

ЗАТВЕРДЖУЮ

**Заступник Міністра молоді та
спорту України**

Олексій НІКІТЕНКО

ПРАВИЛА
СПОРТИВНИХ ЗМАГАНЬ
З КІКБОКСИНГУ WAKO



СЕД Megapolis.DocNet
Міністерство молоді та спорту України
№30/3.2/25 від 08.08.2025
КЕП: Нікітенко О. В. 08.08.2025 13:34
3FAA9288358EC0030400000015FD3800115AD300

I. Загальні положення

Правила спортивних змагань з кікбоксингу WAKO (далі – Правила) визначають основні засади організації та проведення спортивних змагань з кікбоксингу WAKO, що проводяться на території України.

1. Правила розроблено та складено з урахуванням вимог Правил Міжнародної федерації «Всесвітня асоціація кікбоксерських організацій» (WAKO IF) та є основним документом для організацій, що проводять спортивні змагання з кікбоксингу WAKO на всій території України.

2. Тільки Федерація кікбоксингу України WAKO (далі – Федерація) має право приймати рішення щодо змін цих Правил з кікбоксингу WAKO, встановлених ним або Комітетами, які призначені Правлінням WAKO. Зміни цих Правил мають бути доведені до всіх членів WAKO. В разі змін Правил вони вступають в дію протягом мінімум одного місяця з дня прийняття рішення. Дата вступу змін в силу має бути вказана точно та однозначно.

3. Федерація, як член WAKO IF – офіційний член WADA, повністю визнає і виконує Всесвітній Кодекс антидопінгу. Кожен кікбоксер, тренер і офіційна особа зобов'язані розуміти, адаптувати та поважати Кодекс WADA, як під час спортивних змагань, так і поза ними.

Будь-який кікбоксер, який відмовляється пройти медичне обстеження або антидопінговий тест до або після бою, може бути негайно дискваліфікований або відсторонений до повного розгляду. Те ж саме буде і в разі заохочення будь-ким іншим до такої відмови.

4. Кікбоксинг – сучасний контактний вид спорту, який включає в себе кілька чітко визначених розділів:

- 1) ПОІНТ ФАЙТИНГ (PF),
- 2) ЛАЙТ КОНТАКТ (LC),
- 3) КІК ЛАЙТ (KL),
- 4) ФУЛ КОНТАКТ (FC),
- 5) ЛОУ КІК (LK),
- 6) СТИЛЬ K1 (K1),
- 7) МУЗИЧНІ ФОРМИ, які поділяються на музичні форми та креативні форми (MF та CF).

Розділи кікбоксингу поділяються на дві основні групи на основі певних правил, які застосовуються до кожної групи. Основною характеристикою, яка визначає групу, є дозволені удари, їх сила та майданчик для проведення спортивних змагань.

Татамі-розділи включають поінт файтинг, лайт контакт, кік лайт, де дозволено наносити удари з контрольованою силою/контактом. Основна мета кікбоксера – перемогти суперника, набравши більше балів ніж його/її суперник. Змагальний майданчик називається татамі.

Музичні форми (музичні форми та креативні форми) – особлива група татамі-розділу, де кікбоксери демонструють бій з уявним суперником з музикою або без неї. Майданчик для виступу називається татамі.

Рингові розділи включають фул контакт, лоу кік, стиль K1, де дозволяється наносити удари з повною силою. Основна мета кікбоксера в цих розділах – перемогти суперника шляхом зупинки бою достроково або виграти за рахунок більшої кількості балів. Змагальний майданчик називається ринг.

II. Організація та проведення спортивних змагань

1. Здоров'я кікбоксерів

1. У всіх всеукраїнських змаганнях, чемпіонатах та Кубку України рекомендовано проводити не більше двох поєдинків у день для рингових розділів. Для татамі-розділів обмежень на кількість поєдинків у день немає.

2. Медичний огляд є обов'язковим для кожного кікбоксера. Для участі в національних чемпіонатах і турнірах необхідно мати медичну довідку, видану відповідно до національного медичного законодавства та Правил.

Для участі у спортивних змаганнях до мандатної комісії в день приїзду подаються: іменні заявки, завірені печаткою та підписом керівника структурного підрозділу Автономної Республіки Крим, областей, м. Києва та Севастополя, спортивного клубу, лікарем, страхові поліси, копія паспорта. До участі у спортивних змаганнях допускаються команди та учасники, які підтвердили в установленій термін свою участь.

2. Визначення та опис

1. Учасники спортивних змагань з кікбоксингу мають діяти відповідно до спортивних цінностей, чесно, з повагою, відповідно до цих правил та Статуту і вимогам WAKO, адаптованими до часу. Учасниками спорту з кікбоксингу визнаються: кікбоксер, тренер, суддя та офіційна особа.

2. Кікбоксер – спортсмен, який пройшов достатню підготовку, займався та брав участь у спортивних змаганнях з кікбоксингу відповідно до цих Правил.

3. Вікові категорії

Кікбоксери поділяються на вікові та вагові категорії, які визначені в Загальних правилах рингу та Загальних правилах татамі.

Вік визначається роком народження. А саме: скільки повних років виповниться кікбоксеру в поточному календарному році.

Легітимність – у всіх спортивних змаганнях вимагатиметься підтвердження віку (свідоцтво про народження, паспорт, ID-картка тощо).

Вікові категорії на татамі:

- 1) діти (CH/C0) (хлопці та дівчата) 8 та 9 років;
- 2) молодші юнаки (YC/C1) (хлопці та дівчата) 10, 11 та 12 років;
- 3) старші юнаки (OC/C2) (хлопці та дівчата) 13, 14 та 15 років;
- 4) юніори (J/JN) (чоловіки та жінки) 16, 17 та 18 років;

- 5) дорослі (S/SN) (чоловіки та жінки) 19 – 40 років;
- 6) ветерани(майстри) (V/VT/M/MT) (чоловіки та жінки) 41 – 55 років.

Вікові категорії в ринзі:

- 1) молодші юнаки (YC/C1) (хлопці та дівчата) 11 та 12 років;
- 2) старші юнаки (OC/C2) (хлопці та дівчата) 13 та 14 років;
- 3) молодші юніори (YJ/J1) (чоловіки та жінки) 15 та 16 років;
- 4) старші юніори (OJ/J2) (чоловіки та жінки) 17 та 18 років;
- 5) дорослі (S/SN) (чоловіки та жінки) 19 – 40 років.

Уточнення та винятки

Юніори (в татамі-розділах) та старші юніори, які досягли 18 років (в рингових розділах) можуть виступати у віковій категорії дорослі.

Старші юніори та юніори, які змагалися як дорослі у чемпіонаті України та Кубку України, можуть продовжувати змагатися як юніори в усіх інших змаганнях, за винятком чемпіонату України.

Діти, молодші юнаки, старші юнаки або юніори можуть брати участь в командних спортивних змаганнях лише у віковій категорії, в який приймали участь у особистих спортивних змаганнях.

Якщо будь-який кікбоксер вікової категорії майстер (ветеран) бажає змагатися у категорії дорослі, він має пройти медичні огляди та отримати сертифікат, який засвідчує, що він придатний до участі у спортивних змаганнях, та отримати спеціальний дозвіл національної федерації WAKO.

У всеукраїнських спортивних змаганнях та спортивних змаганнях нижчого рівня кікбоксери можуть брати участь у своїй та/або наступній ваговій або віковій категорії (максимум однією вище).

4. Безпека здоров'я кікбоксерів

Кікбоксери, обрані для участі в реєстрованому пулі тестування WAKO (RTP), зобов'язані дотримуватися інструкцій антидопінгового директора WAKO та відповідних постачальників послуг, які включають заповнення форми щодо місцеперебування, спортивних змагань та передачу її до антидопінгової служби. Невиконання призведе до наслідків, передбачених Кодексом та автоматичного призупинення їх рейтингу.

Будь-який кікбоксер, який має зубні брекети, має надати «Сертифікат WAKO Dental Brace Certificate», виданий хірургом-ортодонтом, який вважає, що кікбоксер не піддаватиметься більшому ризику, ніж будь-яка інша особа, яка бере участь у спортивних змаганнях з кікбоксингу відповідно до правил WAKO.

Кікбоксеру не буде дозволено брати участь у бою, якщо у нього є пов'язка на рані, порізи, травми, виразки, розриви або кров, що тече з голови, обличчя, носа, вух тощо.

Під час турніру на місці обов'язкова присутність медичного персоналу.

Якщо жінка-мусульманка заявляє щодо участі у будь-яких спортивних змаганнях ВАКО з повагою та відповідно до релігії, вона має надати письмову згоду на обстеження та надання допомоги на випадок надзвичайної ситуації.

Тренер є експертом з кікбоксингу, який має відповідну освіту та досвід. Для участі у всеукраїнських турнірах, чемпіонатах та Кубку України, тренер зобов'язаний мати ліцензію (акредитацію) Федерації відповідно до вимог законодавства та Правил.

Метою семінарів, організованих і проведених головою та членами Тренерського комітету, є навчати, вдосконалювати, ділитися та поширювати знання, досвід та інформувати щодо новітніх розробок кікбоксингу.

Зовнішній вигляд тренера в змагальній зоні

Тренер має бути одягнений в спортивний костюм національної/клубної команди, штани та кросівки.

Тренер зобов'язаний мати з собою: рушник, пластикову пляшку з водою, яка використовується лише для пиття та полоскання рота. Жоден інший тип пляшки з водою не дозволяється в зоні бою (татамі або ринг) для використання кікбоксерами або тренерами (скляна пляшка заборонена).

Заборонено носити сумки чи рюкзаки, але дозволено носити невелику сумку для документів на талії. Не дозволяється носити кепку чи капелюх, сорочки без рукавів, шорти та тапочки. Не дозволяється носити одяг або частини одягу з будь-яких інших видів спорту, а також позначений логотипами чи знаками інших видів спорту, або характерною формою будь-якого іншого виду спорту.

Правила для тренерів під час поєдинку

Кікбоксер має одного або максимум двох тренерів у своєму куті, для допомоги йому під час бою. Йому має бути 18+ років.

Під час поєдинку тренер має дотримуватися таких правил:

у ринг або на татамі може виходити лише один тренер і тільки у перервах;

тренеру заборонено виходити на ринг, на татамі до або під час бою;

тренер має весь час сидіти на наданому кріслі і не може втручатися чи порушувати хід бою жестами чи діями. Категорично забороняється класти руки на платформу рингу, вставати або входити в зону бою, в тому числі навіть на сходи під час бою;

якщо тренер помічає суттєву помилку рефері, помилку у вимірюванні часу або записі балів і результатів, тренер має право встати і показати рефері долонями знак Т (Час) і вимагати зупинки бою та виправлення суттєвої помилки. Тренер має право вимагати зупинки бою та виправлення суттєвої помилки два рази в одному бою. Тренер не має права вимагати зміни рішення рефері або судді, яке не є суттєвою помилкою. Якщо тренер скаржиться або коментує рішення рефері або суддів, він отримує попередження;

тренер може зупинити бій від імені свого кікбоксера, кинувши рушник у зону поєдинків, за винятком того часу, коли рефері відраховує нокдаун кікбоксеру;

тренер не може робити жодних коментарів рефері або судді в зоні змагань або поза нею;

тренер може давати короткі поради та підбадьорювати кікбоксера під час раунду, але не голосно та не криком;

під час поєдинку тренер не може перебувати на рингу чи на татамі. Якщо тренер під час бою наступає на татамі або виходить на ринг, він буде дискваліфікований з цього бою;

тренер має перед кожним раундом прибирати табурети, рушники, відра тощо;

будь-якому тренеру або офіційній особі забороняється заохочувати або спонукати глядачів давати знаки поради чи підбадьорювати кікбоксера під час раунду. Якщо він буде поводитися так, тренер або офіційна особа може бути відсторонений від виконання своїх обов'язків у спортивних змаганнях;

тренер, який порушує правила, може отримати попередження або бути дискваліфікованим рефері за погану поведінку та бути позбавленим можливості секундувати протягом бою, дня або всіх змагань після консультації та погодження головного судді спортивних змагань;

не дозволяється проводити бої без тренера. Якщо його видаляє суддя, він має бути заміненим протягом двох хвилин.

Відповідальність тренерів за порушення правил

Рефері після двох усних попереджень має право дискваліфікувати з бою тренера, який не підкоряється його наказам після рішення більшості суддів і головного судді майданчику (рингу).

Якщо дискваліфікований тренер продовжує порушувати правила, діяти агресивно відносно офіційних осіб, інших тренерів, кікбоксерів або глядачів, головний суддя має право дискваліфікувати його на всі бої в день спортивних змагань.

Рефері та судді є кваліфікованими та ліцензованими представниками Федерації, основним завданням яких є дотримання Правил проведення спортивних змагань з кікбоксингу. До, під час і після роботи на будь-яких турнірах з кікбоксингу рефері та судді мають поважати Кодекс поведінки суддів та всі правила WAKO. Усі рефері та судді призначаються на спортивні змагання згідно з Положенням про суддівську колегію.

Для роботи на всеукраїнських турнірах, чемпіонатах та кубках України мінімальний вік рефері або судді становить 18 років. Немає максимальних вікових обмежень для рефері та суддів, якщо вони придатні за станом здоров'я та можуть виконувати обов'язки на татамі або в ринзі.

Судді у спортивних змаганнях

Головний суддя спортивного змагання.

- 1) Головний суддя майданчику.
- 2) Рефері.
- 3) Суддя.
- 4) Хронометрист.
- 5) Секретар.
- 6) Рахувальник ударів ногами (для розділу фул контакт).

Основна мета **головного судді спортивного** змагання тренера – нагляд за роботою головних суддів майданчиків і забезпечення того, щоб спортивні змагання проводилися відповідно до Правил WAKO. Головний суддя спортивних змагань є членом Апеляційного комітету турніру.

Головний суддя майданчику призначається головним суддею спортивного змагання для кожного майданчику окремо. Задачі головного судді майданчику:

організувати роботу рефері та суддів, переконавшись, що всі дії відповідають Правилам;

організувати роботу рефері та суддів відповідно до областей і спостерігати за кожним боєм, щоб бути готовими навчати рефері і суддів у разі помилок або мати можливість розглядати протести;

відповідати за правильне фіксування результатів боїв на своєму майданчику, а в кінці підписати їх та передати головному секретарю спортивних змагань.

Головний суддя майданчику є членом Апеляційного комітету турніру. У разі протестів вони мають дотримуватися процедур і приймати рішення першого рівня. Якщо учасник протесту не задоволений рішенням, головний суддя майданчику зобов'язаний пояснити усі деталі протесту Апеляційному комітету турніру, який ухвалить остаточне рішення.

Головний суддя майданчику контролює рефері та суддів, може змінити рішення рефері лише у випадку суттєвої помилки.

У музичних формах головний суддя майданчику подає сигнал кікбоксеру до початку виступу, а також координує роботу інших суддів.

Рефері призначається головним суддею майданчику для кожного бою на татамі або в рингу. Основна мета рефері – забезпечити проведення бою згідно з Правилами і з максимальною безпекою обох кікбоксерів. Лише головний суддя майданчику та головний суддя спортивних змагань можуть змінити рішення рефері, але лише у випадку суттєвої помилки.

Рефері на татамі

Роль рефері на татамі базується на наступних принципах:

- 1) є один рефері на бій;
- 2) рефері стежать за суворим дотриманням правил чесної гри;
- 3) рефері мають повноваження контролювати татамі та кікбоксерів;
- 4) перший обов'язок рефері – безпека кікбоксерів;
- 5) рефері мають повноваження призупинити бій для нарахування балів або винесення попереджень;
- 6) рефері єдині, хто має повноваження припинити бій.

Рефері у лайт контакті та кік лайті може виносити попередження та штрафи за порушення Правил і виходи самотійно. Якщо рефері не бачив або має сумніви у порушенні, він може опитати суддів та після згоди більшості винести рішення.

Якщо рефері виносить попередження за порушення, кікбоксеру-порушнику не можуть бути нараховані бали.

Рефері відповідає за дотримання Правил протягом двобою і гарантує, що всі бали, порушення та попередження будуть правильно зафіксовані (для поінт файтингу).

У випадках, коли рефері вважає, що дискваліфікація може бути доцільною (за винятком випадків, автоматичної дискваліфікації), необхідно проконсультуватися з головним суддею майданчику.

Рефері має вдягати медичні рукавички і міняти їх після кожного бою, в якому у кікбоксера була кровотеча.

Рефері поінт файтингу зупиняє бій і оголошує оцінку, для нарахування балів за рішенням більшості. Судді не можуть розмовляти будь з ким, крім рефері та головним суддею майданчику під час бою.

У випадку нокдауну (KD) одного з кікбоксерів, рефері може призупинити відрахунок нокдауну (KD), якщо інший кікбоксер не знаходиться в нейтральному куті.

