

REGOLAMENTO DEL CAMPIONATO ITALIANO NINJA

1. Scopo del Campionato

Il Campionato Italiano Ninja si propone di determinare il campione nazionale attraverso una competizione suddivisa in due fasi: la gara UNAA e il secondo stage, denominato FERA TENACI ÉLITE STAGE.

2. Gara UNAA (regolamento allegato nelle prossime pagine)

La gara UNAA segue il regolamento ufficiale della Ultimate Ninja Athlete Association (UNAA), stabilito e imposto dalla federazione americana. Pertanto, tutte le regole relative agli ostacoli, alle modalità di completamento e alle penalità saranno conformi alle direttive della UNAA.

3. Sistema di Punteggio

- La gara UNAA assegna un massimo di X punti.
- Il secondo stage, FERA TENACI ÉLITE STAGE, assegna anch'esso un massimo di X punti.
- I punti si ottengono completando gli ostacoli, spostandosi dalla pedana di checkpoint di partenza alla pedana di arrivo successiva. È consentito utilizzare qualsiasi tecnica o stile, purché si raggiunga la pedana successiva.

4. Fallimento dell'Ostacolo

In caso di fallimento durante un ostacolo:

- L'atleta si sposterà direttamente alla pedana successiva e proseguirà affrontando il prossimo ostacolo.
- Non sarà assegnato alcun punto per l'ostacolo non completato.

5. Calcolo del Punteggio Finale

Il punteggio finale sarà determinato sommando i punti ottenuti nella gara UNAA e nel FERA TENACI ÉLITE STAGE, per un massimo di X punti complessivi.

- In caso di parità di punteggio, verrà considerato il tempo totale impiegato per completare entrambi gli stage.

6. Ordine di Gara

- Gli atleti affronteranno prima la gara UNAA.
- Dopo il completamento della gara UNAA per tutti i partecipanti, si procederà al FERA TENACI ÉLITE STAGE.

7. Premiazioni

Premiazioni Gara UNAA

- Saranno premiati i primi tre classificati assoluti di ogni categoria.

8. Premiazioni Campionato Italiano

- Le premiazioni relative al Campionato Italiano seguiranno le disposizioni ufficiali della FIOCR (Federazione Italiana OCR), conformandosi ai criteri stabiliti per le categorie e i titoli nazionali.

9. Categorie

UNAA: 7U/ 9U/ 11U/ 13U/ 15U/ AMATEUR (16-39) / PRO (ELITE) / 40-49/ 50+

C. I NINJA: 12-15/ 16-19/ 20-39/ 40+

REGOLAMENTO GARA UNAA

PRESENTAZIONE

Il gruppo Fera Tenaci OCR players in collaborazione con Sport Planet ssdarl con sede in Via del lavoro nord – Urbana (PD) organizza la gara qualificante per le finali mondiali marchiati UNAA gara Ninja/sospensioni su strutture artificiali.

La stessa verrà svolta presso la sede della palestra Sport Planet in Urbana (PD) il 8 marzo 2025 per i kids e 9 marzo 2025 per gli adulti. Completamente indoor.

Il percorso si snoderà come descritto di seguito nel rispetto del regolamento UNAA per il 2025. E qualificherà direttamente alla UNAA World Series Finals – Dallas, Texas – July 10 – 12th, 2025.

Possono iscriversi gli atleti dall'età di anni 7 in possesso di certificato medico sportivo per l'attività agonistica valido almeno fino al 10 marzo 2024.

PERCORSO:

FIVE STEPS

ROLLER – lunghezza prova cm 182

ROPE “TIROLESE” - lunghezza prova cm 600

RIG ANELLI – lunghezza percorso cm 600

PEG BOARD – lunghezza percorso cm 182

ROPE CLIMB – altezza cm 366

CORSA 30 metri

FIVE STEPS

BALANCE BEAM – Lunghezza percorso cm 305

GRIPS – Lunghezza percorso cm 610

MONKEY BAR – Lunghezza percorso cm 609

ROPE CLIMB – altezza cm 366

CORSA 30 metri

FIVE STEPS

ROLLER – lunghezza prova cm 182

CLIFF HANGER – Lunghezza cm 488

ROPE “TIROLESE”- lunghezza prova cm 600 cm

RIG ANELLI – lunghezza percorso cm 600

ROPE CLIMB – altezza cm 366

CORSA 30 metri – BUZZ e fine percorso

INGAGGIO, ESECUZIONE E SUPERAMENTO DI OGNI OSTACOLO

Five steps

- L'atleta inizia dal primo step
- È consentito anche l'utilizzo delle mani
- Concluso l'esercizio aspetta il segnale di "CLEAN" dal giudice per proseguire

Roller

- L'atleta dovrà salire sul roller con entrambe i piedi prima della linea di partenza.
- Il roller non dovrà avanzare prima che l'atleta non sarà salito con entrambe i piedi
- L'atleta dovrà avanzare in equilibrio sul roller con il solo utilizzo dei piedi e dovrà procedere fino al completo superamento della linea di fine del percorso.
- Il roller dovrà superare completamente la linea di fine del percorso
- Concluso l'esercizio aspetta il segnale di "CLEAN" dal giudice per proseguire

