

REGOLAMENTO PER LE ATTIVITA' SPORTIVE SPERIMENTALI DEL
SETTORE PREAGONISTICO DEL SANSYOU

PRE - SANDA

Articolo 1 – Principi Generali.

- Il presente regolamento disciplina le attività sportive sperimentali del settore preagonistico del sanshou. Tali discipline prendono il nome di “Pre – Sanda” ed hanno lo scopo di promuovere, un Sanda propedeutico al fine di favorire la formazione tecnica di base, prevenire taluni effetti negativi riscontratisi nel tempo, favorire una formazione multilaterale del giovane atleta. L’obiettivo primario del “Pre – Sanda” è quello di educare i giovani atleti a portare un colpo a bersaglio utile e alla consapevolezza e gestione dello spazio. I due avversari si affrontano nell’arco di una ripresa indossando protezioni alle mani e ai piedi. I colpi portati a contatto ricevono differenti punteggi a secondo della tecnica messa a segno. Vince l’incontro chi totalizza più punti al termine della ripresa unica stabilita.
- Nel “Pre – Sanda” il combattimento è di tipo punto stop con la possibilità di reazione entro i successivi due secondi. Gli atleti non possono eseguire più di tre tecniche consecutive in combinazione. Il contatto deve assolutamente essere epidermico e controllato; qualora una tecnica generi suono e spostamento, anche se non causa lesioni al concorrente verrà immediatamente sanzionata con un fallo personale. Ogni tecnica valida che colpisce una parte valida attiva il conteggio di due secondi da parte del giudice di pedana (come per le proiezioni dell’agonismo), al termine dei quali si assegnerà il totale dei punti validi dei due competitori.

Articolo 2 – Tipologia di competizioni.

1. Nel “Pre – Sanda” sono previste solo prove individuali.
2. Nel “Pre – Sanda” si adottano i seguenti sistemi:
 - a) *Knock – out* con finale diretta per un numero di partecipanti pari a 2;
 - b) *Round Robin* per un numero di partecipanti pari a 3;
 - c) *Knock – out* con semifinali, finale per il 3° posto e finale per il 1° posto per un numero di partecipanti pari a 4;
 - d) Sistemi misti per un numero di partecipanti superiore a 4;
3. Nella gara di “Pre – Sanda” vince l’atleta che alla fine del tempo regolamentare di gara ha totalizzato più punti. Un incontro di “Pre – Sanda” ha termine prima del tempo regolamentare di gara previsto quando un atleta risulta essere in vantaggio di dieci punti di scarto e pertanto vincerà per manifestata superiorità. Se due atleti terminano l’incontro in parità nel corso di un torneo, vincerà l’atleta che metterà a segno il primo punto valido nel prolungamento successivo (*sudden death*) ossia si prolungherà ancora l’incontro di tutto il tempo necessario perché uno dei contendenti metta a segno la prima tecnica utile.
4. Ogni ripresa unica ha la durata di:
 - a. 100 secondi effettivi, intervallati da 25 secondi di riposo al raggiungimento dei primi 50 secondi effettivi, per le categorie “Esordienti”;

b. 80 secondi effettivi, intervallati da 25 secondi di riposo al raggiungimento dei primi 40 secondi effettivi, per le categorie "Bambini".

Articolo 3 – Aspetti amministrativi degli atleti.

1. Il concorrente deve essere regolarmente tesserato alla FIWuK, o ad Ente di Promozione Sportiva di cui la FIWuK abbia in essere valida convenzione sportiva ai sensi delle vigenti normative sportive.
2. L'atleta deve essere in possesso di certificazione medica in conformità alle disposizioni del Regolamento Sanitario.

Articolo 4 – Fasce di età e categorie di peso.

1. Nel "Pre – Sanda" sono previste le seguenti fasce d'età:
 - a) Esordienti (*appartengono alla qualifica Esordienti gli atleti tra i 10 anni e i 12 anni da compiere nell'anno cui il tesseramento si riferisce*).
 - b) Bambini (*appartengono alla qualifica Bambini gli atleti tra gli 8 anni e i 9 anni da compiere nell'anno cui il tesseramento si riferisce*).
2. Nel "Pre – Sanda" sono previste le seguenti categorie di peso:
 - a) Esordienti, maschile e femminile, - 27 Kg (fino a 24 Kg); - 32 Kg; - 37 Kg; - 42 Kg; - 47 Kg; - 52 Kg; - 56 Kg (fino a 62 Kg);
 - b) Bambini, maschile e femminile, - 27 Kg (fino a 24 Kg); - 32 Kg; - 37 Kg; - 42 Kg; - 47 Kg; - 52 Kg; - 56 Kg (fino a 62 Kg).