Рефері в ринзі

Роль рефері базується на наступних принципах:

- 1) першочергова відповідальність рефері – безпека кікбоксерів;
- 2) рефері має використовувати медичні рукавички та міняти їх після кожного бою, в якому у кікбоксера була кровотеча;
- 3) рефері має повноваження призупиняти бій і застосовувати штрафи;
- 4) рефері – єдиний, хто має повноваження припинити бій.

Рефері може самотійно виносити попередження та штрафи за порушення Правил. Якщо рефері не бачив або має сумніви у порушенні, він може опитати суддів та після згоди більшості винести рішення.

Під час усних попереджень рефері не може наказувати хронометристу зупиняти час.

У випадках, коли рефері вважає, що дискваліфікація може бути доцільною, за винятком випадків автоматичної дискваліфікації, необхідно проконсультуватися з головним суддею майданчику.

У випадку нокдауну (KD) одного з кікбоксерів, рефері може призупинити відрахунок нокдауну (KD), якщо інший кікбоксер не знаходиться в нейтральному куті.

Обов'язки рефері

Рефері зобов'язаний:

- 1) перевіряти капи;
- 2) перевіряти правильні позиції суддів перед боєм;
- 3) слідкувати, щоб ослаблений кікбоксер не отримував зайвих і непотрібних ударів;
- 4) оголошувати переможця за командою головного судді майданчику;
- 5) у разі використання суддівських записок, наприкінці бою зібрати та перевірити суддівські записки суддів;
- 6) після перевірки передати суддівські записки головному судді та оголосити переможця за командою головного судді майданчику.

Команди рефері

Рефері використовує команди:

- 1) SHAKE HANDS «ШЕЙК ХЕНДС» – команда використовується на початку бою, щоб наказати кікбоксерам торкнутися рукавичок і висловити повагу один до одного;
- 2) FIGHT «ФАЙТ» – команда використовується на початку бою для того, щоб розпочати бій, а також кожного разу, щоб продовжити бій;
- 3) BREAK «БРЕЙК» – ця команда використовується рефері для припинення клінчу, після чого кожен кікбоксер має зробити один повний крок назад перед продовженням бою;
- 4) STOP «СТОП» – команда використовується, для призупинення бою;
- 5) STOP TIME «СТОП ТАЙМ» – команда використовується, щоб наказати хронометристу припинити вимірювання активного часу бою. Утворивши букву Т руками, віддає наказ хронометристу зупинити час, доки рефері не дасть команду «ФАЙТ». Коли рефері дає команду «СТОП ТАЙМ», він має назвати причину, чому він зупинив час.

Рефері віддає наказ «СТОП ТАЙМ» у випадках:

- 1) коли робить офіційне попередження кікбоксеру (його суперник повинен негайно піти в нейтральний кут);
- 2) коли кікбоксер просить зупинку часу підняттям правої руки (його суперник має негайно піти в нейтральний кут).
- 3) якщо бій зупинений, він має продовжитися, коли обидва кікбоксера знаходяться приблизно в тих самих позиціях (на татамі) або в центрі (в ринзі);

4) коли бачить, що необхідно поправити екіпіровку чи форму кікбоксера;

5) коли бачить травму кікбоксера (максимальний час для втручання лікаря – дві хвилини для кожного кікбоксера за весь бій).

Для відновлення бою рефері дає команду «ТАЙМ», потім «ФАЙТ».

Якщо рефері вважає, що кікбоксер використовує зупинки, щоб відпочити або збиває атаку суперника, рефері виносить попередження, і кікбоксер може бути дискваліфікованим за затримку бою після обговорення з суддями.

Якщо рефері (після рішення більшості суддів) дискваліфікує кікбоксера або зупиняє бій, він має спочатку вказати головному судді майданчику кікбоксера, який був дискваліфікований, і пояснити причини дискваліфікації, щоб головний суддя майданчику міг повідомити диктора, який потім зробить публічне оголошення.

Щоб не заважати бою, рефері не має знаходитися занадто близько або триматися занадто далеко від кікбоксерів. Рефері має вказувати кікбоксеру відповідними жестами на будь-яке порушення Правил.

Якщо один або обидва кікбоксери глухі, рефері може торкнутися рукою плеча або руки бійця, щоб зупинити або перервати бій.

Рефері має право:

1) у будь-який момент зупинити бій з міркувань безпеки, якщо він вважає, що перевага одного з кікбоксерів є суттєвою;

2) зупинити бій у будь-який момент, якщо один з кікбоксерів отримав удар з порушенням Правил або травму, або якщо рефері вважає, що кікбоксер не може продовжувати бій;

3) у будь-який момент призупинити бій, якщо він виявить, що кікбоксер поводить себе неспортивно. У цьому випадку рефері може дискваліфікувати такого кікбоксера;

4) зробити кікбоксеру зауваження або призупинити бій і винести попередження за порушення;

5) попередити, покарати або навіть дискваліфікувати тренера або секунданта, які порушили Правила або не підкоряються командам рефері;

6) дискваліфікувати з попередженням або без нього кікбоксера, який вчинив порушення.

Суддя призначається головним суддею майданчику для кожного бою.

Головною функцією судді є нарахування балів, набраних обома кікбоксерами під час бою. Суддя оцінює тільки те, що бачить.

Тільки головний суддя майданчику та головний суддя спортивних змагань можуть змінити рішення судді, якщо він підтвердив, що припустився помилки.

Суддя відповідає за перевірку форми та спорядження кікбоксерів перед поєдинком. Суддя 1 (червоний) і суддя 3 (синій) перевіряють захисне спорядження та одяг кікбоксерів перед виходом на ринг/татамі. Судді

перевіряють бинти для рук і рукавички перед тим, як кікбоксери виходять на ринг/татамі. Рефері зобов'язаний перевіряти тільки капи.

Рахувальник ударів ногами

Рахувальника ударів ногами призначає головний суддя рингу для кожного бою в розділі фул контакт. Рахувальник ударів ногами є обов'язковим у всіх спортивних змаганнях у розділі фул контакт.

Рахувальник ударів ногами – суддя, який сидить у нейтральному куті рингу (якщо не використовується система електронного суддівства) або біля хронометриста (коли використовується електронна система). Тренери мають можливість бачити рахувальника, якщо не використовується система електронного суддівства.

Основна мета рахувальника ударів ногами — реєструвати дійсні удари ніг під час кожного раунду. Рахувальник ударів ногами повідомляє рефері після кожного раунду кількість ударів кожного кікбоксера.

Обов'язково, щоб рахувальник ударів ногами використовував дошку з червоними та синіми цифрами (якщо електронна система не використовується).

Перевірка спорядження та одягу кікбоксера перед боєм

Перед початком бою судді перевіряють засоби безпеки бійця, починаючи з голови до ніг кікбоксера.

Перевірка спорядження та одягу кікбоксера на татамі:

- 1) наявність під шоломом прикрас, сережок, сталевих шпильок для волосся, тощо;
- 2) задня/верхня частина шолома, для впевненості, що він правильно та щільно вдягнений;
- 3) капа бійця та наявність пірсингу в язиці. Якщо встановлено брекети на нижню щелепу, кікбоксер має носити капу на обидві щелепи;
- 4) внутрішня частина куртки для поінт файтингу, футболки для лайт контакту або майки для кік лайту на наявність прикрас (ланцюгів, намиста);
- 5) жінок на наявність захисту на грудях;
- 6) рукавички на наявність тріщин або розривів. Рукавички мають бути в хорошому стані, внутрішній матеріал має бути щільним. У лайт контакті та кік лайті використовують рукавички для кікбоксингу вагою 10 унцій;
- 7) наявність бинтів для рук (лайт контакт/кік лайт), за бажанням для поінт файтингу;
- 8) штани (поінт файтинг/лайт контакт) або шорти для кік лайт (увага на тайські надписи чи заборонені логотипи). Шорти не можна вивертати навиворіт.
- 9) захист для паху для чоловіків і жінок (будь-якого віку);
- 10) наявність щитків на гомілку (футбольні щитки на гомілку заборонені);

11) ноги на наявність футів, на відсутність тріщин, розколів або розривів, пальці/п'яти мають бути повністю закриті.

Перевірка зброї та одягу кікбоксера у музичних формах

Кікбоксери, які змагаються у музичних формах, можуть носити будь-яку форму для кікбоксингу або традиційне кімоно. Головний суддя музичних форм має перевірити одяг всіх кікбоксерів. Одяг має бути в чистому та непошкодженому стані. Кікбоксери мають носити традиційний пояс для бойових мистецтв.

Не допускається носіння форми або поясів для м'яких стилів єдиноборств. Футболки НЕ ДОЗВОЛЯЮТЬСЯ. Дозволяється використання пов'язок від поту на руках/зап'ястях.

Перевіряється наявність прикрас або будь-яких видів пірсингу. Перевіряється безпека та стан зброї. Гостра зброя не може використовуватися під час виступу.

Перевірка спорядження та одягу кікбоксера в ринзі:

- 1) наявність під шоломом прикрас, сережок, сталевих шпильок для волосся, тощо;
- 2) задня/верхня частина шолома, для впевненості, що він правильно та щільно вдягнений;
- 3) капа бійця та наявність пірсингу в язиці. Якщо встановлено брекети на нижню щелепу, кікбоксер має носити капу на обидві щелепи;
- 4) жінок на наявність захисту на грудях;
- 5) рукавички на наявність тріщин або розривів. Рукавички мають бути вагою 10 унцій, в хорошому стані, внутрішній матеріал має бути щільним;
- 6) наявність бинтів для рук;
- 7) штани (фул контакт), шорти (лоу кік/стиль K1) (увага на тайські надписи чи заборонені логотипи). Шорти не можна вивертати навиворіт;
- 8) захист для паху для чоловіків і жінок будь-якого віку;
- 9) наявність щитків на гомілки на ногах (фул контакт) (щитки – панчохи не дозволені);
- 10) підтримка гомілковостопного суглобу (не обов'язкові);
- 11) ноги на наявність футів, на відсутність тріщин, розколів або розривів, пальці/п'яти мають бути повністю закриті (фул контакт);
- 12) наявність щитків для гомілок (лоу кік/стиль K1) (мають закривати гомілку та підйом стопи);
- 13) бинти для стоп (лоу кік/стиль K1) (не обов'язкові) (мають бути закриті захистом для щиколотки);
- 14) підтримка гомілковостопного суглоба (лоу кік/стиль K1) (необов'язково, якщо не використовуються бинти для ніг).

Поведінка рефері/суддів у спортивних змаганнях

Усі головні судді, рефері, судді неспортивних змаганнях зобов'язані:

- 1) бути пунктуальними;
- 2) просити дозволу у свого головного судді, який також просить дозволу у головного судді спортивних змагань покинути зону змагань;
- 3) сидіти і спостерігати за поєдинками, щоб вони могли навчатися та допомагати менш кваліфікованим суддям;
- 4) не жувати жувальну гумку або мати щось у роті під час суддівства.

Одяг судді

Рефері та судді мають бути одягнені у:

- 1) темно-синій піджак з емблемою WAKO. На лацкані піджака допускається лише маленький значок WAKO;
- 2) білу сорочку WAKO з короткими рукавами;
- 3) краватку-метелик WAKO (судді та рефері) або краватку WAKO (головні судді майданчиків та головний суддя спортивних змагань);
- 4) чорні штани без підворотів;
- 5) темно-сині або чорні шкарпетки;
- 6) чорне взуття без шнурків, підборів і логотипів, за винятком логотипу WAKO.

Зір судді має бути не менше 6 діоптрій на око. Рефері не дозволяється носити окуляри, але він може носити м'які контактні лінзи. Окуляри дозволені лише суддям/офіційним особам (окрім поінт файтингу).

Кодекс етики/поведінки судді

Гідність

Рефері/судді:

Не можуть перебувати під впливом або мати запах алкоголю протягом усього періоду будь-яких спортивних змагань, в яких вони беруть участь.

Не можуть палити в місці проведення спортивних змагань.

Не можуть користуватися мобільним телефоном/планшетом під час перебування на татамі чи рингу, включно з сидінням за столом татамі/рингу або на місці для сидіння суддів.

Не можуть поводитись будь-яким чином, що принижує WAKO.

Не можуть порушувати будь-які правила та норми соціальної поведінки.

Завжди мають поводитись професійно та етично, виявляючи належну увагу, повагу та ввічливість до колег.

Корупція

Не можуть, прямо чи опосередковано, вимагати, приймати чи пропонувати будь-яку форму прямої або прихованої винагороди, послуг чи подарунків будь-якого характеру, які можна розглядати як хабар, а також бути пов'язаними з будь-якими особами, хто має відношення до хабарництва. Це

може призвести до розслідування та вжиття заходів проти зазначеного рефері/судді.

Відповідальність

Усі рефері/судді мають підтримувати хорошу фізичну форму, дотримуватись особистої гігієни та мати професійний вигляд протягом усього часу під час виконання обов'язків рефері/судді або іншої офіційної особи WAKO.

Кожен рефері/суддя зобов'язаний проходити медичний огляд раз на рік і отримувати медичну довідку. У спортивних змаганнях можуть брати участь лише рефері/судді, які отримали висновок «Медично придатні».

Вони не можуть критикувати або коментувати рішення, прийняті іншими рефері/суддями, якщо тільки цього не вимагає головний суддя майданчику або головний суддя спортивних змагань.

Рефері/судді зобов'язані поважати Правила WAKO та Правила суддів WAKO, а також усі інші правила, які використовуються у WAKO, включаючи Кодекс етики.

Навчання та семінари

Національні семінари (для кікбоксерів, рефері, тренерів), організовані поза спортивними змаганнями, мають бути затверджені, перевірені та включені до плану-календарю Федерації.

Програми семінарів мають бути узгоджені з освітньою програмою WAKO та Правилами WAKO.

Програма семінару може містити:

- 1) усний виступ і пояснення;
- 2) розгляд кожного розділу кікбоксингу та окремих правил;
- 3) усне пояснення основних аспектів, які зазвичай викликають питання;
- 4) будь-яку відеопрезентацію для пояснення Правил;
- 5) практичні заняття з використанням кікбоксерів у дії;
- 6) використання або пояснення роботи системи електронного суддівства;
- 7) письмові заліки/іспити.

Рефері та судді отримають ліцензії на основі результатів роботи у чемпіонатах та Кубку України.

Суддівські категорії

Міжнародні суддівські категорії: А, В, С.

Національні суддівські категорії: НК, 1, 2, 3.

Умови для кожної національної категорії викладено у Положенні про суддівську колегію.

5. Види проведення спортивних змагань

Спортивні змагання поділяються на:

- 1) особисті;
- 2) командні.

В особистих спортивних змаганнях визначаються лише особисті результати й місця кікбоксерів.

В командних спортивних змаганнях визначаються результати й місця команд.

Вид проведення спортивних змагань у кожному окремому випадку визначається регламентом спортивних змагань.

6. Організація спортивних змагань

Змагання з кікбоксингу WAKO проводяться відповідно до Правил та регламенту спортивних змагань (далі – Регламент). Основою всіх спортивних змагань з кікбоксингу є гідність, чесна гра і чесна конкуренція.

Організація, що проводить змагання, зобов'язана:

- 1) розробити та затвердити Регламент;
- 2) створити організаційний комітет з підготовки та проведення спортивних змагань;
- 3) сформуванати й затвердити головну суддівську колегію;
- 4) вирішити питання матеріально-технічного та медичного забезпечення;
- 5) організувати розміщення та харчування учасників, представників, суддів, а також роботу транспорту та обслуговуючого персоналу;
- 6) підготувати місця проведення спортивних змагань.

7. Регламент спортивних змагань

1. Регламент є основним документом, яким керуються суддівська колегія та учасники спортивних змагань.

2. Регламент не може суперечити цим Правилам. В разі наявності розбіжностей суддівська колегія має керуватися цими Правилами.

3. Регламент спортивних змагань має бути розісланим:

для районних і міських спортивних змагань не пізніше ніж за один місяць до їх початку;

для зональних, національних спортивних змагань не пізніше ніж за два місяці до їх початку.

4. Регламент містить такі розділи:

- 1) мета і завдання;
- 2) час і місце проведення;
- 3) керівництво спортивними змаганнями;

- 4) організації, які беруть участь у спортивних змаганнях, та учасники, їх спортивна кваліфікація, вік, склад команди;
 - 5) програма;
 - 6) порядок та умови проведення особистої та командної першості;
 - 7) нагородження;
 - 8) умови прийому учасників і суддів;
 - 9) порядок і строки подання заявок.
5. Пункти Регламенту мають бути точними і не припускати різного їх тлумачення.
6. Зміни і доповнення у Регламент має право вносити лише організація, яка його затвердила, і не пізніше ніж до початку жеребкування у даних змаганнях.

8. Паспорт (картка) кікбоксера

1. Будь-який кікбоксер (діти, юнаки, юніори, дорослі, ветерани) зобов'язаний мати паспорт (картку) кікбоксера.
2. Учасник спортивних змагань має подати паспорт кікбоксера на перевірку до мандатної комісії перед кожним спортивним змаганням.

