



Reguli de Freestyle Kickboxing

Cuprins

Art. 1. Definiție

Art. 2. Cântar

Art. 3. Echipamente

Art 3.1 Echipament de protecție

Art 3.2 Echipament de luptă

Art. 4. Regulile luptei

Art. 5. Comenzile competiției

Art. 6. Zonele de lovire legale

Art. 7. Zonele de lovire ilegale. Tehnici și comportamente interzise.

Art. 8. Tehnicile legale

Art. 9. Criteriile de punctare

Art. 9.1. Punctaje

Art. 9.2. Sistemul de punctare folosind tabele electronice

Art. 9.2.1. În caz de egalitate

Art. 9.3. Sistemul de punctare folosind clickere și fișe de scor

Art. 8.3.1. În caz de egalitate

Art. 9.4. Minus puncte

Art. 9.5. Decizii

Art. 9.6. Schimbarea unei decizii

Art. 9.7. Acordarea punctajelor

Art. 10. Încălcările regulamentului

Art. 11. Penalități - Avertismente, Descalificări, Ieșiri, Knock Down

Art. 11.1 Avertismente

Art. 11.2 . Ieșiri

Art. 11.3. Descalificări

Art. 11.4. Knock-Down - Reguli pentru numărarea sportivului (KD)

Art. 12. Semnele făcute cu mâna

Art. 13. Meciul

Art. 14. Oficialii

Art. 14.1. Arbitrul de centru

Art. 14.1.1. Atribuțiile arbitrului de centru

Art. 14.2. Judecătorii

Art. 15. Accidentările

Art. 16. Procedura urmată în cazul KO, RSC, RSC-H și a accidentărilor

Art. 16.1. Procedura urmată în cazul KO, RSC, RSC-H

Art. 16.2. Procedura urmată în cazul accidentărilor în general

Art. 17. Atingerea mânușilor

Art. 18. Utilizarea drogurilor

Art. 19. Indicație

Art. 1. Definiție

Freestyle Kickboxing reprezintă o formă de luptă continuă în care se folosesc tehnici din full contact, ce vor atinge ținte permise. Se va pune în mod egal accentul pe lovituri de pumn, lovituri de picior cat și de genunchi.

Sportivii pot lovi la orice nivel (superior, mediu și inferior (low kick) - coapsa, gamba precum și la nivelul labei piciorului pentru secerări). Sportivii se luptă în continuu până la comanda STOP sau DESPĂRȚIȚI-VĂ (eng. BREAK) a arbitrului de centru. Meciul va avea o durată de timp prestabilită. Arbitrul de centru nu judecă luptătorii, rolul său este de a avea grijă de sănătatea și siguranța luptătorilor și se asigură că aceștia respectă regulamentul. Trei judecători vor arbitra folosind clickere sau sistemul electronic de punctaj (acolo unde există). Câștigător va fi luptătorul care va acumula cele mai multe puncte la sfârșitul meciului.

NOTĂ: Ținta o reprezintă zonele de lovire legale situate la nivel superior, mediu și inferior (low kick) precum și laba piciorului pentru secerări.

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 se consideră că adversarul este în afara limitelor categoriei. Ambii sportivi 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.

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 va concura la categoria -45 Kg.

Art. 3. Echipamente

Art 3.1 Echipament de protecție

- cască – fără protecție facială, fără pometii acoperiti;
- proteză dentară (gutieră);

Notă: - sportivii ce poartă aparat dentar trebuie să aibă aprobarea medicului stomatolog.

- aparat dentar maxilar sus – gutieră sus

- aparat dentar maxilar jos – gutieră sus și jos (dublă)

- aparat dentar maxilar sus și jos – gutieră sus și jos (dublă)

- protecție de sâni (doar pentru luptători de sex feminin)

Notă: fetele mici care au sâni vizibil dezvoltați, trebuie să poarte protecție de sâni.

- mănuși de kickboxing:

- 5-10 ani doar 8 oz;

- 11 ani + doar 10 oz

Notă: mănușa nu poate fi cu prindere în șiret, cu degetul mare nelipit de corpul mănușii, strânsă cu alte improvizații etc.