Articolo 5 – Area di gara.

1. L'area di gara per le competizioni di "Pre – Sanda" è costituita da un quadrato coperto di tappeti (tatami) con lati di 5 metri (misurati dall'esterno) e con 1 metro aggiuntivo su ogni lato come area di sicurezza. La superficie dovrà essere piatta e liscia, costituita da materiale gommoso e non delimitata da corde.

Articolo 6 - Operazioni di peso e sorteggi.

1. Possono accedere alle operazioni di peso solo gli atleti in regola con le norme previste al precedente articolo 3.
2. Le operazioni di peso degli atleti sono effettuate dall'apposita commissione "Controllo Pesi e Sorteggi" nominata dal Consiglio Federale. Può assistere alle operazioni di peso solamente un responsabile per Associazione o Società Sportiva Dilettantistica limitatamente ai propri atleti.
3. Gli atleti sono pesati una sola volta, in slip o pantaloncini, nel luogo ed ora designati.
4. Un atleta, il cui peso non sia conforme ai requisiti della categoria in cui è stato iscritto, verrà spostato nella categoria corrispondente al peso esatto ed avrà assegnata una ammonizione al primo incontro utile.
5. I sorteggi inizieranno nei 60 minuti successivi alla chiusura delle operazioni di peso.
6. Il sorteggio viene effettuato da un'apposita commissione nominata dall'apposita commissione "Controllo Pesi e Sorteggi" nominata dal Consiglio Federale e possono assistere gli allenatori o responsabili delle squadre partecipanti.

Articolo 7 – Abbigliamento dei concorrenti e protezioni.

1. Tutti gli atleti hanno l'obbligo di indossare il seguente abbigliamento e le seguenti protezioni:
 - Caschetto (rosso o blu);
 - Corpetto (rosso o blu);
 - Guantoni (rosso o blu);
 - Paradenti;
 - Paratibia e parapiEDE (rosso o blu);
 - Conchiglia;
 - Maglia a maniche corte o smanicata (rosso o blu);

- Pantaloncino corto (rosso o blu).
2. Nel "Pre – Sanda" valgono le regole dell'abbigliamento e delle protezioni indicate nel regolamento internazionale del Sanda. I guantoni devono essere di 10 onces. L'arbitro centrale dell'incontro, a suo insindacabile giudizio, ha sempre facoltà di ordinare la sostituzione dei guantoni nel caso risultassero troppo deteriorati o irregolari.

Articolo 8 – Protocollo di gara per gli atleti e gli allenatori

1. Gli atleti devono eseguire un saluto con il palmo ed il pugno (*baquanli*) quando vengono presentati al pubblico prima dell'inizio di ogni incontro.
2. All'inizio della ripresa unica, gli atleti eseguiranno il *baquanli* verso i rispettivi allenatori che a loro volta restituiranno lo stesso saluto. Gli atleti eseguiranno quindi il *baquanli* l'uno verso l'altro.
3. Al momento dell'annuncio del risultato dell'incontro, gli atleti si scambieranno le posizioni. Dopo l'annuncio, si salutano reciprocamente, poi saluteranno il giudice di pedana con il *baquanli*. Il giudice di pedana ricambierà il saluto. Gli atleti, quindi, saluteranno i reciproci allenatori e questi ricambieranno il saluto.
4. Gli atleti sono tenuti al rispetto dei regolamenti di gara, degli ufficiali di gara e conformarsi alle loro decisioni. Le risse, le imprecazioni, il gettare via le protezioni, ed altri gesti effettuati per dimostrare disappunto, sono assolutamente proibiti a pena l'immediata squalifica dal torneo.
5. All'angolo dell'atleta può esserci un solo allenatore e un solo medico sociale regolarmente tesserati. L'allenatore ed il medico della squadra resteranno alle postazioni loro assegnate. E' fatto assoluto divieto rivolgersi all'atleta durante un combattimento a pena l'ammonizione per il proprio atleta. L'allenatore che grida o insulta anche solo con sguardi e gesti l'atleta avversario o gli ufficiali di gara comporterà l'immediata squalifica del suo atleta dal torneo. Suggerimenti e consigli all'atleta stesso sono permessi durante la prevista pausa di riposo. Resta comunque proibita la somministrazione di ossigeno.
6. Prima dell'annuncio della fine di un incontro, gli atleti non possono lasciare la pedana, a meno che non abbiano riportato lesioni, e non potranno togliere le protezioni (ad eccezione del caschetto e del paradenti). Con segnalazione del giudice di pedana, i concorrenti saliranno sulla piattaforma per l'annuncio del risultato.

