



Federação  
Europeia Internacional Karaté-do Shotokan

# Federação Europeia Internacional Karaté-do Shotokan Regras de Competição



# Índice

|                                                                  |    |
|------------------------------------------------------------------|----|
| Revisões .....                                                   | 3  |
| Regras gerais .....                                              | 4  |
| Artigo 1    Área de Competição .....                             | 4  |
| Artigo 2.    Código de vestuário oficial .....                   | 5  |
| Artigo 3    Organização das competições .....                    | 6  |
| Artigo 4    O painel de árbitros .....                           | 7  |
| Artigo 5.    Treinadores .....                                   | 8  |
| Regras do Kumite.....                                            | 9  |
| Artigo 6    Organização de competições de Kumite.....            | 9  |
| Artigo 7    Duração de um combate .....                          | 9  |
| Artigo 8.    Pontuação .....                                     | 10 |
| Artigo 9.    Critérios de decisão .....                          | 11 |
| Artigo 10.    Comportamentos proibidos.....                      | 13 |
| Artigo 11.    Sanções .....                                      | 14 |
| Artigo 12.    Lesões e acidentes em competição .....             | 14 |
| Artigo 13.    Protesto oficial .....                             | 15 |
| Artigo 14.    Poderes e deveres.....                             | 16 |
| Artigo 15.    Início, suspensão e finalização dos combates ..... | 17 |
| Regras do Yakusoku Kumite.....                                   | 19 |
| Artigo 16    Organização de competições de Yakusoku Kumite ..... | 19 |
| Artigo 17    KIHON IPPON Kumite .....                            | 19 |
| Artigo 18    JIYU IPPON Kumite.....                              | 20 |
| Regras de Kata .....                                             | 21 |
| Artigo 19.    Organização de competições de Kata .....           | 21 |
| Artigo 20.    Critérios de decisão .....                         | 21 |
| Artigo 21    Confronto KO-HAKU .....                             | 22 |
| Artigo 22.    Sistema de pontos .....                            | 23 |
| Sistema de formação e licenciamento de árbitros .....            | 24 |
| Artigo 23    Licenças de árbitro SKIEF .....                     | 24 |
| Artigo 24.    Organização da formação de árbitros .....          | 24 |
| Artigo 25.    Exames para obtenção de licença de árbitro .....   | 25 |
| Artigo 26.    Ação disciplinar.....                              | 25 |
| Disposições finais.....                                          | 26 |
| Artigo 27.    Validade .....                                     | 26 |
| Artigo 28.    Alterações .....                                   | 26 |

|               |                                                |    |
|---------------|------------------------------------------------|----|
| Apêndice I    | Hansoku, Jogai, Mubobi .....                   | 27 |
| Apêndice II   | Terminologia e gestos .....                    | 28 |
| Apêndice III  | Regras de avaliação para Kumite .....          | 30 |
| Apêndice IV   | Regras de avaliação para Yakusoku Kumite ..... | 33 |
| Apêndice V    | Kata .....                                     | 34 |
| Apêndice VI   | Regras de avaliação para Kata .....            | 35 |
| Apêndice VII  | Gestos .....                                   | 37 |
| Apêndice VIII | Shomen .....                                   | 44 |

Comité de Árbitros SKIEF  
Versão 2.1 / 18 de Fevereiro de 2019  
Tradução por SKI Portugal  
01/11/2024

**Em caso de dúvida, aplica-se sempre a versão original do documento em inglês.  
Por uma questão de legibilidade, neste documento é utilizada a forma masculina. No entanto,  
todas as formulações se aplicam igualmente a todos os géneros.**

## Revisões

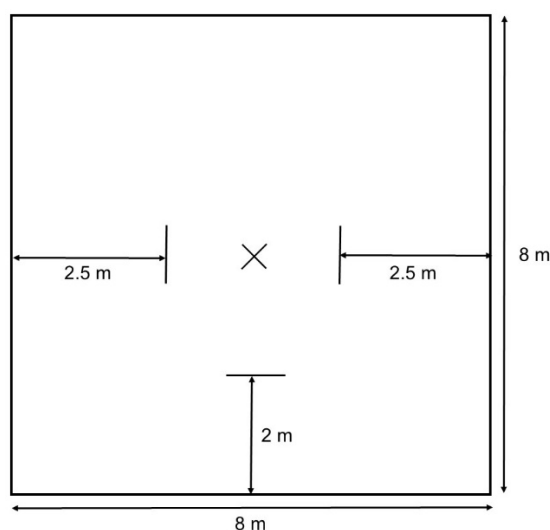
| Versão | Revisões                                                                | Capítulo         | Data                    |
|--------|-------------------------------------------------------------------------|------------------|-------------------------|
| 2.1    | "Controlador de área" substituído por KOTO CHO                          | Todo o documento | 18 de fevereiro de 2019 |
|        | "Árbitro" substituído por KANSA                                         |                  |                         |
|        | "Árbitro" substituído por SHUSHIN                                       |                  |                         |
|        | "Juiz" substituído por FUKUSHIN                                         |                  |                         |
|        | Alteração do código de vestuário dos árbitros                           | 2.3              |                         |
|        | Clarificação do número de membros da equipa no kumite de equipa         | 6.2              |                         |
|        | Clarificação da duração dos combates de kumite e do ENCHOSEN            | 7.1, 9.3         |                         |
|        | Outros comportamentos proibidos                                         | 10.15, 20.2      |                         |
|        | Clarificação sobre a atribuição de sanções e pontuações                 | 11.1, 11.3       |                         |
|        | Mais explicações sobre o protesto oficial                               | 13.2             |                         |
|        | O YAKUSOKU kumite consiste no KIHON IPPON kumite e no JIYU IPPON kumite | 16, IV           |                         |
|        | Esclarecimento sobre o sistema de kata KO-HAKU, meias-finais e finais   | 19.2, 19.3       |                         |
|        | Esclarecimento sobre a desqualificação em kata                          | 20.3, VI         |                         |
|        | Taxa apenas para a formação de árbitros (sem exame)                     | 24.2             |                         |
|        | Limite do número de tentativas de exame por ano                         | 25.5             |                         |
|        | KEIKOKU é um aviso sem penalização                                      | II               |                         |
|        | Adicionado apêndice VII, adicionado apêndice VIII                       | VII, VIII        |                         |

## Regras gerais

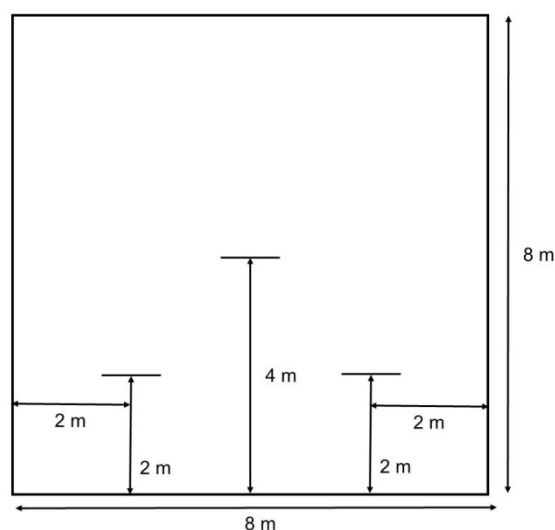
### Artigo 1 Área de Competição

1. A zona de competição deve ser plana e sem riscos.
2. A área de competição deve ser um quadrado de oito por oito metros (medidos a partir do exterior) com pelo menos um metro adicional de cada lado como área de segurança. A área pode ser elevada até uma altura máxima de um metro acima do nível do chão. A plataforma elevada deve medir pelo menos doze por doze metros, de modo a incluir tanto a área de competição como a área de segurança.
3. Não pode haver painéis publicitários, paredes, pilares, etc., a menos de um metro do perímetro exterior da área de segurança.
4. Os tapetes devem ter um fundo antiderrapante e uma superfície de baixo coeficiente de atrito. Não devem ser tão espessos como os tapetes de judo, pois os tapetes de judo impedem os movimentos do karaté. O SHUSHIN deve certificar-se de que os módulos do tapete não se afastam durante a competição, uma vez que os espaços vazios provocam lesões e constituem um perigo.
5. A zona de competição deve ser marcada da seguinte forma para assinalar as posições do competidor / SHUSHIN:

Kumite:



Kata:



6. O FUKUSHIN senta-se na zona de segurança.
7. O KANSA senta-se fora da zona de segurança, atrás e à direita do SHUSHIN.
8. O supervisor de pontuação estará sentado na mesa de pontuação oficial, entre o marcador de pontos e o cronometrista.

## Artigo 2 Código de vestuário oficial

1. Os KOTO-CHO, KANSA, SHUSHIN, FUKUSHIN, os competidores e os seus treinadores devem usar o uniforme oficial tal como aqui definido.
2. O comité de arbitragem pode banir da competição e da área de competição qualquer oficial ou competidor que não cumpra este regulamento.
3. Código de vestuário para KOTO-CHO, KANSA, SHUSHIN e FUKUSHIN:
  - a. KOTO-CHO, KANSA, SHUSHIN e FUKUSHIN devem usar o uniforme oficial prescrito pelo comité de árbitros. Este uniforme deve ser usado em todos os torneios e cursos de árbitros. Não é permitido o uso de jóias, relógios e telemóveis (presos ao cinto).
  - b. O uniforme oficial é composto por:
    - Um blazer azul-marinho com a insígnia oficial de árbitro SKIEF para as competições internacionais
    - Uma camisa branca de manga curta ou comprida (a decidir e a comunicar pelo comité organizador do torneio)
    - Uma gravata oficial sem alfinete
    - Calças cinzentas lisas sem dobras de bainha
    - As oficiais femininas podem usar um gancho no cabelo
4. Código de vestuário dos competidores
  - a. Qualquer atleta que use um karate-gi feito de tecido fino transparente ou que inclua malha não será autorizado a competir. As únicas marcas de karate-gi que são permitidas, para além do nome pessoal (que deve ser escrito verticalmente no canto inferior direito do casaco de karate-gi, por cima da etiqueta do fabricante), são um emblema com o logótipo SKIF (ou a marca do tigre Shotokan ou os caracteres chineses escritos verticalmente) e uma bandeira nacional no peito esquerdo do casaco. Se houver um logótipo SKIF ou os caracteres chineses no peito esquerdo do casaco, a bandeira nacional pode ser usada na manga esquerda. Além disso, a etiqueta do fabricante pode ser colocada no lado direito da bainha do casaco do karate-gi. Se o logótipo do fabricante aparecer noutro local (peito, ombro, parte superior das costas, etc.), deve ter uma dimensão inferior a 5 cm e ser coberto com tecido branco cosido com linha (não é permitido cobrir o logótipo com fita adesiva). Não é autorizado qualquer karate-gi com um logótipo ou bordado superior a 5 cm quadrados.
  - b. O número de identificação emitido pelo comité organizador do torneio deve ser usado nas costas, preso ao karate-gi ou, de preferência, ao cinto.
  - c. Nos confrontos KO-HAKU, um dos participantes deve usar um cinto vermelho com o seu próprio cinto.
  - d. O casaco usado com cinto deve ter um comprimento mínimo que cubra as ancas, mas não mais de três quartos da anca aos joelhos. As competidoras femininas podem usar uma t-shirt branca simples por baixo do casaco do karate-gi.
  - e. As mangas do casaco não devem ser mais compridas do que a dobra do pulso nem mais curtas do que a meio do antebraço. As mangas do casaco não podem ser enroladas (por dentro ou por fora).
  - f. As calças não devem cobrir os tornozelos, mas devem ser suficientemente compridas para cobrir pelo menos dois terços da canela e não podem ser enroladas (por dentro ou por fora).

