



Association Cantonale Genevoise de Karaté-Do ACGK

Championnat Genevois 2026

Samedi 10 octobre 2026

École de Belle-Terre
Allée Belle-Terre 18, 1226 Thônex

INFORMATIONS GÉNÉRALES

Inscriptions	Jusqu'au samedi 3/10/2026 , uniquement à l'aide du fichier Excel d'inscriptions. Les inscriptions arrivant après cette date ne seront plus prises en considération.
Renseignements	Yves-Alain THÉVOZ : info@kct-geneve.ch ou 076 360 64 41
Finance d'inscription	CHF 30.- par participation ^(*) / CHF 40.- par équipe ^(*) Paiement à effectuer jusqu'au dimanche 4/10/2026 par transfert bancaire : CH73 0900 0000 1729 1607 6 – Karaté Club Thônex – 1226 Thônex Aucun remboursement en cas de désistement ! <i>^(*) Remboursement de 5.- par inscription si un arbitre du club est présent toute la journée au tournoi ET au stage d'arbitrage. 10.- si deux arbitres ou plus.</i>
Horaire indicatif	8h00 - 8h45 Réunion des arbitres 8h45 - 9h00 Réunion des coaches 09h00 - 12h30 Catégories U16, U18, 18-34, 35-49 et 50+ (Kata/Kumite + Team) 13h30 - 18h00 Catégories U8, U10, U12 et U14 (Kata/Kumite + Team)
Passeports	Pas de passeport ni de licence obligatoire.
Assurance	Les participants doivent s'assurer personnellement contre les accidents. L'organisateur décline toute responsabilité en cas d'accident.
Arbitrage	Pour participer, chaque club doit amener au minimum un arbitre (jour entier). Minimum 3e Kyu et 16 ans <u>Participation au stage d'arbitrage du vendredi 9 octobre (accueil-apéro dès 18h30, stage à 19h) à l'école Belle-Terre est obligatoire pour arbitrer !</u> Tenue : chaussures noires, pantalon gris, chemise blanche et sifflet



Association Cantonale Genevoise de Karaté-Do ACGK

CATÉGORIES

La répartition des catégories se fera au mieux, en fonction du nombre d'inscriptions.
L'organisateur se réserve le droit de regrouper des catégories si nécessaire.

KATA	Ceinture jaune à noire, pour toutes les catégories d'âge.
------	---

KUMITE									
U8	U10	U12	U14	U16	U18	18-34	35-49	50+	
Promo Kumite				Kumite 4x15					
Kumite 4x15				Kumite WKF (1'30)					
Kumite WKF (1'30)				Kumite WKF (2'00)					

Ceintures jaunes U8-U14 : inscription en Promo Kumite **OU** en Kumite 4x15 avec les ceintures oranges/vertes.

Ceintures vertes U8-U14 : inscription en 4x15 **OU** en kumite WKF avec les ceintures bleues à noires.

Protections	Obligatoire :	Protections poings rouges/bleues
Promo Kumite	Autorisé :	Protections pieds, dents, poitrine (F), tibias et plastron WKF.
Protections	Obligatoire :	Protections pieds /poings rouges/bleues et dents
4 x 15 Kumite	Autorisé :	Protections poitrine (F), tibias et plastron WKF.
Protections Kumite WKF	Obligatoire :	Protections pieds-tibia/poings rouges/bleues, dents. Dès U16 : plastron (exemple) & si féminin : Protège-Poitrine (F) (exemple) U12-U14 : casque (exemple) et veste de protection 3,5cm (exemple).

Repêchages	Système de repêchages automatiques. Tous les compétiteurs sont repêchés en cas de défaite lors de leur premier tour en Kata ou Kumite. Ils entrent alors dans le « tableau de repêchage ». Cela assure à chaque compétiteur au moins deux passages sur le tatami. Podium et médailles pour les quatre premiers du tableau principal (les quatre demi-finalistes). Diplômes pour les quatre premiers du tableau de repêchage (distribués directement à la fin de la catégorie).
------------	--

CATÉGORIES D'ÂGES

U8	U10	U12	U14	U16	U18	18-35	36-49	50+
2020	2018	2016	2014	2012	2010	2008 à	1990 à	1975 et
2019	2017	2015	2013	2011	2009	1991	1976	avant



