbitri, atleti e pubblico.
- Tempi inferiori a quelli stabiliti (oltre i 5 secondi).
- Catenine, anelli, braccialetti, fermagli, anche in stoffa ecc.
- Uscita dal campo di gara durante l'esecuzione della forma (uscita completa di piede).
- La stessa forma viene portata da un atleta in due categorie diverse.
- Rottura dell'arma.
- Se l'atleta dimentica la forma (tranne per gli atleti sotto i 14 anni, ma non per le cinture nere nelle categorie forme a mani nude che potranno ripresentare la forma con una penalità di -1,0 punto).
- Caduta a terra dell'arma.
- Esecuzione di una forma con armi eseguita utilizzando una non corrisposta alla categoria.
- Esecuzione della forma con divisa non regolare.

Le penalità marziali, le penalità dei tempi e la penalità del fiocco che si attorciglia verranno assegnate esclusivamente dall'arbitro centrale.

ARTICOLO 15 - CATEGORIE COMBATTIMENTI

15.1 Suddivisione categorie

Nelle categorie combattimenti, si suddividono gli atleti con le seguenti modalità:

- ETÀ;
- SESSO;
- PESO;
- SPECIALITÀ;

NOTA: Le categorie di Lei Tai sono riservate agli atleti con oltre 3 anni di pratica.

Nello specifico si rimanda alla suddivisione delle categorie di ogni tipo di combattimento.

15.2 Operazioni di Peso

- Il Controllo delle iscrizioni e del peso dei partecipanti è effettuato dagli Ufficiali di Gara e/o dagli Addetti predisposti dal Direttore di gara.
- Tale operazione di peso risulta essere una verifica di quanto già preliminarmente dichiarato sul modulo all'atto di iscrizione.
- Gli Atleti si dovranno presentare muniti di un documento di riconoscimento valido.
- Gli Atleti saranno pesati individualmente nel giorno, ora e luogo designati per la competizione, che verranno di volta in volta indicati dal comitato Organizzatore sulla circolare di gara. Qualsiasi partecipante che non si presenta entro il termine stabilito sarà squalificato.
- Può assistere al peso solamente un Responsabile per Società.
- Gli Atleti si presenteranno per l'operazione peso in slip ed a torso nudo, per il settore maschile, biancheria intima e maglietta, per il settore femminile.
- Qualora l'atleta non rientri nella categoria di peso dichiarata (è tollerato un peso eccedente massimo di 200 gr. rispetto alla categoria di appartenenza per i maschi e di 300 gr. per le femmine) e sia manifestamente impossibile per lo stesso rientrarvi entro il tempo limite dell'operazione di peso, dovrà gareggiare nella categoria corrispondente al proprio peso o rinunciare alla competizione; in tal caso la quota versata per l'iscrizione, non verrà in alcun modo restituita.
- Il concorrente il cui peso è inferiore rispetto a quello della categoria da lui dichiarata all'atto dell'iscrizione potrà comunque gareggiare in detta categoria o rinunciare alla competizione; in tal caso la quota versata per l'iscrizione non verrà in alcun modo restituita.

15.3 Sorteggio

Per ogni categoria i contendenti verranno abbinati per sorteggio. Tale sorteggio verrà effettuato dai componenti dell'Organizzazione di gara, fermo restando la possibilità di supervisione da parte del responsabile degli Arbitri.

- **IN PRESENZA DI UN SOLO ATLETA:** Nel caso che in una categoria ci sia l'iscrizione di un solo Atleta, questi potrà combattere nella categoria superiore, previa richiesta firmata congiuntamente col proprio Maestro o Team Leader su un apposito modulo, da consegnarsi al responsabile nazionale degli arbitri. In ogni caso, l'atleta, accede alla tappa finale nella sua categoria di appartenenza.
- **IN PRESENZA DI TRE ATLETI:** Nel caso di solo tre Atleti presenti, è previsto un torneo triangolare dove ciascuno dei tre atleti dovrà combattere contro gli altri due. La vittoria sarà decretata in base alle vittorie ottenute oppure in caso di parità (un incontro vinto a testa) dalla somma dei punteggi dei singoli incontri.
- **IN PRESENZA DI OLTRE TRE ATLETI:** è previsto un torneo a eliminazione diretta.

15.4 Arbitraggio

Ogni incontro sarà arbitrato da un arbitro centrale (senza giacca) e da arbitri d'angolo per i combattimenti.

Per il combattimento Tui Shou si rimanda al capitolo specifico.

15.5 Arbitro Centrale

- L'arbitro centrale deve essere qualificato per tale incarico.
- È responsabile dell'organizzazione del lavoro degli arbitri del suo gruppo.
- Si pone sull'Area di Gara ed impartisce gli ordini.
- Supervisiona gli allestimenti relativi alle competizioni e verifica che l'area di gara, gli strumenti, e quanto altro necessario siano pronti per dare inizio alle competizioni;
- È il responsabile dell'incontro e ne controlla l'andamento. Egli ha il dovere di condurre l'incontro con la massima correttezza e decisione, senza che degeneri in lite o rissa.
- Ha il compito di fare entrare gli atleti sul quadrato di gara, fare rispettare il saluto, controllare che gli atleti indossino le protezioni obbligatorie e che abbiano tolto eventuali orecchini, catenine etc. e, nel caso di competizioni dove si richieda la divisa tradizionale indossata, essa sia quella della squadra di appartenenza.
- Dichiarare l'inizio e la fine di ogni round, l'interruzione e la continuazione; fa fermare il tempo al cronometrista ad ogni pausa;
- Segnala al tavolo le uscite dalla pedana dei contendenti; attribuisce le penalità, segnalando la penalizzazione al tavolo di Giuria per la registrazione.

- Decide quando terminare l'incontro per superiorità tecnica secondo i seguenti parametri:
 - L'atleta gira la schiena per 4 volte e/o rifiuta il combattimento;
 - L'atleta senza curarsi della propria incolumità, si scaglia ripetutamente contro l'avversario senza mantenere la guardia e non portando nel contempo nessuna tecnica valida, rivelando scarsa conoscenza tecnica del tipo di combattimento;
 - Superiorità di 8 punti nel primo round su segnalazione della maggioranza degli arbitri d'angolo (tranne nel combattimento sanda); nel secondo round, viene decretata la vittoria solo nel caso di una evidente e netta superiorità tecnica.
- Può altresì interrompere un incontro nei seguenti casi:
 - Se c'è scorrettezza;
 - Se si rende necessaria la squalifica di un atleta (con l'approvazione della maggioranza degli arbitri);
- Ulteriori compiti:
 - Consultarsi con l'arbitro d'angolo che ha segnalato un'anomalia per decidere in merito;
 - Fare rispettare i tempi ogni volta che l'incontro verrà interrotto, con eventuale ammonizione dell'atleta che perde intenzionalmente tempo;
 - Chiedere un'interruzione dell'incontro quando uno o entrambi gli atleti vengano feriti. È obbligatorio il permesso del dottore di gara affinché all'atleta ferito venga consentito di continuare il combattimento.
- Proclama il vincitore con l'alzata del braccio.

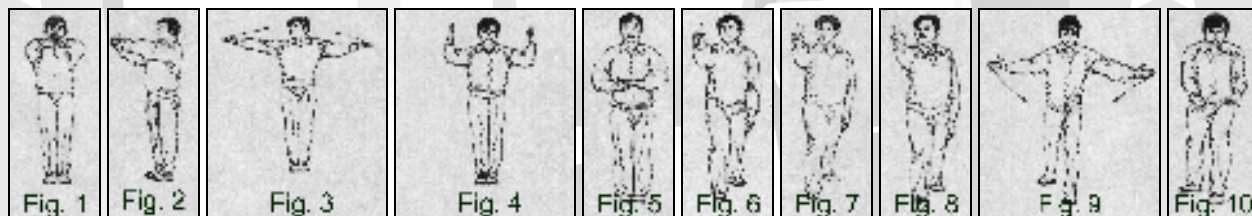
Per esprimersi l'arbitro centrale userà un linguaggio e delle gestualità convenzionali riportati qui sotto.