Articolo 9 – Abbandono.

1. L'impossibilità da parte di un atleta di proseguire un incontro a causa di infortunio, di malore, viene considerato come abbandono. Non gli sarà più permesso di continuare la competizione, ma, comunque, verranno mantenuti i risultati e le classifiche acquisite nei precedenti incontri.
2. In caso di evidente disparità tra le due parti, tale da compromettere l'integrità fisica di un atleta, il segno di abbandono può essere mostrato dall'allenatore o dallo stesso atleta per alzata di mano.
3. In caso di evidente disparità tra le due parti, tale da compromettere l'integrità fisica di un atleta, l'arbitro di pedana in accordo con il giudice di tavolo potrà dichiarare concluso l'incontro, assegnando la vittoria per abbandono dell'atleta passivo.
4. Un atleta che, prima di un incontro, non si presenti quando il suo nome sia stato ripetuto tre volte nel corso dell'appello, o che, dopo questo, si allontani senza permesso e non si presenti sul campo di gara in tempo per la competizione, viene considerato aver abbandonato la gara senza giustificato motivo.
5. Un atleta che abbandoni la competizione, senza giustificato motivo, verrà privato del risultato conseguito nei precedenti incontri.

Articolo 10 – Composizione della pool arbitrale.

1. La pool arbitrale del "Pre-Sanda" sarà così composta:

- Giudice di pedana;
- Giudice di tavolo;
- Giudice di linea.

Articolo 11 – Doveri dei giudici.

1. Il giudice di pedana ha il compito di:
 - a) Svolgere il proprio dovere con onestà ed osservare strettamente le norme ed i regolamenti di gara.
 - b) Verificare le protezioni dei concorrenti ed accertare la sicurezza della competizione.
 - c) Verificare i colpi attraverso richiami e gesti;
 - d) Attivare il conteggio di due secondi appena uno dei competitori esegue una tecnica valida in una zona valida.
 - e) Stoppare l'azione dei concorrenti dopo due secondi e segnalare il punteggio al giudice di tavolo.
 - f) Decidere su un "atterramento", "primo atterrato", "uscita dalla pedana", "punteggio", "richiamo" e "ammonizione".
 - g) Chiedere conferma al giudice di tavolo e conseguentemente al giudice di linea la conferma dei punti.
 - h) In accordo con il giudice di tavolo, sospendere l'incontro e assegnare l'abbandono, quando c'è troppa disparità tra le parti e c'è il rischio di infortunio per gli atleti.
 - i) Annunciare il risultato di un incontro.
2. Il giudice di tavolo ha il compito di:
 - a) Supervisionare e dirigere il lavoro dei giudici.
 - b) Richiamare, attraverso l'uso di un fischiotto, ed al fine di apportare adeguate correzioni, il giudice di pedana quando questi abbia commesso palesi errori di giudizio.
 - c) Controllare il tempo e stopparlo ogni qualvolta il giudice di pedana chiami lo "STOP/TING".
 - d) Confermare al giudice di pedana di aver visto l'azione o in caso contrario chiedere il parere del giudice di linea.
 - e) Segnare su appositi segna punti il punteggio dei competitori.
 - f) Annunciare l'esito di ogni round e del vincitore dell'incontro.
 - g) Assegnare l'ammonizione nei casi previsti al precedente articolo 6 comma 4.
 - h) Controllare e firmare i verbali di gara.
3. Il giudice di linea ha il compito di:
 - a) Posizionarsi fuori dalla pedana di gara, nel lato opposto del giudice di tavolo e seguire con attenzione e professionalità l'azione dei competitori.
 - b) Giudicare, qualora interpellato dal giudice di tavolo se ci sia stata azione valida o meno da parte dei competitori.

