



# Reguli de Freestyle Semi

# Cuprins

## **Art. 1. Definiție**

## **Art. 2. Regulile luptei**

## **Art. 3. Comenzile competiției**

## **Art. 4. Zonele de lovire legale**

## **Art. 5. Zonele de lovire ilegale**

## **Art. 6. Tehnicile legale**

Art. 6.1 Notă specială

## **Art. 7. Tehnicile și acțiunile ilegale**

## **Art. 8. Criteriile de punctare**

Art. 8.1 Decizii pe care le pot lua judecătorii și arbitrul de centru (Punctaje)

Art. 8.1.1 Punctaje

Art. 8.1.2 Niciun scor sau niciun punct

Art. 8.2 Punctaje

Art. 8.2.1 Acordarea punctajelor

Art. 8.2.2 Alte reguli privind acordarea punctajelor

Art. 8.2.3 În caz de egalitate

## **Art. 9. Penaltăți – Ieșiri (Avertismente, Descalificări și Ieșiri)**

Art. 9.1 Încălțări de regulament (altele decât ieșirile)

Art. 9.2 Descalificări

Art. 9.3 Ieșiri

Art. 9.3.1 Reguli ieșiri

Art. 9.3.2 Minus puncte

## **Art. 10. Semnele făcute cu mâna**

## **Art. 11. Încălțările regulamentului**

## **Art. 12. Oprirea meciului (Time-out)**

Art. 12.1 Motive pentru Time-out

**Art. 13. Accidentări**

**Art. 14. Procedura urmată în cazul KO, RSC, RSC-H și a accidentărilor**

Art. 14.1 Procedura urmată în cazul accidentărilor în general

**Art. 15. Competițiile pe echipe și pentru Grand Champion**

Art. 15.1 Grand Champion

Art. 15.1.1 Regulamentul pentru Competițiile de Grand Champion

Art. 15.2 Competiția pe echipe

Art. 15.2.1 Campionatele mondiale și europene

Art. 15.2.2 Excepții în cazul Echipelor la Cupele Mondiale și Internaționale Open

**Art. 16. Atingerea mănușilor**

**Art. 17. Utilizarea drogurilor**

**Art. 18. Altele**

## **Art. 1. Definiție**

Freestyle Semi Contact este o disciplină de luptă unde doi sportivi se întrec cu scopul de a obține punctajul cel mai mare, folosind tehnici legale de pumn și picior, foarte bine controlate ca forța, date cu viteză și care ating ținta. Principalele caracteristici ale freestyle semi-contactului sunt precizia, tehnica și viteza. Competiția de freestyle semi-contact trebuie să folosească lovituri foarte bine controlate.

Este o disciplină tehnică, ce pune accent atât pe loviturile de pumn cât și pe cele de picior. La fiecare punct valid arbitrul de centru oprește meciul arătând în același timp cu ceilalți doi judecători în direcția luptătorului care este punctat, cu ajutorul degetelor, numărul de puncte pe care i le acordă.

**NOTA:** Tinta reprezintă zonele de lovire legale situate de la centura (mijloc) în sus și glezna / botoselul pentru secerări

**NOTĂ:** Scorul trebuie să fie o decizie de majoritate de cel puțin 2 la 1

## **Art. 2 Regulile luptei**

Lupta în sistem Semi-Contact presupune atingerea unor tinte aflate la nivel superior (cap) și mediu (deasupra centurii) cu excepția secerarilor care se fac la nivelul gleznei / botoselului, cu lovituri clare, precise, cu forța controlată.

Sportivii vor fi invitați de către central pe tatami. La intrarea sportivilor pe suprafața de luptă aceștia vor fi verificați dacă echipamentul de luptă este corespunzător. Luptătorii vor intra pe tatami și își vor atinge mănușile la comanda ATINGEȚI MĂNUȘILE (eng. TOUCH GLOVES). Apoi se vor retrage puțin, vor intra în poziția de luptă și vor aștepta comanda "LUPTĂ" (eng. FIGHT) a arbitrului.

Timpul se va opri doar la comanda arbitrului central, atunci când acesta va striga " STOP TIMP / STOP TIME" și se va uita spre masa oficială și va gesticula specific. Timpul nu se va opri la acordarea punctelor. Arbitrul de centru are voie să se adreseze luptătorilor în timpul meciului doar pentru a corecta abateri minore.