- feșe (bandaje pentru încheietura mâinii);

Notă: acestea pot fi bandaje simple, tip orteză, tip orteză cu bandaj/feșe

- protecție inghinală (scoică) - obligatorie pentru băieți și fete;

- tibiere cu instep;

Art 3.2 Echipament de luptă

- uniformă FRFK&WFKO;
- centura de grad este permisă

Atenție:

- fără buzunare la pantaloni

Notă: mănușa nu poate fi cu prindere în șiret, cu degetul mare nelipit de corpul mănușii, strânsă cu altfel de invenții.

Art.4. Regulile luptei

Sportivii vor fi invitați de către arbitrul de centru 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 sportivilor în timpul meciului doar pentru a corecta abateri minore și fără a opri lupta.

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 mana semnalând 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 continuă 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. 5. Comenzile competiției

ATINGEȚI MĂNUȘILE (eng. TOUCH GLOVES)

- la fiecare început de meci
- Dacă în timpul atingerii mănușilor un sportiv atacă cu scopul de a puncta, acest lucru se penalizează cu 2 avertismente oficiale și i se va scădea 1 punct deoarece nu luptă fair-play.

- Dacă sportivii doresc să își atingă mânușile și la început de repriză sau ca scuză pentru o acțiune nereglementară acest lucru nu va fi penalizat.

TIMP (formând litera T cu mâinile) (eng TIME)

- folosit la fiecare început de repriză 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 în colțul 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 în colțul neutru);
- Când arbitrul de centru observă că este necesar ca un luptător să-și corecteze echipamentul (uniforma sau protecțiile);
- Când arbitrul de centru observă că un luptător s-a accidentat (**timpul maxim pentru intervenția doctorului este de 2 minute per meci pentru toate categoriile de vârstă**);
- Alte situații în care este necesar ca timpul să fie oprit.

STOP

- Atunci când arbitrul cere luptătorilor să se oprească, indiferent de motiv.
- La această comandă sportivii trebuie să oprească lupta imediat.

LUPTĂ (eng. FIGHT)

- Se folosește la fiecare început de repriză sau după ce timpul a fost oprit, indiferent de motiv

DESPĂRȚITI-VĂ (eng. BREAK)

- Se folosește pentru despărțirea (separarea) sportivilor aflați în clinci, comanda la care fiecare luptător trebuie să facă un pas în spate înainte de a continua lupta.

Art. 6. Zonele de lovire legale

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

- **Cap** - Față, laterale
- **Trunchi** - Față și laterale
- **Picioare** - Coapsa (pentru lovituri date cu tibia), laba picioarelor (pentru secerări), gamba

Art. 7. Zonele de lovire ilegale.

Tehnici și comportamente interzise.

- Atacul gâtului, a abdomenului inferior, a rinichilor, a spatelui, a articulațiilor picioarelor, a zonei inghinale și a spatelui capului
- Atacul cu cotul, tăișul mâinii, capul, degetul mare și umărul
- Întoarcerea spatelui adversarului, fuga de adversar, aruncarea pe jos, clinciul intenționat, tehnicile oarbe, placajele și orice altă tehnică din wrestling și aplecarea mai jos de bazinul adversarului
- Atacul unui adversar 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 feței și a corpului

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

Art. 8. Tehnicile legale

▪ **Lovituri de picior**

Frontale, laterale, în spate (spre înapoi), circulare, prin agățare, ascendente, prin balans, prin săritură, prin întoarcere.

▪ **Lovituri de pumn**

Cu dosul pumnului și toate loviturile din box.

▪ **Clinci**

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 să-i tragi capul sau corpul în jos. Atunci când cei doi luptători sunt în clinci prelungit, fără a lovi, arbitrul trebuie să oprească meciul cu comanda **BREAK**, în timp ce îi bate ușor pe umăr cu câte o mână.

- **Secerări**

Doar cât ține botoșelul.

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 tatami cu orice altă parte a corpului în afară de tălpi.

- **Proiectări**

Tehnici specifice Freestyle Kickboxing.

Art. 9. Criteriile de punctare

Se va puncta orice tehnică legală ce atinge o țintă permisă. Tehnicile permise de lovire trebuie să atingă clar și controlat ținta. 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.

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.)