9. Заявки на участь у змаганнях

1. Попередні іменні заявки надаються в електронному вигляді, згідно з затвердженою формою, у форматі .doc або .docx файлів на вказану в Регламенті електронну адресу у терміни, вказані в Регламенті.
2. У разі запізнення з наданням попередньої заявки, заявка може бути прийнята лише після погодження з організатором спортивного змагання.
3. Паперова іменна заявка на участь у спортивних змаганнях подається в організацію, яка проводить спортивні змагання, і приймається мандатною комісією або секретаріатом.
4. Заявка має бути підписана керівництвом організації, яка відряджає команду на спортивні змагання, і завірена печаткою.
5. Заявка має бути завірена лікарем, печатками медичного закладу, напроти прізвища кожного кікбоксера має бути віза лікаря "допущений".
6. Якщо команда не подала попередню іменну заявку, організатор має право відмовити команді в реєстрації.
7. Заява щодо зміни заявки (перезаявка) подається головному секретареві не пізніше початку проведення жеребкування.
8. У разі проведення онлайн-реєстрації оригінал заявки подається головному секретарю спортивних змагань у день приїзду команди.
9. Кікбоксер зобов'язаний мати при собі паспорт кікбоксера і документ, що посвідчує особу (паспорт громадянина України, службове посвідчення або свідоцтво про народження).
10. Умови допуску кікбоксерів до спортивних змагань визначаються Регламентом.

10. Зважування кікбоксерів

Офіційне зважування

1. Зважування кікбоксерів усіх вагових категорій проводиться напередодні спортивних змагань. Офіційне зважування для чемпіонатів та Кубка України має бути організовано мінімум за 12 і максимум за 48 години до початку спортивних змагань.

2. Дозволяється використовувати декілька медичних ваг для офіційного зважування. Ваги мають бути на твердій підлозі. Вага має бути відображена в метричних одиницях. Можна використовувати електронні ваги.

Розташування офіційних ваг, якщо їх декілька, має бути в окремих кімнатах (одна для чоловіків, одна для жінок) або в тій самій (більшій) кімнаті, що має відповідні візуальні бар'єри. Якщо в такій кімнаті неможливо забезпечити візуально роздільне зважування, члени команди зважуються окремо – спочатку жінки, потім чоловіки.

3. На чемпіонатах, кубках і турнірах з кікбоксингу головний суддя призначає офіційних осіб для контрольного зважування.

Їх основна роль – контролювати та реєструвати фактичний вік, вагову категорію та розділ кожного кікбоксера відповідно до його реєстрації та особистого посвідчення

Під час зважування має бути присутніми двоє офіційних осіб, одна жінка та один чоловік.

4. Усі кікбоксери мають пройти зважування перед жеребкуванням.

5. Лише один представник команди, може бути присутнім, але лише під час зважування їхніх власних команд, однак їм заборонено втручатися в процес зважування. Представнику команди заборонено фізично контактувати з кікбоксером, він/вона мають стояти на відстані не менше одного метра від вагів.

6. Кожен кікбоксер на зважуванні має посвідчення особи (ID-картка або паспорт), паспорт кікбоксера, поліс страхування та медичний допуск.

7. Зважування проходить згідно з розкладом турніру. Оголошений час у кожному спортивному змаганні вважається **офіційним** і має бути дотриманий. Зважування поза офіційним часом не буде дозволено, за винятком випадків, коли зважування зареєстрованої команди не завершилося. Кікбоксер, який спізнився або не прибув на зважування, вибуває із змагань.

8. Якщо команда запізнюється через транспортні затримки на офіційне(перше) зважування та заздалегідь попередила, їй може бути надана можливість зважуватися після офіційного часу. Однак будь-якій команді не дозволяється зловживати такою можливістю.

9. Якщо кікбоксер перевищує заявлену вагу, він може протягом офіційного часу зробити другу (останню) спробу зважитися ще раз через годину після першої спроби. Якщо кікбоксер не досяг заявленої ваги під час другого

зважування, він буде дискваліфікований або переведений у категорію, що відповідає його фактичній вазі

10. Будь-які порушення вищезазначених Правил можуть бути причиною дискваліфікації кікбоксера, представника команди або усієї команди.

Щоденне зважування у рингових розділах є обов'язковим під час офіційних спортивних змагань (чемпіонати та Кубок України) для всіх вікових груп.

1. Щоденне зважування проводитиметься в день бою, поєдинки починатимуться щонайменше через дві години після зважування.

2. Зважування проводиться вранці в оголошений час, який вважається **офіційним**. Не дозволяється зважування поза межами офіційного часу, за винятком випадків, коли зважування не завершилося для тих кікбоксерів, які прибули протягом офіційного часу.

3. Усі кікбоксери мають при собі документ, що посвідчує особу.

4. Якщо кікбоксер перевищує заявлену вагу, він може протягом офіційного часу зробити другу (останню) спробу зважитися через 45 хвилин після першої. Вага, зареєстрована в цьому випадку, є остаточною.

5. Якщо кікбоксер не досяг заявленої ваги під час другого зважування, він буде дискваліфікований (технічна дискваліфікація).

11. Обов'язки та права учасників спортивних змагань

1. Учасники спортивних змагань зобов'язані:

1) знати Правила та Регламент і неухильно їх дотримуватися;

2) своєчасно прибувати на спортивні змагання у визначений час.

Учасник викликається голосно і чітко. Якщо кікбоксер після першого запрошення не вийшов на майданчик, його можуть викликати ще двічі з інтервалом 60 секунд між викликами. Якщо учасник не з'являється після третього виклику, його супернику зараховується перемога через нез'явлення на бій;

3) під час проведення спортивних змагань перебувати у відведених для них місцях, дотримуватись тиші й порядку;

4) пройти мандатну комісію;

5) виконувати вимоги суддів;

6) бути тактовним у ставленні до учасників, суддів, осіб, які проводять і обслуговують спортивні змагання, а також у ставленні до глядачів;

7) виступати в охайній формі, що відповідає Правилам;

8) через неможливість з якихось причин продовжувати спортивні змагання негайно через представника або секунданта, повідомити про це суддівську колегію.

2. Учасник має право:

1) до початку зважування проводити контроль ваги тіла на вагах офіційного зважування;

- 2) через представника отримувати необхідну інформацію щодо ходу спортивних змагань, склад пар, змін у програмі спортивних змагань;
- 3) використовувати в ході поєдинку не більше двох хвилин за весь поєдинок на отримання медичної допомоги (хронометраж починається щойно лікар робить крок на майданчик). Після закінчення часу учаснику, який не вклався у цей термін, зараховується поразка, а супернику присуджується перемога.
3. Кікбоксеру під час бою заборонено залишати майданчик (татамі/ринг), крім випадків отримання серйозної травми та необхідності госпіталізації.

12. Жеребкування

1. Черговість виступів кікбоксерів (команд) у спортивних змаганнях визначається жеребкуванням. Жеребкування проводить головний секретар спортивних змагань, відповідно до остаточно підтвердженої реєстрації кікбоксерів.

2. Загальні критерії

Учасники одного клубу або обласної команди в одній ваговій категорії мають бути розділені на окремі частини (один у верхній, інший у нижній частині списку жеребкування - учасники можуть зустрітися лише у фіналі). Якщо є більше двох кікбоксерів з одного клубу, вони не можуть зустрітися в першому бою, якщо є принаймні така ж кількість учасників з інших клубів.

Кожен графік(сітка) має містити такі дані: назва турніру, місце і дата, назва розділу, стать, вік, вагова категорія, ім'я та прізвище учасника, клуб або команда.

Рішення щодо доцільності оприлюднення графіків (сіток) приймає головний суддя змагання.

Жодні зміни не можуть бути внесені до графіків (сіток) після того, як вони були затверджені головним суддею. Тільки у випадку суттєвої помилки (неправильна вагова категорія, неправильна вікова категорія, неправильний розділ), яку припустився організаційний комітет, в графік (сітку) можуть бути внесені зміни за погодженням з головним суддею.

3. **Посів** буде здійснюватися за наведеними нижче критеріями

Критерії посіву. Позиції посіву на чемпіонатах та Кубку України для кожної категорії будуть визначені з урахуванням результатів, досягнутих кікбоксерами лише у тій самій категорії спортивних змагань (той самий розділ, та сама вікова та вагова категорія), на попередніх спортивних змаганнях протягом поточного та попереднього календарних років.

Рейтинг кожного кікбоксера розраховується на підставі діючого Положення про рейтинг з олімпійських та неолімпійських видів спорту в Україні.

Рішення щодо доцільності проведення посіву приймає головний суддя спортивних змагань.

4. **Офіційне жеребкування** (у випадку, якщо головний суддя прийняв рішення щодо проведення відкритого жеребкування)

Жеребкування буде проведено головним секретарем спортивних змагань у відкритому доступі за попередньо оголошеним розкладом. Це може бути зроблено електронною системою жеребкування.

Остаточні сітки будуть опубліковані не пізніше ніж через одну годину після закінчення жеребкування.

У разі будь-якої суттєвої помилки команди можуть надіслати повідомлення до головного секретаря спортивних змагань, але не пізніше однієї години після публікації жеребкування.

5. **Щоденна програма**

Щоденна програма спортивних змагань визначається Регламентом та затверджується головним суддею спортивних змагань.

Щоденна програма включає:

розклад бою за номерами для кожного майданчику окремо;

дані поєдинку (категорія, кут – червоний або синій, прізвище кікбоксера, інформація щодо його тренера та команди).

13. **Процедура дискваліфікації**

1. Будь-який учасник спортивних змагань може бути дискваліфікований за порушення Правил або за неспортивну поведінку.

Існує два види дискваліфікації:

- 1) технічна дискваліфікація;
- 2) поведінкова дискваліфікація.

2. **Технічна дискваліфікація**

Технічна дискваліфікація, відбувається через порушення технічних правил під час бою (виходи, попередження, мінус-бали, кількість ударів ногами тощо).

Кікбоксер, дискваліфікований через технічну дискваліфікацію, зберігає право на отримання нагороди на основі досягнень до дискваліфікації.

3. **Поведінкова дискваліфікація**

Поведінкова дискваліфікація – грубе та навмисне порушення правил під час бою, що може призвести до травми суперника, а також неспортивна поведінка (лайка, крики, недоречні жестикуляції тощо) відносно суперника та його тренера, судді, будь-якої іншої офіційної особи чи глядачів.

Кікбоксер, дискваліфікований через поведінкову дискваліфікацію, втрачає право на нагородження.

Кікбоксер або будь-який інший учасник може бути дискваліфікований через поведінкову дискваліфікацію у разі неправомірного протесту проти рішення бою та перешкоджання та затримки подальшої запланованої програми

Будь-яка інша офіційна особа може бути дискваліфікована з окремого бою, на весь поточний день або усього до кінця турніру залежно від рівня

порушення ним Правил. Рішення щодо дискваліфікації на весь поточний день або до кінця турніру приймається Апеляційним комітетом.

Голова Апеляційного комітету турніру повідомляє щодо такої дискваліфікації учасника.

14. Протест

1. **Протест (апеляція)** – порядок дій секунданта (тренера) з метою захисту інтересів свого кікбоксера. У разі незгоди з діями окремих суддів, дозволяється звертатися до головного судді майданчику з письмовим протестом через представника, секунданта або тренера своєї команди.

2. Письмовий протест має чітко описувати проблему. Головний суддя майданчику має передати протест Апеляційному комітету, який розгляне проблему та негайно прийме рішення щодо задоволення протесту.

3. Склад Апеляційного комітету:

- 1) головний суддя рингів або татамі;
- 2) головний суддя змагання;
- 3) технічний директор (який буде виконувати функції голови Апеляційного комітету).

4. Два члени комітету не можуть бути призначені від одного регіону.

5. Тренер або його представник має негайно після бою заявити про бажання подати протест.

6. Протягом 10 хвилин після бою, результати якого вони збираються оскаржувати, тренер (секундант) або представник команди мають в довільній формі написати протест та надати головному судді .

7. Апеляційний комітет має розглянути протест та оголосити результат максимум через 15 хвилин після отримання протесту. Рішення апеляційного комітету є остаточним.

8. **Нерегулярні протести** – протести відносно результату бою, який проходить шляхом затримки подальших боїв на рингу/татамі, наприклад, сидання кікбоксера на ринг/татамі. Такі протести заборонені.

9. Наслідком такої поведінки може бути виключення всієї команди з розділу (дисципліни). У випадку подальшої ескалації конфлікту уся команда може бути дискваліфікована зі спортивних змагань.

10. Під час розгляду протестів відеоматеріали не використовуються.

11. Зміна суддівського рішення

Лише головний суддя майданчику чи головний суддя спортивних змагань можуть змінити рішення рефері/судді у разі суттєвої помилки.

Суттєвою помилкою вважається наступне:

- 1) суддя переплутав кут кікбоксера;
- 2) суддівський стіл неправильно зарахував бали або попередження;
- 3) суттєве неправильне застосування правил з боку рефері.

Зміна рішення набуває чинності негайно та має бути оголошена представникам обох команд.

15. Спорядження та одяг

1. Засоби індивідуальної безпеки

Захисне обладнання має відповідати міжнародним стандартам і директивам щодо засобів особистої безпеки та бути затверджено Федерацією.

1) **Шолом** є обов'язковим в усіх розділах крім музичних форм.

Не допускається використання шолому, що закриває обличчя, зменшує поле огляду або заважає слуху.

Шолом має бути відповідного розміру та закривати верхню частину чола, верхню частину голови, скроні, верхню частину щелепи, вуха та потилицю.

2) **Маска для обличчя**

Для дітей та молодших юнаків, яки виступають у поінт файтингу, захисна маска для обличчя є обов'язковою. Маска має відповідати розміру шолома та кріпиться до нього за допомогою самоклеючої липучки.

3) **Захист зубів (капа)** є обов'язковою для всіх розділів, у всіх вікових категоріях, крім музичних форм та може бути будь-якого кольору.

Капа має забезпечувати вільне дихання, бути адаптована до форми рота учасника і не може виступати за межі рота.

Якщо кікбоксер має брекети на нижніх зубах або на верхніх і нижніх зубах, він зобов'язаний мати капу як на верхніх, так і на нижніх зубах.

4) **Рукавички**

У кожному розділі, крім музичних форм, використання рукавичок є обов'язковим.

У змаганнях з кікбоксингу використовуються два типи рукавичок: рукавички для поінт файтингу (відкрита долоня) і рукавички для кікбоксингу для розділів: лайт контакт, кік лайт, фул контакт, лоу кік та стиль K1.

Великий палець має бути повністю прикріплений до основної частини рукавички. Заборонено використовувати рукавички які мають будь-які пошкодження або неналежний стан. Рукавички мають бути закріплені на руці кікбоксера за допомогою самоклеючої смужки на зап'ясті. Рукавички зі шнурками не допускаються.

Заборонені металеві або пластикові пряжки, нашивки та будь-яка самоклеюча стрічка, окрім самоклеючої стрічки на бавовняній основі, яка може використовуватись лише для фіксації рукавичок на зап'ясті.

Рукавички для поінт файтингу

У поінт файтингу обов'язкове використання рукавичок з відкритою долонею повним покриттям першої половини пальців, включаючи великий палець. Рукавички мають закривати зону удару на передній і верхній стороні кулака і краю долоні і мають закривати мінімум п'ять см вище зап'ястя. Загальна вага рукавички має становити вісім унцій (226 грамів).

Ковзання рукавичок

Ковзання рукавичок суперечить Правилам. Якщо рукавички кікбоксера злітають під час удару рукою, бали не нараховуються та кікбоксеру виноситься

попередження за ковзання рукавички (якщо суперник зриває рукавичку, бали залишаються, попередження не виноситься).

Рукавички для кікбоксингу

Рукавички повністю закривають кулак кікбоксера з окремими частинами для великого та інших пальців. Внутрішня частина рукавичок покриває нижню частину пальців і закриває мінімум п'ять см зап'ястя. Рукавички для кікбоксингу, мають вагу 10 унцій (283 грами), вага має бути чітко вказана на самій рукавичці.

5) Бинти для рук і ніг

Бинти використовуються для уникнення травм. Обов'язкове використання бинтів для рук в усіх розділах крім музичних форм. В поінт файтингу бинти за бажанням.

Бинти для рук – бавовняні смужки довжиною від 2,5 до 5 м і шириною 5 см без гострих країв. Можуть бути еластичними. Бинти можуть фіксуватися на верхній частині зап'ястя за допомогою самоклеючих смужок на бавовняній основі. Максимальна ширина таких смужок два см, довжина 15 см.

Бинти для ніг – бавовняні смужки без гострих країв довжиною від 2,5 до 5 м і шириною 5 см. Можуть бути еластичними. Використання бинтів для ніг не є обов'язковим у рингових розділах (тільки лоу кік і стиль K1). Бинти можуть фіксуватися на верхній частині щиколотки за допомогою самоклеючих смужок на бавовняній основі. Максимальна ширина таких смужок два см, довжина 15 см. Ці смужки мають бути закриті захистом щиколотки.

6) Захист ліктів (налокітники) обов'язкові для поінт файтингу. Вони мають частково покривати передпліччя та плече захисним неабразивним матеріалом з м'якого поролону товщиною не менше 1,5 см.

