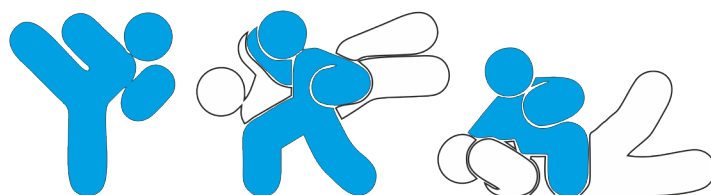




**REAL FEDERACIÓN ESPAÑOLA
DE KARATE y D.A.**

REGLAMENTO DE COMPETICIÓN
SHIAI-GOSHIN



GOSHINJUTSU

DEPARTAMENTO NACIONAL DE AUTODEFENSA

- GOSHIN -

ABRIL 2016



ÍNDICE

	Páginas
1. INTRODUCCIÓN	3
2. CATEGORÍAS	4
3. SISTEMA DE COMPETICIÓN	5
4. ORGANIZACIÓN DE LA CONTIENDA.....	6
5. 1ª VUELTA CATEGORÍA CADETE (13-14-15 años)	8
6. 2ª VUELTA CATEGORÍA CADETE (13-14-15 años)	10
7. 3ª VUELTA CATEGORÍA CADETE (13-14-15 años)	11
8. 1ª VUELTA RESTO DE LAS CATEGORÍAS	12
9. 2ª VUELTA RESTO DE LAS CATEGORÍAS	13
10. 3ª VUELTA RESTO DE LAS CATEGORÍAS	14
11. VALORACIÓN	15
12. EL TATAMI	17
13. LOS COMPETIDORES.....	17
14. LOS JUECES.....	17
15. ELEMENTOS DE VALORACIÓN – 1ª VUELTA	18
16. ELEMENTOS DE VALORACIÓN – 2ª VUELTA	19
17. ELEMENTOS DE VALORACIÓN – 3ª VUELTA	20
18. SECUENCIACIÓN DE FUNDAMENTOS TÉCNICOS A VALORAR.....	21
19. RELACIÓN DE CONTENIDOS TÉCNICOS	22



1. INTRODUCCIÓN

El sistema de Competición en Goshin (SHIAI GOSHIN) tiene como finalidad última servir como marco referencial, para que personas ajenas a esta disciplina puedan conocer las características que le definen y poder de esta forma difundir su conocimiento, correcta valoración y posible práctica al mayor número posible de personas.

Aquellas regionales que cuenten con un volumen de participantes elevado, podrán gestionar el acceso al campeonato de España mediante la celebración de campeonatos regionales, que seleccionen a los más capacitados. No habiendo en principio limitación para la asistencia, pudiendo llevar en representación de cada federación a cuantos equipos estimen oportunos.

Podrán participar personas con licencia anual federativa, de cualquier regional, sin necesidad de campeonato previo autonómico, siempre que cuenten con el aval de un Especialista Nacional de Goshin titulado por la R.F.E.K.

Las inscripciones al campeonato deberán hacerse con un mínimo de 20 días de antelación a fin de facilitar la organización de las distintas categorías.

La primera vuelta clasificará a los ocho equipos de mayor puntuación, los cuales accederán a una segunda vuelta en la que se definirán junto con la primera vuelta los dos terceros puestos, así como el campeón y subcampeón.

Éstos dos mejores puestos podrán realizar una ronda final por banderas que determinaría el primer y segundo clasificados definitivos.

Esta tercera vuelta podrá o no realizarse en función del número de equipos participantes o de las necesidades organizativas del campeonato.



2. CATEGORÍAS

Las categorías (que pueden ser mixtas chico-chica) quedarán establecidas de la siguiente manera:

CATEGORÍA 1.....CADETE..... 13-14-15 AÑOS (*)

CATEGORÍA 2.....JUNIOR..... 16-17-18 AÑOS

CATEGORÍA 3.....SENIOR – A 19-28 AÑOS

CATEGORÍA 4.....SENIOR – B 29-38 AÑOS

CATEGORÍA 5.....MASTER +38 AÑOS

(*) La categoría cadete tendrá un reglamento técnico competitivo diferenciado del resto de categorías, con una doble justificación:

- Por un lado, adecuarse a las necesidades habida cuenta de las características orgánicas de los chic@s de esa edad (ausencia de aquellas técnicas que pudieran ocasionar consecuencias negativas en su desarrollo - luxaciones y estrangulaciones).
- Facilitar la incorporación a este modelo, con la reducción de un grupo técnico relevante como es el de las luxaciones, lo que facilitará sin duda la preparación de sus trabajos de forma significativa.

