



# **Reguli de Freestyle K-1**



## Cuprins

<b>Art. 1. Definiție</b>	<b>pag 3</b>
<b>Art. 2. Cântar</b>	<b>pag 3</b>
<b>Art. 3. Regulile luptei</b>	<b>pag 3</b>
<b>Art. 4. Comenzile competiției</b>	<b>pag 3</b>
<b>Art. 5. Zonele de lovire legale</b>	<b>pag 4</b>
<b>Art. 6. Zonele de lovire ilegale (Tehnici și comportamente interzise)</b>	<b>pag 4</b>
<b>Art. 7. Tehnicile legale</b>	<b>pag 5</b>
<b>Art. 8. Criteriile de punctare</b>	<b>pag 5</b>
Art. 8.1 Punctaje	<b>pag 5</b>
Art. 8.2. Egalitate	<b>pag 5</b>
Art. 8.3 Sistemul de punctare folosind clickere și fișe de scor	<b>pag 6</b>
Art. 8.3.1 Egalitate	<b>pag 6</b>
Art. 8.3.2 Completarea spatelui fișei de scor	<b>pag 6</b>
Art. 8.4 Minus puncte	<b>pag 7</b>

## **Reguli de Freestyle K-1 - FRFK**



Art. 8.5 Decizii	<b>pag 7</b>
Art. 8.6 Schimbarea unei decizii	<b>pag 7</b>
Art. 8.7 Acordarea punctajelor	<b>pag 7</b>
<b>Art. 9. Încălțările regulamentului</b>	<b>pag 8</b>
<b>Art. 10. Penaltăți – Ieșiri (Avertismente, Descalificări și Ieșiri)</b>	<b>pag 8</b>
Art. 10.1 Descalificări	<b>pag 9</b>
Art. 10.2 Ieșiri	<b>pag 9</b>
<b>Art. 11. Semnalele făcute cu mâna</b>	<b>pag 9</b>
<b>Art. 12. Meciul</b>	<b>pag 10</b>
<b>Art. 13. Oficiali</b>	<b>pag 10</b>
Art. 13.1 Arbitrul de centru și judecătorii	<b>pag 10</b>
Art. 13.2 Arbitrul de centru	<b>pag 11</b>
Art. 13.2.1 Atribuțiile arbitrului de centru	<b>pag 11</b>
Art. 13.3 Judecătorii	<b>pag 11</b>
<b>Art. 14. Accidentări</b>	<b>pag 12</b>



### Art. 15. Procedura urmată în cazul KO, RSC și a accidentărilor 12

pag

Art. 15.1 Procedura urmată în cazul KO, RSC

pag 12

Art. 15.2 Procedura urmată în cazul accidentărilor în general

pag 13

### Art. 16. Atingerea manuşilor

pag 13

### Art. 17. Utilizarea drogurilor

pag 13

### Art. 18. Indicație

pag 13

## Art. 1. Definiție

Concurenții se luptă în continuu, până la comanda STOP sau DESPĂRȚIȚI-VĂ (eng. BREAK) a arbitrului de centru. Ei vor folosi tehnici din full contact și vor atinge ținte permise. Se va pune în mod egal accentul atât pe lovituri de pumn cât și pe lovituri de picior. Meciul va avea o durată de timp prestabilită. Arbitrul de centru nu judecă luptătorii, doar se asigură că aceștia respectă regulamentul. Trei judecători vor arbitra pe foi de arbitraj FRFK.

## Art. 2. Cântar

Pentru eficiență sporită, cântărirea sportivilor se realizează la club, de fiecare antrenor în parte, urmând ca acesta să declare pe propria răspundere că sportivul este încadrat corect în limitele categoriei de greutate.

Antrenorul este responsabil pentru greutatea **declarată și reală** a sportivilor săi.

Înainte de începerea meciului, antrenorii sau oficialii federației pot cere proba cântarului, dacă consideră că adversarul este în afara limitelor categoriei. Ambii sportivii se vor urca pe cântar pentru a fi verificată greutatea acestora.

Sportivul care depășește limita superioară a categoriei de greutate este descalificat. Ambii sportivi pot fi descalificați.

Este **responsabilitatea și onoarea** antrenorului să declare greutatea CORECTĂ a sportivilor! Este responsabilitatea antrenorului să verifice informațiile sportivilor săi!

**Notă 1:** În timpul competiției **nu este admisă depășirea limitei maxime a categoriei de greutate!**

**Notă 2:** Cântărirea se face pe cântarul oficial al federației. Vă recomandăm să țineți cont de eventualele **diferențe** dintre aparatele de măsurare a greutății.