7) Захист грудей є обов'язковим для всіх кікбоксерок у всіх бойових розділах (поінт файтинг, лайт контакт, кік лайт, фул контакт, лоу кік і стиль K1). Захист грудей виготовлений з твердого пластику і може бути покритий бавовняним матеріалом.

Захист для грудей може складатися з однієї частини та охоплювати всю грудну клітку або складатися з двох частин, щоб покривати кожен половину грудей окремо. Одягається під футболку або під топ (ліф).

8) Захист паху є обов'язковим для всіх чоловіків і жінок у всіх бойових розділах і має повністю закривати статеві органи. Кікбоксери мають носити захист для паху під штанами або шортами.

9) Щитки для гомілки

Є два типи щитків для гомілки:

для татамі-розділів та фул контакту щиток для гомілки має охоплювати гомілкову кістку від коліна до верху стопи;

для лоу кіку та стилю K1 щитки на гомілку мають закривати гомілку та підйом стопи.

Щитки для гомілки мають бути з твердого поролону та закріплені на литці за допомогою двох (2) самоклеючих смужок.

10) **Захист стопи (фути)** охоплює верхню частину стопи, бічну та медіальну кісткі та п'яту – все як одне ціле – з відкритою підошвою стопи.

Вони мають бути достатньої довжини (достатнього розміру), щоб повністю закривати стопи та пальці ніг кікбоксера.

Передня частина захисту стопи кріпиться еластичними стрічками до великого та другого пальців. Захист стопи кріпиться до стопи за допомогою еластичних самоклеючих смужок на тильній стороні стопи над п'ятою. Захист стоп є обов'язковим для бойових татамі-розділів та фул контакту.

11) **Інший додатковий захист**

Підтримка гомілковостопного суглоба необов'язкова в усіх розділах.

Вона має бути виготовлена з бавовняного еластичного матеріалу та є обов'язковою, якщо використовуються бинти для ніг.

2. **Одяг кікбоксера**

Форма кікбоксера відрізняється для різних розділів кікбоксингу, але вона однакова для всіх вікових категорій, які змагаються в певному розділі.

Форма кікбоксера має бути сухою, чистою, без крові чи інших речовин, в хорошому стані та відповідного розміру.

Форма не може мати будь-яких твердих (металевих, дерев'яних, пластикових) частин, вбудованих дротів або інших підсилювачів, застібок, блискавок, кнопок або вбудованих засобів захисту (протекторів або накладок)

Не дозволяється носити форму або її частину з будь-яких інших видів спорту, а також одяг з логотипами чи знаками інших видів спорту, або форму, що є характерною для будь-якого іншого виду спорту.

Забороняється вивертати навиворіт будь-яку частину форми, щоб приховати недозволені знаки або сліди крові та бруду.

Реклама або логотипи спонсорів має бути розташована таким чином:

футболка/топ, у верхній частині рукава та/або на плечах. Не може бути більшим за 10 x 10 см;

штани/шорти, збоку між коліном та стегном.

1) **Топ з V-подібним** вирізом – верхня частина форми кікбоксера в поінт файтингу. Довжина рукава має бути максимум до середини плеча.

2) **Штани** носять кікбоксери в розділах поінт файтинг, лайт контакт та фул контакт. Вони мають бути від талії до гомілковостопного суглоба.

Штани, які носять кікбоксери в поінт файтингу та лайт контакті, мають еластичний пояс шириною 8-10 см, колір якого відрізняється від кольору штанів.

Штани, які носять кікбоксери у фул контакті, мають еластичний пояс шириною 8-10 см і можуть бути того самого або іншого кольору, що й будь-яка інша частина штанів.

3) **Шорти** носять кікбоксери в розділах кік лайт, лоу кік та стиль K1. Шорти закривають мінімум половину та максимум три чверті стегна. Коліна мають бути оголені.

Шорти мають еластичний пояс шириною від 8 до 10 см, такого ж або іншого кольору, ніж самі шорти.

Шорти для розділу кік лайт мають еластичний пояс іншого кольору, ніж інші частини шортів та футболок.

Заборонено вдягати шорти з назвами чи логотипами будь-яких інших видів спорту або таких, які є характерними для будь-якого іншого виду спорту

4) **Футболка з коловим вирізом**

Футболка – верхня частина форми кікбоксера в розділі лайт контакт. Довжина рукава має бути максимум до середини плеча.

5) **Футболка без рукавів з коловим вирізом** – верхня частина форми кікбоксера для розділу кік лайт.

6) **Топ** – верхня частина одягу для кікбоксерок у рингових розділах (фул контакт, лоу кік та стиль K1)

Топ має бути з еластичного волокна або бавовни, бути достатнього розміру, щоб повністю прикривати захист грудей під ним. Топ має бути такої довжини, щоб живіт над поясом залишався відкритим.

Бретелі на плечах мають бути завширшки від трьох до п'яти см.

7) **Мусульманський жіночий одяг**

З повагою до релігійних переконань WAKO дозволяє кікбоксеркам-мусульманкам носити відповідний одяг під час участі в заходах WAKO.

Кікбоксеркам-мусульманкам дозволяється носити під час спортивних змагань спеціальну форму (нижню білизну), що закриває їх тіло. Вона має бути стрейчевою і щільно прилягати до тіла.

Кікбоксеркам-мусульманкам дозволяється носити шарф під шоломом, який закриває голову, але не обличчя.

Якщо кікбоксерка-мусульманка вибирає одяг відповідно до вимог релігії, вона має дотримуватися цього повністю, а не частково. Деякі мусульманські релігійні течії дозволяють не носити шарф.

3. **Борода, волосся і нігті**

Кікбоксерам з бородою дозволяється брати участь у спортивних змаганнях, лише якщо їхня борода має довжину не більше двох сантиметрів.

Кікбоксери з довгим волоссям мають контролювати волосся, щоб воно не заважало бою. Рекомендується заправляти волосся всередину шолома або фіксувати.

Учасник не може мати довгих нігтів на пальцях рук або ніг. Нігті потрібно обрізати до відповідної довжини, щоб не поранити суперника.

Офіційні особи, відповідальні за зважування під час реєстрації, перевіряють довжину бороди/нігтів кікбоксера та не реєструють їх, якщо довжина бороди та нігтів не відповідає Правилам.

4. **Невідповідне спорядження та одяг**

Якщо кікбоксер виходить на ринг або татамі вдягнений та екіпірований не повністю, або неналежним чином (неправильний колір шолому або

рукавичок, використання захисного обладнання, яке не дозволено, без бинтів або капи), йому буде надано дві хвилини для виправлення. Якщо час закінчився, а кікбоксер не готовий, він буде дискваліфікований, а результат бою буде зареєстровано як WO. Носіння окулярів кікбоксером під час бою заборонено, але дозволено використовувати м'які контактні лінзи.

III. Правила татамі-розділів

1. Татамі-розділи

Татамі-розділи включають

- 1) поінт файтинг (PF),
- 2) лайт контакт (LC),
- 3) кік лайт (KL),
- 4) музичні форми (музичні/креативні) (MF / CF).

2. Змагальна зона

Змагальна зона називається татамі.

Розмір 7 x 7 метрів на чемпіонатах, Кубку України та інших турнірах.

Зону змагань бажано оточувати межею безпеки шириною 1 метр.

Татамі має бути розміщене на підлозі та складатися з нековзких з'єднаних між собою матів.

Зона для музичних форм має бути 10 x 10 метрів.

3. Вікові та вагові категорії учасників на татамі

У чемпіонатах та Кубку України дозволяється виступати лише в одній ваговій категорії, максимум на одну вище фактичної ваги.

Діти (CH) (8, 9 років):

Хлопці -18 кг -21 кг -24 кг -27 кг -30 кг -33 кг -36 кг +36 кг;

Дівчата -18 кг -21 кг -24 кг -27 кг -30 кг -33 кг -36 кг +36 кг.

Молодші юнаки (YC) (10, 11, 12 років):

Хлопці -28 кг -32 кг -37 кг -42 кг -47 кг +47 кг;

Дівчата -28 кг -32 кг -37 кг -42 кг -47 кг +47 кг.

Старші юнаки (OC) (13, 14, 15 років):

Хлопці -32 кг -37 кг -42 кг -47 кг -52 кг -57 кг -63 кг -69 кг +69 кг;

Дівчата - 32 кг -37 кг -42 кг -46 кг -50 кг -55 кг -60 кг -65 кг +65 кг.

Юніори (J) (16, 17, 18 років):

Чоловіки -57 кг -63 кг -69 кг -74 кг -79 кг -84 кг -89 кг -94 кг +94 кг;

Жінки -50 кг -55 кг -60 кг -65 кг -70 кг +70 кг.

Дорослі (S) (19 – 40 років):

Чоловіки -57 кг -63 кг -69 кг -74 кг -79 кг -84 кг -89 кг -94 кг +94 кг;

Жінки -50 кг -55 кг -60 кг -65 кг -70 кг +70 кг.

Ветерани (V) (41 – 55 років):

Чоловіки -63 кг -74 кг -84 кг -94 кг +94 кг;

Жінки -55 кг -65 кг +65 кг.

4. Раунди

Для чемпіонатів та Кубку України

Вікова категорія	Кількість раундів	Час раунду	Час перерви
Діти	2	1 хв.	30 сек.
Молодші юнаки	2	1.5 хв.	1 хв.
Старші юнаки	2	2 хв.	1 хв.
Юніори та дорослі	3	2 хв.	1 хв.
Ветерани	2	2 хв.	1 хв.

Мінімально допустимі для турнірів усіх рівнів

Вікова категорія	Кількість раундів	Час раунду	Час перерви
Діти	2	1 хв.	30 сек.
Молодші юнаки	2	1 хв.	30 сек.
Старші юнаки	2	1.5 хв.	30 сек.
Юніори та дорослі	2	2 хв.	30 сек.
Ветерани	2	1.5 хв.	30 сек.

У разі нічиєї у поїнт файтингу у разі рівного результату наприкінці поєдинку, час бою продовжується на одну хвилину без перерви.

Медичний час

Максимальний час зупинки бою для надання медичної допомоги складає дві хвилини для кожного кікбоксера за весь бій.

Якщо кікбоксер використає всі дві хвилини, він все одно зможе продовжити поєдинок, але якщо буде потрібно більше медичного часу, рефері має зупинити бій рішенням RSC.

Відлік медичного часу починається, коли медик/лікар прибуває на татамі, або коли рефері схвалює будь-яку іншу дрібну медичну допомогу (носова кровотеча, контактні лінзи тощо).

У разі порізу або кровотечі лікар має вирішити протягом двох хвилин, чи може кікбоксер продовжувати.

На підставі висновку лікаря, рефері вирішує, продовжувати бій чи ні (лише у випадку, коли лікар дозволяє кікбоксеру продовжувати бій).

Якщо рефері після консультації з лікарем визначить, що кікбоксер використовує медичний час неправильно, а саме для відпочинку або уникнення бою, він може дати кікбоксеру офіційне попередження.

5. Одяг та спорядження для татамі-розділів

Спорядження та одяг для поінт файтингу

Засоби індивідуальної безпеки

Шолом.

Маска для обличчя (в категорії діти та молодші юнаки).

Капа.

Захист грудей (тільки для кікбоксерок).

Рукавички для поінт файтингу.

Бинти для рук (необов'язково).

Налокітники.

Захист паху (обов'язковий для чоловіків і жінок).

Захист гомілки.

Фути.

Особистий одяг

Топ із V-подібним вирізом (футболки з V-подібним вирізом не допускаються).

Штани.

Пояси (необов'язково, відображає рівень кікбоксера).

Спорядження та одяг для лайт контакту

Засоби індивідуальної безпеки

Шолом.

Капа.

Захист грудей (тільки для кікбоксерок).

Рукавички для кікбоксингу.

Бинти для рук (обов'язково).

Захист паху (обов'язково для чоловіків і жінок).

Захист гомілки.

Фути.

Особистий одяг

Футболка (з коловим вирізом).

Штани.

Пояси заборонені.

Спорядження та одяг для кік лайту

Засоби індивідуальної безпеки

Шолом.

Капа.

Захист грудей (тільки для кікбоксерок).

Рукавички для кікбоксингу.

Бинти для рук (обов'язково).

Захист паху (обов'язково для чоловіків і жінок).

Захист гомілки.

Фути.

Особистий одяг

Футболка без рукавів.

Шорти для кікбоксингу.

Пояси заборонені.

Одяг для музичних форм

Для виступів у формах кікбоксеру дозволяється носити весь оригінальний одяг традиційного бойового мистецтва, на якому базується його виступ.

Взуття заборонено.

Кікбоксери можуть носити будь-яку форму для кікбоксингу, яка має бути чистою. Дозволяється носити традиційне кімоно, але без маркування або будь-яких інших ознак інших видів спорту або бойових мистецтв.

Кікбоксери також можуть бути без верхньої частини одягу для виступу (окрім жінок).

Кікбоксерам дозволяється носити пов'язки від поту на руках/зап'ястях.

Кікбоксерам заборонено носити будь-які прикраси чи будь-який вид пірсингу.

Порядок перевірки спорядження та форми кікбоксера

Захисне спорядження, форма та інші перевірки кікбоксера здійснюються рефері або суддею. Кікбоксер має з'явитися до найближчого до нього судді, щоб суддя міг перевірити/оглянути його захисне спорядження.

Після того, як суддя огляне кікбоксера, він чекає виходу на татамі, поки рефері його не викличе.

Кікбоксери мають бути належним чином підготовлені для участі в обраному розділі; вони мають бути без травм або захворювань, які можуть завдати шкоди їм самим або іншим кікбоксерам. Обличчя та тіло кікбоксера має бути сухим і без жиру.

Не можна вступати в бій:

під час кровотечі;

з будь-якими наліпленими пластирями;

з тампонами в ніздрях;

з будь-якими порізами чи подряпинами.

У такому випадку суддя має проконсультуватися з лікарем.

Прикраси та пірсинг. Не дозволяється вступати в бій з будь-якими прикрасами. Суддя має провести пальцями під верхньою частиною футболки, щоб перевірити, чи немає у кікбоксерів прикрас на шиї. Крім того, судді перевіряють, що на кікбоксерах немає сережок, шпильок чи інших прикрас. Також заборонено виступати з пірсингом язика чи пупка.

Перш ніж дозволити кікбоксеру вийти на татамі, суддя має бути повністю впевнений, що захисне спорядження та форма кікбоксера повністю придатні для безпеки кікбоксера та відповідають Правилам.

Головний суддя з форм (музичних чи креативних) перевіряє всіх кікбоксерів на наявність прикрас і пірсингу перед виступом.

Кікбоксери мають стояти за межами татамі.

Суддя перевіряє форму, яка має бути в хорошому стані, сухою, чистою, без крові чи інших речовин.

Суддя перевіряє спорядження у відповідності до чинних Правил.

6. Кількість офіційних осіб на татамі

На чемпіонатах, Кубку України, інших турнірах мінімальна кількість рефері/суддів, необхідних для забезпечення нейтральності, становить:

Поїнт файтинг: 1 головний суддя + 6 рефері/суддів.

Їх обов'язки під час бою: 1 головний суддя, 1 рефері, 2 судді, 1 секретар/хронометрист, 2 судді в резерві (для забезпечення нейтральності)

Лайт контакт/Кік лайт: 1 головний суддя + 8 рефері/суддів.

Їх обов'язки під час бою: 1 головний суддя, 1 рефері, 3 судді, 1 секретар/хронометрист, 3 судді в резерві (для забезпечення нейтральності)

Форми: 1 головний суддя, 4 судді, 1 суддя резервний

7. Результат бою (визначення переможця)

Перемога за балами (Р)

Після закінчення поєдинку переможцем оголошується кікбоксер, який набрав більше балів (у поїнт файтингу) або здобув перемогу за рішенням більшості суддів (у лайт контакті та кік лайті).

Якщо обидва кікбоксери травмовані і не можуть продовжувати бій, судді відмічають бали, отримані кожним кікбоксером до цього моменту, і кікбоксер, який попереду за балами, буде оголошений переможцем.

Перевага за балами (Р)

У поїнт файтингу: якщо один кікбоксер веде на 10 або більше балів, бій припиняється, а кікбоксер, який попереду за балами, буде оголошений переможцем.

У **лайт контакті** та **кік лайті**: якщо один кікбоксер досяг переваги мінімум у 15 балів, принаймні в двох суддів, поєдинок зупиняється і кікбоксер, який попереду за балами, оголошується переможцем.

Перемога через відмову (AB)

Якщо кікбоксер добровільно здається через травму чи будь-яку іншу причину, або якщо він не продовжує бій після перерви між раундами, його суперник буде оголошений переможцем.

Перемога за рішенням рефері (RSC)

Бій може бути зупинений, якщо кікбоксер не може боксувати або захищатися, а також якщо інший кікбоксер демонструє загальну спортивну перевагу. Переможця визначає рефері.

