

LIGHT
FULL

Stowarzyszenie Sportów i Sztuk Walki
Kong Sao
/Komitet Techniczny/
maj, 2008

IV. KONG SAO light i full-kontakt

IV. Regulamin zawodów *light* i *full-kontakt*

1. Zawodnicy
2. Badania lekarskie
3. Opieka lekarska
4. Obszar walki
5. Kategorie wagowe
6. Strój do walki
7. Skład sędziowski
8. Zadania składu sędziowskiego
9. Liczenie i ogłoszenie końca walki
10. Zakończenie walki przed czasem
11. Naruszenia regulaminu
12. Dozwolone (punktowane) akcje
13. Niedozwolone akcje i zachowanie
14. Ostrzeżenia
15. Punktowanie w *light-contact*
16. Punktowanie w *full-contact*
17. Werdykt sędziego walki
18. Uzasadnione unieważnienie werdyktu
19. Doping



IV. Regulamin zawodów *light* i *full-kontakt*

1. Zawodnicy:

W konkurencjach walk *light kontakt* i *full kontakt* mogą brać udział wyłącznie sportowcy posiadający aktualną licencję Kong Sao, z wyjątkiem zawodów otwartych.

2. Badania lekarskie:

Do udziału w walkach kickboxingu *light-contact* wymagane jest przedłożenie zaświadczenia lekarskiego, które nie jest starsze niż 6 miesięcy. W przypadku walk *full kontakt* zaświadczenie lekarskie nie powinno być starsze niż 6 tygodni. Osobą odpowiedzialną za dopilnowanie posiadania aktualnych badań lekarskich jest trener zgłaszający zawodnika (grupę zawodników). Start w turnieju kickboxingu Kong Sao zarówno *light* jak i *full kontakt* nie jest możliwy bez przedstawienia tychże zaświadczeń, dlatego wpis w książeczce zdrowia sportowca (lub w innych dokumentach posiadanych przez zawodnika) powinien być zawsze dostępny do wglądu na żądanie przez organizatora zawodów.

3. Opieka lekarska:

Organizator powinien zadbać o zapewnienie zawodnikom pierwszej pomocy medycznej. Zespół pierwszej pomocy medycznej powinien znajdować się w miejscu rozgrywek od momentu rozpoczęcia walk. W razie jego nieobecności walka zostanie przerwana przez głównego sędziego Kong Sao, lub kierownika maty. Jeśli sanitariusz lub lekarz stwierdzą niezdolność zawodnika do walki, zawodnik nie powinien dalej brać w niej udziału. W razie potrzeby powinno się wprowadzić odpowiednią przerwę w walce (nie dłuższą niż 2 minuty). Decyzja podjęta przez lekarza o niezdolności zawodnika do walki jest wiążąca dla sędziego, dlatego ewentualna sugestia trenera, zawodnika, czy innych osób o kontynuacji walki nie może być brana pod uwagę.

4. Obszar walki:

Wszystkie turnieje walk *light* i *full kontakt* mogą zostać przeprowadzone na odpowiednich matach, albo na ringu. Powierzchnia walki musi odpowiadać aktualnym normom (antypoślizgowa, płaska, bez mocnego sprężynowania). Za wyposażenie i sposób rozgrywek jest odpowiedzialny sędzia niezależny.

Powierzchnia maty powinna wynosić od 6m x 6m do 8m x 8m plus dodatkowa strefa bezpieczeństwa 1m, którą można łatwo zauważyć na podłodze.

Ring powinien mieć wymiar 4,90m x 4,90m lub 6,10m x 6,10. Ring powinien być ograniczony przez trzy lub cztery liny i zabezpieczony na końcach przez odpowiednie narożniki. Narożniki powinny być napięte na narożne kąty. Dopuszcza się rozgrywki w profesjonalnej klatce do walk (oktagonie).

Dla bezpieczeństwa zawodnika rogi ringu powinny być obite tapicerką i w różnych kolorach. Tapicerka neutralnego rogu powinna być biała.

5. Kategorie wagowe:

— konkurencje indywidualne:

a) kobiety: -50kg, -55kg, -60 kg, -65 kg, +65 kg,

b) mężczyźni:

- 60 kg, - 65kg, - 70 kg, - 76 kg, - 83 kg, - 91 kg, + 91 kg

— konkurencje drużynowe: w walkach drużynowych *light kontakt* skład drużyny (kategorie wagowe) organizator podaje w regulaminie zawodów. Dopuszcza się aby w skład drużyny wchodził mężczyźni i kobiety, jednak przedstawiciele przeciwnej płci nie mogą ze sobą walczyć.