Un luptător poate să aibă 1 (unu) sau maxim 2 (doi) antrenori în colțul său în timpul meciului. Amândoi trebuie să rămână pe scaunul antrenorului pe tot parcursul meciului. Niciun antrenor nu are voie să intre pe suprafața de luptă în timpul meciului. Dacă un antrenor dorește să interacționeze cu arbitrul de centru în timpul meciului, va ridica mâna semnaland faptul că are ceva de comentat etc. Niciun antrenor nu are voie să facă remarci vis-a-vis de arbitrul de centru sau de judecători. Antrenorii nu pot face remarci despre tehnicile punctate sau nepunctate.

Numai arbitrul de centru poate opri timpul. Un luptător poate cere oprirea cronometrului pentru a-și aranja echipamentul sau pentru a verifica o accidentare ridicând bratul în aer astfel încât arbitrul central să poată să îl vadă și să oprească lupta. 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 avertizare. Dacă sportivul continua cu un astfel de comportament acesta poate primi o penalizare cu pierdere de puncte sau poate fi descalificat pentru întârzierea meciului și / sau refuzul de a lupta. Deciziile se vor lua între arbitrul de centru și arbitrii judecatori.

## **Art. 3 Echipamente**

### **Art. 3.1 Echipament de protecție**

- cască – fără protecție facială;
- proteză dentară;
- pieptar (doar pentru luptători de sex feminin)

**Notă:** fetele mici care au sânii vizibil dezvoltați, trebuie să poarte pieptar

- mănuși de freestyle semi;
- feșe;
- scoică (obligatorie pentru băieți și fete);
- tibiere cu instep;
- botosi (aceștia trebuie să acopere degetele și calcaiul)

### **Art. 3.2 Echipament de luptă**

- tricou rotund la baza gâtului;
- pantaloni lung de freestyle semi

#### **Atenție:**

- fără buzunare la pantaloni
- centură de grad optional

## **Art. 4 Comenzile competiției**

- **ATINGEȚI MĂNUȘILE** (eng. TOUCH GLOVES)  
- la început de meci / repriza
- **TIMP** (formând litera T cu mâinile) (eng TIME)  
- folosit la fiecare început de repriza și adresat mesei de cronometraj sau după o întrerupere a luptei
- **STOP TIMP** (formând litera T cu mâinile) (eng STOP TIME)  
- Arbitrul de centru va da comanda STOP TIMP în următoarele situații:

- Când acordă avertismente unui luptător (al cărui adversar trebuie să se ducă imediat într-un colț neutru). Arbitrul trebuie să explice motivul pentru care avertizează un luptător;
- 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 pe toata durata intalnirii este de 3 minute pentru toate categoriile de vârstă);
- alte situatii in care este necesar ca timpul sa fie oprit;

- **STOP**

- Atunci când arbitrul cere luptătorilor să se oprească, indiferent de motiv

- La aceasta comanda sportivii trebuie sa opreasca lupta imediat.

- **LUPTĂ (eng. FIGHT)**

- Se folosește la fiecare inceput de repriza sau dupa ce timpul a fost oprit, indiferent de motiv

## **Art. 5 Zonele de lovire legale**

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

- **Cap**

Față, laterale, spate, frunte și barba (upercut)

- **Trunchi**

Frontal și lateral

- **Picioare**

Doar la nivelul gleznei, cât ține botoșelul (sunt permise doar secerările)

## **Art. 6. Zonele de lovire ilegale**

- Creștetul capului
- Spatele trunchiului (rinichi și splină)
- Gât: partea din față, din spate și lateralele
- Umeri (partea superioară)

- Mai jos de centură (cu excepția secerărilor)
- Toate tehnicile oarbe, necontrolate

## **Art. 7 Tehnicile legale**

### ▪ **Lovituri de picior**

Frontale, laterale, în spate (spre înapoi), circulare, prin agățare (doar cu talpa), ascendente, prin balans (doar cu talpa), prin săritură, prin întoarcere, întoarcere din saritura

### ▪ **Lovituri de pumn**

Cu dosul pumnului în lateral și frontal (mai puțin cele prin întoarcere), cu taisul interior al palmei dar cu degetul mare strans și toate loviturile din box.