Травми

У випадку травми одного з кікбоксерів, бій має бути припинений, за рішенням медика/лікаря, щодо можливості травмованого кікбоксера продовжувати бій. Після того як медик/лікар вийде на татамі, він матиме дві хвилини для прийняття рішення, щодо продовження бою.

Якщо бій необхідно зупинити через травму, рефері та двоє суддів мають вирішити, хто спричинив травму:

- 1) чи було це навмисне ушкодження;
- 2) чи була це вина травмованого кікбоксера;
- 3) чи була травма спричинена недозволенним ударом.

Якщо неушкоджений кікбоксер не порушував Правила, він виграє.

Якщо було порушення Правил неушкодженим кікбоксером, травмований кікбоксер виграє шляхом дискваліфікації.

Якщо кікбоксер отримує травму в бою, тільки лікар може оцінити його придатність до продовження бою.

Якщо кікбоксер залишається без свідомості, лише рефері та лікар можуть знаходитися на татамі, якщо лікар не потребує допомоги з боку інших осіб.

Якщо лікар дозволяє, рефері може продовжити бій. Але, якщо рефері бачить, що кікбоксер нездатний продовжувати, він має зупинити бій на підставі RSC.

Перемога за дискваліфікацією (DISQ)

Кікбоксер дискваліфікується, якщо:

- 1) отримав чотири офіційні попередження від рефері;
- 2) вийшов за межі татамі вчетверте;
- 3) нокаутував суперника неконтрольованим або забороненим ударом;
- 4) наносив надмірні, безперервні удари після команди «стоп»;
- 5) поводив себе вкрай неспортивно, наприклад, ображав рефері, суддів, суперника або тренерів;
- 6) поводив себе надмірно агресивно.

У складних випадках рефері може оголосити дискваліфікацію без винесення попереджень після узгодження з суддями (рішення більшості) і головним суддею татамі.

Перемога за нез'явлення на бій (WO)

Коли кікбоксер присутній на татамі і готовий до бою, а його суперник не з'являється після третього оголошення гучномовцем, через дві хвилини рефері оголошує кікбоксера, який присутній на татамі, переможцем (WO).

Якщо кікбоксер запізнюється або не готовий до бою, але вчасно до закінчення двох хвилин з'явився на поєдинок, рефері починає бій «офіційним попередженням» цього кікбоксера.

Зміна рішення

Усі публічні рішення є остаточними і не можуть бути змінені, окрім випадків:

- 1) помилки, що виникли при підрахунку балів, доведені або підтверджені;
- 2) суддя заявляє, що він помилково поміняв бали кікбоксерів;
- 3) є істотна помилка рефері;
- 4) технічна помилка комп'ютерної системи.

8. Нарахування балів

Зараховуються тільки дозволені удари в дозволені області. Дозволений удар має здійснюватися чисто і добре контрольовано.

Суддя має побачити, як удар влучив в ціль. Нарахування балів за звуком удару не допускається. В ході виконання удару кікбоксер повинен дивитися в точку контакту. Всі удари мають наноситися з розумною силою. Будь-який удар, який просто торкається або штовхає суперника, не зараховується.

Якщо кікбоксер стрибає в повітря для атаки або захисту, він має приземлитися в межах татамі обома ногами і має утримувати рівновагу (не дозволяється торкатися підлоги будь-якою частиною тіла, окрім ніг). Кікбоксеру дозволяється спіткнутися, але не впасти.

Розумна потужність удару означає не надто жорсткий і не надто м'який удар.

Щодо ударів

Під час кожного раунду суддя оцінює кожного кікбоксера, враховуючи кількість технічно контрольованих ударів, які наніс кожен з кікбоксерів. Для нарахування балів, удар не має бути заблокованим або зупиненим. Кількість отриманих балів фіксується хронометристом (у поінт файтингу).

Удари кікбоксера не оцінюються, якщо вони:

- 1) суперечать Правилам
- 2) попали в руки;
- 3) слабкі і не починаються від ніг, тіла чи плечей.

Щодо порушень

Протягом кожного раунду суддя не може самостійно карати за порушення, які він бачить, він має звернути увагу рефері на ці порушення.

Рефері може без зупинки часу зупинити бій і зробити усне зауваження кікбоксеру в будь-який момент.

Для офіційного попередження рефері має зупинити бій, час і чітко пояснити порушення Правил, яке було скоєно.

Коли рефері вирішує поставити мінус-бал кікбоксеру, суддя за столом зобов'язаний виставити його на табло/комп'ютері.

Бали

Удар рукою 1 бал

Удар ногою в корпус 1 бал

Підсічка (коли суперник торкається підлоги будь-якою іншою частиною тіла, окрім стоп) 1 бал

Удар ногою в голову 2 бали

Удар ногою в корпус у стрибку 2 бали

Удар ногою в голову в стрибку 3 бали

Удар ногою в стрибку, присуджується, лише якщо кікбоксер під час контакту знаходиться в повітрі.

Попередження

Існує три види попереджень: зауваження, усне попередження та офіційне попередження.

Існує два види покарання: мінус-бал та дискваліфікація .

Рефері може, не зупиняючи поєдинок, зробити зауваження кікбоксеру в будь-який момент. Рефері може дати лише одне зауваження під час одного бою.

Для того, щоб дати усне попередження, рефері має зупинити бій, але не час, і чітко пояснити яке правило було порушено. Рефері може зробити лише одне усне попередження під час одного бою.

Для того, щоб дати офіційне попередження, рефері має зупинити бій, час, поставити суперника в нейтральний кут і обличчям до головного судді татамі та хронометриста пояснити порушення Правил.

Під час одного бою можна отримати лише чотири офіційні попередження

1-е офіційне попередження;

2-е офіційне попередження – перший мінус-бал;

3-е офіційне попередження – друге мінус-бал;

4-е офіційне попередження – дискваліфікація.

Попередження та штрафи будуть проходити через бій у всіх раундах, що відображається на табло.

Мінус-бали та дискваліфікація можуть бути винесені без будь-якого попередження, але це рішення рефері має бути схвалено старшим суддею татамі.

Порушення

Наступні дії вважаються порушеннями:

1) удари нижче пояса, підсічки та удари колінами або ліктями;

- 2) удари головою, плечима, передпліччям і ліктями, удушення суперника, роздавлювання обличчя рукою або ліктем, відштовхування суперника;
- 3) удари відкритими рукавичками, внутрішньою стороною рукавичок, зап'ястям;
- 4) удари суперника в спину, особливо у потилицю (у лайт контакті та кік лайті) та нирках;
- 5) лежання на підлозі, боротьба або відсутність бою;
- 6) навмисне падіння через слабкий контакт або відсутність контакту;
- 7) добровільне випльовування капи. Рефері має припинити бій і дати кікбоксеру офіційне попередження за перше таке порушення та мінус-бал за кожне наступне;
- 8) хапання;
- 9) утримання;
- 10) скидання рукавичок;
- 11) атака суперника, який знаходиться на підлозі, або під час підйому з підлоги;
- 12) клінч без причини;
- 13) захоплення або тримання рук суперника або підкладання рук під руки суперника;
- 14) опускання голови нижче пояса;
- 15) використання штучних засобів пасивного захисту та навмисне падіння, щоб уникнути удару;
- 16) використання образливої та агресивної лексики до, під час чи після бою;
- 17) невиконання повного кроку назад після команди «BREAK»;
- 18) спроба нанести удар супернику після команди «BREAK» до виконання повного кроку назад;
- 19) образа рефері/судді в будь-який час;
- 20) неадекватна поведінка тренера або помічника тренера.

Скидання рукавичок (у поінт файтингу)

Скидання рукавичок суперечить Правилам і призводить до покарання. Якщо рукавичка кікбоксера спадає під час удару рукою, бали не нараховуються, натомість буде винесено попередження за вислизання рукавички. (Якщо суперник зняв рукавичку, бал залишається, і попередження не виноситься).

Якщо застібка рукавички ослабла, кікбоксер має вказати щодо цього рефері, піднявши руку, і лише після того, як рефері зупинить час, виправити проблему. Кікбоксер не може просити зупинки бою з метою поправити спорядження, коли він знаходиться в куті або під час атаки суперника.

Вихід (Exit)

Якщо кікбоксер залишає татамі (ВИХІД) без штовхання, удару ногою або нокауту, це буде розглядатися як «добровільний вихід». Кікбоксер, який це вчинив, отримає попередження та один мінус-бал від рефері. Після четвертого виходу кікбоксер буде дискваліфікований.

Попередження (мінус-бал) за залишення татамі рахуються окремо від попереджень за інші порушення. За кожен вихід кікбоксер отримає один мінус-бал.

Якщо кікбоксер знаходиться на краю татамі, рефері не має зупиняти бій, щоб перешкодити кікбоксерам вийти з татамі.

Вихід (Exit) означає вихід за межі татамі хоча б однією ногою.

Наступання на лінію не слід розглядати як вихід. Вся стопа має бути за межами татамі.

Якщо кікбоксер виштовхує інший кікбоксер, або якщо він опинився за межами татамі в результаті удару, це не кваліфікується як добровільний вихід.

Якщо кікбоксер штовхають, б'ють ногою або вибивають з татамі, рефері має вирішити, чи було це з надмірною силою, якщо так – атакуючому слід дати попередження, якщо ні – попередження за вихід має бути винесено кікбоксеру, який вийшов за межі татамі. Після цього кікбоксери мають продовжувати бій з центру татамі.

У поінт файтингу рішення щодо порушення приймається більшістю, а в лайт контакті та кік лайті рефері може приймати рішення самостійно

Мінус-бали за виходи.

1-й вихід – мінус 1 бал;

2-й вихід – мінус 1 бал;

3-й вихід – мінус 1 бал;

4-й вихід – дискваліфікація.

Щодо кожного порушення рефері має повідомити кікбоксеру/тренера усно та жестом.

Мінус-бали

Критерії мінус-балів, які дає тільки рефері, після усних попереджень:

- 1) нечистий стиль бою;
- 2) постійний клінч;
- 3) постійні і безперервні нахили, повороти спиною;
- 4) занадто мало ударів ногами;
- 5) надмірна сила контакту;
- 6) сильний нокдаун;
- 7) будь-яке серйозне порушення Правил.

Поведінка тренерів

Рефері після усного та офіційного попереджень має право дискваліфікувати з бою тренера, який не виконує його команд. Рефері мають підтримати більшість суддів та головний судді татамі.

Якщо дискваліфікований тренер продовжує порушувати Правила, поводитися агресивно відносно офіційних осіб, інших тренерів, кікбоксерів або глядачів, головний суддя спортивного змагання має право дискваліфікувати його на весь день спортивних змагань. У такому випадку головний суддя спортивних змагань має розпочати дисциплінарну справу.

9. Нокдаун (KD) і нокаут (KO)

Мета відрахунку та реєстрації нокдауну після потужних і неконтрольованих ударів – дати час на відновлення та переконатися, що кікбоксеру, який потрапив у нокдаун, можна безпечно продовжувати бій.

Основною метою відрахунку є збереження здоров'я кікбоксера.

Станом нокдауну вважається:

якщо кікбоксер торкається підлоги частиною свого тіла будь-якою частиною тіла, окрім ніг, після удару чи серії ударів;

якщо після удару або серії ударів кікбоксер не впав на підлогу, а знаходиться в напівнепритомному стані і, на думку рефері, не здатний продовжувати бій.

У разі KD, рефері має негайно почати відрахунок.

Коли кікбоксер знаходиться на підлозі, його суперник має негайно піти в нейтральний кут, вказаний рефері.

Рефері продовжує бій лише тоді, коли кікбоксер, який перебуває в нокдауні, готовий до бою на рахунок вісім. Підтвердженням готовності є те, що кікбоксер стоїть на ногах, у бойовій стійці з піднятими руками. Кікбоксер має впевнено стояти на ногах, погляд його має бути чітким.

Якщо суперник не йде до нейтрального кута за наказом рефері, рефері призупиняє відрахунок до виконання наказу. Тоді відрахунок буде продовжено з тієї цифри, на якій був припинений.

Коли кікбоксер знаходиться в нокдауні, рефері рахуватиме від 1 до 10 із секундним інтервалом між кожним числом і вказуватиме кожную секунду пальцями, щоб кікбоксер знав скільки секунд відраховано.

Коли кікбоксер перебуває в нокдауні через удар або серію ударів, бій не буде продовжено до того, як рефері порахує до 8, навіть якщо кікбоксер готовий продовжити бій до цього часу.

Якщо на рахунок 8 кікбоксер не встає в бойову стійку і не піднімає руки, рефері продовжує відрахунок до 10, поєдинок завершується.

Якщо кікбоксер знаходиться в нокдауні в кінці раунду, рефері продовжить відрахунок, навіть якщо час раунду закінчився.

Якщо кікбоксер знаходиться в нокдауні і готовий продовжити бій після рахунку 8, але знов падає на підлогу, не отримавши нового удару, рефері продовжить рахунок, починаючи з 8.

Якщо обидва кікбоксери впали одночасно, відрахунок продовжуватиметься до тих пір, поки один із них буде на підлозі. Якщо вони обидва залишаться на підлозі на рахунок 10, бій буде зупинено, а рішення буде

прийнято з урахуванням балів, нарахованих перед KD. При цьому переможець буде відсторонено від подальшої участі в турнірі через нокаут, відповідно до Правил.

У всіх вікових категоріях нокдауни мають приносити мінус-бал (-1 бал у PF та -3 бали від кожного судді в LC та KL) кікбоксеру, який спричинив нокдаун.

Наступний нокдаун призведе до другого мінус-балу.

Третій нокдаун призведе до дискваліфікації.

Щоб уникнути маніпуляцій з боку кікбоксера, який знаходиться в нокауті, нокаут (КО) автоматично означатиме, що йому заборонено продовжувати виступати в цьому турнірі.

Процедура після КО, RSC, RSC-Н, травми

Якщо кікбоксер отримує травму під час бою, лікар є єдиною особою, яка може вирішити, чи може кікбоксер продовжувати бій.

Якщо кікбоксер залишається без свідомості, лише рефері та лікарю буде дозволено залишатися на татамі, якщо лікар не потребує допомоги інших осіб.

Якщо після нокдауну кікбоксер знаходиться без свідомості або в напівсвідомому стані, рефері, викликавши медика/лікаря, залишить кікбоксера лежати на підлозі і не дозволить йому піднятися до прибуття медика/лікаря. Рефері не втручається (не знімає капу, не повертає непритомного кікбоксера в бокове положення). Усі дії проводитиме лише медик/лікар.

Кікбоксер, який був нокаутований через удар в голову, або отримав серйозну травму голови, має бути негайно оглянутий лікарем та, за необхідністю, відправлений до лікарні машиною швидкої допомоги. Такому кікбоксеру заборонено брати участь у спортивних змаганнях протягом принаймні чотирьох тижнів після КО та RSC-Н. Такий період відсторонення від змагань є мінімальний, лікар спортивних змагань може продовжити термін відсторонення.

Також, на підставі аналізів або інших досліджень голови, лікарі можуть додатково продовжити термін відсторонення.

Період відсторонення означає, що кікбоксер не може брати участь у жодних спортивних змаганнях з кікбоксингу незалежно від розділу. Термін відсторонення є мінімальним і не може бути зменшеним, навіть якщо дослідження голови не показують видимих ушкоджень.

Суддівський стіл відмічає КО або RSC-Н або RSC у протоколі, якщо бій зупиняється через те, що кікбоксер отримав удар в голову. Ця інформація вноситься до спортивного паспорту кікбоксера. Це є остаточний результат бою, він не може бути скасований.

Перш ніж поновити заняття кікбоксингом після відсторонення кікбоксер після спеціального медичного огляду має бути визнаний лікарем придатним для участі у спортивних змаганнях з кікбоксингу.

Порядок дій після травм у цілому

У разі травм, крім КО або RSC-H, лікар може дати мінімальний період відсторонення і порекомендувати лікування в стаціонарі.

Лікар може вимагати негайного лікування в стаціонарі.

Якщо кікбоксер або представники команди кікбоксера відмовляються від обстеження кікбоксера лікарем, лікар негайно повідомляє головного суддю спортивного змагання. Команду попереджають, що відповідальність за здоров'я кікбоксера лежить на них. Результат бою та відсторонення від спортивних змагань лишаються дійсними.

10. Система електронного суддівства

Для розділів поінт файтинг, лайт контакт і кік лайт може використовуватися система електронного суддівства.

Кожен бій у лайт контакті і кік лайті оцінюється трьома окремими суддями, які сидять у трьох кутах татамі.

Ця система виглядає наступним чином:

- 1) усі троє суддів використовують планшети, які вказують на два кути (червоний і синій);
- 2) екран постійно показуватиме статус балів для обох кікбоксерів від різних суддів;
- 3) табло будуть видимі для глядачів та тренерів;
- 4) фоли, попередження, мінус-бали та час також відображаються на екрані, який керується з комп'ютера суддівського столу кожного татамі.

Системою керує секретар/хронометрист

Бій та його історія зберігаються в комп'ютері за суддівським столом.