Saluto Iniziale. Saluto palmo e pugno. Ritto a piedi uniti. Palmo sinistro disteso sul pugno destro di fronte al torace, alla distanza di 20-30 cm, ed in linea con questo (Fig. 1 e 2). Sulla pedana, ritto al centro della pedana, l'arbitro centrale distende le mani, con il palmo rivolto verso l'alto, indicando i due concorrenti (Fig. 3). Nel momento in cui invita i concorrenti a salire sulla pedana, solleva le braccia portando il gomito a 90° ed il palmo delle mani rivolti uno verso l'altro (Fig. 4).

Saluto dei due concorrenti. L'arbitro centrale distende la mano sinistra sul pugno destro chiuso davanti al torace in modo da segnalare ai due concorrenti di salutarsi (Fig. 5).

Primo, secondo e terzo round. L'arbitro centrale di fronte al tavolo porta un piede in avanti piegando il ginocchio (POSIZIONE INCLINATA), distende un braccio in avanti e indica con le dita quale round inizia. (Fig. 6/7/8).

"Kai Shi/Pronti a Combattere". In posizione inclinata fra i due concorrenti l'arbitro centrale scandisce "Yu Bei Pronti" ed allo stesso tempo distende le braccia da entrambe le parti con il palmo delle mani rivolto in alto indicando i concorrenti (Fig. 9). Rivolgendo, poi, il palmo delle mani verso il basso e portandole insieme davanti l'addome scandisce "Kai Shi" Combattere e dà inizio al combattimento (Fig. 10).



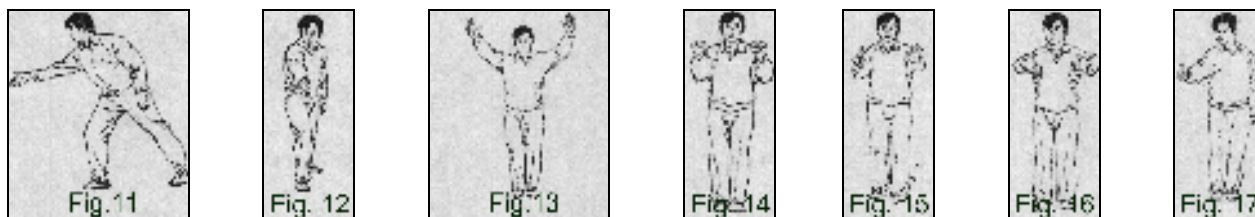
"Ting/Stop". L'arbitro centrale scandisce "Ting Stop", allo stesso tempo assume una posizione inclinata e distende un braccio portando il palmo della mano in posizione perpendicolare, rispetto al pavimento, tra i due concorrenti (Fig. 11 e 12).

8 secondi di passività. L'arbitro centrale porta ambo le mani in alto di fronte al proprio corpo, con l'anulare ed il mignolo di una mano chiusi e con il pollice e le dita di ambo le mani distese e separate (Fig. 13).

Conteggio del tempo. Di fronte al concorrente, con ambo i pugni rivolti verso l'esterno davanti al corpo, l'arbitro centrale distende le dita una dopo l'altra, con intervalli di un secondo, iniziando dal pollice verso il mignolo e da una mano all'altra (Fig. 14 e 15).

Stretta passiva. L'arbitro centrale unisce le braccia a cerchio davanti al proprio corpo (Fig. 16).

Conteggio degli 8 secondi. Di fronte all'arbitro al tavolo, l'arbitro centrale distende un braccio con il pollice rivolto verso l'alto e le altre dita chiuse (Fig. 17).



Tre secondi. L'arbitro centrale distende un braccio in alto in posizione obliqua, con il palmo della mano anch'esso verso l'alto in direzione del concorrente; l'altra mano, con pollice, indice e medio distesi e le altre dita chiuse, si muove orizzontalmente e di fianco, all'altezza dell'addome (Fig. 18).

Invito ad attaccare. L'arbitro centrale distende il braccio fra i due concorrenti, mantenendo il pollice disteso e le altre dita chiuse, con il palmo rivolto verso il basso. La mano si muove (Fig. 19).

Atterramento. L'arbitro centrale distende, un braccio con il palmo della mano rivolto verso l'alto, in direzione del concorrente caduto sul tappeto; l'altro braccio, semichiuso e con il palmo della mano rivolto verso il basso, si muove lateralmente (Fig. 20).

Primo atterrato. L'arbitro centrale distende un braccio verso il concorrente caduto per primo, ed incrocia le avambraccia davanti al proprio corpo, con il palmo delle mani rivolto verso il basso (Fig. 21 e 22).

Atterramento simultaneo. L'arbitro centrale distende ambo le braccia frontalmente in posizione orizzontale, quindi porta indietro le mani, palmo rivolto a terra, spingendole in basso (Fig. 23).



Caduta dalla pedana o uscita dal tappeto. L'arbitro centrale distende un braccio verso l'atleta caduto/uscito dal tappeto (Fig. 24), quindi spinge avanti l'altra mano, palmo rivolto in avanti guardando di fronte, in posizione inclinata (Fig. 25).

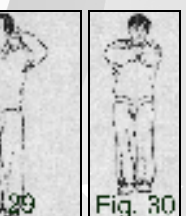
Caduta dalla pedana o uscita dalla pedana di entrambi i concorrenti. L'arbitro centrale, in posizione inclinata, distende le mani, palmo rivolto verso l'alto, spingendole in avanti e guardando di fronte (Fig. 26) quindi piega le braccia a 90°, con il palmo delle mani rivolto indietro e unisce i piedi e acquistando la posizione eretta (Fig. 27).

Calcio all'inguine. L'arbitro centrale distende un braccio, con il palmo della mano rivolto verso l'alto, in direzione del concorrente che ha colpito e con l'altra mano indica il proprio inguine (Fig. 28).

Colpo alla nuca. L'arbitro centrale distende un braccio, in direzione del concorrente che ha colpito con l'altra mano tocca la propria nuca (Fig. 29).

Fallo di gomito. L'arbitro centrale incrocia le braccia davanti al proprio torace e con una mano copre il gomito dell'altro braccio (Fig. 30).

Fallo di ginocchio. L'arbitro centrale solleva un ginocchio battendolo leggermente con la mano (Fig. 31).



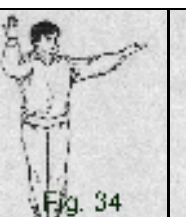
Silenzio. L'arbitro centrale si rivolge con il braccio e mano distesa, pollice separato dalle altre dita, in direzione del concorrente o dell'allenatore che arreca disturbo (Fig. 32).

Ammonizione lieve. L'arbitro centrale distende un braccio in direzione del concorrente che ha colpito con il palmo della mano rivolto verso l'alto. Quindi scandisce "Fallo" e piega il braccio a formare con il gomito un angolo di 90° davanti al proprio corpo, con la mano rivolta verso l'alto ed il palmo all'indietro (Fig. 33 e 34).

Ammonizione grave. L'arbitro centrale distende un braccio in direzione del concorrente che ha colpito con il palmo della mano rivolto verso l'alto. L'altra mano segna i falli, quindi si chiude a pugno, all'indietro, mentre il braccio forma con il gomito un angolo di 90° (Fig. 33 e 35).

Squalifica. L'arbitro centrale incrocia la avambraccia davanti al proprio corpo, con le mani chiuse a pugno (Fig. 36).

Soccorso. L'arbitro centrale oscilla le braccia in modo che si incrocino davanti al proprio corpo (Fig. 37/38/39).



Emergenza. L'arbitro centrale ritto di fronte alla commissione medica, incrocia le avambraccia, con il palmo delle mani rivolto verso l'alto, davanti al proprio torace (Fig. 40).