### ▪ **Secerări**

Lovirea doar în zona protejată a piciorului (botoselul)

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.

### **Art. 7.1 Notă specială**

Este extrem de periculos să lovești cu călcâiul. Trebuie să se sublinieze foarte clar faptul că trebuie să extinzi piciorul în așa manieră încât să lovești cu talpa atunci când execuți lovituri de picior prin balans, prin agățare sau circulare prin întoarcere.

Intenția vădită de a lovi cu călcâiul indiferent dacă își atinge ținta sau nu, se pedepsește cu descalificarea imediată a sportivului.

## **Art. 8 Tehnicile și acțiunile ilegale**

- Lovitură de pumn din întoarcere (**spinning back fist**)
- Lovitura pumn -ciocan la cap
- Atacul cu orice altă tehnică decât cele menționate la art. 6 (ex: cot, umar, cap, altele)
- Evitarea sau refuzul de a lupta
- Căderea sau aruncarea la podea fără motiv
- Părăsirea suprafeței de luptă (ieșirile)
- Atacul cu răutate sau contactul excesiv
- Comportamentul nesportiv. Un luptător va avea un singur avertisment verbal, apoi vor urma procedurile normale pentru penalizare și descalificare. Totuși, în funcție de gravitatea primei ofense, sportivul poate fi descalificat fără a i se mai acorda un avertisment sau o penalizare.

- Prinderea, ținerea și împingerea nu sunt permise
- Atacul sau abuzul verbal asupra oricărui oficial fie că acesta este sau nu pe tatami.
- Împingerea, prinderea adversarului
- Scuiatul sau intenția de a face aceste lucruri, va duce imediat la descalificare. În cazul în care oricare dintre aceste lucruri sunt făcute de un luptător penalizat sau de antrenorii acestuia, persoana în cauză poate fi dată afară din sala de competiție, anunțându-se totodată și Comitetul de Arbitrii FRFK.
- Un luptător nu își poate ataca adversarul aflat la podea. Arbitrul de centru este responsabil cu oprirea meciului imediat ce unul dintre sportivi atinge podeaua cu orice parte a corpului în afară de tălpi. Atacul la capul sau la corpul unui adversar adversarului aflat la podea poate duce la minus un punct sau la descalificarea sportivului (arbitrii vor decide prin majoritate).
- Un sportiv poate puncta adversarul aflat în cădere, cu condiția ca acesta să nu atingă solul cu orice altă parte a corpului în afară de talpă.

## **Art.9. 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 și controlat 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 forța controlată („rezonabilă”). Orice lovitură care doar atinge, șterge sau împinge adversarul, nu va fi punctată.

Dacă un luptător sare în aer pentru a ataca, el trebuie să aterizeze în interiorul suprafeței pentru a fi punctat și trebuie să-și mențină echilibrul. (Nu este permisă atingerea podelei cu nicio parte a corpului în afară de talpă.)

Dacă un luptător își pierde echilibrul din cauza propriei sale instabilități, după ce a atins o țintă validă cu o tehnică permisă și atinge podeaua cu orice parte a corpului în afară de talpă, atunci acesta nu va fi punctat.

Dacă un luptător își pierde echilibrul după ce atins o țintă validă cu o tehnică permisă, dar nu din vina sa (a fost împins sau i s-a pus piedică), atunci acesta va fi punctat.

### **Art. 9.1 Decizii pe care le pot da judecătorii și arbitrul de centru (Punctaje)**

Arbitrul de centru și judecătorii vor da decizii numai pe baza a ceea ce au văzut ei. Nimeni nu poate schimba decizia unui judecător sau a unui arbitru de centru. Chiar dacă aceștia fac o greșală, Arbitrul Șef responsabil de suprafața respectivă (unul dintre cei doi arbitri șefi) nu poate schimba decizia respectivă, dar poate schimba arbitrul de centru sau judecătorii pentru viitoarele meciuri, dacă este cazul.



