



COMPETICION GOSHIN (SHIAI GOSHIN)

INTRODUCCION

EL sistema de Competición en Goshin - GOSHIN SHIAI – 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 numero posible de personas.

Por ello nos hemos propuesto, tanto desde la R.F.E de Karate, como desde el departamento de Autodefensa, promover un primer campeonato en este ámbito, que tendrá lugar el día 21 de Junio de 2014 (reflejado en el calendario Nacional de Karate)

En este primer evento queremos facilitar el acceso a todos aquellos practicantes de Goshin , que con un nivel mínimo de cinturón marrón puedan estar interesados.

Para ello, y con la intención de facilitar la formación de equipos (de dos personas); habrá una sola categoría, pudiendo estar formada por practicantes de distinto nivel, sexo y edad; limitándose este último requisito a los 16 años.

Podrán participar personas con licencia anual federativa, de cualquier regional, sin necesidad de campeonato previo autonómico, siempre que cuenten con el aval de un profesor titulado en Goshin.

La competición se hará de forma participativa en la que todos los equipos realicen dos vueltas ateniéndose a unas normas que se detallan mas adelante.

COMPETICION GOSHIN (SHIAI GOSHIN)

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)

Sistema de calificación en esta primera etapa será por puntuación a dos vueltas.

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 mas adelante.

El resultado final 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 vuelta.

Los baremos de puntuación para cada vuelta serán:

1ª Vuelta.....de 6 a 8

2ª Vuelta.....de 7 a 9

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 numero impar de jueces; uno central que será el encargado de administrar los tiempos y el resto distribuidos de forma homogénea alrededor del tatami.

COMPETICION GOSHIN (SHIAI GOSHIN)

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 dirige por la derecha de la mesa al lateral del tatami por donde accederá al mismo.

Saldrán uno tras de otro, primero el primer atacante (con keikogi) después el otro (con karategi)

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

Mientras tanto el siguiente equipo estará preparado esperando fuera del tatami su turno, a la derecha del mismo, 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.
- Ante ataques variados y con respuestas también variadas.

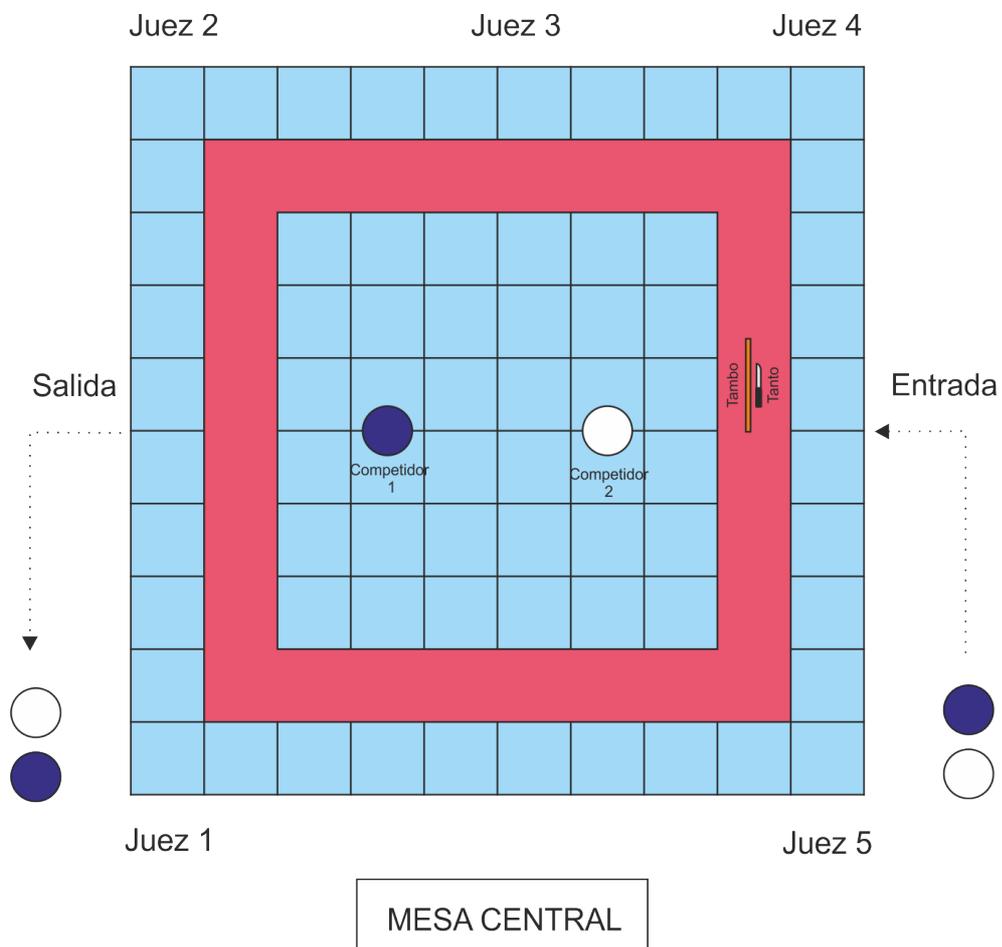
Al acabar el ejercicio realizarán los saludos pertinentes, haciendo primero el otagai-ni y luego el shomen ni rei, y se dirigirán fuera del tatami saliendo por la izquierda de la mesa central, dejando paso así al siguiente equipo que entrará por la derecha.