**Notă 3:** Oficialii Federației vor putea face verificări aleatorii ale sportivilor înscriși în concurs.

Exemplu:

Categoria: -50 Kg.

Sportivul va avea o greutate cuprinsă între 45,00 kg și 49.99 kg.

Dacă sportivul are greutatea de **50,00 Kg**, acesta va concura la categoria **-55 Kg**. Dacă

sportivul are greutatea de **45,00 Kg**, acesta poate concura la categoria **-50 Kg**. Dacă

sportivul are greutatea de **44,99 Kg**, acesta poate concura la categoria **-45 Kg**.

Pentru alte detalii cu privire la cântar, verifică Regulamentul General.

### Art. 3. Regulile luptei

Luptătorii vor intra în ring și vor atinge mânușile. Apoi se vor retrage puțin, vor intra în poziția de luptă și vor aștepta comanda “LUPTĂ” a arbitrilor.

Timpul se va opri doar la comanda arbitrilor, atunci când acesta va striga “TIMP” și se va uita spre masa oficială a ringului respectiv. Timpul nu se va opri la acordarea penalităților, decât atunci când arbitrul consideră acest lucru necesar. Arbitrul nu are voie să se adreseze luptătorilor în timpul meciului, decât după oprirea cronometrului.

Un luptător poate să aibă un antrenor și un secund în colțul său în timpul meciului. Amândoi trebuie să rămână în colțul antrenorului pe tot parcursul meciului. Niciun antrenor nu are voie să intre pe suprafața de luptă în timpul meciului și niciun antrenor nu are voie să interacționeze cu arbitrul de centru sau cu judecătorii. Niciun antrenor nu are voie să facă remarci vis-a-vis de arbitrul de centru sau de judecători.

Numai arbitrul de centru poate opri timpul. Un luptător poate cere oprirea cronometrului pentru a-și aranja echipamentul sau pentru a verifica o accidentare. Arbitrul de centru nu trebuie să oprească meciul dacă este de părere că acest lucru dezavantajează celălalt sportiv. Oprirea timpului se va face cât mai rar posibil.

Dacă arbitrul de centru este de părere că un luptător folosește opririle pentru a se odihni sau a-l împiedica pe adversar să puncteze, se va da o advertizare, și după consultarea cu judecătorii, sportivul poate fi descalificat pentru întârzierea meciului sau refuzul de a lupta.

### Art. 4. Comenzile competiției

#### □ TIMP

Formarea literei T cu mâinile, pentru a da ordin cronometrului să oprească timpul până la comanda LUPTĂ (eng. FIGHT) a arbitrilor de centru. Atunci când acesta spune TIMP (eng. TIME), trebuie să spună și motivul pentru care oprește cronometrul. Arbitrul de centru va da comanda TIMP în următoarele situații:

- Când acordă avertismente unul luptător (al cărui adversar trebuie să se ducă imediat într-un colț neutru)



- Atunci când un luptător cere oprirea timpului prin ridicarea mâinii drepte (adversarul său trebuie să se ducă imediat într-un colț neutru)
- Când arbitrul de centru observă că este necesar ca un luptător să-și corecteze echipamentul sau uniforma
- Când arbitrul de centru observă că un luptător s-a accidentat (timpul maxim pentru intervenția doctorului este de 2 minute pentru toate categoriile de vârstă)

### □ STOP

Atunci când arbitrul ordonă luptătorilor să se oprească

### □ STOP TIMP (formând litera T cu mâinile) (end. STOP TIME)

Atunci când dorește oprirea meciului pentru un motiv important. Arbitrul trebuie să explice motivul pentru care avertizează un luptător.

### □ LUPTĂ (eng. FIGHT)

Se folosește pentru pornirea meciului.

### □ DESPĂRȚITI-VĂ (eng. BREAK)

Se folosește pentru despărțirea clinciurilor, după care fiecare luptător trebuie să facă un pas în spate înainte de a continua lupta.

### □ ATINGEȚI MĂNUȘILE (eng. TOUCH GLOVES)

Se folosește la începutul meciului.

## Art. 5. Zonele de lovire legale

Pot fi atacate următoarele părți ale corpului, folosind tehnici legale:

### □ Cap

Față, laterale

### □ Trunchi

Față și laterale

### □ Picioare

Interiorul și exteriorul coapsei, pentru lovituri date cu tibia, și partea din spate a labei picioarelor, pentru secerări.

