

## **REGOLAMENTO V TROFEO GRAN MAESTRO LI ZHONG ZHI**

### **TAO LU**

Gli atleti si cimentano nell'esecuzione di una "forma" denominata TAO LU, tipica dello stile SHAOLIN QUAN e TAI CHI QUAN.

I partecipanti alla gara di Tai Chi Quan potranno eseguire la forma "8" o la forma "13".

Le gare saranno giudicate da una giuria formata da 2 a 4 giudici che valuteranno singolarmente la forma del praticante. Il loro giudizio di valutazione terrà conto dell'eleganza, della precisione, della forza e della sicurezza espresse nei movimenti. La media dei giudizi espressi da ogni singolo giudice determinerà il vincitore della gara.

### **SAN SHOU – QING DA**

I praticanti competono sul Lei Tai (quadrato di gara) in combattimenti **singoli** con sorteggio casuale. Gli ADULTI si affronteranno in **combattimenti leggeri** a punti, della durata di 1'30".

La categoria JUNIOR gareggerà con **combattimenti gioco** a punti, dalla durata di 1'.

I punti si conquistano attraverso l'utilizzo di tecniche di braccia (*QUAN FA*) e tecniche di gambe (*TUI FA*), entrambe da portare dal torace a sopra la cintura. Nella categoria ADULTI si possono portare le tecniche al viso e si possono utilizzare anche le tecniche di proiezione (*SHUAI FA*).

È possibile subire delle ammonizioni, perdite di punti, assegnazione di punti all'avversario o addirittura la squalifica, nei seguenti casi:

- uscire 2 volte dal quadrato (3 volte per la categoria junior) - assegnazione di 1 punto all'avversario;
- colpi al viso (solo per categoria junior), alla schiena e ai genitali - a seconda della gravità, perdita di punti o squalifica;
- eccesso di foga, tecniche portate con troppa forza e valutate rischiose per l'incolumità dell'avversario – a seconda della gravità, perdita di punti o squalifica.

Il combattimento deve essere svolto sempre nel rispetto dell'avversario, delle regole e dei giudici, con spirito sportivo e amichevole.

A conclusione della gara gli allievi si affiancano al giudice centrale in attesa che i redattori di gara comunichino i vincitori attraverso l'alzata della bandiera (di colore ROSSO o BIANCO).

### **EQUIPAGGIAMENTO**

Gli atleti, durante gli incontri, oltre alla consueta divisa sono **obbligati a indossare** le protezioni personali quali para tibie, guantini, paradenti e para genitali.

Lo Staff farà indossare agli atleti anche il casco protettivo e il corpetto, forniti dalla scuola.

## **INFO E CONTATTI**

**Tel:** 02-91920562 / 331-8267539

**E-mail:** [segreteria generale@fktxindao.it](mailto:segreteria generale@fktxindao.it)

**Sito internet:** [www.kungfescuolaxindao.it](http://www.kungfescuolaxindao.it)

**Pagina Facebook:** @kungfuxindao

**Profilo Instagram:** kungfuxindao

*I recapiti saranno attivi fino a venerdì 23 novembre 2018*