

III. Regulamin walk semi-kontakt:

1. Skład sędziowski

Komisja sędziowska składa się przynajmniej z:

- jeden sędzia główny zawodów,
- sędzia planszowy (kierownik maty). Ilość sędziów planszowych adekwatna do ilości mat,
- 2 lub 4 sędziów bocznych (liniowych) na każdą matę,
- jeden sędzia czasowy,
- jeden sekretarz maty,

2. Wyposażenie stołu sędziowskiego:

- regulamin zawodów,
- regulamin ogólny,
- załączniki do regulaminów,
- druki (formularze) dla trenerów do złożenia ewentualnego protestu,
- białe i czerwone lizaki, chorągiewki, lub patyki do wskazywania not przez sędziów liniowych,
- woreczek lub inny przedmiot do sygnalizacji zakończenia regulaminowego czasu walki,
- czerwony pas do oznaczenia zawodnika,
- zegar z możliwością zatrzymywania czasu lub stoper,
- arkusz ze schematem rozgrywek i lista zawodników i (lub tablica punktowa),
- przybory do pisania,

3. Mata do walki

- rozmiar 8x8 metrów. Mata może być zmniejszona proporcjonalnie do minimalnego rozmiaru 6x6 metrów,
- bezpieczna odległość poza matą min. 1 metr,
- zaznaczone miejsce rozpoczęcia walki liniami oddalonymi od siebie na odległość dwóch metrów (na środku maty)
- poza matą miejsce dla trenera i dla zawodnika przygotowującego się do walki

4. Struktura zawodów

a) Konkurencje damskie i męskie rozgrywane są zawsze osobno. W zawodach począwszy od rangi krajowej zawodników nie dzieli się na grupy według stopnia zaawansowania. Od zawodów rangi krajowej nie wolno łączyć kategorii wagowych. W zawodach niższej rangi w uzasadnionych przypadkach można łączyć kategorie wagowe, po uzgodnieniu z poszczególnymi trenerami (jeżeli jest to zgłoszone w regulaminie zawodów).

b) Podział na kategorie wagowe:

- dzieci do lat 10 włącznie: ze względu na obowiązujące w Polsce prawo w tej grupie wiekowej walki nie mogą się odbywać,
- juniorzy do 15 lat włącznie (ze względu na obowiązujące w Polsce prawo w tej grupie wiekowej walki dozwolone są wyłącznie od ukończenia dwunastego roku życia). Kategorie wagowe dziewcząt i chłopców:
 - -45kg, -50kg, -55kg, -60kg, +60kg,
- kobiety (od 16 lat):
 - -50kg, -55kg, -60kg, -65kg, +65kg,
- mężczyźni (od 16 lat):
 - -60kg, -65kg, -70kg, -75kg, -80kg, -85kg, -90kg, +90kg

c) kategorie wagowe w drużynie:

W zawodach do walk drużynowych wystawia się po 1 zawodniku z każdej kategorii wagowej. Dopuszcza się wystawienie zawodnika z niższej kategorii wagowej do wyższej w przypadku wakatu w niektórych kategoriach wagowych, z zachowaniem zasady, że jeden zawodnik może wystartować tylko raz.

5. Sposób walki:

Walkę prowadzi sędzia matowy (może to być kierownik maty, lub jeden z sędziów bocznych).

a) Rozpoczęcie i zakończenie walki:

- upewnienie się co do zgodności podawanych sygnałów przez sędziów liniowych,
- sprawdzenie, czy zawodnicy mają regulaminowy sprzęt i ubiór,
- podanie komendy lub sygnału do wejścia na matę,
- podanie komendy lub sygnału do ukłonu w stronę stolika sędziowskiego, a także względem siebie,
- upewnienie się, że sędziowie liniowi, czasowi i punktowi są przygotowani do rozpoczęcia walki (zegar i tablice punktowe muszą być wyzerowane),
- podanie komendy do rozpoczęcia walki,
- po zakończonej walce: podanie komendy lub sygnału do złożenia ukłonu względem siebie oraz stolika sędziowskiego, podliczenie punktów i wskazanie zwycięzcy,
- zwycięzcą zostaje zawodnik, który zgromadził większą ilość punktów po zbilansowaniu punktów ujemnych. Zwycięzcą przez KO zostaje zawodnik, który przed upływem regulaminowego czasu walki uzyskał przewagę pięciu punktów bez bilansowania punktów ujemnych.

