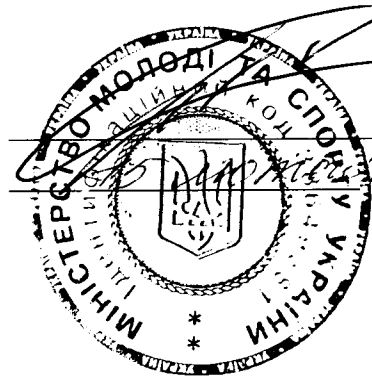


ЗАТВЕРДЖЕНО

Заступник міністра
молоді та спорту України



М. БІДНИЙ

2021 р.

ПРАВИЛА

спортивних змагань з комбат самозахист ІСО

I. Загальні положення

1. Ці Правила визначають основні засади організації та проведення спортивних змагань (далі – змагань) з комбат самозахист ІСО, які проводяться на території України, вимоги до учасників змагань, спортивних споруд, спеціального обладнання та інвентарю, організації та проведення суддівства, а також умови та порядок визначення результатів і переможців змагань.

2. Ці Правила розроблено з урахуванням правил спортивних змагань Міжнародної організації ІСО.

3. Вимоги цих Правил стосуються всіх дисциплін, з яких проводяться змагання з комбат самозахист ІСО на території України.

Вимоги цих Правил не поширюються на організацію та проведення міжнародних змагань на території України.

4. Офіційні особи (представники команд, тренери, спортсмени і судді), що беруть участь у змаганнях, у своїх діях зобов'язані:

- 1) керуватися загальноприйнятими нормами поведінки та етики;
- 2) знати та виконувати ці Правила та положення (регламент) проведення змагань з комбат самозахист ІСО (далі – Положення);
- 3) бути витриманими та коректними у ставленні до суперників і колег;
- 4) проявляти високі моральні якості, суворо дотримуватися принципів спорту (чесність, принциповість, шляхетність);
- 5) робити все необхідне для розвитку комбат самозахист ІСО;
- 6) піклуватися про здоров'я спортсменів.

5. Ці Правила обов'язкові до виконання організаторами, суддями, представниками команд, тренерами та учасниками змагань з комбат самозахист ІСО.

II. Організація та проведення змагань

1. Види змагань

1. Змагання можуть бути особистими, командними та особисто-командними.

2. Під час проведення:

1) особистих змагань визначаються місця спортсменів, що беруть участь у змаганнях;

2) командних змагань визначаються командні місця, учасники однієї команди змагаються з учасниками інших команд;

3) особисто-командних змагань визначаються особисті місця учасників, команд, що брали участь у змаганнях, за зайнятими спортсменами місцями. В особисто-командних змаганнях усі учасники, у тому числі спортсмени однієї команди, змагаються між собою.

3. За масштабом і представництвом змагання можуть бути територіальними, відомчими, всеукраїнськими.

2. Система проведення змагань

1. Змагання проводяться за системою:

1) круговою – кожен спортсмен (команда) зустрічається по черзі в поєдинках з усіма учасниками відповідної вікової та вагової категорії. Переможці визначаються за найбільшою кількістю перемог відповідно до таблиці складання пар під час проведення змагань за колом (додаток 3);

2) олімпійською – спортсмени (команди) зустрічаються між собою за жеребкуванням. Спортсмен (команда), що програв(ла) поєдинок, вибуває зі змагань. Можливе проведення змагань утішних поєдинків після поразки за право посісти третє місце;

3) змішаною – спортсмени (команди) відповідної вікової та вагової категорії проводять попередні або фінальні поєдинки за круговою або олімпійською системою, що визначається Положенням.

2. Змагання можуть проводитися за таких умов:

1) участь юніорів у змаганнях серед дорослих допускається за згодою тренера та головного лікаря змагань;

2) поєдинки спортсменів можуть проводитися протягом одного раунду з вибуттям спортсмена після першої поразки за спрощеним способом, який застосовується у разі великої кількості учасників та (або) за обмеженого часу.

3. Організація змагань

1. Програма, ранг і вид змагань визначаються Положенням, затвердженим організацією, що проводить змагання.

2. Змагання з комбат самозахист ІСО проводяться у трьох видах контактів згідно з розділами:

легкий контакт (атак-тест, показові форми, прикладний комбат, сейф поінт, сейф поінт зі зброєю, сейф комбат, лайт комбат, лоу комбат лайт, к- 1 комбат лайт, s-1 комбат лайт, тайбокс комбат лайт, мікс комбат лайт, реслінг лайт, фрі комбат лайт, фрі бокс лайт);

посилений контакт (лайт ринг, тотал комбат, s-1 комбат, реслінг, фрі бокс, командне багатоборство (індивідуальне багатоборство);

повний контакт (фул комбат, лоу комбат, к-комбат, тайбокс комбат, фрі комбат, мікс комбат, фрі бокс, фрі реслінг).

3. Змагання проводяться відповідно до цих Правил та Положення.

4. Організація, що проводить змагання, зобов'язана:

- 1) створити організаційний комітет з підготовки та проведення змагань;
- 2) розробити та затвердити Положення;
- 3) сформувати та затвердити головну суддівську колегію;
- 4) вирішити питання матеріально-технічного та медичного забезпечення змагань;
- 5) організувати розміщення, харчування, перевезення учасників, представників, суддів, забезпечити роботу обслуговуючого персоналу;
- 6) підготувати місце проведення змагань.

4. Положення про змагання

1. Ці Правила та Положення є основними керівними документами для

суддівської колегії та учасників змагань.

2. Положення визначає умови проведення змагань, їх правове оформлення. Положення не може суперечити цим Правилам.

3. Положення про районні та міські змагання надсилається не пізніше ніж за один місяць до їх проведення, про зональні, національні змагання – не пізніше ніж за двадцять днів до їх проведення.

4. Положення має містити такі розділи:

- 1) цілі і завдання заходу;
- 2) строки і місце проведення заходу;
- 3) організація та керівництво проведенням заходу;
- 4) учасники заходу;
- 5) вид заходу (змагання особисті, командні, особисто-командні);
- 6) програма проведення змагань;
- 7) безпека та підготовка місць для проведення заходу;
- 8) умови визначення першості та нагородження переможців і призерів;
- 9) умови фінансування заходу та матеріального забезпечення учасників;
- 10) строки та порядок подання заявок на участь у заході;
- 11) інші умови, які забезпечують якісне проведення конкретного заходу.

5. Пункти Положення мають бути конкретними та не допускати різного тлумачення.

6. Зміни та доповнення до Положення має право вносити лише організація, яка його затвердила, не пізніше ніж за 5 робочих днів до початку змагань.

5. Заявки на участь у змаганнях

1. Для участі у змаганнях спортивні організації подають попередню та іменну заявки (додатки 1, 2).

2. Попередня заявка подається у термін, визначений Положенням, та має містити інформацію про кількість спортсменів та види програми змагань, у яких вони братимуть участь.

3. Спортсмени допускаються до змагань на підставі іменної заявки (додатки 1, 2), яка подається до мандатної комісії змагань у термін, визначений Положенням, та допуску лікаря після проведення медичного огляду за наявності страхового свідоцтва (поліса, сертифіката), передбаченого пунктом 2 частини четвертої статті 6 Закону України "Про страхування".

4. Незастраховані спортсмени до змагань не допускаються, наявність страхового свідоцтва є обов'язковою.

6. Мандатна комісія

1. Питання про допуск спортсменів до змагань вирішує мандатна комісія, що створюється у місці їх проведення.

2. До складу мандатної комісії входять:

представник організатора змагань (голова комісії);

головний суддя змагань;

головний секретар змагань;

лікар змагань.

III. Учасники змагань

1. Вікові групи

1. Учасники змагань поділяються на такі вікові групи (вікові групи та вагові категорії, тривалість поєдинків для розділів зазначені у додатку 4 до цих Правил):

1) розділ "легкий контакт":

молодші юнаки та дівчата: 7–8 років, 9–10 років, 11–12 років;

юнаки та дівчата: 13–14 років;

юніори: 15–17 років;

юніорки: 15-17 років;

дорослі: 18 років і старші;

2) розділ "посилений контакт":

юнаки та дівчата: 13–14 років;

- юніори: 15–17 років;
- юніорки: 15-17 років;
- дорослі: 18 років і старші;
- 3) розділ "повний контакт":
- юніори: 15–17 років;
- юніорки: 15-17 років;
- дорослі: 18 років і старші.

У розділах "легкий контакт" та "посилений контакт" учасники молодшої групи можуть брати участь у змаганнях старшої групи в нижчій на одну позицію ваговій категорії за умови допуску тренерським складом, за рішенням головного судді змагань (його заступника), а також за письмовою згодою одного з батьків (піклувальника або тренера, уповноваженого батьками, піклувальником).

2. Учасник змагань зобов'язаний мати при собі паспорт спортсмена та документ, що посвідчує особу.

3. Паспорт спортсмена розробляє, затверджує та надає Громадська організація "Всеукраїнська асоціація бойових мистецтв Комбат самозахист ІСО" (далі – Асоціація). Учасники змагань подають паспорт спортсмена головному секретарю перед кожним змаганням.

2. Вагові категорії

1. Вагові категорії в "легкому контакті":

- 1) молодші юнаки та дівчата 7–8 років – до 25 кг, до 30 кг, до 35 кг, до 40 кг, до 45 кг, до 50 кг, понад 50 кг;
- 2) молодші юнаки та дівчата 9–10 років – до 25 кг, до 30 кг, до 35 кг, до 40 кг, до 45 кг, до 50 кг, понад 50 кг;
- 3) молодші юнаки та дівчата 11–12 років – до 30 кг, до 35 кг, до 40 кг, до 45 кг, до 50 кг, понад 50 кг;
- 4) юнаки та дівчата 13–14 років – до 40 кг, до 45 кг, до 50 кг, до 55 кг, до 60 кг, до 65 кг, до 70 кг, до 75 кг, понад 75 кг;

5) юніорки 15–17 років – до 50 кг, до 55 кг, до 60 кг, до 65 кг, до 70 кг, до 75 кг, понад 75 кг;

6) юніори 15–17 років – до 50 кг, до 55 кг, до 60 кг, до 65 кг, до 70 кг, до 75 кг, до 80 кг, понад 80 кг;

7) жінки 18 років і старші – до 50 кг, до 55 кг, до 60 кг, до 65 кг, до 70 кг, до 75 кг, понад 75 кг;

8) чоловіки 18 років і старші – до 55 кг, до 60 кг, до 65 кг, до 70 кг, до 75 кг, до 80 кг, до 85 кг, понад 85 кг.

2. Вагові категорії в "посиленому контакті" такі:

1) юнаки та дівчата 13–14 років – до 40 кг, до 45 кг, до 50 кг, до 55 кг, до 60 кг, до 65 кг, до 70 кг, до 75 кг, понад 75 кг;

2) юніорки 15–17 років – до 50 кг, до 55 кг, до 60 кг, до 65 кг, до 70 кг, до 75 кг, понад 75 кг;

3) юніори 15–17 років – до 50 кг, до 55 кг, до 60 кг, до 65 кг, до 70 кг, до 75 кг, до 80 кг, понад 80 кг;

4) жінки 18 років і старші – до 50 кг, до 55 кг, до 60 кг, до 65 кг, до 70 кг, до 75 кг, понад 75 кг;

5) чоловіки 18 років і старші – до 55 кг, до 60 кг, до 65 кг, до 70 кг, до 75 кг, до 80 кг, до 85 кг, понад 85 кг.

3. Вагові категорії в "повному контакті":

1) юніорки 15–17 років – до 50 кг, до 55 кг, до 60 кг, до 65 кг, до 70 кг, до 75 кг, понад 75 кг;

2) юніори 15–17 років – до 50 кг, до 55 кг, до 60 кг, до 65 кг, до 70 кг, до 75 кг, до 80 кг, понад 80 кг;

3) жінки 18 років і старші – до 50 кг, до 55 кг, до 60 кг, до 65 кг, до 70 кг, до 75 кг, понад 75 кг;

4) чоловіки 18 років і старші – до 55 кг, до 60 кг, до 65 кг, до 70 кг, до 75 кг, до 80 кг, до 85 кг, понад 85 кг.

4. Якщо у ваговій категорії менше ніж три особи, за узгодженням із представниками команд та рішенням головного судді змагань найближчі категорії можуть об'єднуватись.

5. В абсолютних чемпіонатах виступають тільки чоловіки віком від 18 років і старші та вагою понад 80 кг.

IV. Суддівська колегія

1. Загальні вимоги до суддівської колегії

1. Кількісний склад суддівської колегії залежить від рангу змагань та кількості учасників і визначається організацією, що проводить ці змагання. Під час змагань судді перебувають на відведених для них місцях. Вони зобов'язані утримуватися від спілкування з представниками, тренерами та секундантами.

2. Судді під час виконання обов'язків мають бути вдягнені у форму, що складається із сорочки або футболки темного кольору, темних штанів, шкарпеток, спортивних туфель без підборів. На сорочці судді має бути емблема Асоціації. Бокові судді додатково можуть бути вдягнені в піджаки.

3. До складу суддівської колегії входять:

- 1) головний суддя;
- 2) головний секретар;
- 3) заступник головного судді;
- 4) головний лікар;
- 5) представник організації, що проводить змагання.

4. До складу бригади суддів входять:

- 1) суддя (рефері);
- 2) старший суддя;
- 3) бокові судді.

5. До складу допоміжного суддівського персоналу входять:

- 1) секретарі;
- 2) судді-хронометристи;
- 3) суддя-інформатор;

- 4) судді при учасниках (перевіряють екіпіровку);
- 5) судді, які виводять спортсменів;
- 6) комендант змагань.

6. Кожен поєдинок судить бригада у складі рефері та трьох бокових суддів. На змаганнях обласного та міського рівнів дозволено судити з двома боковими суддями.

7. Під час формування суддівської колегії необхідно дотримуватися таких вимог:

- 1) головним суддею чемпіонату та Кубку України може бути виключно суддя національної категорії, якого затверджує організатор змагань;
- 2) головним суддею обласних і міських змагань може бути суддя національної, першої та другої категорій.

2. Права та обов'язки суддівської колегії

1. Суддівська колегія визначає та затверджує переможців на підставі суддівських записок бокових суддів і передає своє рішення головному судді. Якщо більшістю бокових суддів визнано, що спортсмен порушив ці Правила, суперник неспроможний продовжувати поєдинок, суддівська колегія може дискваліфікувати порушника, а в разі рівної кількості голосів бокових суддів визначає переможця згідно зі своєю контрольною запискою.

2. До складу суддівської колегії входять 3–5 суддів національної або першої суддівських категорій, які зобов'язані:

1) контролювати виконання цих Правил суддями та спортсменами, а також оцінювати роботу суддів;

2) приймати рішення щодо виправлення суддівських помилок.

3. Обов'язки суддівської колегії:

1) перевірити місце проведення змагань, помешкання для спортсменів і суддів, устаткування та інвентар тощо;

2) призначити суддів для зважування спортсменів, провести жеребкування, призначити суддів для суддівства кожного поєдинку;

3) передати на демонстраційне табло зміст суддівських записок (суму очок і номер судді) після закінчення поєдинку;

4) усунути від змагань суддів, які припустилися грубих помилок під час суддівства;

5) у разі отримання обґрунтованого протесту прийняти відповідне рішення до завершення змагань цього дня та оголосити його під час наради представників і тренерів;

6) виставити оцінку роботи суддівської бригади за шестибальною шкалою;

7) відмінити змагання, якщо перед початком їх проведення місце проведення змагань, устаткування чи інвентар не відповідають вимогам цих Правил;

8) змінити програму чи розклад змагань в разі необхідності;

9) зупинити поєдинок і оголосити переможця в разі явної переваги одного зі спортсменів, якщо рефері не зупинив поєдинок, а ситуація вимагає цього;

10) зупинити проведення змагань або оголосити тимчасову перерву, якщо устаткування місця проведення змагань вийшло з ладу, а також якщо глядачі своєю поведінкою заважають процесу проведення змагань.

3. Головний суддя змагань

1. Головний суддя змагань проводить змагання згідно з цими Правилами і Положенням, керує роботою суддівської колегії.

2. Головний суддя зобов'язаний:

1) перед початком змагань перевірити готовність місця проведення змагань, інвентарю та обладнання, приміщення для суддів та учасників;

2) призначити суддів для процедури зважування, роботи суддівських бригад;

3) перед початком змагань провести жеребкування для спортсменів і за потреби – суддів;

4) на підставі суддівських записок визначити переможця поєдинку;

5) передати до служби інформації оцінку поєдинку боковими судьями і оголосити через суддю-інформатора рішення щодо переможця;

6) не допускати до змагань спортсменів, які за віком, спортивним розрядом, одягом чи зовнішнім виглядом не відповідають вимогам цих Правил або Положення;

7) щодня після закінчення програми змагань затвердити їх результати, а також проводити підсумкові наради з представниками, тренерами, суддями, лікарями;

8) щодня аналізувати роботу суддів, надати оцінку їх діяльності, у разі грубих помилок – звільнити від суддівства. Після закінчення змагань надати оцінку роботи суддівської колегії, визначити десять кращих суддів;

9) у разі подання протесту прийняти рішення після закінчення програми змагань цього дня та оголосити його на засіданні представників. Протест може бути подано представником команди впродовж 10 хв після закінчення бою;

10) підготувати звіт щодо проведених змагань.

3. Головний суддя має право:

1) призначити додаткові наради суддів і представників, внести зміни до розкладу змагань;

2) дати команду щодо продовження поєдинку, якщо рефері помилково його зупинив;

3) у разі потреби призначити інших суддів під час змагань.

4. Перебувати за столом головного судді можуть тільки члени головної суддівської колегії або персонально запрошені головним суддею інші судді.

5. Заступник головного судді разом із головним суддею керує проведенням змагань та контролює їх перебіг. За відсутності головного судді заступник головного судді виконує його обов'язки.

4. Головний секретар змагань

1. Головний секретар змагань керує роботою секретаріату та бере участь у роботі мандатної комісії.

2. Головний секретар змагань зобов'язаний:

1) перевірити правильність заповнення суддівської документації відповідно до цих Правил та вести її;

- 2) підготувати матеріали для звіту головного судді змагань;
- 3) записати у спортивні паспорти учасників кількість перемог і розряди спортсменів, яких перемогли, а також поразки нокаутом червоним чорнилом із зазначенням дати;
- 4) забезпечити головну суддівську колегію, представників організацій, преси, радіо і телебачення інформацією про перебіг змагань.

5. Головний лікар змагань

1. Головний лікар змагань бере участь у роботі суддівської колегії на правах заступника головного судді з медичного забезпечення.
2. У разі проведення змагань на кількох майданчиках залучається окрема бригада медичного персоналу на кожний майданчик.
3. Лікарі працюють під керівництвом головного лікаря змагань.
4. Головний лікар змагань зобов'язаний:
 - 1) перевірити наявність у заявках команд візи лікаря зі спортивної медицини відповідного закладу охорони здоров'я щодо допуску учасників до змагань, допуск до змагань серед дорослих та юніорів молодших учасників, наявність письмової згоди тренера учасника;
 - 2) під час зважування провести медичний огляд учасників;
 - 3) контролювати дотримання санітарно-гігієнічних вимог у місцях проведення змагань;
 - 4) організувати медичне забезпечення учасників змагань;
 - 5) особисто надати відповідну медичну допомогу учасникам у разі їх ушкоджень і захворювань, зробити медичний висновок щодо фізичної можливості подальшої участі спортсмена у змаганнях;
 - 6) повідомити письмовою довідкою головного секретаря змагань у разі неможливості учасника продовжувати виступ;
 - 7) негайно надати довідку головному секретарю змагань у разі отримання спортсменом нокауту чи нокдауну;

8) подати звіт головному судді змагань (звіт лікаря про травми учасників змагань згідно з додатком 5 до цих Правил) після закінчення змагань;

9) уважно стежити за виступами учасників, письмово фіксувати відомості про травми (нокдауни, нокауту), захворювання та пошкодження учасників змагань, організувати подальше медичне спостереження за учасниками з відхиленнями у стані здоров'я.

5. Головний лікар не може втручатися в дії рефері під час проведення двобою з метою припинення поєдинку для надання учаснику медичної допомоги. Головний лікар узгоджує потребу зупинення виступу учасників (у разі можливої небезпеки для здоров'я під час подальшого виступу) з головним суддею (заступником головного судді).

6. Старший суддя

1. Старший суддя призначається головним суддею змагань. Старший суддя керує проведенням змагань і відповідає за роботу суддівської бригади на дорученому йому рингу (восьмикутнику, майданчику). Старший суддя перебуває за суддівським столом поруч із місцем проведення змагань.

2. Старший суддя зобов'язаний:

1) сформувати склад суддівської бригади на рингу (восьмикутнику, майданчику);

2) контролювати роботу суддівської бригади на дорученому йому рингу (восьмикутнику, майданчику) і надати їй оцінку;

3) повідомити про результат зустрічі та викликати чергову пару учасників;

4) стежити за поведінкою, перебуванням на робочих місцях членів суддівської бригади рингу (восьмикутника, майданчика), робити їм зауваження щодо дотримання вимог суддівської етики та цих Правил;

5) перебувати за суддівським столом під час змагань;

6) оголосити склад суддівської бригади перед початком бою (у разі відсутності судді-інформатора);

7) викликати на майданчик і представити спортсменів (у разі відсутності судді-інформатора);

8) оголосити результат виступу (у разі відсутності судді-інформатора);

9) стежити за відповідністю зовнішнього вигляду учасників і суддів вимогам цих Правил;

10) формувати суддівські бригади, додержуючись вимог нейтральності суддів, контролювати роботу суддівських бригад на дорученому йому (старшому судді) рингу (восьмикутнику, майданчику), реєструвати прибуття та наявність суддів, вести облік та оцінювати якість виконаної ними роботи;

11) зупинити поєдинок для додаткового обговорення та винесення суддями остаточного рішення, якщо думки суддів щодо оцінки технічних дій учасників розбіжні;

12) викликати лікаря у разі отримання спортсменом травми або нокауту;

13) негайно повідомити головного суддю змагань у разі отримання учасником нокауту або двох нокдаунів;

14) провести додатковий інструктаж суддів на дорученому йому рингу (восьмикутнику, майданчику) у разі потреби після загального інструктажу;

15) доповісти головному судді про завершення роботи на дорученому йому рингу (восьмикутнику, майданчику) та разом із ним провести аналіз якості роботи суддівської бригади.

7. Рефері в рингу (восьмикутнику, майданчику)

1. Рефері в рингу (восьмикутнику, майданчику) керує поєдинком і стежить за точним виконанням усіма учасниками та офіційними особами змагань цих Правил. Одним із головних обов'язків рефері є турбота про збереження здоров'я учасників змагань.

2. Рефері зобов'язаний:

1) до початку поєдинку перевірити у спортсменів наявність рукавиць та спорядження, переконатись у готовності до роботи бокових суддів, головного лікаря,

секунданта, повідомити головного суддю про готовність спортсменів до бою і після його дозволу дати команду судді–хронометристу;

2) зайняти оптимальне місце для здійснення контролю за діями спортсменів під час поєдинку і спостереження за сигналами бокових суддів;

3) подати команди про початок і зупинку поєдинку;

4) виконувати всі процедури швидко з метою забезпечення повного часу поєдинку;

5) за допомогою жестів та дозволених знаків пояснити спортсмену зміст порушення цих Правил;

6) зробити зауваження спортсмену у разі незначних порушень ним цих Правил, для чого не обов'язково зупиняти поєдинок, можливо вибрати зручний час та звернути увагу спортсмена на порушення;

7) оголосити спортсмену попередження після отримання ним третього зауваження (за одне або два порушення цих Правил), у разі повторного порушення – одразу зробити попередження та зауваження "мінус один бал". Оголосити попередження чітко, в зрозумілій для спортсмена формі щодо його причини та мети, повідомити знаком руки боковим суддям, який із бійців був попереджений, взявши бійця за руку;

8) подати команду "Стоп!" у разі нокдауну, показати супернику, в який кут рингу він має відійти, почати відрахування секунд. Між командою "Стоп!" і рахунком "один" має пройти 1 с. Рахунок ведеться до "восьми" і в тому разі, коли спортсмен готовий до поєдинку. Якщо він неспроможний продовжувати поєдинок, рахунок ведеться до "десяти", поєдинок вважається завершеним нокаутом;

9) продовжити рахунок після рахунку "один" тільки тоді, коли суперник стане в нейтральний кут;

10) підняти руку переможцю поєдинку тільки після оголошення результату поєдинку;

11) зібрати та перевірити записки бокових суддів після завершення поєдинку, повернути для доопрацювання в разі наявності неточностей оформлення, після чого передати їх головному судді.

3. Рефері має право:

1) зупинити поєдинок будь-якої миті, якщо:

поєдинок проходить за явною перевагою одного зі спортсменів;
один зі спортсменів отримав травму, внаслідок чого не може продовжити поєдинок;

бійці проводять поєдинок за домовленістю. У цьому разі рефері може дискваліфікувати одного чи обох спортсменів;

2) оголосити спортсмену зауваження, попередження або дискваліфікувати його за порушення цих Правил;

3) дискваліфікувати спортсмена будь-якої миті, якщо він не виконує команди рефері або його поведінка стосовно рефері носить агресивний характер;

4) дискваліфікувати спортсмена за грубе порушення цих Правил або Положення, якщо він не виконує команди рефері;

5) зупинити рахунок у разі важкого нокауту та викликати на ринг головного лікаря;

6) повідомити рішення щодо припинення поєдинку головному судді і тільки після його згоди довести це рішення до відома бокових суддів;

4. Рефері зобов'язаний командою "Стоп!" зупинити поєдинок:

1) у разі закінчення часу поєдинку за сигналом гонгу або за дублюючим гонг візуальним сигналом (технічні дії між гонгом та командою рефері "Стоп!" не зараховуються, а порушення цих Правил зараховується);

2) якщо спортсмени в клінчі або в партері не проводять технічних дій, що підлягають оцінюванню;

3) після проведення технічної дії, яка на думку рефері підлягає оцінюванню (сейф поінт, реслінг);

4) у разі порушення цих Правил;

5) якщо учаснику поєдинку необхідна медична допомога, або час на усунення недоліків в одязі та спорядженні, або його секундант подає сигнал про відмову від продовження поєдинку;

6) на вимогу бічного судді або за проханням учасника (якщо це можливо);

- 7) у разі отримання учасником нокдауну чи нокауту;
- 8) якщо учасник перебуває за межами майданчика;
- 9) після закінчення часу, визначеного цими Правилами, на виконання больового або задушливого прийому чи перебування в партері;
- 10) на вимогу головного судді змагань або його заступника.