## Art. 6. Zonele de lovire ilegale (tehnici și comportamente interzise)

- Atacul gâtului, a abdomenului inferior, a rinichilor, a spatelui, a picioarelor (în afara zonelor permise), a articulațiilor, a zonei inghinale și a spatelui capului
- Atacul cu cotul, tăișul mâinii, capul, degetul mare și umărul, este interzisă lovitura din întoarcere cu pumnul (spinning back fist).
- Lovitura low kick pe gamba piciorului
- Întoarcerea spatelui adversarului, fuga de adversar, aruncarea pe jos, clinciul intenționat (fără lovituri), tehnicile oarbe, placajele și orice altă tehnică din wrestling și aplecarea mai jos de bazinul adversarului



- Atacul unui adversar în cădere sau care a ajuns deja pe podea (imediat ce a atins cu mâna podeaua)
- Părăsirea suprafeței de luptă (ieșire)
- Lupta după comanda STOP sau DESPĂRȚIȚI-VĂ, sau după sfârșitul rundei
- Ungerea cu ulei a feței și a corpului

Încălcărilor regulamentului pot duce, în funcție de gravitatea acestora, la avertismente, minus puncte și chiar la descalificare.

### Art. 7. Tehnicile legale

#### □ Lovituri de picior

Frontale, laterale, în spate, circulare, prin agățare, ascendente, prin balans, prin săritură, prin întoarcere, lovituri de genunchi.

#### □ Lovituri de pumn

Toate loviturile din box

- **Clinți** (maxim 3 secunde, timp în care este permis atacul cu o singură lovitură de genunchi și este permis de asemenea să pui o mână în spatele capului sau corpului adversarului, fără săi tragi capul sau corpul în jos). Atunci când cei doi luptători sunt în clinți, arbitrul trebuie să oprească meciul cu comanda BREAK, în timp ce îi bate ușor pe umăr cu câte o mână, dar numai după ce aceștia au făcut o lovitură de genunchi în decurs de 3 secunde.

#### □ Secerări

Doar cât ține glezna. (**Laba piciorului**)

Pentru a obține punctaj în cazul unei secerări, cel care atacă trebuie să rămână în picioare. Dacă în timpul execuției unei secerări, cel care atacă atinge tatami cu orice parte a corpului în afară de tălpi, nu se va acorda niciun punct. Se va puncta atunci când adversarul acestuia atinge ringul cu orice altă parte a corpului în afară de tălpi.

Tehnicile de pumn și de picior ar trebui folosite în mod egal pe tot parcursul meciului. Loviturile de picior sunt punctate, doar când arată clar intenția de a lovi adversarul cu forță. Este obligatorie folosirea a minim 6 lovituri de picior în fiecare rundă. **Nefolosirea tehnicilor de picioare (6 lovituri pe repriza) duce la depunctarea sportivului.**

Este permisă ținerea piciorului adversarului, pentru a-l lovi (maxim 3 secunde).

### Art. 8. Criteriile de punctare

Se va puncta orice tehnică legală ce atinge o țintă permisă. Zonele permise de lovire ale mâinii sau piciorului trebuie să atingă clar ținta. Arbitrul de centru și judecătorii trebuie să vadă cum lovitura atinge ținta. Acordarea punctelor pe baza sunetului produs de lovitură nu este permisă. Luptătorul trebuie să se uite la țintă atunci când execută lovitura.

Toate loviturile trebuie să fie folosite cu forță. Orice lovitură care doar atinge, șterge sau împinge adversarul, nu va fi punctată.

#### Art. 8.1 Punctaje

- Lovitură de pumn 1p
- Lovitură de picior cu tibia (coapsă) 1p



- |   |    |
|---|----|
| <input type="checkbox"/> Lovitură de genunchi   | 1p |
| <input type="checkbox"/> Lovitură de picior la corp   | 1p |
| <input type="checkbox"/> Secerarea piciorului adversarului atunci când acesta atinge podeaua cu orice altă parte a corpului în afară de talpă | 1p |
| <input type="checkbox"/> Lovitură de picior la cap  | 1p |
| <input type="checkbox"/> Lovitură de picior prin săritură la corp   | 1p |
| <input type="checkbox"/> Lovitură de picior prin săritură la cap  | 1p |

### Art. 8.2 Sistemul de punctare folosind clickere și fișe de scor

Pentru fiecare lovitură de picior, de pumn sau secerare care atinge o țintă permisă cu viteză, precizie, echilibru și forță, judecătorul va nota punctaje pe spatele fișei de scor sau pe clickere.

Punctele se vor aduna, începând cu prima rundă, pe clickere.

Este obligatoriu ca fiecare judecător să folosească clickere. Judecătorii trebuie să scrie numărul de puncte pe spatele fișei de scor, după fiecare rundă.

La sfârșitul meciului, judecătorii vor citi scorul de pe clickere și vor declara câștigător, luptătorul cu punctajul cel mai mare. Judecătorul trebuie să încercuiască numele luptătorului declarat câștigător.