Observatorul suprafeței (unul dintre cei doi arbitri șef) poate schimba decizia unui arbitru de centru sau a unui judecător doar atunci când respectivul a făcut o “greșeală de neatenție”. O greșeală de neatenție este:

- O adunare incorectă a punctelor de pe tabela de marcaj
- Atunci când arbitrul de centru a acordat un punct unui luptător care a căzut sau a pășit în afara suprafeței după ce a punctat.
- Arbitrul de centru nu poate acorda puncte de unul singur

Cei doi arbitri șefi ai suprafeței trebuie să fie foarte atenți pentru a se asigura că judecătorii își fac bine treaba. Arbitrul de centru nu poate acorda puncte singur.

#### **Art. 9.1.1 Punctaje**

O mână ridicată indică luptătorul care a punctat. Pentru a acorda un punctaj trebuie să existe un minim de 2 decizii la fel (ale arbitrului de centru și judecătorilor).

Dacă arbitrul de centru și un judecător arată două mâini ridicate (câte un punct pentru fiecare luptător) și celălalt judecător arată spre un luptător, arbitrul de centru trebuie să acorde câte un punct pentru fiecare luptător.

Dacă arbitrul de centru arată trei puncte (o lovitură de picior la cap) și un judecător arată două puncte, arbitrul de centru va acorda luptătorului două puncte.

#### **Art. 9.1.2 Niciun punct sau niciun scor**

Mâinile încrucișate în fața arbitrului de centru sau a judecătorilor, la nivelul bazinei, înseamnă că aceștia nu au punctat o tehnică.

Dacă arbitrul de centru sau un judecător arată un punctaj și ceilalți doi arată că nu au văzut o tehnică ce poate fi punctată, atunci nu se va acorda niciun punct.

Dacă unul dintre luptători nu obține un minim de două mâini ridicate, atunci nu se va acorda niciun punct.

Dacă arbitrul dă comanda STOP și acordă un avertisment unui luptător, acesta nu poate fi și punctat în același timp. Totuși, poate fi punctat celălalt luptător, primind punct din cauza avertismentului adversarului său.

Exemplu: Unul dintre luptători execută o tehnică ce merită a fi punctată, în timp ce adversarul său încalcă o regulă pentru a doua oară. Se va puncta întâi lovitura primului luptător, apoi se va acorda minus punct pentru încălcarea regulamentului de către adversarul său.

#### **Art. 9.2 Punctaje**

- Lovitură de pumn 1p
- Lovitură de picior la corp 2p
- Secerarea piciorului adversarului atunci când acesta atinge podeaua 1p
- Lovitură de picior la cap 3p

- Lovitură de picior prin săritură la corp

3p

- Lovitură de picior prin săritură la cap

5p

### **Art. 9.2.1 Acordarea punctelor**

Dacă arbitrul de centru observă o acțiune pe care o consideră a fi un punct valid, el va da imediat comanda STOP și va arăta punctajul respectiv, la fel ca și judecătorii. Arbitrul de centru numără deciziile și acordă punctajul luptătorului potrivit. De fiecare dată când arbitrul de centru oprește meciul, fiecare judecător trebuie să arate imediat o decizie: dacă au văzut luptătorii punctând sau nu.

Dacă unul dintre judecători vede o acțiune pe care el o consideră a fi un punct valid, va trebui să semnaleze acest lucru arbitrului de centru care va da comanda "STOP" și arbitrul de centru și judecătorii vor arăta o decizie.

Doar o majoritate poate acorda punctajul respectiv.

### **Art. 9.2.2 Alte reguli privind acordarea punctelor**

După fiecare punct observat, se va da comanda STOP și, atât arbitrul de centru cât și judecătorii vor arăta ce au văzut.

Se va declara câștigător luptătorul cu cele mai multe puncte la sfârșitul timpului. În cazul în care un luptător ajunge să aibă o diferență de 10 puncte față de adversar, acesta va fi declarat câștigător.

Alte metode de a câștiga:

- descalificare
- ieșiri de pe suprafață

### **Punctarea unei tehnici date simultan cu expirarea timpului de lupta:**

Oficialii trebuie să se consulte pentru a determina dacă tehnica și-a atins ținta înainte sau după terminarea timpului. Expirarea timpului se poate semnala prin aruncarea unui obiect moale pe tatami, prin semnalul sonor al tablei.

Antrenorii sau luptătorii nu se pot implica în luarea deciziei.