Art. 9.1. Punctaje

- | | |
|--|----|
| ▪ Lovitură de pumn | 1p |
| ▪ Lovitură de picior cu tibia (coapsă) | 1p |
| ▪ Lovitură de genunchi la corp | 1p |
| ▪ Lovitură de picior la corp | 2p |
| ▪ Secerarea piciorului adversarului atunci când acesta atinge podeaua cu orice altă parte a corpului în afară de talpă | 1p |
| ▪ Lovitură de picior la cap | 3p |
| ▪ Lovitură de picior prin săritură la corp | 3p |
| ▪ Lovitură de picior prin săritură la cap | 5p |
| ▪ Proiectare | 1p |

Art. 9.2. Sistemul de punctare folosind table electronice

Pentru fiecare lovitură de picior, de pumn sau secerare care atinge o țintă permisă cu viteză, precizie, echilibru și forță, judecătorul va apăsa pe mouse-ul lui, butonul corespunzător luptătorului care a punctat (din colțul roșu sau albastru). Punctele se vor aduna, începând cu prima rundă, și vor putea fi văzute de toată lumea pe un ecran aflat pe masa de arbitraj.

La sfârșitul meciului, învingător este luptătorul care a acumulat cele mai multe puncte (lucru ce va apărea pe ecran).

Dacă arbitrul de centru acordă un avertisment sau o penalitate, el va indica acest lucru în fața judecătorilor și a arbitrului șef, și cronometrul va semnaliza acest lucru pe tabela electronică. Apoi se va vedea acest lucru și pe ecran.

Dacă arbitrul de centru acordă un minus punct, el va indica acest lucru în fața judecătorilor și a arbitrului șef, și cronometrul va semnaliza acest lucru pe tabela electronică. Apoi se va vedea acest lucru și pe ecran, scăzând câte 3 puncte din partea fiecărui judecător.

Sistemul electronic arată și timpul. În fiecare moment, toată lumea va cunoaște situația punctelor.

Art. 9.2.1. În caz de egalitate

Dacă la sfârșitul meciului, unul sau mai mulți judecători a acordat un număr egal de puncte celor doi concurenți, pentru a putea stabili câștigătorul, sistemul electronic va declara automat câștigător luptătorul cu cel mai mare punctaj în ultima rundă. În caz de egalitate, sistemul electronic va cere judecătorilor să facă o ultimă evaluare. Pentru a face acest lucru, judecătorii trebuie să țină cont, în această ordine, de:

- punctajul ultimei runde: selectarea luptătorului care a acumulat cele mai multe puncte în ultima rundă. Explicația ar fi faptul că sportivul a dat dovadă de rezistență, condiție fizică și ofensivă superioare. Judecătorii vor apăsa butonul corect, indicând arbitrului șef care este câștigătorul. Dacă judecătorii au nevoie de ajutor, sistemul electronic va separa punctajele ultimelor runde.

Dacă numărul de puncte din ultima rundă este egal:

- se vor lua în considerare avertismentele și minus punctele. Explicația ar fi faptul că acest sportiv a luptat mai corect. Judecătorii vor apăsa butonul corect, indicând arbitrului șef care este câștigătorul. Dacă judecătorii au nevoie de ajutor, sistemul electronic va separa punctajele ultimelor runde.

Art. 9.3. Sistemul de punctare folosind clickere și fișe de scor

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

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

JUDECĂTORII NU ÎȘI RESETEAZĂ CLICKERELE DUPĂ FIECARE REPRIZĂ.

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 judecătorilor, sportivului și antrenorului iar cronometrul va semnala acest lucru pe tabela electronică. Arbitrul de centru se va asigura că fiecare judecător a acordat 3 puncte suplimentare pe clicker adversarului luptătorului penalizat.

Art. 9.3.1. În caz de egalitate

Dacă meciul se termină cu o egalitate, pentru a determina un câștigător se vor ține cont de următoarele (în această ordine):

- punctajul ultimei runde: selectarea luptătorului care a acumulat cele mai multe puncte în ultima rundă (explicația ar fi faptul că sportivul a dat dovadă de rezistență, condiție fizică și ofensivă superioare).
- se vor lua în considerare avertismentele și minus punctele (explicația ar fi faptul că acest sportiv a luptat mai corect).