Dacă arbitrul de centru acordă un minus punct, el va indica acest lucru în fața judecătorilor. Arbitrul de centru se va asigura că fiecare judecător a acordat 3 puncte suplimentare pe clicker adversarului luptătorului penalizat.

Învingător este declarat și luptătorul care a reușit să își facă adversarul KO, sau care a reușit să facă 3 knock down pe parcursul aceleiași runde.

### Art. 8.3.1 În caz de egalitate

Dacă la sfârșitul meciului, ambii luptători au același punctaj, pentru a putea stabili câștigătorul, se va face o rundă suplimentară. Dacă runda suplimentară se termină cu o egalitate, pentru a determina un câștigător se vor ține cont de următoarele (în această ordine):

- punctajul ultimei runde: dacă un luptător a obținut 1 punct în plus în ultima rundă, ceea ce ar însemna că a câștigat cu 10-9, este declarat câștigător. Explicația ar fi faptul că sportivul a dat dovadă de rezistență, condiție fizică și ofensivă superioare.
- dacă numărul de puncte din ultima rundă este egal, se vor lua în considerare următoarele observații pentru a face departajarea:
  - o mai activ
  - o mai multe lovituri de picior
  - o o apărare mai bună
  - o tehnici mai bune și un stil de luptă mai bun

### Art. 8.4 Minus puncte

Criteriile pentru minus puncte, date numai de către arbitrul de centru, după avertismente anterioare, sunt:

- stil de luptă necorespunzător
- clinici constant fără lovituri
- întoarcerea repetată a spatelui și aplecarea sub nivelul bazinului
- prea puține lovituri de picior (nerespectarea unui minim de 6 lovituri pe repriza)
- alte încălcări ale regulamentului
- **Scuiparea protezei în mod repetat și nejustificat.**

Pentru luptele la care se folosesc clickere pentru păstrarea scorului, arbitrul de centru va indica





fiecărui judecător în parte să acorde 3 puncte pe clicker adversarului luptătorului penalizat.

### **Art. 8.5 Decizii**

Următoarele decizii pot duce la terminarea meciului:

- câștigător la puncte
- câștigător prin descalificarea adversarului
- câștigător prin 3 KD în aceeași rundă sau pe meci
- câștigător prin KO
- câștigător prin neprezentare
- câștigător prin oprirea luptei (arbitrul de centru oprește lupta)

În cazuri dificile, arbitrul de centru poate cere o descalificare fără să fi dat vreun avertisment, dar numai după ce s-a consultat cu judecătorii. De exemplu:

- lovirea continuă după comanda stop;
- un comportament nesportiv, cum ar fi insultarea unui arbitru sau a adversarului de către un luptător.

Un meci poate fi oprit dacă un luptător nu mai poate lupta sau nu se mai poate apăra, sau dacă adversarul său dă dovadă de superioritate. Arbitrul de centru decide cine este câștigătorul. Dacă meciul a fost oprit din cauza unei accidentări, atunci oficialii vor lua o decizie pe baza articolului 14 al prezentului regulament.

### **Art. 8.6 Schimbarea unei decizii**

Toate deciziile făcute public sunt definitive și nu pot fi schimbate, cu excepția:

- greșelilor făcute din calcularea punctelor
- unul dintre judecători declară că a făcut o greșeală și schimbă punctajele luptătorilor între ei
- sunt încălcări evidente ale regulamentelor FRFK

Arbitrul responsabil de competiție, cu ajutorul CCA al FRFK, va rezolva imediat protestele. După discuții, acesta va anunța rezultatul oficial.

### **Art. 8.7 Acordarea punctajelor**

În acordarea punctajelor trebuie să se țină seama de:

- directiva 1 – privind loviturile

Pe parcursul fiecărei runde, judecătorul va marca punctajul corespunzător fiecărei tehnici ce atinge o țintă permisă, pentru fiecare luptător în parte. Pentru a fi punctată, o lovitură fie ea de pumn sau de picior, trebuie să nu fie blocată sau deviată, nici măcar parțial. Loviturile date de către un luptător nu vor fi luate în considerare dacă:

- o sunt contrare regulamentului
- o lovesc brațele (adversarul are „garda sus”)
- o dacă sunt lipsite de forța întregului corp

- directiva 2 – privind avertismentele

În timpul fiecărei runde, un judecător nu poate penaliza fiecare încălcare a regulamentului pe care o vede, indiferent dacă arbitrul de centru a văzut-o sau nu. El trebuie să semnaleze acest lucru arbitrului de centru. Dacă acesta acordă avertismente luptătorilor, judecătorul trebuie să noteze un „W” în rubrica de Avertismente din fișa de scor, dar asta nu înseamnă că îi va scădea și un punct.