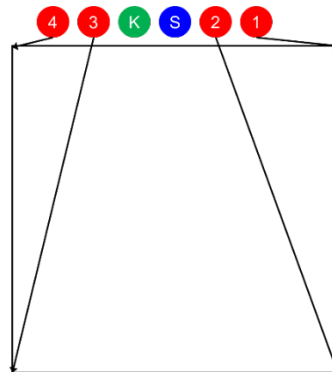
- g. Os participantes devem manter o cabelo limpo e cortado a um comprimento que não impeça a boa execução do combate. Não são permitidos HACKIMAKI (fitas para a cabeça). Se o SHUSHIN considerar que o cabelo de um competidor está demasiado comprido e/ou sujo, o comité de arbitragem pode retirar o competidor do combate.
  - h. Nos combates de kumite são proibidas as lâminas de cabelo e os ganchos metálicos. Em kata, é permitido o uso de ganchos discretos.
  - i. Os competidores devem ter unhas curtas e não usar jóias (relógios, acessórios para o cabelo, anéis, pulseiras, colares, etc.).
  - j. É permitido o uso de aparelhos metálicos (dentes). No entanto, nos combates de kumite, o competidor deve poder usar o protetor de gengivas sobre o aparelho. O competidor assume total responsabilidade por qualquer lesão.
  - k. No kumite, é obrigatório o seguinte equipamento de proteção: luvas brancas e uma proteção de boca branca ou transparente. Os protectores de virilha são permitidos, mas não obrigatórios. As caneleiras são proibidas. As competidoras femininas podem, além disso, usar um protetor de peito por baixo do karate-gi. Todos os equipamentos de proteção devem ser aprovados pelo SKIF.
  - l. O uso de óculos é proibido no kumite. As lentes de contacto gelatinosas podem ser usadas por conta e risco do competidor.
  - m. As atletas do sexo feminino que tenham de cobrir o cabelo por razões religiosas poderão usar um lenço preto na cabeça. No entanto, o pescoço deve estar sempre descoberto. As atletas não poderão usar turbante ou bandetele durante a competição. Para as atletas que pretendam usar um lenço na cabeça durante a competição, é necessário obter previamente a aprovação do comité de arbitragem durante a reunião de arbitragem.
  - n. O SHUSHIN, tendo em conta o parecer do médico oficial, deve aprovar o uso de ligaduras, almofadas ou suportes que devam ser usados devido a lesões. No entanto, os competidores devem estar ilesos na primeira ronda - kata e kumite (sem ligaduras).
  - o. Se um competidor entrar na área de competição vestido de forma inadequada, não será desclassificado imediatamente, mas terá um minuto para corrigir o problema.
5. Código de vestuário dos treinadores:
- a. Os treinadores devem usar o fato de treino oficial do seu país (casaco e calças).
  - b. Não são permitidas calças curtas ou calções.

### Artigo 3 Organização das competições

- 1. Um torneio de karaté pode incluir competições de kumite e/ou competições de kata.
- 2. Nenhum competidor pode ser substituído por outro num combate individual. Se um competidor se apresentar em vez de outro membro da equipa, esse competidor e o membro da equipa que se deveria ter apresentado serão desclassificados (SHIKKAKU).
- 3. Os competidores individuais ou as equipas que não se apresentem quando convocados receberão KIKEN (renunciam ao seu direito de competir) dessa categoria.

## Artigo 4 Painel de árbitros

1. O painel de árbitros para cada categoria será composto por um SHUSHIN, quatro FUKUSHIN e um KANSA. Para as finais de kata, o painel pode incluir mais dois FUKUSHIN.
2. Para facilitar a realização das provas, serão nomeados, adicionalmente, vários cronometristas, chamadores/anunciadores, conservadores de registos e supervisores de pontuação.
3. No início de uma categoria, o SHUSHIN coloca-se no limite exterior da área de competição. Os FUKUSHIN colocam-se à esquerda e à direita do SHUSHIN. Do lado esquerdo estão os FUKUSHIN número um e dois e do lado direito o KANSA e os FUKUSHIN número três e quatro.
4. Após a habitual troca de vénias entre os competidores e o painel de árbitros, o SHUSHIN dá um passo atrás, o FUKUSHIN e o KANSA voltam-se para dentro e todos fazem uma vénia em conjunto. De seguida, todos tomam as suas posições.



5. Quando se procede à troca de todo o painel de árbitros, os árbitros que partem dão um passo em frente, voltam-se e ficam de frente para o painel que está a chegar. Fazem uma vénia uns aos outros ao comando do SHUSHIN que chega e, em fila indiana (todos virados para a mesma direção), abandonam a área de competição. Quando são trocados FUKUSHIN individuais, o FUKUSHIN que entra dirige-se ao FUKUSHIN que sai, fazem uma vénia um ao outro e mudam de posição.
6. Qualquer membro da comissão de arbitragem, bem como o KOTO-CHO, pode trocar todos ou alguns membros do painel de arbitragem durante uma categoria.
7. Durante as rondas preliminares (sistema KOHAKU), o SHUSHIN e o FUKUSHIN têm de se levantar e deixar outro SHUSHIN / FUKUSHIN tomar a sua posição se um membro do seu próprio país competir.
8. Durante as finais de kata, o SHUSHIN e o FUKUSHIN permanecem mesmo que um membro do seu próprio país esteja a competir.

## Artigo 5      Treinadores

1. Os treinadores são autorizados a entrar no recinto para cuidar dos seus atletas. No entanto, não são autorizados a entrar na área de competição em qualquer altura. Apenas um médico pode entrar na área de competição quando chamado pelo SHUSHIN.
2. O número de treinadores autorizados por país será previamente definido pelo comité organizador em conjunto com o comité de arbitragem e anunciado no convite oficial. Durante as provas, apenas é permitido um treinador por país junto à área de competição.
3. O KOTO-CHO ou qualquer membro da comissão de arbitragem pode expulsar do recinto de competição os treinadores que actuem de forma imprópria e/ou violem as regras da competição (SHIKKAKU).

## Regras do Kumite

### Artigo 6 Organização de competições de Kumite

1. As competições de Kumite podem ser divididas em combates por equipas (IPPON SHOBU) e combates individuais (IPPON HAN SHOBU ou IPPON SHOBU). Os combates individuais podem ainda ser divididos em divisões de peso e/ou numa categoria aberta.
2. Nos combates por equipas, cada equipa deve ter um número ímpar de participantes. As equipas são constituídas por sete (cinco lutadores e dois de reserva) ou quatro elementos (três lutadores e um de reserva). As equipas devem ter uma equipa completa (cinco ou três lutadores, respetivamente) no início da primeira ronda; podem continuar nas rondas seguintes com menos membros (se os membros da equipa já não puderem competir), desde que a equipa ainda tenha lutadores suficientes para vencer o combate.
3. Antes de cada ronda, um representante da equipa deve entregar à mesa oficial um formulário oficial que define os nomes e a ordem de combate dos membros da equipa em competição. Os participantes selecionados da equipa completa de sete (ou quatro membros), bem como a sua ordem de combate, podem ser alterados em cada ronda, desde que a mesa oficial seja notificada da nova ordem de combate antes do início da ronda; a ordem não pode ser alterada até que a ronda esteja concluída. Uma equipa será desclassificada se qualquer membro ou o seu treinador alterar a composição da equipa ou a ordem de combate sem notificação escrita antes do início do assalto.

### Artigo 7 Duração de um combate

1. A duração de um combate de kumite é de dois minutos para as categorias a partir dos 16 anos para o kumite masculino, feminino e *masters* (tanto em equipa como individual) e de 90 segundos para os combates de juniores (15 anos ou menos). A duração do combate final na categoria sénior é de cinco minutos com SANBON SHOBU (6 WAZA-ARI) para a categoria sénior masculina de kumite individual e de três minutos com IPPON HAN SHOBU (3 WAZA-ARI) para a categoria sénior feminina de kumite individual.
2. O tempo do combate começa quando o SHUSHIN dá o sinal de partida e pára sempre que o SHUSHIN chama YAME.
3. O cronometrista dá sinais com um gongo ou uma campainha claramente audíveis, indicando "faltam 30 segundos" (ATO SHIBARAKU) ou "acabou o tempo" (marcando o fim do combate).

## Artigo 8 Pontuação

1. Podem ser atribuídos os seguintes pontos:
  - a. IPPON (2 WAZA-ARI)
  - b. WAZA-ARI
2. É atribuído um WAZA-ARI quando uma técnica é executada numa área de pontuação de acordo com os seguintes critérios:
  - a. Boa forma baseada nas características da técnica demonstrando uma provável eficácia no âmbito dos conceitos tradicionais do karaté.
  - b. A atitude desportiva é uma componente da boa forma e refere-se a uma atitude visível, não maliciosa e de grande concentração durante a execução da técnica pontuável.
  - c. A aplicação vigorosa, a potência e a velocidade da técnica e a vontade tangível de a realizar com sucesso.
  - d. A consciência (ZANSHIN) é o critério mais frequentemente negligenciado quando se avalia uma pontuação. É o estado de empenhamento contínuo em que o competidor mantém total concentração, observação e consciência do potencial contra-ataque do adversário. O competidor não vira a cara durante a execução da técnica e permanece virado para o adversário depois.
  - e. Bom timing, aplicar uma técnica no momento em que ela terá o maior efeito potencial.
  - f. Distância correta, aplicar uma técnica à distância exacta onde terá o maior efeito potencial. Por isso, se a técnica for aplicada enquanto o adversário se está a afastar rapidamente, o efeito potencial da técnica é reduzido.
  - g. Ângulo correto.
3. Pode ser atribuído um IPPON nos seguintes casos, mesmo que a técnica não seja executada com a máxima eficácia:
  - a. Um contra-ataque executado como um DE-AI ao ataque do adversário (contra-ataque antes de o adversário poder iniciar totalmente o seu ataque ofensivo).
  - b. Um ataque simultâneo executado depois de fazer o adversário perder o equilíbrio.
  - c. Executar eficazmente técnicas combinadas como TSUKI e TSUKI, KERI e TSUKI, técnica de projecção (NAGE) e TSUKI ou KERI, etc.
  - d. Um ataque quando o adversário perdeu o seu espírito de luta (MUBOBI).
  - e. Um ataque em que o adversário não é capaz de reagir.
4. Os ataques são limitados às seguintes áreas:
  - a. Cabeça
  - b. Rosto
  - c. Pescoço
  - d. Tórax
  - e. Abdómen
  - f. Voltar
5. Uma técnica eficaz executada ao mesmo tempo que o fim do combate é assinalado pelo SHUSHIN (e não pelo gongo ou pela campainha) é considerada válida. Uma técnica, mesmo que eficaz, executada após o comando para suspender ou parar o combate, não pontua e pode resultar numa penalização para o infrator.