Dacă numărul de puncte din ultima rundă este egal, se vor lua în considerare următoarele observații pentru a face departajarea:

- mai activ
- mai multe lovituri de picior
- o apărare mai bună
- tehnici mai bune și un stil de luptă mai bun

Art. 9.4. Minus puncte

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

- stil de luptă necorespunzător
- clinci constant
- întoarcerea repetată a spatelui și aplecarea sub nivelul bazinului
- prea puține lovituri de picior
- contact excesiv
- alte încălcări ale regulamentului

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. 9.5. Decizii

Următoarele decizii pot duce la terminarea meciului:

- Următoarele decizii pot duce la terminarea meciului:
- câștigător la puncte
- câștigător prin descalificarea adversarului
- câștigător prin abandon
- câștigător din cauze medicale

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:

- punerea adversarului la podea cu o lovitură la cap necontrolată, sau dată cu răutate;
- lovirea excesivă și continuă după comanda stop;
- un comportament nesportiv, cum ar fi insultarea unui arbitru sau a adversarului de către un luptător, sau pentru un comportament deosebit de agresiv.
- câștigător prin neprezentare
- câștigător prin oprirea meciului (arbitrul de centru oprește meciul)

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 15 al prezentului regulament.

Art. 9.6. Schimbarea unei decizii

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

- greșelilor făcute în 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. 9.7. 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 controlate 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.* Se va ține cont de numărul de lovituri la sfârșitul fiecărei runde, stabilindu-se apoi câștigătorul. Loviturile date de către un luptător nu vor fi luate în considerare dacă:

- ✧ sunt contrare regulamentului
- ✧ lovesc brațele sau picioarele aflate în blocaj (adversarul are „garda sus”)
- ✧ 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 arbitru 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 arbitru 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**

Înregistrarea punctelor pe clickere este continua, fără resetarea acestora la pauză. JUDECĂTORII NU ÎȘI RESETEAZĂ CLICKERELE DUPĂ FIECARE REPRIZĂ. Nu se vor acorda fracțiuni de puncte.

Art. 10. **Încălcările regulamentului**

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:

- lovirea mai jos de centură,
- loviturile cu capul, umerii, antebrațele și coatele, sugrumarea adversarului, presarea feței acestuia cu brațele sau coatele, împingerea adversarului în spate
- loviturile cu mână 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 arbitrului de centru și a judecătorilor

Art. 11. Penalități - Avertismente, Descalificări, Ieșiri, Knock Down

Art. 11.1 Avertismente

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

■ **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

MINUS 1 (UNU) PUNCT

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

- **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

MINUS 1 (UNU) PUNCT

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

- **Al cincilea avertisment** - Al patrulea avertisment oficial - se contorizează pe tabela de scor

DESCALIFICARE

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

Art. 11.2 . Ieșiri

Ieșirile - Părăsirea suprafeței de luptă:

Pășirea afară (ieșire) înseamnă calcarea în afara liniei de margine (suprafeței de lupta) cu un picior (toata talpa), indiferent de dimensiunea suprafeței de lupta. Dacă talpa este pe linie nu se considera ieșire.

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 arbitru central. La a patra ieșire voluntara luptătorul va fi descalificat.

- ☐ Avertismentele (puncte minus) pentru călcarea în afara suprafeței vor fi ținute separat de celelalte avertismente.
- ☐ Dacă luptătorul se luptă la marginea tatami-ului, arbitru central nu trebuie să oprească lupta pentru a împiedica luptătorul să iasă de pe suprafață
- ☐ Călcarea 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, arbitru 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.

- **Prima ieșire de pe suprafață** - MINUS UN PUNCT

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

Art. 11.3. Descalificări

Dacă este necesară descalificarea, arbitrul de centru se va consulta cu judecătorii și arbitrul principal al suprafeței pentru a se asigura că se respectă toate procedurile.

Art. 11.4 Knock-Down - Reguli pentru numărarea sportivului (KD)

Knock-down-ul a fost introdus în arbitrarea sportivilor cu următoarele scopuri:

- protejarea sănătății și siguranței sportivilor;
- posibilitatea de a le da timp să își revină, să reintre în luptă;
- să avem siguranța că sportivii pot continua meciul.