Якщо під час боротьби "лежачи" учасник може або намагається застосовувати заборонені дії, рефері, не зупиняючи поєдинку, запобігає здійсненню заборонених дій та робить цьому учаснику зауваження або попередження.

5. Рефері приймає самостійні рішення в усіх випадках, які виникають під час поєдинку та не передбачені цими Правилами.

6. Для проведення поєдинків рефері використовує такі команди:

"Шейк хендс!" – спортсмени на початку поєдинку обмінюються рукостисканням;

"Файт!" – команда для початку поєдинку;

"Стоп!" – припинення поєдинку;

"Брек!" – суперники зобов'язані відійти на один крок назад і потім продовжити бій;

"Тайм стоп" – секундомір зупинено протягом раунду (всі розділи);

"Поінт ред" – одне очко спортсмену в червоному куті;

"Поінт блу" – одне очко спортсмену в синьому куті;

"Поінт ред" – "2 поінтс" – одночасні удари, різні очки;

"Ноу сноо" – одночасні удари, однакові очки.

7. Жести рефері у разі винесення зауваження, попередження, дискваліфікації:

1) зауваження – права рука рефері піднята вгору, стиснута в кулак, вказівний палець вказує вгору;

2) офіційне попередження – права рука рефері піднята вгору, стиснута в кулак, вказівний палець вказує вгору, зап'ясток лівої руки із зовнішнього боку підтримує лікоть правої руки;

3) "мінус один бал" – права рука рефері піднята вгору, стиснута в кулак, вказівний палець вказує вгору, зап'ясток лівої руки із зовнішнього боку підтримує лікоть правої руки, передпліччя правої руки робить круговий рух вниз проти годинникової стрілки;

4) дискваліфікація – обидві руки рефері стиснуті в кулаки і схрещені на грудях.

8. Рефері, який не в змозі швидко, неупереджено і справедливо, професійно обслуговувати поєдинок, може бути замінений рішенням головного судді.

8. Боковий суддя

1. Боковий суддя визначає переможця за найбільшою сумою очок, підраховуючи удари згідно з цими Правилами. Кількість очок, набраних кожним спортсменом, позначки про попередження і нокдауни вносяться суддею до суддівської записки (ринг) або суддівської записки (майданчик) (додатки 6, 7 до цих Правил, відповідно) одразу після закінчення кожного раунду.

2. Боковий суддя під час поєдинку не має права розмовляти зі спортсменами, іншими суддями, окрім рефері. Після закінчення раунду може вказати на випадок, який рефері не помітив під час поєдинку (невірні дії секундантів, несправний канат тощо).

3. Боковий суддя у разі помилки в суддівській записці робить відповідне виправлення і доводить це до відома рефері. Якщо факт виправлення не був доведений до рефері, записка може вважатися недійсною.

4. Суддівська записка вважається недійсною, якщо:

невірно нараховані очки, що призвело до помилки у визначенні переможця;
відсутні позначки про попередження і нокдауни;
зроблено одне або більше виправлень, про які не попередили рефері.

Якщо за відсутності факту порушення цих Правил обидва спортсмени неспроможні продовжувати поєдинок (ушкодження, нокаут), боковий суддя на вимогу рефері проставляє очки, які на час зупинки поєдинку набрав кожен із суперників, і визначає переможця за очками. Після закінчення поєдинку боковий

суддя підраховує загальну кількість очок кожного спортсмена. Боковий суддя може залишити своє місце тільки після оголошення переможця поєдинку.

9. Допоміжний суддівський персонал

1. Суддя-хронометрист під час поєдинку підпорядковується рефері та діє за його вказівками.

2. Суддя-хронометрист зобов'язаний:

1) сповістити ударом гонга або іншими сигналами про початок і закінчення раундів, допомагати рефері з підрахунком часу (секунд) під час нокдауну та нокауту, часу перебування в партері;

2) стежити за тривалістю раундів і перерв між ними. За 5 с до початку раунду подати команду "Секунданти за ринг" ("Спортсмени на майданчик") та оголосити порядковий номер раунду;

3) враховувати час вимушеної зупинки поєдинку за командою "Тайм-стоп" (за винятком нокдаунів) або за вказівкою рефері, а після поновлення поєдинку продовжити раунд на відповідний час. Якщо час раунду закінчився в період ведення рахунку рефері, сигнал щодо закінчення раунду подається тільки після команди "Файт!". Час перерви у цьому разі не змінюється, сигнал щодо початку наступного раунду подається через 1 хв.

3. Секретар змагань працює під керівництвом головного секретаря та його заступника. Секретар готує матеріали для звіту головного судді.

4. Суддя-інформатор підпорядковується головному судді та старшому судді в рингу.

Суддя-інформатор зобов'язаний:

1) представити спортсменів перед початком поєдинку;

2) повідомити дані (анкетні, спортивні) спортсменів у перервах між раундами;

3) оголосити рішення головного судді щодо переможця;

4) повідомити глядачів, представників преси та команд про перебіг змагань з дозволу головного судді;

5) передати інформаційні картки учасників головному секретарю після кожного дня змагань.

5. Суддя при учасниках підпорядковується старшому судді в рингу.

Суддя при учасниках зобов'язаний:

1) заздалегідь попередити спортсменів та їх секундантів щодо виходу на ринг та колір їх кута;

2) перевірити форму спортсменів та секундантів, довжину та ширину бинтів перед поєдинком, контролювати правильність бинтування рук, шнурівку рукавиць, стежити за тим, щоб рукавиці для поєдинку не використовувалися на спортивних снарядах;

3) перевірити цілісність спорядження та його відповідність цим Правилам перед початком поєдинку;

4) перевірити відсутність заборонених речей та аксесуарів, прикрас спортсменів перед початком поєдинку.

6. Комендант змагань підпорядковується головному судді, керує роботою персоналу біля рингу. Комендант відповідає за вчасну підготовку місця проведення змагань, приміщень для спортсменів, суддів, працівників преси, тренерів, забезпечення належних умов проведення змагань та роботи суддівської колегії.

V. Проведення та суддівство змагань

1. Зважування спортсменів

1. Зважування спортсменів кожної вагової категорії проводиться на вагах один раз на день у визначений суддівською колегією термін і завершується не пізніше ніж за 2 год до початку змагань. На зважування спортсмени прибувають зі спортивним паспортом. Точність зважування - до 100 г. Спортсмени зважуються в плавках, а спортсменки в купальниках, трико або бюстгальтерах і плавках.

2. Зважування проводять суддя, головний лікар та секретар змагань. Якщо змагання тривають кілька днів, в один день зважуються спортсмени, які змагатимуться цього дня. Якщо під час зважування маса тіла спортсмена не відповідає межах конкретної вагової категорії, його усувають від участі у змаганнях,

або за згодою тренера, головного лікаря та головного судді спортсмен може бути переведений у іншу відповідну вагову категорію.

3. До початку офіційного зважування спортсмени мають право перевірити масу тіла, провести контрольне зважування.

4. До початку зважування спортсмена оглядає головний лікар та надає дозвіл на участь у змаганнях, робить відмітку в картці учасника.

5. Якщо спортсмен не з'явився на зважування, до участі у змаганнях він не допускається.

2. Жеребкування та складання пар

1. Жеребкування учасників здійснює представник організації, яка проводить змагання, головний суддя, головний секретар та головний лікар змагань. Дозволено проводити жеребкування під час першого зважування. У цьому разі номери, отримані під час жеребкування, розігруються самими спортсменами. Під час проведення командних змагань і турнірів з персональним допуском спортсменів жеребкування можливо здійснювати перед початком процедури зважування. Номер, отриманий під час жеребкування, зберігається за спортсменом (командою) весь час змагань.

2. Під час проведення особистих та особисто-командних змагань головна суддівська колегія може проводити розсіювання найсильніших спортсменів однієї команди. Графік поєдинків у цьому разі складається так, щоб найсильніші спортсмени були вільні від змагань у перших поєдинках, тобто перебували в рівних умовах за погодженням із представниками команд.

3. Під час складання пар для участі у змаганнях спортсмени поділяються на пари наступним чином – перший номер зустрічається з номером «два», спортсмен під третім номером зустрічається зі спортсменом, що має номер «чотири» і так далі.

4. Якщо кількість учасників змагань більше чотирьох, пари утворюються таким чином, щоб забезпечити у другому колі участь 4, 8, 16, 32 і так далі спортсменів. Вільними від поєдинків у першому колі залишаються спортсмени з більшими номерами та змагаються першими у другому колі. У разі наявності

непарної кількості вільних спортсменів учасник з останнім номером зустрічається з переможцем першого бою.

3. Права та обов'язки учасників змагань

1. Учасники змагань мають право:

- 1) визначити масу тіла на офіційних вагах змагань;
- 2) перейти до вищої відповідно до заявленої вагової категорії (якщо це не суперечить цим Правилам та Положенню);
- 3) відмовитись від продовження поєдинку в будь-який час, піднявши руку вгору, подаючи цим знак рефері.

2. Спортсмени зобов'язані:

- 1) дотримуватися норм поведінки та етики спортсмена на місці проведення змагань;
- 2) знати та виконувати ці Правила та Положення;
- 3) пройти процедуру зважування, представлення та нагородження;
- 4) змагатися в спортивному одязі відповідно до вимог цих Правил;
- 5) потиснути супернику руки перед початком та після закінчення поєдинку;
- 6) бути стриманим і коректним з іншими учасниками та суддями, у перервах між раундами перебувати обличчям до центру рингу;
- 7) не розмовляти під час поєдинку;
- 8) бути на ринзі за 1 хв до початку поєдинку з перевіреним захисним спорядженням, потиснути один одному руки за командою рефері. Почати бій за командою "Файт!";
- 9) відійти на один крок назад та продовжити поєдинок за командою рефері "Брек!";
- 10) подати знак, що зрозумів попередження, в разі, якщо рефері оголошує спортсмену попередження;
- 11) миттєво припинити поєдинок, якщо рефері оголошує команду "Стоп!";
- 12) зробити крок назад і підняти руку, якщо не готовий до поєдинку (наприклад, вийшло з ладу спорядження);

13) перебувати у своєму куті кожний, якщо отримано дозвіл судді на приведення в належний стан спорядження;

14) перебувати в нейтральному куті, якщо рефері відкрив для суперника рахунок (або йому надають медичну допомогу у випадку травми);

15) підійти до рефері, стати поруч та чекати оголошення результатів поєдинку після закінчення поєдинку;

16) обмінятися рукостисканням, подякувати рефері та тренерам після оголошення результату поєдинку.

3. Спортсменам заборонено:

1) завдавати ударів або штовхати суперника обома руками;

2) повертатися спиною до суперника без виконання прийому або робити оберти без нанесення ударів;

3) штовхати суперника або втікати від нього;

4) випльовувати капу;

5) падати безпідставно на підлогу;

6) бігти вперед з витягнутими руками;

7) виконувати технічні прийоми наосліп (із заплющеними очима);

8) кусати або дряпати суперника;

9) бити суперника, нога якого застрягла між канатами;

10) бити суперника, який падає чи лежить на підлозі, або його руки чи коліна торкаються підлоги, або голова перебуває нижче пояса (в розділах, де заборонені удари в партері);

11) завдавати удари руками та ногами або штовхати суперника, тримаючись за канат, використовувати його для нанесення удару;

12) залишати ринг під час поєдинку;

13) нападати на суперника після команди рефері "Стоп!", атакувати без кроку назад після команди рефері "Брек!" або після закінчення часу раунду;

14) завдавати удари повної сили в легких та посилених розділах цих Правил у разі відсутності захисного жилета;

- 15) проводити поєдинок, якщо на тілі суперника чи захисному спорядженні є мазь або інша рідина;
- 16) ображати чи нападати на рефері;
- 17) завдавати удари у заборонені частини тіла;
- 18) уникати боротьби чи припиняти її;
- 19) піднімати руку для оголошення переможця без команди рефері.

4. Представники, тренери та капітани команд

1. Команда, що бере участь у змаганнях, зобов'язана мати у складі представника, тренера та капітана команди. В окремих випадках обов'язки представника команди може виконувати тренер або спортсмен.

2. Представник – керівник команди, який відповідає за організованість, поведінку та дисципліну спортсменів. У разі порушення цих Правил представник команди має право подати протест головному судді із зазначенням підпункту, пункту та розділу цих Правил.

3. Представник команди (тренер) зобов'язаний брати участь у жеребкуванні та бути присутнім на спільних засіданнях суддів із представниками команд. Під час проведення змагань тренер у спортивному одязі перебуває поруч з учасниками і відповідає за підготовку спортсменів до виходу на місце поєдинку.

4. Капітан команди призначається з числа учасників команди та відповідає за дисципліну в команді, поведінку спортсменів на змаганнях.

5. Представнику, тренеру чи капітану команди заборонено втручатися в роботу суддів і офіційних осіб, що проводять змагання.

6. Представники (тренери) команд за рішенням головної суддівської колегії можуть бути усунуті від виконання обов'язків у змаганнях у разі:

- 1) неодноразового порушення цих Правил чи Положення;
- 2) відмови виконувати рішення суддів або нетактовної поведінки.

5. Секунданти та їх помічники

1. Кожен учасник змагань має право на одного секунданта та його помічника. Обов'язки секунданта може виконувати тренер або спортсмен.
2. Тільки секундант або його помічник можуть заходити на місце поєдинку, один з них перебуває на ньому під час перерви.
3. Під час поєдинку ніхто із секундантів не має права перебувати на ринзі.
4. До початку раунду секундант (або його помічник) має прибрати з місця поєдинку стілець, рушник та інші предмети.
5. Секундант, який допомагає спортсмену під час відпочинку між раундами, має при собі рушник і губку.
6. Під час поєдинку секундант та його помічник не мають права підказувати спортсмену, допомагати йому або підтримувати його. У разі порушення цих вимог вони можуть бути дискваліфіковані. Спортсмен через порушення цих Правил секундантом та (або) його помічником може отримати зауваження, попередження або бути дискваліфікованим.
7. Секундант має право зупинити поєдинок на користь суперника, якщо його спортсмен неспроможний продовжити поєдинок. Для зупинки поєдинку секундант зобов'язаний викинути на місце поєдинку рушник чи губку. Якщо рефері веде рахунок нокдауну або нокауту, викидати рушник чи губку заборонено.
8. Секундант, його помічник чи представник (тренер) команди, які апелюють під час поєдинку до глядачів, можуть бути усунуті від виконання обов'язків до кінця дня змагань або до завершення змагань.

6. Умови відкриття рахунку рефері

1. Метою відкриття рахунку (нокдаун) у поєдинку є збереження здоров'я спортсмена. Ведення рахунку може початися тільки після того, коли суперник відійшов у нейтральний кут. Під час ведення рахунку суперник залишається в нейтральному куті.
2. Відкриття рахунку у поєдинку здійснюється спортсмену, який:

1) отримав точний сильний удар з короткочасною втратою рівноваги, порушення координації або уникнув подальшого поєдинку;

2) не встає після падіння внаслідок кидка суперника, встаючи, втрачає рівновагу, має явні порушення координації рухів;

3) отримав три сильні точні удари в голову поспіль та не здійснює активних захисних дій (в легкому та посиленому контактах);

4) перебуває в "глухому захисті" та отримав більше п'яти сильних ударів поспіль в голову та передпліччя, які захищають голову, та не здійснює активних захисних дій (в легкому та посиленому контактах).

3. Ведення рахунку здійснюється рефері від 1 с до 8 с у легкому та посиленому контакті й супроводжується відповідним жестом і голосом. У повно-контактних розділах рахунок може вестися до 10 с.

4. У разі сильного удару або поштовху рахунок не відкривають. Поєдинок може бути зупинено відразу після удару.

5. Забороняється зупиняти ведення рахунку рефері:

1) за допомогою гонгу після закінчення раунду (перерва надається тільки із закінченням ведення рахунку);

2) у разі викидання рушника тренерами чи медичної подушечки головним лікарем змагань;

3) у разі подання протесту.

6. Якщо спортсмен не може продовжувати поєдинок, рефері оголошує перемогу його суперника. Якщо спортсмен не може продовжувати поєдинок або залишає ринг за власним бажанням, рефері має право відкрити рахунок.

7. Під час змагань у посиленому та повному контактах рефері може прийняти рішення щодо закінчення поєдинку в разі, якщо спортсмен знепритомнів або опинився за межами рингу внаслідок сильного удару, кидка (травми) тощо.

8. Тільки рефері та головний лікар приймають рішення щодо готовності спортсмена вести поєдинок. Рефері зобов'язаний відкрити рахунок спортсмену, який пропустив удар, якщо він підніме вгору руку. В іншому разі рефері може дозволити

продовжувати поєдинок. Рефері може розпочати вести рахунок, якщо спортсмен опинився за межами рингу.

9. Заборона на продовження поєдинку в результаті нокаутуючого удару залежить від рішення головного лікаря змагань.

10. Якщо оголошено перемогу одного із суперників за явної переваги, підсумку рахунку не береться до уваги. Якщо обидва спортсмени одночасно опиняються у стані нокдауну, рефері здійснює відлік рахунку обом спортсменам. Якщо обидва спортсмени залишаються в положенні нокдауну до відліку "десять", бій припиняється, обом учасникам оголошують поразку (нокаут).

11. Залежно від віку спортсменів та рангу змагань регламентом може бути передбачено завершення поєдинку через явну перевагу достроково в разі отримання спортсменом нокдауну (поєдинок до нокдауну), або двох нокдаунів (поєдинок до двох нокдаунів), або трьох нокдаунів (поєдинок до трьох нокдаунів).

7. Умови зупинки поєдинків через травму спортсмена

1. Якщо під час поєдинку спортсмен отримує травму, і змагання не можуть продовжуватися, застосовують такі заходи:

1) головний лікар змагань протягом 3 хв зобов'язаний визначити можливість продовження поєдинку травмованим спортсменом;

2) спортсмен, який потребує медичної допомоги, вважається таким, що не здатний продовжувати поєдинок;

3) якщо судді встановили, що травмування спортсмена відбулося внаслідок порушення його суперником цих Правил, травмований спортсмен, неспроможний продовжувати поєдинок, оголошується переможцем;

4) якщо спортсмен отримує травму або його захисне спорядження потребує приведення до ладу, рефері подає команду судді-хронометристу зупинити годинник командою "Стоп!";

5) якщо спортсмен, що отримав травму під час поєдинку, не може продовжувати бій, переможцем оголошується його суперник за умови, що травму нанесено без порушення ним цих Правил;

6) після закінчення поєдинку спортсмен з найбільшою кількістю набраних очок оголошується переможцем. В разі рівності рахунку спортсмен, який не отримав травми, оголошується переможцем;

7) якщо травмований спортсмен оголошується переможцем, головний лікар змагань зобов'язаний визначити його можливість брати участь у наступному поєдинку.

2. Головний лікар змагань може надавати медичну допомогу спортсмену після закінчення поєдинку тільки з дозволу тренера.

8. Зупинення поєдинку "Тайм-аут"

1. "Тайм-аут" – зупинення поєдинку рефері у випадках, визначених цими Правилами. Тільки рефері має право зупинити поєдинок.

2. Умови надання "тайм-ауту":

- 1) пошкодження;
- 2) приведення в порядок екіпіровки спортсмена;
- 3) нарада рефері та суддів;
- 4) розмова рефері зі спортсменом або його тренером;
- 5) забезпечення справедливого та безпечного поєдинку.

3. "Тайм-аут" не впливає на присудження очок. Рефері може не надати "тайм-ауту", якщо він вважає, що це позбавить переваги або надасть перевагу одному з бійців.

4. "Тайм-аут" має бути мінімальним. Якщо рефері вважає, що боєць використовує "тайм-аут" для відпочинку або для консультацій з тренером, для інформації про рахунок тощо, попередження може бути винесено за затримку бою або за відмову від бою.

VI. Вимоги до виконання технічних дій

1. Положення учасників

Спортсмени під час поєдинку можуть перебувати у таких положеннях:

стійка – спортсмени торкаються майданчика тільки стопами ніг (стоять на ногах);

партер – спортсмени (один зі спортсменів) здійснюють технічні дії "лежачи", "сидячи" або навколішках, тобто опираються на коліна (одне коліно), або торкаються майданчика тазом чи тулубом (животом, спиною чи боком).

2. Удари

1. Удар – технічна дія атакуючого, що характеризується імпульсивним, швидким, короткотривалим зворотно-поступальним чи обертально-направленим рухом руки або ноги, завдана у тіло суперника.

2. У поєдинку дозволено виконувати контрольовані удари:

1) удари контрольовані у разі їх нанесення:

у дозволену частину тіла суперника;

з використанням дозволеної техніки;

з дозволеною цими Правилами силою контакту;

2) частини тіла, якими дозволяється завдавати удари:

ногою – завдається всіма сторонами ступні, підошви, гомілкою;

колінном (у розділах, дозволених цими Правилами);

рукою завдається фронтальною (тильною) стороною, стиснутою в кулак рукавички;

ліктем (у розділах, дозволених цими Правилами);

3) частини тіла за нанесенням дозволених цими Правилами ударів, за якими спортсмен отримує оцінки:

голова (крім потилиці);

тулуб (корпус) вище поясу (крім хребта);

ноги (внутрішня та зовнішня сторона стегна).

Не оцінюються удари, яких завдано одночасно з порушенням цих Правил.

Удари підлягають оцінюванню, у разі ефективності їх виконання;

4) ефективність удару визначає:

точність вибору часу та дистанції виконання;

контрольоване положення спортсмена на початку, протягом та після виконання удару;

відсутність або неефективність захисних дій суперника;

потужне виконання (висока швидкість, концентрація сили);

точне влучення в дозволену цими Правилами частину тіла суперника.

3. Залежно від рівня змагань та вікової категорії учасників встановлюються обмеження щодо виконання ударної техніки в партері (для розділів змагань сейф-комбат, мікс-комбат лайт, тотал комбат, мікс-комбат):

1) молодші юнаки та дівчата (7–12 років) – будь-які удари в партері заборонено;

2) юнаки та дівчата (13–14 років) – дозволено удари в партері руками у корпус;

3) юніори та юніорки (15–17 років) – дозволено удари в партері руками у корпус та в голову, удари ліктями у корпус;

4) дорослі (18 років та старші) – дозволено удари в партері руками в голову та у корпус, удари ліктями у корпус, удари колінами у ноги та корпус.

В інших розділах змагань удари в партері заборонено (окрім добивання одним ударом в темп кидка).

3. Кидки

1. Кидок – технічна дія атакуючого (яка має загальноприйняте найменування) з положення "стоячи" або з колін (коліна), у результаті якої атакований втрачає рівновагу та з положення "стоячи" падає, опиняючись у положенні "сидячи", "лежачи" на боці, животі чи спині. Після виконання кидка спортсмен, який атакує, має залишитися у вигідній для себе позиції та контролювати дії суперника.

2. Амплітудний кидок – технічна дія атакуючого (яка має загальноприйняте найменування) з положення "стоячи" або з колін (коліна), виконана технічно правильно, з відривом обох ніг суперника від поверхні килима та жорстким приземленням, у результаті якої атакований втрачає рівновагу та з положення "стоячи" падає, опиняючись у положенні "лежачи" на боці, животі чи спині.

3. Перевід у партер – технічна дія атакуючого, яка не кваліфікується як кидок, що призвела до виведення з рівноваги атакованого, в результаті якої суперник опиняється у положенні "партер".

Кидки, амплітудні кидки, переводи в партер виконуються з падінням чи без падіння спортсмена, який здійснює прийом.

4. У поєдинку дозволено виконувати контрольовані кидки.

Контрольованим кидком вважаються незаборонені технічні дії, під час здійснення яких атакуючий застосовує страховку суперника або надає йому можливість страхуватися самостійно.

Кидки (амплітудні кидки) підлягають оцінюванню в разі ефективності їх виконання, здійснення контролю та здобуття переваги над суперником.

5. Залежно від рівня змагань та вікової категорії учасників встановлюються обмеження щодо виконання кидкової техніки:

1) молодші юнаки та дівчата (7–12 років) – заборонено кидки суперника на голову, з колін через спину або плече (плечі), із захватом у "замок" двома руками шиї (голови) суперника, через груди "прогином";

2) юнаки та дівчата (13–14 років) – заборонено кидки суперника на голову, із захватом у "замок" двома руками шиї (голови) суперника, через груди "прогином";

3) юніори та юніорки (15–17 років) – заборонено кидки суперника на голову, із захватом у "замок" двома руками шиї (голови) суперника;

4) дорослі (18 років та старші) – заборонено кидки суперника на голову, із захватом у "замок" двома руками шиї (голови) суперника.

4. Больові прийоми

1. Больовий прийом – технічна дія атакуючого, здійснена із захопленням руки чи ноги суперника у партері, яка дозволяє провести больову атаку перегинанням, вивертом суглоба, розтягуванням або защемленням сухожилля та м'язів, що змушує атакованого здатися (визнати себе переможеним).

Больовий прийом виконують без ривків. З метою запобігання травми спортсмен вимушений здатися, стукаючи рукою чи ногою майданчик чи тіло суперника або вигуком сигналізуючи щодо здачі.

Вигук у боротьбі "лежачи" атакованого або в разі обопільного виконання больового прийому одного зі спортсменів є сигналом про рішення ним здатися, якщо больовий прийом виконано без порушення цих Правил.