b) Komendę do rozpoczęcia i zatrzymania walki podaje wyłącznie sędzia planszowy i tylko jego komenda jest obowiązująca. Sędziowie liniowi podają jedynie sygnały przy pomocy lizaków (wzory sygnałów w załączniku do regulaminu ogólnego). Własną decyzją lub na sygnał podany przez przynajmniej jednego z sędziów liniowych sędzia planszowy prowadzący walkę podaje komendę do zatrzymania walki STOP! Komenda musi być podana głośno i stanowczo. Po zatrzymaniu walki ze względu na punktowanie dodatnie lub ujemne, a także spowodowane przewinieniem jednego z zawodników karane ostrzeżeniem, sędzia matowy ogłasza werdykt zgodnie z zasadą większości głosów. Wyjątek stanowi sytuacja, kiedy wszyscy sędziowie liniowi dają sygnał „nic nie widziałem” – wtedy sędzia matowy może samodzielnie przyznać punkt dodatni, ujemny, lub udzielić ostrzeżenia). Werdykt sędziego musi być natychmiast umieszczony na tablicy wyników.

c) Każdorazowo po komendzie STOP! sędzia czasowy zatrzymuje zegar. Walkę przerywa się wyłącznie w n.wym. przypadkach:

- zakończenie regulaminowego czasu walki (sygnalizowane przez sędziego czasowego rzuceniem woreczka na środek maty),
- zakończenie walki przez KO,
- zawsze po stwierdzeniu przez jednego z sędziów, że jeden z zawodników zdobył punkt dodatni lub ujemny, albo zasłużył na ostrzeżenie,
- w przypadku doznania kontuzji przez jednego z zawodników, zauważenia uszkodzenia sprzętu do walki, potknięcia się lub przewrócenia jednego z zawodników,
- w uzasadnionych przypadkach w celu zaprowadzenia dyscypliny na macie lub w jej w bezpośrednim sąsiedztwie,
- w przypadku zauważenia przez jednego z sędziów rażących nieprawidłowości (np. pomyłka na tablicy wyników itp.),
- w przypadkach naruszenia dyscypliny przez trenera (szczegóły dz. III, pkt. 11b).

6. System zawodów:

a) walki indywidualne będą przeprowadzane systemem pucharowym z turniejem pocieszenia. System turnieju pocieszenia zawarty jest w załączniku do Regulaminu Ogólnego.

a) **walki drużynowe:** zwycięzcy poszczególnych walk otrzymują 2 punkty, przegrani 0 punktów. W przypadku remisu w poszczególnych walkach nie przeprowadza się dogrywki, a każdy z zawodników otrzymuje po 1 punkcie. Po zakończeniu wszystkich walk w drużynie podsumowują się zdobyte przez poszczególnych zawodników punkty i wskazuje zwycięską drużynę. W przypadku remisu przeprowadza się dogrywkę w taki sposób, że trener każdej z drużyn wyznacza po 1 zawodniku z dowolnej kategorii wagowej. Walka rozstrzygająca przeprowadzana jest według zasad walki indywidualnej.

7. Czas walki:

Walka trwa 2 minuty. W zawodach międzynarodowych walka finałowa trwa 3 minuty. W przypadku remisu w regulaminowym czasie następuje jednogminutowa dogrywka. W przypadku ponownego zakończenia dogrywki remisem, walka zostaje kontynuowana do momentu pierwszego punktowania przez jednego z zawodników.

8. Sprzęt ochronny:

Podczas walk wszyscy zawodnicy muszą bezwzględnie posiadać sprzęt ochronny. Dodatkowo można używać nieobowiązkowego sprzętu ochronnego, jednak musi on spełniać określone niniejszym regulaminem kryteria. Poniżej wymieniony zostaje sprzęt ochronny obowiązkowy, nieobowiązkowy oraz elementy ubioru które są zabronione podczas walk.

a) obowiązkowy sprzęt ochronny:

- osłona na krocze (suspensor) dla kobiet i mężczyzn. Osłona musi być założona pod ubraniem,
- osłona na stopy,
- powinna zasłaniać stopę od czubków palców (całe palce przykryte) do wysokości minimum kostki. Powinna być tak skonstruowana, aby można było w bezpieczny sposób przytwierdzić ją do stopy np. przy pomocy haczyka, gumki lub w inny sposób. Paznokcie u stóp muszą być obcięte. Materiał z którego wykonano ochraniacze stóp musi być elastyczny, nie może posiadać szorstkiej powierzchni, ani żadnych twardych elementów, takich jak np. metal, twarde plastik, zamki błyskawiczne, czy sznurowadła. Dopuszcza się do walk ochraniacze stóp trwale połączone z nogolennikami.
- rękawice (obowiązująca waga rękawic to: 10 OZ.
- rękawice muszą być zamknięte (jedynie kciuk wystaje na zewnątrz) i wyprofilowane krzywizną. Kciuk musi być w sposób trwały połączony z resztą rękawicy. Materiał z którego wykonano rękawice musi być elastyczny, nie może posiadać szorstkiej powierzchni, ani żadnych twardych elementów, takich jak np. metal, twarde plastik, zamki błyskawiczne, czy sznurowadła.