Atunci când arbitrul de centru hotărăște să dea un minus punct unui luptător, atunci judecătorul va trece „-1” în coloana corespunzătoare luptătorului penalizat, iar celuilalt luptător i se acorda 3 puncte pe clicker.

- directiva 3 – acordarea punctajelor

Punctajele se vor acorda pentru fiecare rundă în parte. Nu se vor acorda fracțiuni de puncte.

### **Art. 9. Încălcările regulamentului**

Avertismentele date oamenilor din colțul luptătorului, se vor aduna la avertismentele acestuia.

Un arbitru de centru poate, fără să oprească meciul, să atenționeze un luptător în orice moment. Dacă vrea să acorde un avertisment, el va trebui să oprească meciul și să anunțe avertismentul. El va arăta acest lucru celor trei judecători, arătând cu degetul luptătorul penalizat.

Următoarele acțiuni pot fi considerate încălcări ale regulamentului:

- lovitura mai jos de centură, agățarea, punerea piedicilor
- loviturile cu capul, umerii, antebrațele și coatele, sugrumarea adversarului, presarea feței acestuia cu brațele sau coatele, împingerea adversarului în spate
- loviturile cu mânușa deschisă, cu interiorul acesteia, sau cu încheietura mâinii
- lovirea spatelui adversarului, în special a cefei, a spatelui capului și a rinichilor - întinderea pe jos, lupta la sol, sau refuzul de a lupta
- atacul unui adversar aflat la podea, sau care este pe punctul de a se ridica de pe sol
- clinciul fără motiv
- prinderea și lovirea în același timp a adversarului, sau tragerea acestuia și lovire
- agățarea și ținerea brațului adversarului, sau punerea unui braț sub brațul adversarului
- coborârea bruscă a capului sub nivelul centurii adversarului, într-un mod ce poate fi periculos pentru acesta
- folosirea unor mijloace artificiale pentru o apărare pasivă și căderea intenționată pe jos, pentru a evita o lovitură
- folosirea insultelor și a unui limbaj agresiv în timpul unei runde
- refuzul de a se retrage după comanda DESPĂRȚIȚI-VĂ
- încercarea de a lovi adversarul imediat după comanda DESPĂRȚIȚI-VĂ, înainte de a se retrage
- atacarea sau insultarea arbitrilor de centru
- atunci când deja s-a acordat un avertisment pentru o încălcare a regulamentului, de exemplu pentru un clinci, arbitrul de centru nu va avertiza din nou luptătorul pentru aceeași greșeală. Dacă arbitrul consideră că acea greșeală a fost făcută neintenționat, va trebui să se consulte cu judecătorii.

### **Art. 10. Penalități (Avertismente și Descalificări)**

Avertismentele se vor da clar și cu voce tare astfel încât să audă și să înțeleagă atât cei doi luptători cât și antrenorii acestora. Arbitrul de centru trebuie să stea cu fața către luptătorul care a greșit atunci când îi va da avertismentul.

Pentru a penaliza un luptător, arbitrul de centru trebuie să ceară mai întâi oprirea timpului. El se va întoarce cu fața spre cel care ține scorul și va sublinia luptătorul care a fost penalizat prin arătarea acestuia și explicarea motivului pentru care a fost penalizat.

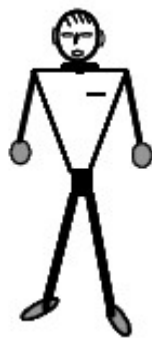
Avertismentele se vor aduna pe tot parcursul meciului, din toate rundele. Atunci când arbitrul de centru dă un avertisment sau un punct de penalitate, el trebuie să oprească timpul.

- Prima încălcare a regulamentului  
Avertisment  
Decizie comunicată luptătorului / antrenorului / mesei oficiale verbal și prin gesturi
- A doua încălcare a regulamentului  
Minus un punct  
Decizie comunicată luptătorului / antrenorului / mesei oficiale verbal și prin gesturi
- A treia încălcare a regulamentului  
Minus un punct  
Decizie comunicată luptătorului / antrenorului / mesei oficiale verbal și prin gesturi
- A patra încălcare a regulamentului  
Descalificare  
Decizie comunicată luptătorului / antrenorului / mesei oficiale verbal și prin gesturi

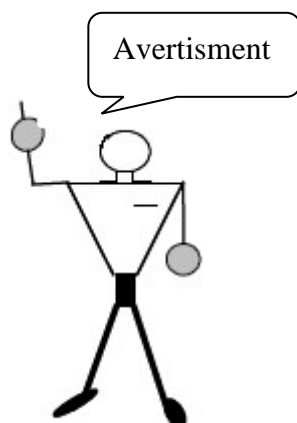
### Art. 10.1 Descalificări

Dacă este necesară descalficarea, arbitrul de centru va consulta judecătoria și observatorul suprafeței (unul dintre cei doi arbitri șef) pentru a se asigura că se respectă toate procedurile.