### **Art. 9.2.3 În caz de egalitate**

La sfârșitul reprizelor, în caz de egalitate la puncte, se va face o rundă suplimentară. Dacă și aceasta se termină la egalitate, primul luptător care punctează, va fi declarat câștigător (prin „Moarte subită” sau „Punctul de aur”). Pentru a puncta, trebuie să fie folosită o tehnică clară executată într-o zonă de lovire legală.

## **Art. 10 Incalcare ale regulamentului - Penaltăți (Avertismente, Descalificări, Ieșiri)**

Atunci când arbitrul de centru constata o incalcare a regulamentului și trebuie sa acorde o penalitate trebuie să oprească timpul.

## **Art. 10.1 Încălări de regulament (altele decât ieșirile)**

### **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. Se va poziționa cu fata către sportiv și antrenor și va explica regula incalcata.

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 va aștepta marcarea pe tabela a penalizării. Avertismentele se vor aduna pe tot parcursul meciului, din toate rundele și vor fi afisate pe tabela de scor.

- Sunt 3(trei) feluri de avertismente: atenționare, avertisment verbal și avertisment oficial;
- Sunt 2(două) feluri de penalizare: **minus punct** și **descalificare**;
- Arbitrul central poate, fără a opri lupta, să atenționeze un luptător în orice moment pentru o abatere minora de la regulament.

#### **■ Primul avertisment**

AVERTISMENT verbal - nu se contorizează pe tabela de scor

Decizie comunicată luptătorului / antrenorului verbal și prin gesturi

- **Al doilea avertisment** - Primul avertisment oficial - se contorizează pe tabela de scor. Decizie comunicată luptătorului / antrenorului / mesei oficiale verbal și prin gesturi

- **Al treilea avertisment** - Al doilea avertisment oficial - se contorizează pe tabela de scor. Decizie comunicată luptătorului / antrenorului / mesei oficiale verbal și prin gesturi  
MINUS 1 (UNU) PUNCT

- **Al patrulea avertisment** - Al treilea avertisment oficial - se contorizează pe tabela de scor și se avertizează antrenorul și sportivul că la următoarea abatere va fi descalificat. Decizie comunicată luptătorului / antrenorului / mesei oficiale verbal și prin gesturi  
MINUS 1 (UNU) PUNCT

- **Al cincilea avertisment** - Al patrulea avertisment oficial - se contorizează pe tabela de scor. Decizie comunicată luptătorului / antrenorului / mesei oficiale verbal și prin gesturi

DESCALIFICARE

Avertismentele și penalizările se contorizează pe durata întregului meci.

Punctele minus și descalificările pot fi date direct, fără alt avertisment, dar decizia arbitrului central trebuie aprobată de șeful de suprafață.

## **Art. 10.2 Descalificări**

Descalificarile vor fi făcute în conformitate cu regulile descrise.

În cazul în care a fost încălcat grav regulamentul, dacă este necesară descalificarea directă, arbitrul de centru va consulta judecătorii și observatorul suprafeței (unul dintre cei doi arbitri șefi) pentru a se asigura că se respectă toate regulile și va proceda ca atare.

### **Art.10.3      Ieșiri - Părăsirea suprafeței de luptă:**

Pășirea afară (ieșire) înseamnă ieșirea în afara liniei (suprafeței) cu un picior (toata talpa), indiferent de dimensiunea suprafeței de lupta.

Dacă un luptător părăsește suprafața de luptă (ieșire) fără a fi împins, lovit sau doborât de către oponentul său, se va considera „IEȘIRE VOLUNTARĂ” și va primi un avertisment și minus 1 (unu) punct de la arbitrul central. La a patra ieșire voluntara luptătorul va fi descalificat.

- ❑ Avertismentele (puncte minus) pentru părăsirea suprafeței vor fi ținute separat de celelalte avertismente.
- ❑ Dacă luptătorul se luptă la marginea tatami-ului, arbitrul central nu trebuie să oprească lupta pentru a împiedica luptătorul să iasă de pe suprafață
- ❑ Călcare liniei sau a marginii nu poate fi considerată ieșire. Întregul picior trebuie să fie în afara suprafeței.
- ❑ Dacă un luptător este împins de celălalt, sau dacă a ieșit ca urmare a unei lovituri, nu se consideră ieșire.
- ❑ Dacă un luptător este împins de celălalt, sau dacă a ieșit ca urmare a unei lovituri sau KO, arbitrul central trebuie să decidă dacă a fost folosită forța excesivă. Dacă este așa, un avertisment trebuie dat celui care a atacat dacă nu, un avertisment pentru ieșire (minus 1 punct) trebuie să fie dat luptătorului care a ieșit și ambii luptători vor începe de la centrul suprafeței.