2. Виконання больового прийому припиняється рефері, якщо:

- 1) закінчився час, відведений для виконання больового прийому, час у партері або час поєдинку;
- 2) відсутні активні дії спортсменів щодо проведення больового прийому;
- 3) рефері поєдинку, з метою уникнення травми спортсмена, прийняв рішення щодо зарахування больового прийому без здачі атакованого (обов'язково для молодших юнаків та дівчат 7–12 років);
- 4) атакований піднімається у стійку (стає на ноги).

Больовий прийом вважається контрольованим у разі його здійснення із дозволеного захвату, при проведенні якого атакуючий плавно (не ривком) наращує зусилля, залишаючи супернику можливість здатись.

Фіксація початку атаки больового прийому робиться від часу, коли учасник взяв на захоплення кінцівку суперника та почав діяти до змушення суперника здатися, не витримавши больового відчуття та уникаючи травмування.

3. Залежно від рівня змагань та вікової категорії учасників встановлюються обмеження щодо виконання больових прийомів у партері:

- 1) молодші юнаки та дівчата (7–12 років) – дозволено больові прийоми на руки;
 - 2) юнаки та дівчата (13–14 років) – дозволено больові прийоми на руки та ноги (защемлення ікроножного м'язу чи ахіллесового сухожилля);
 - 3) юніори та юніорки (15–17 років) – дозволено больові прийоми на руки та ноги (защемлення ікроножного м'язу, защемлення ахіллесового сухожилля);
 - 4) дорослі (18 років та старші) – дозволено больові прийоми на руки та ноги.
4. Для всіх вікових категорій заборонено:

больові прийоми на хребет;
скручування стопи;
скручування коліна;
больові прийоми на пальці;
больові прийоми в стійці.

5. Задущливі прийоми

1. Задущливий прийом – технічна дія атакуючого з проведенням захоплення шії атакованого з метою обмеження його дихання з подальшою втратою свідомості.

Задущливий прийом може виконуватися руками, за допомогою куртки, ногами у випадках, визначених цими Правилами.

Задущливий прийом руками дозволено проводити передпліччям та плечем руки, яка виконує атаку з допомогою іншої руки/ноги; при цьому скручування шийних хребців та здійснення повороту голови атакованого заборонено.

Задущливий прийом ногами дозволено проводити з обов'язковим захопленням ногами шії та руки суперника, захоплення ногами тільки шії заборонено цими Правилами; при цьому скручування шийних хребців та здійснення повороту голови атакованого заборонено.

Задущливий прийом за допомогою куртки дозволено проводити відворотом куртки або відворотом куртки та передпліччям руки, яка виконує атаку за допомогою іншої руки, із захопленням атакуючим куртки рукою та здійснення задущення атакованого шії зверху, ззаду, збоку; при цьому скручування шийних хребців та здійснення повороту голови атакованого заборонено.

Рефері з метою запобігання травмуванню спортсмена має право зарахувати задущливий прийом, не очікуючи сигналу атакованого про здачу.

2. Виконання задущливого прийому припиняється якщо:

1) закінчився час, відведений для виконання задущливого прийому, час у партері або час поєдинку;

2) відсутні активні дії спортсменів щодо проведення задущливого прийому;

3) рефері поєдинку з метою уникнення травми спортсмена прийняв рішення щодо зарахування задушливого прийому без здачі атакованого;

4) у разі задушливого прийому атакований піднімається у стійку (стає на ноги).

3. Контрольованим задушливим прийомом вважається прийом, під час проведення якого атакуючий застосовує дозволені захвати та дії, плавно («не ривком») наращує зусилля, залишаючи супернику можливість здатися.

4. Залежно від рівня змагань та вікової категорії учасників встановлюються обмеження щодо виконання задушливих прийомів у партері:

1) молодші юнаки та дівчата (7–8 років) – задушливі прийоми заборонено;
 2) молодші юнаки та дівчата (9–10 років) – задушливі прийоми заборонено;
 3) молодші юнаки та дівчата (11–12 років) – дозволено задушливі прийоми шиї з рукою атакованого, відворотом куртки;

4) юнаки та дівчата (13–14 років) – дозволено задушливі прийоми руками атакуючого шиї з рукою атакованого, відворотом куртки;

5) юніори та юніорки (15–17 років) – дозволено задушливі прийоми руками атакуючого шиї з рукою атакованого, відворотом куртки, задушливі прийоми руками та передпліччями з положення ззаду (без скручування шиї атакованого), ногами;

6) дорослі (18 років і старші) – дозволено задушливі прийоми руками, курткою, ногами.

5. Для всіх вікових категорій заборонено: задушливі прийоми, пов'язанні зі скручуванням шиї.

6. Утримання

1. Утримання – технічна дія у партері, внаслідок якої атакуючий, притискаючи грудьми тулуб атакованого, певний час примушує суперника лежати на майданчику та фіксує його в положенні "лежачи" на спині, животі, боці протягом 3 с.

Початок утримання фіксує рефері на майданчику жестом правої руки, тримаючи її над спортсменами долонею донизу та подає команду "Утримання!".

При цьому лівою рукою горизонтально в напрямку від грудей виконує три зворотно поступальні рухи (відраховує 3 с). Зафіксувавши виконання утримання спортсменом впродовж 3 с, рефері голосом подає команду "Утримання зараховано!". Якщо утримання не зараховано, рефері фіксує відсутність оцінки жестом ("Нічого") – розводить руки в боки.

У випадках, визначених цими Правилами та Положенням, здійснення утримання в поєдинку оцінюється одному спортсмену один раз за один партер.

2. Утриманням вважається контрольованим у разі його здійснення дозволеними захватами та діями:

- 1) утримання збоку із захопленням руки та голови;
- 2) утримання з боку голови;
- 3) тримання верхи з боку ніг або з боку голови;
- 4) утримання поперек;
- 5) утримання зверху "Маунтінг".

7. Клінч

Клінч – техніка утримання суперника в стійці із захопленням обома руками його тулуба за плечі або з руками, захоплення обома руками тулуба суперника під руками, захоплення обома руками шії з руками (рукою) суперника. Час у клінчі може бути обмежений часом згідно з цими Правилами.

8. Нокдаун і нокаут

1. Нокдаун – стан спортсмена, що характеризується обмеженою обороноздатністю та частковою втратою функціональних можливостей для продовження поєдинку внаслідок отриманого удару або після кидка протягом наступних 8 с. Нокдаун може супроводжуватися втратою координації, больовим шоком та іншим станом, що залежить від дій, якими було досягнуто нокдауну.

2. Нокаут – стан спортсмена, що характеризується повною втратою здатності продовжувати поєдинок внаслідок отримання удару або після кидка протягом 10 с.

Нокаут може супроводжуватися непритомністю, больовим шоком, втратою координації та іншими станами, що залежить від дій, якими було досягнуто нокауту.

3. Технічний нокаут – стан спортсмена, що характеризується втратою здатності продовжувати поєдинок внаслідок отриманої травми, проведення больового прийому, фіксації задушливого прийому чи інших причин згідно з цими Правилами.

4. Спортсмену, що перебуває у стані нокауту, допомогу на майданчику надає лікар, секунданти діють за вказівками лікаря. Питання щодо необхідності госпіталізації учасника вирішує лікар змагань.

9. Час поєдинків

Час проведення поєдинків регламентується за віковими групами та має такий хронометраж:

- молодші юнаки та дівчата 7–8 років – 2 раунди x 45 с;
- молодші юнаки та дівчата 9–10 років – 2 раунди x 1 хв;
- молодші юнаки та дівчата 11–12 років – 2 раунди x 1,5 хв;
- юнаки та дівчата 13–14 років – 2 раунди x 1,5 хв / 3 раунди x 1 хв;
- юніори та юніорки 15–16 років – 2 раунди x 1,5 хв / 3 раунди x 1,5 хв;
- юніори та юніорки 17 років – 2 раунди x 2 хв / 3 раунди x 2 хв;
- дорослі 18 років і старші – 2 раунди x 3 хв / 3 раунди x 2 хв.

VII. Легкий контакт – розділи змагань

1. Атак-тест

1. Атак-тест – розділ змагань із комбат самозахист ІСО демонстраційно-прикладного комплексу техніки самозахисту, що складається з трьох раундів, тривалість яких визначено главою 1 цього розділу залежно від вікової групи спортсменів та перервою між ними 30 с. Це поєдинок між двома спортсменами в стійці, які за чергою, згідно з протоколом змагань, демонструють техніку володіння прийомками самозахисту із залученням асистента. Змагання проводять серед спортсменів однієї вікової групи без розподілу на вагові категорії. Місце

проведення поєдинку – майданчик (борцівський килим) розміром 6 х 6 м або 8 х 8 м, завтовшки не менше 3 см.

2. У цьому розділі передбачено такі раунди:

1) 1 раунд (панч-тест) – демонстрація ударів лап руками та ліктями в поєднанні з захистом;

2) 2 раунд (кік-тест) – демонстрація ударів лап ногами і колінами в поєднанні з захистом;

3) 3 раунд (реслінг-тест) – демонстрація техніки кидків із можливим продовженням демонстрації технічних дій в партері: утримань, больових та задушливих прийомів.

Спортсмен, який набрав більше балів, виходить у наступне коло змагань. Можливе виконання обов'язкових технічних дій, визначених та затверджених суддівською колегією, які зобов'язані виконати учасники, про що зазначається в Положенні.

Екіпірування спортсмена:

кімоно з поясом відповідного ступеня;

штани або шорти;

лапи для асистента.

Спортсменам забороняється одягати будь-які тверді чи металеві предмети (ланцюжки, сережки, кільця, годинники тощо).

3. Склад суддівської бригади:

1) старший суддя майданчика;

2) три бокові судді;

3) суддя-хронометрист;

4) секретар.

Суддівство атак-тест проводиться відкритим способом у складі трьох суддів за 10-бальною системою. Перед прийняттям рішення кожен суддя має звернути увагу на раціональність системи рухів, яка забезпечує максимальну ефективність рухової дії, якість виконання технічних дій, силу, швидкість, концентрацію, рівновагу, складність дій.

4. Оцінювання техніки виконання прийомів самозахисту, за що знімається:

- 1) втрата рівноваги спортсменом – 1 бал;
- 2) повільне виконання техніки – 1 бал;
- 3) нечіткість під час виконанні основної техніки – 1 бал;
- 4) невиконання обов'язкової техніки – 1 бал;
- 5) явна пауза або зупинення виконання – 1 бал;
- 6) перешкоджання функціям суддів або вихід за межі майданчика – 1 бал.

5. Під час ведення виступу та до його початку заборонено такі дії:

- 1) завдавати будь-яких ударів у повний контакт у тіло асистента;
- 2) здійснювати неконтрольовані дії;
- 3) виходити за майданчик;
- 4) сперечатися із суддями;
- 5) не виконувати команди судді;
- 6) без дозволу судді розмовляти на майданчику;
- 7) спізнюватися з виходом на майданчик;
- 8) некоректна поведінка щодо суддів, суперників, глядачів;
- 9) одягати прикраси, годинники, ланцюжки.

6. Покарання за порушення цих Правил під час виступу:

- 1) перше порушення (ненавмисне порушення) – усне зауваження;
- 2) друге порушення – перше попередження, знімається 1 бал;
- 3) третє порушення – друге попередження, знімається 2 бали;
- 4) четверте порушення – третє попередження, знімається 3 бали;
- 5) п'яте порушення – дискваліфікація спортсмена.

У разі грубого навмисного порушення спортсменом цих Правил, що призвело до травмування суперника, рефері має право дискваліфікувати спортсмена в будь-який час поєдинку без оголошення трьох попереджень.

7. Загальні підсумки виступу учасника визначаються за сумою балів, отриманих за кожен раунд. У протоколі фіксуються оцінки за три раунди, сума трьох оцінок за кожний раунд і загальний підсумок за три раунди. Перемагає спортсмен, який набрав найбільше балів.

Якщо спортсмени отримали однакову кількість балів, переможець визначається рішенням суддівської колегії – більшістю голосів її членів.

Перевагу отримує спортсмен, який демонстрував більш різноманітну техніку з більшою швидкістю, точністю, складністю.

За рішенням суддівської колегії можливе визначення переможців у віковій категорії за кількістю набраних балів. У такому разі перемагають спортсмени, які набрали відповідно найбільше балів за виступ у категорії.

2. Показові форми

1. Показові форми – розділ змагань із комбат самозахист ІСО, в якому спортсмен виконує технічні комплекси прийомів самозахисту, що демонструють техніку бою з одним чи кількома уявними суперниками, шляхом виконання показових форм протягом одного раунду.

2. Змагання у розділі "Показові форми" проводяться за сімома віковими групами окремо (в окремих випадках юніори можуть об'єднуватися з дорослими за рішенням суддівської колегії) як для чоловіків, так і для жінок:

1) жорсткий стиль (ката японський, корейський, комплекси муай боран, тайландський та інші стилі);

2) м'який стиль (технічні комплекси бойових стилів);

3) жорсткий стиль зі зброєю (використовуються спортивна зброя ката, саї, тонфа, нунчаки, бо, катана тощо);

4) м'який стиль зі зброєю (використовуються спортивна зброя нагината, нунчаки, меч тай (чи чуан), ланцюг, довга палиця (ву шу), два мечі, загнутий меч, два загнуті мечі, шаблі та інші види спортивної холодної зброї);

5) вільні музичні вправи (демонстрація спортсменом прийомів самозахисту без зброї та акробатичних елементів у вільній послідовності під музичну фонограму тривалістю 1 хв);

6) вільні музичні вправи зі зброєю (демонстрація прийомів самозахисту зі спортивною зброєю та акробатичних елементів у вільній послідовності під музичну фонограму тривалістю 1 хв). Це поєдинок між двома спортсменами, які

за чергою згідно з протоколом змагань демонструють показові форми. Спортсмен, який набрав більше балів, виходить у наступне коло змагань.

Змагання проводяться серед спортсменів однієї вікової групи без розподілу на вагові категорії. Місце проведення поєдинку – майданчик (борцівський килим) розміром 8 x 8 м, завтовшки не менше 2 см.

Спортсмен заявляє про вибір показової форми на суддівському столі до початку кожного кола. Спортсмени виконують у кожному колі різні показові форми. Перед початком виконання спортсмен називає голосно ім'я та прізвище, оголошує назву показової форми (якщо є загальноприйнята назва).

Екіпірування спортсмена:

- одяг традиційний для бойових мистецтв;
- макет зброї (для показових форм зі зброєю).

Спортсменам не дозволяється одягати будь-які тверді чи металеві предмети (ланцюжки, сережки, кільця, годинники тощо).

3. Склад суддівської бригади:

- 1) старший суддя майданчика;
- 2) три бокові судді;
- 3) суддя-хронометрист;
- 4) секретар.

Суддівство показових форм проводиться відкритим способом у складі трьох суддів за 10-бальною системою. Під час оцінювання техніки рухової дії суддя враховує відповідність використання актуальних рухів у показовій формі, технічне виконання стійки, техніки, проміжні рухи, розрахунок часу (синхронізацію), правильне дихання, зосередженість, складність представлених технік, силу, швидкість, баланс, ритм. Виконання оцінюється від уклону, яким починається показова форма, до уклону, яким закінчується показова форма.

4. Оцінювання техніки виконання показової форми:

- 1) виконання невірної показової форми чи оголошення невірної показової форми – балів не присуджується;
- 2) відсутність уклону на початку та після закінчення виконання показової

форми – знімається 1 бал;

3) явна пауза чи зупинення виконання – знімається 1 бал;

4) перешкоджання функціям суддів (примус судді посунутися з міркувань безпеки або фізичний контакт із суддею) або вихід за межі майданчика – знімається 1 бал;

5) падіння пояса в процесі виконання показової форми – знімається 1 бал;

6) втрата балансу – знімається 1 бал;

7) неправильне або нечітке виконання руху – знімається 1 бал;

8) неправильне видихання – знімається 1 бал;

9) повільне виконання техніки – знімається 1 бал;

10) різні місця на майданчику початку та закінчення показової форми – знімається 1 бал.

5. Під час ведення виступу та до його початку забороняється:

1) сперечатися з суддями;

2) не виконувати команди судді;

3) розмовляти на майданчику без дозволу судді;

4) спізнюватися з виходом на майданчик;

5) некоректно поводитись щодо суддів, суперників, глядачів;

6) одягати прикраси, годинники, ланцюжки.

6. Покарання за порушення цих Правил під час виступу:

1) перше порушення (ненавмисне порушення правил) – усне зауваження;

2) друге порушення – перше попередження, знімається 1 бал;

3) третє порушення – друге попередження, знімається 2 бали;

4) четверте порушення – третє попередження, знімається 3 бали;

5) п'яте порушення – дискваліфікація спортсмена.

У разі грубого навмисного порушення цих Правил, що призвело до травмування суперника, рефері має право дискваліфікувати спортсмена - порушника у будь-який час поєдинку без оголошення трьох попереджень.

7. Загальні підсумки виступу учасника визначаються за сумою балів, отриманих від кожного судді. У протоколі фіксується сума трьох оцінок суддів.

Перемагає спортсмен, який набрав найбільше балів, він переходить до наступного кола змагань.

Якщо спортсмени отримали однакову кількість балів, переможець визначається рішенням суддівської бригади – більшістю голосів її членів. Перевагу отримує спортсмен, який виконав більш складну показову форму з більшою швидкістю, синхронністю рухів, зосередженістю.

3. Прикладний комбат

1. Прикладний комбат – розділ змагань із комбат самозахист ІСО демонстраційно-прикладного комплексу, що складається із чотирьох раундів, у яких спортсмен демонструє прийоми самозахисту з використанням асистента (асистентів). Це поєдинок між двома спортсменами, які по черзі, відповідно до протоколу змагань, демонструють технічні дії зі своїми асистентами згідно із цими Правилами. Змагання проводяться серед спортсменів однієї вікової групи без розподілу на вагові категорії. Місце проведення поєдинку – майданчик (борцівський килим) розміром 8 x 8 м, завтовшки не менше 3 см. Згідно із цими Правилами можлива демонстрація техніки ударів руками, ногами, кидків, звільнення від захватів, техніки самозахисту від нападу зі зброєю, які визначаються та затверджуються суддівською колегією письмово у вигляді білетів або усно. У такому разі технічні прийоми, які спортсмен має виконати, оголошує спортсмену рефері під час поєдинку.

2. У цьому розділі передбачаються такі раунди:

- 1) 1 раунд (панч-кік-тест) – демонстрація захисних дій від ударів (руками, ліктями, головою, ногами, колінами);
- 2) 2 раунд (реслінг-тест) – демонстрація кидків та захисних дій від захватів, обхватів;
- 3) 3 раунд – демонстрація захисних дій від ударів із використанням зброї (палки, макетів ножа, пістолета, автомата, саперної лопатки та інших підручних засобів);

4) 4 раунд – демонстрація захисних дій від атак кількох нападників, демонстрація прийомів затримання, супроводу, догляду.

Можливе визначення обов'язкових технічних дій, затверджених суддівською колегією, які зобов'язані виконати учасники.

3. Технічні дії, які застосовуються у розділі:

- 1) захист від ударів руками і ногами;
- 2) захвати на удушення та захист від них;
- 3) захист від захватів і обхватів;
- 4) удари ножем, палицею, саперною лопаткою, погрози пістолетом та захист від них;
- 5) штиковий бій – напад і захист;
- 6) захист від ударів важким предметом;
- 7) використання підручних засобів або явищ навколишнього середовища;
- 8) взаємодопомога та виручка;
- 9) захист від нападу в лежачому стані;
- 10) захист від кількох нападників;
- 11) затримання та супровід;
- 12) огляд затриманого;
- 13) зв'язування;
- 14) спеціальні прийоми прикладного розділу комбата;
- 15) больові прийоми.

Екіпірування спортсмена:

куртка (куртка, кімоно з поясом відповідного ступеня);

спортивні штани;

шолом закритого типу;

жилет;

паховий протектор на асистентах.

Спортсменам заборонено одягати будь-які тверді чи металеві предмети (ланцюжки, сережки, кільця, годинники тощо).

4. Склад суддівської бригади:

- 1) старший суддя майданчика;
- 2) рефері;
- 3) три бокові судді;
- 4) суддя-хронометрист;
- 5) секретар.

Суддівство прикладного комбату здійснюється відкритим способом у складі трьох суддів за 10-бальною системою. Перед прийняттям рішення кожен суддя має звернути увагу на раціональність системи рухів, яка забезпечує максимальну ефективність, якість виконання технічних дій, силу, швидкість, концентрацію, рівновагу, складність дій.

5. Оцінювання техніки виконання прийомів, якщо спортсмен:

- 1) допускає нечіткість під час виконання в деталях техніки – знімається 1 бал;
- 2) втрачає рівновагу – знімається 1 бал;
- 3) втратив контроль над суперником – знімається 1 бал;
- 4) повільно виконує техніку – знімається 1 бал;
- 5) допускає нечіткість під час виконання основної техніки (що не впливає на смислову суть дії) – знімається 1 бал;
- 6) допускає помилки в основі техніки, які впливають на смислову суть дії, але при цьому рухову дію доведено до логічного закінчення – знімається 2 бали;
- 7) не виконав дії або виконав дію не ту, що була поставлена перед ним суддею, якщо виникла загроза ураження життєво важливих зон (поранення ножем, пострілом) – знімається 3 бали.

6. Під час ведення виступу та до його початку заборонено:

- 1) завдавати будь-яких ударів у повний контакт у тіло асистента;
- 2) здійснювати неконтрольовані дії;
- 3) виходити за майданчик;
- 4) сперечатися із суддями;
- 5) не виконувати команд судді;
- 6) розмовляти на майданчику без дозволу судді;

- 7) спізнюватися з виходом на майданчик;
- 8) некоректно поводитись щодо суддів, суперників, глядачів;
- 9) одягати прикраси, годинники, ланцюжки тощо.

7. Покарання за порушення цих Правил під час виступу:

- 1) перше порушення (ненавмисне порушення) – усне зауваження;
- 2) друге порушення – перше попередження, знімається 1 бал;
- 3) третє порушення – друге попередження, знімається 2 бали;
- 4) четверте порушення – третє попередження, знімається 3 бали;
- 5) п'яте порушення – дискваліфікація спортсмена.

У разі грубого навмисного порушення цих Правил, що призвело до травмування суперника, рефері має право дискваліфікувати спортсмена - порушника у будь-який час поєдинку без оголошення трьох попереджень.

8. Загальні підсумки виступу учасника визначаються за сумою балів, отриманих від кожного судді. У протоколі фіксується сума трьох оцінок суддів. Перемагає спортсмен, який набрав найбільше балів. Він переходить до наступного кола змагань.

Якщо спортсмени отримали однакову кількість балів, переможець визначається рішенням суддівської бригади – більшістю голосів її членів.

Перевагу отримує спортсмен, який продемонстрував більш ефективну техніку самозахисту, швидше, застосував різноманітніші прийоми, краще контролював дії суперника.

Якщо змагання проводяться за програмою, де демонстрація техніки ударів руками, ногами, кидків, звільнення від захватів, техніки самозахисту від нападу зі зброєю визначаються та затверджуються суддівською колегією, за рішенням суддівської колегії можливе визначення переможців у віковій категорії за кількістю набраних балів. У такому разі перемагають спортсмени, які набрали відповідно найбільшу кількість балів за виступ у віковій категорії.

4. Сейф поінт

1. Сейф поінт – розділ змагань із комбат самозахист ІСО, який проводиться за правилами "олімпійського фехтування поінт" із зупиненням бою після кожної першої точної технічної дії (удар, кидок або добивання), виконаної спортсменом. Це поєдинок, що складається з двох раундів між двома спортсменами з метою отримання більшої кількості очок за виконані удари та кидки згідно з цими Правилами. Технічні дії, що призводять до нокауту, дозволено серед дорослих. Місце проведення поєдинку – майданчик (борцівський килим) розміром 6х6 м або 8х8 м, завтовшки не менше 3 см.

Екіпірування спортсмена включає:

кімоно з поясом відповідного ступеня;

спортивні штани;

шолом закритого типу (сейф);

боксерські рукавиці вагою не менше 284 г (10 унцій) (340 г (12 унцій) для вагових категорій від 80 кг);

протектор гомілки та підйому стопи (завтовшки від 10 мм і має відповідати розміру ступні);

протектор на пах (обов'язковий до застосування), що одягається під штани (шорти) і має відповідати розміру;

м'який протектор (жилет) на груди;

капу.

Спортсменам заборонено одягати будь-які тверді чи металеві предмети (ланцюжки, сережки, кільця, годинники тощо).

До початку змагань захисне спорядження обов'язково мають перевірити бокові судді чи рефері.

Якщо спортсмен виходить на майданчик без будь-якого з перелічених елементів екіпіровки або з будь-якими порушеннями в ній, з невідповідністю вимогам, за вказівкою бокового судді або рефері він зобов'язаний усунути це порушення протягом 1 хв. В цьому разі спортсмен отримує перше

попередження (1 очко супернику). Відлік часу фіксується суддею-хронометристом за командою рефері.

2. Оцінюються тільки дозволені цими Правилами технічні дії. Оцінюється "чистий", повністю контрольований і правильно виконаний прийом.

Присудження очок базується на проведенні прийому з потрібними силою та швидкістю, що не призводить до оглушення, калічення чи іншого значного ушкодження суперника.

Прийоми, результатом яких є лише легке торкання або ковзання (чиркання) дозволеною для контакту зони, не оцінюються.

Очок не присуджується, якщо після проведення кидка суперник не торкнувся будь-якою частиною тіла поверхні підлоги, окрім ніг.

Після визначення результативного прийому бій зупиняється за командою рефері "Стоп!". Прийом оцінюють усі судді, які перебувають на майданчику, та рефері. Бокові судді та рефері мають один голос кожний.

Виконані з добре акцентованою технікою удару зустрічні дії рукою чи ногою оцінюються обопільно.