IV. Правила розділу поінт файтинг

1. Визначення та опис

Поінт файтинг – бойовий розділ, у якому двоє кікбоксерів змагаються з головною метою – набрати бали, використовуючи добре контрольовані дозволені удари зі швидкістю, спритністю, рівновагою та зосередженістю.

Після кожного балу (бал присуджується за дозволений удар у дозволених зонах), рефері зупиняє бій і одночасно з двома суддями показує пальцями кількість балів у бік кікбоксера, якому нараховується бал або бали.

Учасники змагань з поінт файтингу.

У поінт файтингу кікбоксери можуть змагатися у вікових категоріях:

- 1) діти (CH/C0) (хлопці та дівчата) 8 та 9 років;
- 2) молодші юнаки (YC/C1) (хлопці та дівчата) 10, 11 та 12 років;
- 3) старші юнаки (OC/C2) (хлопці та дівчата) 13, 14 та 15 років;
- 4) юніори (J/JN) (чоловіки та жінки) 16, 17 та 18 років;

- 5) дорослі (S/SN) (чоловіки та жінки) 19 – 40 років;
- 6) ветерани(майстри) (V/VT/M/MT) (чоловіки та жінки) 41 – 55 років.

2. Спорядження та одяг для поїнт файтингу

Засоби індивідуальної безпеки

- 1) Шолом.
- 2) Маска для обличчя (в категорії діти та молодші юнаки).
- 3) Капа.
- 4) Захист грудей (тільки для кікбоксерок).
- 5) Рукавички для поїнт файтингу.
- 6) Бинти для рук (необов'язково).
- 7) Налокітники.
- 8) Захист паху (обов'язковий для чоловіків і жінок).
- 9) Захист гомілки.
- 10) Фути.

Особистий одяг

- 1) Топ із V-подібним вирізом (футболки з V-подібним вирізом не допускаються).
- 2) Штани.
- 3) Пояси (необов'язково, відображає рівень кікбоксера).

3. Дозволені зони для атаки

За допомогою дозволених ударів можна атакувати частини тіла:

- 1) голова – спереду, лоб, задня частина і бік;
- 2) корпус – спереду і збоку;
- 3) ноги – лише підсічки.

Удари руками та ногами мають використовуватися однаковою мірою протягом усього бою.

4. Дозволені удари

Удари руками:

- 1) Прямий (Direct).
- 2) Аперкот (Uppercut).
- 3) Хук (Hook).
- 4) Удар ребром долоні (Ridge hand).
- 5) Удар тильною стороною кулака (бекфіст без обертання).

Удари ногами:

- 1) Передній (Front kick).
- 2) Боковий (Sidekick).

- 3) Розворотний удар (Roundhouse kick).
- 4) Хук-кік (наноситься тільки ступнею) (Hook kick).
- 5) Кресент-кік (наноситься тільки ступнею) (Crescent kick).
- 6) Рубаючий удар – наноситься тільки ступнею (Axe kick).
- 7) Удари в стрибку (Jump kicks).
- 8) Удари з розвороту (Spinning kicks).

Бити задньою частиною п'яти вкрай небезпечно; слід чітко підкреслити, що атакуючий кікбоксер має витягнути ногу таким чином, щоб підошва (нижня частина) стопи використовувалася як зона удару під час виконання наступних ударів ногами: рубаючий удар, хук і хук з розвороту, усі удари в стрибку та удари з розвороту.

Підсічки

Підсічки дозволені лише стопа в стопу. Бали за підсічки присуджуються, якщо атакуючий кікбоксер зберігає рівновагу і залишається на ногах. Якщо під час підсічки кікбоксер, який атакує, торкнувся якою-небудь частиною тіла татамі, бал не присуджується. Бал за підсічку присуджується лише якщо опонент торкнувся підлоги будь-якою частиною тіла крім ніг татамі.

5. Заборонені удари та поведінка

Забороняється:

- 1) атака з жорстким або надмірним контактом;
- 2) продовжувати атаку після команди «СТОП» або сигналу закінчення раунду;
- 3) вихід за межі татамі;
- 4) удари у верхню частину голови;
- 5) падання або опускання на підлогу без належної причини;
- 6) атака задньої частини корпусу (нирки та хребет);
- 7) удари у верхню частину плечей;
- 8) удари в шию: спереду, з боків, ззаду;
- 9) удари нижче поясу (за винятком підсічки);
- 10) повертатися спиною до суперника;
- 11) уникати бійки (втікати);
- 12) усі сліпі, неконтрольовані удари;
- 13) удари в пах;
- 14) атака коліном, ліктем, відкритою рукавичкою, великим пальцем рукавички, плечем;
- 15) боротьба та пригинання нижче пояса суперника;
- 16) хапання та утримання суперника будь-яким способом;
- 17) стягувати рукавички, щоб збільшити довжину руки;
- 18) атакувати суперника, який падає на підлогу або вже знаходиться на підлозі, тобто як тільки рука або коліно торкаються підлоги;
- 19) наносити олію на обличчя або тіло;

20) навмисно випльовувати капю.

Кікбоксер не може атакувати суперника на підлозі. Рефері зобов'язаний негайно зупинити бій, коли один з двох кікбоксерів торкається підлоги будь-якою частиною тіла, окрім ніг. Удари у голову або тіло збитого кікбоксера можуть призвести до попереджень, мінус-балів або дискваліфікації (судді приймають рішення більшістю голосів).

Неспортивна поведінка. Кікбоксер має лише одне усне попередження, потім слідує звичайна процедура покарання та дискваліфікації. Проте, у випадку грубої неспортивної поведінки, кікбоксер може бути дискваліфікований або покараний винесенням мінус-балу за перше порушення, залежно від тяжкості порушення.

6. Нарахування балів

Бали нараховується за дозволені удари в дозволені зони атаки.

Судді мають негайно піднімати руки, щоб вказати кікбоксера, який отримав бал. Для присудження балів має бути щонайменше два однакових рішення рефері та суддів.

Якщо рефері та один суддя показують дві підняті руки (бал для обох кікбоксерів), а інший суддя вказує на одного кікбоксера, бал зараховується обом кікбоксерам.

Якщо рефері показує два бали (удар ногою в голову), а один суддя показує один бал, рефері має запитати суддю, що він бачив, удар ногою чи рукою. Якщо суддя побачив удар ногою, рефері присудить кікбоксеру один бал, а якщо суддя побачив удар рукою; рефері вкаже відсутність набраних балів (різні удари).

У ситуаціях, коли кількість піднятих рук однакова, обом кікбоксерам присуджується бал.

Рефері та судді мають намагатися уникати одночасного підняття обох рук, оскільки насправді рідко трапляється, що два удари відбуваються одночасно.

Дозволена область удару руки (не внутрішньої сторони руки) або ноги має здійснювати чистий та контрольований контакт.

Рефері і судді мають бачити точку нанесення удару. Нарахування балів на основі звуку удару не дозволяється.

Під час виконання удару кікбоксер має дивитися на точку контакту.

Усі удари мають використовуватися з «розумною» силою. Будь-який удар, який просто торкається або штовхає суперника, не зараховується.

Після нанесення удару рука або нога має повертатися у початкову позицію.

Щоб отримати бал за удар в стрибку, кікбоксер має приземлитися на ноги (не впасти) в межах татамі. Також, він має утримувати рівновагу (не дозволяється торкатися підлоги будь-якими частинами тіла, крім стоп). Якщо

кікбоксер приземляється за межами татамі (будь-якою частиною тіла) після виконання удару, бал не рахується.

Якщо після виконання удару кікбоксер втрачає рівновагу та торкається землі будь-якою частиною тіла, окрім ніг, бал не зараховується.

Якщо кікбоксер втрачає рівновагу через незалежні від нього причини (наприклад, його штовхнув суперник), бал зараховується.

Без балів

Якщо рефері/суддя не бачили, що дозволений удар вразив дозволену зону, вони схрещують руки на рівні талії.

Якщо рефері або суддя показує рахунок, а два інші сигналізують, що вони не бачили удар, бал не може бути присуджено.

Якщо одному із кікбоксерів не піднімають принаймні дві руки, йому не може бути присуджено жодних балів.

Якщо рефері дає команду СТОП і робить попередження одному з кікбоксерів, порушнику бал не може бути присуджено. Однак інший кікбоксер може отримати бал, а також може отримати додаткові бали через попередження супернику.

ПРИКЛАД: один з кікбоксерів виконує удар, який заслуговує оцінки, тоді як інший кікбоксер порушує Правила вдруге. Бали можуть бути присуджені за чистий та правильний удар першого кікбоксера, і в той же час може бути присуджено мінус-бал за порушення Правил суперником. Обидві дії мають відбутися в той самий час.

У разі нічиєї

У разі нічиєї після завершення часу поєдинку, бій продовжується з додатковим часом – одна хвилина без перерви на відпочинок.

Якщо після додаткового часу знову нічия, рефері розпочне бій знову з центральної позиції. Перемагає кікбоксер, який першим отримає бал.

7. Рефері та судді

Один рефері та два судді судять бій на татамі. Це відрізняється від інших розділів кікбоксингу на татамі.

Рефері

Рефері призупиняє бій, оглядає суддів та присуджує бал згідно з рішенням більшості. Під час бою бокові судді не можуть розмовляти ні з ким, крім рефері та головного судді татамі.

Судді

Судді перевіряють екіпіровку кікбоксера.

Тримаяться зі свого боку татамі та сигналізують щодо балів або попередження під час бою.

За сигналами рефері намагаються перебувати з правильної сторони від кікбоксерів.

Кожен суддя має самостійно та незалежно виносити бали відповідно до Правил.

Під час бою судді не розмовляють з кікбоксером, іншими суддями або будь-ким іншим, за винятком рефері. Суддя має сигналами повідомляти рефері щодо будь-яких інцидентів, які можуть вплинути на отримані бали/попередження.

Судді не покидають свої місця, доки не буде оголошено переможця.

8. Grand Champ (абсолютна вагова категорія)

На турнірах можна організувати так званий Grand Champ, де кікбоксери зустрічаються один з одним без визначення вагової категорії. У чемпіонатах та Кубку України не організовуються бої Grand Champ.

Поєдинки у Grand Champ тривають один раунд у 3 або 2 хвилини. Ніяких тайм-аутів кікбоксери не можуть використовувати.

Типи спортивних змагань Grand Champ, організованих для турніру, мають бути вказані в регламенті.

Grand Champ може бути організовано таким чином:

Оригінальний Grand Champ

Участь беруть лише переможці вагових категорій. Випадкове жеребкування.

Відкритий Grand Champ

Усі учасники можуть брати участь, але мають зареєструватися заздалегідь під час турніру. Випадкове жеребкування.

9. Командні спортивні змагання

Командні спортивні змагання можуть проводитися у спортивних змаганнях будь-якого рівня, включно з чемпіонатами та Кубком України.

Чоловіча команда: 3 чоловіки в абсолютній вазі.

Жіноча команда: 3 жінки в абсолютній вазі.

Якщо команда неповна, вона не може брати участь.

Усі кікбоксери в команді мають брати участь в індивідуальній категорії поточного спортивного змагання.

Команда може мати одного кікбоксера на заміну. Заміну можна задіяти лише тоді, коли інший кікбоксер з команди не може вийти на татамі. Кікбоксер на заміну має сидіти зі знятим шоломом, щоб його було легко ідентифікувати. Після того, як заміну було задіяно, більше не можна змінювати учасників.

Команди юніорів, молодших та старших юнаків мають складатися лише з кікбоксерів відповідної вікової категорії.

Порядок бою визначається на початку підкиданням монети. Команда-переможець може вирішити виставити кікбоксера першою або дозволити команді-суперниці зробити це першою.

Усі кікбоксери готуються з усім спорядженням у куті татамі.

Визначення вагових категорій відсутні. (У категоріях молодших юнаків і старших юнаків команда має починати від найнижчого до найвищого)

У чемпіонатах та кубку України команда має складатися тільки з кікбоксерів одного регіону.

Кожен бій: 1 раунд у 2 хвилини

Під час бою не можна використовувати тайм-аут.

Додатковий раунд буде проходити в 1 раунд 1,5 (молодші юнаки) або 2 хвилини для старших юнаків, юніорів і дорослих.

Перемагає команда, яка набере найбільшу кількість балів.

Усі виходи та попередження передаються наступному кікбоксеру. Кікбоксер не може бути дискваліфікований за виходи у командному спортивному змаганні; усі виходи будуть покарані одним балом, що знімається з його команди (мінус-бал).

У разі травми або якщо кікбоксер не може або не бажає продовжувати бій, команда суперника нагороджується додатковими 10 балами.

Примітка. На чемпіонатах кікбоксер має брати участь тільки у своїй віковій категорії. Жодному кікбоксеру не буде дозволено виступати в команді поза його/її віковою категорією.

V. Правила розділу лайт контакт

1. Визначення та опис

Спортивні змагання з кікбоксингу в лайт контакті мають проводитися з добре контрольованими ударами легкого контакту. Лайт контакт був створений як проміжний розділ між поінт файтингом та фул контактом. У лайт контакті учасники боксують безперервно до команди рефері СТОП або БРЕЙК. Вони використовують удари, подібні до рингових розділів, але ці удари мають виконуватися з контрольованою силою. Рефері не судить кікбоксерів, а лише стежить за дотриманням ними Правил. Три судді ведуть підрахунок балів в електронній системі або за допомогою клікерів.

Учасники змагань з лайт контакту

У лайт контакті кікбоксери можуть змагатися у вікових категоріях:

- 1) діти (CH/C0) (хлопці та дівчата) 8 та 9 років;
- 2) молодші юнаки (YC/C1) (хлопці та дівчата) 10, 11 та 12 років;
- 3) старші юнаки (OC/C2) (хлопці та дівчата) 13,14 та 15 років;
- 4) юніори (J/JN) (чоловіки та жінки) 16, 17 та 18 років;
- 5) дорослі (S/SN) (чоловіки та жінки) 19 – 40 років;
- 6) ветерани(майстри) (V/VT/M/MT) (чоловіки та жінки) 41 – 55 років.

2. Спорядження та одяг для лайт контакту

Засоби індивідуальної безпеки

- 1) Шолом.
- 2) Капа.
- 3) Захист грудей (тільки для кікбоксерок).
- 4) Рукавички для кікбоксингу.
- 5) Бинти для рук (обов'язково).
- 6) Захист паху (обов'язково для чоловіків і жінок).
- 7) Захист гомілки.
- 8) Фути.

Особистий одяг

- 1) Футболка (з коловим вирізом)
- 2) Штани.
- 3) Пояси заборонені.

3. Дозволені зони для атаки

За допомогою дозволених ударів можна атакувати такі частини тіла:

- 1) Голова – спереду, лоб і збоку.
- 2) Корпус – спереду і збоку.
- 3) Ноги – лише підсічки.

Удари руками та ногами мають використовуватися однаковою мірою протягом усього періоду бою.

4. Дозволені удари

Дозволені удари руками

- 1) Прямий (Direct).
- 2) Аперкот (Uppercut).
- 3) Хук (Hook).

Удари ногами

- 1) Передній (Front kick).
- 2) Боковий (Sidekick).
- 3) Розворотний удар (Roundhouse kick).
- 4) Хук-кік (наноситься тільки ступнею) (Hook kick).
- 5) Кресент-кік (Crescent kick).
- 6) Рубаючий удар – наноситься тільки ступнею (Axe kick).
- 7) Удари в стрибку (Jump kicks).
- 8) Удари з розвороту (Spinning kicks).

Підсічки

Щоб заробити бал за підсічку, атакуючий кікбоксер має весь час залишатися на ногах. Якщо під час виконання удару ногою атакуючий торкнеться підлоги будь-якою частиною свого тіла, окрім стоп, бал не зараховується. Бал буде присуджено, якщо його суперник торкнеться підлоги будь-якою частиною тіла, окрім стоп.

5. Заборонені удари та поведінка

Забороняється:

- 1) атакувати будь які зони, крім тих, що вказані в п. 3;
- 2) атакувати з жорстким або надмірним контактом;
- 3) продовжувати атаку після команди «СТОП» або сигналу закінчення раунду;
- 4) виходити за межі татамі (Виходи);
- 5) не виконувати вимоги команди BREAK;
- 6) наносити удари у верхню частину голови;
- 7) падати або опускатися на підлогу без належної причини;
- 8) атакувати задню частину корпусу (нирки та хребет);
- 9) наносити удари у верхню частину плечей;
- 10) наносити удари в шию: спереду, з боків, ззаду;
- 11) наносити удари нижче поясу (за винятком підсічки);
- 12) повертатися спиною до суперника;
- 13) уникати бою (втікати);
- 14) наносити сліпі, неконтрольовані удари;
- 15) наносити удари в потилицю;
- 16) наносити удари в пах;
- 17) атакувати коліном, ліктем, відкритою рукавичкою, великим пальцем і плечем;
- 18) боротьба та пригинання нижче пояса суперника;
- 19) хапання та утримання суперника будь-яким способом;
- 20) атака суперника, який падає на підлогу або вже знаходиться на підлозі, тобто як тільки рука або коліно торкаються підлоги;
- 21) нанесення олії на обличчя або тіло;
- 22) навмисно випльовувати капу.