Para facilitar la creación de equipos, se permite el establecimiento de los mismos a personas con edades correspondientes a categorías diferentes. Pero, para no perjudicar al resto de los equipos se tendrán en cuenta las siguientes circunstancias:

- En la categoría 1 no podría haber competidores de distinta edad a la estipulada, ni éstos competir en otras categorías; al tener normativas diferentes y las restricciones mencionadas.
- En la categoría 2 no podrá haber competidores de otra categoría, pero éstos si podrán participar en la categoría siguiente.
- En el resto de categorías los equipos siempre competirían en la categoría del de menor edad de los dos miembros del equipo.

En caso de haber menos de 3 inscripciones en alguna de las categorías se procedería a incluir en éstas a aquellos equipos de las categorías en las que haya exceso; incluyéndolas en el grupo de edad más próximo, Tomando como criterio de selección los de edad más próxima (sumando las edades de los 2 miembros).



3. SISTEMA DE COMPETICIÓN

El sistema de competición trata de valorar y clasificar la ejecución técnica de equipos compuestos por dos personas.

Uno de ellos llevará como indumentaria un keikogi (chaqueta azul y pantalón blanco) y el otro un karategi (chaqueta y pantalón blancos).

El sistema de calificación será por puntuación a dos vueltas clasificatorias por puntuación y una ronda final por banderas que determinaría el primer y segundo clasificados, sacados éstos de los 2 equipos con mejor puntuación tras la suma de las dos rondas anteriores.

En cada vuelta se hará un ejercicio con ataques alternos entre los componentes del mismo equipo, que deberán ajustarse a unos criterios que se expondrán más adelante.

El resultado final tras la segunda vuelta de la competición, será determinado por la suma de puntos conseguidos en la primera y segunda vueltas de las que se restarán la máxima y la mínima de cada ronda.

Los baremos de puntuación para cada vuelta serán:

- 1ª Vuelta.....de 6 a 8
- 2ª Vuelta.....de 7 a 9
- Final.....Banderas

En caso de empate el vencedor será el que tenga mayor suma de las dos notas mínimas de las dos vueltas, si persiste el empate el vencedor será el que tenga la mayor suma de las notas máximas de las dos vueltas.

Si siguieran empatados, el Equipo Arbitral decidirá el vencedor por hantei.

La contienda será calificada por un número impar de jueces: uno central que será el encargado de administrar los tiempos y el resto distribuidos de forma homogénea alrededor del tatami.

Una vez determinados los dos equipos con mayor puntuación, se procederá a un tercer encuentro entre ambos por el sistema de banderas, del que deberá salir el vencedor de la contienda.

En esta última ronda, los equipos podrán realizar un trabajo libre de 10 aplicaciones (cinco cada uno, alternas) escogidas de entre las dos vueltas anteriores.



4. ORGANIZACIÓN DE LA CONTIENDA

Los equipos competidores habrán sido sorteados de forma que conozcan el orden de salida en cada vuelta, habiendo un sorteo para cada vuelta.

Todos los equipos forman en el tatami delante de los jueces y formalizan los saludos.

A continuación despejan el tatami para después salir en el orden establecido por el sorteo.

El equipo designado para salir, se colocará en la parte frontal del tatami, quedando el competidor con keikogi (chaqueta azul) a la derecha del Juez Central, mientras que su compañero lo hará a la izquierda.

Saldrán hacia el centro del tatami en donde se colocarán para iniciar su trabajo.

Tras realizar los 2 saludos pertinentes (Shomen y Otagai-ni-Rei) comenzarán el ejercicio a la señal del juez central.

Mientras tanto el siguiente equipo estará preparado esperando fuera del tatami su turno, para posteriormente repetir el proceso.

Los dos componentes de cada equipo, deberán mostrar sus habilidades técnicas en el transcurso de un ejercicio que tiene las siguientes características:

- Primero saldrá un equipo.
- Atacarán de forma alterna, invirtiéndose los roles de tori y uke cada técnica.
- Pudiendo atacar desde el mismo lugar en que finalizaron el ejercicio anterior.
- En el orden establecido para cada vuelta (ver tablas).
- Respetando las transiciones (con zanshin, distancia y kamae).
- El primero en atacar será quien se encuentre a la derecha del juez central (izquierda de la mesa central / quien lleva keikogi).
- Ante ataques variados y con respuestas también variadas.

Al acabar el ejercicio realizarán los saludos pertinentes, haciendo primero el otagai-ni y luego el shomen-ni-rei, y se dirigirán fuera del tatami por el mismo lugar que entraron.