### Art. 11. Semnele cu mâna

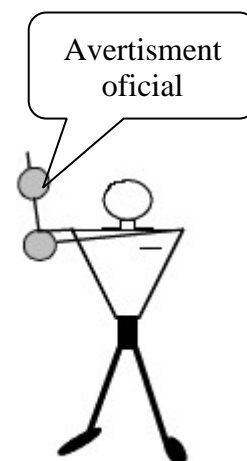


Arbitrul de centru

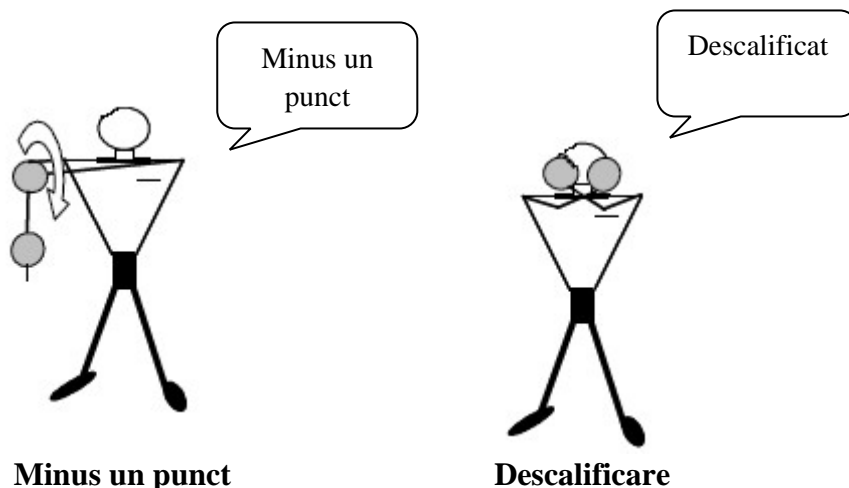


Avertisment

făcute



Avertisment oficial



### Art. 12. Meciul

Un antrenor și un secund pot asista luptătorul. Aceștia vor trebui să respecte următoarele reguli:

- doar antrenorul și secundul pot intra în ring în timpul pauzelor
- în timpul runde, nu vor da niciun sfat sau încurajare luptătorului
- secundul poate să ceară oprirea meciului din partea sportivului dacă acesta se află în dificultate, aruncând prosopul în ring
- în timpul meciului, nici antrenorul și nici secundul nu au voie în ring. Ei trebuie, înainte de fiecare rundă, să strângă prosoapele sau gălețile, etc
- orice antrenor, secund sau oficial ce încurajează spectatorii să dea sfaturi sau să încurajeze un luptător pe parcursul meciului, poate fi suspendat din funcția sa, pe parcursul competiției
- antrenorul sau secundul care încalcă aceste reguli, poate primi un avertisment, sau poate fi descalificat de către arbitrul de centru

### Art. 13. Oficiali

Pentru reguli generale și alte detalii despre oficiali, vezi regulamentul general.

#### Art. 13.1. Arbitrul de centru și judecătorii

Fiecare meci va fi arbitrat de trei judecători care vor sta pe lateralele ringului, departe de spectatori. Fiecare judecător trebuie să fie așezat la mijlocul lateralelor respective, cu fața spre ring.

În cazul în care organizatorul nu poate să respecte regulile menționate mai sus din cauza unor circumstanțe speciale, el va găsi o soluție care să asigure neutralitatea și imparțialitatea oficialilor, urmată de un raport prompt către comitetul de arbitri.

#### Art. 13.2. Arbitrul de centru

La sfârșitul fiecărui meci, arbitrul de centru adună și verifică fișele de scor ale celor trei judecători. După verificare, el le va înmâna arbitrului șef de tatami, sau în cazul în care acesta lipsește, crainicului.



Atunci când se anunță câștigătorul, arbitrul de centru trebuie să ridice mâna acestuia. El trebuie să indice luptătorilor, prin gesturi și semne corespunzătoare, orice încălcare a regulamentului. De asemenea el trebuie să supravegheze întregul meci.