Кікбоксер не може атакувати суперника на підлозі. Рефері зобов'язаний негайно зупинити бій, коли один з двох кікбоксерів торкається підлоги будь-якою частиною тіла, окрім ніг. Удари у голову або тіло збитого кікбоксера можуть призвести до попереджень, мінус-балів або дискваліфікації (судді приймають рішення більшістю голосів).

Неспортивна поведінка. Кікбоксер має лише одне усне попередження, потім слідує звичайна процедура покарання та дискваліфікації. Проте, у випадку грубої неспортивної поведінки, кікбоксер може бути

дискваліфікований або покараний винесенням мінус-балу за перше порушення, залежно від тяжкості порушення.

6. Нарахування балів

Нарахування балів (за допомогою системи електронного суддівства).

Робота судді полягає в тому, щоб нараховувати бали за всі дозволені удари, які чітко попали в дозволені зони атаки.

Суддя натискає кнопку свого пристрою:

одноразово: за удар рукою/ногою у корпус, або удар рукою в голову;

два рази: за удар ногою в стрибку в корпус або удар ногою в голову;

тричі: за удар ногою в голову в стрибку.

Бали, починаючи з першого раунду, постійно додаються до поточного рахунку судді та контролюються суддями за суддівським столом. Набрані бали будуть видимі для тренерів і глядачів на табло. У кінці бою переможцем стає той учасник, який набрав більше балів.

Попередження: якщо рефері робить зауваження або попередження, він показує це суддям (лише у разі використання клікерів) та головному столу. Хронометрист має внести це в електронну систему що буде відображено на табло.

Мінус-бал: якщо рефері ставить мінус-бал, він повідомляє про це суддів (лише у разі використання клікерів), та головному столу. Хронометрист має внести це в електронну систему. Потім це буде показано на табло, зменшуючи 3 бали із загальної оцінки кожного судді.

Електронна система показує залишок часу. У кожен момент бою всім відома ситуація з балами.

У разі нічиї

Якщо в одного чи кількох суддів на кінець бою зафіксована нічия (однакова кількість балів в кожного кікбоксера), електронна система автоматично віддасть перемогу кікбоксеру, який набрав більшу кількість балів в останньому раунді.

Якщо нічия, а останній раунд рівний, суддя має обрати переможця згідно з наступними критеріями: «більш активний», «більше ударів», «кращий захист» і «кращий стиль і техніка». Суддя натискають кнопку, яка вказує на переможця, коли це вкаже головний суддя татамі.

VI. Правила розділу кік лайт

1. Визначення та опис

Спортивні змагання в розділі кік лайт мають проводитися з добре контрольованими ударами. У кік лайті учасники боксують безперервно, доки рефері не дасть команду СТОП або БРЕЙК. Вони використовують удари з

розділу лоу кік, але ці удари у дозволені зони необхідно добре контролювати. Кік лайт був створений як проміжний розділ між лайт контактом та лоу кіком.

Рефері не судить кікбоксерів, а лише стежить за дотриманням ними Правил. Три судді приймають рішення щодо нарахування балів в системі електронного суддівства або за допомогою клікерів.

Учасники спортивних змагань з кік лайту

У кік лайті кікбоксери можуть змагатися у вікових категоріях:

- 1) діти (CH/C0) (хлопці та дівчата) 8 та 9 років;
- 2) молодші юнаки (YC/C1) (хлопці та дівчата) 10, 11 та 12 років;
- 3) старші юнаки (OC/C2) (хлопці та дівчата) 13,14 та 15 років;
- 4) юніори (J/JN) (чоловіки та жінки) 16, 17 та 18 років;
- 5) дорослі (S/SN) (чоловіки та жінки) 19 – 40 років;
- 6) ветерани(майстри) (V/VT/M/MT) (чоловіки та жінки) 41 – 55 років.

2. Спорядження та одяг для кік лайту

Засоби індивідуальної безпеки

- 1) Шолом.
- 2) Капа.
- 3) Захист грудей (тільки для кікбоксерок).
- 4) Рукавички для кікбоксингу.
- 5) Бинти для рук (обов'язково).
- 6) Захист паху (обов'язково для чоловіків і жінок).
- 7) Захист гомілки.
- 8) Фути.

Особистий одяг

- 1) Футболка без рукавів.
- 2) Шорти для кікбоксингу.
- 3) Пояси заборонені.

3. Дозволені зони для атаки.

За допомогою дозволених ударів можна атакувати частини тіла:

- 1) голова – спереду, лоб і збоку;
- 2) тулуб – спереду і збоку;
- 3) ноги – внутрішня, зовнішня та задня частини стегна (якщо удар було заблоковано, бали не присуджується);
- 4) ноги – від щиколотки до середини гомілки.

Удари руками та ногами мають використовуватися однаково протягом усього періоду двобою.

4. Дозволені удари.

Дозволені удари руками

- 1) Прямий (Direct),
- 2) Аперкот (Uppercut),
- 3) Хук (Hook)

Дозволені удари ногами

- 1) Передній удар (Front kick) в тулуб і голову (не в стегно).
- 2) Боковий удар (Sidekick) в тулуб і голову (не в стегно).
- 3) Розворотний удар (Roundhouse kick).
- 4) Хук-кік (наноситься тільки ступнею) (Hook kick).
- 5) Кресент-кік (Crescent kick).
- 6) Рубаючий удар – наноситься тільки ступнею (Axe kick).
- 7) Удари в стрибку (Jump kicks).
- 8) Удари з розвороту (Spinning kicks) в тулуб і голову (не в стегно).

Бити задньою частиною п'яти вкрай небезпечно; слід чітко підкреслити, що атакуючий кікбоксер має витягнути ногу таким чином, щоб підошва (нижня частина) стопи використовувалася як зона удару під час виконання наступних ударів ногами: рубаючий удар, хук і хук з розвороту, усі удари в стрибку та удари з розвороту.

Підсічки

Щоб заробити бал за підсічку, атакуючий кікбоксер має весь час залишатися на ногах. Якщо під час виконання удару ногою атакуючий торкнеться підлоги будь-якою частиною свого тіла, окрім ніг, бал не зараховується. Бал буде присуджено атакуючому, якщо його суперник торкнеться підлоги будь-якою частиною тіла, окрім ніг.

Блокування

Якщо удар ногою в стегно було заблоковано, то бали не будуть нараховуватися. Але лише в тому випадку, коли удар був заблокований навмисно, а не був просто крок.

5. Заборонені удари та поведінка

Заборонено:

- 1) атакувати будь які зони, крім тих, що вказані в п. 3;
- 2) атакувати з надмірним контактом;
- 3) продовжувати атаку після команди «СТОП» або сигналу закінчення раунду;
- 4) виходити за межі татамі (Виходи);
- 5) не виконувати вимоги команди BREAK;
- 6) наносити удари у верхню частину голови;
- 7) падати або опускатися на підлогу без належної причини;

- 8) атакувати задню частину корпусу (нирки та хребет);
- 9) наносити удари у верхню частину плечей;
- 10) наносити ударив шию: спереду, з боків, ззаду;
- 11) повертатися спиною до суперника;
- 12) уникати бою (втікати);
- 13) наносити сліпі, неконтрольовані удари;
- 14) наносити удари в потилицю;
- 15) наносити удари в пах;
- 16) атакувати коліном, ліктем, відкритою рукавичкою, великим пальцем і плечем;
- 17) наносити удар бекфіст та бекфіст в обертанні;
- 18) наносити прямі, бокові удари ногами та удари ногами в обертанні в передню частину стегна;
- 19) наносити удари ногами в коліно та нижче коліна;
- 20) наносити удари руками у ноги суперника;
- 21) наносити удар ногою «сомерсолт» (somersault kick);
- 22) боротися та пригинатися нижче пояса суперника;
- 23) хапання та утримання суперника будь-яким способом;
- 24) атакувати суперника, який падає на підлогу або вже знаходиться на підлозі, тобто як тільки рука або коліно торкаються підлоги;
- 25) наносити олію на обличчя або тіло;
- 26) навмисно випльовувати капу.

Кікбоксер не може атакувати суперника на підлозі. Рефері зобов'язаний негайно зупинити бій, коли один з двох кікбоксерів торкається підлоги будь-якою частиною тіла, окрім ніг. Удари у голову або тіло збитого кікбоксера можуть призвести до попереджень, мінус-балів або дискваліфікації (судді приймають рішення більшістю голосів).

Неспортивна поведінка. Кікбоксер має лише одне усне попередження, потім слідує звичайна процедура покарання та дискваліфікації. Проте, у випадку грубої неспортивної поведінки, кікбоксер може бути дискваліфікований або покараний винесенням мінус-балу за перше порушення, залежно від тяжкості порушення.

6. Нарахування балів (за допомогою системи електронного суддівства)

Робота судді полягає в присудженні балів за всі дозволені удари, які були чітко нанесені у дозволені зони.

Суддя натискає кнопку свого пристрою;

одноразово: за удар рукою/ногою у корпус, або удар рукою в голову;

два рази: за удар ногою в стрибку в корпус або удар ногою в голову;

тричі: за удар ногою в голову в стрибку.

Бали, починаючи з першого раунду, постійно додаються до поточного рахунку судді та контролюються суддями суддівським столом. Набрані бали

будуть видимі для тренерів і глядачів на табло. У кінці бою переможцем стає той учасник, який набрав більше .

Попередження: якщо рефері робить зауваження або попередження, він показує це суддям (лише у разі використання клікерів) та головному столу. Хронометрист має внести це в електронну систему, що буде відображено на табло.

Мінус-бал: якщо рефері ставить мінус-бал, він повідомляє про це суддів (лише у разі використання клікерів), та головному столу. Хронометрист має внести це в електронну систему. Потім це буде показано на табло, зменшуючи 3 бали із загальної оцінки кожного судді.

Електронна система показує залишок часу. У кожен момент бою всім відома ситуація з балами.

У разі нічії

Якщо в одного чи кількох суддів на кінець бою зафіксована нічия (однакова кількість балів в кожного кікбоксера), електронна система автоматично віддасть перемогу кікбоксеру, який набрав більшу кількість балів в останньому раунді.

Якщо нічия, а останній раунд рівний, суддя має вибрати переможця згідно з наступними критеріями: «більш активний», «більше ударів», «кращий захист» і «кращий стиль і техніка». Суддя натискають кнопку, яка вказує на переможця, коли це вкаже головний суддя татамі.

VII. Правила розділу музичні форми

1. Визначення та опис

Музичні форми – уявний бій з одним або кількома суперниками, в якому кікбоксер використовує удари східних бойових мистецтв.

Вікові категорії у формах

- 1) Діти (CH/C0) (хлопці та дівчата) 7, 8 та 9 років;
- 2) молодші юнаки (YC/C1) (хлопці та дівчата) 10, 11 та 12 років;
- 3) старші юнаки (OC/C2) (хлопці та дівчата) 13,14 та 15 років;
- 4) юніори (J/JN) (чоловіки та жінки) 16, 17 та 18 років;
- 5) дорослі (S/SN) (чоловіки та жінки) 19 – 40 років.

Виконання форм

У разі виступу в обох розділах (музичні та креативні форми), кікбоксер має підготувати абсолютно різні композиції для креативних та музичних форм.

Категорії командних виступів

Мінімум двоє спортсменів у команді для музичних/ креативних форм, максимум троє.

Команди можуть бути змішаними: хлопці/дівчата, а саме:

1 хлопець та 2 дівчини;

2 хлопці та 1 дівчина;

2 хлопці;

2 дівчини;

1 хлопець та 1 дівчина.

Команди можуть бути змішаних вікових категорій, тобто

КОМАНДА 1 – діти та молодші юнаки;

КОМАНДА 2 – старші юнаки та юніори.

Правила командних виступів

Виступ може бути не синхронізований, але кікбоксери можуть отримати вищі бали, якщо вони будуть виступати синхронно.

Учасники будуть оцінюватися лише за хороші удари або комбінації ударів, що виконуються чистими, різкими і точними рухами.

Кікбоксери можуть виступати зі зброєю, виступати без зброї або комбінувати виступ зі зброєю та без неї. Зброя може будь-яка, в тому числі різна.

Якщо учасник вронив зброєю, оцінка команди буде знижена бал (1.0) кожним суддею.

Якщо зброя випаде вдруге, з команди буде знято ще один повний бал (1.0)

Якщо зброя випаде втретє, команда буде дискваліфікована (технічна дискваліфікація, мінімальна оцінка 7.0 балів)

Немає ОБМЕЖЕНЬ щодо командних форм.

Члени команди можуть виконувати скільки завгодно гімнастичних прийомів, трюків або випусків зброї.

Виступ може бути поєднанням креативних та музичних форм

Кожний учасник буде оцінений за його виступ у командній формі, тобто якщо хтось падає або робить помилки, окремий учасник втрачає бали команди.

Якщо будь-який учасник команди перериває виступ і не продовжує, команду, буде дискваліфіковано (технічна дискваліфікація, мінімальна оцінка 7.0 балів).

Якщо вони продовжать, з них будуть зняті відповідні бали за зупинку в формі.

Уніформа

Учасники, які змагаються у формах, можуть носити будь-який вид форми для кікбоксингу або традиційного кімоно.

Уніформа має бути в чистому та охайному стані.

Учасники мають носити традиційний пояс для бойових мистецтв.

Футболки НЕ ДОЗВОЛЯЮТЬСЯ.

Учасникам дозволяється носити пов'язки від поту на руках/зап'ястях.

Учасникам забороняється носити будь-які прикраси чи будь-який пірсинг.

Якщо на учаснику буде помічено будь-які прикраси, з нього буде знято 0,3 бала.

Стан зброї

Кожен учасник несе відповідальність за ідеальний та безпечний стан зброї.

Учасники не можуть змінювати зброю під час спортивних змагань.

Дозволено використовувати магнітну зброю.

Головний суддя має право перевірити зброю учасника.

Гостра зброя заборонена.

Зброя «м'якого стилю» заборонена.

Презентація/тривалість/час

Існують часові обмеження для всіх категорій форм. Є максимальний час три хвилини і мінімум одна хвилина (включаючи презентацію).

Якщо учасник виконує будь-які гімнастичні прийоми або випускає зброю у презентації, це буде рахуватися як частина виступу.

Команди можуть не бути синхронізовані в командних спортивних змаганнях, але можуть отримати вищі бали, якщо вони будуть мати більш синхронний виступ.

Учасники будуть оцінюватися лише за хороші удари або комбінації ударів, виконані чистими, різкими та точними рухами.

Розмір татамі

Розмір майданчику для форм становить 10x10 метрів. У межах одного метра від татамі не має бути столів, стільців або інших предметів.

Нікому не дозволено стояти за суддівською колегією та втручатися в нарахування балів.

З кікбоксерів, які вийшли за межі татамі під час виступу, буде знято 0.5 бала, тільки якщо татамі має розмір 10x10 метрів. Якщо розмір татамі менше 10x10 метрів, покарань не буде.

Жеребкування

У чемпіонатах та Кубку України будуть посіяні лише 1-е, 2-е і 3-е місця з попереднього чемпіонату або Кубку.

Усі інші кікбоксери будуть випадково розташовані в протоколі форм.

Оцінювання

Після виконання 2/4/6 суддів та 1 головний суддя оцінюють виступ таким чином:

Для усіх вікових категорій у спортивних змаганнях усіх рівнів оцінки можуть бути від 7.0 до 10.0.

Наприкінці кожного виступу кожен суддя приймає рішення щодо оцінки виступу відповідно до встановлених критеріїв.

Головний суддя має повідомити суддям, скільки балів зняти, якщо були якісь помилки або порушення Правил.

Після того, як учасник закінчить виступ, за командою головного судді вони мають підняти оцінки, видимі для учасників і глядачів, і тримати їх у повітрі до тих пір, поки диктор не порахує усі бали. У разі використання системи електронного суддівства, внести бали на планшеті та відправити до головного судді.

Найвищі та найнижчі оцінки будуть відкинуті. Якщо колегія складається з трьох суддів, оцінки не відкидаються. Три/п'ять балів, що залишилися, становитимуть остаточний рахунок.

У разі нічиєї за перше, друге або третє місце (порівнюються всі 3/5/7 балів, а найвищі бали «підсвічуються»).

Перемагає учасник із найбільшою кількістю підсвічених балів. У разі нічиєї обидва учасники змагаються знову.

Танцювальні рухи

Танцювальні рухи не допустимі під час музичних і креативних форм. Кікбоксери, які вирішили включити будь-які танцювальні рухи у свій виступ, отримають найнижчу оцінку 7,0 від кожного судді.

Костюми та грим

Театральні костюми, грим, маски або будь-який тип уніформи, який не визнається як дозволена форма бойових мистецтв, заборонено. Порушення вищезгаданого Правил призведе до негайної технічної дискваліфікації учасника. Учасникам забороняється закривати очі будь-якими предметами (blind fold) під час виступу.