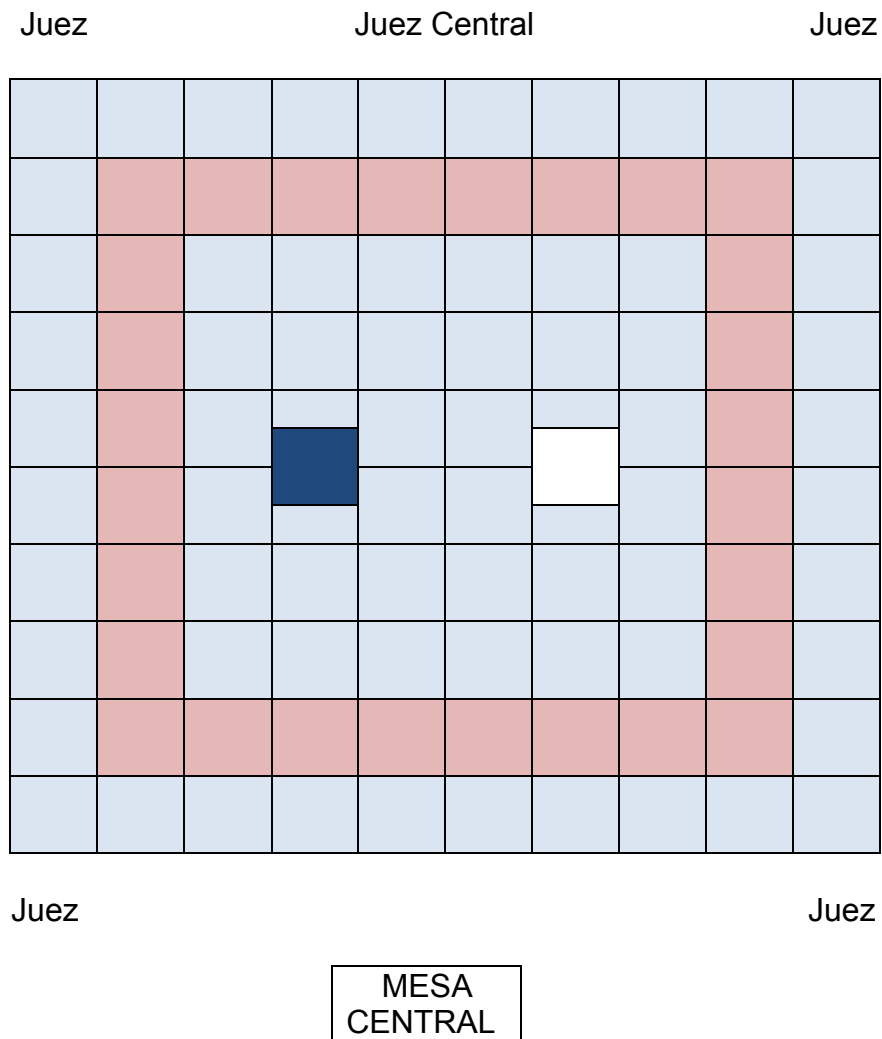
La organización proveerá de las armas (palo y cuchillo) disponiéndolas en la línea roja de seguridad delante de la mesa central para que los contendientes dispongan de ellas en el transcurso del ejercicio (en la segunda vuelta).



REGLAMENTO DE COMPETICIÓN SHIAI-GOSHIN – RFEK y DA - ABRIL 2016

Para el uso de las armas se procederá de la siguiente manera:

- El competidor que hace uso del palo (tambo) en primera instancia, deberá arrodillar una pierna para recogerlo.
- Después de la utilización de ambos contendientes, procederá a depositarlo en su sitio antes de recoger el cuchillo (tanto).
- Al finalizar con el cuchillo, deberá depositarlo igualmente en su sitio, antes de los saludos finales establecidos, para dejarlos preparados para ser utilizados por el siguiente equipo.
- La demora en las transiciones de recogida de armas será penalizable.
- De la misma manera, los desarmes deberán ser rigurosamente ejecutados.





5. 1ª VUELTA CATEGORÍA CADETE (13-14-15 años)

Técnicas básicas - 2 grupos técnicos (6 + 3 = 9)

ATAQUE	RESPUESTA	GRUPO TÉCNICO	
1º	ATE-WAZA	<i>Codos y Rodillas</i>	ATEMI-WAZA
2º			
3º	TE-WAZA	<i>Puño y Mano</i>	
4º			
5º	KERI-WAZA	<i>Directas y Circulares</i>	
6º			
7º	ASHI-WAZA	<i>Pierna</i>	NAGE-WAZA
8º	KOSHI-WAZA	<i>Cadera</i>	
9º	TE-WAZA	<i>Brazo</i>	

Los ataques serán libres, valorándose la variedad de los mismos (debiendo estar repartidos entre ataques y sujeciones al 50%), así como la energía y determinación con la que sean realizados.