Рефері негайно зупиняє бій командою "Стоп!", якщо бачить результативний прийом. Водночас бокові судді оцінюють цей прийом і жестом показують рефері кількість очок та спортсмена автора прийому.

Рефері підраховує голоси суддів, включаючи свій, визначає спортсмена, що набрав більшу кількість голосів для присудження очок.

Якщо один з бокових суддів побачив результативний прийом, він подає сигнал рефері, вказуючи рукою на автора прийому. Рефері командою "Стоп!" зупиняє бій. Усі судді, включаючи рефері, оцінюють виконану дію.

Кількість очок демонструють пальцями руки в бік знаходження спортсмена, що їх заробив. Присудження очок відбувається у випадку, коли щонайменше два голоси віддано за будь-якого спортсмена.

Якщо більше двох голосів віддано на користь одного з суперників, він отримує очко, зважаючи на абсолютну більшість голосів.

Якщо два судді фіксують одночасне присудження однакової кількості очок обом спортсменам, а третій суддя чи рефері показує в бік тільки одного з них, він отримує очко, зважаючи на перевагу голосів.

Якщо рефері та один суддя показують дві підняті руки (очко обом спортсменам), а третій суддя показує очко одному, рішенням рефері очко присуджується обом спортсменам.

Якщо в обох учасників однакова кількість голосів, їм обом присуджуються очки.

Якщо два судді (включаючи рефері) не фіксують присудження очок жодному зі спортсменів, а третій суддя (рефері) фіксує очко, очки не може бути нараховано тільки на думку одного судді.

Якщо боковий суддя бачив якісь інші дії, він жестами показує їх: "очки не нараховуються", "удар нижче пояса", "не бачив" тощо.

3. Нарахування очок:

1) 3 очки – нокдаун;

2) 2 очки – бекфіст (рукою з розвороту в голову), удар ногою в голову, амплітудний кидок;

3) 1 очко – удар рукою в голову та корпус, удар ногою у ногу, удар ногою в корпус, удар коліном в корпус, кидок, добивання рукою в такт після кидка.

Спортсмен не може отримати очко та попередження одночасно.

Закінчення часу фіксують офіційні особи на майданчику та подають голосом, зокрема командою "Стоп, тайм!". Рахунок оголошує голосом суддя-інформатор, а за його відсутності – старший суддя.

Якщо в основний час бою рахунок рівний, дається додатковий раунд тривалістю 60 с. Якщо протягом додаткового раунду також не визначили переможця, бій триває до першої оціненої технічної дії без відліку часу.

4. Покарання за порушення цих Правил:

1) перше порушення (ненавмисне порушення) – усне зауваження;

2) друге порушення – перше попередження, суперник отримує 1 очко;

3) третє порушення – друге попередження, суперник отримує 2 очки;

- 4) четверте порушення – третє попередження, суперник отримує 3 очки;
- 5) п'яте порушення – дискваліфікація спортсмена.

За умисне порушення цих Правил рефері надає попередження.

Попередження за вихід за межі майданчика визначається окремо від інших попереджень. Виходом за межі майданчика вважається умисний вихід (вибігання) спортсмена за межі майданчика двома ногами з метою уникнення атаки суперника.

5. Покарання за виходи за межі майданчика:

- 1) перший вихід – усне зауваження;
- 2) другий вихід – перше попередження, суперник отримує 1 очко;
- 3) третій вихід – друге попередження, суперник отримує 2 очки;
- 4) четвертий вихід – третє попередження, суперник отримує 3 очки;
- 5) п'ятий вихід – дискваліфікація спортсмена.

У разі грубого навмисного порушення цих Правил, що призвело до травмування суперника, рефері має право дискваліфікувати спортсмена, що порушив ці Правила, у будь-який час поєдинку без оголошення трьох попереджень.

6. Під час поєдинку та до його початку забороняється:

- 1) завдавати ударів:
 - у потилицю, хребет, горло, пах;
 - у суглоби проти їх природного згинання;
 - відкритою рукавицею;
 - ліктем та передпліччям;
 - коліном у голову;
 - головою;
- 2) здійснювати неконтрольовані дії;
- 3) виходити за межі майданчика;
- 4) сперечатися із суддями;
- 5) не виконувати команд судді;
- 6) розмовляти на майданчику без дозволу судді;

- 7) спізнюватися з виходом на майданчик;
- 8) некоректно поводитись щодо суддів, суперників, глядачів;
- 9) одягати прикраси, годинники, ланцюжки;
- 10) застосовувати больові та задущливі прийоми;
- 11) кидати суперника на голову;
- 12) кидати захватом за голову двома руками (без захоплення руки чи куртки);
- 13) ухилятися від ведення поєдинку;
- 14) кусатися, дряпатися, щипатися;
- 15) випльовувати капю;
- 16) вести пасивний або фіктивний бій;
- 17) натирати обличчя та руки вазеліном чи іншими подібними засобами;
- 18) носити бороду або вуса нижче лінії верхньої губи;
- 19) розфарбовувати обличчя;
- 20) відмовлятися від рукостискання із суперником.

7. Основні суддівські жести:

- 1) "не бачив" – закрити очі долонями;
- 2) "нічого" – розвести руки в боки;
- 3) "обопільна результативна атака" – приставити кулаки один до одного;
- 4) "удар нижче пояса" – показати рукою пояс і вказати вниз;
- 5) "обмін безрезультатними ударами, захвати (метушня)" – крутити руку через руку;

- 6) "вихід за межі майданчика" – підняти руку вгору та зробити відмашку.

8. Переможцем оголошують спортсмена, який набрав більшу кількість очок за виконані технічні дії на час закінчення поєдинку або першим набрав різницю в 5 очок.

5. Сейф поінт зі зброєю

1. Сейф поінт зі зброєю – розділ змагань з комбат самозахист ІСО, який проводиться за правилами "олімпійського фехтування поінт" із зупиненням

бою після кожної першої точної атаки зброєю (удар зверху в низ, колючий удар), виконаної спортсменом. Поєдинок складається з двох раундів між двома спортсменами з метою отримання більшої кількості очок за виконані удари згідно з цими Правилами.

Під час змагань використовують тренувальну спортивну зброю (електронні ножі, макети мечів, палиці).

Екіпірування спортсмена включає:

футболку з шортами або спортивні штани з кімоно та поясом відповідного ступеня;

шолом закритого типу (сейф) з пластиковим або металевим елементом захисту обличчя;

протектор на пах (обов'язковий до застосування), що одягається під штани (шорти) і має відповідати розміру;

м'який протектор (жилет) на груди.

2. Нарахування очок:

1) 3 очки – нокдаун;

2) 2 очки – удар у голову, удар у корпус;

3) 1 очко – колючий удар у голову, колючий удар у корпус, рублячий удар руки, рублячий удар ноги;

4) за втрату зброї суперник отримує 1 очко;

5) інші вимоги до проведення змагань з сейф-поінт зі зброєю такі, як і до змагань з сейф поінт.

6. Сейф комбат

1. Сейф комбат – розділ змагань з комбат самозахист ІСО, в якому дозволено виконувати удари, кидки та утримання. Поєдинок складається з двох раундів з метою отримання більшої кількості очок за виконані удари та кидки згідно з цими Правилами. У голову допускаються тільки контрольовані, дозовані, навідмах удари руками в легкому контакті. Серії більше трьох ударів поспіль руками в голову, які влучили в ціль, присікаються рефері. Технічні дії,

які призводять до нокауту, дозволено серед дорослих. Місце проведення поєдинку – майданчик.

Екіпірування спортсмена включає:

кімоно з поясом відповідного ступеня;

спортивні штани;

шолом закритого типу (сейф);

рукавиці боксерські вагою не менше 284 г (10 унцій) (340 г (12 унцій) для вагових категорій від 80 кг) або відкриті з пальцями для захватів – не менше 227 г (8 унцій) (170 г (6 унцій) для молодших юнаків);

протектор гомілки та підйому стопи завтовшки від 10 мм, який має відповідати розміру ступні;

протектор на пах (обов'язковий до застосування), що одягається під штани (шорти) і має відповідати розміру;

м'який протектор (жилет) на груди;

капу.

Спортсменам заборонено одягати будь-які тверді чи металеві предмети (ланцюжки, сережки, кільця, годинники тощо).

До початку поєдинку захисне спорядження мають обов'язково перевірити бокові судді чи рефері. Якщо спортсмен виходить на майданчик без будь-якого з перелічених елементів екіпіровки, з порушеннями в ній, з невідповідністю вимогам, за вказівкою бокового судді чи рефері він зобов'язаний усунути таке порушення протягом 1 хв. У цьому разі спортсмен отримує перше попередження (1 очко супернику). Відлік часу фіксує суддя-хронометрист за командою рефері.

Оцінюються тільки дозволені цими Правилами технічні дії. Оцінюється "чистий", повністю контрольований і правильно виконаний прийом.

2. Нарахування очок:

1) 3 очки – нокдаун;

2) 2 очка – рукою з розвороту в голову, удар ногою в голову, амплітудний кидок;

3) 1 очко – удар рукою в голову та корпус, удар ногою у ногу, удар ногою в корпус, удар коліном в корпус, кидок, добивання рукою в такт після кидка, утримання в партері.

3. Покарання за порушення цих Правил:

- 1) перше порушення (ненавмисне порушення) – усне зауваження;
- 2) друге порушення – перше попередження, суперник отримує 1 очко;
- 3) третє порушення – друге попередження, суперник отримує 2 очки;
- 4) четверте порушення – третє попередження, суперник отримує 3 очки;
- 5) п'яте порушення – дискваліфікація спортсмена.

За умисне порушення рефері надає попередження.

У разі відкриття рефері спортсмену рахунку (нокдаун), боковий суддя знімає одне очко та фіксує результат у суддівській записці.

Попередження за виходи за межі майданчика виносяться та фіксуються окремо від інших попереджень. Вихід за межі майданчика – умисне вибігання (вихід) спортсмена за межі майданчика двома ногами або виповзання в партері поясом за межі майданчика з метою уникнення атаки суперника.

4. Покарання за виходи за межі майданчика:

- 1) перший вихід – усне зауваження;
- 2) другий вихід – перше попередження, суперник отримує 1 очко;
- 3) третій вихід – друге попередження, суперник отримує 2 очки;
- 4) четвертий вихід – третє попередження, суперник отримує 3 очки;
- 5) п'ятий вихід – дискваліфікація спортсмена.

У разі грубого навмисного порушення, що призвело до травмування суперника, рефері має право дискваліфікувати спортсмена в будь-який час поєдинку без оголошення трьох попереджень.

5. Під час поєдинку та до його початку заборонено:

- 1) завдавати удари:
 - у потилицю, хребет, горло, пах;
 - у суглоби проти їх природного згинання;
 - відкритою рукавицею;

ліктем та передпліччям;

коліном у голову;

головою;

2) здійснювати неконтрольовані дії;

3) виходити за межі майданчика;

4) сперечатися із суддями;

5) не виконувати команд судді;

6) розмовляти на майданчику без дозволу судді;

7) спізнюватися з виходом на майданчик;

8) некоректно поводитись щодо суддів, суперників, глядачів;

9) одягати прикраси, годинники, ланцюжки;

10) застосовувати больові та задушливі прийоми;

11) кидати суперника:

на голову;

захватом за голову двома руками (без захоплення руки або куртки);

12) ухилятися від ведення поєдинку;

13) кусатися, дряпатися, щипатися;

14) випльовувати капю;

15) вести пасивний або фіктивний бій;

16) натирати обличчя та руки вазеліном чи іншими подібними засобами;

17) розфарбовувати обличчя;

18) відмовлятися від рукостискання з суперником.

Переможцем визнається спортсмен, який після закінчення бою отримав перемогу від більшості бокових суддів на підставі більшої кількості набраних очок (за сумою очок) за виконані технічні дії, які фіксуються в суддівських записках. Якщо після закінчення поєдинку переможця не визначено, проводять екстра-раунд (1 хв.), в якому бокові судді обов'язково мають визначити переможця.

7. Лайт комбат

1. Лайт комбат – розділ змагань з комбат самозахист ІСО, в яких дозволено виконувати контрольовані технічні дії між двома спортсменами з метою отримання більшої кількості очок за виконані удари згідно з цими Правилами.

Під час поєдинку спортсменам дозволено завдавати:

одиначних ударів руками та ногами в голову;

одиначних ударів та серій ударів руками та ногами в корпус.

У лайт контакті в голову допускаються тільки контрольовані, дозовані, навідмах удари руками. Місце проведення поєдинку – майданчик розміром 6 x 6 м або 8 x 8 м, завтовшки не менше 2 см.

Екіпірування спортсмена включає:

футболку, заправлену в штани;

спортивні штани;

шолом відкритого типу;

рукавиці боксерські вагою не менше 284 г (10 унцій) (340 г (12 унцій) для вагових категорій від 80 кг);

протектор гомілки та підйому стопи завтовшки від 10 мм, який має відповідати розміру ступні;

протектор на пах (обов'язковий до застосування), що одягається під штани (шорти) та має відповідати розміру;

м'який протектор (жилет) на груди;

капу.

До початку поєдинку захисне спорядження мають обов'язково перевірити бокові судді чи рефері.

Якщо спортсмен виходить на ринг без будь-якого з перелічених елементів екіпіровки, з порушеннями в ній, з невідповідністю вимогам, за вказівкою бокового судді чи рефері він має усунути таке порушення протягом 1 хв. При цьому спортсмен отримує перше попередження. Відлік часу фіксує суддя-хронометрист за командою рефері.

2. Нарахування очок:

- 1) 2 очки –рукою з розвороту в голову, удар ногою в голову;
- 2) 1 очко – удар рукою в голову та корпус, удар ногою в корпус.

3. Під час поєдинку та до його початку заборонено:

1) завдавати ударів:

у потилицю, хребет, горло, пах;

нижче поясу;

відкритою рукавицею;

ліктем та передпліччям;

коліном;

головою;

2) кидати суперника;

3) здійснювати неконтрольовані дії;

4) сперечатися із суддями;

5) не виконувати команд судді;

6) розмовляти на ринзі без дозволу судді;

7) спізнюватися з виходом на ринг;

8) некоректно поводитись щодо суддів, суперників, глядачів;

9) одягати прикраси, годинники, ланцюжки;

10)застосовувати больові та задушливі прийоми;

11) ухилятися від ведення поєдинку;

12) кусатися, дряпатися, щипатися;

13) випльовувати капю;

14) вести пасивний або фіктивний бій;

15) натирати обличчя та руки вазеліном чи іншими подібними засобами;

16) розфарбовувати обличчя;

17) відмовлятися від рукостискання із суперником.

4. Покарання за порушення цих Правил:

1) перше порушення (ненавмисне порушення) – усне зауваження;

2) друге порушення – перше попередження, знімається 1 очко за раунд;

- 3) третє порушення – друге попередження, знімається 1 очко за раунд;
- 4) четверте порушення – третє попередження, знімається 1 очко за раунд;
- 5) п'яте порушення – дискваліфікація спортсмена.

У разі грубого навмисного порушення, що призвело до травмування суперника, рефері має право дискваліфікувати спортсмена в будь-який час поєдинку без оголошення трьох попереджень.

5. За підсумками кожного раунду бічні судді визначають підсумковий рахунок у відповідних записках.

В разі відкриття рефері спортсмену рахунку (нокдаун) боковий суддя знімає одне очко та фіксує результат у суддівській записці.

Оцінюються тільки дозволені цими Правилами технічні дії. Переможцем визнають спортсмена, який після закінчення бою за сумою раундів має більшу кількість набраних очок, якого двоє з трьох (троє з трьох) суддів визнали переможцем. Якщо після закінчення поєдинку переможця не визначено, проводять екстра-раунд (1 хв.), в якому бокові судді визначають переможця.

8. Лоу комбат лайт

1. Лоу комбат лайт – розділ змагань з комбат самозахист ІСО, в якому дозволено виконувати контрольовані технічні дії між двома спортсменами з метою отримання більшої кількості очок за виконані удари згідно з цими Правилами.

2. Під час поєдинку спортсменам дозволено завдавати:

1) одиночні удари та серії ударів:

руками та ногами в голову;

руками та ногами в корпус;

ногами у ноги.

2) в голову тільки контрольовані, дозовані, навідмах удари руками в лайт контакт. Серії більше трьох ударів поспіль руками в голову, які влучили в ціль, присікаються рефері.

Місце проведення поєдинку – ринг стаціонарний розміром 6 х 6 м, майданчик розміром 6 х 6 м або 8 х 8 м, завтовшки не менше 2 см.

Екіпірування спортсмена включає:

футболку, заправлену в штани;

спортивні штани;

шолом відкритого типу;

рукавиці боксерські вагою не менше 284 г (10 унцій) (340 г (12 унцій) для вагових категорій від 80 кг);

протектор гомілки та підйому стопи завтовшки від 10 мм, який має відповідати розміру ступні;

протектор на пах (обов'язковий до застосування), що одягається в штани (шорти) і має відповідати розміру;

м'який протектор (жилет) на груди;

капу.

До початку поєдинку захисне спорядження мають обов'язково перевірити бокові судді чи рефері. Якщо спортсмен виходить на ринг без будь-якого з перелічених елементів екіпіровки, з порушеннями в ній, з невідповідністю вимогам, за вказівкою бокового судді чи рефері він має усунути таке порушення протягом 1 хв. При цьому спортсмен отримує перше попередження. Відлік часу фіксує суддя-хронометрист за командою рефері.

3. Нарахування очок:

1) 2 очка – рукою з розвороту в голову, удар ногою в голову;

2) 1 очко – удар рукою в голову та корпус, удар ногою в корпус, удар ногою у ногу.

4. Під час поєдинку та до його початку заборонено:

1) завдавати ударів:

у потилицю, хребет, горло, пах;

відкритою рукавицею;

ліктем та передпліччям;

коліном;

головою;

- 2) кидати суперника;
- 3) здійснювати неконтрольовані дії;
- 4) не виконувати команд судді;
- 5) розмовляти на ринзі без дозволу судді;
- 6) спізнюватися з виходом на ринг;
- 7) некоректно поводитись щодо суддів, суперників, глядачів;
- 8) одягати прикраси, годинники, ланцюжки;
- 9) застосовувати больові та задушливі прийоми;
- 10) ухилятися від ведення поєдинку;
- 11) кусатися, дряпатися, щипатися;
- 12) випльовувати капу;
- 13) вести пасивний або фіктивний бій;
- 14) натирати обличчя та руки вазеліном чи іншими подібними засобами;
- 15) розфарбовувати обличчя;
- 16) відмовлятися від рукоштовання із суперником.

5. Покарання за порушення цих Правил:

- 1) перше порушення (ненавмисне порушення правил) – усне зауваження;
- 2) друге порушення – перше попередження, знімається 1 очко за раунд;
- 3) третє порушення – друге попередження, знімається 1 очко за раунд;
- 4) четверте порушення – третє попередження, знімається 1 очко за раунд;
- 5) п'яте порушення – дискваліфікація спортсмена.

У разі грубого навмисного порушення, що призвело до травмування суперника, рефері має право дискваліфікувати спортсмена в будь-який час поєдинку без оголошення трьох попереджень.

6. За підсумками кожного раунду бокові судді визначають підсумковий рахунок у відповідних записках. Якщо рефері відкрив спортсмену рахунок (нокдаун), боковий суддя знімає одне очко та фіксує результат у суддівській записці.

Оцінюються тільки дозволені цими Правилами технічні дії. Переможцем визнають спортсмена, який після закінчення бою за сумою раундів має більшу кількість набраних очок, якого двоє з трьох (трос з трьох) суддів визнали переможцем. Якщо після закінчення поєдинку переможця не визначено, проводять екстра-раунд (1 хв.), в якому бокові судді визначають переможця.

9. К-1комбат лайт

1. К-1комбат лайт – розділ змагань з комбат самозахист ІСО, в якому дозволено виконувати контрольовані технічні дії між двома спортсменами з метою отримання більшої кількості очок за виконані удари згідно з цими Правилами.

2. Під час поєдинку спортсменам дозволено здійснювати:

1) одиночні удари та серії ударів:

руками та ногами в голову;

руками та ногами в корпус;

ногами у ноги;

2) удари коліном в корпус, у ноги;

3) прихвати кінцівок та клінч (3 с);

4) кидки з прихватом ноги та підсіканням під опорну ногу;

5) кидки з клінчу "скрутки".

У голову тільки контрольовані, дозовані, навідмах удари руками в лайт контакт. Серії більше трьох ударів поспіль руками в голову, які влучили в ціль, присікаються рефері.

Кидки з утриманням ноги та підсіканням під опорну ногу та кидки з клінчу "скрутки" оцінюються, якщо атакуючий залишився у стійці.

Місце проведення поєдинку – ринг стаціонарний розміром 6 х 6 м, майданчик розміром 6 х 6 м або 8 х 8 м, завтовшки не менше 2 см.

Екіпірування спортсмена включає:

футболку, заправлену в штани;

спортивні штани;

шолом відкритого типу;

рукавиці боксерські вагою не менше 284 г (10 унцій) (340 г (12 унцій) для вагових категорій від 80 кг);

протектор гомілки та підйому стопи завтовшки від 10 мм, який має відповідати розміру ступні;

протектор на пах (обов'язковий до застосування), що одягається під штани (шорти) та має відповідати розміру;

м'який протектор (жилет) на груди;

капу.

До початку поєдинку захисне спорядження мають обов'язково перевірити бокові судді чи рефері. Якщо спортсмен виходить на ринг без будь-якого з перелічених елементів екіпіровки, з будь-якими порушеннями в ній, з невідповідністю вимогам, за вказівкою бокового судді чи рефері він має усунути таке порушення протягом 1 хв. При цьому спортсмен отримує перше попередження. Відлік часу фіксує суддя-хронометрист за командою рефері.

3. Нарахування очок:

1) 2 очки – рукою з розвороту в голову, удар ногою в голову;

2) 1 очко – удар рукою в голову та корпус, удар ногою в корпус, удар ногою у ногу, удар коліном в корпус, кидок із прихватом ноги та підсіканням під опорну ногу, кидок "скрутка".

4. Під час поєдинку та до його початку заборонено:

1) завдавати ударів:

у потилицю, хребет, горло, пах;

відкритою рукавицею;

ліктем та передпліччям;

коліном у голову;

головою;

2) кидати суперника;

3) здійснювати неконтрольовані дії;

4) не виконувати команд судді;

- 5) розмовляти на ринзі без дозволу судді;
- 6) спізнюватися з виходом на ринг;
- 7) некоректно поводитись щодо суддів, суперників, глядачів;
- 8) одягати прикраси, годинники, ланцюжки;
- 9) застосовувати больові та задущливі прийоми;
- 10) ухилятися від ведення поєдинку;
- 11) кусатися, дряпатися, щипатися;
- 12) випльовувати капу;
- 13) вести пасивний або фіктивний бій;
- 14) натирати обличчя та руки вазеліном чи іншими подібними засобами;
- 15) розфарбовувати обличчя;
- 16) відмовлятися від рукостискання із суперником.

5. Покарання за порушення цих Правил:

- 1) перше порушення (ненавмисне порушення правил) – усне зауваження;
- 2) друге порушення – перше попередження, знімається 1 очко за раунд;
- 3) третє порушення – друге попередження, знімається 1 очко за раунд;
- 4) четверте порушення – третє попередження, знімається 1 очко за раунд;
- 5) п'яте порушення – дискваліфікація спортсмена.

У разі грубого навмисного порушення, що призвело до травмування суперника, рефері має право дискваліфікувати спортсмена в будь-який час поєдинку без оголошення трьох попереджень.

6. За підсумками кожного раунду бокові судді визначають підсумковий рахунок у відповідних записках.

В разі відкриття рефері спортсмену рахунку (нокдаун), боковий суддя знімає одне очко та фіксує результат у суддівській записці.

Оцінюються тільки дозволені цими Правилами технічні дії. Переможцем визнають спортсмена, який після закінчення бою за сумою раундів має більшу кількість набраних очок, якого двоє з трьох (троє з трьох) суддів визнали переможцем. Якщо після закінчення поєдинку переможця не визначено, проводять екстра-раунд (1 хв.), в якому бокові судді визначають переможця.

10. S-1 комбат лайт

1. S-1комбат лайт – розділ змагань з комбат самозахист ІСО, в якому дозволено виконувати контрольовані технічні дії між двома спортсменами з метою отримання більшої кількості очок за виконані удари та кидки згідно з цими Правилами.

2. Під час поєдинку спортсменам дозволено здійснювати:

1) одиночні удари та серії ударів:

руками та ногами в голову;

руками та ногами в корпус;

ногами ноги;

2) удари коліном в корпус та у ноги;

3) прихвати кінцівок та клінч (3 с);

4) кидки;

5) добивання рукою (один удар) після кидка;

6) відсутність партеру.

У голову тільки контрольовані, дозовані, навідмах удари руками в лайт контакт. Серії більше трьох ударів поспіль руками в голову, які влучили в ціль, присікаються рефері.

Місце проведення поєдинку – ринг стаціонарний розміром 6 х 6 м, майданчик розміром 6 х 6 м або 8 х 8 м, завтовшки не менше 2 см.

Екіпірування спортсмена включає:

футболку, заправлену в штани;

спортивні штани;

шолом відкритого типу;

рукавиці боксерські вагою не менше 284 г (10 унцій) (340 г (12 унцій) для вагових категорій від 80 кг);

протектор гомілки та підйому стопи завтовшки від 10 мм, який має відповідати розміру ступні;

протектор на пах (обов'язковий до застосування), що одягається під штани (шорти) і має відповідати розміру;

м'який протектор (жилет) на груди;
капу.

До початку бою захисне спорядження мають обов'язково перевірити бокові судді чи рефері.

Якщо спортсмен виходить на ринг без будь-якого з перелічених елементів екіпіровки, з порушеннями в ній, з невідповідністю вимогам, за вказівкою бокового судді чи рефері він повинен усунути таке порушення протягом 1 хв. При цьому спортсмен отримує перше попередження. Відлік часу фіксує суддя-хронометрист за командою рефері.