Articolo 11 – Protocollo e metodologia di gara.

1. Gli atleti dovranno essere nella posizione in piedi, separati da circa 1 metro, al centro del quadrato di gara, faccia a faccia e si scambieranno il saluto toccandosi i guantoni a significare una stretta di mano. Il tocco dei guantoni si effettua solo all'inizio e alla fine del combattimento. Il combattimento potrà cominciare subito dopo l'annuncio, da parte dell'arbitro centrale, di: "Combattere!".
2. Un atleta può chiedere il TEMPO alzando la mano verso l'alto, per riassetare la propria uniforme o attrezzatura gara o per infortunio (*in questo caso l'avversario deve recarsi all'angolo neutrale che si trova alla sua destra*), se la richiesta del TEMPO viene effettuata per riposarsi e quindi per trarre vantaggio a proprio favore, riceverà un fallo tecnico.
3. In caso d'infortunio di un combattente il tempo massimo per l'intervento medico è 120

secondi per atleta.

4. Nella gara di “Pre – Sanda” vince l’atleta che alla fine del tempo regolamentare di gara ha totalizzato più punti. Un incontro di “Pre – Sanda” ha termine prima del tempo di gara previsto quando un atleta risulta essere in vantaggio di dieci punti di scarto e pertanto vincerà per manifestata superiorità.
5. La gara di “Pre – Sanda” sarà diretta da tre ufficiali di gara: un giudice di tavolo, un giudice centrale e un giudice di linea, che si posiziona in una posizione diametralmente opposta al giudice di pedana. Solo l’arbitro centrale avrà l’autorizzazione di condurre l’incontro (*dare lo stop, fermare il tempo, chiamare la consultazione dei giudici, ecc.*). Il giudice di linea assisterà l’arbitro centrale indicandogli prontamente tutte le azioni valide dei due combattenti estendendo prontamente il braccio e indicando con l’indice della mano l’atleta di cui ha visto una tecnica andare a segno. Ritirerà il braccio esteso, solo dopo che l’arbitro centrale avrà preso l’adeguata decisione. Nel caso il giudice di linea abbia visto l’azione e non la ritenga valida ai fini del punteggio, dovrà sovrapporre più volte le mani per indicare all’arbitro centrale di aver visto, ma che per lui non era punto. Nel caso in cui il giudice di linea non abbia effettivamente visto alcunché, dovrà portarsi simbolicamente le mani a coprire gli occhi. Da ciò, l’arbitro centrale comprenderà di non poter contare sul giudizio del giudice di linea. In nessun caso un combattente potrà ricevere un punto e una penalizzazione contemporaneamente.
6. L’incontro di “Pre – Sanda” è diretto a maggioranza semplice: se due giudici su tre sono d’accordo che l’azione o le azioni siano valide e generano dei punti, l’arbitro centrale “deve” assegnare quel punto.
7. Durante l’incontro, nel momento in cui uno degli atleti tocca il bersaglio valido con tecnica valida, l’arbitro di pedana inizierà un conteggio visibile di due secondi, arco di tempo previsto per permettere all’avversario di contrattaccare e fare punto a sua volta. Tale sistema è necessario per sviluppare nei giovani atleti la capacità di reazione psicomotoria. Terminato il conteggio, l’arbitro centrale bloccherà tempo e azione, e consultandosi con il giudice di tavolo e quello di linea assegnerà i rispettivi punti ai due atleti.

Articolo 12 – I colpi.