6. Nenhuma técnica, mesmo que tecnicamente correta, pontuará se for executada enquanto os dois competidores estiverem fora da área de competição. No entanto, se um dos competidores executar uma técnica eficaz enquanto ainda estiver dentro da área de competição e antes do SHUSHIN chamar YAME, a técnica é válida.
7. As técnicas de pontuação eficazes aplicadas simultaneamente por ambos os competidores (AIUCHI) não pontuam. Os verdadeiros AIUCHI são raros. Não só as duas técnicas têm de acertar simultaneamente, como também têm de ser ambas técnicas válidas, cada uma com uma boa forma, etc. Duas técnicas podem acertar simultaneamente, mas raramente são ambas pontuações efectivas (por vezes nenhuma delas o é). O SHUSHIN não pode dar AIUCHI quando apenas uma das técnicas simultâneas é uma técnica de pontuação efectiva.
8. Agarrar o adversário e atirá-lo só pode ser tentado se primeiro for feita uma tentativa genuína de uma técnica de ataque de karaté ou como contra-ataque a um adversário que tenha atacado e tentado uma projecção ou um agarrar (clinch).
9. Por razões de segurança, são proibidos as projecções em que o adversário é projectado sem ser agarrado ou projectado sem segurança, ou em que o ponto de projecção está acima do nível da anca, e será emitido um aviso ou penalização. As excepções são as técnicas convencionais de varrimento de pernas do karaté, que não requerem que o adversário seja agarrado durante a execução do varrimento, tais como DEASHI BARAI, KOUCHI GARI, KANI BASAMI, etc. Depois de uma projecção ter sido executada, o SHUSHIN dará ao competidor dois a três segundos para tentar uma técnica de pontuação.
10. As técnicas que impactam abaixo da cintura podem pontuar, desde que impactem acima do osso púbico. O pescoço é uma área alvo e a garganta também. O contacto com a garganta não é permitido, no entanto, pode ser atribuído um ponto a uma técnica devidamente controlada, que não toque.
11. Uma técnica que impacte sobre as omoplatas pode marcar. A parte não pontuada do ombro é a junção do osso superior do braço com as omoplatas e a clavícula.
12. As sanções podem ser impostas pelo painel de árbitros até que os competidores abandonem a área de competição após o final da categoria. Também podem ser impostas penalizações após esse momento, mas apenas pelo comité de árbitros.

## Artigo 9 Critérios de decisão

1. O resultado de um combate é determinado pela obtenção por um competidor de IPPON HAN (dois IPPON, um IPPON e um WAZA-ARI ou três WAZA-ARI) ou IPPON (um IPPON ou dois WAZA-ARI) para o kumite individual ou IPPON para o kumite de equipa. Quando o tempo acabar e nenhum dos competidores tiver atingido o IPPON HAN / IPPON, o vencedor é determinado pelo maior número de pontos ou pela obtenção de uma decisão do painel de árbitros (HANTEI).
2. Um IPPON é mais forte do que dois WAZA-ARI para determinar o vencedor (esta regra aplica-se apenas ao SKIEF; nas competições SKIF, isto resultará em HIKIWAKE).

3. Nos combates individuais, é disputado um prolongamento de dois minutos (ENCHOSEN) em caso de empate. O ENCHOSEN é um prolongamento do combate e todos os pontos, penalizações e advertências emitidos no combate inicial são transferidos. Não há morte súbita (o SHUSHIN não pode declarar vencedor o primeiro competidor a obter um ponto).
4. No final do prolongamento (ENCHOSEN), o vencedor pode ser determinado pelo maior número de pontos. Em caso de novo empate, inicia-se um combate completamente novo de dois minutos (SAI-SHIAI). Os pontos, as penalizações e as advertências não transitam dos combates anteriores. Se no SAI-SHIAI não for atribuída pontuação a nenhum dos competidores ou se a pontuação estiver empatada, o vencedor será determinado por uma votação final do painel de árbitros (HANTEI). É obrigatória uma decisão a favor de um ou outro competidor.  
A decisão baseia-se no seguinte:
  - a. A atitude, o espírito de luta e a força demonstrados pelos competidores.
  - b. A superioridade das táticas e das técnicas utilizadas.
  - c. Qual dos competidores iniciou a maior parte da ação.
5. Na competição por equipas, não haverá prolongamento (ENCHOSEN) em caso de empate nos combates.
6. A equipa vencedora é a que tiver mais vitórias (combates ganhos). Se as duas equipas tiverem o mesmo número de vitórias,
  - a. A equipa vencedora será a equipa com mais IPPONs marcados. Um KACHI com IPPON será mais valorizado do que um KACHI com dois WAZA-ARI. Uma vitória obtida através de um HANSOKU MAKE ou SHIKKAKU MAKE ou KIKEN do adversário será mais valorizada do que um IPPON KACHI. Por exemplo:

| AKA        | SHIRO      |               |
|------------|------------|---------------|
| 2 Waza-ari | 0 Waza-ari | Victory AKA   |
| 1 Waza-ari | Ippon      | Victory SHIRO |
| No points  | No points  | Draw          |
| 1 Waza-ari | 0 Waza-ari | Victory AKA   |
| 1 Waza-ari | 2 Waza-ari | Victory SHIRO |

**SHIRO Team wins**

Se as duas equipas tiverem o mesmo número de IPPON marcados,

- b. A equipa vencedora será a equipa com mais WAZA-ARI marcados, no entanto, apenas são contabilizados os WAZA-ARI dos combates ganhos. (Os combates perdidos não terão influência na decisão).
  - c. Se o resultado continuar empatado, cada equipa selecionará um lutador para um novo combate. A equipa vencedora será decidida pelo resultado deste combate.
  - d. Se este combate terminar empatado, continuará com o ENCHOSEN, com todas as pontuações, penalizações e advertências a serem transferidas de acordo com as regras individuais.
7. Quando se decide o resultado de um combate por votação (HANTEI), o SHUSHIN desloca-se para o limite da área de competição e chama HANTEI, seguido de dois toques com o apito. O FUKUSHIN e o SHUSHIN indicarão a sua opinião utilizando as suas bandeiras. O

SHUSHIN dará um breve toque com o apito, regressará à sua posição original e anunciará a decisão.

## **Artigo 10 Comportamentos proibidos**

1. Técnicas com contacto excessivo; todas as técnicas devem ser controladas.
2. Técnicas com contacto com a garganta.
3. Ataques nos braços, pernas, virilhas, articulações ou peito do pé.
4. Ataques à cara com técnicas de mão aberta.
5. Técnicas de projecção perigosas ou proibidas, susceptíveis de causar lesões.
6. Abandonar a zona de competição (JOGAI).
7. MUKI RYOKU - evitar o combate como forma de impedir o adversário de marcar pontos (conta como MUBOBI).
8. Agarrar e tentar projectar ou derrubar o adversário, sem primeiro fazer um ataque genuíno, exceto se o adversário tiver tentado agarrar ou projectar primeiro, bem como técnicas de projecção em que o ponto de articulação está acima do nível da anca.
9. Agarrar, lutar, empurrar, varrer (ASHI BARAI) ou agarrar desnecessariamente, sem tentar uma técnica de ataque.
10. Técnicas que, pela sua própria natureza, não podem ser controladas para segurança do adversário, bem como ataques perigosos e descontrolados, independentemente da seu impacto.
11. Ataques com a cabeça, joelhos ou cotovelos.
12. Fingir ou exagerar uma lesão.
13. Falar com o adversário ou provocá-lo, não obedecer às ordens do SHUSHIN, ter um comportamento descortês para com os árbitros ou outras infracções de etiqueta.
14. Para os combates de equipa: se um participante ou o treinador for citado por qualquer um dos comportamentos acima referidos que resultem em SHIKKAKU, toda a equipa será desclassificada.
15. Os punhos, as danças da vitória e outras acções semelhantes implicarão a anulação do ponto.

## Artigo 11 Sanções

1. Podem ser aplicadas as seguintes sanções:
  - a. **KEIKOKU:**  
É para infracções menores, que não merecem HANSOKU CHUI ou HANSOKU.
  - b. **HANSOKU CHUI:**  
Este é normalmente imposto para infracções pelas quais um KEIKOKU foi dado anteriormente no mesmo combate, embora possa ser imposto diretamente para infracções graves, que não merecem HANSOKU. Se o adversário marcar ao mesmo tempo, ser-lhe-á atribuído WAZA-ARI / IPPON em conformidade.
  - c. **HANSOKU:**  
É imposto na sequência de uma infração muito grave ou quando já foi dado HANSOKU CHUI. Tem como consequência a desqualificação do competidor. O competidor lesionado receberá um IPPON KACHI adicional.
  - d. **SHIKKAKU:**  
Esta é uma desqualificação de todo o torneio. Para definir o limite do SHIKKAKU, é necessário consultar o comité de arbitragem. O SHIKKAKU pode ser invocado quando um competidor não obedece às ordens do SHUSHIN, age de forma maliciosa ou comete um ato que prejudica o prestígio e a honra do karaté-do, ou quando se considera que outras acções violam as regras e o espírito do torneio. Se um membro da equipa receber SHIKKAKU, o adversário receberá um IPPON KACHI adicional. O SHIKKAKU pode ser imposto diretamente, sem qualquer aviso. Se o SHUSHIN considerar que um competidor agiu de forma maliciosa, independentemente de haver ou não um ferimento físico real, o SHIKKAKU, e não o HANSOKU, é a sanção adequada.  
Mesmo que o competidor não tenha feito nada para a merecer, é suficiente que o treinador ou outros membros da delegação do competidor se comportem de tal forma que prejudiquem o prestígio e a honra do karaté-do. Deve ser feito um anúncio público de SHIKKAKU. O SHIKKAKU também pode ser atribuído por comportamento malicioso e prejudicial fora da área de competição.
2. Uma sanção pode ser imposta diretamente por uma infração às regras, mas uma vez aplicada, as infracções repetidas na mesma categoria de sanções devem resultar num aumento da gravidade da sanção imposta. Por exemplo, não é possível fazer uma advertência ou aplicar uma sanção por contacto excessivo e, em seguida, fazer a mesma advertência por um segundo contacto excessivo.
3. Quando uma penalização e uma pontuação são dadas ao mesmo tempo, a negativa (penalização) é sempre dada primeiro e depois a positiva (pontuação).

O anexo I apresenta um resumo de todas as sanções.

## Artigo 12 Lesões e acidentes em competição

1. KIKEN ou desistência do combate é a decisão tomada, quando
  - a. os competidores não se apresentarem quando forem chamados,
  - b. não puderem continuar, interromperem o combate ou
  - c. são retirados por ordem do SHUSHIN e/ou do médico oficial.

Os motivos de interrupção podem incluir lesões não imputáveis às acções do adversário. Quando o médico oficial declara um competidor inapto, um canto do cartão de identificação do competidor deve ser cortado. O grau de inaptidão deve ser claramente comunicado aos outros painéis de árbitros.