El ejercicio se efectuará en el orden establecido en la tabla, premiando la calidad, dificultad y variedad de las ejecuciones técnicas.

Se penalizará cualquier gesto técnico carente de los fundamentos que lo definen, así como los movimientos que buscando la espectacularidad, se alejan de la realidad. En el caso de los Atemi, entre otros se distinguen:

- MA-AI – Distancia.
- KAMAE – Guardia.
- METSUKE – Mirada.
- ZANSHIN – Atención post-ejecución.

La coordinación, fluidez, velocidad, la vivencia y sentido de la realidad serán elementos calificados positivamente.



REGLAMENTO DE COMPETICIÓN SHIAI-GOSHIN – RFEK y DA - ABRIL 2016

La correcta ejecución técnica no está reñida con la vistosidad y la espectacularidad, pero ésta en ningún caso deberá prevalecer sobre el rigor técnico y el realismo de la acción.

Se podrán realizar Renzoku-Waza como respuesta (más de una técnica, encadenadas del mismo grupo).

En los Nage–Waza podrán realizarse técnicas de Katame-Waza en el suelo, habida cuenta de que son gestos controlados y en estático, que no suponen riesgo para la integridad de Tori.

Además contribuyen a dar una mayor variedad y riqueza al trabajo técnico (quedan excluidas las estrangulaciones en este apartado). Pero no podrá realizarse más de un todo-me por aplicación.



6. 2ª VUELTA CATEGORÍA CADETE (13-14-15 años)

Técnicas avanzadas - 5 tipos de agresiones distintas (5 x 2 = 10)

		ATAQUE	RESPUESTA
SUJECIÓN	1º	AGARRE	Libre
	2º	AGARRE	Libre
	3º	PRESA	Libre
	4º	PRESA	Libre
ATAQUE	5º	ATAQUE DE BRAZO	Libre
	6º	ATAQUE DE BRAZO	Libre
	7º	PATADA	Libre
	8º	PATADA	Libre
ARMA	9º	PALO	Libre
	10º	PALO	Libre

Todos los ataques deberán ser distintos, pudiendo ser realizados ataques dobles por parte de Tori (atacante) siempre y cuando se atenga a las especificaciones exigidas; es decir en caso de encadenamiento o combinación de ataques, el último de ellos se corresponderá con el establecido en la tabla.

Por otro lado, las respuestas serán libres por parte de Uke (defensor), para los Atemis y Proyecciones, quedando excluido el uso de luxaciones y estrangulaciones como en el caso de la vuelta anterior.

Se podrán realizar también movimientos encadenados o combinados como réplica ante los ataques.

Las técnicas en el suelo deberán ser culminadas con una sola técnica resolutive (Todome), valorándose la variedad, entre las distintas aplicaciones.

En los Nage-Waza podrán realizarse técnicas de Katame-Waza en el suelo, habida cuenta de que son gestos controlados y en estático, que no suponen riesgo para la integridad de tori. Además contribuyen a dar una mayor variedad y riqueza al trabajo técnico (quedan excluidas las estrangulaciones en este apartado).

En las respuestas contra palo, deberá desarmarse al compañero con el rigor exigido (de pie o en el suelo), y evitando perder el control del arma al realizarlo.

La organización, proveerá de las armas para la utilización en el encuentro.



7. 3ª VUELTA CADETE *

Se corresponde con la final en este grupo. Los finalistas, saldrán de las dos mejores puntuaciones obtenidas tras la suma de las dos vueltas anteriores.

El campeón será el resultante de un tercer encuentro por banderas entre los dos mejores equipos que habrán de realizar un ejercicio consistente en:

- 10 aplicaciones alternas.
- 5 cada uno de los miembros del equipo.
- Sacadas de entre las aplicaciones de las 2 vueltas anteriores.

El encuentro será dirigido por un número impar de jueces que levantarán la bandera (Aka-Ao) distinguiendo al mejor de los dos equipos contendientes.