b) dodatkowy, nieobowiązkowy sprzęt ochronny, który może być używany podczas walki:

- nogolenniki
- powinny ochraniać golenie od miejsca zakończenia ochraniaczy stóp do wysokości stawu kolanowego (maksymalnie). Materiał z którego wykonano nogolenniki musi być elastyczny, nie może posiadać żadnych twardych elementów, takich jak np. metal, twarde plastik, zamki błyskawiczne, czy sznurowadła. Nogolenniki muszą być umieszczone pod ubiorem.
- ochraniacz na piersi – dla kobiet,
- materiał z którego wykonano ochraniacz musi być elastyczny, nie może posiadać żadnych twardych elementów, takich jak np. metal, twarde plastik, zamki błyskawiczne, czy sznurowadła,
- ochraniacz na szczękę (podwójny lub pojedynczy),
- kask,
- materiał z którego wykonano kask musi być elastyczny, nie może posiadać szorstkiej powierzchni, ani żadnych twardych elementów takich jak np. metal, twarde plastik, zamki błyskawiczne, czy sznurowadła.

c) zabronione elementy ubioru do walk:

- luźno wiszące opaski (wolno używać opaski na włosy w celu ich spięcia, jednak nie mogą być one wykonane z twardych elementów takich jak metal, drewno, czy sztywny plastik)
- bransolety, pierścionki, kolczyki (w dowolnych miejscach ciała) i inne elementy biżuterii są kategorycznie zabronione,
- walka w okularach jest zabroniona,
- podkoszulki (t-shirt-y) pod kimonem mogą nosić wyłącznie kobiety.

9. Ubiór zawodników i trenerów:

a) Ubiór i wygląd zawodników powinien być adekwatny do prezentowanego przez nich stylu. Na kimonie dopuszcza się umieszczenie w sposób trwały logo (klubu, szkoły, federacji). Niedopuszczalne jest podwijanie rękawów, chyba że podwinięte elementy ubioru zostały w sposób trwały przytwierdzone do całego rękawa. Do walk zawodnicy powinni wychodzić w kimonach, lub innych (zgłoszonych u organizatora) strojach klubowych. W takim przypadku należy pamiętać, aby zawodnicy występowali w długich spodniach, a koszulki klubowe cała drużyna powinna mieć jednakowe. Zawodnicy posiadający długie włosy powinni je spiąć przy użyciu gumek lub opasek w taki sposób, aby włosy nie przeszkadzały

w prowadzeniu walki. Gumki i opaski nie mogą posiadać metalowych i sztywnych elementów. Nie dopuszcza się używania do walk t-shirt-ów reklamowych (np. coca-cola) z wyjątkiem sytuacji gdy na koszulkach klubowych występuje logo sponsora drużyny, lub klubu).

b) Ubiór trenerów podczas zawodów powinien różnić się od ubioru zawodników i sędziów. Trenerzy powinni posiadać obuwie sportowe (np. halówki). Trener powinien nosić na ubiorze oznaczenie (identyfikator) dostarczone przez organizatora zawodów.

10. Rola i zachowanie trenera podczas walk semi kontakt:

a) Trener podczas walk musi znajdować się poza pasem bezpieczeństwa (1 metr). Powinien zająć wyznaczone przez organizatora miejsce (krzesło, ławka, skrzynia). W czasie trwania walki nie powinien stać. Podczas walki (tylko jeden trener) może pomagać zawodnikowi w zakładaniu sprzętu ochronnego. Trener może w sposób stonowany udzielać instrukcji zawodnikowi w czasie walki. Obowiązkiem trenera jest obserwacja walki i pilnowanie zasad przestrzegania regulaminu (chodzi o sytuacje, których sędziowie mogą nie zauważyć np. nie regulaminowy ubiór zawodnika). Tylko trener może złożyć protest w przypadku jawnego naruszenia przepisów przez sędziego lub organizatora zawodów (szczegóło- dz. III, pkt. 13).