Argumente pentru ieșiri:

În freestyle semi contact arbitrul central va decide cu o majoritate de 2(doi) din 3(trei)

#### **Articolul 10.3.1      Reguli ieșiri :**

- **Prima ieșire de pe suprafață**                      AVERTISMENT SAU PRIMA IEȘIRE  
Decizie comunicată luptătorului / antrenorului / judecătorilor / mesei oficiale verbal și prin gesturi
- **A doua ieșire de pe suprafață**                      MINUS UN PUNCT  
Decizie comunicată luptătorului / antrenorului / judecătorilor / mesei oficiale verbal și prin gesturi
- **A treia ieșire de pe suprafață**                      MINUS UN PUNCT  
Decizie comunicată luptătorului / antrenorului / judecătorilor / mesei oficiale verbal și prin gesturi
- **A patra ieșire de pe suprafață**                      DESCALIFICARE

Decizie comunicată luptătorului / antrenorului / judecătorilor / mesei oficiale verbal și prin gesturi

### Articolul 10.3.2 Puncte Minus

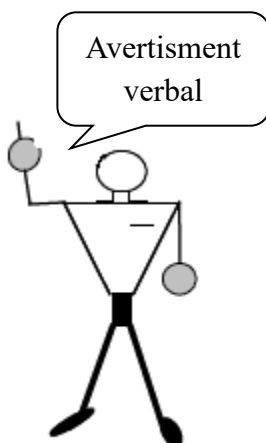
Criterii de acordare minus punct, date de arbitrul central, după avertismente anterioare:

- Stil de luptă neadecvat;
- Clinci constant;
- Coborâre constantă sub nivel, întoarcere;
- Prea puține lovituri de picior;
- Contact excesiv; prinderi și impingeri;
- Knock down brutal;
- Orice alte încălcări de regulament.

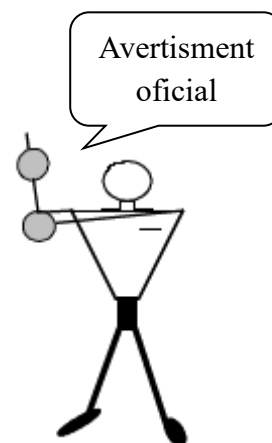
### Art. 11. Semnele făcute cu mâna



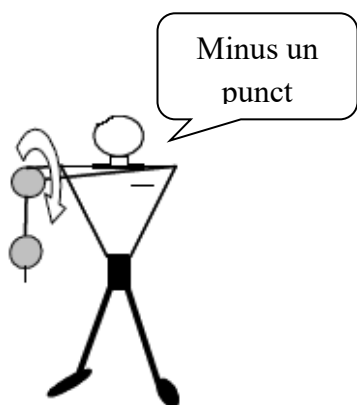
Arbitrul de centru



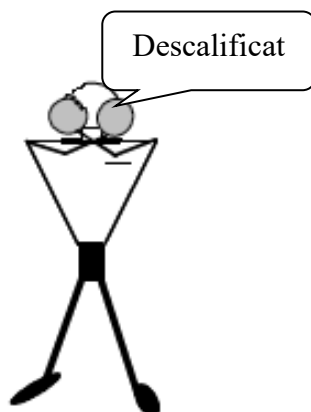
Avertisment verbal



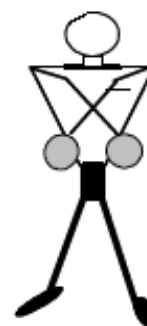
Avertisment oficial



Minus un punct



Descalificare



Niciun punct

## **Art. 12 Încălcările regulamentului**

- Folosirea tehnicilor ilegale
- Evitarea luptei
- Întoarcerea cu spatele
- Refuzul luptei în ultimele 10 secunde ale luptei,
- Aruncarea pe jos fără motiv pentru a trece timpul sau pentru a îl împiedica pe adversar să puncteze
- Ieșirea voluntară de pe suprafața de luptă este considerată o încălcare a regulamentului și se sancționează cu 1(unu) minus punct
- parasirea suprafeței de luptă
- Comentarea deciziilor arbitrilor de centru
- Comportamentul într-o manieră nesportivă
- Comentarii foarte zgomotoase ale antrenorului
- Intrarea antrenorului pe tatami în cazul accidentărilor