6. Strój do walki:

Zgodnie z regulaminem zawodów, ale zasadniczo:

a) mężczyźni: ubiór górny może być dowolny, względnie T-Shirt i długie spodnie do kickboxingu lub kimono.

b) kobiety: T-Shirt i długie spodnie do kickboxingu, lub kimono.

c) zawodnik powinien założyć najwyższy posiadany pas określający stopień zaawansowania.

d) sprzęt ochronny:

- ochraniacze rąk i nóg powinny odpowiadać zwyczajowym standardom bezpieczeństwa (jak w opisie ochraniaczy do walk semi kontakt),
- obowiązkowy ochraniacz zębów i suspensor (zarówno u kobiet jak i u mężczyzn)
- kobiety dodatkowo: ochraniacz klatki piersiowej w *full-contact* jest obowiązkiem, w *light kontakt* dobrowolny.
- kask jest obowiązkiem dla kobiet i mężczyzn w *full-contact*; w *light-contact* dobrowolny.
- zabrania się noszenia podczas walk jakiegokolwiek biżuterii.

7. Skład sędziowski:

Skład sędziów do walk light i full kontakt przedstawia się następująco:

a) mata:

- 1 sędzia matowy (kierownik maty),
- 1 sędzia boczny,
- 3 sędziów punktowych,
- 1 sędzia mierzący czas (czasowy)

b) ring i klatka:

- 1 sędzia ringowy (kierownik ringu)
- 1 sędzia boczny
- 3 sędziów punktowych
- 1 sędzia mierzący czas (czasowy)

Musi zostać zagwarantowany minimalny odstęp 1,20m pomiędzy siedzeniem sędziego punktowego i widokiem na pole walki. W trakcie walki w jej bezpośrednim otoczeniu nie powinny znajdować się żadne inne osoby poza sędziami i opieką lekarską. Wyjątek stanowi jedynie trener lub opiekun zawodników.

8. Zadania składu sędziowskiego:

a) Kierownik maty (ringu): Za porządek, dyscyplinę i sprawne rozegranie walk odpowiada bezpośrednio wyznaczony przez sędziego głównego zawodów kierownik maty (ringu) wraz ze swoimi sędziami bocznymi i punktowym. Przed rozpoczęciem walk musi się upewnić, że wszystkie niezbędne zarządzenia odnośnie przepisów prawnych i bezpieczeństwa zostały spełnione. Na stanowisko sędziego matowego (ringowego) zostaje powołany najbardziej doświadczony sędzia danego składu sędziowskiego z zastrzeżeniem, że sędziowie prowadzący walkę (matowy lub ringowy) mogą być zmieniani przez sędziów bocznych lub punktowych na zasadzie rotacji. Zmiana ta może nastąpić jedynie pomiędzy poszczególnymi walkami tak, aby jeden sędzia prowadził przynajmniej jedną całą walkę. W takim przypadku obowiązki kierownika maty dotyczące organizacji walk i dyscypliny na macie pozostają w gestii tej samej osoby przez cały czas, z zastrzeżeniem, że decyzja sędziego prowadzącego walkę jest niezależna. Kierownik maty (ringu) w czasie rozgrywania walk podlega bezpośrednio sędziemu głównemu zawodów (komitetowi technicznemu) w kwestiach spornych dotyczących sędziowania, a pod względem wyposażenia i zabezpieczenia zawodów organizatorowi zawodów. Dodatkowo w miarę możliwości organizatora i rangi zawodów kierownik maty powinien korzystać z pomocy kierownika dyscypliny (dla każdej z rozgrywanych dyscyplin może być ustanowiony kierownik dyscypliny). Sędzia matowy (ringowy) musi się poruszać po powierzchni maty (ringu) tak, aby nie wpływać na przebieg walki i to on podejmuje decyzję o przerwaniu i zakończeniu walki oraz liczeniu zawodnika. Skład sędziowski powinien być ubrany w oficjalne ubranie sędziego Kong Sao (szare spodnie i białą koszulę z granatowym krawatem).

b) Sędzia boczny: Sędzia boczny jest „prawą ręką” kierownika maty i przejmuje także funkcje czwartego sędziego punktowego w przypadku, gdy jest to wymagane. Zbiera po każdym punkcie, względnie rundzie, kartę z punktami sędziów punktowych, zlicza punkty i

kontroluje wyniki. Po zakończeniu walki zawiadamia sędziego głównego o wyniku, a ten powiadamia o nim na głos. Sędzia boczny nie powinien znajdować się na macie (ringu). Powinien zajmować czwarte wolne miejsce przy polu walki.

