

OPEN RÉGIONAL LIGHT/FULL CONTACT

DATE Dimanche 30 novembre 2025
SALLE Complexe sportif Marcel Clos
ADRESSE 2 allée de la Plaine Saint-Martin – Prades (66)
ENGAGEMENT 3€ en individuel / 6€ par équipe
ENTREES 5€ individuel / 10€ famille
CATEGORIES LIGHT CONTACT : De Poussins à Vétérans
FULL CONTACT : Senior uniquement



DATE LIMITE INSCRIPTION : 19 novembre 2025 (1 timbre de licence)

IMPORTANT

Les compétiteurs doivent être licenciés au plus tard 3 jours avant la date limite d'inscription.

AUCUN RETARD D'INSCRIPTION NE SERA TOLÉRÉ CETTE SAISON SPORTIVE

Contrôle et pesée POUSSINS & PUPILLES :

9h30 - 10h00 : Poussins Masculins : -25kg/ -30kg/ -35kg/ -40kg/ +40kg

Poussins Féminines : -20kg/ -25kg/ -30kg/ -35kg/ +35kg

Pupilles Masculins : -30kg/ -35kg/ -40kg/ -45kg/ -50kg/ +50kg

Pupilles Féminines : -25kg/ -30kg/ -35kg/ -40kg/ -45kg/ +45kg

Contrôle et pesée BENJAMINS :

10h - 10h30 : Benjamins Masculins : -30kg/ -35kg/ -40kg/ -45kg/ -50kg/ -55kg/ +55kg

Benjamins Féminines : -30kg/ -35kg/ -40kg/ -45kg/ -50kg/ +50kg

Contrôle et pesée MINIMES :

10h30 - 11h00 : Minimes Masculins : -35kg/ -40kg/ -45kg/ -50kg/ -55kg/ -60kg/ +60kg

Minimes Féminines : -35kg/ -40kg/ -45kg/ -50kg/ -55kg/ +55kg

Contrôle et pesée CADETS :

11h00 - 11h30 : Cadets Masculins : -45kg/ -50kg/ -55kg/ -60kg/ -65kg/ -70kg/ -75kg/ +75kg

Cadets Féminines : -40kg/ -45kg/ -50kg/ -55kg/ -60kg/ +60kg

Contrôle et pesée JUNIORS :

12h30 - 13h00 : Juniors Masculins : -55kg/ -60kg/ -65kg/ -70kg/ -75kg/ -80kg/ +80kg

Juniors Féminines : -48kg/ -53kg/ -58kg/ -63kg/ -68kg/ +68kg

Contrôle et Pesée SENIORS LIGHT/FULL & VETERANS :

13h00 - 13h30 : Seniors Masculins : -56kg/ -60kg/ -64kg/ -68kg/ -72kg/ -76kg/ -80kg/ -85kg/ -90kg/ +90kg

Seniors Féminines : -50kg/ -54kg/ -58kg/ -63kg/ -68kg/ +68kg

Vétérans Masculins : -60kg / -68kg / -76kg/ -85kg/ +85kg

Vétérans Féminines : -50kg/ -60kg / +60kg

Attention : Aucun surclassement ni tolérance de poids ne seront autorisés pour le full contact.

Certificat médical OBLIGATOIRE

Les protections de karaté traditionnel (sans talon) ne seront pas acceptées

Briefing des arbitres à 9h30

10h : Début de la compétition

A la fin de chaque catégorie : Finales prévisionnelles et remise des médailles