1. Possono essere usate tutte le tecniche di attacco e di difesa previste dal wushu. Ogni tecnica di pugno e di calcio che tocchi il bersaglio deve essere controllata e con contatto epidermico. Ogni qualvolta che il bersaglio valido sarà colpito con tecnica permessa si interromperà il tempo e verrà assegnato il relativo punto.
2. Il busto e le cosce sono le uniche parti valide.
3. La testa, le tibie, il collo ed i genitali sono parti del colpo non valide.
4. Sono ritenute proibite le seguenti azioni:
 - Colpire senza controllo alcuno, con pugni o calci;
 - Attaccare l’avversario con la testa, le ginocchia, i gomiti, colpire al viso con tecnica di pugno o di calcio, proiettare nelle categorie Bambini, mettere in leva le articolazioni dell’avversario;
 - Mordere e graffiare;
 - Colpire la gola, la nuca, il triangolo genitale;
 - Far cadere l’avversario a testa in giù sulla pedana, proiettarlo schiacciandolo con il peso del proprio corpo;
 - Colpire l’avversario quando è a tappeto;
 - Avere un comportamento antisportivo, gridare senza ragione o fare gesti irrispettosi verso l’avversario o verso gli arbitri;
 - Venire meno in qualsiasi momento all’etica sportiva;

- Perdere volutamente tempo, quindi evitare volutamente il combattimento;
- Uscire deliberatamente dal luogo di gara;
- Buttarsi a terra o cadere per evitare l'attacco avversario;
- Girarsi di schiena su azione dell'avversario;
- Lanciare tecniche cieche che posso ledere se stessi e l'avversario (*si intende per tecnica cieca una tecnica di pugno o calcio in cui lo sguardo non sia allineato e diretto all'avversario*);
- Usare tecniche e metodi proibiti;
- Commentare, anche solo con espressioni del viso o gesti, l'operato dei giudici;
- Usare tecniche di calcio al volo o di calcio girato;
- Proiettare con l'anca;
- Spazzare l'avversario;
- Spingere o tirare l'avversario;
- Cadere deliberatamente;
- Afferrare e trattenere l'avversario;
- Effettuare proiezioni non legate al blocco del calcio dell'avversario.

Articolo 13 – Criteri per l'attribuzione del punteggio.

1. I giudici dovranno giudicare l'incontro in base alla validità delle tecniche e ciò:
 - Quando la tecnica è lanciata con forma corretta;
 - Quando la tecnica è corretta nelle distanze;
 - Quando la tecnica è controllata a bersaglio;
 - Quando la tecnica va nettamente a segno (*quindi non sia stata parzialmente bloccata o deviata o schivata*) su una parte legale del corpo;
 - Quando l'atleta, nell'andare a segno, è in equilibrio (*cioè l'atleta non cade né durante né dopo l'azione d'attacco*)

Articolo 14 – Attribuzione di 2 punti.

1. I seguenti colpi attribuiscono 2 punti:
 - Calcio frontale al corpetto;
 - Calcio laterale al corpetto;
 - Calcio circolare al corpetto;
 - Quando l'avversario esce dalla pedana di gara;
 - Quando l'avversario subisce un richiamo.

Articolo 15 – Attribuzione di 1 punto.

1. I seguenti colpi attribuiscono 1 punto:
 - Pugno diretto al corpetto;
 - Calcio interno coscia;
 - Bloccaggio del calcio dell'avversario;
 - Proiettare con metodo valido, ossia in seguito al blocco di un calcio, sia esso frontale, laterale o circolare (*ammesso solo nella categoria Esordienti*) e restare in piedi;
 - Quando l'avversario viene ammonito.

Articolo 16 – Nessuna attribuzione di punti.

1. Non verrà attribuito alcun punto quando:
 - La tecnica eseguita non è chiara ed evidente;
 - Entrambi i concorrenti finiscono al tappeto o fuori la pedana simultaneamente;
 - Nella sola categoria "Esordienti" quando l'atleta nel proiettare cade insieme al suo avversario.

- Quando nell'eseguire una tecnica valida su bersaglio valido si perde l'equilibrio;
- Quando nell'eseguire una tecnica valida su bersaglio valido si esce anche solo un piede fuori la pedana;

Articolo 17 – Falli, penalità ed eccesso di contatto.

1. Si definiscono falli tecnici quando:
 - Si afferra (*clinching*) l'avversario in modo passivo;
 - Si richiede un time-out quando ci si trovi in una posizione di svantaggio;
 - Si ritarda deliberatamente combattimento;
 - Si ha un comportamento antisportivo nei confronti del giudice centrale e mancato rispetto nei confronti delle sue decisioni;
 - Si entra nell'area di gara senza il paradenti, o lo si lascia cadere intenzionalmente, o vengono tolte le protezioni durante il combattimento;
 - La condotta dell'atleta è in violazione del protocollo;
 - Ci si gira di schiena su azione dell'avversario;
 - Si lanciano tecniche cieche che possono ledere se stessi e l'avversario.
2. Si definiscono falli personali quando:
 - Si attacca l'avversario prima del segnale "Start/Kai Shi!", o dopo il segnale "Stop!/Ting";
 - Si colpisce l'avversario su zone vietate;
 - Si colpisce l'avversario utilizzando metodi proibiti;
 - Si eccede nel contatto;
 - Si lede intenzionalmente l'avversario;
 - Si spingere e/o si graffia intenzionalmente l'avversario.