Riposo. L'arbitro centrale distende le braccia da ambo le parti, con il palmo delle mani rivolto verso l'alto, in direzione delle postazioni di riposo di entrambi i concorrenti (Fig. 41).

Cambio di posizione. Al centro della piattaforma l'arbitro centrale distende le braccia e le incrocia davanti al proprio corpo (Fig. 42).

Pareggio. In posizione eretta tra i due concorrenti l'arbitro centrale afferra i polsi dei due concorrenti e ne solleva in alto le braccia (Fig. 43).

Vincitore. In posizione eretta tra i due concorrenti l'arbitro centrale afferra il polso dei due concorrenti e solleva in alto il braccio del vincitore (Fig. 44).



15.6 Arbitri D'angolo

Compiti:

- Coadiuvano l'Arbitro centrale segnalando anomalie, pericoli o scorrettezze, richiamando l'attenzione dell'Arbitro Centrale con un colpo di fischi.
 - Esprimono la loro opinione su ogni fase dell'incontro quando ciò sia richiesto dall'Arbitro Centrale.
 - Attribuiscono i punti nella competizione rispettando le regole.
 - Possono chiedere chiarimenti sulle decisioni prese dall'arbitro centrale.
 - Sono convocati dall'arbitro centrale per esprimere un giudizio in caso di squalifica di un concorrente o in casi particolari che avvengono durante la competizione.
 - È fatto divieto agli Arbitri d'Angolo di comunicare tra di loro durante il combattimento.
 - Non è permesso loro di lasciare il proprio posto prima del verdetto finale di un incontro.
- Per le modalità di arbitraggio si rimanda agli articoli specifici di ogni combattimento.

15.7 Arbitro di tavolo

Su un errore arbitrale evidente può chiedere la revisione agli arbitri d'angolo per la decisione definitiva.

15.8 Abbandono del Campo di Gara

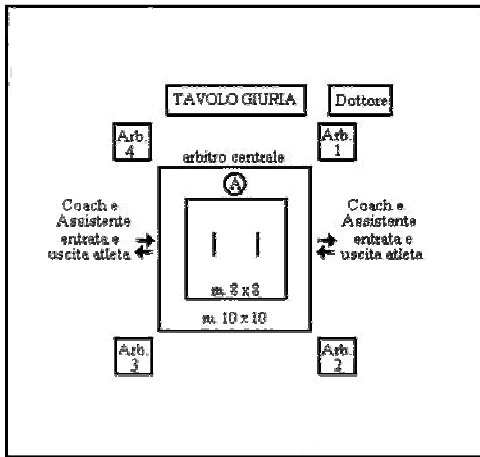
- Ogni qualvolta viene decretato dagli Arbitri l'ABBANDONO del quadrato di gara, questo equivale alla squalifica per l'Atleta interessato.
- Lo stesso viene decretato per l'Atleta che si allontana senza permesso dal campo di gara e non si ripresenta in tempo utile per l'inizio dell'incontro.
- L'impossibilità da parte dell'atleta di continuare il combattimento per malore o infortunio viene considerato come ABBANDONO.
- In caso di evidente superiorità tecnica di una delle due parti, tale da compromettere l'integrità fisica dell'atleta, la segnalazione di ABBANDONO può avvenire da parte del Coach e del suo assistente per "getto della spugna" o dell'Atleta stesso, per alzata di mano.
- Nel caso di abbandono viene mantenuto il punteggio raggiunto con gli incontri precedenti. Questo perché il punteggio stesso non è considerato completamente determinante ai fini di una selezione per l'ingresso in Nazionale.

15.9 Area Di Gara

Per tutti i tipi di combattimento, Punto Stop, Qinda, Lei Tai e Sanda, è previsto un quadrato di gara secondo i canoni internazionali con la tradizionale area rialzata da terra (soluzione di TIPO 1); dove questo non sia possibile si opterà per la soluzione di TIPO 2.

TIPO 1.

1. L'Area di Gara è costituita da una pedana quadrata rialzata da terra di 60 cm., avente il lato di 8x8 mt.
2. Tale area deve essere ricoperta con materassine ad incastro 100x100cm (spessore minimo 2 cm massimo 4 cm) o da materassine da Judo dimensioni 100x200x4 cm.
3. La pedana deve essere circondata lungo il suo perimetro da materassine dai 20 ai 40 cm. di altezza.
4. L'area deve portare al suo interno un segnale per evidenziare la posizione del centro e la posizione di guardia dei due atleti.
5. Data l'altezza della pedana è opportuno segnalare ai contendenti la loro vicinanza al bordo tramite una striscia colorata, di colore differente, che dia un preavviso di almeno 90 cm. dal bordo stesso.
6. Il trovarsi in questa area non comporta per l'atleta alcuna penalità, in quanto è da considerarsi, come detto sopra, unicamente come un avviso di distanza dal bordo.



CAMPO DI GARA DI COMBATTIMENTO

TIPO 2.

1. Quadrato composto da materassine ad incastro 100x100cm (spessore minimo 2 cm massimo 4 cm) o da materassine da Judo dimensioni 100x200x4 cm.
2. Area totale 10x10 mt così suddivisa:
 - o Area interna di 8x8 mt.
 - o Perimetro intorno all'area interna di colore differente a simulare l'uscita di pedana, con conseguente penalità per l'Atleta che finisce al suo interno.
3. Area centrale, come al punto 4 del TIPO 1.

Per entrambi i casi, vedi figura "CAMPO DI GARA DI COMBATTIMENTO". Per le categorie sanda, l'area di gara è il ring; dove questo non sia possibile si opterà per la soluzione di TIPO 1 o 2.

Per le competizioni di Tui Shou si rimanda all' articolo specifico.

15.10 Ammonizioni e sanzioni

- **AMMONIZIONE LIEVE:** è un avvertimento per atteggiamenti non corretti, giudicati però di tipo involontario in contrasto con le norme che regolano i punti di bersaglio e quelli proibiti, di cui sono riportati nel punto 15.13 e nell'articolo del combattimento nello specifico. L'ammonizione lieve non comporta alcuna penalità, ed è generalmente la prima ad essere utilizzata dall'Arbitro Centrale.
- **AMMONIZIONE GRAVE:** è un avvertimento per atteggiamenti non corretti in palese e volontario contrasto con le norme di cui sono riportati nel punto 15.13 e nell'articolo del combattimento nello specifico, nonché per chi tiene un comportamento ingiurioso nei confronti del personale addetto alla gara.
- Nel combattimento Punto Stop, Qinda e Lei Tai, il contatto dovrà esserci, ma sarà di intensità leggera; è pertanto prevista direttamente l'ammonizione grave per l'atleta che cerca di colpire l'avversario con forza e senza controllare l'intensità dei colpi.
- **PRIMA AMMONIZIONE GRAVE:** l'atleta sarà penalizzato di **1 PUNTO**.
- **SQUALIFICA:**
 - o Alla 2° AMMONIZIONE.
 - o attaccare l'avversario prima del "via" o dopo lo "stop" in modo intenzionale (a discrezione dell'arbitro centrale).
 - o Al K.O. (non valido solo nel combattimento Sanda).
- **MANCANZA DI COMBATTIVITÀ:** L'atleta che manca di iniziativa e non accetta il combattimento verrà penalizzato:
 - o 1° Richiamo - Ammonizione Lieve.
 - o 2° Richiamo - Ammonizione Grave (- **1 PUNTO**).
 - o 3° Richiamo - Ammonizione Grave, chiusura dell'incontro con conseguente vittoria dell'avversario.