**** La tercera vuelta podrá o no realizarse en función del número de equipos participantes o de las necesidades organizativas del campeonato.***



8. 1ª VUELTA RESTO DE LAS CATEGORÍAS

Técnicas básicas - 4 grupos técnicos (3 + 3 + 1 + 3 = 10)

ATAQUE	RESPUESTA	GRUPO TÉCNICO
1º	ATE-WAZA	ATEMI-WAZA
2º	TE-WAZA	
3º	KERI-WAZA	
4º	KOTE-WAZA	KANSETSU-WAZA
5º	UDE-WAZA	
6º	KATA-WAZA	
7º	SHIME-WAZA	SHIME-WAZA
8º	ASHI-WAZA	NAGE-WAZA
9º	KOSHI-WAZA	
10º	TE-WAZA	

Los ataques serán libres, valorándose la variedad de los mismos (debiendo estar repartidos entre ataques y sujeciones al 50%), así como la energía y determinación con la que sean realizados.

El ejercicio se efectuará en el orden establecido en la tabla, premiando la calidad, dificultad y variedad de las ejecuciones técnicas.

Se penalizará cualquier gesto técnico carente de los fundamentos que lo definen, así como los movimientos que buscando la espectacularidad, se alejan de la realidad.

La coordinación, fluidez, velocidad, la vivencia y sentido de la realidad serán elementos calificados positivamente.

La correcta ejecución técnica no está reñida con la vistosidad y la espectacularidad, pero ésta en ningún caso deberá prevalecer sobre el rigor técnico y el realismo de la acción.

Se podrán realizar Renzoku-Waza como respuesta (técnicas encadenadas del mismo grupo, es decir atemi con atemi, kansetsu con kansetsu, o nage con nage).

En el caso de las luxaciones está permitido derribar con una proyección siempre que esta venga derivada de la propia luxación (no Renraku). De la misma manera los ataques podrán ser más de uno en cada agresión, contando como definitivo el último (a efectos de contabilizarlo como ataque o sujeción).



9. 2ª VUELTA RESTO DE LAS CATEGORÍAS

Técnicas avanzadas - 6 tipos de agresiones distintas (6 x 2 = 12)

	ATAQUE		RESPUESTA
SUJECIÓN	1º	AGARRE	Libre
	2º	AGARRE	Libre
	3º	PRESA	Libre
	4º	PRESA	Libre
ATAQUE	5º	ATAQUE DE BRAZO	Libre
	6º	ATAQUE DE BRAZO	Libre
	7º	PATADA	Libre
	8º	PATADA	Libre
ARMA	9º	PALO	Libre
	10º	PALO	Libre
	11º	CUCHILLO	Libre
	12º	CUCHILLO	Libre

Todos los ataques deberán ser distintos, pudiendo ser realizados ataques dobles por parte de Tori (atacante) siempre y cuando se atenga a las especificaciones exigidas; es decir, en caso de encadenamiento o combinación de ataques, el último de ellos se corresponderá con el establecido en la tabla.

Por otro lado, las respuestas serán libres por parte de Uke (defensor), pudiendo realizar también movimientos encadenados o combinados como réplica ante los ataques.

Las técnicas en el suelo deberán ser culminadas con una sola técnica resolutive (Todome), valorándose la variedad de recursos entre las distintas aplicaciones.

En el Nage –Waza podrán realizarse grupos avanzados (Makikomi, Sutemi, Hikkomi, Bassami)

En las respuestas contra armas, deberá desarmarse al compañero con rigurosa eficiencia (de pie o en el suelo), evitando perder el control del arma al realizarlo. Las transiciones en los cambios de armas deberán ser fluidas, penalizándose la demora en este apartado.

Al acabar el último desarme, los competidores realizarán los saludos pertinentes y tras salir del tatami, se depositará el arma en el mismo lugar en que estaba.



10. 3ª VUELTA RESTO DE CATEGORÍAS*

Se corresponde con la final en estos grupos. Los finalistas, saldrán de las dos mejores puntuaciones obtenidas tras la suma de las dos vueltas anteriores.

El campeón será el resultante de un tercer encuentro por banderas entre los dos mejores equipos que habrán de realizar un ejercicio consistente en:

- 10 aplicaciones alternas.
- 5 cada uno de los miembros del equipo.
- Sacadas de entre las aplicaciones de las 2 vueltas anteriores.

El encuentro será dirigido por un número impar de jueces que levantarán la bandera (Aka-Ao) distinguiendo al mejor de los dos equipos contendientes.

**** La tercera vuelta podrá o no realizarse, en función del número de equipos participantes o de las necesidades organizativas del campeonato.***



11. VALORACIÓN

Para la valoración del ejercicio podemos establecer cuatro criterios de carácter general, que han de servirnos como guía, para establecer una valoración lo más rigurosa y objetiva.

