



# COUPE DU CALVADOS BODY KARATE



**Inscription en ligne – date limite : Mercredi 5 février 2025**

Les compétiteur.trice.s mineur.e.s doivent présenter le jour de la compétition une autorisation parentale.

La coupe du Calvados de Body karaté est divisée en plusieurs catégories distinctes, en individuel et en équipe, ce qui implique des podiums différenciés.

La compétition Body karaté est une démonstration sous forme d'une chorégraphie en musique individuel ou par équipe (2 ou 3). Chaque équipe propose et démontre une prestation libre. La même chorégraphie peut être répétée à chaque tour, sur 2 musiques différentes en alternance

Tout groupe d'un même club supérieur à 5 personnes devra présenter des chorégraphies différentes en équipe comme en individuel afin que le public puisse assister à une compétition diversifiée.

Le support musical de la démonstration doit être sur une clé USB et sera remis à l'organisation le jour de la compétition. L'aire de la compétition doit être un carré de 8 mètres de côté (mesures prises à l'extérieur). Un mètre supplémentaire est prévu sur tous les côtés, comme surface de sécurité. Cette surface de 10 x 10 est composée de tatamis.

Tant en individuel qu'en équipe, les compétiteur.trice.s doivent porter une tenue de body karaté et être pieds et mains nues.

La durée de la démonstration devra être comprise entre 1'20" et 2'10". Le chronomètre démarre à partir de la première technique enclenchée. Il est demandé à minima 2 enchainements différents lors de la compétition.

**SONT INTERDITS :** bijoux (boucles d'oreille, bracelets...), barrettes (uniquement les chouchous sont autorisés), percings autorisés recouverts d'un sparadrap.

La prise de photos est autorisée par les membres du CDK14, par un représentant de chaque club participant à la coupe moyennant que ce soit fait en toute discrétion et en respectant une distance minimale de 3m par rapport au tatami, de façon à ne pas gêner les compétiteur.trice.s ni les arbitres.