În caz de KD:

- În caz de knock-down arbitrul de centru trebuie să oprească lupta și să înceapă imediat numărătoarea;
- adversarul celui numarat va merge în colțul neutru sau în locul indicat de arbitrul central;
- lupta va fi reluată după ce arbitrul a ajuns cu numărătoarea la 8 dar numai dacă arbitrul de centru constata ca sportivul care a fost numarat și-a revenit, este ferm în picioare, în poziție de lupta, poate tine brațele sus / ridicate, cu vederea clara (fără semne de ameteala), constient, concentrat;
- la toate categoriile de varsta, sportivul care a suferit KD va primi minus punct iar adversarului lui i se vor adauga 3 puncte pe clickere;
- dacă sportivul care a provocat KD a utilizat o tehnica legala, cu control, intr-o zona permisă va primi punct in plus dar dacă a folosit o lovitura ilegală poate primi avertisment sau să fie descalificat, in functie de situatia existenta;

- dacă o tehnică legală atinge o țintă legală și cauzează KD sportivul va fi numărat. Dar dacă tehnica este asociată unei ținte ilegale sau KD este provocat de o ilegalitate și este de natură să necesite asistență medicală atunci arbitrul va chema medicul;
- dacă o tehnică a fost ilegală, lipsă de sportivitate etc și trebuie acordată o penalitate/avertisment, arbitrul de centru se va consulta cu judecătorii de suprafață sau cu arbitrul șef

Un sportiv este considerat KD dacă:

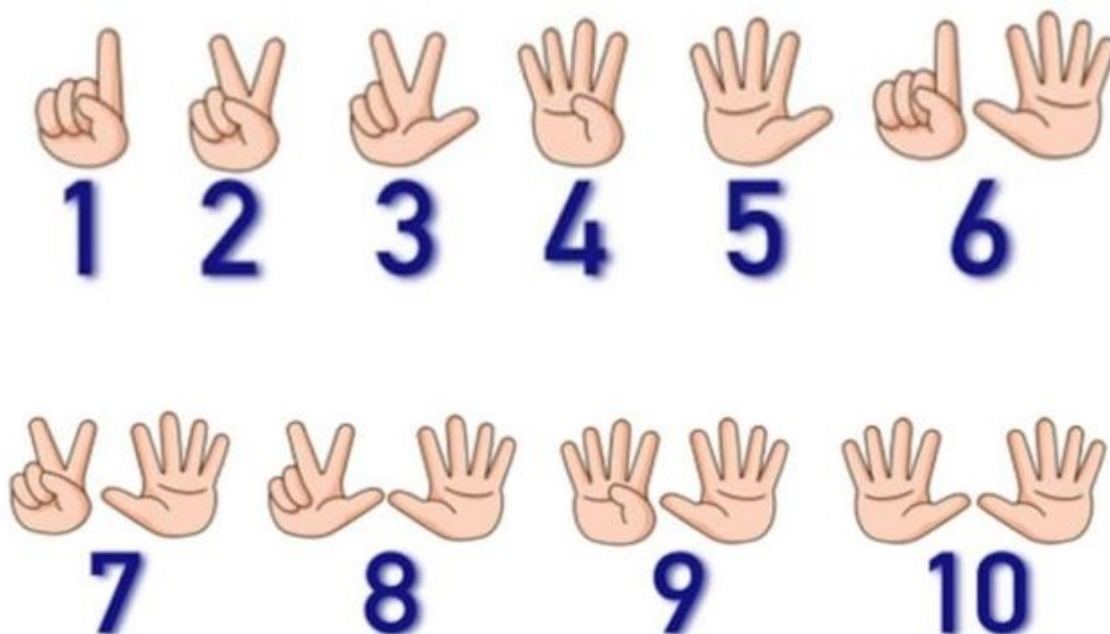
- a atins suprafața cu orice altă parte a corpului în afară de talpa piciorului ca urmare a unei lovituri sau a unei serii de lovituri;
- după o serie de lovituri sportivul nu cade pe suprafață dar se află într-o stare confuză, este pus în dificultate, într-o stare de semi-inconștiență, arată semne clare că are probleme nefiind în stare să continue lupta.

Numărul de Knock-Down (KD) pe meci permis pentru fiecare categorie de vârstă:

- 5-12 ani o singură numărătoare (un KD)
- 13-15 ani două numărători pe repriză sau pe meci (două KD)
- 16 + ani trei numărători două pe repriză sau trei pe meci (trei KD)

Dacă sportivul este făcut KD pentru a doua sau a treia oară, funcție de categorie și acest lucru este conform cu regulamentul (atinge ținte permise, lovitura legală etc) atunci acesta va pierde meciul **prin decizie de superioritate tehnică**. Dacă nu sunt respectate condițiile regulamentare (lovitura ilegală etc) sportivul care a fost făcut KD va castiga.