3. Нарахування очок:

- 1) 3 очки – удар, кидок, добивання;
- 2) 2 очка – рукою з розвороту в голову, удар ногою в голову, амплітудний кидок;
- 3) 1 очко – удар рукою в голову, удар ногою в корпус, удар ногою у ногу, удар коліном в корпус, у ногу, кидок, добивання рукою (один удар) після кидка.

4. Під час поєдинку та до його початку забороняється:

- 1) завдавати ударів:
у потилицю, хребет, горло, пах;
відкритою рукавицею;
ліктем та передпліччям
головою;
- 2) здійснювати неконтрольовані дії;
- 3) не виконувати команд судді;
- 4) розмовляти на ринзі без дозволу судді;
- 5) спізнюватися з виходом на ринг;
- 6) некоректно поводитись щодо суддів, суперників, глядачів;
- 7) одягати прикраси, годинники, ланцюжки;
- 8) застосовувати больові та задушливі прийоми;
- 9) ухилятися від ведення поєдинку;
- 10) кусатися, дряпатися, щипатися;

- 11) випльовувати капу;
- 12) вести пасивний або фіктивний бій;
- 13) натирати обличчя та руки вазеліном чи іншими подібними засобами;
- 14) розфарбовувати обличчя;
- 15) відмовлятися від рукостискання із суперником.

5. Покарання за порушення цих Правил:

- 1) перше порушення (ненавмисне порушення) – усне зауваження;
- 2) друге порушення – перше попередження, знімається 1 очко за раунд;
- 3) третє порушення – друге попередження, знімається 1 очко за раунд;
- 4) четверте порушення – третє попередження, знімається 1 очко за раунд;
- 5) п'яте порушення – дискваліфікація спортсмена.

У разі грубого навмисного порушення правил, грубого порушення правил, що призвело до травмування суперника, рефері має право дискваліфікувати спортсмена, що порушив правила, у будь-який час поєдинку без оголошення трьох попереджень.

6. За підсумками кожного раунду бокові судді визначають підсумковий рахунок у відповідних записках.

В разі відкриття рефері спортсмену рахунку (нокдаун), боковий суддя знімає одне очко та фіксує результат у суддівській записці.

Оцінюються тільки дозволені цими Правилами технічні дії. Переможцем визнають спортсмена, який після закінчення бою за сумою раундів має більшу кількість набраних очок, якого двоє з трьох (троє з трьох) суддів визнали переможцем. Якщо після закінчення поєдинку переможця не визначено, проводять екстра-раунд (1 хв.), в якому бокові судді визначають переможця.

11. Тайбокс комбат лайт

1. Тайбокс комбат лайт – розділ змагань з комбат самозахист ІСО, в якому дозволено виконувати контрольовані технічні дії з метою отримання більшої кількості очок за виконані удари згідно з цими Правилами.

2. Під час поєдинку спортсменам дозволяється здійснювати:

- 1) одиночні удари та серії ударів:

руками та ногами в голову;

руками та ногами в корпус;

ногами у ноги;

2) удари коліном в корпус, стегно, ноги;

3) удари ліктями в корпус, стегно, ноги;

4) прихвати кінцівок та клінч (3 с);

5) кидки з прихватом ноги та підсіканням під опорну ногу;

6) кидки з клінчу "скрутки".

У голову допускаються тільки контрольовані, дозовані, навідмах удари руками в лайт контакт. Серії більше трьох ударів поспіль руками в голову, які влучили в ціль, присікаються рефері. Кидки з прихватом ноги та підсіканням під опорну ногу та кидки з клінчу "скрутки" оцінюються, якщо атакуючий залишився в стійці. Місце проведення поєдинку – ринг стаціонарний розміром 6 x 6 м.

Екіпірування спортсмена включає:

футболку, заправлену в шорти;

шорти;

шолом відкритого типу;

рукавиці боксерські вагою не менше 284 г (10 унцій) (340 г (12 унцій) для вагових категорій від 80 кг);

протектор гомілки та підйому стопи завтовшки від 10 мм, який має відповідати розміру ступні;

протектор на пах (обов'язковий до застосування), що одягається під штани (шорти) та має відповідати розміру;

м'який протектор (жилет) на груди;

капу;

протектори на лікті.

До початку бою захисне спорядження мають обов'язково перевірити бокові судді чи рефері.

Якщо спортсмен виходить на ринг без будь-якого з перелічених елементів екіпіровки, з порушеннями в ній, з невідповідністю вимогам, за вказівкою бокового судді чи рефері він повинен усунути таке порушення протягом 1 хв. При цьому спортсмен отримує перше попередження. Відлік часу фіксує суддя-хронометрист за командою рефері.

3. Нарахування очок:

- 1) 2 очка – рукою з розвороту в голову, удар ногою в голову;
- 2) 1 очко – удар рукою в голову та корпус, удар ногою в корпус, удар ногою у ногу, удар коліном у корпус, стегно, ноги, удар ліктем у корпус, стегно, ноги, кидок з прихватом ноги та підсіканням під опорну ногу, кидок з клінчу "скрутка".

4. Під час поєдинку та до його початку заборонено:

- 1) завдавати ударів:
 - у потилицю, хребет, горло, пах;
 - відкритою рукавицею;
 - ліктем та передпліччям в голову;
 - коліном в голову;
 - головою;
- 2) здійснювати:
 - амплітудні кидки суперника;
 - неконтрольовані дії;
- 3) не виконувати команд судді;
- 4) розмовляти на ринзі без дозволу судді;
- 5) спізнюватися з виходом на ринг;
- 6) некоректно поводитись щодо суддів, суперників, глядачів;
- 7) одягати прикраси, годинники, ланцюжки;
- 8) застосовувати больові та задушливі прийоми;
- 9) ухилятися від ведення поєдинку;
- 10) кусатися, дряпатися, щипатися;
- 11) випльовувати капу;

- 12) вести пасивний або фіктивний бій;
- 13) натирати обличчя та руки вазеліном чи іншими подібними засобами;
- 14) розфарбовувати обличчя;
- 15) відмовлятися від рукостискання із суперником.

5. Покарання за порушення цих Правил:

- 1) перше порушення (ненавмисне порушення) – усне зауваження;
- 2) друге порушення – перше попередження, знімається 1 очко за раунд;
- 3) третє порушення – друге попередження, знімається 1 очко за раунд;
- 4) четверте порушення – третє попередження, знімається 1 очко за раунд;
- 5) п'яте порушення – дискваліфікація спортсмена.

У разі грубого навмисного порушення, що призвело до травмування суперника, рефері дискваліфікує спортсмена в будь-який час поєдинку без оголошення трьох попереджень.

6. За підсумками кожного раунду бокові судді визначають підсумковий рахунок у відповідних записках.

В разі відкриття рефері спортсмену рахунку (нокдаун), боковий суддя знімає одне очко та фіксує результат у суддівській записці.

Оцінюються тільки дозволені цими Правилами технічні дії. Переможцем визнають спортсмена, який після закінчення бою за сумою раундів має більшу кількість набраних очок і якого двоє з трьох (троє з трьох) суддів визнали переможцем. Якщо після закінчення поєдинку переможця не визначено, проводять екстра-раунд (1 хв.), в якому бокові судді визначають переможця.

12. Мікс комбат лайт

1. Мікс комбат лайт – розділ змагань з комбат самозахист ІСО, в якому дозволено виконувати контрольовані технічні дії між двома спортсменами з метою отримання більшої кількості очок за виконані удари, кидки та прийоми або дострокова перемога в поєдинку згідно з цими Правилами.

2. Під час поєдинку спортсменам дозволено здійснювати:

- 1) одиночні удари та серії ударів:

руками та ногами в голову;

руками та ногами в корпус;

ногами у ноги;

2) удари коліном в корпус та у ноги;

3) удар ліктем у корпус;

4) прихвати кінцівок та клінч;

5) кидки;

6) добивання рукою (один удар) після кидка;

7) боротьба в партері (30 с);

8) больові прийоми в партері на руки та ноги;

9) задушливі прийоми в партері;

10) удари в партері руками та ліктями у корпус та ноги (відповідно до Положення про змагання);

11) удари в партері колінами у корпус і ноги;

12) удари в партері руками в голову (обмежена кількість: не більше трьох ударів поспіль).

У разі нанесення в партері серії ударів у голову (три і більше) з позиції "зверху" рефері подає команду "Стоп!" та відкриває рахунок незалежно від стану спортсмена. Якщо спортсмен здатний продовжити бій, рефері подає команду "Файт!" у стійці.

У голову допускаються тільки контрольовані, дозовані, навідмах удари руками в лайт контакт. Серії більше трьох ударів поспіль руками в голову, які влучили в ціль, присікаються рефері.

Місце проведення поєдинку – восьмикутник стаціонарний, майданчик розміром 6 x 6 м або 8 x 8 м, завтовшки не менше 3 см.

Екіпірування спортсмена включає:

трико;

шолом закритого типу;

рукавиці відкриті з пальцями для захватів не менше 227 г (8 унцій) (170 г (6 унцій) для молодших юнаків);

протектор гомілки та підйому стопи завтовшки від 10 мм, який має відповідати розміру ступні;

протектор на пах (обов'язковий до застосування), що одягається під штани (шорти) та має відповідати розміру;

м'який протектор (жилет) на груди;
капу.

До початку бою захисне спорядження мають обов'язково перевірити бокові судді чи рефері.

Якщо спортсмен виходить на ринг без будь-якого з перелічених елементів екіпіровки, з порушеннями в ній, невідповідністю вимогам, за вказівкою бокового судді чи рефері він повинен усунути таке порушення протягом 1 хв. При цьому спортсмен отримує перше попередження. Відлік часу фіксує суддя-хронометрист за командою рефері.

3. Нарахування очок:

1) 2 очка – рукою з розвороту в голову, удар ногою в голову, амплітудний кидок;

2) 1 очко – удар рукою в голову, удар рукою в корпус, удар ногою в корпус, удар ногою у ногу, удар коліном в корпус, ноги, удар ліктем в корпус, кидок, утримання в партері (3 с), добивання рукою (один удар) після кидка, амплітудний удар коліном в партері в корпус, удар рукою в партері.

4. Під час поєдинку та до його початку заборонено:

1) завдавати ударів:

у потилицю, хребет, горло, пах;

відкритою рукавицею;

ліктем та передпліччям в голову;

головою;

2) здійснювати неконтрольовані дії;

3) не виконувати команд судді;

4) розмовляти на восьмикутнику без дозволу судді;

5) спізнюватися з виходом у восьмикутник;

- 6) некоректно поводитись щодо суддів, суперників, глядачів;
- 7) одягати прикраси, годинники, ланцюжки.
- 8) застосовувати больові та задушливі прийоми;
- 9) ухилятися від ведення поєдинку;
- 10) кусатися, дряпатися, щипатися;
- 11) випльовувати капю;
- 12) вести пасивний або фіктивний бій;
- 13) натирати обличчя та руки вазеліном чи іншими подібними засобами;
- 14) розфарбовувати обличчя;
- 15) відмовлятися від рукостискання із суперником.

5. Покарання за порушення цих Правил:

- 1) перше порушення (ненавмисне порушення) – усне зауваження;
- 2) друге порушення – перше попередження, знімається 1 очко за раунд;
- 3) третє порушення – друге попередження, знімається 1 очко за раунд;
- 4) четверте порушення – третє попередження, знімається 1 очко за раунд;
- 5) п'яте порушення – дискваліфікація спортсмена.

У разі грубого навмисного порушення, що призвело до травмування суперника, рефері має право дискваліфікувати спортсмена у будь-який час поєдинку без оголошення трьох попереджень.

6. За підсумками кожного раунду бокові судді визначають підсумковий рахунок у відповідних записках.

В разі відкриття рефері спортсмену рахунку (нокдаун), боковий суддя знімає одне очко та фіксує результат у суддівській записці.

Оцінюються тільки дозволені цими Правилами технічні дії. Переможцем визнають спортсмена, який після закінчення бою за сумою раундів має більшу кількість набраних очок, якого двоє з трьох (троє з трьох) суддів визнали переможцем. Якщо після закінчення поєдинку переможця не визначено, проводять екстра-раунд (1 хв.), в якому бокові судді визначають переможця.

13. Реслінг лайт

Реслінг лайт – розділ змагань з комбат самозахист ІСО, в якому передбачено виконувати контрольовані технічні дії. Це поєдинок між двома спортсменами з метою отримання більшої кількості очок за виконані кидки та прийоми в партері згідно з цими Правилами.

Екіпірування спортсмена включає:

кімоно з поясом відповідного ступеня;

спортивні штани або шорти;

протектор на пах, який одягається під штани (шорти) і має відповідати розміру (за бажанням).

Дозволені технічні дії, система нарахування очок, покарання тощо відповідають вимогам, передбаченим цими Правилами.

14. Фрі комбат лайт

1. Фрі комбат лайт – розділ змагань з комбат самозахист ІСО, в якому дозволено виконувати контрольовані технічні дії між двома спортсменами з метою отримання більшої кількості очок за виконані удари та кидки або дострокова перемога в поєдинку згідно з цими Правилами.

2. Під час поєдинку спортсменам дозволено здійснювати:

1) одиночні удари та серії ударів:

руками та ногами в голову;

руками та ногами в корпус;

ногами у ноги;

2) удари коліном в корпус та ноги;

3) прихвати кінцівок та клінч (3 с);

4) кидки;

5) больові прийоми в партері;

6) задушливі прийоми в партері;

7) добивання рукою (один удар) після кидка;

8) партер (3 с).

У голову допускаються тільки контрольовані, дозовані, навідмах удари руками в лайт контакт. Серії більше трьох ударів поспіль руками в голову, які влучили в ціль, мають присікатися рефері. Місце проведення поєдинку – майданчик розміром 6 x 6 м або 8 x 8 м, завтовшки не менше 3 см, восьмикутник стаціонарний.

Екіпірування спортсмена включає:

футболку або кімоно з поясом відповідного ступеня;

спортивні штани або шорти;

шолом закритого типу;

рукавиці боксерські вагою не менше 284 г (10 унцій) (340 г (12 унцій) для вагових категорій від 80 кг);

протектор гомілки та підйому стопи завтовшки від 10 мм, який має відповідати розміру ступні;

протектор на пах (обов'язковий до застосування), що одягається під штани (шорти) та має відповідати розміру;

м'який протектор (жилет) на груди;

капу.

До початку бою захисне спорядження мають обов'язково перевірити бокові судді чи рефері.

Якщо спортсмен виходить на ринг без будь-якого з перелічених елементів екіпіровки, з порушеннями в ній, невідповідністю вимогам, за вказівкою бокового судді чи рефері він повинен усунути таке порушення протягом 1 хв. При цьому спортсмен отримує перше попередження. Відлік часу фіксує суддя-хронометрист за командою рефері.

3. Нарахування очок:

1) 2 очка– рукою з розвороту в голову, удар ногою в голову, амплітудний кидок;

2) 1 очко – удар рукою в голову, удар ногою в корпус, удар ногою у ногу, удар коліном в корпус, кидок, добивання рукою (один удар) після кидка, утримання в партері (3 с).

4. Під час поєдинку та до його початку заборонено:

1) завдавати ударів:

у потилицю, хребет, горло, пах;

відкритою рукавицею;

ліктем та передпліччям;

головою;

2) здійснювати неконтрольовані дії;

3) не виконувати команд судді;

4) розмовляти на ринзі без дозволу судді;

5) спізнюватися з виходом на ринг;

6) некоректно поводитись щодо суддів, суперників, глядачів;

7) одягати прикраси, годинники, ланцюжки;

8) застосовувати больові та задущливі прийоми;

9) ухилятися від ведення поєдинку;

10) кусатися, дряпатися, щипатися;

11) випльовувати каплу;

12) вести пасивний або фіктивний бій;

13) натирати обличчя та руки вазеліном чи іншими подібними засобами;

14) розфарбовувати обличчя;

15) відмовлятися від рукостискання із суперником.

5. Покарання за порушення цих Правил:

1) перше порушення (ненавмисне порушення) – усне зауваження;

2) друге порушення – перше попередження, знімається 1 очко за раунд;

3) третє порушення – друге попередження, знімається 1 очко за раунд;

4) четверте порушення – третє попередження, знімається 1 очко за раунд;

5) п'яте порушення – дискваліфікація спортсмена.

У разі грубого навмисного порушення правил, що призвело до травмування суперника, рефері дискваліфікує спортсмена в будь-який час поєдинку без оголошення трьох попереджень.

6. За підсумками кожного раунду бокові судді визначають підсумковий рахунок у відповідних записках.

В разі відкриття рефері спортсмену рахунку (нокдаун), боковий суддя знімає одне очко та фіксує результат у суддівській записці.

Оцінюються тільки дозволені цими Правилами технічні дії. Переможцем визнають спортсмена, який після закінчення бою за сумою раундів має більшу кількість набраних очок, якого двоє з трьох (троє з трьох) суддів визнали переможцем. Якщо після закінчення поєдинку переможця не визначено, проводять екстра-раунд (1 хв.), в якому бокові судді визначають переможця.

15. Фрі бокс лайт

1. Фрі бокс лайт – розділ змагань з комбат самозахист ІСО, в якому дозволено виконувати контрольовані технічні дії між двома спортсменами з метою отримання більшої кількості очок за виконання ударів руками або дострокова перемога в поєдинку згідно з цими Правилами.

2. Під час поєдинку спортсменам дозволено завдавати одиночних або серійних ударів руками.

У лайт контакті в голову допускаються тільки контрольовані, дозовані, навідмах удари руками. Серії більше трьох ударів поспіль руками в голову, які влучили в ціль, мають присікатися рефері.

Місце проведення поєдинку – ринг 6 х 6 м або 8 х 8 м, завтовшки не менше 1 см.

Екіпірування спортсмена включає:

футболку;

спортивні шорти;

шолом закритого типу;

рукавиці боксерські вагою 284 г (10 унцій) (340 г (12 унцій) для вагових категорій – 80 кг);

протектор на пах (обов'язковий до застосування), що одягається під штани (шорти) та має відповідати розміру;

м'який протектор (жилет) на груди;
капу.

До початку бою захисне спорядження мають обов'язково перевірити бокові судді чи рефері.

Якщо спортсмен виходить на ринг без будь-якого з перелічених елементів екіпіровки, з порушеннями в ній, невідповідністю вимогам, за вказівкою бокового судді чи рефері він повинен усунути таке порушення протягом 1 хв. При цьому спортсмен отримує перше попередження. Відлік часу фіксує суддя-хронометрист за командою рефері.

3. Нарахування очок:

1 очко – удар рукою в голову або корпус.

4. Під час поєдинку та до його початку заборонено:

1) завдавати ударів:

у потилицю, хребет, горло, пах;

відкритою рукавицею;

ліктем та передпліччям;

головою;

нижче поясу;

2) здійснювати неконтрольовані дії;

3) не виконувати команд судді;

4) спізнюватися з виходом на ринг;

5) некоректно поводитись щодо суддів, суперників, глядачів;

6) одягати прикраси, годинники, ланцюжки;

7) застосовувати больові та задушливі прийоми;

8) ухилятися від ведення поєдинку;

9) кусатися, дряпатися, щипатися;

10) випльовувати капю;

11) вести пасивний або фіктивний бій;

12) розмовляти на ринзі без дозволу судді;

13) розфарбовувати обличчя;

14) відмовлятися від рукостискання із суперником.

5. Покарання за порушення цих Правил:

- 1) перше порушення (ненавмисне порушення) – усне зауваження;
- 2) друге порушення – перше попередження, знімається 1 очко за раунд;
- 3) третє порушення – друге попередження, знімається 1 очко за раунд;
- 4) четверте порушення – третє попередження, знімається 1 очко за раунд;
- 5) п'яте порушення – дискваліфікація спортсмена.

У разі грубого навмисного порушення, що призвело до травмування суперника, рефері дискваліфікує спортсмена в будь-який час поєдинку без оголошення трьох попереджень.

6. За підсумками кожного раунду бокові судді визначають підсумковий рахунок у відповідних записках.

В разі відкриття рефері спортсмену рахунку (нокдаун), боковий суддя знімає одне очко та фіксує результат у суддівській записці.

Оцінюються тільки дозволені цими Правилами технічні дії. Переможцем визнають спортсмена, який після закінчення бою за сумою раундів має більшу кількість набраних очок і якого двоє з трьох (трьох з трьох) суддів визнали переможцем. Якщо після закінчення поєдинку переможця не визначено, проводять екстра-раунд (1 хв.), в якому бокові судді визначають переможця.

VIII. Посилений контакт – розділи змагань

1. Лайт ринг

1. Лайт ринг – розділ змагань із комбат самозахист ІСО, в якому дозволено виконувати контрольовані технічні дії між двома спортсменами з метою отримання більшої кількості очок за виконані удари або дострокової перемоги у поєдинку згідно з цими Правилами.

2. Під час поєдинку спортсменам дозволено завдавати одиночних ударів та серій ударів:

- 1) руками та ногами в голову;
- 2) руками в корпус;

- 3) ногами в корпус;
- 4) лоу-кік (згідно з Положенням).

Удари у голову допускаються тільки контрольовані, дозовані, навідмах руками та ногами. Серії більше трьох ударів поспіль руками в голову, які влучили в ціль, присікаються рефері. Місце проведення поєдинку: ринг стаціонарний розміром 6 x 6 м або 8 x 8 м.

Екіпірування спортсмена включає:

- футболку, заправлену в штани;
- спортивні штани;
- шолом відкритого типу;
- рукавиці боксерські вагою не більше 284 г (10 унцій) (340 г (12 унцій) для вагових категорій від 80 кг);

протектор гомілки та підйому стопи завтовшки від 10 мм, який має відповідати розміру ступні;

протектор на пах (обов'язковий до застосування), що одягається під штани (шорти) та має відповідати розміру;

капу.

До початку бою захисне спорядження мають обов'язково перевірити бокові судді чи рефері.

Якщо спортсмен виходить на ринг без будь-якого з перелічених елементів екіпіровки, з порушеннями в ній, невідповідністю вимогам, за вказівкою бокового судді чи рефері він повинен усунути таке порушення протягом 1 хв. При цьому спортсмен отримує перше попередження. Відлік часу фіксує суддя-хронометрист за командою рефері.

3. Нарахування очок:

- 1) 2 очки – удар ногою в голову;
- 2) 1 очко – удар рукою в голову, удар ногою в корпус, лоу-кік, коліно.

4. Під час поєдинку та до його початку забороняється:

- 1) завдавати ударів:
 - у потилицю, хребет, горло, пах;

відкритою рукавицею;

ліктем та передпліччям;

головою;

2) кидати суперника;

3) здійснювати неконтрольовані дії;

4) не виконувати команд судді;

5) розмовляти на ринзі без дозволу судді;

6) спізнюватися з виходом на ринг;

7) некоректно поводитись щодо суддів, суперників, глядачів;

8) одягати прикраси, годинники, ланцюжки.

9) застосовувати больові та задушливі прийоми;

10) ухилятися від ведення поєдинку;

11) кусатися, дряпатися, щипатися;

12) випльовувати капу;

13) вести пасивний або фіктивний бій;

14) натирати обличчя та руки вазеліном чи іншими подібними засобами;

15) розфарбовувати обличчя;

16) відмовлятися від рукостискання із суперником.

5. Покарання за порушення цих Правил:

1) перше порушення (ненавмисне порушення) – усне зауваження;

2) друге порушення – перше попередження, знімається 1 очко за раунд;

3) третє порушення – друге попередження, знімається 1 очко за раунд;

4) четверте порушення – третє попередження, знімається 1 очко за раунд;

5) п'яте порушення – дискваліфікація спортсмена.

У разі грубого порушення, що призвело до травмування суперника, рефері дискваліфікує спортсмена в будь-який час поєдинку без оголошення трьох попереджень.

6. За підсумками кожного раунду бокові судді визначають підсумковий рахунок у відповідних записках.

В разі відкриття рефері спортсмену рахунку (нокдаун), боковий суддя знімає одне очко та фіксує результат у суддівській записці.

Оцінюються тільки дозволені цими Правилами технічні дії. Переможцем визнають спортсмена, який після закінчення бою за сумою раундів має більшу кількість набраних очок і якого двоє з трьох (трьох з трьох) суддів визнали переможцем. Якщо після закінчення поєдинку переможця не визначено, проводять екстра-раунд (1 хв.), в якому бокові судді визначають переможця.

2. S-1 комбат

1. S-1 комбат – розділ змагань з комбат самозахист ІСО, в якому дозволено виконувати посилені технічні дії між двома спортсменами з метою отримання більшої кількості очок за виконані удари та кидки або дострокової перемоги в поєдинку згідно з цими Правилами.

2. Під час поєдинку спортсменам дозволено такі дії:

1) одиночні удари та серії ударів:

руками та ногами в голову;

руками та ногами в корпус;

ногами у ноги;

2) удари коліном в корпус та ноги;

3) прихвати кінцівок та клінч (3 с);

4) кидки;

5) добивання рукою (один удар) після кидка;

6) відсутній партер;

7) контрольовані удари руками та ногами з максимальною силою.

Місце проведення поєдинку – ринг стаціонарний розміром 6 x 6 м, майданчик розміром 6 x 6 м або 8 x 8 м, завтовшки не менше 3 см.

Екіпірування спортсмена включає:

футболку, заправлену в штани;

спортивні штани;

шолом відкритого типу;

рукавиці боксерські вагою не більше 284 г (10 унцій) (340 г (12 унцій) для вагових категорій від 80 кг);

протектор гомілки та підйому стопи завтовшки від 10 мм, який має відповідати розміру ступні;

протектор на пах (обов'язковий до застосування), що одягається під штани (шорти) та має відповідати розміру;

капу.

До початку бою захисне спорядження мають обов'язково перевірити бокові судді чи рефері.