2. Se dois participantes se lesionarem ou sofrerem os efeitos de lesões anteriores e forem declarados incapazes de continuar pelo médico oficial, o combate é atribuído ao participante que tiver recebido mais pontos. Se os dois competidores tiverem o mesmo número de pontos, então uma votação (HANTEI) decidirá o resultado do combate.
3. Um competidor lesionado que tenha sido declarado incapaz de combater pelo médico oficial não pode voltar a combater nesse torneio.
4. Um competidor lesionado que ganhe um combate por desqualificação devido a lesão não está autorizado a lutar novamente no torneio sem autorização do médico oficial. Se o competidor lesionado ganhar um segundo combate por desqualificação do adversário, é imediatamente excluído de outras competições de kumite nesse torneio.
5. Quando um competidor se lesiona, o SHUSHIN deve interromper imediatamente o combate e chamar o médico oficial. Somente o médico oficial está autorizado a diagnosticar e tratar lesões. O SHUSHIN só deve chamar o médico oficial quando um competidor estiver lesionado e precisar de cuidados médicos, o SHUSHIN não está autorizado a tocar num competidor lesionado.
6. Nos combates por equipas, se um membro da equipa receber KIKEN, o adversário receberá um IPPON KACHI adicional.

### Artigo 13 Protesto oficial

1. Ninguém pode contestar uma decisão tomada pelo painel de arbitragem diretamente junto dos membros do painel de arbitragem.
2. Se um procedimento / decisão do painel de arbitragem parecer contrário às regras, o chefe de delegação ou o treinador de um competidor ou de uma equipa é a única pessoa autorizada a protestar junto da KANSA. Este protesto deve ser efectuado no prazo de um minuto. A categoria deve ser suspensa imediatamente até que a questão seja resolvida. O KANSA verificará se a questão pode ser resolvida aplicando as regras; se tal não for possível, contactará o KOTO-CHO; se ainda assim não for possível encontrar uma solução, o comité de arbitragem deve ser contactado. Em seguida, o júri de recurso, composto pela comissão organizadora e pela comissão de arbitragem, analisará as circunstâncias que levaram à decisão protestada. As provas em vídeo não são tidas em consideração.

## Artigo 14 Poderes e deveres

1. Os poderes e deveres do comité de árbitros do SKIEF são os seguintes
  - a. Assegurar a preparação correta de cada torneio, em colaboração com o comité organizador, no que diz respeito à organização da área de competição, à disponibilização e utilização de todos os equipamentos e instalações necessários, ao funcionamento e supervisão das provas, às precauções de segurança, etc.
  - b. Nomear e destacar o KOTO-CHO para as respectivas áreas e agir e tomar as medidas correspondentes com base nos relatórios do KOTO-CHO.
  - c. Supervisionar e coordenar o desempenho global dos árbitros.
  - d. Nomear, se necessário, funcionários substitutos.
  - e. Decidir em última instância sobre questões técnicas que possam surgir durante uma determinado prova e para as quais não existam estipulações nas regras.
2. Os poderes e deveres do KOTO-CHO (controlador de área) são os seguintes
  - a. Delegar, nomear e supervisionar o SHUSHIN e o FUKUSHIN, para todos as provas na área sob o seu controlo.
  - b. Controlar o desempenho dos SHUSHIN e FUKUSHIN na sua área e assegurar que os funcionários nomeados estão aptos a desempenhar as tarefas que lhes são atribuídas.
  - c. Ordenar ao SHUSHIN que interrompa a prova quando o KANSA assinalar uma infração às regras da competição.
3. As competências do SHUSHIN são as seguintes
  - a. O SHUSHIN terá o poder de conduzir as provas, incluindo o anúncio do início, da suspensão e do fim da prova, e de atribuir pontos.
  - b. Explicar ao KOTO-CHO, ao comité de árbitros ou ao júri de recurso, se necessário, os fundamentos de uma decisão tomada.
  - c. Impor sanções e fazer advertências, antes, durante ou depois de uma prova.
  - d. Obter e atuar de acordo com o(s) parecer(es) dos FUKUSHIN. Em princípio, os FUKUSHIN têm capacidade consultiva; no entanto, se dois ou mais FUKUSHIN tiverem uma opinião diferente da do SHUSHIN, o FUKUSHIN SHUGO é obrigatório.
  - e. Para anunciar as extensões.
  - f. Proceder à votação do painel de árbitros (HANTEI) e anunciar o resultado.
  - g. Para anunciar o vencedor.
  - h. A autoridade do SHUSHIN não se limita apenas à zona da prova, mas também a todo o seu perímetro imediato.
  - i. O SHUSHIN dá todas as ordens e faz todos os anúncios.
4. Os poderes do FUKUSHIN serão os seguintes:
  - a. Assistir o SHUSHIN dando sinais de bandeira e de apito.
  - b. Exercer o direito de voto sobre uma decisão a adotar.
  - c. O FUKUSHIN observará atentamente as acções dos competidores e assinalará ao SHUSHIN uma opinião nos seguintes casos:
    - Quando for observada uma pontuação,
    - Quando um competidor tiver cometido um ato e/ou uma técnica proibida,
    - Quando for detectada uma lesão ou doença de um competidor,
    - Quando um ou ambos os competidores tiverem saído da área de competição (JOGAI),
    - Noutros casos, quando for considerado necessário chamar a atenção do SHUSHIN.

- d. Os FUKUSHIN só devem pontuar o que realmente vêem. Se não tiverem a certeza de que uma técnica atingiu efetivamente uma área de pontuação, devem assinalar que não viram (MIENAI).
5. O KANSA assistirá o KOTO-CHO e o SHUSHIN, supervisionando o combate em curso. Se as decisões do SHUSHIN e/ou do FUKUSHIN não estiverem de acordo com as regras da competição, o KANSA dará instruções ao SHUSHIN para interromper o combate e corrigir a irregularidade. Os registos do combate tornar-se-ão registos oficiais sujeitos à aprovação da KANSA. No caso do FUKUSHIN SHUGO, o KANSA só participará quando for convidado pelo SHUSHIN.
6. O supervisor da pontuação manterá um registo separado das pontuações atribuídas pelo SHUSHIN e, ao mesmo tempo, supervisionará as acções dos cronometristas e dos marcadores de pontos nomeados.
7. Para o HANTEI, o SHUSHIN e o FUKUSHIN têm um voto cada. O SHUSHIN pede uma decisão (HANTEI), dá dois toques com o apito e, ao mesmo tempo, o SHUSHIN levanta a mão, enquanto os FUKUSHIN levantam as suas bandeiras. Não é permitido o HIKIWAKE (empate).

## Artigo 15 Início, suspensão e finalização dos combates

1. Os termos e os gestos a utilizar pelo SHUSHIN e pelo FUKUSHIN durante um combate são especificados no anexo II.
2. O SHUSHIN e o FUKUSHIN tomam as suas posições prescritas após uma troca de vénias entre os competidores; o SHUSHIN anuncia SHOBU HAJIME! e o combate tem início. Se um competidor entrar prematuramente na área, deve ser afastado. Os competidores devem fazer uma vénia adequada uns aos outros - um aceno rápido é indelicado e insuficiente.
3. O SHUSHIN interrompe o combate anunciando YAME. Se necessário, o SHUSHIN ordena aos participantes que regressem às suas posições iniciais (MOTO NO ICHI).
4. O SHUSHIN regressa à sua posição e os FUKUSHIN indicam a sua opinião utilizando o sinal adequado. Se for atribuída uma pontuação, o SHUSHIN identifica o competidor (AKA ou SHIRO), a zona atacada (CHUDAN ou JODAN), a técnica de pontuação (TSUKI, UCHI ou KERI) e atribui a pontuação correspondente utilizando o gesto correto. O SHUSHIN reinicia então o combate chamando o TSUZUKETE HAJIME.
5. Ao reiniciar um combate, o SHUSHIN deve verificar se ambos os competidores estão atrás das suas linhas e devidamente compostos. Os competidores que estejam a saltar para cima e para baixo ou que estejam a fazer qualquer outro tipo de agitação devem ser acalmados antes de o combate poder ser reiniciado. O SHUSHIN deve reiniciar o combate com um mínimo de atraso.
6. Quando um competidor atinge o IPPON (num combate por equipas ou individual) ou o IPPON HAN (num combate individual) durante um combate, o SHUSHIN chama YAME e ordena aos competidores que regressem às suas linhas de partida, tal como ele regressa à sua. O vencedor é então declarado e indicado pelo SHUSHIN, que levanta a mão do lado do vencedor e declara SHIRO (AKA) NO KACHI. O combate termina nesta altura.

7. Quando o tempo acabar e os participantes tiverem atingido o IPPON (nos combates por equipas ou individuais) ou o IPPON HAN (nos combates individuais), a pontuação estiver empatada ou não tiver sido atribuída nenhuma pontuação, o SHUSHIN chama YAME! e regressa à sua posição. O SHUSHIN desloca-se para a extremidade da área de competição e anuncia a decisão. Em caso de empate, o SHUSHIN anuncia o HIKIWAKE e o início do ENCHOSEN, se for caso disso.
8. Quando confrontado com uma das seguintes situações, o SHUSHIN chama YAME! e interrompe temporariamente o combate:
  - a. Quando um ou ambos os competidores se encontram fora da área de competição.
  - b. Quando o SHUSHIN ordena a um competidor que ajuste o karate-gi ou o equipamento de proteção.
  - c. Quando um competidor infringiu as regras.
  - d. Quando o SHUSHIN considerar que um ou ambos os adversários não podem continuar o combate devido a lesões, doença ou outras causas. Seguindo a opinião do médico oficial, o SHUSHIN decidirá se o combate deve continuar.
  - e. Quando um competidor agarra o adversário e não executa uma técnica ou uma projecção imediata.
  - f. Quando um ou ambos os competidores caem ou são projectados, e nenhuma técnica eficaz é executada instantaneamente.
  - g. Quando ambos os participantes estão de pé após uma queda ou tentativa de projecção e começam a lutar.
  - h. Quando dois FUKUSHIN dão o mesmo sinal ou indicam uma pontuação para o mesmo competidor.

Outras regras de avaliação para kumite podem ser encontradas no apêndice III.

## Regras do Yakusoku Kumite

### Artigo 16 Organização de competições de Yakusoku Kumite

1. As competições de Yakusoku kumite consistem em KIHON IPPON kumite e JIYU IPPON kumite.
2. As competições de Yakusoku kumite incluem combates KO-HAKU e combates de sistema de pontos.
3. Antes da competição, o comité de arbitragem deve, através do convite, anunciar os tipos de ataques (TSUKI, KERI, etc.) e o número de ataques por competidor(uma vez, duas vezes, etc.) exigidos aos competidores.
4. O lado defensor pode usar qualquer técnica de defesa (UKE). No entanto, como o SKIF tem um programa de treino numerado para o YAKUSOKU KUMITE, aqueles que usarem técnicas do sistema numérico do SKIF de forma precisa e poderosa receberão mais pontos.
5. O painel de árbitros deve avaliar tanto as técnicas de ataque como as de defesa dos competidores.