### Art. 13.2.1. Atribuțiile arbitrilor de centru

- oprește lupta în orice moment în cazul în care consideră că un luptător este superior tehnic
- oprește lupta în orice moment dacă este de părere că unul dintre luptători a primit o lovitură neregulamentară, sau dacă este rănit, sau în cazul în care consideră că nu mai poate continua să lupte
- oprește lupta în orice moment dacă un sportiv are un comportament nesportiv. În acest caz, el trebuie să descalifice sportivul respectiv
- avertizează un sportiv sau oprește meciul pentru a acorda un minus punct sau un avertisment unui luptător care a încălcat regulamentul
- descalifică un antrenor sau un secund care a încălcat regulamentul, sau chiar pe luptător, dacă antrenorul sau secundul refuză să se supună comenzilor sale
- descalifică, cu sau fără avertisment, un luptător care a încălcat regulamentul
- 
- 
- interpretează regulile atâta timp cât sunt aplicabile sau compatibile cu lupta care are loc în acel moment, sau într-un anumit moment, și decide asupra unei măsuri care nu este prevăzută în regulament
- dacă un luptător încalcă regulamentul, dar nu merită neapărat o descalificare, arbitrul de centru trebuie să oprească meciul și să acorde un avertisment luptătorului. Înainte de avertisment, el trebuie să ceară luptătorilor să oprească meciul. Avertismentul trebuie să fie dat clar, pentru ca luptătorul să înțeleagă exact motivul pentru care a fost penalizat. Arbitrul de centru trebuie să semnaleze fiecărui judecător acea penalizare, și să arate luptătorul în cauză. După acordarea avertismentului, arbitrul dă comanda reînceperii luptei. - arbitrul de centru poate atenționa un luptător. O atenționare este un avertisment dat de către arbitrul de centru unui luptător, pentru o încălcare a regulamentului. Pentru a face acest lucru, nu este nevoie să oprească meciul, și poate muștra luptătorul în timpul luptei.

### Art. 13.3. Judecătorii

Fiecare judecător trebuie să analizeze singur cei doi luptători și să aleagă un câștigător conform regulamentului.

În timpul meciului, acesta nu va vorbi cu luptătorii, cu alți judecători, sau cu nimeni altcineva, cu excepția arbitrilor de centru. El poate, dacă este necesar, la sfârșitul unei runde să semnaleze arbitrilor de centru o încălcare a regulamentului ce a trecut neobservată de către acesta (de exemplu, comportamentul nepotrivit al unui secund, etc).

Un judecător va nota numărul total de puncte pe foaie sa de scor, și în meciurile profesionale, doar decizia sa va fi anunțată publicului la sfârșitul meciului, nu și numărul de puncte.

Pe parcursul meciului, judecătorul va folosi spatele fișei de scor pentru a nota numărul de lovituri pe care l-a văut, fie prin una sau mai multe cifre, fie prin trasarea de linii. Luptătorul roșu va fi notat pe partea stângă a foii, iar luptătorul albastru întotdeauna pe partea dreapta a fișei de scor.



Punctajul va fi trecut separat pentru fiecare rundă în parte.

Judecătorul nu își va părăsi locul până la anunțarea deciziei.

În timp ce arbitrează, judecătorul trebuie să folosească clickere.

### **Art. 14. Accidentări**

Meciul se va opri în cazul unei accidentări, în cazul în care trebuie așezat un echipament, sau pentru a da ocazia arbitrilor de centru să se consulte cu judecătorii. Meciul va fi oprit numai de către arbitrul de centru (judecătorii și medicul pot doar semnala arbitrilor de centru oprirea timpului). În cazul unei accidentări a unuia dintre competitori, meciul va fi oprit atât timp cât paramedicul/doctorul va decide dacă acesta poate continua sau nu. Imediat ce medicul a ajuns pe tatami, el va avea la dispoziție doar 2 minute pentru a decide dacă este necesar un tratament. Tratamentul va fi făcut tot în limita celor 2 minute. În orice caz, tăieturile nu pot fi acoperite cu plasturi.

Dacă meciul trebuie oprit datorită accidentării, arbitrul de centru și cei doi judecători vor decide:

#### **Cine a cauzat accidentarea?**

- Dacă accidentarea a fost intenționată sau nu
  - Dacă a fost sau nu vina accidentatului
  - Dacă accidentarea a fost sau nu cauzată de o tehnică nepermisă
  - Dacă nu a fost o încălcare a regulamentului de către sportivul neaccidentat, acesta va câștiga prin abandon
  - Dacă a fost o încălcare a regulamentului de către sportivul neaccidentat, sportivul accidentat va câștiga prin descalificare
- 
- Dacă sportivul accidentat este declarat apt să mai lupte de către medic/doctor, meciul va continua

Dacă accidentarea nu a fost intenționată și sportivul accidentat nu mai poate continua meciul, adversarul său va fi declarat câștigător.

Dacă accidentarea s-a produs în urma unei încălcări a regulamentului, luptătorul responsabil va fi descalificat. Dacă accidentarea s-a produs din vina lui, celălalt luptător este declarat câștigător prin RSC.