COMPETICION GOSHIN (SHIAI GOSHIN)

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

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, procurando no dar la espalda al juez central (izquierda en el suelo).
- Después de la utilización de ambos contendientes, procederá a dejarlo 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.



COMPETICION GOSHIN (SHIAI GOSHIN)

1ª VUELTA (Técnicas básicas) 4 grupos técnicos (3 x 3 +1 = 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 mas de uno en cada agresión.

COMPETICION GOSHIN (SHIAI GOSHIN)

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

		ATAQUE	RESPUESTA
SUJECCION	1º	AGARRE	Libre
	2º	AGARRE	Libre
	3º	PRESA	Libre
	4º	PRESA	Libre
ATAQUE	5º	PUÑETAZO	Libre
	6º	PUÑETAZO	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 técnica resolutive (Todome), valorándose la variedad de recursos en esta área.

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

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

Al acabar el desarme, cuando deba dejarlo para cambiar de arma, deberá depositarlo en su lugar original en un o de los laterales antes de retirarse el equipo.

COMPETICION GOSHIN (SHIAI GOSHIN)

VALORACION –

Para la valoración del ejercicio se tendrán en consideración los siguientes aspectos:

- TÉCNICA – Respetando la calidad de los fundamentos que conforman cada grupo técnico.
- ROLES – La calificación será de ambos (Tori y Uke) componentes del equipo. Valorando por tanto la forma de caer y levantarse.
- EFICACIA – Ejecuciones realizadas con realismo (no solo estéticas)
- CONTROL – Del gesto técnico y del compañero.
- VARIEDAD – De fundamentos empleados.
- DIVERSIDAD – De técnicas empleadas
- DIFICULTAD – De las técnicas realizadas.
- RITMO – Referido a las transiciones entre ejercicios, con el debido Zanshin (distancia, mirada, guardia).Alejándose tanto de la precipitación, como de la parsimonia.

Con respecto a la ejecución de barridos, proyecciones, luxaciones y estrangulaciones, se permite cualquier tipo de ejecución técnica, siempre que se demuestre el control absoluto de la misma por parte de quien la ejecuta y que no ponga en peligro la integridad física del oponente.

Asimismo penalizaran los gestos exagerados o teatrales carentes de fundamentos técnicos que realizados por cualquier miembro del equipo.

En cuanto a la valoración del riesgo se tendrá en cuenta que el riesgo para la integridad física depende más de la habilidad y destreza de los ejecutantes que de la complejidad del movimiento en sí mismo.

Por tanto una técnica o movimiento que para un competidor habilidoso y bien entrenado es algo natural, puede ser un peligro inminente para un competidor sin destreza y mal entrenado.

El papel de Tori (el que hace de agresor y recibe la técnica) será valorado en la medida que muestre sinceridad y firmeza en los ataques, evitando asistir en las proyecciones (tirarse en vez de que le tiren) así como valorándose también su técnica de caída – *Ukemi*- y su técnica de puesta en pie - *Okiagari*-.

COMPETICION GOSHIN (SHIAI GOSHIN)

EL TATAMI

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

LOS COMPETIDORES

Deberán tener el grado de Cinturón Marrón de GOSHIN (Como excepción en este primer campeonato). Con posterioridad se exigirá el cinturón negro.

Estar en posesión de la licencia anual federativa.

LOS JUECES

Deberán estar en posesión de:

C.N. 3º Dan de Goshin.

Especialistas en Goshin.

Árbitros Nacionales de Goshin.

En numero impar de 3 o 5 (colocados alrededor del tatami).

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

KANSETSU

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

NAGE

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

ELEMENTOS DE VALORACION – 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 puño y de 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)

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.

HANGEKI-KATA – Formas de Respuesta.

- ATEMI – Golpes.
 - a. Ate – De choque o impacto.
 - b. Te – De puño o mano.
 - c. Keri – De pierna.
- 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

SECUENCIACIÓN DE FUNDAMENTOS TÉCNICOS A VALORAR

ANTE ATAQUE

ANTE SUJECCION

1-A. UKE – Defensa.

GO - Bloquear.

SORASHU - Desviar.

SUKUI - Envolver.

TSUKKAMI - Interceptar

1-B. HAZUSHI– Liberaciones.

HODOKI – Escapes.

ATEMI – Golpe al agarre.

SHIKAKE – Atemi de distraccion

2 - SABAKI - Esquiva

KUSHIN – Anular.

TENSHIN – Deslizar.

TENKAN – Girar.

KIKAI - Momento

3 - WAZA – Técnica.

ATEMI – Golpe Ate / Te / Keri (distancia, precisión, potencia).

KANSETSU – Marcar cuando se pueda.

NAGE – Tsukuri, Kuzushi, Kake.

SHIME – Control.

4 - TODOME – Finalización resolutive.

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

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

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

OKIAGARI – Levantarse correcta y rápidamente. Separándose.

KAMAE - Guardia (Shizen-Tai)

Desde el lugar que han acabado, prepararse para el siguiente.