### Artigo 17 KIHON IPPON Kumite

1. O KIHON IPPON kumite consiste numa competição entre duas equipas de AKA e SHIRO com dois membros cada.
2. No início da competição, duas equipas, uma com um cinto vermelho para além dos seus cintos (AKA) e a outra (SHIRO), aproximam-se simultaneamente da área e fazem uma vénia ao SHUSHIN.
3. Depois de se curvarem uma perante a outra, as duas equipas voltam-se para a frente e os competidores do lado direito começam a executar várias técnicas de ataque, conforme decidido previamente pelo comité de arbitragem. Depois de ambas as equipas terem completado a primeira ronda de ataques, os competidores do lado esquerdo executam, por sua vez, as técnicas de ataque. No entanto, desta vez, o lado defensor deve utilizar técnicas de defesa diferentes que não tenham sido utilizadas anteriormente neste combate pelo seu parceiro.
4. Depois de cada membro de ambas as equipas ter atacado e defendido, os competidores alinham-se na extremidade da área de competição, de frente para o SHUSHIN.
5. O SHUSHIN pede uma decisão (HANTEI) e anuncia o resultado, aplicando exatamente os mesmos procedimentos das regras do KO-HAKU que nas competições de kata.
6. Os competidores fazem uma vénia uns aos outros, depois ao SHUSHIN e abandonam a zona de competição.

## Artigo 18 JIYU IPPON Kumite

1. O JIYU IPPON kumite consiste numa competição entre duas equipas de AKA e SHIRO com dois membros cada.
2. No início de cada combate, as equipas AKA e SHIRO alinham-se na extremidade da área de competição, de frente para o SHUSHIN. Depois de uma vénia ao painel de árbitros, a SHIRO afasta-se da área de competição.
3. A equipa AKA dirige-se primeiro para o meio da área de competição e, depois de se curvarem uns aos outros, o competidor do lado direito começa a executar várias técnicas de ataque, de acordo com o que foi previamente decidido pelo comité de arbitragem. Depois de o lado direito ter completado os ataques, o competidor do lado esquerdo irá, por sua vez, executar as técnicas de ataque. No entanto, o lado defensor deve, desta vez, utilizar técnicas diferentes das utilizadas anteriormente pelo seu parceiro neste combate. Depois de a equipa AKA ter concluído a sua demonstração e ter abandonado a área de competição, a equipa SHIRO entrará e fará a sua demonstração.
4. Depois de a equipa SHIRO ter concluído a sua demonstração, as equipas AKA e SHIRO alinham-se na extremidade da área de competição, de frente para o SHUSHIN.
5. O SHUSHIN pede uma decisão (HANTEI) e anuncia o resultado, aplicando exatamente os mesmos procedimentos das regras do KO-HAKU que nas competições de kata.
6. Os competidores fazem uma vénia um ao outro, depois o SHUSHIN e abandonam a zona de competição.

Outras regras de avaliação para o YAKUSOKU kumite podem ser encontradas no apêndice IV.

## Regras do Kata

### Artigo 19 Organização de competições de Kata

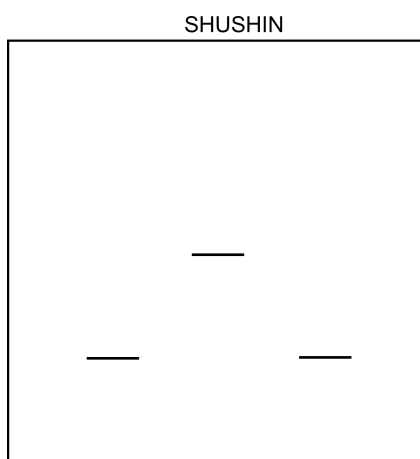
1. As competições de kata podem consistir em provas por equipas e/ou individuais. As equipas de Kata são constituídas por três pessoas. Cada equipa é constituída por homens ou mulheres, podendo também haver equipas mistas, se aprovado pelo comité organizador. Uma prova de kata individual consiste em actuações individuais em divisões masculinas e femininas separadas, mas também pode haver categorias mistas, se aprovado pelo comité organizador.
2. Uma competição de kata consiste em confrontos KO-HAKU e/ou na aplicação do sistema de pontos. Serão seleccionados oito competidores para a final. Em alternativa, pode haver uma meia-final, aplicando o sistema de pontos, com dezasseis competidores e depois uma final com oito competidores. Os confrontos de eliminação podem ser efectuados com kata obrigatórios, aplicando o sistema KO-HAKU. Se houver oito competidores ou menos numa categoria, o sistema de pontos é aplicado diretamente.
3. As meias-finais devem ser disputadas no mesmo campo e com o mesmo painel de árbitros. As finais também devem ser disputadas num único campo com o mesmo painel de árbitros (pode ser diferente do painel das meias-finais).
4. Os competidores deverão executar kata obrigatórios (SHITEI) e de seleção livre (TOKUI) durante a competição. Os kata devem estar de acordo com os kata definidos pelo SKIF (apêndice V).

### Artigo 20 Critérios de decisão

1. O kata deve ser executado com competência e deve demonstrar uma clara compreensão dos princípios tradicionais que contém. Ao avaliar o desempenho de um competidor ou de uma equipa, o FUKUSHIN procurará
  - a. Uma demonstração realista do significado do kata.
  - b. Compreensão das técnicas do kata (BUNKAI).
  - c. Boa sincronização, ritmo, velocidade, equilíbrio e concentração de potência (KIME).
  - d. Utilização correta e adequada da respiração como auxiliar do KIME.
  - e. Foco correto da atenção (CHAKUGAN) e concentração.
  - f. Posições corretas, com uma tensão adequada das pernas e os pés bem assentes no chão.
  - g. Tensão adequada do abdómen (HARA) e das ancas, sem oscilações para cima e para baixo durante o movimento.
  - h. Demonstração da forma correta (KIHON) do Karate-do Shotokan.
  - i. O desempenho também deve ser avaliado com o objetivo de discernir outros pontos.
  - j. Um fator adicional no kata de equipa é a sincronização sem sinais externos.

O Kata não é uma dança ou um espetáculo teatral. Deve respeitar os valores e princípios tradicionais. Deve ser realista em termos de luta e mostrar concentração, poder e impacto potencial nas suas técnicas. Deve demonstrar força, potência e velocidade - bem como graça, ritmo e equilíbrio.

2. Os punhos, as danças da vitória e outras acções semelhantes implicarão a anulação do ponto.
3. Um competidor que pare durante a execução do kata ou que execute um kata diferente do anunciado será desclassificado. Isto é válido tanto para os confrontos KO-HAKU como para o sistema de pontos. Se ambos os participantes pararem ou executarem um kata errado, haverá uma desforra.
4. No kata de equipa, os três membros da equipa devem começar o kata virados para a mesma direção e em direção ao SHUSHIN, num triângulo, como se mostra:



5. Os membros da equipa devem demonstrar competência em todos os aspectos da execução do kata, bem como sincronização.
6. Comandos para começar e parar a atuação, bater com os pés, bater no peito, nos braços ou no karate-gi e respiração inadequada são exemplos de sinais externos e devem ser tidos em conta pelo FUKUSHIN ao tomar uma decisão.

## Artigo 21 KO-HAKU

1. No início de cada confronto, os dois competidores, um deles com o cinto vermelho, alinham-se na extremidade da área de competição, de frente para o SHUSHIN. Depois de se curvarem um para o outro, os dois competidores entram na área de competição e assumem as suas posições iniciais designadas. O SHUSHIN seleciona um kata obrigatório, anuncia o nome do kata aos competidores e dá o sinal de partida com um toque do apito.
2. Depois de terminada a execução do kata obrigatório por ambos os competidores, o SHUSHIN pede uma decisão (HANTEI), dá dois toques com o apito e o SHUSHIN e o FUKUSHIN levantam as suas bandeiras ao mesmo tempo, mostrando a sua decisão. O SHUSHIN e o FUKUSHIN não estão autorizados a dar HIKIWAKE.

3. O SHUSHIN apitará uma vez, após o que as bandeiras serão baixadas.
4. O SHUSHIN tomará a decisão com base no facto de todos os SHUSHIN e FUKUSHIN terem um voto cada. O SHUSHIN levanta-se então, dá um passo em frente e manifesta a decisão erguendo a bandeira correspondente.

## Artigo 22 Sistema de pontos

1. A ordem dos finalistas corresponderá sempre à ordem do seu lugar no quadro original e não aos pontos recebidos nas meias-finais.
2. O competidor que é chamado entra na área de competição e anuncia o nome do kata a ser executado. O SHUSHIN repete o nome do kata. O competidor começa então a executar a sua kata. Após a conclusão do kata, o competidor regressa ao ponto de partida e aguarda a decisão do painel de árbitros.
3. O SHUSHIN pede uma decisão (HANTEI), apita duas vezes e todos os FUKUSHIN levantam os seus cartões de pontos com a mão direita, mostrando os seus pontos à mesa de pontuação.
4. Depois de os pontos serem registados, um membro da mesa de pontuação irá anunciar todos os pontos. O SHUSHIN apitará uma vez, após o que os cartões de pontos serão baixados.
5. A mesa de pontuação anunciará a pontuação final ao competidor.
6. O SHUSHIN pode assinalar ao FUKUSHIN, quando verificar que um competidor se desvia significativamente durante a execução do kata ou que o competidor não executa o kata anunciado, o que levará à desqualificação. Um FUKUSHIN também pode fazer sinal ao SHUSHIN quando se apercebe das mesmas coisas.
7. As pontuações mais altas e mais baixas dadas pelos cinco (ou sete) SHUSHIN e FUKUSHIN são eliminadas, enquanto as três (ou cinco) pontuações restantes são somadas, resultando na pontuação total do competidor.
8. No caso de dois competidores terem a mesma pontuação, primeiro verifique e encontre a pontuação mais baixa das três (ou cinco) pontuações restantes para cada competidor, o competidor com a pontuação mais baixa mais alta ganhará. Se as suas pontuações mais baixas forem iguais, verifique a pontuação mais alta das restantes três (ou cinco) pontuações dos dois competidores, o competidor com a pontuação mais alta ganhará. No caso de as pontuações mais altas serem iguais, haverá um desempate.
9. Para um desempate (SAI-SHIAI), os competidores têm de executar um kata diferente do kata executado nesta ronda.
10. Todos os kata executados devem ser iniciados dentro da área de competição.

O apêndice VI contém outras regras de avaliação de kata.

## Sistema de formação e licenciamento de árbitros

### Artigo 23 Licenças de árbitro do SKIEF

1. As licenças de árbitro serão atribuídas em três níveis
  - a. A (SHUSHIN / KOTO-CHO)
  - b. B (SHUSHIN)
  - c. C (FUKUSHIN)
2. As licenças de árbitro são válidas por três anos e terão de ser renovadas. É possível subir de nível antes desse período, mas o candidato tem de pagar a taxa.
3. O registo de árbitros do SKIEF é mantido pelo secretário do comité de árbitros do SKIEF e publicado periodicamente na página web do SKIEF.
4. O grau dan de um árbitro não lhe dá acesso automático a um determinado nível de licença.
5. É possível ter uma licença diferente para kata e kumite, por exemplo, uma pessoa pode ter uma licença C para kumite e uma licença B para kata. No entanto, um árbitro tem de nivelar ambas as licenças antes de poder obter o nível seguinte; no caso do exemplo acima mencionado, esta pessoa teria de passar a licença B em kumite antes de poder tentar obter uma licença A em kata.
6. O KOTO-CHO deve ter uma licença A.
7. As licenças de árbitro do SKIEF são reconhecidas pela Sede Geral do SKIF (GHQ) e os árbitros do SKIEF serão convidados a arbitrar competições internacionais fora da Europa de acordo com o seu estatuto de licença de árbitro do SKIEF.
8. Os membros do SKIEF não estão autorizados a solicitar licenças de árbitro diretamente à sede do SKIF.