Ulteriori Sanzioni

- **Per uscita dal quadrato:**
 - o 1° USCITA DAL QUADRATO: - **1 PUNTO**.
 - o 2° USCITA DAL QUADRATO: - **1 PUNTO**.
 - o 3° USCITA DAL QUADRATO: **PERDITA AUTOMATICA DEL ROUND**.
- N.B. Non è considerata "uscita" quando questa sia dovuta a spinta scorretta da parte dell'avversario.
- **Sottrazione di 1 PUNTO:**
 - o Richiedere "time out" senza evidente necessità in un momento in cui si è in posizione di svantaggio.
 - o Attaccare l'avversario prima del "via" dell'arbitro centrale o dopo il segnale di "stop".
 - o Perdita intenzionale del paradenti.
 - **Sottrazione di 2 PUNTI:**
 - o Colpire l'avversario in seguito ad un fallo subito (fallo di reazione).

La somma delle ammonizioni riguarda tutta la durata del combattimento e non il singolo round.

15.11 Protezioni nei combattimenti liberi Punto Stop, Qinda, Lei Tai e Sanda.

- Paradenti;
- Conchiglia (M/F) (da indossare sotto l'abbigliamento);
- Paratibia con calzare (pezzo unico);
- Paraseno;

NOTE:

- Nello specifico si rimanda al capitolo riguardante il tipo di combattimento, paragrafo "protezioni".
- È VIETATO il bendaggio delle mani tranne nel combattimento sanda;
- È assolutamente proibito portare oggetti o protezioni di metallo o di plastica dura anche se ricoperta da imbottitura (consentita, naturalmente, solo la conchiglia protettiva di plastica sotto i pantaloni).

15.12 Bersagli consentiti nei combattimenti liberi Punto Stop, Qinda, Lei Tai e Sanda.

- Il viso, il busto (petto e addome)
- Le cosce e i polpacci.

15.13 Colpi proibiti e tecniche non valide nei combattimenti liberi Punto Stop, Qinda, Lei Tai e Sanda.

- Colpire con atteggiamento intenzionalmente antisportivo;
- Colpire i genitali, la gola, la sommità del capo, la nuca, la schiena, gli occhi e le articolazioni;
- Utilizzare tecniche di chiavi articolari (tranne nel Lei Tai);
- Dare testate, gomitate e ginocchiate;
- Colpire atleta a terra;
- Mordere e graffiare;
- Spingere o trattenere l'avversario;
- Cominciare il combattimento prima del via dell'arbitro;
- Continuare il combattimento dopo lo stop dell'arbitro;
- Attaccare l'avversario con tecniche confuse.

15.14 Assegnazione punteggi nei combattimenti liberi Punto Stop, Qinda, Lei Tai e Sanda.

Verranno assegnati i seguenti punteggi a seconda delle tecniche messe a segno:

- **Tecniche da 1 PUNTO**
 - Pugni sul bersaglio (viso, tronco);
 - Calcio sul bersaglio (cosce e polpacci).
- **Tecniche da 2 PUNTI**
 - Calci al tronco;
 - Pugni al volo;
- **Tecniche da 3 PUNTI**
 - Calci al viso;
 - Calci al volo al tronco;
- **+ 1 Punto:** Calcio al viso al volo.

15.15 Vincitore nei combattimenti liberi Punto Stop, Qinda, Lei Tai, Sanda e Tui Shou.

Viene proclamato vincitore dell'incontro:

- L'atleta che realizza il più alto numero di punti.
- L'atleta il cui avversario si ritira o abbandona la competizione (vedi punto 15.8).
- L'atleta il cui avversario non può continuare l'incontro per ferita involontaria o comunque per sopravvenuta difficoltà fisica, che a insindacabile giudizio del medico rendono impossibile continuare l'incontro.
- L'atleta il cui avversario viene fermato dall'arbitro centrale data l'evidente superiorità tecnica dell'atleta, tale da mettere a rischio l'incolumità dell'altro.
- Per squalifica dell'avversario.

Al termine dell'incontro l'atleta vincitore deve recarsi al tavolo della giuria a confermare la vittoria dichiarando il proprio nome.

15.16 Modalità di chiamata nei combattimenti liberi Qinda, Lei Tai, Sanda e Tui Shou.

All'inizio di ciascuna categoria, tutti gli atleti chiamati dovranno presentarsi sul margine del campo di gara diametralmente opposto all'arbitro centrale per la conferma della presenza e controllo della divisa e delle protezioni.

Verrà spiegato loro alcune regole fondamentali da seguire nel combattimento e nello specifico che verranno squalificati alla 2° ammonizione grave, non verranno ammessi comportamenti sleali, antisportivi, atti a mancare di rispetto al proprio avversario.

Se un atleta non si presenta a questa PRE CHIAMATA, verrà squalificato.

Se l'atleta si presenta con divisa o protezioni non conformi alla tipologia di gara avrà la possibilità di conformarsi entro la 1° CHIAMATA.

- **1° CHIAMATA:** “sulla pedana si presenti ATLETA 1, nero, e ATLETA 2, rosso e si preparino gli ATLETI 3 nero e 4 rosso per la successiva gara.
- **2° CHIAMATA:** nel caso in cui l'atleta/i non si sia/siano presentati dopo 15” si ripete la procedura come la prima chiamata
- Se l'atleta/gli atleti chiamato/i non si presenta/no e sarà sancita, per abbandono dell'avversario, la vittoria del combattente presente sull'area di gara; “per assenza dell'avversario, vince.....”.

Qualora un atleta alla 1° chiamata fosse impegnato su un'altra pedana in altra categoria, sarà compito del coach avvisare il tavolo della giuria che darà all'atleta la possibilità di presentarsi al termine della categoria o comunque un tempo per adeguarsi al tipo di gara da sostenere pena la squalifica.

15.17 Modalità di chiamata per il controllo protezioni nei combattimenti liberi Qinda, Lei Tai, Sanda e Tui Shou.

Nel caso che un atleta si presenti al centro del tappeto pronto per l'inizio del combattimento ma con protezioni non regolari e specifiche per il tipo di combattimento prescelto, sarà squalificato.

ARTICOLO 16 - COMPORTAMENTO DEGLI ATLETI / COACH NEL COMBATTIMENTO

Atleta:

