

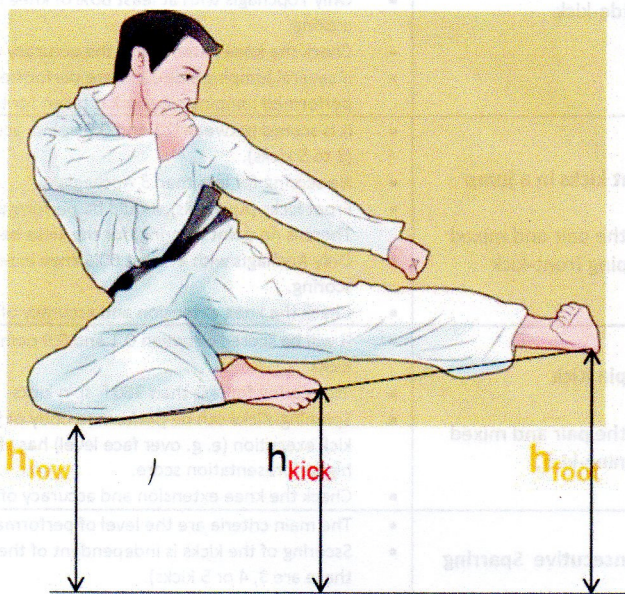
## CRITERI PER L'ATTRIBUZIONE DEL PUNTEGGIO GARA FREESTYLE TROFEO FITA CONI

<b>Altezza dei calci laterali in volo (1-10 punti)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Il punteggio, dipenderà dall'altezza dei calci laterali in volo: sotto la cintura 1 ,busto(2-4 punti), testa (5-7 punti), oltre la testa (8-10 punti).</li> <li>-L'altezza del calcio in volo viene determinata dall'altezza media fra il piede che calcia e la parte più bassa del corpo in quel momento, vedi fig. allegata.</li> <li>-Il calcio è valido solo se la gamba è estesa almeno dell'80%.</li> <li>-Controllare l'estensione della gamba e l'accuratezza tecnica degli yopchagi.</li> <li>-Se verrà eseguito più di un calcio laterale in volo, per la valutazione verrà preso in considerazione solo il primo.</li> </ul>
<b>Numero dei calci frontali in volo in un unico salto (1-10 punti)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 1 punto per meno di 2 calci, e per calci sotto il livello della cintura.</li> <li>-Il calcio è valido solo se la gamba è estesa almeno dell'80%.</li> <li>-Il punteggio sarà di 2-4 per 2 calci, 5-7 per 3 calci, 8-10 per 4 calci validi.</li> <li>- Controllare l'estensione della gamba e l'accuratezza tecnica degli apchagi.</li> </ul>
<b>Grado dei calci in rotazione in volo (1-10 punti)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-1 punto per un calcio con una rotazione inferiore a 180°.</li> <li>-Controllare l'estensione della gamba che calcia e l'accuratezza tecnica del calcio.</li> <li>2-4 punti per calcio con rotazione di 180°; 5-7 punti per calcio con rotazione di 360°; 8-10 per calcio con rotazione oltre i 360°.</li> </ul>
<b>Livello qualitativo dei calci da combattimento consecutivi (1-10 punti)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Il criterio più importante è il livello della performance (livello qualitativo dei calci).</li> <li>-I calci consecutivi vanno eseguiti con lo stile del combattimento, kyorugi!</li> <li>-Il numero dei calci non influenza il punteggio(con 3, 4 o 5 calci si può ottenere lo stesso punteggio).</li> <li>-1 punto per meno di 3 calci consecutivi</li> <li>-2-4 punti per 3-5 calci di qualità bassa</li> <li>-5-7punti per 3-5 calci di qualità media</li> <li>-8-10 punti per 3-5 calci di qualità alta</li> </ul>
<b>Azioni acrobatiche (1-10 punti)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Nessuna azione acrobatica eseguita 1 punto.</li> <li>-I punteggi verranno assegnati in base alla seguente classificazione:</li> <li>-azione acrobatica eseguita senza calci (2-4 punti),</li> <li>- livello medio di difficoltà acrobatica con calcio (5-7 punti),</li> <li>-livello alto di difficoltà acrobatica con calcio (8-10 punti).</li> </ul>
<b>Valutazione delle tecniche di base (1-10 punti)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-In questa sezione verrà presa in considerazione l'accuratezza dei movimenti, delle tecniche e delle posizioni di base.</li> <li>-Le tecniche dovranno essere eseguite con un arrangiamento praticabile, un buon equilibrio e una buona transizione fra attacchi e difese.</li> <li>-L'esecuzione del kihap e delle battute del piede a terra è opzionale.</li> <li>-Non c'è nessun vincolo di altezza per le tecniche di gamba.</li> </ul>
<b>Creatività (1-10 punti)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Creatività nella linea della forma, nella musica, nella coreografia e nella connettività fra le sequenze dei movimenti.</li> <li>-Non è considerata creativa una esecuzione composta semplicemente da un mix di diverse porzioni delle forme tradizionali, poomsae.</li> </ul>
<b>Armonia (1-10 punti)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Armonia della musica, del ritmo e dei movimenti.</li> <li>-Uso di tutte le parte del corpo (destra e sinistra, braccia e gambe, spostamenti avanti e indietro come nelle poomsae codificate).</li> </ul>
<b>Espressività (1-10 punti)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Espressività nell'esecuzione come nelle forme tradizionali (es. sicurezza, direzione dello sguardo, espressione del viso, emotività, concentrazione mentale...).</li> </ul>
<b>Musica e coreografia (1-10 punti)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Musica e coreografia adatta al contenuto della forma.</li> </ul>

NB. Il “calcio laterale in volo”, i “calci frontali in volo”, i “calci in rotazione”, i “calci consecutivi da combattimento” e i “calci con azioni acrobatiche” vanno eseguiti in questo ordine. Se una delle prove viene eseguita prima o dopo il punto stabilito verrà considerata nulla.

## Jumping side-kick

- The middle of the height of the kick foot ( $h_{foot}$ ) and the lowest part of the body ( $h_{low}$ ) are taken as a height of jump for the scoring.



### CALCIO LATERALE IN VOLO

- Ai fini della valutazione, l'altezza del calcio in volo (del salto) ( $h_{kick}$ ) viene determinata dall'altezza media fra l'altezza del piede che calcia ( $h_{foot}$ ) e la parte più bassa del corpo ( $h_{low}$ ) in quel momento.