Se trata de poner de acuerdo a los distintos jueces a cerca de aquellos elementos intervinientes en una ejecución correcta; velando de esta manera, tanto por la homogeneidad de criterio, como por el mantenimiento del nivel técnico en el desarrollo de la competición. Estos criterios, son los siguientes:

1 – REALIZACIÓN –

Se trata de los elementos mínimos establecidos en el reglamento, respecto del orden de ejercicios y grupos técnicos a tratar.

El cambio u omisión de alguno de ellos podrá considerarse como falta grave:

- Reglamento – Exigido cumplimiento.
- Normas – Protocolo de actuación.
- Formas de ataque – Las establecidas y realizadas con sinceridad.
- Formas de respuesta – Según categoría y vuelta.
- Atacante – Criterios de actuación.
- Defensor – Criterios de actuación.

2 – EJECUCIÓN –

Referido al nivel técnico desarrollado por ambos representantes del equipo.

El dominio de los fundamentos implícitos a cada grupo técnico serán valorados de forma preponderante en las distintas ejecuciones:

- Calidad y Claridad – Bien ejecutadas y visiblemente expuestas.
- Variedad – No solo de técnicas sino también de fundamentos
- Diversidad – De recursos en cuanto a grupos y subgrupos técnicos.
- Dificultad – Valorándose la complejidad y el riesgo en su ejecución.
- Sincronización – Armonía entre los movimientos de Tori y Uke.
- Transiciones – Cuidadas, elevaciones y zanshin correctos.



3 – APLICACIÓN –

Entendiéndose por ello el nivel de eficacia y eficiencia mostrado en el transcurso de los ejercicios.

El realismo en las acciones debe ser manifiesto:

- Eficiencia – Efectivo, no efectista, economía de esfuerzo.
- Energía – Transmitiendo eficacia a las acciones.
- Fluidez – Necesaria para el aprovechamiento de la energía de ambos.
- Velocidad – Que demuestre veracidad en las acciones.
- Foco – Precisión en los gestos.
- Control – De la técnica y del compañero.

4 – EXPRESIÓN –

La capacidad para transmitir la vivencia en el desarrollo de la prueba, será valorada de forma significativa.

- Mirada – Transmitiendo la intención.
- Vivencia – Sintiendo y creyéndose lo que se hace.
- Ritmo – Entre las técnicas y en el desarrollo de las combinaciones.
- Actitud - Marcialidad
- Plasticidad – Belleza en las acciones.
- Transmisión – Capacidad de transmitir y emocionar vivencias.

ELEMENTOS GENERALES DE VALORACIÓN			
1 REALIZACIÓN	<i>Reglamento</i>		<i>Calidad - Claridad</i>
	<i>Normas</i>		<i>Variedad</i>
	<i>Kogeki-kata</i>		<i>Diversidad</i>
	<i>Hangeki-kata</i>		<i>Dificultad - Riesgo</i>
	<i>Tori- Atacante</i>		<i>Sincronización</i>
	<i>Uke - Defensor</i>		<i>Transiciones</i>
2 EJECUCIÓN			
3 APLICACIÓN	<i>Eficiencia</i>		<i>Mirada</i>
	<i>Energía</i>		<i>Vivencia</i>
	<i>Fluidez</i>		<i>Ritmo</i>
	<i>Velocidad</i>		<i>Actitud</i>
	<i>Foco</i>		<i>Plasticidad</i>
	<i>Control</i>		<i>Transmisión</i>
4 EXPRESIÓN			



12. EL TATAMI

Deberá tener unas dimensiones reglamentarias de 8X8 con un metro de perímetro de seguridad.

13. LOS COMPETIDORES

Deberán estar en posesión de:

- Grado mínimo de Cinturón Marrón de GOSHIN.
- Licencia anual federativa.

14. LOS JUECES

Deberán estar en posesión de:

- C.N. 3º Dan de Autodefensa de la R.F.E.K.
- Especialistas Nacionales de Autodefensa de la R.F.E.K..
- Árbitros Nacionales de Autodefensa (en número impar de 3 o 5).

Existirá un director de arbitraje encargado de la organización de los tatamis y de las rotaciones de los jueces, así como del buen funcionamiento del arbitraje en general.

En cada tatami habrá un JUEZ ARBITRADOR que velará por el cumplimiento de las normas establecidas en el reglamento de arbitraje.

Su función será eminentemente administrativa, ubicándose la lado de la mesa oficial y cumpliendo desde allí con las funciones que tiene asignadas. Para ello procederá con arreglo a lo siguiente:

- Asegurarse de que los equipos realizan las técnicas, con arreglo a lo estipulado en cada vuelta para cada categoría.
- Supervisar las calificaciones en la mesa.
- Velar por el correcto orden de salida de los equipos, así como del número y orden de las técnicas de cada ejercicio.
- Por cada fallo advertido se restará una décima.
- El número de penalizaciones, traducidos a decimas serán manifestados en una puntuación que el juez levantará en caso de que existiera, paralelamente al resto de los jueces y la mesa lo anotará, restándolo de la puntuación obtenida.
- El juez anotará los motivos de las penalizaciones para exponerlos en caso de reclamaciones.