Якщо спортсмен виходить на ринг без будь-якого з перелічених елементів екіпіровки, з порушеннями в ній, невідповідністю вимогам, за вказівкою бокового судді чи рефері він повинен усунути таке порушення протягом 1 хв. При цьому спортсмен отримує перше попередження. Відлік часу фіксує суддя-хронометрист за командою рефері.

3. Нарахування очок:

1) 2 очка – рукою з розвороту в голову, удар ногою в голову, амплітудний кидок;

2) 1 очко – удар рукою в голову, удар ногою в корпус, удар ногою у ногу, удар коліном в корпус, кидок, добивання рукою (один удар) після кидка.

4. Під час поєдинку та до його початку забороняється:

1) завдавати ударів:

у потилицю, хребет, горло, пах;

відкритою рукавицею;

ліктем та передпліччям;

головою;

2) кидати суперника;

3) здійснювати неконтрольовані дії;

4) не виконувати команд судді;

5) розмовляти на ринзі без дозволу судді;

6) спізнюватися з виходом на ринг;

- 7) некоректно поводитись щодо суддів, суперників, глядачів;
- 8) одягати прикраси, годинники, ланцюжки.
- 9) застосовувати больові та задушливі прийоми;
- 10) ухилятися від ведення поєдинку;
- 11) кусатися, дряпатися, щипатися;
- 12) випльовувати капю;
- 13) вести пасивний або фіктивний бій;
- 14) натирати обличчя та руки вазеліном чи іншими подібними засобами;
- 15) розфарбовувати обличчя;
- 16) відмовлятися від рукоштовання із суперником.

5. Покарання за порушення цих Правил:

- 1) перше порушення (ненавмисне порушення) – усне зауваження;
- 2) друге порушення – перше попередження, знімається 1 очко за раунд;
- 3) третє порушення – друге попередження, знімається 1 очко за раунд;
- 4) четверте порушення – третє попередження, знімається 1 очко за раунд;
- 5) п'яте порушення – дискваліфікація спортсмена.

У разі грубого навмисного порушення, що призвело до травмування суперника, рефері дискваліфікує спортсмена в будь-який час поєдинку без оголошення трьох попереджень.

6. За підсумками кожного раунду бічні судді визначають підсумковий рахунок у відповідних записках.

В разі відкриття рефері спортсмену рахунку (нокдаун), то боковий суддя знімає одне очко та фіксує результат у суддівській записці.

Оцінюються тільки дозволені цими Правилами технічні дії. Переможцем визнається спортсмен, який після закінчення бою за сумою раундів має більшу кількість набраних очок та двоє з трьох (троє з трьох) суддів визнали його переможцем. Якщо після закінчення бою переможця не визначено, проводиться екстра раунд (1 хв), в якому бічні судді визначають переможця.

3. Тотал комбат

1. Тотал комбат – розділ змагань з комбат самозахист ІСО, в якому дозволено виконувати контрольовані технічні дії між двома спортсменами з метою отримання більшої кількості очок за виконані удари, кидки та прийоми в партері згідно з цими Правилами.

2. Під час поєдинку спортсменам дозволено такі дії:

1) одиночні удари та серії ударів:

руками та ногами в голову;

руками та ногами в корпус;

ногами у ноги;

2) удари коліном в корпус та ноги;

3) прихвати кінцівок та клінч;

4) кидки;

5) добивання рукою (один удар) після кидка;

6) боротьба в партері (10 с);

7) больові прийоми в партері на руки та ноги;

8) задушливі прийоми в партері;

9) удари в партері:

колінами в корпус та ноги;

руками в голову (обмежена кількість: не більше трьох ударів поспіль).

У разі нанесення в партері серії ударів у голову (три і більше), які влучили в ціль з позиції "зверху", рефері подає команду "Стоп!" та відкриває рахунок незалежно від стану спортсмена. В разі здатності спортсмена продовжувати поєдинок рефері подає команду "Файт!" у стійці.

Удари в голову допускаються тільки контрольовані, посилені, навідмах руками та ногами. Серії більше трьох ударів поспіль руками в голову, які влучили в ціль, присікаються рефері.

Місце проведення поєдинку – восьмикутник (октагон) стаціонарний, майданчик розміром 6 x 6 м або 8 x 8 м, завтовшки не менше 3 см.

Екіпірування спортсмена включає:

футболку, заправлену в штани;
 спортивні штани;
 шолом відкритого типу;
 рукавиці боксерські вагою не більше 284 г (10 унцій) (340 г (12 унцій) для вагових категорій від 80 кг);
 протектор гомілки та підйому стопи завтовшки від 10 мм, який має відповідати розміру ступні;
 протектор на пах (обов'язковий до застосування), що одягається під штани (шорти) та має відповідати розміру;
 капу.

Спортсменам забороняється одягати будь-які тверді чи металеві предмети (ланцюжки, сережки, кільця, годинники тощо).

До початку бою захисне спорядження мають обов'язково перевірити бокові судді чи рефері.

Якщо спортсмен виходить на ринг без будь-якого з перелічених елементів екіпіровки, з порушеннями в ній, невідповідністю вимогам, за вказівкою бокового судді чи рефері він повинен усунути таке порушення протягом 1 хв. При цьому спортсмен отримує перше попередження. Відлік часу фіксує суддя-хронометрист за командою рефері.

3. Нарахування очок:

- 1) 3 очки – нокдаун;
- 2) 2 очка – рукою з розвороту в голову, удар ногою в голову, амплітудний кидок;
- 3) 1 очко – удар рукою в голову, удар рукою в корпус, удар ногою в корпус, удар ногою у ногу, удар коліном в корпус, кидок, утримання в партері (3 с), добивання рукою (один удар) після кидка, амплітудний удар коліном в партері в корпус, удар рукою в партері.

4. Під час поєдинку та до його початку забороняється:

- 1) завдавати ударів:
 у потилицю, хребет, горло, пах;

відкритою рукавицею;
 ліктем та передпліччям;
 коліном в голову;
 головою;

- 2) здійснювати неконтрольовані дії;
- 3) не виконувати команд судді;
- 4) розмовляти на ринзі без дозволу судді;
- 5) спізнюватися з виходом на ринг;
- 6) некоректно поводитись щодо суддів, суперників, глядачів;
- 7) одягати прикраси, годинники, ланцюжки;
- 8) застосовувати больові та задущливі прийоми;
- 9) ухилятися від ведення поєдинку;
- 10) кусатися, дряпатися, щипатися;
- 11) випльовувати капю;
- 12) вести пасивний або фіктивний бій;
- 13) натирати обличчя та руки вазеліном чи іншими подібними засобами;
- 14) розфарбовувати обличчя;
- 15) відмовлятися від рукостискання із суперником.

5. Покарання за порушення цих Правил:

- 1) перше порушення (ненавмисне порушення) – усне зауваження;
- 2) друге порушення – перше попередження, знімається 1 очко за раунд;
- 3) третє порушення – друге попередження, знімається 1 очко за раунд;
- 4) четверте порушення – третє попередження, знімається 1 очко за раунд;
- 5) п'яте порушення – дискваліфікація спортсмена.

За умисне порушення рефері дає попередження.

Попередження за виходи за межі майданчика виносяться та позначаються окремо від інших попереджень.

Виходом за межі майданчика вважається навмисне вибігання (вихід) спортсмена за межі майданчика двома ногами або виповзання в партері поясом за межі майданчика з метою уникнення атаки суперника.

6. Покарання за вихід за межі майданчика:

- 1) перший вихід – усне зауваження;
- 2) другий вихід – перше попередження, суперник отримує 1 очко;
- 3) третій вихід – друге попередження, суперник отримує 2 очки;
- 4) четвертий вихід – третє попередження, суперник отримує 3 очки;
- 5) п'ятий вихід – дискваліфікація спортсмена.

У разі грубого навмисного порушення, що призвело до травмування суперника, рефері дискваліфікує спортсмена в будь-який час поєдинку без оголошення трьох попереджень.

7. За підсумками кожного раунду бокові судді визначають підсумковий рахунок у відповідних записках.

Оцінюються тільки дозволені цими Правилами технічні дії. Переможцем визначають спортсмена, який після закінчення бою отримав преремогу від більшості бокових суддів на підставі більшої кількості набраних очок (за сумою очок) за виконані технічні дії, які фіксуються в суддівських записках. Якщо після закінчення бою переможця не визначено, проводиться екстра раунд (1 хв), в якому бічні судді визначають переможця.

4. Реслінг

1. Реслінг – розділ змагань з комбат самозахист ІСО, в якому дозволено виконувати контрольовані технічні дії між двома спортсменами з метою отримання більшої кількості очок за виконані кидки та прийоми або дострокової перемоги у поєдинку згідно з цими Правилами. У першому раунді спортсмени ведуть поєдинок одягнутими у футболку (трико), заправлену в штани або шорти, та кімоно з поясом відповідного ступеня. У перерві між раундами спортсмени за допомогою асистентів знімають кімоно. У другому раунді спортсмени продовжують поєдинок у футболці, заправленій у штани або шорти (рашгарді, борцівському трико).

Екіпірування спортсмена включає:

футболку заправлену в штани (трико), та кімоно з поясом відповідного ступеня;

спортивні штани або шорти;

протектор на пах, який одягається під штани (шорти) та має відповідати розміру (за бажанням).

2. Під час поєдинку спортсменам дозволено такі дії:

- 1) кидки;
- 2) боротьба в партері (30 с);
- 3) больові прийоми в партері на руки та ноги;
- 4) задушливі прийоми в партері;
- 5) утримання в партері.

Місце проведення поєдинку – майданчик (килим-покриття) розміром 6 x 6 м або 8 x 8 м, завтовшки не менше 3 см.

3. Нарахування очок:

- 1) 2 очки – амплітудний кидок;
- 2) 1 очко – кидок, утримання в партері (3 с).

4. Під час поєдинку та до його початку заборонено:

- 1) завдавати будь-яких ударів;
- 2) здійснювати неконтрольовані дії;
- 3) не виконувати команд судді;
- 4) розмовляти на майданчику без дозволу судді;
- 5) спізнюватися з виходом на майданчик;
- 6) некоректно поводитись щодо суддів, суперників, глядачів;
- 7) одягати прикраси, годинники, ланцюжки.
- 8) ухилятися від ведення поєдинку;
- 9) кусатися, дряпатися, щипатися, вдавлювати очі;
- 10) вести пасивний або фіктивний бій;
- 11) натирати обличчя та руки вазеліном чи іншими подібними засобами;
- 12) носити бороду або вуса нижче лінії верхньої губи;
- 13) розфарбовувати обличчя;
- 14) відмовлятися від рукостискання із суперником.

5. Покарання за порушення цих Правил:

- 1) перше порушення (ненавмисне порушення) – усне зауваження;
- 2) друге порушення – перше попередження, знімається 1 очко за раунд;
- 3) третє порушення – друге попередження, знімається 1 очко за раунд;
- 4) четверте порушення – третє попередження, знімається 1 очко за раунд;
- 5) п'яте порушення – дискваліфікація спортсмена.

За навмисне порушення правил рефері дає попередження. Попередження за виходи за межі майданчика виносяться та позначаються окремо від інших попереджень. Виходом за межі майданчика вважається навмисне вибігання (вихід) спортсмена за межі майданчика двома ногами або виповзання в партері поясом за межі майданчика з метою уникнення атаки суперника.

6. Покарання за вихід за межі майданчика:

- 1) перший вихід – усне зауваження;
- 2) другий вихід – перше попередження, суперник отримує 1 очко;
- 3) третій вихід – друге попередження, суперник отримує 2 очки;
- 4) четвертий вихід – третє попередження, суперник отримує 3 очки;
- 5) п'ятий вихід – дискваліфікація спортсмена.

У разі грубого навмисного порушення, що призвело до травмування суперника, рефері дискваліфікує спортсмена в будь-який час поєдинку без оголошення трьох попереджень.

7. За підсумками кожного раунду бокові судді визначають підсумковий рахунок у відповідних записках.

Оцінюються тільки дозволені цими Правилами технічні дії. Переможцем визначають спортсмена, який після закінчення бою отримав перемогу від більшості бокових суддів на підставі більшої кількості набраних очок (за сумою очок) за виконані технічні дії, які фіксуються в суддівських записках. Якщо після закінчення бою переможця не визначено, проводиться екстра раунд (1 хв). Якщо протягом додаткового раунду також не визначено переможця, бій триває до першої оціненої технічної дії без відліку часу.

5. Фрі бокс

1. Фрі бокс – розділ змагань з комбат самозахист ІСО, в якому дозволено виконувати контрольовані технічні дії між двома спортсменами з метою отримання більшої кількості очок за виконання ударів руками або дострокової перемоги в поєдинку згідно з цими Правилами.

2. Під час поєдинку спортсменам дозволено завдавати одиночних або серійних ударів руками.

Удари в голову допускаються тільки контрольовані, дозовані, навідмах руками. Серії більше трьох ударів поспіль руками в голову, які влучили в ціль, мають присікатися рефері.

Місце проведення поєдинку – ринг 6 х 6 м або 8 х 8 м, завтовшки не менше 1 см.

Екіпірування спортсмена включає:

футболку;

спортивні шорти;

шолом відкритого типу;

рукавиці боксерські вагою 284 г (10 унцій) (340 г (12 унцій) для вагових категорій – 80 кг);

протектор на пах (обов'язковий до застосування), що одягається під штани (шорти) та має відповідати розміру;

капу.

До початку бою захисне спорядження мають обов'язково перевірити бокові судді чи рефері.

Якщо спортсмен виходить на ринг без будь-якого з перелічених елементів екіпіровки, з порушеннями в ній, невідповідністю вимогам, за вказівкою бокового судді чи рефері він повинен усунути таке порушення протягом 1 хв. При цьому спортсмен отримує перше попередження. Відлік часу фіксує суддя-хронометрист за командою рефері.

3. Нарахування очок:

1 очко – удар рукою в голову або корпус.

4. Під час поєдинку та до його початку заборонено:

1) завдавати ударів:

у потилицю, хребет, горло, пах;

відкритою рукавицею;

ліктем та передпліччям;

головою;

нижче поясу;

2) здійснювати неконтрольовані дії;

3) не виконувати команд судді;

4) спізнюватися з виходом на ринг;

5) некоректно поводитись щодо суддів, суперників, глядачів;

6) одягати прикраси, годинники, ланцюжки;

7) застосовувати больові та задушливі прийоми;

8) ухилятися від ведення поєдинку;

9) кусатися, дряпатися, щипатися;

10) випльовувати капу;

11) вести пасивний або фіктивний бій;

12) розмовляти на ринзі без дозволу судді;

13) розфарбовувати обличчя;

14) відмовлятися від рукостискання із суперником.

5. Покарання за порушення цих Правил:

1) перше порушення (ненавмисне порушення) – усне зауваження;

2) друге порушення – перше попередження, знімається 1 очко за раунд;

3) третє порушення – друге попередження, знімається 1 очко за раунд;

4) четверте порушення – третє попередження, знімається 1 очко за раунд;

5) п'яте порушення – дискваліфікація спортсмена.

У разі грубого навмисного порушення, що призвело до травмування суперника, рефері дискваліфікує спортсмена в будь-який час поєдинку без оголошення трьох попереджень.

6. За підсумками кожного раунду бокові судді визначають підсумковий рахунок у відповідних записках.

В разі відкриття рефері спортсмену рахунку (нокдаун), боковий суддя знімає одне очко та фіксує результат у суддівській записці.

Оцінюються тільки дозволені цими Правилами технічні дії. Переможцем визнають спортсмена, який після закінчення бою за сумою раундів має більшу кількість набраних очок та якого двоє з трьох (троє з трьох) суддів визнали переможцем. Якщо після закінчення поєдинку переможця не визначено, проводять екстра-раунд (1 хв.), в якому бокові судді визначають переможця.

6. Командне багатоборство

1. Командне багатоборство – розділ змагань з комбат самозахист ІСО, в якому дозволено виконувати контрольовані технічні дії в посиленому контакті. Багатоборство складається з двох раундів – виконання спеціального фізичного тесту з підняття гирі (поштовх) у першому раунді та поєдинку в другому раунді між двома спортсменами (індивідуальне багатоборство) або командами два на два спортсмени, три на три спортсмени з метою отримання більшої кількості очок за виконані удари, кидки та прийоми або дострокової перемоги в поєдинку згідно з цими Правилами. Вагові категорії: 60 кг, 70 кг, 80 кг, 85 кг, 85+ кг.

2. Перший раунд (тривалість – 1 хв) спортсмени обох команд перебувають біля майданчика, за командою рефері (ударом гонгу) одночасно виконують поштовх гирі від грудей (коротким циклом) або поштовх гирі від грудей з подальшим опусканням у положення вису після кожного підйому (за довгим циклом). Варіант виконання поштовху визначається Положенням. Перемагає команда, спортсмени якої першими виконали 15 поштовхів гирі.

На виконання вправи учаснику змагань дається 1 хв. Суддя-хронометрист фіксує час та оголошує завершення змагання. Після закінчення 1 хв подається команда "Стоп!", підйоми не зараховуються, учасник змагань зобов'язаний припинити виконання вправи. Кожний вірно виконаний підйом супроводжується

рахунком судді. У разі порушення вимог з технічного виконання вправи суддя на майданчику подає команди "Не рахувати!", "Стоп!".

Поштовх виконується з вихідного положення: гирю зафіксовано на грудях, плече руки, що утримує снаряд, притиснуте до тулуба, ноги випрямлені. У момент фіксації гирі у верхньому положенні рука, тулуб і ноги мають бути випрямленими. Ноги та гиря мають бути розміщені в одній площині з тілом. Після чіткої фіксації у верхньому положенні та оголошення рахунку суддею учасник змагань опускає гирю в стартове положення одним безперервним рухом.

Команда "Не рахувати!" подається за відсутності фіксації у вихідному та у верхньому положеннях.

Поштовх гирі від грудей із подальшим опусканням у положення вису після кожного підйому (за довгим циклом) проводиться за тими ж правилами.

Під час виконання поштовхів спортсменам заборонено:

опускати гирю на підлогу;

перекладати гирю з руки в руку;

мінати руку, якою виконується поштовх.

Вага гирі не може відхилятися від номінальної більше ніж на 100 г. Для юніорів (15–17 років) вага гирі - 16 кг, для дорослих (18 років і старше) – 24 кг.

Оцінювання результатів першого раунду:

10 очок – команда, спортсмени якої першими виконали 15 поштовхів гирі за час раунду;

9 очок – команда, спортсмени якої другими виконали 15 поштовхів гирі за час раунду;

8 очок – команда, спортсмени якої виконали від 10 до 14 поштовхів за час раунду;

7 очок – команда, спортсмени якої виконали до 10 поштовхів за час раунду.

Після завершення першого раунду секунданти одягають спортсменам екіпіровку: шолом, рукавиці, капу (протектори на пах та ноги одягаються перед початком першого раунду). В разі зволікання спортсмена під час одягання екіпіровки, запізнення одягнути її протягом 1 хв та виходу на майданчик без будь-якого з передбачених цими Правилами елементів екіпіровки, з порушеннями в ній, невідповідністю вимогам, за вказівкою бокового судді чи рефері він зобов'язаний усунути порушення протягом 1 хв. При цьому спортсмен отримує перше попередження. Відлік часу фіксує суддя-хронометрист за командою рефері.

3. Другий раунд (тривалість визначено цими Правилами) – одночасний поєдинок спортсменів обох команд. Всі спортсмени перебувають на майданчику. Кожен спортсмен має право виконувати технічні дії та прийоми проти будь-якого спортсмена команди суперника.

Місце проведення поєдинку – восьмикутник стаціонарний, майданчик розміром 6 x 6 м або 8 x 8 м, завтовшки не менше 3 см.

4. Під час поєдинку спортсменам дозволено такі дії:

1) одиночні удари та серії ударів:

руками та ногами в голову;

руками та ногами в корпус;

ногами у ноги;

2) удари коліном в корпус та ноги;

3) прихвати кінцівок та клінч;

4) кидки.

Екіпірування спортсмена включає:

футболку або кімоно з поясом відповідного ступеня;

спортивні штани або шорти;

шолом відкритого типу;

рукавиці боксерські вагою 284 г (10 унцій) (340 г (12 унцій) для вагових категорій від 80 кг) або відкриті з пальцями для захватів не менше 227 г (8 унцій);

протектор гомілки та підйому стопи завтовшки від 10 мм, який має відповідати розміру ступні;

протектор на пах (обов'язковий до застосування), що одягається під штани (шорти) та має відповідати розміру;

капу.

Спортсменам заборонено одягати будь-які тверді або металеві предмети (ланцюжки, сережки, кільця, годинники тощо).

5. Нарахування очок:

1) 2 очка – рукою з розвороту в голову, удар ногою в голову, амплітудний кидок;

2) 1 очко – удар рукою в голову, удар рукою в корпус, удар ногою в корпус, удар ногою у ногу, удар коліном у корпус, кидок.

6. Під час поєдинку та до його початку заборонено:

1) завдавати ударів:

у потилицю, хребет, горло, пах;

відкритою рукавицею;

ліктем та передпліччям;

коліном в голову

головою;

2) здійснювати неконтрольовані дії;

3) не виконувати команд судді;

4) розмовляти на ринзі без дозволу судді;

5) спізнюватися з виходом на ринг;

6) некоректно поводитись щодо суддів, суперників, глядачів;

7) одягати прикраси, годинники, ланцюжки;

8) застосовувати больові та задушливі прийоми;

9) ухилятися від ведення поєдинку;

10) кусатися, дряпатися, щипатися;

11) випльовувати капю;

12) вести пасивний або фіктивний бій;

- 13) натирати обличчя та руки вазеліном чи іншими подібними засобами;
- 14) розфарбовувати обличчя;
- 15) відмовлятися від рукостискання із суперником.

7. Покарання за порушення цих Правил:

- 1) перше порушення (ненавмисне порушення) – усне зауваження;
- 2) друге порушення – перше попередження, знімається 1 очко за раунд;
- 3) третє порушення – друге попередження, знімається 1 очко за раунд;
- 4) четверте порушення – третє попередження, знімається 1 очко за раунд;
- 5) п'яте порушення – дискваліфікація спортсмена.

У разі грубого навмисного порушення, що призвело до травмування суперника, рефері дискваліфікує спортсмена в будь-який час поєдинку без оголошення трьох попереджень.

8. За підсумками кожного раунду бокові судді визначають підсумковий рахунок у відповідних записках.

Оцінюються тільки дозволені цими Правилами технічні дії. В разі відкриття рефері спортсмену рахунку (нокдаун) спортсмен вибуває з поєдинку. Під час відкриття рахунку поєдинок припиняється, інші спортсмени перебувають у нейтральних кутах. Нокаutowаний спортсмен вибуває. Спортсмен, який втратив рівновагу та доторкнувся до підлоги спиною чи боком у результаті кидка, удару суперника, власної втрати рівноваги, вибуває з поєдинку. При цьому спортсмен, який атакує залишається в стійці. Якщо спортсмен, який атакує, у результаті атаки опинився в партері разом з атакованим, його технічні дії оцінюються згідно з цими Правилами. Вибуває з поєдинку спортсмен, який покинув майданчик у результаті атаки (контратаки), кидка, удару суперника та власної ініціативи з метою уникнення атаки.

Перемагає команда (спортсмен), яка (який) на час закінчення поєдинку залишилася (залишився) в більшій кількості або за сумою раундів має більшу кількість набраних очок. Якщо після закінчення поєдинку переможця не визначено, проводять екстра-раунд (1 хв.), в якому бічні судді визначають переможця.

ІХ. Повний контакт – розділи змагань

1. Фул комбат

1. Фул комбат – розділ змагань з комбат самозахист ІСО, в якому дозволено виконувати технічні дії між двома спортсменами з метою отримання більшої кількості очок за виконані удари або дострокової перемоги в поєдинку згідно з цими Правилами.

2. Під час поєдинку спортсменам дозволено завдавати:

- 1) одиночних ударів руками та ногами в голову;
- 2) одиночних ударів та серії ударів руками та ногами в корпус.

Допускаються удари руками та ногами в повну силу. Місце проведення поєдинку – ринг стаціонарний розміром 6 x 6 м.

Екіпірування спортсмена включає:

футболку, заправлену в шорти або штани;

спортивні шорти або штани;

шолом відкритого типу;

рукавиці боксерські вагою 284 г (10 унцій) (340 г (12 унцій) для вагових категорій від 80 кг);

протектор гомілки та підйому стопи завтовшки від 10 мм, який має відповідати розміру ступні;

протектор на пах (обов'язковий до застосування), що одягається під штани (шорти) та має відповідати розміру;

капу.

До початку бою захисне спорядження мають обов'язково перевірити бокові судді чи рефері.

Якщо спортсмен виходить на ринг без будь-якого з перелічених елементів екіпіровки, з порушеннями в ній, невідповідністю вимогам, за вказівкою бокового судді чи рефері він повинен усунути таке порушення протягом 1 хв. При цьому спортсмен отримує перше попередження. Відлік часу фіксує суддя-хронометрист за командою рефері.

3. Нарахування очок:

1) 2 очка – рукою з розвороту в голову, удар ногою в голову;

2) 1 очко – удар рукою в голову, удар ногою в корпус.

4. Під час поєдинку та до його початку заборонено:

1) завдавати ударів:

у потилицю, хребет, горло, пах;

нижче пояса;

відкритою рукавицею;

ліктем та передпліччям;

коліном;

головою;

2) кидати суперника;

3) здійснювати неконтрольовані дії;

4) сперечатися із суддями;

5) не виконувати команд судді;

6) розмовляти на ринзі без дозволу судді;

7) спізнюватися з виходом на ринг;

8) некоректно поводитись щодо суддів, суперників, глядачів;

9) одягати прикраси, годинники, ланцюжки;

10) застосовувати больові та задушливі прийоми;

11) ухилятися від ведення поєдинку;

12) кусатися, дряпатися, щипатися;

13) випльовувати капу;

14) вести пасивний або фіктивний бій;

15) натирати обличчя та руки вазеліном або іншими подібними засобами;

16) розфарбовувати обличчя;

17) відмовлятися від рукостискання із суперником.