"Tirolese"

- L'atleta dovrà partire dalla pedana dedicata con le mani prima del nastro.
- Possono essere usati sia mani che piedi
- Si dovrà percorrere l'intero ostacolo senza che nessuna parte del corpo tocchi terra.
- L'ostacolo verrà concluso con l'atterraggio sulla pedana d'arrivo
- Concluso l'esercizio aspetta il segnale di "CLEAN" dal giudice per proseguire

Anelli

- L'atleta partirà dall'apposita pedana di partenza
- Si ingaggerà il primo anello e entrambe i piedi dovranno essere staccati da terra prima di impugnare il secondo anello
- Tutti gli anelli dovranno obbligatoriamente essere usati.
- Non è consentito l'utilizzo dei piedi
- E' consentito il tocco ed utilizzo del solo anello. E' vietato l'utilizzo della fettuccia.
- L'ostacolo sarà concluso al suono della campanella con una mano all'ultimo anello.
- Aspettare il segnale di "CLEAN" dal giudice per proseguire

Grips

- L'atleta partirà dall'apposita pedana di partenza
- Si ingaggerà la prima presa e entrambe i piedi dovranno essere staccati da terra prima di impugnare la seconda
- Possono essere usate entrambe le mani
- Non è consentito l'utilizzo delle fettucce e/o catene

- L'ostacolo sarà concluso al suono della campanella
- Aspettare il segnale di "CLEAN" dal giudice per proseguire

Peg board

- L'atleta dovrà aggrapparsi ai pioli alla partenza e staccare entrambe i piedi prima di proseguire
- Si dovrà proseguire per tutta la lunghezza dell'ostacolo fino ad inserire i pioli sui fori segnati.
- E' consentita solo la tecnica frontale.
- E' consentito saltare i fori
- Aspettare il segnale di "CLEAN" dal giudice per proseguire

Rope Climb

- L'atleta potrà risalire la corda con l'utilizzo delle sole mani o delle mani e gambe con qualsiasi tecnica.
- L'atleta dovrà suonare la campanella posta al top della corda con una mano, mentre l'altra "coprirà" il nastro apposto sulla corda stessa.
- Aspettare il segnale di "CLEAN" dal giudice per scendere e proseguire

Balance beam

- L'atleta dovrà percorrere tutta la lunghezza della trave fino alla fine per poi scendere alla pedana di atterraggio
- E' assolutamente vietato saltare prima dell'arrivo alla fine della trave
- Aspettare il segnale de "CLEAN" dal giudice per proseguire

Monkey bars

- L'atleta inizierà dalla prima barra per proseguire su tutte le barre con qualsiasi tecnica.
- Ogni barra deve essere presa
- L'atleta dovrà suonare la campanella con mano sull'ultima barra
- Aspettare il segnale di "CLEAN" dal giudice per proseguire

Cliff Hanger

- L'atleta dovrà partire obbligatoriamente con le due mani prima del nastro.
- Si dovrà percorrere l'intero percorso fino ad arrivare all'ultima presa con 2 mani e suonare la campanella
- Aspettare il segnale di "CLEAN" dal giudice per proseguire

Run 30 metri

- L'atleta dovrà correre per la distanza di 30 metri all'interno del percorso segnalato

CATEGORIE UNAA

7 and Under Boys
7 and Under Girls
9 and Under Boys
9 and Under Girls
11 and Under Boys
11 and Under Girls
13 and Under Boys
13 and Under Girls
15 and Under Boys
15 and Under Girls

(16+ now go to Adult classes)

Amateur Men
Amateur Women
Pro Men
Pro Women
40 - 49 Men
40 - 49 Women
Over 50 Men
Over 50 Women

PUNTEGGIO E CLASSIFICA

Ogni partecipante, di tutte le categorie, sarà valutato su 2 parametri:

1° Superamento dell'ostacolo

2° Tempo

Ogni ostacolo avrà un solo tentativo. Ogni ostacolo superato assegna un punto per la classifica, l'ostacolo non superato assegnerà zero punti in classifica

L'atleta, concluso l'ostacolo indipendentemente che sia stato superato o meno, passerà al successivo fino alla conclusione del percorso.

Una volta concluso verranno indicati in classifica il numero di ostacoli conclusi positivamente, e il tempo totale.

L'atleta ha il **tempo limite di 7 minuti** per concludere il percorso, concluso il quale si fermerà e andrà in classifica con i punti collezionati entro quel tempo.

Qualifiche Mondiali:

1. The TOP 15 in each age category in the World and 1st Place at each Gym will qualify for:

- UNAA World Series Finals in Dallas
- WNAG Team Championships in Dallas

2. The TOP 5 at each INTERNATIONAL gym will qualify for :

- UNAA World Series Finals in Dallas
- WNAG Team Championships in Dallas