### Artigo 24 Organização da formação de árbitros

1. O comité de árbitros do SKIEF realizará uma formação e um exame de árbitros organizado centralmente por ano, todos os anos num local diferente.
2. O preço da formação de árbitros, incluindo a taxa de exame, a licença e o certificado, é de 70 euros por exame. Para as pessoas que participam apenas na formação, a taxa é de 50 euros.
3. Qualquer organização membro do SKIEF que pretenda organizar formações de árbitros no seu próprio país, por exemplo, como parte de um campo de treino nacional, tem de convidar, no mínimo, dois membros da comissão de árbitros, com todas as despesas pagas.
4. Todos os árbitros devem ler / rever as regras da competição SKIEF antes da formação e estar preparados para fazer perguntas se algo não estiver claro.

5. A participação na formação de árbitros organizada antes de um campeonato europeu é obrigatória para todos os árbitros que pretendam arbitrar nos campeonatos. Não serão aceites desculpas ou excepções.

## **Artigo 25 Exames para obtenção de licença de árbitro**

1. Os requisitos mínimos para se inscrever num exame de licença de árbitro SKIEF são os seguintes
  - a. A (SHUSHIN / KOTO-CHO): mínimo SKIF Yondan e experiência como competidor e árbitro internacional
  - b. B (SHUSHIN): mínimo SKIF Sandan e experiência como competidor
  - c. C (FUKUSHIN): mínimo SKIF Nidan
2. Os exames para obtenção de uma licença de árbitro A só são possíveis mediante convite do comité de árbitros.
3. Para realizar os exames dos árbitros, devem estar presentes pelo menos três dos seis membros do comité. Para ser aprovado num exame de árbitro, o candidato precisa da maioria dos votos dos membros do comité presentes.
4. Os árbitros que tenham passado no exame de árbitro receberão um certificado, bem como a sua licença.
5. Os árbitros podem participar no número de sessões de formação que desejarem, mas só podem fazer um exame por ano (independentemente do resultado do exame).

## **Artigo 26 Acção disciplinar**

1. A comissão de árbitros tem o direito de tomar medidas disciplinares contra os árbitros que
  - a. Não praticam e, por conseguinte, perdem algumas das suas competências de árbitro
  - b. Violar as regras da competição e do karaté-do
  - c. Agir de forma a não se tornar um árbitro de SKIEF
2. As acções disciplinares podem incluir
  - a. Perda do direito de arbitrar em competições internacionais
  - b. Despromoção (nível de licença de árbitro)
  - c. Retirada da licença de árbitro
3. Os árbitros afectados têm o direito de apresentar uma petição ao Conselho de Administração do SKIEF.

## Disposições finais

### Artigo 27 Validade

As presentes regras de competição do SKIEF são válidas a partir de 18 de fevereiro de 2019 e substituem todas as regras anteriores. Aplicam-se a todos os torneios organizados em nome e / ou sob o patrocínio da Shotokan Karate-do International European Federation (SKIEF). Os países estão autorizados a traduzir as regras de competição para a sua língua local, mas devem mencionar que, em caso de dúvida, a versão original em inglês terá sempre precedência.

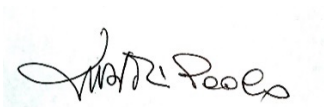
### Artigo 28 Alterações

Apenas o comité de arbitragem do SKIEF pode alterar ou modificar as regras de competição do SKIEF.

Data: 18 de fevereiro de 2019

O comité de arbitragem do SKIEF:

Lusvardi Paolo:



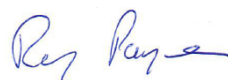
Landgraf Eugen:



Racca António:



Payne Ray:



Castrique Stéphane:



Holck Nielsen Milan:



## Apêndice I Hansoku, Jogai, Mubobi

| Hansoku                                                         |                                                                 |                                                                 |
|-----------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|
| Ippon shobu                                                     | Ippon han shobu                                                 | Sanbon shobu                                                    |
| Primeira vez<br>Aka (shiro) keikoku                             | Primeira vez<br>Aka (shiro) keikoku                             | Primeira vez<br>Aka (shiro) keikoku                             |
| Segunda vez<br>Aka (shiro) hansoku chui<br>Shiro (aka) waza-ari | Segunda vez<br>Aka (shiro) hansoku chui<br>Shiro (aka) waza-ari | Segunda vez<br>Aka (shiro) hansoku chui<br>Shiro (aka) waza-ari |
| Terceira vez<br>Aka (shiro) hansoku<br>Shiro (aka) no kachi     | Terceira vez<br>Aka (shiro) hansoku<br>Shiro (aka) no kachi     | Terceira vez<br>Aka (shiro) hansoku<br>Shiro (aka) no kachi     |

| Jogai                                                            |                                                                  |                                                                  |
|------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|
| Ippon shobu                                                      | Ippon han shobu                                                  | Sanbon shobu                                                     |
| Primeira vez<br>Aka (shiro) jogai ikkai                          | Primeira vez<br>Aka (shiro) jogai ikkai                          | Primeira vez<br>Aka (shiro) jogai ikkai                          |
| Segunda vez<br>Aka (shiro) jogai nikai<br>Shiro (aka) waza-ari   | Segunda vez<br>Aka (shiro) jogai nikai<br>Shiro (aka) waza-ari   | Segunda vez<br>Aka (shiro) jogai nikai<br>Shiro (aka) waza-ari   |
| Terceira vez<br>Aka (shiro) jogai sankai<br>Shiro (aka) no kachi | Terceira vez<br>Aka (shiro) jogai sankai<br>Shiro (aka) no kachi | Terceira vez<br>Aka (shiro) jogai sankai<br>Shiro (aka) no kachi |

| Mubobi / Muki Ryoku                                               |                                                                   |                                                                   |
|-------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|
| Ippon shobu                                                       | Ippon-han shobu                                                   | Sanbon shobu                                                      |
| Primeira vez<br>Aka (shiro) mubobi ikkai                          | Primeira vez<br>Aka (shiro) mubobi ikkai                          | Primeira vez<br>Aka (shiro) mubobi ikkai                          |
| Segunda vez<br>Aka (shiro) mubobi nikai<br>Shiro (aka) waza-ari   | Segunda vez<br>Aka (shiro) mubobi nikai<br>Shiro (aka) waza-ari   | Segunda vez<br>Aka (shiro) mubobi nikai<br>Shiro (aka) waza-ari   |
| Terceira vez<br>Aka (shiro) mubobi sankai<br>Shiro (aka) no kachi | Terceira vez<br>Aka (shiro) mubobi sankai<br>Shiro (aka) no kachi | Terceira vez<br>Aka (shiro) mubobi sankai<br>Shiro (aka) no kachi |

Significado em japonês:

Ikkai = primeira vez, Nikai = segunda vez e Sankai = terceira vez

## Apêndice II Terminologia e gestos

**Shobu hajime** - Começar o combate

Após o anúncio, o SHUSHIN dá um passo atrás.

**Ato shibaraku** - Resta um pouco mais de tempo

O cronometrista emitirá um sinal sonoro 30 segundos antes do final efetivo do combate e o SHUSHIN anunciará ATO SHIBARAKU.

**Yame** - Parar

Interrupção ou fim do combate. Enquanto faz o anúncio, o SHUSHIN faz um movimento de corte para baixo com a mão.

**Moto no ichi** - Posição original

Os competidores e o SHUSHIN regressam às suas posições iniciais.

**Tsuzukete** - Continuar a lutar

Retomar o combate ordenado após uma interrupção não autorizada.

**Tsuzukete hajime** - Retomar a luta - Começar

O SHUSHIN coloca-se numa posição avançada (passo para trás). Ao dizer TSUZUKETE, estende os braços com as palmas para dentro. Ao dizer HAJIME, aproxima rapidamente as palmas das mãos uma da outra, ao mesmo tempo que se afasta.

**Shugo** - Chamar o FUKUSHIN

O SHUSHIN chama o FUKUSHIN para discussão, qualificação, no final do combate ou para recomendar o SHIKKAKU.

**Hantei** - Decisão

O SHUSHIN pede uma decisão. Após dois breves apitos, os FUKUSHIN indicam a sua decisão utilizando as bandeiras, enquanto o SHUSHIN indica a sua própria decisão ao mesmo tempo, utilizando o(s) seu(s) braço(s).

**Hiki wake** - Empate

Em caso de empate no HANTEI, o SHUSHIN cruza os braços e depois estende-os com as palmas das mãos viradas para cima.

**Torimasen** - Inaceitável como técnica de pontuação

O SHUSHIN cruza os braços e faz um movimento de corte, com as palmas das mãos viradas para baixo.

**Encho-sen** - Prolongamento do combate

O SHUSHIN reabre o combate com o comando SHOBU HAJIME.

**Aiuchi** - Técnicas de pontuação simultânea

Não é atribuído qualquer ponto a nenhum dos competidores. O SHUSHIN junta os punhos à frente do peito.

**Aka (Shiro) no kachi** - Vermelho (branco) vence

O SHUSHIN levanta o braço do lado do vencedor em conformidade.

**Aka (Shiro) Ippon** - Vermelho (branco) marca 1 ponto

O SHUSHIN levanta o braço a 45 graus do lado do competidor que marcou.

**Waza-ari** - Vermelho (branco) marca meio ponto, o que não é bem um IPPON

O SHUSHIN estende o braço para baixo a 45 graus do lado do competidor que marcou.

**Keikoku** - Advertência sem penalização

O SHUSHIN aponta com o dedo indicador para baixo, a 45 graus, na direção do infrator.

**Hansoku-chui** - Advertência com sanção

O SHUSHIN aponta com o dedo indicador horizontalmente na direção do infrator e atribui WAZA-ARI ao adversário.

**Hansoku** - Falta

O SHUSHIN aponta com o dedo indicador para cima a 45 graus na direção do infrator e anuncia a vitória do adversário.

**Jogai** - Saída da zona de competição

O SHUSHIN aponta o dedo indicador para o lado do infrator para indicar ao FUKUSHIN que o competidor saiu da área.

**Shikkaku** - Desqualificação - "abandonar a área"

O SHUSHIN aponta primeiro para cima, a 45 graus, na direção do agressor, depois faz um movimento para fora e para trás com o anúncio AKA (SHIRO) SHIKKAKU. De seguida, anuncia uma vitória para o adversário.

**Kiken** - Renúncia

O SHUSHIN aponta para baixo a 45 graus na direção da linha de partida do competidor.

**Mubobi** - Perigo próprio

Não está pronto para lutar.

**Muki Ryoku** - Fuga

Sem vontade de lutar.