Semnele folosite la numărătoare KD:



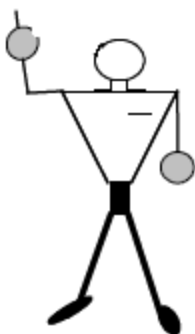
Notă 1: Numărătoare – după o tehnică legală de pumn, genunchi sau picior care aduce luptătorul în imposibilitatea de a continua meciul

Notă 2: Timp medical / asistenta medicală - după o tehnică de pumn, genunchi sau picior care duce la imposibilitatea unui sportiv de a continua lupta și care se afla într-o stare ce necesită intervenția de specialitate a unui medic (sângerare nas, alte situații)

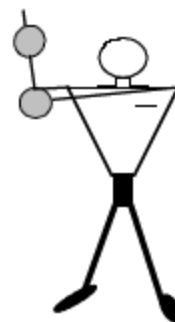
Art. 12. Semnele făcute cu mâna



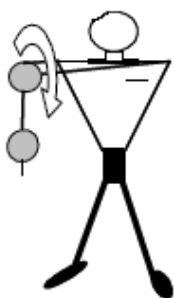
Arbitrul de centru



Avertisment



Avertisment oficial



Minus un punct



Descalificare

Art. 13. Meciul

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

- în timpul meciului pot da sfaturi sau încurajări luptătorului într-un mod decent.
- antrenorul și secundul pot cere oprirea meciului dacă sportivul se află în dificultate, aruncând prosopul pe tatami;
- în timpul meciului sau în pauze, nici antrenorul și nici secundul nu au voie să intre pe tatami. Trebuie să adune prosoapele, gălețile și echipamentul lor înainte de fiecare rundă;
- orice antrenor, secund sau oficial ce îndeamnă spectatorii să dea sfaturi și să încurajeze un luptător în mod negativ pe parcursul meciului, vor fi penalizați și chiar suspendați din funcția lor pe parcursul competiției; dacă încurajările sau sfaturile degenerază în reacții negative din partea sustinatorilor la adresa adversarului sau a arbitrilor (urlete, injuri, amenințări, semne obscene) vor fi penalizați și chiar suspendați din funcția lor pe parcursul competiției;
- Antrenorul sau asistentul care încalcă aceste reguli, poate primi un avertisment sau poate fi descalificat de către arbitrul central dacă încălcarea este considerată ca fiind nesportivă și va fi deferit comisiei de disciplină a FRFK.

Art. 14. Oficialii

Fiecare meci va fi arbitrat de un arbitru de centru și trei judecători care vor sta pe colțurile suprafeței de luptă, departe de spectatori.

În cazul în care organizatorul nu poate să respecte regula menționată 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. 14.1. Arbitrul de centru

Va supraveghea buna desfășurare a luptei, cu respectarea regulamentelor și va avea în vedere protejarea sportivilor.

La sfârșitul fiecărui meci, arbitrul de centru adună și verifică scorurile de pe clickerele și fișele de scor ale celor trei judecători. După verificare, el le va înmâna crainicului care va anunța câștigătorul.

Atunci când se anunță câștigătorul, arbitrul de centru trebuie să ridice mâna acestuia.

Art. 14.1.1. 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 mostra luptătorul în timpul luptei.

Art. 14.2. 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 foaia 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 dreaptă 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. 15. Accidentările

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 judecătorii 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 prin RSC-H.
- ✧ 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-H.

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 arbitrii de centru va chema lângă el celălalt luptător și îl va declara câștigător prin abandon.

Art. 16. Procedura urmată în cazul KO, RSC, RSC-H și a accidentărilor

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

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

Art. 16.1. Procedura urmată în cazul KO, RSC, RSC-H

Un sportiv care a fost făcut knock out datorită unei lovituri la cap în timpul meciului (sau dacă arbitrii 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 un alt mijloc de transport adecvat. 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 arbitrii a oprit meciul 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 arbitrii a oprit meciul 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 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 kickboxing 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 la 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. 16.2. 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. 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. Nu este permisă atingerea mânușilor între runde.

Art. 18. Utilizarea drogurilor

FRFK&WFKO folosește 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 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&WFKO fac referire și adoptă Regulile Doping WADA în toate situațiile.

Art. 19. Indicație

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