- c) Sędziowie punktowi:** sędziowie punktowi znajdują się na przeciwległych stronach maty. Muszą znajdować się w odległości minimum 1,20m. Od krawędzi maty. Zaliczają punkty według regulaminu Kong Sao. Sędzia punktowy ponadto powinien zwracać uwagę na przypadki naruszenia regulaminu i powiadomić o tym po odpowiednim wezwaniu sędziego matowego. Sędzia punktowy po każdym punkcie, względnie rundzie, przekazuje kartę z punktami sędziemu bocznemu. Niezgodność lub błąd na karcie z punktacją powinien zostać podany do wiadomości tylko sędziemu bocznemu i kolejno sędziom punktowym.
- d) Zadania sędziego czasowego:** jego zadaniem jest dopilnować, aby walka odbywała się zgodnie z określoną ilością rund i w przewidzianym dla niej czasie. Może on zatrzymać mierzenie czasu wyłącznie na komendę kierownika maty (ringu). Ilość rund i czas ich trwania podaje organizator zawodów.

9. Liczenie i ogłoszenie końca walki:

Liczenia zawodnika dokonuje sędzia matowy. Jest formą ochrony zawodnika przed trwałą kontuzją. Przy ewentualnym nokaucie zasadniczo liczy się do 8. Przed ponownym wszczęciem walki liczony zawodnik jest zobowiązany podnieść obie pięści, aby zasygnalizować gotowość do jej kontynuacji. Sędzia matowy decyduje czy walka może być kontynuowana po naradzie z lekarzem. Jeśli zawodnik nie jest w stanie zakończyć walki, sędzia główny liczy dalej do 9 i kończy walkę na 10 poprzez ogłoszenie KO. Podczas liczenia czas walki nie jest zatrzymywany. Przy ciężkim nokaucie liczenie nie jest konieczne. Walka zostanie przerwana natychmiast przez sędziego matowego, przez machnięcie obiema rękami, które później krzyżuje i ogłasza koniec rozgrywki. Lekarz jest w tym przypadku w gotowości do szybkiego udzielenia pomocy.

10. Zakończenie walki przed czasem:

- a) zawodnik jest zawieszony pomiędzy linami ringu,
- b) zawodnik nie jest w stanie dalej walczyć (ucierpiał poprzez ciężkie trafienie lub doznał kontuzji),
- c) zawodnik nie może utrzymać ochraniaczy i przez to jest sam zagrożony,
- d) zawodnik upada na matę bez niezwłocznego podjęcia walki,
- e) zawodnik wypada z ringu lub świadomie opuszcza powierzchnię maty (ucieka z maty),
- f) kiedy następuje wykroczenie przeciwko regulaminowi powodujące dyskwalifikację,
- g) kiedy występują symptomy, że dalsze prowadzenie walki zagraża zdrowiu zawodnika,
- h) po rzuceniu ręcznika przez trenera lub opiekuna,
- i) kiedy zawodnik w rundzie liczony jest 2 razy, lub 3 razy w tej samej walce sędzia matowy ogłasza techniczne KO. Po drugim liczeniu czas walki jest zatrzymany i sanitariusz lub lekarz zostaje przywołany przez sędziego matowego, aby sprawdzić zdolność do walki zawodnika. Jeśli niezdolność zostanie potwierdzona, ogłoszony zostaje techniczny KO.
- j) zawodnik może każdorazowo poprzez podniesienie ręki zakończyć walkę sam.**

11. Naruszenia regulaminu:

Za naruszenie regulaminu przez zawodnika, zarówno zamierzone jak i niezamierzone, sędzia główny natychmiast przyznaje punkt minusowy. Sędzia matowy przerwać odliczanie czasu, aby zasięgnąć opinii sędziego punktowego i sędziego bocznego. Przy zgodności zdań przyznaje punkt minusowy. Jeśli zawodnik po naruszeniu regulaminu nie jest w stanie dalej walczyć, będzie liczony do ośmiu. Jeśli jest po liczeniu ponownie gotowy do walki, wtedy winny otrzymuje punkt minusowy. Jeśli zawodnik kontuzjonowany nie może dalej prowadzić walki, to przeciwnik (sprawca kontuzji) zostaje zdyskwalifikowany.