5. Покарання за порушення цих Правил:

1) перше порушення (ненавмисне порушення) – усне зауваження;

2) друге порушення – перше попередження, знімається 1 очко за раунд;

- 3) третє порушення – друге попередження, знімається 1 очко за раунд;
- 4) четверте порушення – третє попередження, знімається 1 очко за раунд;
- 5) п'яте порушення – дискваліфікація спортсмена.

У разі грубого навмисного порушення, що призвело до травмування суперника, рефері дискваліфікує спортсмена в будь-який час поєдинку без оголошення трьох попереджень.

6. За підсумками кожного раунду бокові судді визначають підсумковий рахунок у відповідних записках.

В разі відкриття рефері спортсмену рахунку (нокдаун), боковий суддя знімає одне очко та фіксує результат у суддівській записці.

Оцінюються тільки дозволені цими Правилами технічні дії. Переможцем визнають спортсмена, який після закінчення бою за сумою раундів має більшу кількість набраних очок, якого двоє з трьох (троє з трьох) суддів визнали переможцем. Якщо після закінчення поєдинку переможця не визначено, проводять екстра-раунд (1 хв.), в якому бокові судді визначають переможця.

2. Лоу комбат

1. Лоу комбат – розділ змагань з комбат самозахист ІСО, в якому дозволено виконувати технічні дії в повний контакт. Це поєдинок між двома спортсменами, що складається з двох раундів з перервою між раундами 30 с, з метою отримання більшої кількості очок за виконані удари або дострокової перемоги в поєдинку згідно з цими Правилами.

2. Під час поєдинку спортсменам дозволено завдавати одиночних ударів та серій ударів:

- 1) руками та ногами в голову;
- 2) руками та ногами в корпус;
- 3) ногами у ноги.

Допускаються удари руками та ногами в повну силу. Місце проведення поєдинку – ринг стаціонарний розміром 6 x 6 м, майданчик розміром 8 x 8 м, завтовшки не менше 2 см.

Екіпірування спортсмена включає:

футболку, заправлену в шорти;

шорти;

шолом відкритого типу;

рукавиці боксерські вагою 284 г (10 унцій) (340 г (12 унцій) для вагових категорій від 80 кг);

протектор гомілки та підйому стопи завтовшки від 10 мм, який має відповідати розміру ступні;

протектор на пах (обов'язковий до застосування), що одягається під штани (шорти) та має відповідати розміру;

капу.

До початку бою захисне спорядження мають обов'язково перевірити бокові судді чи рефері.

Якщо спортсмен виходить на ринг без будь-якого з перелічених елементів екіпіровки, з порушеннями в ній, невідповідністю вимогам, за вказівкою бокового судді чи рефері він повинен усунути таке порушення протягом 1 хв. При цьому спортсмен отримує перше попередження. Відлік часу фіксує суддя-хронометрист за командою рефері.

3. Нарахування очок:

1) 2 очка – рукою з розвороту в голову, удар ногою в голову;

2) 1 очко – удар рукою в голову, удар ногою в корпус, удар ногою у ногу.

4. Під час поєдинку та до його початку забороняється:

1) завдавати ударів:

у потилицю, хребет, горло, пах;

відкритою рукавицею;

ліктем та передпліччям;

коліном;

головою;

2) кидати суперника;

3) здійснювати неконтрольовані дії;

- 4) не виконувати команд судді;
- 5) розмовляти на ринзі без дозволу судді;
- 6) спізнюватися з виходом на ринг;
- 7) некоректно поводитись щодо суддів, суперників, глядачів;
- 8) одягати прикраси, годинники, ланцюжки;
- 9) застосовувати больові та задушливі прийоми;
- 10) ухилятися від ведення поєдинку;
- 11) кусатися, дряпатися, щипатися;
- 12) випльовувати капю;
- 13) вести пасивний або фіктивний бій;
- 14) натирати обличчя та руки вазеліном чи іншими подібними засобами;
- 15) розфарбовувати обличчя;
- 16) відмовлятися від рукостискання із суперником.

5. Покарання за порушення цих Правил:

- 1) перше порушення (ненавмисне порушення) – усне зауваження;
- 2) друге порушення – перше попередження, знімається 1 очко за раунд;
- 3) третє порушення – друге попередження, знімається 1 очко за раунд;
- 4) четверте порушення – третє попередження, знімається 1 очко за раунд;
- 5) п'яте порушення – дискваліфікація спортсмена.

У разі грубого навмисного порушення, що призвело до травмування суперника, рефері дискваліфікує спортсмена в будь-який час поєдинку без оголошення трьох попереджень.

6. За підсумками кожного раунду бокові судді визначають підсумковий рахунок у відповідних записках.

В разі відкриття рефері спортсмену рахунку (нокдаун), боковий суддя знімає одне очко та фіксує результат у суддівській записці.

Оцінюються тільки дозволені цими Правилами технічні дії. Переможцем визнають спортсмена, який після закінчення бою за сумою раундів має більшу кількість набраних очок і якого двоє з трьох (троє з трьох) суддів визнали

переможцем. Якщо після закінчення поєдинку переможця не визначено, проводять екстра-раунд (1 хв.), в якому бокові судді визначають переможця.

3. К-комбат

1. К-комбат – розділ змагань з комбат самозахист ІСО, в якому дозволено виконувати технічні дії в повний контакт. Поєдинок між двома спортсменами проводиться у два раунди з метою отримання більшої кількості очок за виконані удари або дострокової перемоги в поєдинку згідно з цими Правилами.

2. Під час поєдинку спортсменам дозволено такі дії:

1) одиночні удари та серій ударів:

руками та ногами в голову;

руками та ногами в корпус;

ногами у ноги;

2) удари коліном у корпус;

3) прихвати кінцівок та клінч (3 с);

4) кидки з прихватом ноги та підсіканням під опорну ногу;

5) кидки з клінчу "скрутки".

Допускаються удари руками та ногами в повну силу. Кидки з прихватом ноги та підсіканням під опорну ногу та кидки з клінчу "скрутки" оцінюються, якщо атакуючий залишився в стійці.

Місце проведення поєдинку – ринг стаціонарний розміром 6 x 6 м, майданчик розміром 6 x 6 м або 8 x 8 м, завтовшки не менше 2 см.

Екіпірування спортсмена включає:

футболку, заправлену в шорти;

шорти;

шолом відкритого типу;

рукавиці боксерські вагою 284 г (10 унцій) (340 г (12 унцій) для вагових категорій від 80 кг);

протектор гомілки та підйому стопи завтовшки від 10 мм, який має відповідати розміру ступні;

протектор на пах (обов'язковий до застосування), що одягається під штани (шорти) та має відповідати розміру;

капу.

До початку бою захисне спорядження мають обов'язково перевірити бокові судді чи рефері.

Якщо спортсмен виходить на ринг без будь-якого з перелічених елементів екіпіровки, з порушеннями в ній, невідповідністю вимогам, за вказівкою бокового судді чи рефері він повинен усунути таке порушення протягом 1 хв. При цьому спортсмен отримує перше попередження. Відлік часу фіксує суддя-хронометрист за командою рефері.

3. Нарахування очок:

1) 2 очка – рукою з розвороту в голову, удар ногою в голову;

2) 1 очко – удар рукою в голову, удар ногою в корпус, удар ногою у ногу, удар коліном у корпус, кидок із прихватом ноги та підсіканням під опорну ногу, кидок із клінчу "скрутка" .

4. Під час поєдинку та до його початку заборонено:

1) завдавати ударів:

у потилицю, хребет, горло, пах;

відкритою рукавицею;

ліктем та передпліччям;

коліном у голову;

головою;

2) здійснювати:

амплітудні кидки суперника;

неконтрольовані дії;

3) не виконувати команд судді;

4) розмовляти на ринзі без дозволу судді;

5) спізнюватися з виходом на ринг;

6) некоректно поводитись щодо суддів, суперників, глядачів;

7) одягати прикраси, годинники, ланцюжки;

- 8) застосовувати больові та задушливі прийоми;
- 9) ухилятися від ведення поєдинку;
- 10) кусатися, дряпатися, щипатися;
- 11) випльовувати капю;
- 12) вести пасивний або фіктивний бій;
- 13) натирати обличчя й руки вазеліном чи іншими подібними засобами;
- 14) розфарбовувати обличчя;
- 15) відмовлятися від рукоштовання із суперником.

5. Покарання за порушення цих Правил:

- 1) перше порушення (ненавмисне порушення) – усне зауваження;
- 2) друге порушення – перше попередження, знімається 1 очко за раунд;
- 3) третє порушення – друге попередження, знімається 1 очко за раунд;
- 4) четверте порушення – третє попередження, знімається 1 очко за раунд;
- 5) п'яте порушення – дискваліфікація спортсмена.

У разі грубого порушення, що призвело до травмування суперника, рефері дискваліфікує спортсмена в будь-який час поєдинку без оголошення трьох попереджень.

6. За підсумками кожного раунду бокові судді визначають підсумковий рахунок у відповідних записках.

В разі відкриття рефері спортсмену рахунку (нокдаун), боковий суддя знімає одне очко та фіксує результат у суддівській записці.

Оцінюються тільки дозволені цими Правилами технічні дії. Переможцем визнають спортсмена, який після закінчення бою за сумою раундів має більшу кількість набраних очок, якого двоє з трьох (троє з трьох) суддів визнали переможцем. Якщо після закінчення поєдинку переможця не визначено, проводять екстра-раунд (1 хв.), в якому бокові судді визначають переможця.

4. Тайбокс комбат

1. Тайбокс комбат – розділ змагань з комбат самозахист ІСО, в якому дозволено виконувати технічні дії в повний контакт. Це поєдинок між двома

спортсменами, що складається з двох раундів, з метою отримання більшої кількості очок за виконані удари та кидки або дострокової перемоги в поєдинку згідно з цими Правилами.

2. Під час поєдинку спортсменам дозволено такі дії:

1) одиночні удари та серії ударів:

руками та ногами в голову;

руками та ногами в корпус;

ногами у ноги;

2) удари коліном у корпус;

3) удари ліктями в корпус;

4) прихвати кінцівок та клінч (3 с);

5) кидки:

з прихватом ноги та підсіканням під опорну ногу;

з клінчу "скрутки" .

Допускаються удари руками та ногами в повну силу. Кидки з прихватом ноги та підсіканням під опорну ногу, кидки з клінчу "скрутки" оцінюються, якщо атакуючий залишився в стійці. Місце проведення поєдинку – ринг стаціонарний розміром 6 x 6 м.

Екіпірування спортсмена включає:

футболку, заправлену в шорти;

шорти;

шолом відкритого типу;

рукавиці боксерські вагою 284 г (10 унцій) (340 г (12 унцій) для вагових категорій від 80 кг);

протектор гомілки та підйому стопи завтовшки від 10 мм, який має відповідати розміру ступні;

протектор на пах (обов'язковий до застосування), що одягається під штани (шорти) та має відповідати розміру;

м'який протектор (жилет) на груди (для жінок);

капу;

протектори на лікті.

До початку бою захисне спорядження мають обов'язково перевірити бокові судді чи рефері.

Якщо спортсмен виходить на ринг без будь-якого з перелічених елементів екіпіровки, з порушеннями в ній, невідповідністю вимогам, за вказівкою бокового судді чи рефері він повинен усунути таке порушення протягом 1 хв. При цьому спортсмен отримує перше попередження. Відлік часу фіксує суддя-хронометрист за командою рефері.

3. Нарахування очок:

1) 2 очка – рукою з розвороту в голову, удар ногою в голову;

2) 1 очко – удар рукою в голову, удар ногою в корпус, удар ногою у ногу, удар коліном в корпус, удар ліктем у корпус, кидок з прихватом ноги та підсіканням під опорну ногу, кидок із клінчу "скрутка".

4. Під час поєдинку та до його початку заборонено:

1) завдавати ударів:

у потилицю, хребет, горло, пах;
відкритою рукавицею;
ліктем та передпліччям в голову;
коліном у голову;
головою;

2) здійснювати:

амплітудні кидки суперника;
неконтрольовані дії;

3) не виконувати команд судді;

4) розмовляти на ринзі без дозволу судді;

5) спізнюватися з виходом на ринг;

6) некоректно поводитись щодо суддів, суперників, глядачів;

7) одягати прикраси, годинники, ланцюжки;

8) застосовувати больові та задушливі прийоми;

9) ухилятися від ведення поєдинку;

- 10) кусатися, дряпатися, щипатися;
- 11) випльовувати капу;
- 12) вести пасивний або фіктивний бій;
- 13) натирати обличчя та руки вазеліном чи іншими подібними засобами;
- 14) розфарбовувати обличчя;
- 15) відмовлятися від рукостискання із суперником.

5. Покарання за порушення цих Правил:

- 1) перше порушення (ненавмисне порушення) – усне зауваження;
- 2) друге порушення – перше попередження, знімається 1 очко за раунд;
- 3) третє порушення – друге попередження, знімається 1 очко за раунд;
- 4) четверте порушення – третє попередження, знімається 1 очко за раунд;
- 5) п'яте порушення – дискваліфікація спортсмена.

У разі грубого навмисного порушення, що призвело до травмування суперника, рефері дискваліфікує спортсмена в будь-який час поєдинку без оголошення трьох попереджень.

6. За підсумками кожного раунду бокові судді визначають підсумковий рахунок у відповідних записках.

В разі відкриття рефері спортсмену рахунку (нокдаун), боковий суддя знімає одне очко та фіксує результат у суддівській записці.

Оцінюються тільки дозволені цими Правилами технічні дії. Переможцем визнають спортсмена, який після закінчення бою за сумою раундів має більшу кількість набраних очок, якого двоє з трьох (троє з трьох) суддів визнали переможцем. Якщо після закінчення поєдинку переможця не визначено, проводять екстра-раунд (1 хв.), в якому бокові судді визначають переможця.

5. Фрі комбат

1. Фрі комбат – розділ змагань з комбат самозахист ІСО, в якому дозволено виконувати технічні дії в повний контакт. Це поєдинок між двома спортсменами, що складається з двох раундів з метою отримання більшої кількості очок за виконані удари та кидки або дострокової перемоги в поєдинку згідно з цими Правилами.

2. Під час поєдинку спортсменам дозволено такі дії:

1) одиночні удари та серії ударів:

руками та ногами в голову;

руками та ногами в корпус;

ногами у ноги;

2) удари коліном у корпус та ноги;

3) прихвати кінцівок та клінч (3 с);

4) кидки;

5) больові прийоми в партері;

6) задушливі прийоми в партері;

7) добивання рукою (один удар) після кидка;

8) партер (3 с).

Допускаються удари руками та ногами в повну силу. Місце проведення поєдинку – ринг стаціонарний розміром 6 х 6 м, майданчик розміром 6 х 6 м або 8 х 8 м, завтовшки не менше 3 см, восьмикутник стаціонарний.

Екіпірування спортсмена включає:

футболку, заправлену в шорти;

шорти;

шолом відкритого типу;

рукавиці боксерські вагою 284 г (10 унцій) (340 г (12 унцій) для вагових категорій від 80 кг);

протектор гомілки та підйому стопи завтовшки від 10 мм, який має відповідати розміру ступні;

протектор на пах (обов'язковий до застосування), що одягається під штани (шорти) та має відповідати розміру;

капу.

До початку бою захисне спорядження мають обов'язково перевірити бокові судді чи рефері.

Якщо спортсмен виходить на ринг без будь-якого з перелічених елементів екіпіровки, з порушеннями в ній, невідповідністю вимогам, за вказівкою

бокового судді чи рефері він повинен усунути таке порушення протягом 1 хв. При цьому спортсмен отримує перше попередження. Відлік часу фіксує суддя-хронометрист за командою рефері.

3. Нарахування очок:

1) 2 очка – рукою з розвороту в голову, удар ногою в голову, амплітудний кидок.

2) 1 очко – удар рукою в голову, удар ногою в корпус, удар ногою у ногу, удар коліном у корпус, кидок, добивання рукою (один удар) після кидка, утримання в партері (3 с).

4. Під час поєдинку та до його початку заборонено:

1) завдавати ударів:

у потилицю, хребет, горло, пах;

відкритою рукавицею;

ліктем та передпліччям;

головою;

коліном у голову;

2) здійснювати неконтрольовані дії;

3) не виконувати команд судді;

4) розмовляти на ринзі без дозволу судді;

5) спізнюватися з виходом на ринг;

6) некоректно поводитись щодо суддів, суперників, глядачів;

7) одягати прикраси, годинники, ланцюжки,

8) застосовувати больові та задушливі прийоми;

9) ухилятися від ведення поєдинку;

10) кусатися, дряпатися, щипатися;

11) випльовувати капу;

12) вести пасивний або фіктивний бій;

13) натирати обличчя та руки вазеліном чи іншими подібними засобами;

14) розфарбовувати обличчя;

15) відмовлятися від рукостискання із суперником.

5. Покарання за порушення цих Правил:

- 1) перше порушення (ненавмисне порушення) – усне зауваження;
- 2) друге порушення – перше попередження, знімається 1 очко за раунд;
- 3) третє порушення – друге попередження, знімається 1 очко за раунд;
- 4) четверте порушення – третє попередження, знімається 1 очко за раунд;
- 5) п'яте порушення – дискваліфікація спортсмена.

У разі грубого навмисного порушення, що призвело до травмування суперника, рефері дискваліфікує спортсмена в будь-який час поєдинку без оголошення трьох попереджень.

6. За підсумками кожного раунду бокові судді визначають підсумковий рахунок у відповідних записках.

В разі відкриття рефері спортсмену рахунку (нокдаун), боковий суддя знімає одне очко та фіксує результат у суддівській записці.

Оцінюються тільки дозволені цими Правилами технічні дії. Переможцем визнають спортсмена, який після закінчення бою за сумою раундів має більшу кількість набраних очок, якого двоє з трьох (трьох з трьох) суддів визнали переможцем. Якщо після закінчення поєдинку переможця не визначено, проводять екстра-раунд (1 хв.), в якому бокові судді визначають переможця.

6. Мікс комбат

1. Мікс комбат – розділ змагань з комбат самозахист ІСО, в якому дозволено виконувати технічні дії в повний контакт. Це поєдинок між двома спортсменами, що проводиться у два раунди з метою отримання більшої кількості очок за виконані удари та кидки або дострокової перемоги в поєдинку згідно з цими Правилами.

2. Під час поєдинку спортсменам дозволено такі дії:

1) одиночні удари та серії ударів:

руками та ногами в голову;

руками та ногами в корпус;

ногами у ноги;

2) удари коліном в корпус та ноги;

- 3) прихвати кінцівок та клінч;
- 4) кидки;
- 5) добивання рукою (не більше ніж три удари) після кидка;
- 6) активна боротьба в партері (30 с);
- 7) больові прийоми в партері на руки та ноги;
- 8) задушливі прийоми в партері;
- 9) удари в партері руками та ліктями у корпус та ноги;
- 10) удари в партері колінами у корпус та ноги;
- 11) удари в партері руками в голову.

У разі нанесення в партері серії ударів у голову (три і більше) з позиції "зверху" рефері подає команду "Стоп!" та відкриває рахунок незалежно від стану спортсмена. В разі здатності спортсмена продовжити поєдинок, рефері подає команду "Файт!" у стійці. Допускаються удари руками та ногами в повну силу.

Місце проведення поєдинку: восьмикутник (октагон) стаціонарний, майданчик розміром 6 x 6 м або 8 x 8 м, завтовшки не менше 3 см.

Екіпірування спортсмена включає:

футболку, заправлену в шорти (трико);

шолом закритого типу;

рукавиці відкриті з пальцями для захватів вагою не менше 227 г (8 унцій);

протектор гомілки та підйому стопи завтовшки від 10 мм, який має відповідати розміру ступні;

протектор на пах (обов'язковий до застосування), що одягається під штани (шорти) та має відповідати розміру;

капу.

До початку бою захисне спорядження мають обов'язково перевірити бокові судді чи рефері.

Якщо спортсмен виходить на ринг без будь-якого з перелічених елементів екіпіровки, з порушеннями в ній, невідповідністю вимогам, за вказівкою бокового судді чи рефері він повинен усунути таке порушення протягом 1 хв.

При цьому спортсмен отримує перше попередження. Відлік часу фіксує суддя-хронометрист за командою рефері.

3. Нарахування очок:

1) 2 очка – рукою з розвороту в голову, удар ногою в голову, амплітудний кидок;

2) 1 очко – удар рукою в голову, удар рукою в корпус, удар ногою в корпус, удар ногою у ногу, удар коліном у корпус, кидок, утримання в партері (3 с), добивання рукою (один удар) після кидка, амплітудний удар коліном у партері в корпус, удар рукою в партері.

4. Під час поєдинку та до його початку заборонено:

1) завдавати ударів:

у потилицю, хребет, горло, пах;

відкритою рукавицею;

ліктем та передпліччям в голову;

головою;

2) здійснювати неконтрольовані дії;

3) не виконувати команд судді;

4) розмовляти в восьмикутнику без дозволу судді;

5) спізнюватися з виходом до восьмикутника;

6) некоректно поводитись щодо суддів, суперників, глядачів;

7) одягати прикраси, годинники, ланцюжки;

8) застосовувати больові та задушливі прийоми;

9) ухилятися від ведення поєдинку;

10) кусатися, дряпатися, щипатися;

11) випльовувати капу;

12) вести пасивний або фіктивний бій;

13) натирати обличчя та руки вазеліном чи іншими подібними засобами;

14) розфарбовувати обличчя;

15) відмовлятися від рукостискання із суперником.

5. Покарання за порушення цих Правил:

- 1) перше порушення (ненавмисне порушення) – усне зауваження;
- 2) друге порушення – перше попередження, знімається 1 очко за раунд;
- 3) третє порушення – друге попередження, знімається 1 очко за раунд;
- 4) четверте порушення – третє попередження, знімається 1 очко за раунд;
- 5) п'яте порушення – дискваліфікація спортсмена.

У разі грубого навмисного порушення, що призвело до травмування суперника, рефері дискваліфікує спортсмена в будь-який час поєдинку без оголошення трьох попереджень.

6. За підсумками кожного раунду бокові судді визначають підсумковий рахунок у відповідних записках.

У разі відкриття рефері спортсмену рахунку (нокдаун), боковий суддя знімає одне очко та фіксує результат у суддівській записці.

Оцінюються тільки дозволені цими Правилами технічні дії. Переможцем визнають спортсмена, який після закінчення бою за сумою раундів має більшу кількість набраних очок, якого двоє з трьох (троє з трьох) суддів визнали переможцем. Якщо після закінчення поєдинку переможця не визначено, проводять екстра-раунд (1 хв.), в якому бокові судді визначають переможця.

7. Фрі бокс

1. Фрі бокс – розділ змагань із комбат самозахист ІСО, в якому дозволено виконувати контрольовані технічні дії між двома спортсменами з метою отримання більшої кількості очок за виконання ударів руками або дострокової перемоги в поєдинку згідно з цими Правилами.

2. Під час поєдинку спортсменам дозволено завдавати одиночних або серійних ударів руками.

Допускаються удари руками в повну силу. Серії більше трьох ударів поспіль руками в голову, які влучили в ціль, мають присікатися рефері.

Місце проведення поєдинку – ринг 6 x 6 м або 8 x 8 м, завтовшки не менше 1 см.

Екіпірування спортсмена включає:

футболку;

спортивні шорти;

рукавиці боксерські вагою 284 г (10 унцій) (340 г (12 унцій) для вагових категорій – 80 кг);

протектор на пах (обов'язковий до застосування), що одягається під штани (шорти) та має відповідати розміру;

капу.

До початку бою захисне спорядження мають обов'язково перевірити бокові судді чи рефері.

Якщо спортсмен виходить на ринг без будь-якого з перелічених елементів екіпіровки, з порушеннями в ній, невідповідністю вимогам, за вказівкою бокового судді чи рефері він повинен усунути таке порушення протягом 1 хв. При цьому спортсмен отримує перше попередження. Відлік часу фіксує суддя-хронометрист за командою рефері.

3. Нарахування очок:

1 очко – удар рукою в голову або корпус.

4. Під час поєдинку та до його початку заборонено:

1) завдавати ударів:

у потилицю, хребет, горло, пах;

відкритою рукавицею;

ліктем та передпліччям;

головою;

нижче поясу;

2) здійснювати неконтрольовані дії;

3) не виконувати команд судді;

4) спізнюватися з виходом на ринг;

5) некоректно поводитись щодо суддів, суперників, глядачів;

6) одягати прикраси, годинники, ланцюжки;

7) застосовувати больові та задушливі прийоми;

- 8) ухилятися від ведення поєдинку;
- 9) кусатися, дряпатися, щипатися;
- 10) випльовувати капу;
- 11) вести пасивний або фіктивний бій;
- 12) розмовляти на ринзі без дозволу судді;
- 13) розфарбовувати обличчя;
- 14) відмовлятися від рукостискання із суперником.

5. Покарання за порушення цих Правил:

- 1) перше порушення (ненавмисне порушення) – усне зауваження;
- 2) друге порушення – перше попередження, знімається 1 очко за раунд;
- 3) третє порушення – друге попередження, знімається 1 очко за раунд;
- 4) четверте порушення – третє попередження, знімається 1 очко за раунд;
- 5) п'яте порушення – дискваліфікація спортсмена.

У разі грубого навмисного порушення, що призвело до травмування суперника, рефері дискваліфікує спортсмена в будь-який час поєдинку без оголошення трьох попереджень.

6. За підсумками кожного раунду бокові судді визначають підсумковий рахунок у відповідних записках.

У разі відкриття рефері спортсмену рахунку (нокдаун), боковий суддя знімає одне очко та фіксує результат у суддівській записці.

Оцінюються тільки дозволені цими Правилами технічні дії. Переможцем визнають спортсмена, який після закінчення бою за сумою раундів має більшу кількість набраних очок, якого двоє з трьох (трьох з трьох) суддів визнали переможцем. Якщо після закінчення поєдинку переможця не визначено, проводять екстра-раунд (1 хв.), в якому бокові судді визначають переможця.