b) Trener jest zobowiązany do przestrzegania zaleceń sędziego planszowego. Trener powinien być wzorem dla zawodników, dlatego bezwzględnie musi przestrzegać etykiety BUDO. W przypadku naruszenia przez trenera regulaminu zawodów sędzia matowy przerywa walkę i udziela upomnienia trenerowi. W przypadku ponownego naruszenia regulaminu sędzia matowy może nakazać usunięcie trenera z hali sportowej i zdyskwalifikować zawodnika. Powiadamia o tym fakcie sędziego głównego zawodów. W przypadku lekceważącego zachowania się trenera w stosunku do zawodnika drużyny przeciwnej lub sędziów, używania słów wulgarnych, lub innego jaskrawego naruszenia zasad etykiety BUDO sędzia planszowy ma prawo bez wcześniejszego ostrzeżenia przerwać walkę, nakazać usunąć trenera z hali sportowej i zdyskwalifikować zawodnika, o czym powiadamia sędziego głównego zawodów. Wyproszony z hali sportowej trener nie może więcej wyprowadzać zawodników do walk. O zaistniałej sytuacji organizator zawodów powiadamia macierzysty klub trenera, a o dalszych konsekwencjach decyduje Zarząd Stowarzyszenia.

11. Urazy i kontuzje:

W przypadku wystąpienia kontuzji u jednego z zawodników, sędzia przerywa walkę. Zawodnik niekontuzjowany zajmuje miejsce na skraju maty w towarzystwie swojego trenera, plecami do przeciwnika. Sędzia planszowy w razie potrzeby wzywa dostępną pomoc medyczną. Walka może zostać przerwana na czas nie dłuższy niż 2 minuty. Jeżeli po upływie tego czasu walka nie może być kontynuowana, sędzia matowy kończy ją. Zwycięzcę po ewentualnej konsultacji z sędziami liniowymi wskazuje się wg n.wym kryteriów:

- poszkodowany zawodnik nie może walczyć, bo doznał kontuzji z własnej winy – zwycięzcą zostaje przeciwnik bez względu na bilans punktów
- kontuzja powstała wskutek nie regulaminowego zachowania (uderzenia) – zwycięzcą zostaje poszkodowany, a sprawca kontuzji zostaje zdyskwalifikowany. Jeżeli kontuzja jest na tyle trwała, że poszkodowany nie może walczyć w dalszej części rozgrywek jej sprawca zostaje wykluczony z całych zawodów.

12. Poddanie się:

Poza zawodnikiem tylko trener może poddać walkę poprzez rzucenie ręcznika na matę. Sędzia planszowy wskazuje przeciwnika jako zwycięzcę.

13. Protest:

Jedynie trener może złożyć oficjalny protest. Protest składa się do sędziego głównego za pośrednictwem sędziego planszowego. Protest będzie rozpatrywany jedynie w przypadku naruszenia regulaminu przez organizatora zawodów lub sędziego a nie w odniesieniu do decyzji sędziego. W razie konieczności walkę należy bezzwłocznie przerwać i złożyć protest. Sędzia główny zawodów rozpatruje bezzwłocznie protest i podejmuje decyzję o jego uznaniu, bądź nie. W przypadku uznania protestu wskazuje sposób rozwiązania problemu. Decyzja sędziego głównego jest ostateczna.

Każdy protest musi być złożony na specjalnym formularzu dostępnym na stoliku sędziowskim. Razem z formularzem należy wpłacić kaucję w kwocie 50zł. Jeżeli protest zostanie uznany kaucja natychmiast zostaje zwrócona, jeżeli nie zostanie uznany kaucja przepada na rzecz Stowarzyszenia.

14. Kryteria oceny, ogólne zasady walk semi-kontakt:

Zawody w walkach prowadzone są zgodnie z zasadami all-style semi-kontakt. Stosowane techniki w konsekwencji nie powinny spowodować kontuzji zawodnika. Po uderzeniach mogą pozostawać niewielkie zaczerwienienia skóry. Zawodnik powinien prowadzić walkę eksponując technikę zadawanych uderzeń a nie ich siłę.

15. Dozwolona strefa ciosów w walkach semi kontakt:

Dozwolona strefa ciosów jest podzielona na 3 strefy i ogranicza się do:

a) środkowa strefa: przód ciała ograniczony talią, ramionami i linią między pachami wyraźnie poniżej krtani,

b) górna strefa: twarz ograniczona linią pionową wzdłuż uszu.

Poza tymi strefami jakikolwiek kontakt jest zabroniony.