Pentru orice încălcare a regulamentului de către un antrenor / secund, arbitrul de centru va penaliza respectivii oficiali. În funcție de gravitatea abaterii se poate ajunge și la eliminarea din competiție a acestora.

Încălcările grave ale regulamentului pot duce imediat la minus un punct sau chiar la descalificare. De fiecare dată când un arbitru de centru este de părere că este necesară o descalificare, el trebuie să se consulte cu judecătorii și cu observatorul suprafeței (un arbitru șef), pentru a se asigura respectarea procedurilor normale.

Un luptător nu poate primi un punct și un avertisment în același timp.

## **Art. 13 Oprirea meciului (STOP TIME)**

Numai arbitrul de centru poate opri meciul.

- Când acesta acordă avertismente sau minus punct;
- când este necesară intervenția echipei medicale;
- alte situații ce necesită oprirea timpului.

Un luptător poate cere time-out pentru a-și verifica o accidentare sau a-și aranja echipamentul, prin ridicarea mâinii drepte. Arbitrul de centru nu trebuie să acorde time-out dacă este de părere că va oferi un avantaj incorect vreunui luptător, în afară de cazul în care este vorba despre o problemă de sănătate și siguranță. Time-out-urile trebuie făcute cât mai rar posibil. Dacă

arbitrul de centru este de părere că un luptător folosește time-out-ul pentru a se odihni, se va acorda un avertisment pentru întârzierea meciului.

Doar observatorul suprafeței (un arbitru șef) poate întrerupe meciul din afara suprafeței de luptă. El va atrage atenția arbitrului de centru care va striga time-out.

Dacă un antrenor dorește să facă o plângere sau să protesteze, el va anunța Arbitrul Șef de tatami care, dacă este posibil, va rezolva plângerea fără a opri meciul.

### **Art. 13.1 Motive pentru STOP TIME**

- Accidentări (vezi regulamentul privind accidentările și tratamentul acestora)
- Atunci când arbitrul de centru se consultă cu judecătorii sau cu responsabilul de suprafață (un arbitru șef)
- Atunci când arbitrul de centru are ceva de zis unui sportiv sau antrenorului acestuia
- alte situații ce necesita oprirea timpului

Arbitrul de centru se va asigura ca intreruperile vor fi cât mai scurte pentru a se asigura că fiecare luptător are ocazia de a folosi întreg timpul dedicat meciului.

Dacă un arbitru de centru nu poate conduce meciul rapid și corect, acesta poate fi înlocuit de către Șeful Competiției responsabil de sporturile de tatami.

### **Art. 14 Accidentări**

#### **Timpul total pentru interventia echipei medicale pe toată durata meciului este de 2 (doua) minute**

În cazul accidentării unuia dintre competitori, meciul va fi oprit până când medicul decide dacă acesta poate continua. Imediat ce acesta a ajuns pe tatami, el va avea la dispoziție doar 2 minute pentru intervenție (constatare, tratare). Echipa medicala este singura în măsură de a decide dacă meciul va continua sau nu.

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 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 sau de translator.

## **Art. 15      Procedura urmată în cazul KO, RSC, RSC-H și a altor accidentări**

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 împiedică 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 sau RSC-H.

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 împiedică 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 sau RSC-H.

Perioadele de repaus mai sus menționate pot fi prelungite la cererea medicului. 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-H 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 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. 15.1 Procedura urmată în cazul accidentărilor în general**

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

## **Art. 16 Competițiile pe echipe și pentru Grand Champion**

### **Art. 16.1 Grand Champion**

În competiții de genul Competițiilor Internaționale Open, se poate organiza o competiție numită Grand Champion, unde luptătorii nu luptă conform categoriilor de greutate. O competiție Grand Champion se organizează după cum urmează:

#### **Art. 15.1.1 Regulamentul pentru Competițiile de Grand Champion**

Numai câștigătorii categoriilor de greutate au voie să participe. Se vor face trageri la sorți libere, pentru luptători.

