 **5ème OPEN DE SAVOIE** 

**LIGHT CONTACT**

**Dimanche 01 décembre 2024**

**Gymnase Marlioz G4 chemin des Nuettes 73100 Aix les Bains**

**REGLEMENT ET PROGRAMME**

**Billetterie :**

*- Entrée gratuite*

**Modalités et date limite inscription :**

*- uniquement par internet avant le 23 novembre 2024.*

*- inscription 3€ par compétiteurs.*

*- les inscriptions en ligne à effectuer par les Clubs auprès du Comité Départemental sur :* [*http://ffkcompetition.fr*](http://ffkcompetition.fr) *(avec vos codes d’accès club)*

*- sont autorisés à participer les licences de la saison en cours (une seule année de licence nécessaire) et de n’importe quel département.*

**Documents à fournir :**

*- licence 2024-2025.*

*- passeport sportif souhaité (mais non obligatoire).*

*- autorisation parentale pour les mineurs (sur passeport ou sur formulaire officiel FFKDA).*

- *aucune condition de nationalité.*

**Déroulement du contrôle :**

*- chaque participant présente lui-même les documents à la table de contrôle. Si tous les documents demandés sont conformes, sa participation sera validée.*

**Formule de la compétition :**

*- système de tableau par élimination directe sans repêchage ou par poule afin que chaque combattant effectue, dans la mesure du possible, au moins 2 combats.*

**Aires de combats** : Sur tatamis.

**Remise des récompenses :**

*- à l’issue des catégories pour les 4 premiers.*

**Tenue personnelle obligatoire** :

*- pantalon de Full Contact ou de kimono.*

*- tee-shirt sans publicité (info Club accepté).*

*- ceintures rouge ou bleue.*

*- respecter les consignes de couleurs (rouge/bleu) pour les protections de poings, pieds et casques.*

*- protection de karaté traditionnel interdites.*

**OBLIGATOIRES** : Pour les féminines : gants et protèges pieds homologués, protèges tibias conformes, protège poitrine, protège dents, casque sans pommette.

Pour les masculins : gants et protèges pieds homologués, protèges tibias conformes, coquille, protège dents, casque sans pommette.

**Aucun prêt ne sera effectué par le Comité Départemental.**

**Pour les gants** :

*-* Pupilles et Benjamins (F/M) : 6 ou 8 onces.

*-* Minimes (F/M) : 8 ou 10 onces

- Cadets et Juniors (F/M) : 10 onces (jusqu’à -75kg inclus) puis 12 onces

- Seniors et Vétérans (F/M) : 10 onces (jusqu’à -72 kg inclus) puis 12onces

**Temps des rencontres** : (pour les qualifications et les finales : G/F)

* Pupilles et Benjamins : 2 fois 1mn 15 avec 1mn de repos entre les rounds
* Minimes, Cadets et Vétérans : 2 fois 1mn30 avec 1mn de repos entre les rounds
* Juniors et Seniors : 2 fois 2mn avec 1mn de repos entre les rounds

Finales à la fin de chaque catégorie de poids avec remise des récompenses à l’issue de chaque catégorie d’âges.

**PROGRAMME :**

**Début de la compétition 9h30**

* **Cadets / Juniors  : contrôle de 9h00 à 9h20**
* **Seniors / Vétérans : contrôle de 10h30 à 10h50**
* **Pupilles / Benjamins : contrôle de 14h00 à 14h20**
* **Minimes : contrôle de 15h30 à 15h50**