- **Stimolanti, doping ed altre pratiche fraudolente sono severamente proibite e perseguite a termini di legge.**
- Per essere ammesso alla competizione l'atleta dovrà essere in regola con l'iscrizione alla gara.
- Ogni atleta dovrà essere munito di certificato medico agonistico non scaduto (vedi norme generali). Per le gare di Combattimento Libero Sanda, l'atleta dovrà essere in possesso del certificato medico agonistico **idoneo a sport in cui è previsto il contatto pieno e il K.O.**
- Tutti gli atleti saranno ammessi alla competizione sotto la propria responsabilità; dovranno quindi provvedere individualmente o tramite la società d'appartenenza o tramite il C.A.F. FIWS, alla propria copertura assicurativa (infortuni e responsabilità civile). Il rappresentante che firma il modulo di iscrizione alla competizione sarà direttamente responsabile in caso di mancato adempimento, o per eventuali dichiarazioni non veritiere degli atleti iscritti alla competizione. L'organizzazione non copre con assicurazione nessun atleta né prima né durante lo svolgimento della competizione e la Federazione Italiana Wushu Sanda declina ogni responsabilità in merito.
- Solo con tali documentazioni l'Atleta potrà accedere alle operazioni di peso che verranno eseguite dagli addetti incaricati dall'Organizzazione.
- Tutti gli atleti dovranno indossare le protezioni elencate nei vari capitoli di Combattimento Libero; le stesse dovranno essere conformi alle regole.
- Sono vietati gli occhiali; sotto dichiarazione scritta redatta dal medico personale o di gara sono ammessi lenti a contatto, apparecchi di ortodonzia fissa, fasciature, medicazioni.
- Ogni combattente durante lo svolgimento della gara potrà avere al suo angolo oltre al coach, un assistente.
- Il primo atleta chiamato si posizionerà a lato del tappeto di gara alla destra rispetto al tavolo della giuria indossando il corpetto nero; il secondo chiamato si posizionerà sul lato opposto indossando il corpetto rosso. Al segnale di entrata dell'arbitro centrale faranno il saluto tradizionale di Kung Fu (e lo ripeteranno all'uscita) ed entreranno nell'area. Una volta entrati nell'area si posizioneranno sulle righe colorate distanti tra loro di tre metri, eseguiranno il saluto verso la giuria, verso l'arbitro centrale e tra di loro (chi non eseguirà tale rituale sarà invitato a farlo). È proibito attaccare l'avversario prima del segnale di inizio e dopo il segnale di stop dell'arbitro centrale.
- Al termine dell'incontro gli atleti andranno al proprio angolo in attesa di essere richiamati in campo per il responso arbitrale dopodiché prima di abbandonare il campo di gara (se non pedana rialzata) l'atleta vincitore si dovrà obbligatoriamente recare al tavolo della giuria e confermare la vittoria;
- Il responso arbitrale deve essere accettato con umiltà e sportività. Per eventuali ricorsi si dovrà interessare il proprio coach (si veda il punto 4.13)
- I combattenti non devono lasciare il quadrato di gara fino a quando il risultato è annunciato dall'Arbitro incaricato.
- Il combattente deve attenersi alle regole della competizione e comportarsi con serietà e sportività. Egli deve sostenere i valori morali ed etici della disciplina, pieno rispetto dell'avversario e obbedire ai comandi dell'arbitro centrale.
- È assolutamente vietato colpire intenzionalmente un punto proibito dell'avversario o causare ferite in qualsiasi altro modo.
- Un Atleta che è stato iscritto al torneo ma non è in grado di prenderne parte a causa di ferite, malattie o altri motivi, deve notificarlo al Direttore di Gara prima dell'inizio della competizione. La sua assenza deve essere considerata come un caso di rinuncia (vedi art. 15.8).
- Un partecipante che durante il torneo s'infortuna e non si presenta al successivo combattimento è dichiarato perdente per abbandono (vedi art. 15.8).
- Un partecipante è considerato rinunciatario quando non si presenta dopo che il suo nome è stato chiamato due volte prima della ripresa, o si assenta senza permesso dopo aver risposto alla chiamata e non si presenta in tempo sul quadrato.

Accompagnatori, coach:

- Il coach e gli accompagnatori devono attenersi ad un comportamento di alta etica sportiva anche lontano dall'area di gara. Devono astenersi, assolutamente, da gesti o commenti di disapprovazione sull'operato arbitrale, dell'avversario e verso il pubblico.
- Il Coach e gli accompagnatori devono mantenere durante il combattimento assoluto silenzio; consigli al proprio atleta sono permessi solo durante la pausa fra un round e l'altro.
- Il Coach deve sedersi alle spalle della posizione iniziale del suo atleta ad un metro fuori dell'Area di Sicurezza. Il Coach può essere assistito, seduto al suo fianco, da una sola persona.
- Il Coach deve avere a disposizione protezioni di ricambio in caso di necessità; il cambio deve essere effettuato nel giro di un minuto, ogni proroga deve essere giustificata ed approvata dagli Arbitri; in caso contrario il concorrente può essere squalificato.
- Chiunque acceda all'Area di gara senza autorizzazione potrà essere squalificato dalla competizione ed allontanato dal servizio d'ordine.
- In caso di inadempienze, gli Arbitri possono richiamare o squalificare il Coach e/o il suo assistente o punire con detrazione di punti o squalificare l'atleta.

ARTICOLO 17 - COMBATTIMENTO LIBERO PUNTO STOP CAT. "H"**17.1 Specifiche**

Combattimento agonistico non continuato, stop ogni colpo, con contatto leggero e controllato, no K.O..

17.2 Divise atleti

La divisa per il combattimento libero punto stop degli atleti dovrà essere quella dichiarata dal responsabile della scuola nel programma, presentato alla commissione tecnica.

17.3 Durata delle gare

n° Round	Durata	Intervallo
2	1'00''	30''

17.4 Le protezioni

In aggiunta al punto 15.11:

- Guanti chiusi da 10 Oz. per tutte le categorie.
- Casco con grata.
- Corpetto rosso o nero a seconda della chiamata.

17.5 Bersagli consentiti

Vedi punto 15.12.

17.6 Non è valido

In aggiunta al punto 15.13:

- Colpi con la tibia.
- Colpire con la parte interna, esterna, superiore e inferiore del pugno.
- Pugno girato.
- Spazzate e proiezioni.
- Colpire con forza.

17.7 Pool arbitrale

La pool arbitrale è composta da un arbitro centrale (vedi punto 15.5), da due arbitri d'angolo muniti ciascuno di due bandierine, bianca e rossa e da due arbitri al tavolo.

L'arbitro centrale segnerà al tavolo della giuria il punteggio ogni volta che un atleta andrà a segno, fermando l'incontro.

Gli arbitri d'angolo si disporranno sull'area di gara ai lati dell'arbitro centrale e assegneranno assieme all'arbitro centrale i punteggi ai contendenti durante lo svolgimento della competizione, alzando l'apposita bandierina.

Gli arbitri al tavolo segneranno i punti indicati dall'arbitro centrale.

17.8 Assegnazione punteggi

Vedi punto 15.14.

Nel caso il punteggio fosse pari alla fine dell'incontro, si stabilirà un tempo supplementare in cui la vittoria sarà assegnata alla prima tecnica valida, che dovrà essere comunque portata entro un minuto.

Qualora questo non avvenisse e al termine massimo di un minuto ancora dovesse sussistere la parità, il pool arbitrale assegnerà la vittoria.

17.9 Vincitore

Vedi punto 15.15.

Al termine dell'incontro l'atleta vincitore deve recarsi al tavolo della giuria dichiarando il proprio nome.

ARTICOLO 18 - COMBATTIMENTO LIBERO TRADIZIONALE LEI TAI CATEGORIA "T"**18.1 Tipo di competizione**

Combattimento agonistico "continuato" (no stop ogni colpo), con contatto leggero e controllato, no K.O..

- È possibile continuare la lotta a terra per 5 secondi.
- È possibile la vittoria per immobilizzazione con leve articolari di bloccaggio.
- È possibile partecipare a questo tipo di competizione solo ad atleti con più 3 anni di pratica.

Tale tipo di combattimento dovrà essere il più vicino possibile al combattimento kung fu wu shu tradizionale cinese; l'atleta dovrà quindi utilizzare tecniche e caratteristiche proprie di ogni stile ma evitare banali "scimmiettamenti" dei movimenti degli animali.

18.2 Durata delle gare

n° Round	Durata	Intervallo
2	1'30"	30"

18.3 Divise Atleti

La divisa per il combattimento Lei Tai degli atleti dovrà essere quella tradizionale e conforme a quella dichiarata dal responsabile della scuola nel programma, presentato alla commissione tecnica FIWS.

L'atleta deve essere scalzo e l'uniforme comunque composta da pantaloni lunghi. È vietato il torso nudo.

18.4 Le protezioni

In aggiunta al punto 15.11:

- Guanti aperti.
- Caschetto con grata per gli atleti sotto i 18 anni e aperto per tutte le altre.
- Corpetto rosso o nero a seconda della chiamata.

18.5 Bersagli consentiti.

Vedi punto 15.12.

18.6 Tecniche consentite:

- Proiezioni e le spazzate.
- Pugno girato (che va a colpire col dorso della mano).
- Tecniche di forbice (sui livelli di gambe - busto - capo).
- Leve articolari di bloccaggio.

18.7 Pool arbitrale

La pool arbitrale è composta da un arbitro centrale (vedi punto 15.5), da un minimo di due ad un massimo di quattro arbitri d'angolo per ogni area di gara che si disporranno agli angoli dell'area di gara stessa e da un arbitro di tavolo (vedi punto 15.7). Gli arbitri d'angolo assegneranno i punteggi ai contendenti durante lo svolgimento della competizione, annotandoli su appositi cartellini che alla fine del 2° round verranno consegnati al Tavolo di Giuria.