Open Grand Champion

Competițiile de tip Grand Champion trebuie să fie specificate în invitație.

Toți competitorii pot participa, dar trebuie să se înscrie înaintea sau în timpul competiției. Se vor face trageri la sorți libere ale meciurilor, cu toate categoriile de greutate incluse. Meciurile în competiția Grand Champion sunt de 1 rundă a câte 2 minute. Sportivii nu vor cere time-out.

Regulamentul și echipamentul sunt la fel ca la meciurile normale de freestyle semi-contact.

#### **Art. 16.2 Competiția pe echipe (Team Fight Semi)**

O echipă poate fi formată, după preferințele organizatorului, de exemplu:

- 4 luptători (3 băieți și 1 fată)
- 5 luptători (4 băieți și 1 fată)
- 5 luptători (5 băieți)
- 3 luptători (3 fete)
- Toți sportivii vor fi complet echipați și vor aștepta în colțul lor
- Meciul fetelor va fi ultimul din competiția pe echipe
- Nu există categorii de greutate
- Fata va lupta doar cu o altă fată
- În cazul competițiilor naționale și internaționale, echipa va fi formată doar din luptători de aceeași naționalitate. Nu se vor mixa luptători din țări diferite

- Regulile competiției pe echipe se aplică la campionate mondiale și continentale și la cupe mondiale sau alte competiții internaționale și naționale de freestyle kickboxing unde această probă este inclusă.
- Dacă o echipă nu este completă, nu poate continua sau începe competiția
- Fiecare luptător trebuie să fi luptat la individual în acel campionat
- O echipă poate avea 1(unu) băiat și 1(una) fată ca rezerve. Rezervele trebuie să stea cu căștile scoase pentru a fi ușor identificate. Odată ce a fost folosită o rezervă, nu mai pot fi făcute schimbări.
- La cadeți 1 și cadeți 2, luptătorii trebuie să concureze în echipe de la categoriile lor de vârstă
- Tragerea la sorți a ordinii luptei este decisă la început prin aruncarea unei monede. Echipa câștigătoare poate alege primii luptători sau poate permite echipei adverse să aleagă ea.
- Toți luptătorii sunt pregătiți cu tot echipamentul, fiecare pe partea sa de tatami.
- Nu sunt stabilite categorii de greutate (La categoriile cadeți 1 și cadeți 2, echipa trebuie să înceapă de la cei mai scunzi până la cei mai înalți.)
- Nu pot fi echipe mixte cu luptători din țări diferite. La cupele mondiale și continentale și turneele internaționale, echipa poate fi alcătuită din membrii diferitelor cluburi (echipe mixte). La campionatele naționale de freestyle semi contact echipele trebuie să fie alcătuite doar din luptătorii aceluiași club.
- Fiecare meci: 1 rundă a câte 2 minute
- În timpul meciului nu se va folosi time-out

#### **Art 16.2.1. Procedura folosită în cazul accidentelor în Competiția pe Echipe**

În cazul accidentărilor în competiția pe echipe, atunci când un luptător nu poate continua meciul, se vor aplica următoarele:

- dacă sportivul nu poate sau nu vrea să mai lupte, atunci echipa adversă va primi în acel moment 10 puncte care se vor aduna la scorul final.

#### **Art. 17 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. Dacă sportivii își ating manusile după un incident, în semn de respect / scuze sau la începutul celei de a doua reprize nu vor fi penalizați.

## **Art. 18      Utilizarea drogurilor**

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

Orice sportiv care refuză examinarea medicală sau testul doping înainte sau după un meci va 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 & WFKO face referire și adoptă Regulile Doping WADA în toate situațiile.

## **Art. 19      Altele**

Antrenorii sunt obligați să se prezinte într-o ținută decentă, fără pantaloni scurți / bermude, borsete și alte elemente vestimentare care nu se pretează la un astfel de eveniment.

Sportivii au obligația să vină pregătiți la suprafața de luptă.

În timpul luptei, sportivii nu au voie să strige, urle.

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