12. Dozwolone (punktowane) akcje: cios prosty, cios przeciwny, cios grzbietem pięści, cios podbródkowy, cios sierpowy, kopnięcie frontalne, stopowanie, kopnięcie okrężne,

kopnięcie boczne, kopnięcie sierpowe, kopnięcie z obrotu, kopnięcie opadające, kopnięcie po łuku, kopnięcie zahaczające, kopnięcie z wyskoku.

13. Niedozwolone akcje i zachowanie:

- a) symulowanie
- b) rozmowa na polu walki
- c) niestosowanie się do poleceń sędziego
- d) zbyt niskie pochylanie się
- e) wielorazowe wypluwanie ochraniacza szczęki
- f) upadki na podłogę
- g) walka po gongu
- h) uderzenia otwartymi rękawicami
- i) walka barkami
- j) ciosy kolanem lub łokciem
- k) wszystkie uderzenia poniżej pasa
- l) kobiety - uderzenia w klatkę piersiową
- m) rzuty i podnoszenia
- n) wszystkie uderzenia w kręgosłup
- o) uderzenia w tył głowy
- p) uderzenia w szyję
- q) uderzenia głową

14. Ostrzeżenia:

Jeśli ma miejsce naruszenie regulaminu, przestrzegana jest następująca kolejność:

- a) upomnienie
- b) ostrzeżenie
- c) punkt minusowy
- d) dyskwalifikacja

Przy dwóch upomnieniach w jednej rundzie zawodnik otrzymuje ostrzeżenie i jeden punkt minusowy.

Przy dwóch ostrzeżeniach zawodnik otrzymuje jeden punkt minusowy.

Przy trzech punktach minusowych zawodnik zostaje zdyskwalifikowany

15. Punktowanie w *light-contact* :

Punktowane będą tylko te techniki, które wyraźnie i technicznie służą osiągnięciu celu.

Uderzenie pięścią	1 punkt
Kopnięcie w korpus	1 punkt
Kopnięcie w głowę	2 punkty
Kopnięcie w korpus z wyskoku	2 punkty
Kopnięcie w głowę z wyskoku	3 punkty
Wymach stopą z zewnątrz	1 punkt
Wymach stopą z zewnątrz po którym występuje kolejna technika	2 punkty

16. Punktowanie w *full-contact*:

Zawodnicy otrzymują 7 do 10 punktów za rundę.

10 do 10 punktów - runda pozostaje nierozstrzygnięta

10 do 9 punktów - lekka przewaga jednego z zawodników

10 do 8 punktów - jeden z zawodników dominuje w sposób oczywisty

10 do 7 punktów - punktowanie poprzez nokaut lub punkty ujemne

17. Werdykt sędziego walki:

Werdykt w dniu walki należy zaakceptować. Jeśli zawodnik lub opiekun nie zgadza się z werdyktem, może zgłosić pisemny sprzeciw w dniu walki do sędziego głównego zawodów za pośrednictwem sędziego matowego.

Werdykt może zostać przedstawiony wstecznie tylko z następujących, udowodnionych powodów:

LIGHT
FULL

- a) Łapówkarstwo
- b) Oszustwo
- c) Nadużycie pozycji
- d) Błąd na karcie punktów
- e) Błędna decyzja poprzez nieprawidłowe liczenie punktów
- f) Doping

18. Uzasadnione unieważnienie werdyktu:

Jeśli pisemny sprzeciw jest uzasadniony spotyka się komisja, aby podjąć ostateczną decyzję. Komisja składa się z:

- 1) Organizatora
- 2) Sędziego odpowiedzialnego za organizację rozgrywek light kontakt
- 3) Sędziego głównego zawodów

Jeżeli dojdzie do unieważnienia werdyktu mogą zostać ogłoszone odpowiednie zawieszenia do 1 roku dla dotyczących go osób, które są wpisane w licencji Kong Sao przez przedstawicieli dyscypliny.

19. Doping:

Zasadniczo nie jest dozwolona żadna nielegalna wspomagająca substancja!

Jeśli zostanie udowodniony przypadek dopingu, wszystkie tytuły zostaną odebrane i dostęp do sfery zawodów Kickboxingu Kong Sao zostanie dożgonnie zawieszony przez związek.