## Apêndice III Regras de avaliação para Kumite

### IPPON

Definição: Técnicas poderosas e precisas de TSUKI, UCHI e KERI (soco, golpe e pontapé) executadas em direção às partes do corpo JODAN (cabeça) e CHUDAN (estômago, lado e costas), com todos os critérios seguintes satisfeitos:

1. Postura e atitude corretas
2. Espírito abundante e ZANSHIN
3. Boa distância e tempo
4. Bom ângulo em direção ao alvo (idealmente, um ângulo de 90 graus em direção ao alvo)

O poder efetivo da técnica executada tem mais prioridade do que a complexidade da própria técnica.

Nas seguintes circunstâncias, pode ser administrado o IPPON:

1. Quando o ataque foi executado em DE-AI (contra-ataque antes de o adversário poder iniciar totalmente o seu ataque ofensivo), por exemplo, o adversário corre para o ataque
2. Se o adversário fosse MUBOBI (sem defesa)
3. Se o adversário tiver perdido o equilíbrio ou depois de ter sido atirado
4. Após um RENZOKU-WAZA (técnica contínua) eficaz por exemplo, murro duplo, pontapé e pontapé, etc.

### WAZA-ARI

WAZA-ARI é uma técnica que é um pouco menos do que IPPON. Não significa 50 por cento (%) de IPPON.

### Considerações

Não pode ser dado IPPON a um pontapé JODAN sem força ou a técnicas executadas num ângulo diferente de 90 graus em relação ao alvo. Mas pode ser dado WAZA-ARI nestes casos.

Não é atribuída qualquer pontuação a um pontapé de canela nas costas ou quando a perna que pontapeia é agarrada pelo defensor (isto significa que não há ZANSHIN).

### Observações

1. *YAME (paragem)*  
O fim do combate é assinalado pelo SHUSHIN.
2. *BASSOKU (penalização)*  
O SHUSHIN tem o direito de aplicar sanções até o competidor abandonar a zona de competição. A penalização também pode ser dada ao competidor após a prova, mas exclusivamente pelos membros da comissão de arbitragem.

3. *JOGAI (fora da área de competição)*  
Se ambos os competidores estiverem fora da área de competição (JOGAI), não pode ser marcado qualquer ponto.  
Se um estiver dentro e o outro fora da área de competição, e o ponto marcado tiver sido executado pelo competidor dentro da área de competição e antes do YAME!
4. *AIUCHI (ambos executam ataques eficazes em simultâneo)*  
Não é atribuída pontuação ao AIUCHI. No entanto, se um competidor executar uma técnica eficaz enquanto o outro executa uma ação proibida (HANSOKU), a pontuação é atribuída ao primeiro e a penalização ao segundo.
5. *HANSOKU (ação proibida)*  
Quando uma ação proibida (HANSOKU) é executada depois de marcar um ponto, o competidor perde o ponto e é aplicada uma penalização, independentemente do intervalo entre a pontuação e o HANSOKU (mas dentro da mesma ação).
6. *ZANSHIN (consciência)*  
Se o competidor virar as costas ao adversário após uma técnica de pontuação, considera-se que não há ZANSHIN. Não é atribuída pontuação e é aplicada uma penalização de MUBOBI (sem defesa).
7. *Não são atribuídos pontos às seguintes técnicas*
  - Técnicas executadas dando um passo para trás enquanto se está a ser atacado, o que demonstra falta de equilíbrio central e ZANSHIN.
  - OKIZUKI (soco estático) e OKIUCHI (ataque estático), que podem ter um bom timing, mas não têm velocidade e potência.
8. *Contacto sem defesa*  
Em princípio, o contacto é proibido e é aplicada uma penalização. No entanto, se o adversário não tiver feito qualquer defesa contra o contacto, o SHUSHIN pode atribuir uma penalização de MUBOBI à pessoa atacada.
9. *Contacto que provoca hemorragia*  
Por muito bom que seja o ataque, se o defensor estiver a sangrar devido ao contacto, o atacante recebe uma penalização (advertência por violação das regras).
10. *Ferimento*  
O SHUSHIN deve observar o competidor lesionado. Por exemplo, é da responsabilidade do SHUSHIN saber se a hemorragia foi causada pelo combate atual ou por um combate anterior.
11. *Técnica não controlada*  
As técnicas não controladas, com ou sem contacto, recebem KEIKOKU ou outra penalização.
12. Assinalar no cartão de identificação o competidor que obteve uma vitória/derrota devido ao HANSOKU, cortando um canto por cada HANSOKU.
13. Os competidores devem estar ilesos na primeira ronda (sem ligaduras ou fitas adesivas). Posteriormente, é permitido colocar ligaduras ou fitas adesivas com a autorização prévia do médico oficial.

14. *As acções estritamente proibidas são*
- técnicas de projecção que não permitam uma aterragem segura.
  - Técnicas que põem em perigo o adversário.
  - Acções e comportamentos provocatórios grosseiros. Se um competidor, treinador ou outro membro da equipa falar/agir de forma inadequada, o competidor e/ou a equipa inteira/parcial pode ser desclassificado.
15. O FUKUSHIN deve indicar apenas o que testemunhou efetivamente. A decisão não pode ser tomada apenas com base no tempo, mas sem a visão real do punho / pé que está a marcar.  
FUJYUBUN (insuficiente) é uma opinião baseada no que se viu. MIENAI (não foi possível ver) não é uma opinião, mas um facto.
16. É muito importante que os competidores façam a vénia no início e no fim de cada combate. Se isso não for feito, o SHUSHIN deve exigir que os competidores voltem e façam a vénia corretamente.
17. Se um competidor se exhibir depois de ter pontuado (por exemplo, bater com os punhos, levantar as mãos, etc.), o SHUSHIN anulará ou retirará o ponto como penalização.

## Apêndice IV Regras de avaliação do Yakusoku Kumite

Os competidores devem, em princípio, seguir o sistema numérico do programa SKIF, aplicando outras técnicas serão atribuídos pontos mais baixos. YAKUSOKU kumite (combate pré-definido) deve ser executado com precisão como kata, no entanto o painel de árbitros deve observar

1. Espírito de luta
2. Vigor
3. Concentração

A coordenação (movimentos, força, espírito e respiração) do par é um critério de avaliação importante. O KIHAKU (espírito de luta), o ZANSHIN e o comportamento também devem ser considerados.

### KIHON IPPON Kumite

A ordem de ataque está definida no regulamento da competição. O KIHON IPPON kumite requer precisão e força básicas de TSUKI (soco), KERI (pontapé), UKE (bloqueio), posição e postura

Além disso, requer a correta

1. Posição
2. Postura
3. Técnicas de defesa e de ataque

### JIYU IPPON Kumite

Deve satisfazer todos os requisitos acima referidos e ainda

1. MAAI correto (distância)
2. Boa altura
3. TENSHIN (rotação correta do corpo)
4. TAI-SABAKI (reposicionamento)

### Os pontos de penalização

1. Sistema numérico correto, mas técnicas ineficazes (-0,1)
2. Boas técnicas, mas ligeiramente diferentes do sistema numérico (-0,1)
3. Técnicas eficazes, mas diferentes do sistema numérico (-0,1)
4. Técnicas más e erradas (-0,2)

## Apêndice V Kata

### Kata obrigatório

Heian Shodan  
Heian Nidan  
Heian Sandan  
Heian Yondan  
Heian Godan  
Tekki Shodan

### Shitei Kata

Bassai dai  
Kanku dai  
Enpi  
Jion

### Outros Kata

|               |               |
|---------------|---------------|
| Tekki Nidan   | Tekki Sandan  |
| Bassai sho    | Kanku sho     |
| Jitte         | Chinte        |
| Ji'in         | Unsu          |
| Meikyo        | Hangetsu      |
| Gankaku       | Sochin        |
| Nijushiho     | Wankan        |
| Gojushiho dai | Gojushiho sho |
| Seienchi      | Seipai        |
| Gankaku sho   | Nijuhachi     |

## Apêndice VI Regras de avaliação do Kata

Na avaliação do desempenho do kata, o painel de árbitros deve consultar a publicação de Soke Kanazawa "Karate - the complete Kata". A avaliação do kata deve basear-se no desempenho global, no entanto, os pormenores de cada técnica também devem ser considerados. Os seguintes pontos da atuação devem ser observados:

1. Correção
2. Velocidade
3. Potência (KIME)
4. Espírito

### Deduções médias (pode ser mais ou menos)

1. Não fazer vénias no início/fim do kata (-0,1)
2. Aspeto não cuidado (-0,1)
3. Movimentos errados dos pés no início/fim (-0,1)
4. Pisar fora da área de competição (com exceção de dois competidores que começam nas linhas dadas da área de competição e das competições por equipas) (-0,1)
5. Terminar num local diferente da posição inicial (-0,1)
6. Sem KIAI (-0,1)
7. Ruídos de respiração exagerados e sons de HIKITE (puxar a mão para trás) (-0,1)
8. Acentuação excessiva das acções (-0,1)
9. Mudança excessiva de ritmo (-0,1)
10. Ligeira hesitação de movimentos durante a execução (-0,1)
11. Paragem clara do movimento durante a execução (-0,2)
12. Ligeira perda de equilíbrio, mas com recuperação imediata (-0,1 ~ -0,3)
13. Perda clara de equilíbrio, mas com recuperação imediata (-0,2 ~ -0,4)
14. Perda total de equilíbrio sem recuperação (-0,3 ~ -0,5)
15. Cometeu um erro, mas prosseguiu imediatamente com a correção (-0,2)
16. Completou o kata, mas com a ordem errada dos movimentos (-0,5)
17. Cometeu uma série de erros claros (-1,0)
18. Paragem do kata antes da sua conclusão (desqualificação)
19. Execução de um kata diferente do anunciado (desqualificação)
20. Perda do cinto antes de HANTEI (desqualificação)
21. Erros em KAKIWAKE-UKE, MANJI-UKE, JYUJI-UKE (-0,1) (não seguir a forma SKIF)  
Se houver mais de dois erros técnicos (por exemplo, erros em MANJI e KAKIWAKE), a dedução será duplicada (-0,2)

Em caso de erros técnicos, o SHUSHIN deve convocar o FUKUSHIN para discutir as deduções.

## Pontos de crédito

Em caso de execução excelente de técnicas difíceis, como as enumeradas a seguir, serão atribuídos ao competidor +0,1 ~ +0,3 pontos suplementares.

1. Kanku-dai: pontapé duplo
2. Kanku-sho: saltar
3. Unsu: saltar e virar MAWASHI-GERI
4. Gankaku: virar KOSHI-GAMAE
5. Outros de dificuldade semelhante

## Equipa Kata

Os seguintes pontos da atuação devem ser observados:

1. Todas as regras do kata individual aplicam-se ao kata de equipa.
2. O ritmo e o tempo não devem ser alterados para sincronizar os movimentos.
3. Os competidores não devem utilizar sinais externos para a sincronização (por exemplo, sons respiratórios excessivos).
4. Serão deduzidos entre -0,1 e -0,2 pontos por movimentos não sincronizados.