În cazul oricărei accidentări, doar doctorul are ultimul cuvânt de spus în ceea ce privește continuarea meciului. Acesta va comunica decizia arbitrilor de centru care o va respecta. Un luptător poate renunța oricând la meci prin ridicarea mâinii indicând renunțarea. În acest caz arbitrul de centru va chema lângă el celălalt luptător și îl va declara câștigător prin abandon.

### **Art. 15. Procedura urmată în cazul KO, RSC și a accidentărilor**

Dacă un luptător este accidentat în timpul meciului doctorul este singurul care poate evalua situația.

Dacă un sportiv rămâne inconștient, doar arbitrul și doctorul de gardă vor putea rămâne pe suprafață, exceptând cazul în care doctorul are nevoie de asistență.

#### **Art. 15.1. Procedura urmată în cazul KO, RSC**

Un sportiv care a fost făcut knock out datorită unei lovituri la cap în timpul meciului (sau dacă arbitrul a oprit meciul datorită unui traumatism cranian care îl împiedică să mai lupte) va fi examinat

de un doctor imediat, și transportat la spital de ambulanța de serviciu sau de o altă modalitate de transport adecvată. Luptătorului respectiv nu i se va permite să participe într-o altă competiție sau să lupte pentru o perioadă de 8 săptămâni după KO.

Dacă luptătorul a fost făcut knock out datorită unei lovituri la cap în timpul meciului sau dacă arbitrul a oprit meciului datorită unui traumatism cranian care îl împiedica să mai lupte, de două ori la rând în 3 luni, i se va interzice participarea într-o altă competiție sau să lupte pe o perioadă de 3 luni după cel de-al doilea KO.

Unui luptător care a fost făcut knock out datorită unei lovituri la cap în timpul meciului sau dacă arbitrul a oprit meciului datorită unui traumatism cranian care îl împiedica să mai lupte, de 3 ori consecutiv într-o perioadă de 12 luni, i se va interzice să participe într-o competiție sau să se lupte pentru o perioadă de un an după cel de-al treilea KO.

Perioadele de repaus mai sus menționate pot fi prelungite la cererea doctorului de gardă.

De asemenea doctorii de la spital responsabili cu testarea/scanarea rezultatelor la cap pot mări perioada de repaus.

Perioada de repaus înseamnă acea perioadă în care un sportiv nu poate participa în nicio competiție de kickbox indiferent de disciplină.

Perioada de repaus reprezintă „perioada minimă” și nu poate fi încălcată nici măcar în cazul în care nu s-au găsit răni.

Arbitrul de centru va comunica mesei oficiale să treacă KO sau RSC pe foile de scor, atunci când a oprit lupta datorită imposibilității de a continua a unui sportiv datorită unei lovituri puternice la cap.

Același lucru trebuie comunicat de către arbitrul de centru de pe suprafața respectivă spre a fi notat în pașaportul sportiv FRFK al luptătorului. Înainte de a relua activitatea sportivă după suspendarea mai sus menționată, un sportiv, după examinarea medicală, va trebui declarat apt să participe în competiții de un medic sportiv. După o înfrângere prin KO, un sportiv va trebui să dețină o tomografie înainte de a-și relua activitatea sportivă.

### **Art. 15.2 Procedura urmată în cazul accidentărilor în general**

În cazul accidentărilor în afara KO sau RSC-H, doctorul poate acorda un timp de repaus și recomanda tratamentul la spital. Un doctor poate cere un tratament imediat, la un spital.

### **Art. 16. Atingerea mânușilor**

Înainte și după un meci, luptătorii vor atinge mânușile, în semn de fair play, conform regulamentului. Atingerea mânușilor va avea loc înainte de începerea primei runde și după decizia finală. Nu este permisă atingerea mânușilor între runde.

### **Art. 17. Utilizarea drogurilor**

FRFK folosește Regulile de Conduită WADA și lista sa de medicamente interzise, care pot fi modificate din când în când. Consultați regulile FRFK Anti Doping și procedurile sale.

Orice sportiv care refuză examinarea medicală sau testul doping înainte sau după un meci poate fi imediat descalificat sau suspendat până la stabilirea unei audieri complete.

Același lucru se întâmplă în cazul unei încurajări din partea unui oficial în acest sens. Este permisă anestezia locală dacă aceasta este aprobată de un doctor din Comitetul Medical. FRFK face referire și adoptă Regulile Doping WADA în toate situațiile.

## Reguli de Freestyle K-1 - FRFK



### **Art. 18. Indicație**

Pentru o citire ușoară, uneori textul folosește numai pronume masculine, dar referirile se fac la ambele sexe.