18.8 Assegnazione punteggi

In aggiunta del punto 15.14:

- **Tecniche da 1 PUNTO.**
 - Tutte le tecniche di proiezione che comportano la caduta sia dell'atleta che proietta sia del proiettato,
 - Tutte le tecniche di proiezione eseguite in modo non preciso e confusionario (sporche).
- **Tecniche da 2 PUNTI.**
 - Tutte le tecniche di proiezione che vengono eseguite in modo corretto e preciso ma con la caduta di entrambi gli atleti (tecnica pulita).
 - Forbice;
 - Schienamento;
- **Tecniche da 3 PUNTI.**
 - Calci al viso;
 - Tutte le tecniche al volo al tronco, vedi per esempio tecniche di forbici;
 - Tutte le tecniche di proiezione che portano un solo atleta a terra (es. proiezioni in aggancio su tecnica di calcio, spazzate, proiezioni corpo a corpo o scivolata dell'atleta);
 - Tecniche di "sacrificio";
 - All'atleta che proiettato riesce a sua volta a proiettare l'avversario.
- **+ 1 PUNTO:** Calci al viso al volo;

È considerata nulla una prova di tecnica che richiede più di tre secondi di esecuzione.

Nel giudizio complessivo si terrà conto della capacità dell'atleta di mantenere un modo di combattere tecnico tradizionale per tutto l'incontro; tale giudizio sarà comunque "marziale" e non "estetico" (esempio: una tecnica per quanto bella e pulita sia, se non a segno non va considerata).

Se alla fine del 2° round la segnalazione degli arbitri d'angolo sarà pari, l'arbitro centrale assegnerà la vittoria.

18.9 Vincitore

In aggiunta al punto 15.15 viene proclamato vincitore dell'incontro:

- Per immobilizzazione con tecnica di bloccaggio dell'avversario per più di 5" dà la vittoria all'atleta che la esegue.

NOTA: La leva articolare deve essere esclusivamente di bloccaggio NON DI ROTTURA, NON LUSSAZIONE, COMUNQUE NON DEVE CAUSARE NESSUN DANNO ALL'AVVERSAIO: MASSIMO CONTROLLO.

Al termine dell'incontro l'atleta vincitore deve recarsi al tavolo della giuria dichiarando il proprio nome.

ARTICOLO 19 - COMBATTIMENTO LIBERO QINDA CATEGORIA “Q”**19.1 Specifiche**

Combattimento agonistico continuato, no stop ogni colpo, con contatto leggero e controllato, no K.O..

19.2 Divise atleti

Pantaloncini corti tipo sanda o pantaloni lunghi e maglietta maniche corte della Scuola di appartenenza o neutra.

19.3 Durata delle gare per classe di appartenenza

CATEGORIE	n° Round	Durata	Intervallo
Dai 14 ai 16 anni meno un giorno	2	1'30''	1'00''
Dai 16 ai 40 anni meno un giorno	2	2'00''	1'00''

19.4 Le protezioni

In aggiunta al punto 15.11:

- Guanti chiusi da 10 Oz.
- Caschetto con grata per gli atleti sotto i 18 anni e aperto per tutte le altre.
- Corpetto rosso o nero a seconda della chiamata (obbligatorio sotto i 18 anni, facoltativo oltre 18 anni con coscienza degli atleti di indossarlo o no; non si ammettono contestazioni durante e dopo l'incontro). In caso di assenza del corpetto, cintura rossa o nera a seconda della chiamata.

19.5 Bersagli consentiti.

Vedi punto 15.12.

19.6 Tecniche consentite:

- Proiezioni e le spazzate.
- Pugno girato (che va a colpire col dorso della mano).
- Tecniche di forbice (sui livelli di gambe - busto - capo).

19.7 Pool arbitrale

La pool arbitrale è composta da un arbitro centrale (vedi punto 15.5), da un minimo di due ad un massimo di quattro arbitri d'angolo per ogni area di gara che si disporranno agli angoli dell'area di gara stessa e da un arbitro di tavolo (vedi punto 15.7). Gli arbitri d'angolo assegneranno i punteggi ai contendenti durante lo svolgimento della competizione, annotandoli su appositi cartellini che alla fine del 2° round verranno consegnati al Tavolo di Giuria.

Al termine di ciascun round, verrà dichiarato il vincitore del round stesso.

19.8 Assegnazione punteggi:

In aggiunta al punto 15.14:

- **Tecniche da 1 PUNTO.**
 - Tutte le tecniche di proiezione che comportano la caduta sia dell'atleta che proietta sia del proiettato,
 - Tutte le tecniche di proiezione eseguite in modo non preciso e confusionario (sporche).
- **Tecniche da 2 PUNTI.**
 - Tutte le tecniche di proiezione che vengono eseguite in modo corretto e preciso ma con la caduta di entrambi gli atleti (tecnica pulita).
 - Forbice;
 - Schienamento;
- **Tecniche da 3 PUNTI.**
 - Calci al viso;
 - Tutte le tecniche al volo al tronco, vedi per esempio tecniche di forbici;
 - Tutte le tecniche di proiezione che portano un solo atleta a terra (es. proiezioni in aggancio su tecnica di calcio, spazzate, proiezioni corpo a corpo o scivolata dell'atleta);
 - Tecniche di “sacrificio”;
 - All'atleta che proiettato riesce a sua volta a proiettare l'avversario.
- **+ 1 PUNTO:** Calci al viso al volo;

È considerata nulla una prova di tecnica che richiede più di tre secondi di esecuzione.

19.9 Vincitore

In aggiunta al punto 15.15

Se alla fine del 2° round un atleta si sarà aggiudicato entrambi i round sarà dichiarato vincitore.

Se alla fine del 2° round la segnalazione degli arbitri d'angolo sarà pari, si passerà al 3° round.

Se alla fine del 3° round gli atleti saranno ancora in parità, si passerà al conteggio dei punti assegnati e se questa operazione si dovesse concludere ancora in parità, si andrà avanti fino alla prima tecnica eseguita e portata a segno correttamente.

Al termine dell'incontro l'atleta vincitore deve recarsi al tavolo della giuria dichiarando il proprio nome.

ARTICOLO 20 - COMBATTIMENTO LIBERO TUI SHOU CATEGORIA “J”**20.1 Specifiche**

Lo scopo del combattimento è quello di sbilanciare od atterrare l'avversario mediante spinte, trascinamenti e/o tecniche di sbilanciamento che non comportino prese, leve articolari o spazzate.

Gli attacchi vanno portati dalla parte del corpo sotto il collo sopra il pube.

20.2 Il campo di gara

Il campo di gara è costituito da materassine o altro materiale simile.

Esso deve essere un cerchio di diametro di 6 mt con bordo ben delimitato (vedi fig.J1).

Il centro viene identificato con una croce dove vengono segnate le posizioni dei piedi per la competizione a posizioni fisse.

All'esterno di questo cerchio dovrà esserci un'area di larghezza di 2 metri.

La zona interna sarà denominata zona di combattimento.

La zona esterna sarà denominata zona di sicurezza.

Al centro della zona di combattimento dovranno essere segnati i punti di posizione di partenza destra sinistra sui quali si posizioneranno gli atleti (vedi fig. A, in fig.J1).