16. Dozwolone i zabronione techniki:**a) techniki ręczne**

- dozwolone są wszystkie znane techniki ręczne z wyprowadzeniem i cofnięciem ręki.
- zabronione są techniki ręczne z użyciem boków dłoni, a także uderzenia hakowe (sierpowe), uderzenia z dołu do góry i z góry na dół.

b) techniki nożne:

- dozwolone są wszystkie znane techniki: z wyjątkiem uderzenia nogą z góry w dół.

c) inne zabronione techniki:

- cios kolaniem, łokciem, głową,
- przewrócenie (powalenie), podnoszenie,

Aby za zastosowane techniki w walkach semi-kontakt otrzymać punkt, muszą być one przeprowadzone w sposób kontrolowany, dlatego nie przyznaje się punktu za ciosy zadawane w trakcie cofania się, z wyjątkiem sytuacji wejścia w kontrolowaną technikę przeciwnika.

17. Ocena:

Wszystkie werdykty wydawane są zgodnie z zasadą większości głosów. Wyjątek stanowią n.wym. sytuacje:

- - wszyscy sędziowie liniowi sygnalizują „nic nie widziałem”, a sędzia planszowy wyraźnie widział punktowaną akcję, lub wszyscy sygnalizują „nic nie widziałem” a jeden z nich przyznaje punkt (dodatni, lub ujemny) dokładnie po myśli sędziego planszowego.
- ukaranie lub dyskwalifikacja zawodnika (zawodników) w przypadku naruszenia regulaminu walki opisanego w podpunkcie c) lub d).

W momencie przerwania walki przez sędziego planszowego w celu przyznania punktów (dodatnich, ujemnych, lub ostrzeżenia) zawodnicy wracają na swoje wyjściowe pozycje. Sędziowie liniowi zdecydowanie i możliwie szybko po zdarzeniu sygnalizują swoją decyzję. Mogą oni przyznać 1,2 lub 3 punkty dodatnie, 1 lub 2 punkty ujemne albo ostrzeżenie (sygnalizacja: patrz załącznik). Może się zdarzyć, że jednocześnie przyznają noty obydwu zawodnikom (np. dla jednego dodatnią, dla drugiego ujemną).

a) oceny dodatnie:**1 punkt**

- techniki ręczne w dowolne dozwolone strefy,
- techniki nożne w środkową strefę (korpus),

2 punkty

- techniki nożne wykonane w górną strefę (głowa),
- techniki nożne wykonane z wysokoku na środkową strefę (korpus),

3 punkty

- techniki nożne wykonane z wysokoku w górną strefę (głowa),

b) ostrzeżenia: (przyznawane decyzją sędziego planszowego, lub decyzją większości)

- atak na tył: nogi, kręgosłup, krtań, tył głowy (bez kontaktu),
- atak lub straszenie poniżej talii (bez kontaktu),
- odwracanie się tyłem do przeciwnika,
- udawanie kontuzji,
- świadome wyjście poza matę,

- pasywność, unikanie walki,
- obejmowanie, trzymanie bez akcji,
- techniki niekontrolowane (bez kontaktu),
- atakowanie niedozwoloną techniką (bez kontaktu),

c) punkty ujemne:

1 punkt ujemny (przyznany decyzją sędziego planszowego)

- rozmowa na macie,
- niewłaściwy ubiór,
- trzecie ostrzeżenie, lub drugie za to samo przewinienie,

d) dyskwalifikacja (decyzją sędziego planszowego):

- trzeci punkt ujemny,
- full kontakt,
- utrata ducha walki i brak samokontroli,
- spowodowanie nokautu lub kontuzji uniemożliwiającej dalszą walkę,
- okazywanie lekceważenia przeciwnikowi lub sędziom,
- noszenie biżuterii na macie,
- zbyt długie paznokcie u stóp,
- powtarzające się ignorowanie poleceń sędziego planszowego,
- widoczny stan po użyciu alkoholu lub narkotyków,
- przystąpienie do walki bez wymaganych ochraniaczy,
- nie przystąpienie do walki po trzecim wezwaniu

1 punkt ujemny (decyzją większości),

- atak na tył: nogi, kręgosłup, krtań, tył głowy,
- atak poniżej talii,
- kontynuacja walki po komendzie STOP!
- atakowanie leżącego zawodnika,
- atak otwartą dłońią,
- techniki niekontrolowane,
- atakowanie niedozwoloną techniką,
- zbyt twardego kontakt,

2 punkty ujemne (decyzją większości)

- kontynuowanie po komendzie STOP! techniki, której konsekwencją jest punkt ujemny