15. ELEMENTOS DE VALORACIÓN – 1ª VUELTA

Los competidores deberán atenerse a las orientaciones y condicionantes establecidos en el reglamento, así como respetar los fundamentos intrínsecos a la correcta ejecución de las técnicas mostradas; penalizándose los errores, omisiones y deficiencias que puedan observar los jueces en el ejercicio.

ATEMI

1. Distancia Preventiva antes del ataque – To -Ma-ai
2. Esquiva en la defensa – Tai-Sabaki
3. Distancia Ejecutiva en el golpe – Ma-ai
4. Correcta forma técnica - Waza
5. Precisión y control en el golpe - Sundome
6. Potencia en la acción - Kime
7. Grito - Kiai
8. Distancia de Seguridad tras el golpe - Zanshin
9. Desplazamiento de retirada tras el golpe – Hikite-Kamae
10. Mirada - Metsuke

KANSETSU (exceptuando categoría cadete)

1. Esquiva en la defensa
2. Fluidez en la defensa
3. Fluidez en la ejecución de la técnica (Omote- Ura)
4. Desplazamiento en la ejecución de la técnica
5. Mirada global (al adversario, no a las manos) Enzan-No-Metsuke
6. Correcta utilización de la palanca articular.
7. Control de la articulación
8. Fluidez en la transición al Todome (katame)
9. Correcta situación y colocación para el Todome
10. Correcta finalización (okiyari, kamae, ma-ai)

NAGE

1. Desplazamiento-Esquiva en la defensa (Uke – Sabaki)
2. Fluidez en la defensa – No frenar la fuerza de Tori (Musubi)
3. Mirada global (al adversario, no a las manos) Enzan-No-Metsuke
4. Desequilibrio de Tori - Kuzushi
5. Correcta colocación y sincronización para el derribo – Tsukuri
6. Correcta aplicación de la palanca - Kake (Tori no asiste)
7. Exclusiva utilización de la fuerza útil – Evitar exceso de fuerza (ikyoi)
8. Fluidez en la transición al Todome (katame)
9. Correcta situación y colocación corporal para el Todome
10. Correcta finalización Separándose (okiyari, kamae, ma-ai)



16. ELEMENTOS DE VALORACIÓN – 2ª VUELTA

Se establecen los mismos criterios que en la vuelta anterior, si bien en este caso las ejecuciones técnicas vienen determinadas por los KOGEKI (formas de ataque), en vez de los HANGEKI (formas de respuesta) de la primera vuelta.

JUTAI-WAZA (Sujeciones) Agarres y presas

1. La sujeción deberá ser realizada enérgicamente
2. Uke realizará un atemi preparatorio cuando sea preciso
3. Se ejecutará una técnica correcta y libre adecuada a la situación (Ha-waza, Atemi-waza, Kansetsu-waza, Nage-waza o shime-waza)
4. Se evitara el empleo de fuerza innecesaria (Ikyoi)
5. Tori no debe asistir (Tirarse con su fuerza)
6. La técnica deberá culminarse con técnica resolutive y/o sumisión
7. Fluidez en la transición al Todome (katame)
8. Correcta situación y colocación corporal para el Todome
9. Mirada global (al adversario, no a las manos) Enzan-No-Metsuke
10. Correcta finalización (okiagari, kamae, ma-ai)

SEME-WAZA (Ataques) De brazo y pierna

1. El ataque será realizado enérgicamente, pudiendo ser doble o múltiple
2. Uke realizara desplazamientos o esquiva para anular los ataques
3. Se ejecutará una técnica correcta y libre adecuada a la situación
4. Se evitara el empleo de fuerza innecesaria (Ikyoi)
5. Tori no debe asistir (tirarse con su fuerza)
6. La técnica deberá culminarse con técnica resolutive y/o sumisión
7. Fluidez en la transición al Todome (katame)
8. Correcta situación y colocación corporal para el Todome
9. Mirada global (al adversario, no a las manos) Enzan-No-Metsuke
10. Correcta finalización (okiagari, kamae, ma-ai)