8. Фрі реслінг

Фрі реслінг – розділ змагань з комбат самозахист ІСО, в якому дозволено виконувати технічні дії в повному контакті. Це поєдинок, що складається з одного раунду з необмеженим часом боротьби в партері (активних дій) між двома

спортсменами з метою отримання більшої кількості очок за виконані кидки та прийоми або дострокової перемоги у поєдинку згідно з цими Правилами.

Екіпірування спортсмена включає:

футболку заправлену в шорти (трико для боротьби, куртку);

шорти;

протектор на пах, що одягається під шорти і має відповідати розміру (за бажанням).

Х. Визначення результатів змагань

1. Система оцінок

1. За підсумками кожного раунду бокові судді визначають підсумковий рахунок, який ведеться у суддівських записках. У всіх розділах легкого, посиленого та повного контакту нараховуються очки за винятком таких дисциплін: атак-тест, показові форми та прикладний комбат, в яких нараховуються бали.

2. Спортсмену нараховуються очки за кожний точний удар, який без перешкод влучив у ціль, кидок, утримання, інші технічні дії, що підлягають оцінюванню згідно з цими Правилами. Під час ближнього бою очки надаються тому спортсмену, який мав перевагу у відповідному епізоді.

3. Очки не нараховуються у разі:

- 1) використання забороненої техніки;
- 2) ударів у руки чи ноги суперника, коли той використовує їх для захисту;
- 3) ударів без достатньої сили.

Якщо після закінчення поєдинку загальна сума очок обох спортсменів рівна, проводять екстра-раунд (1 хв.), в якому бокові судді визначають переможця. На офіційних змаганнях визначення переможця є обов'язковим. Поєдинки у матчевих зустрічах можуть закінчуватися нічиєю.

4. Визначення переможця за сумою раундів:

1) переможцем визнають спортсмена, який після закінчення бою за сумою раундів має більшу кількість набраних очок, якого двоє з трьох суддів визнали переможцем;

2) наприкінці кожного раунду кращий спортсмен отримує 10 очок, а його суперник – відповідно менше (8–9);

3) в разі незначної різниці в додаткових очках (від 1 до 5) суперник отримує 9 очок, рахунок в раунді становитиме 10:9;

4) в разі різниці, що перевищує 5 очок, рахунок в раунді становитиме 10:8;

5) якщо обидва спортсмена за рівнем майстерності однакові, кожному з них нараховується 10 очок;

6) спортсмен виграє раунд в разі виконання більш результативних технічних дій згідно з цими Правилами, використання більш різноманітної техніки, демонстрації кращого захисту у порівнянні з суперником;

7) в разі відкриття рефері спортсмену рахунку (нокдаун), боковий суддя знімає одне очко та фіксує результат у суддівській записці.

5. В разі визначення переможця за сумою очок переможцем визнається спортсмен, який після закінчення бою отримав перемогу від більшості бокових суддів на підставі більшої кількості набраних очок (за сумою очок) за виконані технічні дії, які фіксуються в суддівських записках.

6. Визначення особистих результатів.

Перемога одного спортсмена над іншим визначається за такими показниками:

- 1) кількість очок;
- 2) явна перевага;
- 3) дискваліфікація суперника;
- 4) неспроможність суперника продовжувати поєдинок;
- 5) відмова суперника чи його секунданта від продовження поєдинку;
- 6) нокаут;
- 7) технічний нокаут;
- 8) неявка суперника.

Перемога за очками визначається більшістю бокових суддів. Якщо після закінчення екстра-раунду сума очок обох спортсменів однакова, переможцем визнається спортсмен, який за рішенням бокових суддів показав кращу техніко-

тактичну та фізичну підготовку. Рішення більшості бокових суддів щодо переможця змагань є остаточним.

Перемогу за явної переваги присуджують у тому разі, коли рефері визначає перевагу одного з двох спортсменів, чий суперник отримує багато сильних ударів, при цьому значною є різниця отриманих очок за технічні дії та/або існує ризик отримання травми через недостатній рівень підготовки спортсмена.

7. Перемогу через дискваліфікацію присуджують спортсмену в таких випадках:

- 1) суперник отримав три попередження та знову порушив ці Правила;
- 2) суперник грубо порушив ці Правила.

Перемогу через неспроможність суперника продовжувати поєдинок присуджують в разі, коли один спортсмен неспроможний продовжувати поєдинок, в тому числі через травму, а суперник не виконав жодних заборонених цими Правилами технічних дій.

Перемога через відмову суперника продовжувати поєдинок присуджується в разі, коли спортсмен або його секундант заявить про відмову від поєдинку до бою. Спортсмен має право відмовитися від поєдинку до виходу на ринг (майданчик) за станом здоров'я. Перемога через відмову суперника від продовження бою під час поєдинку присуджується в разі, якщо він чи його секундант заявлять про це рефері або секундант викине на майданчик (ринг) рушник.

Перемогу нокаутом присуджують спортсмену в разі, коли його суперник протягом 10 с неспроможний продовжувати поєдинок.

Рефері присуджує перемогу технічним нокаутом спортсмену, який здобув перемогу больовим або задушливим прийомом, після дій, в результаті яких атакований визнає себе переможеним.

Перемогу у зв'язку з неявкою суперника присуджують в разі, коли протягом 1 хв після повторного виклику суперник не вийшов на ринг (майданчик) або вийшов неготовим до бою, а також у тих випадках, коли суперник не пройшов процедуру зважування або був знятий зі змагань лікарем.

2. Визначення місця в особистих змаганнях

В особистих змаганнях переможець та місця, що посіли спортсмени, визначаються за системою з вибуванням переможеного (за олімпійською системою).

Перше місце посідає спортсмен, що закінчив змагання без поразок. Друге місце - спортсмен, що програв у фіналі. Третє місце не розігрується – його посідають обидва спортсмена, що програли поєдинки у півфіналі. Інші місця розподіляються за кількістю перемог незалежно від їх характеру.

Якщо змагання проводять за круговою системою, місця визначають за кількістю перемог. Виграє спортсмен, який здобув найбільше перемог у відповідній ваговій та віковій категоріях, а у разі однакової кількості перемог – за найбільшою сумою очок, що набрали спортсмени у поєдинках згідно з суддівськими записками.

3. Визначення командних результатів

1. У командних змаганнях за заявленими спортсменами кожна команда заявляє не більше одного спортсмена в кожній ваговій категорії. Кожній команді дозволяється наявність запасних учасників, якщо це передбачено Положенням.

Перемога однієї команди над іншою визначається за сумою очок, що набрані всіма спортсменами команди. Перемога спортсмена в кожній ваговій категорії надає команді 2 очки, поразка – 1 очко, неявка або відсутність спортсмена в конкретній ваговій категорії – 0 очок.

2. У командних змаганнях за круговою системою командні місця визначаються за сумою очок, що набрали спортсмени в поєдинках, за умови, що спортсмени за перемогу отримують 2 очки, за нічию – 1 очко, за поразку чи неявку – 1 очко.

Якщо дві чи більше команд мають рівну кількість очок, місця між ними розподіляють залежно від того, хто над ким із них отримав більше перемог. Якщо при цьому переможця визначити неможливо, місця визначають за найбільшим числом особистих перемог спортсменів команди в усіх зустрічах.

3. У командних змаганнях за кількістю очок командні місця визначають за сумою очок, що набрали всі спортсмени за зайняті призові місця:

за перше місце спортсмен отримує 7 очок;

за друге місце спортсмен отримує 5 очок;

за третє місце спортсмен отримує 3 очки.

4. У командних змаганнях за кількістю призових місць командна першість визначається за найбільшою сумою перших місць, які посіли команди. У разі рівної кількості перших місць перевагу отримує команда, що має більше других місць, а якщо ці показники рівні, вище місце отримує команда, яка посіла більше третіх місць.

4. Умови відміни змагань

1. Попередньо відмінити змагання в одному, кількох розділах або за всією програмою має право тільки організація, яка проводить змагання. Про це рішення вона зобов'язана не пізніше ніж за двадцять днів до початку змагань, повідомити головного суддю змагань у письмовій формі.

2. Перед початком змагань відмінити їх, відкласти, призупинити початок або зробити перерву має право головний суддя в разі:

1) невідповідності вимогам цих Правил:

місця проведення змагань;

інвентарю та обладнання або їх відсутності;

2) непередбачених обставин (відсутність електроенергії, водопостачання, тепlopостачання тощо), що заважають проведенню змагань;

3) відсутності медичного персоналу;

4) виявлення недійсних суддівських записок, розбіжностей оцінок суддів, а також виявлення помилок суддів під час підрахунку очок, що призвело до прийняття невірної рішення.

5. Умови подання заяв та протестів

1. У разі виникнення спірних питань у спортсменів, представників команд, окремих суддів щодо процедури проведення змагань вони мають право подати апеляцію до головного судді змагань.

Апеляції (заяви) можуть подаватися в усній формі безпосередньо під час змагань, але не пізніше ніж через 10 хв після виникнення спірних питань. Якщо стосовно усної заяви не може бути прийнято рішення відразу або представник команди незадоволений прийнятим рішенням, він може викласти його у формі письмового обґрунтованого протесту.

Протести подаються головному судді не пізніше ніж через 10 хв після оголошення офіційного результату в цьому поєдинку та до початку наради суддівської колегії за підсумками суддівства дня, що пройшов. Рішення щодо протесту має бути винесено до початку наступного поєдинку. Під час розгляду протестів судді мають право використовувати будь-які докази: фотографії фрагментів поєдинків, відеозаписи, опитування офіційних осіб змагань.

Рішення щодо протесту оформлюються письмовим висновком головного судді чи протоколом головної суддівської колегії. Якщо представник команди незадоволений прийнятим рішенням головного судді, він може звернутися до журі.

2. Перемога рішенням спростовується в разі, якщо:

- 1) рефері прийняв рішення, яке явно суперечить цим Правилам;
- 2) за розбіжності суддів (2 x 1) одну із суддівських записок визнано недійсною, а її результат вплинув на визначення бою.

3. Недійсною записку визнають у разі, якщо:

- 1) немає підпису та не зазначено прізвища судді;
- 2) неправильно підраховано суму очок в одного чи в обох спортсменів;
- 3) немає відмітки про оголошення спортсмену попередження про зняття очок;
- 4) в ній два чи більше виправлень (помарок);
- 5) за розбіжності бокових суддів враховується думка головного судді, заступника головного судді та голови журі у вигляді оформленого в ході бою на суддівських записках встановленого зразка.

XI. Загальні вимоги до екіпіровки учасників та місць проведення змагань

1. Екіпіровка учасників змагань

1. Учасники змагань (чоловіки та жінки) одягаються у спеціальний одяг для комбат самозахист ІСО: куртка з поясом, штани, футболка, шорти та захисне спорядження.
2. Дозволяється вносити зміни в форму одягу, про що зазначається в Положенні.
3. Жилет на груди вдягають згідно з правилами для легкого та посиленого контакту.
4. Протектор на пах має бути під шортами (штанами).
5. У лайт-контакті спортсмени мають право носити футболки, рукави яких не мають бути довшими за середину плеча.
6. Пояс у розділах спортсмени використовують згідно зі ступенем майстерності.
7. На окремих частинах спорядження спортсменам дозволено використовувати емблеми чи атрибутику клубів або асоціацій, членами яких вони є. Дозволено використовувати назви та гасла рекламного характеру, якщо вони не суперечать етиці спортсмена.
8. Спортсменам заборонено надівати ланцюжки, годинники, сережки, інші прикраси, що можуть спричинити травми.
9. Взуття не взувають, нігті на пальцях ніг мають бути коротко зрізані.
10. Довге волосся має бути зібрано за допомогою еластичного матеріалу, використовувати стрічку не дозволено.
11. Спортсмени під час поєдинків зобов'язані одягати захисне спорядження згідно з цими Правилами.

2. Місце проведення змагань

1. Підготовка місць проведення змагань здійснюється у відповідності до вимог постанови Кабінету Міністрів України від 18 грудня 1998 року № 2025 "Про порядок

підготовки спортивних споруд та інших спеціально відведених місць для проведення масових спортивних та культурно-видовищних заходів". Під час прийому місця проведення змагань із комбат самозахист ІСО складається акт (додаток 8). Змагання можуть проводитися на відкритому майданчику (влітку) і в закритому приміщенні. Майданчик, на якому встановлено ринг, має бути захищеним від сонячних променів та опадів.

2. Змагання можуть проходити на рингу, восьмикутнику чи майданчику.

3. Площа рингу обладнується чотирма, п'ятьма линвами завтовшки 3–4 см, які туго натягнуті між стовпцями, що розміщені у кутах.

4. Відстань між кутовими стовпцями і линвами рингу має бути не менше 30 см. Усі металеві розтяжки покриваються м'якою оббивкою.

5. Линви обгортаються м'якою тканиною, у кожному куті рингу з'єднуються подушками, товщина яких – 5–7 см. Подушки та линви у двох протилежних кутах мають бути різного кольору (червоного та синього).

6. Підлога рингу (восьмикутника) має бути рівною, без пружності та виходити за линви не менше ніж на 10 см з кожного боку.

7. У кутах рингу в перервах між раундами ставлять по одному стільцю, які розміщуються за межами рингу, та бачок з водою.

8. Якщо ринг встановлено на помості, на його протилежних боках мають бути сходи для спортсменів та секундантів та ще одні – в нейтральному куті для рефері та медичного персоналу.

9. З трьох боків рингу розміщують столи для бокових суддів.

10. Майданчик розміром 6 x 6 м, 8 x 8 м має бути надійно зафіксовано на підлозі завтовшки не менше 3 см.

11. У разі проведення змагань у закритих приміщеннях відстань від рингу до стін або до інших предметів приміщення має бути не менше 2 м.

12. Освітлення рингу (майданчика) має бути не менше 1000 люксів. Світло має освітлювати ринг згори. Бокове освітлення не дозволяється.

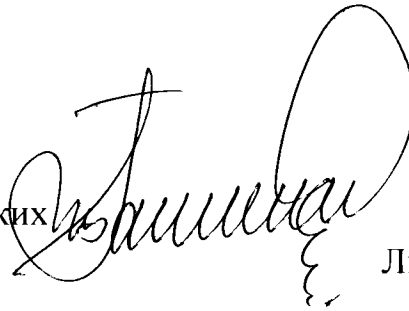
13. Місця для глядачів розміщуються на відстані не ближче 3 м від майданчика, помосту рингу.

14. Якщо змагання проводяться у закритому приміщенні, температура повітря має бути в діапазоні від +16 °С до +25 °С.

15. Якщо змагання проводяться на відкритому майданчику, температура повітря має бути в діапазоні від +18 °С до +30 °С.

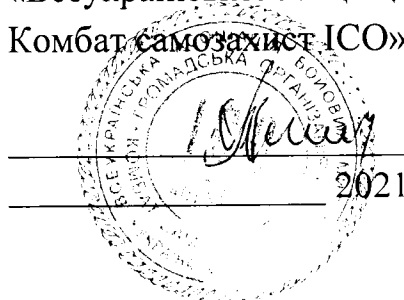
16. Проводити змагання під час дощу чи сильного вітру (понад 5 м/с) не дозволяється.

Директор департаменту
фізичної культури та неолімпійських
видів спорту



Людмила ПАНЧЕНКО

ПОГОДЖУЮ
Перший Віце-президент
«Всеукраїнської асоціації бойових мистецтв.
Комбат самозахист ІСО»



Олександр СЛІПЧЕНКО

2021 р.



ІМЕННА ЗАЯВКА

На участь у змаганнях _____
(назва змагань)

Місце проведення _____

Дата проведення _____

№ з/п	Прізвище, ім'я, по батькові учасника	Число, місяць, рік нар.	Випол. пов.років	Вагова катег. кг	Зван, розряд	ФСТ.область	Назва спортив.клуб.	Вид програми	Прізвище, ім'я, по батькові тренера	Віза та підпис лікаря ЛФД
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1										

Зазначені у списку особи пройшли належне тренування і до змагань підготовлені.

Представник(тренер) _____
(підпис) _____ (прізвище, ініціали)

Голова відокремленого підрозділу асоціації _____
(підпис) _____ (прізвище, ініціали)

Усього допущено до змагань _____ лікар _____ (прізвище, ініціали)

Керівник структурного підрозділу з фізичної культури та спорту _____ (підпис) _____ (прізвище, ініціали)

місцевої державної адміністрації _____
або органу місцевого самоврядування _____ М.П. _____ (прізвище, ініціали)

Додаток 2
до Правил спортивних змагань
з комбат самозахист ІСО

ЗАЯВКА

На участь у змаганнях _____
(назва змагань)

Місце проведення _____

Дата проведення _____

№ з/п	Прізвище, ім'я, по батькові учасника	Число,місяць,рік нар.	Випол. пов.років	Вагова катег. кг	Зван, розря .	ФСТ,область	Назва спортив.клуб.	Вид програми	Прізвище, ім'я, по батькові тренера	Віза та підпис лікаря ЛФД
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1										

Зазначені у списку особи пройшли належне тренування і до змагань підготовлені.

Представник(тренер) _____
(підпис) _____
(прізвище,ініціали)

Голова відокремленого підрозділу асоціації _____
(підпис) _____
(прізвище, ініціали)

Усього допущено до змагань _____ лікар _____
Керівник структурного підрозділу з фізичної культури та спорту _____
(підпис) _____
(прізвище,ініціали)

місцевої державної адміністрації _____
або органу місцевого самоврядування _____
М.П. _____
(підпис) _____
(прізвище, ініціали)

Додаток 3
до Правил спортивних магань
з комбат самозахист ІСО

ТАБЛИЦЯ
складання пар під час проведення змагань по колу

Кількість учасників команд	Коло				
	I	II	III	IV	V
3	1-2	1-3	1-0		
	0-3	2-0	3-2		
4	1-2	1-3	1-4		
	4-3	2-4	3-2		
5	1-2	1-3	1-4	1-5	1-0
	1-3	2-4	3-5	4-0	5-2
	5-4	0-5	2-0	3-2	4-3
6	1-2	1-3	1-4	1-5	1-6
	6-3	2-4	3-5	4-6	5-2
	5-4	6-5	2-6	3-2	4-3

Додаток 4
до Правил спортивних змагань
з комбат самозахист ІСО

Вікові групи та вагові категорії, тривалість поєдинків для розділів

Вікова група	Вагові категорії, кг								Час поєдинку (раунд х хвилин)
	найлегша	легка	напівсередня	середня	напівважка	важка	найважча	особливо важка	Розділи змагань
7 – 8 років	20	25	30	35	40	45	+45		легкий контакт 2 x 1 (1 x 1,5)
9 – 10 років	25	30	35	40	45	50	+50		легкий контакт 2 x 1 (1 x 1,5)
11 – 12 років	30	35	40	45	50	55	+55		легкий контакт 2 x 1 (1 x 1,5)
13 – 14 років чоловіки	40	45	50	55	60	65	+65		легкий, посилений контакти 2 x 1,5 3 x 1 (1 x 1,5)
жінки	35	40	45	50	55	60	+60		
15 – 16 років чоловіки	50	55	60	65	70	75	+75		легкий, посилений, повний контакти 2 x 1,5 3 x 1 (1 x 2)
жінки	45	50	55	60	65	70	+70		
17 – 18 років чоловіки	55	60	65	70	75	80	+80		легкий, посилений, повний контакти 2 x 2 3 x 2 (1 x 3)
жінки	50	55	60	65	70	75	+75		
18 років і старші чоловіки	55	60	65	70	75	80	85	+85	легкий, посилений, повний контакти 2 x 2 3 x 2 (1 x 3)
жінки	50	55	60	65	70	75	+75		

Додаток 5
до Правил спортивних магань
з комбат самозахист ІСО

(найменування організації, що проводить змагання)

(назва змагань)

ЗВІТ
лікаря про травми, одержані учасниками змагань

" ____ " ____ 20__ р.

№ з/п	Прізвище, ім'я, по батькові	Місто	Вагова категорія	№ майданчика	Опис травми	Надана медична допомога	Зняття з посидинку (змагання)	Підпис лікаря

Лікар змагань _____

Заступник головного судді _____

Додаток 6
до Правил спортивних магань
з комбат самозахист ІСО

СУДДІВСЬКА ЗАПИСКА (ринг)

комбат самозахист ІСО _____ місце й дата проведення _____
вікова категорія _____ вагова категорія _____ бій № _____

Червоний:								Синій:								
Раунд	Очки			Попередження				Сума	Сума	Очки			Попередження			
	1	2	3	1	2	3	Д			1	2	3	1	2	3	Д
1																
2																
3																
	НК	НКД	Тр/Ня/Вл	РЕЗУЛЬТАТ						НК	НКД	Тр/Ня/Вл				

Боковий суддя _____ / _____

Додаток 7
до Правил спортивних магань
з комбат самозахист ІСО

СУДДІВСЬКА ЗАПИСКА (майданчик)

Вікова категорія _____

Вагова категорія _____

Прізвище	СИНІЙ					ЧЕРВОНИЙ					Прізвище			
ПЕРШИЙ РАУНД														
1						1								
2						2								
н/д	т/н	нок.	відм.	диск.		н/д	т/н	нок.	відм.	диск.				
Порушення		0	1	2	3	Д	Порушення		0	1	2	3	Д	
Вихід за татамі		0	1	2	3	Д	Вихід за татамі		0	1	2	3	Д	
					СИНІЙ					ЧЕРВОНИЙ				
ДРУГИЙ РАУНД														
1						1								
2						2								
н/д	т/н	нок.	відм.	диск.		н/д	т/н	нок.	відм.	диск.				
Порушення		0	1	2	3	Д	Порушення		0	1	2	3	Д	
Вихід за татамі		0	1	2	3	Д	Вихід за татамі		0	1	2	3	Д	
					СИНІЙ					ЧЕРВОНИЙ				
ЕКСТРА РАУНД														
1						1								
2						2								
н/д	т/н	нок.	відм.	диск.		н/д	т/н	нок.	відм.	диск.				
Порушення		0	1	2	3	Д	Порушення		0	1	2	3	Д	
Вихід за татамі		0	1	2	3	Д	Вихід за татамі		0	1	2	3	Д	
СИНІЙ					ПЕРЕМОЖЕЦЬ					ЧЕРВОНИЙ				

Пі
дп
ис
—
—
—
—
—
—
—

Додаток 8
до Правил спортивних магань
з комбат самозахист ІСО

АКТ

прийому місця проведення змагань із комбат самозахист ІСО

Назва заходу _____

Адреса приміщення _____

" ____ " _____ 20 ____ року

(місце складання)

Цей акт складено комісією у складі: _____

та лікарем _____ про те, що облаштування місця
змагань відповідає Правилам спортивних змагань з комбат самозахист ІСО.

Члени комісії:

_____	_____ / _____ /
_____	_____ / _____ /
_____	_____ / _____ /

ЗМІСТ

I.	Загальні положення	2
II.	Організація та проведення змагань	2
	1. Види змагань	2
	2. Система проведення змагань	3
	3. Організація змагань	4
	4. Положення про змагання	4
	5. Заявки на участь у змаганнях	5
	6. Мандатна комісія	6
III.	Учасники змагань	6
	1. Вікові групи	6
	2. Вагові категорії	7
IV.	Суддівська колегія	9
	1. Загальні вимоги до суддівської колегії	9
	2. Права та обов'язки суддівської колегії	10
	3. Головний суддя змагань	11
	4. Головний секретар змагань	12
	5. Головний лікар змагань	13
	6. Старший суддя	14
	7. Рефері в рингу (восьмикутнику, майданчику)	15
	8. Боковий суддя	19
	9. Допоміжний суддівський персонал	20
V.	Проведення та суддівство змагань	21
	1. Зважування спортсменів	21
	2. Жеребкування та складання пар	22
	3. Права та обов'язки учасників змагань	23
	4. Представники, тренери та капітани команд	25
	5. Секунданти та їх помічники	26
	6. Умови відкриття рахунку рефері	26
	7. Умови зупинки поєдинків через травму спортсмена	28
	8. Зупинення поєдинку «Тайм-аут»	29
VI.	Вимоги до виконання технічних дій	29
	1. Положення учасників	29
	2. Удари	30
	3. Кидки	31
	4. Больові прийоми	32
	5. Задушливі прийоми	34
	6. Утримання	35
	7. Клінч	36
	8. Нокдаун і нокаут	36
	9. Час поєдинків	37
VII.	Легкий контакт – розділи змагань	37
	1. Атак-тест	37

	2. Показові форми	40
	3. Прикладний комбат	43
	4. Сейф поїнт	47
	5. Сейф поїнт зі зброєю	51
	6. Сейф комбат	52
	7. Лайт комбат	56
	8. Лоу комбат лайт	58
	9. К-1 комбат лайт	61
	10. S-1 комбат лайт	64
	11. Тайбокс комбат лайт	66
	12. Микс комбат лайт	69
	13. Реслінг лайт	73
	14. Фрі комбат лайт	73
	15. Фрі бокс лайт	76
VIII.	Посилений контакт – розділи змагань	78
	1. Лайт ринг	78
	2. S-1 комбат	81
	3. Тотал комбат	84
	4. Реслінг	87
	5. Фрі бокс	90
	6. Командне багатоборство	92
IX.	Повний контакт – розділи змагань	97
	1. Фул комбат	97
	2. Лоу комбат	99
	3. К-комбат	102
	4. Тайбокс комбат	104
	5. Фрі комбат	107
	6. Мікс комбат	110
	7. Фрі бокс	113
	8. Фрі реслінг	115
X.	Визначення результатів змагань	116
	1. Система оцінок	116
	2. Визначення місця в особистих змаганнях	119
	3. Визначення командних результатів	119
	4. Умови відміни змагань	120
	5. Умови подання заяв та протестів	121
XI.	Загальні вимоги до екіпіровки учасників та місць проведення змагань	122
	1. Екіпіровка учасників змагань	122
	2. Місце проведення змагань	122
	Додатки	125