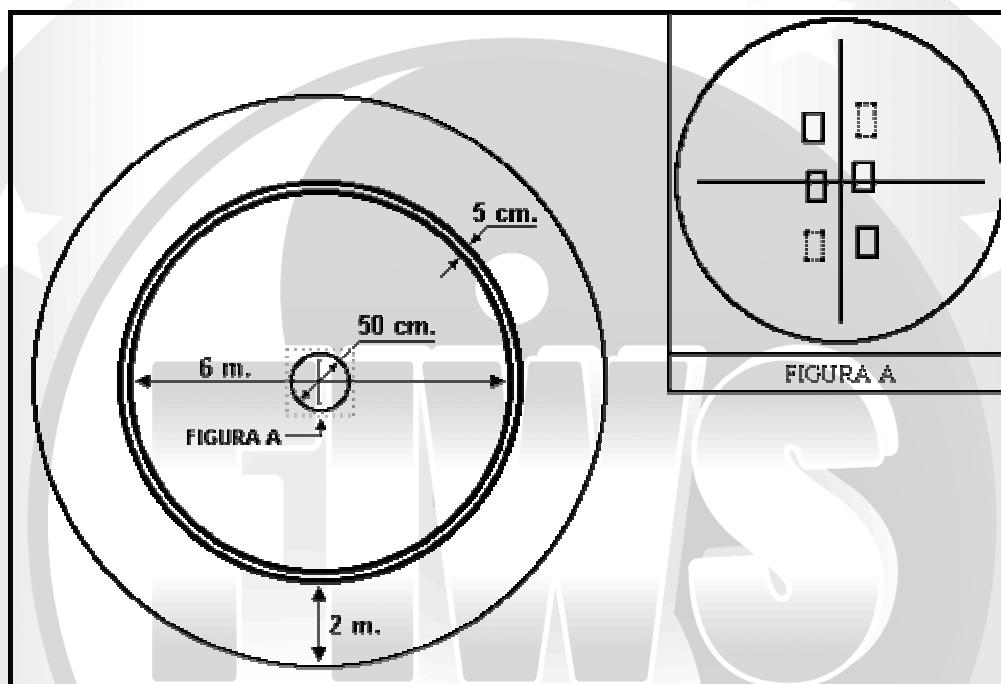


FIGURA J1

20.3 Divise atleti

Nelle gare di Tui Shou l'abbigliamento dovrà essere il seguente:

T- shirt con le sole scritte della società di appartenenza o neutra (bianca o nera).

Pantaloni lunghi della divisa ufficiale della scuola.

Scarpette da palestra basse.

Cintura bianca o rossa per identificare l'atleta.

È proibito indossare: anelli, orecchini, braccialetti o collane, fermagli e ogni altro oggetto anche di stoffa che nella competizione possa ferire l'atleta stesso o l'avversario. Se l'atleta indossa uno di questi oggetti e viene avvertito da uno dei componenti del gruppo arbitrale, gli sarà dato un minuto di tempo per potersi sistemare; se sarà notato solo durante o alla fine della gara da uno dei componenti del gruppo arbitrale, l'atleta sarà squalificato.

20.4 Durata delle gare

Tipo di gara	N. round	Durata round	Durata intervallo
Posizione fissa guardia sinistra e destra	2	1'00''	30''
Posizione libera	2	2'00''	1'00''

20.5 Le protezioni

Le protezioni per le gare di Tui Shou sono :

Conchiglia per i M/F.

Paraseno.

20.6 Modalità del combattimento del Tui Shou

Le gare possono svolgersi:

- In posizione fissa.
- In posizione libera.

Il modo di combattere si basa sui principi delle tecniche PANG, LU, CHI, AN, TZAI, LIE, ZHOU, KAO.

Nel Tui Shou devono essere usati contro l'avversario principalmente le prime quattro tecniche PANG, LU, CHI, AN.

- Gli atleti si schierano al centro del campo di gara.
- Gli atleti salutano la giuria e l'arbitro centrale uno a destra e uno a sinistra di quest'ultimo.
- Partenza 1° round Tui Shou Ding Bu, piede destro avanti (tre giri prima di iniziare).
- Partenza 2° round Tui Shou Ding Bu piede sinistro avanti (tre giri prima di iniziare).
- Durante la gara gli atleti devono utilizzare tecniche di spinta nelle diverse direzioni, che tendano a squilibrare l'assetto dell'avversario o fargli muovere i piedi nel combattimento in posizione fissa.
- È necessario che il combattimento Tui Shou si ispiri ai canoni ed ai principi propri di questo tipo di combattimento: ascoltare, aderire, seguire, non utilizzare la forza grossolana.

20.7 Divieti durante le gare

In aggiunta ai punti 15.10 e 15.13:

È necessario utilizzare tecniche che facciano vacillare o arretrare l'avversario, senza che l'atleta agente lo afferri.

Le spinte possono essere portate con le mani, i polsi, gli avambracci, i gomiti, le spalle e le anche; non sono ammessi i colpi.

Perdere il contatto delle braccia o del palmo della mano.

Afferrare con le mani parte del corpo. Le tecniche di trascinamento devono essere effettuate unicamente con la pressione del palmo aperto.

Afferrare la divisa dell'avversario.

Proiettare l'avversario inserendo una gamba all'interno delle sue gambe (come nello judo).

20.8 Arbitri e Giudici di Tavolo

- La gara viene diretta da un arbitro centrale ed un arbitro esterno al campo di gara.
- Il tavolo della giuria è composto un arbitro, da un cronometrista e due addetti per segnare i punti.
- L'arbitro centrale segnala alla giuria il punteggio ad ogni tecnica valida o penalità fermando l'incontro.
- Le tecniche sono assegnate solo se vengono eseguite in modo chiaro e non caotico.
- L'arbitro esterno segnala all'arbitro centrale le tecniche valide o penalità osservate da lui alzando la bandierina bianca o rossa.

20.9 Assegnazione Punteggi

Posizione Fissa:

Tecniche da 0 punti:

Tutti e due perdono l'equilibrio, cadono a terra.

Tecniche da 1 punto:

Se l'avversario perde l'equilibrio ma rimane in piedi.

Se l'avversario sposta un piede.

Tecniche da 2 punti:

Se l'avversario sposta due piedi.

Se l'avversario perdendo l'equilibrio poggia a terra una mano o un ginocchio.

• **Tecniche da 3 punti:**

- Se l'avversario cade per terra perdendo completamente l'equilibrio.

• **Tecniche da 4 punti:**

- Se eseguendo una tecnica di spinta l'avversario esce dal cerchio.

Posizione Libera:

• **Tecnica da 0 punti:**

- Tutti e due perdono l'equilibrio, cadono a terra o escono dal cerchio.

• **Tecniche da 1 punto:**

- L'atleta che perde l'equilibrio ma rimane in piedi.
- L'atleta che manda l'avversario fuori dal cerchio ma viene a sua volta trascinato all'esterno.
- L'atleta che riesce a proiettare l'avversario, ma viene a sua volta proiettato.

• **Tecniche da 2 punti:**

- Se l'atleta perdendo l'equilibrio poggia a terra una mano o un ginocchio.
- Se l'atleta esce dal cerchio o tocca la linea del perimetro del campo di gara.

• **Tecniche da 3 punti:**

- L'atleta che cade per terra perdendo completamente l'equilibrio.

• **Tecniche da 4 punti:**

- L'atleta che cade completamente per terra uscendo dal cerchio del combattimento.

20.10 Penalità e sanzioni

Sono previste le seguenti penalità e sanzioni:

- **Ammonizione lieve:** Non comporta perdita di punteggio e viene effettuato dall'arbitro centrale a:
 - All'atleta che rimane passivo e non accetta il combattimento.
 - Chi perde il contatto con l'avversario.
- **Ammonizione grave da - 1 punto:**
 - Chi attacca prima dei giri di saluto e dopo lo stop.
 - Chi involontariamente colpisce il collo o la testa dell'avversario.
 - Chi spinge o cerca di tirare con forza.
 - Chi afferra la divisa dell'avversario.
 - Per chi persiste negli atteggiamenti da ammonizione lieve.
- **Ammonizione grave da - 2 punti:**
 - Chi non rispetta i limiti imposti da regolamento utilizzando colpi di pugno, gomitate, calci e tecniche di spazzata e leve articolari.
 - Proiettare un avversario inserendo una gamba all'interno delle sue gambe.
- **Squalifica: Perde il combattimento:**
 - Chi non mantiene un giusto comportamento sportivo e marziale durante il combattimento.
 - Chi mette K.O..
 - Chi volontariamente commette scorrettezze tipo: colpi di pugno, gomitate, calci e tecniche di spazzata e leve articolari.
 - Per comportamento antisportivo del coach e/o del suo assistente.
 - Chi riceve tre ammonizioni da - 1 punto o due ammonizioni da - 2 punti.