BUKI-WAZA (Armas) Con palo y cuchillo

1. El ataque será realizado enérgicamente, pudiendo ser doble o múltiple
2. Uke realizara desplazamientos o esquiva para anular los ataques
3. En todo momento se tendrá control de la mano o arma que la empuña
4. Se ejecutará una técnica correcta y libre adecuada a la situación
5. Se procederá a desarmar a Tori, en el momento que considere oportuno
6. Finalización con técnica resolutive, de control o sumisión
7. Fluidez en la transición al Todome (katame)
8. Correcta situación y colocación corporal para el Todome
9. Mirada global (al adversario, no al arma) Enzan-No-Metsuke
10. Correcta finalización (okiagari, kamae, ma-ai)



17. ELEMENTOS DE VALORACIÓN – 3ª VUELTA

Serán tenidos en cuenta los elementos de valoración concernientes al trabajo técnico realizado y que figuran reflejados en la valoración de las vueltas anteriores, de donde vienen las técnicas que realizan.

**** La tercera vuelta podrá o no realizarse, en función del número de equipos participantes o de las necesidades organizativas del campeonato.***



18. SECUENCIACIÓN DE FUNDAMENTOS TÉCNICOS

FASE INICIAL – Neutralizar el ataque

1.A.1 – SABAKI – KATA – Esquivas (Ante ataques y sujeciones)

TENSHIN (Soto ó Uchi / Irimi, Hiraki, Nagashi)

TENKAN (Soto ó Uchi / Irimi, Hiraki, Nagashi)

KAISHIN – Al frente anticipando

KUSHIN – Atrás anulando

1.A.2 – HAZUSHI – KATA – Liberaciones (Ante sujeciones)

NUKI-WAZA (Vertical, horizontal, circular)

ATEMI – Al agarre o brazo prensor

SHIKAKE – Técnica de distracción.

1.B – UKE-KATA – Defensa (Ante ataques)

GO – Bloquear (Soto y Uchi Tate Shuto-Uke)

SORASHU – Desviar (Nagashi y Ura-Nagashi-Uke)

SUKUI – Envolver (Soto y Uchi Sukui-Uke)

TSUKAMI – Interceptar (Soto y Uchi Tsukami-uke)

1.C – KIKAI – Momento adecuado de ejecución.

MUSUBI – Unirse a la acción del otro, sumándole nuestra energía

SUKASHI – Realizar gesto antes de que tori acabe el agarre.

KAESHI – Realizar gesto tras la técnica del otro.

FASE INTERMEDIA - Neutralizar al atacante

2.A - WAZA – Realización de técnica elegida

ATEMI – Posición, Precisión, Potencia, Kiai.

KANSETSU – Fijar gesto técnico cuando sea posible.

NAGE – Kuzushi, Tsukuri, Kake.

SHIME – Estrangulación con el debido control.

2.B – TODOME – Finalización resolutive

ATEMI – Golpe al adversario en el suelo

KATAME – Tachi, Ne (kansetsu, Shime, Osaekomi).

FASE FINAL – Neutralizar eventualidad.

3 - NAORE – Fin de ejercicio, volver a posición de inicio.

OKIAGARI – Levantarse correcta y rápidamente. Separándose.

Tumbado, arrodillado (HizaDachi), pie

ZANSHIN – Atención posterior (Distancia, Mirada. Guardia).

KAMAE – Guardia (Shizen-Tai)

CHAKUGAN – Conexión con el adversario mediante la vista.

MA-AI – Distancia de seguridad.



19. RELACIÓN DE CONTENIDOS TÉCNICOS

HANGEKI-KATA – Formas de respuesta

- ATEMI – Golpes.
 - a. Ate – De choque o impacto (Rodillas y Codos)
 - b. Te – De brazo (Puño y Mano)
 - c. Keri – De pierna. (Directas y Circulares)

- KANSETSU – Luxaciones.
 - a. Kote – De muñeca.
 - b. Ude – De codo.
 - c. Kata – De hombro.
 - d. Yubi – De dedos.
 - e. Ashi – De piernas.

- NAGE – Proyecciones.
 - a. Ashi – Con las piernas.
 - b. Koshi – Con la cadera.
 - c. Te – Con los brazos.
 - d. Makikomi – Envolviendo para llevar al suelo
 - e. Sutemi – Sacrificios.
 - f. Bassami – Tijeras.
 - g. Hikkomi – Tirarse controlando.

- SHIME – Estrangulaciones
 - a. Tachi – De pie
 - b. Ne – En el suelo

KOGEKI-KATA – Formas de ataque

- JUTAI-WAZA – Sujeciones
 - a. Agarres.
 - b. Presas.

- SEME-WAZA – Ataques
 - a. De puño.
 - b. De pierna.

- BUKI-WAZA – Armas
 - a. De palo.
 - b. De cuchillo.