

REGULAMENTO DE COMPETIÇÃO

SEMI KEMPO

CHALLENGE ⚡ CUP 2023



FEDERAÇÃO PORTUGUESA
LOHAN TAO
KEMPO

Formas Criativas

FORMAS CRIATIVAS

Regulamento:

Formas Criativas de Mão Vazia ou com Armas:

- Na competição de FCMV, o Competidor mostra a sua competência numa Forma particular à sua escolha;
- Durante a competição os participantes poderão executar as Formas com as alterações que acharem por bem;
- Os Competidores poderão desempenhar uma Forma diferente em cada eliminatória;
- O Competidor tem de executar a Forma acompanhada com música sendo obrigatório informar a Mesa de Área.
- Os Competidores poderão desempenhar uma Forma com arma diferente em cada eliminatória;
- É permitido o uso de armas tradicionais, equipamentos auxiliares ou aparelhos adicionais.
- Os competidores decidem se a sua prova será com ou sem armas, e têm de informar no início da prova a sua preferência e não podem mudar ao longo das eliminatórias. O escolhido será aplicado até á prova final.

Escalões

- 4/10 anos
- 11/17 anos
- 18+ anos

Critérios para avaliação

- a) Atitude – Cerimonial, apresentação, concentração e espírito;
- b) Execução – Sequência correta da Forma, coordenação;
- c) Coreografia – Interpretação das técnicas, aspetos acrobáticos e espetaculares;
- d) Técnica – Gesto técnico definido, claro e perceptível;
- e) Energia – Força mental e energia utilizados no momento certo;
- f) Respiração – Respiração adequada à execução da técnica;
- g) Posições – Correta colocação do corpo na execução das técnicas;
- h) Equilíbrio – Manter o ponto de equilíbrio durante a execução da Forma;
- i) Ritmo – Fluidez com ritmos diferentes na execução da Forma;
- j) Dificuldade – Grau de dificuldade de execução da Forma tendo em conta a(s) idade(s) do(s) Atleta(s).
- k) Controlo da arma – Controlo eficaz da arma, sem que esta caia ao chão ou seja largada de forma descontrolada, mesmo que o atleta consiga recuperar o controlo da arma.