20.11 Il vincitore

In aggiunta al punto 15.15:

- Se si supera l'avversario per un totale di oltre 8 punti, l'incontro può essere dichiarato concluso ancor prima che scada il tempo del 1° o 2° round.
- Se nel corso del 1° round si commettono falli per un totale di sei punti di penalizzazione, si perde il round.
- Se nel corso del 1° round sono eseguite tre tecniche da quattro punti, si vince l'incontro.
- In caso di parità, la prima tecnica valida entro 30'' decreterà il vincitore. La guardia sarà opposta a quella precedente.
- Se lo stato di parità permane, vince l'atleta più leggero.

Al termine dell'incontro l'atleta vincitore deve recarsi al tavolo della giuria a confermare la vittoria dichiarando il proprio nome.

ARTICOLO 21 - COMBATTIMENTO LIBERO SANDA CATEGORIA "SA"**21.1 Specifiche**

Combattimento agonistico continuato a contatto pieno, è ammesso il K.O..

21.2- Divise atleti

- Pantaloncini corti tipo sanda.
- Torso nudo per gli uomini.
- Maglietta a maniche corte o canottiera della Scuola di appartenenza o neutra, per le donne.

21.3 Durata delle gare

n° Round	Durata	Intervallo
3	2'00''	1'00''

21.4 Le protezioni

In aggiunta al punto 15.11:

- Guanti chiusi da 10 Oz.
- Caschetto aperto.
- Bendaggio facoltativo (che deve essere controllato dall'arbitro di tavolo prima di indossare i guantoni).

21.5 Bersagli consentiti.

Vedi punto 15.12.

21.6 Tecniche consentite:

- Proiezioni e le spazzate.
- Pugno girato (che va a colpire col dorso della mano).
- Tecniche di forbice (sui livelli di gambe - busto - capo).

21.7 Pool arbitrale

La pool arbitrale è composta da un arbitro centrale (vedi punto 15.5) , da un minimo di due ad un massimo di quattro arbitri d'angolo per ogni area di gara che si disporranno agli angoli dell'area di gara stessa e da un arbitro di tavolo (vedi punto 15.7) . Gli arbitri d'angolo assegneranno i punteggi ai contendenti durante lo svolgimento della competizione, annotandoli su appositi cartellini che alla fine del 3° round verranno consegnati al Tavolo di Giuria.

Al termine di ciascun round, verrà dichiarato il vincitore del round stesso.

21.8 Assegnazione punteggi:

In aggiunta al punto 15.14:

- **Tecniche da 1 PUNTO.**
 - Tutte le tecniche di proiezione che comportano la caduta sia dell'atleta che proietta sia del proiettato,
 - Tutte le tecniche di proiezione eseguite in modo non preciso e confusionario (sporche).
- **Tecniche da 2 PUNTI.**
 - Tutte le tecniche di proiezione che vengono eseguite in modo corretto e preciso ma con la caduta di entrambi gli atleti (tecnica pulita).
 - Forbice;
 - Schienamento;
- **Tecniche da 3 PUNTI.**
 - Calci al viso;
 - Tutte le tecniche al volo al tronco, vedi per esempio tecniche di forbici;
 - Tutte le tecniche di proiezione che portano un solo atleta a terra (es. proiezioni in aggancio su tecnica di calcio, spazzate, proiezioni corpo a corpo o scivolata dell'atleta);
 - Tecniche di "sacrificio";
 - All'atleta che proiettato riesce a sua volta a proiettare l'avversario.
- **+ 1 PUNTO:** Calci al viso al volo;

È considerata nulla una prova di tecnica che richiede più di tre secondi di esecuzione.

21.9 Vincitore

In aggiunta al punto 15.15 viene proclamato vincitore dell'incontro:

- L'atleta che si aggiudica 2 round su 3.
- K.O. dell'avversario.
- K.O. dell'avversario quando questo viene contato fino a 10 dall'arbitro centrale (K.O. tecnico)

Se alla fine del 3° round gli atleti saranno in parità, si passerà al conteggio dei punti assegnati e se questa operazione si dovesse concludere ancora in parità, la pool arbitrale assegnerà la vittoria.

Al termine dell'incontro l'atleta vincitore deve recarsi al tavolo della giuria dichiarando il proprio nome.

Note

Per ogni K.O. subito, la Federazione interverrà provvedendo ad un fermo dalle competizioni di 40 giorni con l'obbligo di ripetere l'elettroencefalogramma.

ARTICOLO 22 - COMBATTIMENTO ARMATO PUNTO STOP CATEGORIA “N”**22.1 Specifiche**

Combattimento agonistico non continuato, stop ogni colpo, con contatto leggero e controllato, no K.O..

Utilizzo del bastone corto (60/80 cm) con anima in plastica tubolare rigida e vuota con copertura, tranne sull'impugnatura, in gomma piuma o altro materiale “morbido” (arma controllata dai giudici prima di ogni incontro per verificarne la non pericolosità).

22.2 Divise atleti

La divisa per il combattimento armato punto stop degli atleti dovrà essere quella dichiarata dal responsabile della scuola nel programma, presentato alla commissione tecnica.

22.3 Durata delle gare

n° Round	Durata	Intervallo
2	1'00''	30''

22.4 Le protezioni

In aggiunta al punto 15.11:

- Guanti aperti per tutte le categorie.
- Casco con grata.

22.5 Bersagli consentiti

Vedi punto 15.12.

22.6 Non è valido

In aggiunta al punto 15.13:

- Colpire con i pugni.
- Colpire con i calci.
- Colpire con forza.
- Colpi di punta dell'arma al volto.
- Afferrare la grata del caschetto.
- Eseguire tecniche senza controllo.

22.7 Pool arbitrale

La pool arbitrale è composta da un arbitro centrale (vedi punto 15.5), da due arbitri d'angolo muniti ciascuno di due bandierine, bianca e rossa e da due arbitri al tavolo.

L'arbitro centrale segnerà al tavolo della giuria il punteggio ogni volta che un atleta andrà a segno, fermando l'incontro.

Gli arbitri d'angolo si disporranno sull'area di gara ai lati dell'arbitro centrale e assegneranno assieme all'arbitro centrale i punteggi ai contendenti durante lo svolgimento della competizione, alzando l'apposita bandierina.

Gli arbitri al tavolo segneranno i punti indicati dall'arbitro centrale.

22.8 Assegnazione punteggi

Note:

- Le tecniche poco precise possono non essere prese in considerazione.
- Le tecniche portate contemporaneamente dagli atleti non verranno prese in considerazione.

Tecniche da 1 punto:

- Colpire gambe e braccia.
- Perdita dell'arma dell'avversario.

Tecniche da 2 punti:

- Colpire viso o tronco.
- Se disarmando l'avversario si effettua nell'immediato una tecnica.

Nel caso il punteggio fosse pari alla fine dell'incontro, si stabilirà un tempo supplementare in cui la vittoria sarà assegnata alla prima tecnica valida, che dovrà essere comunque portata entro un minuto.

Qualora questo non avvenisse e al termine massimo di un minuto ancora dovesse sussistere la parità, il pool arbitrale assegnerà la vittoria.

22.9 Vincitore

Vedi punto 15.15.

Al termine dell'incontro l'atleta vincitore deve recarsi al tavolo della giuria dichiarando il proprio nome.

FEDERAZIONE ITALIANA WUSHU SANDA

e

DISCIPLINE AFFINI

Sede Legale: Via IV Novembre, 71 - 20020 Arconate (Milano)

Tel. +39 329 6769921

Sito: www.fiws.it

E-Mail: info@fiws.it