Association Cantonale Genevoise de Karaté-Do

ACGK

RÈGLEMENT KUMITE INDIVIDUEL

Promo Kumite	Les deux enfants sont en « Kamae » (en garde du côté qu'ils préfèrent). Aka attaque (Aka Tori & Ao Uke) : « Aka Hajime » : Aka attaque avec une technique de poing. « Tsuzukete Hajime » : Aka effectue la même attaque (sans feinte) et Ao tente de bloquer et de contrer. « Aka Hajime » : Aka attaque avec une technique de jambe. « Tsuzukete Hajime » : Aka effectue la même attaque (sans feinte) et Ao tente de bloquer et de contrer. IDEM quand Ao attaque (Aka Uke & Ao Tori) Remarques : <u>Tori doit faire deux fois la même attaque : déplacements identiques, vitesse identique et techniques identiques.</u> - Tori a le droit de changer sa garde avant d'attaquer mais pas Uke. - Lors du premier assaut, Tori se met en mouvement pour trouver la bonne distance et le relâchement nécessaire (Uke reste statique). - Lors du deuxième assaut, Tori et Uke se mettent en mouvement mais sans changer de garde. - Toutes les techniques de poings sont comptabilisées Yuko (un point) tandis que les techniques de jambes sont comptabilisées Waza-ari (deux points). - Tori doit faire ses techniques dans l'axe. - Tout déplacement est autorisé pour tenter de marquer mais une seule technique « à la cible » est autorisée (aucune possibilité de doubler). - Les gardes doivent être neutres (pas fermées, mais pas ouvertes non plus). <u>Vidéo : https://youtu.be/qJcXZWUQ3mk</u>
Kumite 4 x 15	Chaque assaut dure 15 secondes. Assaut 1 : Aka attaque Ao sans que celui-ci ne bouge (garde neutre) Assaut 2 : Ao attaque Aka sans que celui-ci ne bouge (garde neutre) Assaut 3 : Aka attaque Ao et Ao bloque et contre-attaque (Aka est jugé sur ses attaques et Ao sur ses contre-attaques) Assaut 4 : Ao attaque Aka et Aka bloque et contre-attaque (Ao est jugé sur ses attaques et Aka sur ses contre-attaques) À la fin du temps, l'arbitre arrête le combat et demande la décision par Hantei. <u>Vidéo : https://youtu.be/02Ee6RCLNn4</u>
Kumite WKF	Règlement officiel WKF avec adaptations Temps effectif : 1'30 (U8-U14) et 2'00 (dès U16) Contacts : aucun (U8-U16) et <i>skin touch</i> autorisé (dès U18)



Association Cantonale Genevoise de Karaté-Do ACGK

RÈGLEMENT KUMITE TEAM (Ch. Genevois 2026 : pas de kumite team)

Kumite Team Garçons/Filles	Trois participants : 1 x U14 / 1 x U16 / 1 x U18. Surclassement d'âge d'une catégorie autorisé pour compléter les équipes (il n'est pas possible de surclasser les U14 chez les U18). Chacun combat contre le combattant de son âge. Règlement officiel WKF avec adaptations. Temps effectif : 1'30 (U14-U16-U18). Élimination directe sans repêchages. Les catégories ne sont pas mixtes.
-------------------------------	--

RÈGLEMENT KATA INDIVIDUEL

Liste Katas ACGK		Shotokan	Goyu Ryu	Shito Ryu	
		Heian Shodan Heian Nidan Heian Sandan Heian Yondan Heian Godan	Taikyoku Jodan Taikyoku Chudan Gekisai Dai Ichi Gekisai Dai Ni Saifa	Pinan Shodan Pinan Nidan Pinan Sandan Pinan Yondan Pinan Godan	
Jaune	Lors des éliminatoires (tableaux à élimination direct) ou si la catégorie est une poule : Uniquement des Kata de la liste ACGK. - Possibilité de répéter le même Kata. Kata libre en finales du tableau principal et du repêchage.				
Orange/verte	Lors des éliminatoires (tableaux à élimination direct) ou si la catégorie est une poule : Uniquement des Kata de la liste ACGK. - Minimum deux kata en alternance. Kata libre en finales du tableau principal et du repêchage.				
Bleue-noire	Tokui Kata (libre) sans répétition				
Déroulement	Les compétiteurs passent deux par deux, sauf pour les finales.				
Kata non valide	En cas de kata non valide, le participant sera automatiquement disqualifié (par ex. : un kata hors liste exécuté avant la finale).				

RÈGLEMENT KATA TEAM

Mixtes U8-U14	Élimination directe sans repêchages. Surclassement d'âge autorisé pour compléter les équipes. Minimum deux katas en alternance. Tokui Kata en finale / Pas de Bunkai.
Mixtes dès U16	Élimination directe sans repêchages. Surclassement d'âge autorisé pour compléter les équipes Aucune répétition / Pas de Bunkai.