Articolo 18 – Penalità.

1. Verrà assegnata un'ammonizione (1 punto di penalità) per ogni fallo tecnico commesso.
2. Verrà assegnato un richiamo (2 punti di penalità) per fallo personale commesso.
3. Un atleta che abbia ricevuto un totale di 6 punti di penalità, fra richiami e/o ammonizioni, sarà squalificato dall'incontro;
4. Un atleta che, intenzionalmente, lede l'avversario sarà squalificato da tutta la competizione ed il suo risultato sarà cancellato;
5. La simulazione da contatto sarà sanzionata, la prima volta con un'ammonizione, dalla seconda simulazione si va direttamente al richiamo.
6. Verrà assegnata un'ammonizione per tecniche d'incontro non volute (fallo tecnico).
7. Verrà assegnato un richiamo per tecniche lanciate con eccessiva foga e potenza (fallo personale).
8. Verrà squalificato dalla competizione l'atleta che ripetutamente lancia tecniche cieche, con eccessiva potenza e in zone proibite.

Articolo 19 – Sospensione dell'incontro.

1. Il combattimento verrà sospeso se si verificano uno dei seguenti casi:
 - Ogni qualvolta sia assegnato un punteggio;
 - Ogni qualvolta un atleta finisca al tappeto o al di fuori della pedana;
 - Ogni qualvolta venga attribuita una penalità ad un atleta;
 - Ogni qualvolta venga lesa una delle braccia degli atleti;
 - Ogni qualvolta gli atleti si trattengano per le braccia, senza attaccare o attaccando senza esito, per più di due secondi;
 - Ogni qualvolta un atleta cada sul tappeto intenzionalmente e vi resta per più di tre secondi;

- Ogni qualvolta un atleta, alzando la mano, richiede la sospensione del combattimento per obiettivo impedimento;
- Ogni qualvolta il giudice di tavolo corregga un errore o un'omissione di giudizio;
- Ogni qualvolta si verificano problemi o danni alla pedana che necessitino risoluzione o accomodo;
- Ogni qualvolta il combattimento sia compromesso da fattori oggettivi inerenti l'illuminazione o l'area di gara.

Articolo 20 – Vincitore e perdente.

1. Si ha la vittoria assoluta:
 - In caso di evidente disparità tra i due concorrenti. In tale situazione, il giudice di pedana, con approvazione del giudice di tavolo, può proclamare vincitore dell'incontro il concorrente più forte;
 - Se durante l'incontro, tra i due atleti c'è una disparità di punteggio di 10 punti. In tale situazione, l'incontro verrà interrotto, e sarà assegnata la vittoria al concorrente più forte.
2. La vittoria dell'incontro è assegnata all'atleta che abbia conseguito il maggior punteggio assegnato dai competenti ufficiali di gara.
3. Un atleta vincerà l'incontro se l'avversario è infortunato e impossibilitato a proseguire la competizione, come certificato dal medico.
4. Se durante un combattimento un atleta dovesse fingere di essere stato leso a seguito di azione fallosa, il suo avversario vincerà l'incontro, per squalifica dell'avversario, dopo che il fatto sia stato verificato dal responsabile medico;
5. Se durante un combattimento un concorrente viene leso a seguito di azione fallosa dell'avversario che lo impossibilita a continuare l'incontro, e ciò sia accertato dal responsabile medico, il competitore ferito vincerà l'incontro ma non potrà più continuare la competizione.
6. In caso di round-robin, se più concorrenti hanno vinto lo stesso numero di incontri verrà proclamato vincitore l'atleta che abbia conseguito il minor punteggio di penalità. In caso di ulteriore parità, si assegneranno le posizioni ad ex equo.

_____FINE_____