## Apêndice VII Gestos

### SHUSHIN

Seguir os gestos para o SHUSHIN durante um combate de KUMITE:



### NAKAE

*Braços rectos de fora para dentro*

SHOBU HAJIME  
ENCHO SEN HAJIME  
SAI SHIAI HAJIME  
*Pés juntos, mãos abertas*



### AKA WAZARI

*Braço dos ombros para baixo num ângulo de 45*

### SHIRO IPPON / SHIRO NO KACHI

*Braço das ancas para cima num ângulo de 135*



**YAME**  
*Movimento abrangente para baixo*



**YAME (AKA WAZARI)**



**YAME (SHIRO IPPON)**



**TSUZUKETE HAJIME**  
*Braços rectos de fora para dentro*



**FUKUSHIN SHUGO**  
*Movimento abrangente do exterior para o interior*



**AI UCHI**  
*Punhos juntos à frente*



**TORIMASEN**  
*Braços a 45°, palmas p/ baixo*



**AKA UKETERU**  
*Bloqueado por AKA*



**SHIRO NUKETERU**  
*A técnica da SHIRO ao lado*

**AKA JOWAI**

*A técnica da AKA não foi suficiente*

**SHIRO MAAI**

*A técnica da SHIRO estava demasiado longe*

**AKA HAI HAI**

*AKA foi mais rápido*

**AKA KEIKOKU**

*Apontar para os pés do infrator com o dedo indicador*

**AKA HANSOKU CHUI**

*Apontar para o peito do infrator com o dedo indicador*

**AKA HANSOKU**

*Apontar para a cara do infrator com o dedo indicador*

**AKA SHIKKAKU**

*Apontar para a cara do infrator com o dedo indicador e depois para fora*

**AKA JOGAI**

*Aponta no limite da zona de competição*

**AKA MUBOBI / AKA MUKI RYOKU**

*Toca na bochecha*

**IKKAI**

*Utilizar o dedo indicador para indicar primeira vez*

**NIKKAI**

*Utilizar os dedos indicador e médio para indicar a segunda vez*

**SANKAI**

*Utilizar os dedos indicador, médio e anelar para indicar a terceira vez*

**HIKIWAKE**

*Braços a 45°, palmas das mãos viradas para cima*

Seguir os gestos para o SHUSHIN durante uma prova de KATA:



#### AKA NO KACHI

*Levantar-se, dar um passo em frente e erguer a bandeira vermelha a direito para cima*



#### SHIRO NO KACHI

*Levantar-se, dar um passo em frente e erguer a bandeira branca a direito para cima*

## FUKUSHIN

Seguir os gestos para o FUKUSHIN durante um combate de KUMITE:



**POSIÇÃO INICIAL**



**MIENAI**

*Bandeiras juntas por baixo dos olhos*



**AKA WAZARI**

*Braço esticado a partir do ombro*



**AKA IPPON**

*Braço direito para cima*



**TORIMASEN**

*Agitar as bandeiras para o lado uma vez*



**AI UCHI**

*Juntar pontas das bandeiras*



**AKA JOWAI**

*Acenar ligeiramente com a bandeira para cima e para baixo*



**AKA UKETERU**

*Bloqueado por AKA*



**AKA NUKETERU**

*A técnica da AKA ao lado*



**MAAI**

*Manter as bandeiras paralelamente afastadas*



**AKA HAI HAI**

*Segurar a bandeira num ângulo de 90°*



**AKA KEIKKOKU**  
*Pequeno círculo na frente*



**AKA HANSOKU CHUI**  
*Círculo pequeno a direito e para cima*



**AKA HANSOKU  
AKA SHIKKAKU**  
*Círculo grande direito e para cima*



**AKA JOGAI**  
*Apontar a bandeira para a linha*



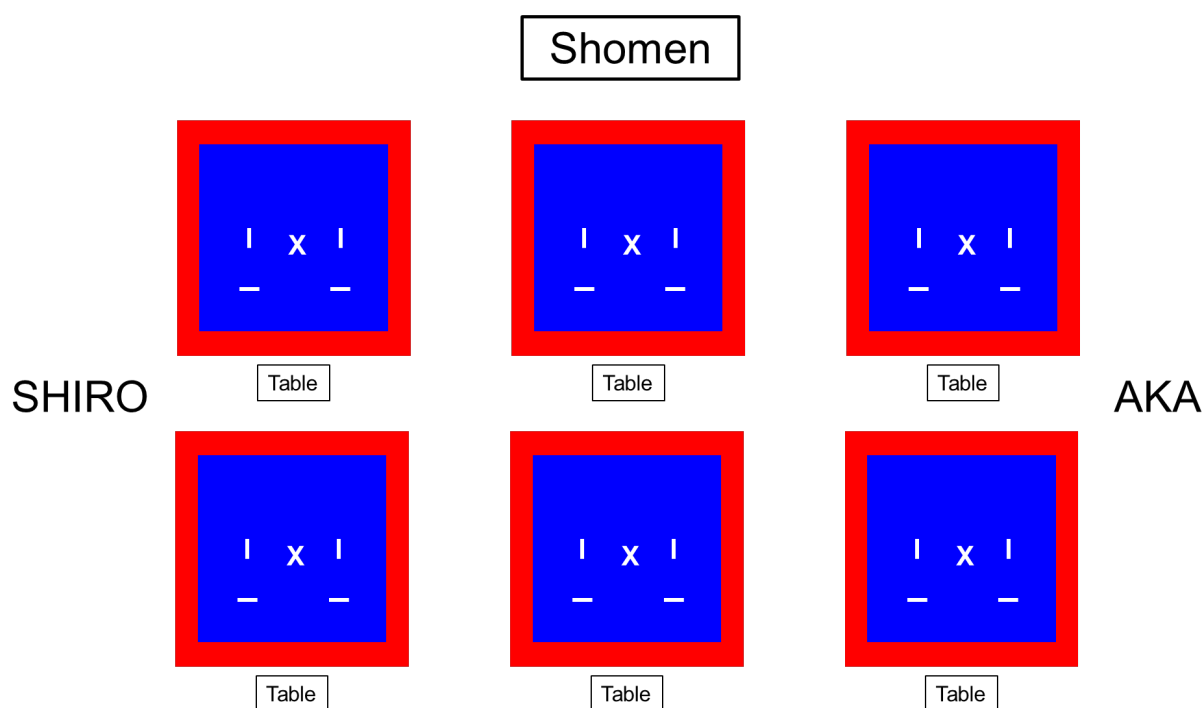
**AKA MUBOBI**  
*Tocar levemente na bochecha com a bandeira*



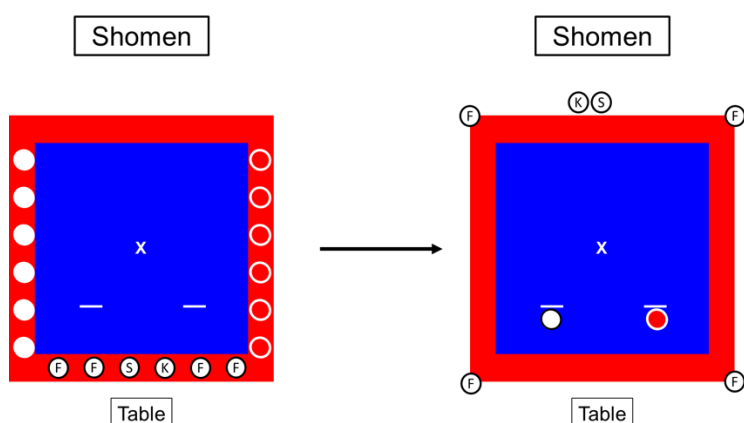
**AKA MUKI RYOKU**  
*Bandeira em círculo virada para baixo*

## Apêndice VIII Shomen

O shomen é o lugar de respeito em todos os dojo e também nos locais de torneio. Num torneio, é aqui que se sentam os convidados de honra. Quando estiver a preparar o local, certifique-se de que todas as mesas dos árbitros estão viradas para o shomen:



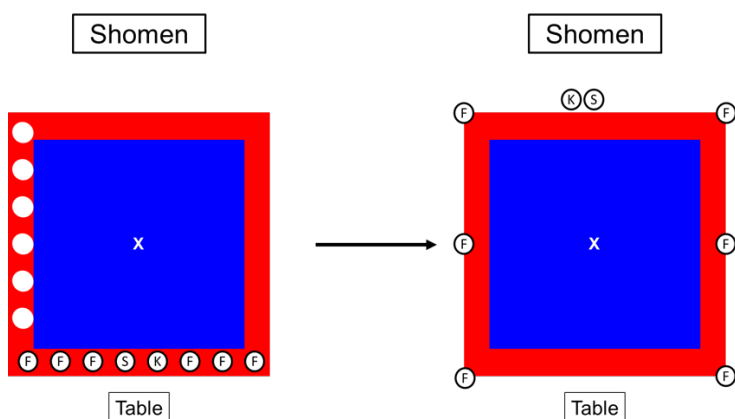
A saudação no início e no fim da categoria é feita da seguinte forma:



### Rondas de Eliminação de Kata (KO-HAKU)

Os competidores alinham-se do lado de AKA e SHIRO de acordo com a chamada dos seus nomes para a primeira ronda, o painel de árbitros está virado para SHOMEN.

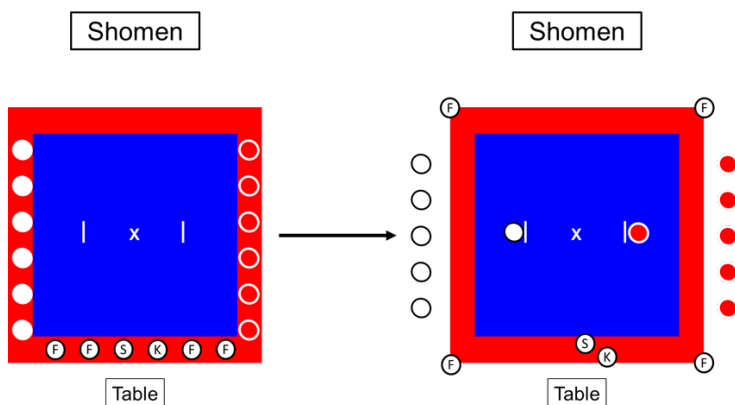
Após a saudação, o SHUSHIN e o KANSA atravessam o campo e ocupam os seus lugares de costas para o SHOMEN, enquanto os FUKUSHIN ocupam os seus lugares nos quatro cantos, respetivamente.



### Kata Final

Os competidores alinham-se no lado SHIRO do campo, com o painel de arbitragem virado para SHOMEN.

Após a saudação, o SHUSHIN e o KANSA atravessam o campo e ocupam os seus lugares de costas para o SHOMEN, enquanto os FUKUSHIN ocupam os seus lugares nos quatro cantos (e nos dois lados, se houver sete FUKUSHIN), respetivamente.



### Kumite

Os competidores alinham-se do lado de AKA e SHIRO de acordo com a chamada dos seus nomes para a primeira ronda, o painel de árbitros está virado para SHOMEN.

Após a saudação, o KANSA e o FUKUSHIN vão para as suas respectivas cadeiras, enquanto o SHUSHIN se posiciona na extremidade do campo, de frente para o SHOMEN.