Спеціальні ефекти

Будь-які спеціальні ефекти, такі як лазери, дим, вогонь, вибухи, вода тощо, не допускаються. Порушення вищезгаданого Правил призведе до негайної технічної дискваліфікації учасників.

Судді

Судді мають сидіти на відстані не менше одного метра один від одного. Вони можуть розмовляти лише з головним суддею.

Критерії суддівства

Для винесення балів, кожен суддя користується наступними критеріями:

- 1) Базова техніка.
- 2) Стійки, удари та блоки відповідно до основної техніки оригінальних стилів.
- 3) Баланс.

- 4) Сила, зосередженість (ідеальний баланс і енергійні рухи).
- 5) Ступінь складності.
- 6) Удари ногами, удари ногами в стрибку, обертові удари ногами, трюки, комбінації ударів руками/ногами, гімнастичні рухи.

Маніпуляції зі зброєю

Кікбоксер має продемонструвати ідеальний контроль зброї, включно з блоками, ударами та майстерним володінням зброєю. Це головний критерій, який слід враховувати в категорії зброя.

Для кікбоксерів, які виконують трюки та/або гімнастичні рухи у своєму виступі, будуть оцінюватися спочатку маніпуляції зі зброєю, потім трюки та гімнастичні рухи.

Кікбоксерам дозволяється починати виступ зі зброєю на підлозі, але як тільки вони підняли зброю, вони не можуть знову покласти її на підлогу.

Якщо кікбоксер кладе зброю на підлогу, це буде зараховано як падіння зброї, та буде знято повний бал (1.0).

Якщо зброя опиниться на підлозі вдруге, кікбоксер буде дискваліфіковано (технічна дискваліфікація).

Якщо у формі використовується дві зброї: обидві зброї мають бути принесені учасником під час презентації.

Це може бути один і той самий вид зброї або два різних види зброї жорсткого стилю.

Кікбоксер може розмістити одну зброю на підлозі (татамі) під час або після презентації, але до того як починається виступ. Кікбоксер може взяти другу зброю в будь-який час протягом форми, але один раз. Якщо він взяв її, він має завершити форму, тримаючи обидві зброї в руках.

Також дозволено змінювати зброю під час виступу, а саме: покласти першу зброю на підлогу, і без будь-якої перерви чи зупинки взяти другу та продовжувати виступ. Обидві зброї мають бути пред'явлені під час презентації.

Учасник не може повернутися до оригінальної зброї, з якої він почав.

Наведене нижче не вважаються «падінням зброї»

Розміщення зброї на підлозі (татамі) під час або після презентації, але до початку виступу.

Отримання другої зброї під час форми, якщо її було принесено та пред'явлено під час презентації.

Падіння зброї вважається втратою контролю над зброєю під час маніпуляції, якщо вона падає на підлогу або кладеться на підлогу в будь-який інший спосіб або в будь-якій ситуації крім описаних вище.

Якщо зброя кікбоксеру зламається або розпадеться, він буде дискваліфікований (мінімальний бал 7.0). Кікбоксер не може продовжувати виступати зі зламаною зброєю.

Дозволено лише п'ять повних випусків, тобто дозволено підкидати зброю в повітря. Якщо було більше ніж п'ять випусків, учасник буде дискваліфікований. Зброя, яка обертається навколо іншої зброї, така як Кама,

Sword, Bo, Sai тощо, не буде зараховано як випуски, якщо зброя є впійманою рукою учасника, поки вона все ще контактує з іншою зброєю.

Кікбоксер може торкатися підлоги своєю зброєю під час виконання гімнастики та трюків, але зброя має бути в руках.

Кікбоксери можуть крутити/катати зброю навколо свого тіла (шия/руки та кисті). Це не зараховується як випуски.

Мінус-бали

Мінус 1 бал

Повний 1,0 бал буде знято кожним суддею, якщо кікбоксер:

- 1) кидає зброю на підлогу (падіння зброї);
- 2) змінює свою зброю на першу, після того як він вже взяв другу;
- 3) у креативних формах виконує будь-які гімнастичні прийоми або будь-які заборонені рухи.

До 0,5 бала

- 1) за кожен гімнастичний рух в музичних формах, що виконується понад дозволену кількість (більше п'яти гімнастичних рухів);
- 2) якщо пояс кікбоксера впав на підлогу;
- 3) якщо кікбоксер втрачає контроль над зброєю, і вона торкається підлоги, перебуваючи в руках;
- 4) якщо кікбоксер втрачає рівновагу, спотикається, падає або торкається підлоги руками або має складності з контролем зброї;
- 5) якщо кікбоксер втрачає синхронізацію з музикою;
- 6) якщо кікбоксер виконує будь-які заборонені рухи;
- 7) якщо кікбоксер виходять за межі татамі під час виступу, якщо розмір татамі становить 10 x 10 метрів.

До 0,3 бала

Якщо кікбоксер носить прикраси або пірсинг будь-якого типу (наприклад, сережки, каблучки, пірсинг на животі, ланцюжки, браслети)

Мінімум балів (найнижча оцінка 7,0)

- 1) якщо кікбоксер перервав/зупинив свій виступ достроково;
- 2) якщо кікбоксер випускає свою зброю більше п'яти разів.

Технічна дискваліфікація та найнижча оцінка 7,0, якщо

- 1) учасник кидає свою зброю вдруге;
- 2) зброя кікбоксера зламається або розвалиться;
- 3) в музиці прозвучать нецензурні слова;
- 4) учасник використовує театральний реквізит, наприклад: пов'язки на очі, маски, театральні костюми тощо.

2. Правила музичних форм

Визначення

Музична форма – уявний поєдинок з одним або кількома суперниками, в якому учасник використовує техніки східних бойових мистецтв під спеціально підібрану музику. Вибір музики є особистим.

Категорії

В музичних формах (MF) є дві категорії для чоловіків і жінок:

жорсткий стиль (HS/MS): удари, що походять із кікбоксингу, традиційного карате та тхеквондо;

жорсткий стиль зі зброєю (HSW/MW): дозволена зброя: Кама, Сай, Тонфа, Нунчаку, Бо та Катана.

Учасники також можуть брати участь у креативних формах: без зброї (CF/CS) та зі зброєю (CFW/CW), а також у командних виступах.

Усі учасники, які бажають брати участь у командних спортивних змаганнях, мають спочатку змагатися в індивідуальних заліках.

Ритм

Усі категорії музичних форм мають виконуватися під музику, удари наноситися відповідно до ритму.

Музика

Усі кікбоксери мають 1 трек/файл на своїх носіях для кожного розділу та мають надати організатору спортивних змагань до виступу. Учасники мають підписати треки: прізвище, розділ.

Якщо музика кікбоксера ненавмисно зупиняється під час його виступу, кікбоксер може продовжувати без музики або знову розпочати виступ.

За цих обставин штрафні бали не будуть нараховані.

Синхронізація:

Ідеальний хронометраж, зв'язок між рухом і музикою принесе найкращі бали.

Гімнастичні рухи

У музичних формах дозволено лише п'ять гімнастичних рухів. Порухення цього Правила призведе до зняття 0,5 бала від кожного судді за кожен додатковий виконаний гімнастичний рух.

Гімнастичний рух – рух, який не має мети бойового мистецтва (без ударів). Якись гімнастичні рухи можна змінювати, додаючи до руху удар ногами. У такому випадку він не розглядається як гімнастичний рух.

Класифікуються як гімнастичні прийоми: forward roll / backward roll (перекид вперед / перекид назад), hand stands (стійки на руках), all cartwheels (усі колеса включно з колесом на двох або одній руці або на ліктях), all round

offs (включаючи двома руками, однією рукою, лікті, голову), back flips with hands touching the floor (сальто через спину, торкаючись руками підлоги (навіть якщо ноги розведені у повітрі) kip ups, front and back somersaults (сальто вперед та назад), tucked / straight or picked, back somersaults with full (1) twist / double (2) twists (сальто назад з повним (1) скручуванням / подвійним (2) скручуванням), Arabian front somersaults (Арабське сальто уперед).

Удари рейзом/вебстерами/капоейра класифікуються як трюки.

3. Правила креативних форм

Визначення

Креативна форма – уявний поєдинок з одним або декількома суперниками, в якому учасник використовує удари східних бойових мистецтв.

Категорії

Креативні форми без зброї (CF/CS).

Креативні форми зі зброєю (CFW/CW).

Команди креативних форм (CFT/MT).

Учасники можуть брати участь у креативних формах зі зброєю та без та у командних спортивних змаганнях.

Музика

Учасники креативних форм не можуть використовувати музику.

Гімнастичні рухи

Гімнастична техніка заборонена, дозволено лише 1 kip up.

ЗАБОРОНЕНІ ПЕРЕВЕРНЕНІ техніки.

Заборонено будь-які рухи:

які передбачають обертання більше ніж на 360 градусів у повітрі;

які вимагають, щоб тіло було перевернуто більше, ніж паралельно підлозі, або є подібні до рухів у гімнастиці.

Можна використовувати

Butterfly kicks, butterfly twist та illusion kicks, це єдині удари-трюки, які можуть виконуватися в категоріях креативні форми.

VIII. Загальні правила рингових розділів

1. Рингові розділи

Рингові розділи включають:

Фул контакт (FC).

Лоу кік (LK).

Стиль K1 (K1).

2. Змагальна зона

Ринг

Змагальна зона називається ринг.

Мінімальний розмір внутрішньої сторони канатів має бути 520 см на 520 см, максимальний розмір – 610 см на 610 см. Розмір площини ззовні канатів має бути щонайменше 50 см з кожного боку, включаючи додаткову зону, необхідну для натягування та фіксації покривки.

Ринг не може бути нижче 90 см або вище 120 см від землі.

Платформа рингу має бути безпечно побудована, вирівняна та вільна від будь-яких виступів що заважають. Мінімальний розмір платформи має становити 620 см на 620 см, максимальний розмір – 780 см на 780 см. Ринг має бути оснащений чотирма кутовими стійками, які мають бути добре обгорнуті м'яким матеріалом, щоб запобігти травмуванню.

Кутові накладки мають бути розташовані таким чином: у ближньому лівому куті від центрального столу головного судді – ЧЕРВОНА; у дальньому лівому куті – БІЛА; у дальньому правому куті – СИНЯ; в ближньому правому куті – БІЛА.

Поверхня платформи рингу має бути повстю покрита гумою або іншим еластичним матеріалом товщиною не менше 1,5 см і не більше 2,5 см, на якій натягується та закріплюється покривка. Покривка має покривати всю платформу і має бути виготовлене з нековзкого матеріалу.

З кожної сторони рингу має бути чотири окремих каната. Вони мають бути товщиною 4 см. Висота чотирьох канатів має бути:

перший (нижній): 40 см;

другий: 71 см;

третій: 102 см;

четвертий (верхній): 132 см від покривки.

Усі канати мають бути з'єднані з усіх сторін через однакові проміжки двома шматками матеріалу (наближеного до текстури покривки) шириною 3–4 см. Стяжки не можуть ковзати канатами.

Натяг кожної секції канатів має бути достатньо сильним, щоб погасити удар від контакту кікбоксерів з канатами. Однак, у разі необхідності, головний суддя залишає за собою право регулювати натяг канатів.

Ринг має бути забезпечений щонайменше трьома комплектами сходинок. Два комплекти сходинок у протилежних кутах (червоний і синій) для кікбоксерів і тренерів, і один комплект сходинок у нейтральному куті (білий) для використання рефері та лікарем.

Аксесуари біля рингу

Для будь-яких спортивних змагань в ринзі необхідне:

- 1) система електронного суддівства;
- 2) гонг (з бойком) або дзвін або мішечок, розміром 10 на 10 см, зроблений зі шкіри або іншого схожого матеріалу, наповнений піском, або

чимось схожим, не важче 300 грамів. Колір мішечка: білий, чорний або червоний;

- 3) два стільця для кікбоксерів для відпочинку між раундами;
- 4) відра з водою в червоному та синьому кутах;
- 5) столи та стільці для суддів;
- 6) один (краще два) секундоміри;
- 7) один мікрофон, підключений до системи гучномовців;
- 8) одна коробка медичних рукавичок.

Тренер зобов'язаний мати з собою: рушник, пластикову пляшку води для пиття та полоскання рота. Не дозволяється використовувати будь-які інші пляшки (скляні пляшки суворо заборонені).

3. Вікові та вагові категорії

Молодші юнаки (YC/C1) (11, 12 років)

Хлопці:

-28 кг -30 кг -32 кг -34 кг -36 кг -38 кг -40 кг -42 кг -44 кг -46 кг +46 кг.

Дівчата:

-28 кг -30 кг -32 кг -34 кг -36 кг -38 кг -40 кг -42 кг -44 кг -46 кг +46 кг.

Старші юнаки (OC/C2) (13, 14 років)

Хлопці:

-38 кг -40 кг -42 кг -45 кг -48 кг -51 кг -54 кг -57 кг -60 кг -63 кг +63 кг.

Дівчата:

-38 кг -40 кг -42 кг -44 кг -46 кг -48 кг -52 кг -56 кг -60 кг +60 кг.

Молодші юніори (YJ/J1) (15, 16 років)

Хлопці:

-42 кг -45 кг -48 кг -51 кг -54 кг -57 кг -60 кг -63,5 кг -67 кг -71 кг -75 кг
81кг +81 кг.

Дівчата:

-36 кг -40 кг -44 кг -48 кг -52 кг -56 кг -60 кг +60 кг.

Старші юніори (OJ/J2) (17, 18 років)

Чоловіки:

-51 кг -54 кг -57 кг -60 кг -63,5кг -67 кг -71 кг -75 кг -81 кг -86 кг -91 кг
+91кг.

Жінки:

-48 кг -52 кг -56 кг -60 кг -65 кг -70 кг +70 кг.

Дорослі (S/SN) (19 – 40 років)

Чоловіки:

-51кг -54 кг -57кг -60кг -63,5кг -67кг -71кг -75кг -81кг -86кг -91кг +91кг.

Жінки:

-48 кг -52 кг -56 кг -60 кг -65 кг -70кг +70 кг.

4. Раунди

Молодші юнаки (YC/C1) – 3 раунди по 1 хвилині (3х1).

Старші юнаки (OC/C2) – 3 раунди по 1,5 хвилини (3х1,5).

Молодші та старші юніори, дорослі – 3 раунди по 2 хвилини (3х2).

Перерва між раундами для всіх вікових категорій складає одну хвилину.

Медичний час

Максимальний час медичної зупинки в одному бою становить дві хвилини для кожного кікбоксера.

Якщо кікбоксер використає всі дві хвилини, він все одно зможе продовжити поєдинок, але якщо буде потрібно більше медичного часу, рефері має зупинити бій рішенням RSC.

Медичний час починається, коли медик/лікар прибуває на татамі, або коли рефері схвалює будь-яку іншу медичну допомогу з невеликими проблемами (такими як носова кровотеча, контактні лінзи тощо).

У разі порізу або кровотечі медик/лікар має вирішити протягом двох хвилин, чи може кікбоксер продовжувати поєдинок.

На підставі висновку лікаря, рефері вирішує, чи продовжувати бій (лише у випадку, коли лікар дозволяє кікбоксеру продовжувати бій).

Якщо рефері після консультації з лікарем визначить, що кікбоксер неправильно використовує медичний час, а саме для відпочинку або уникнення бою, він може дати кікбоксеру офіційне попередження.

5. Одяг та спорядження для рингових розділів

Фул контакт

Засоби індивідуальної безпеки

Шолом (верхівка має бути закрита).

Капа (лише на верхні зуби або на верхні та нижні зуби).

Захист грудей (для кікбоксерок) (Обов'язково одягати під топ (ліф) або жилет).

Бинти для рук.

Рукавички для кікбоксингу (10 унцій).

Захист паху (обов'язковий для чоловіків і жінок).

Захист гомілки.

Підтримка щиколотки (не обов'язково).

Фути.

Особистий одяг

Оголений торс і штани для чоловіків.

Спортивний топ (жилет) і штани для жінок.

Лоу кік та стиль K1

Засоби індивідуальної безпеки

Шолом (верхівка має бути покрита).

Капа (лише на верхні зуби або на верхні та нижні зуби).

Захист грудей (для кікбоксерок) (Обов'язково одягати під топ (ліф) або жилет).

Бинти для рук.

Рукавички для кікбоксингу (10 унцій).

Захист паху (обов'язковий для чоловіків і жінок).

Захист гомілки (має закривати гомілку та преплесно(підйом)).

Бинти для ніг (не обов'язково) (мають бути закриті підтримкою щиколотки).

Підтримка щиколотки (не обов'язково, якщо не використовуються бинти для ніг).

Особистий одяг

Оголений торс і шорти для чоловіків.

Спортивний топ (жилет) і шорти (без спортивної спідниці) для жінок.

6. Офіційні особи

Головний суддя рингу

Головного суддю у чемпіонатах, Кубку України та турнірах призначає Голова суддівської колегії Федерації та організаційний комітет турніру. Головний суддя рингу організовує роботу рингу та призначає суддів та рефері.

Рефері

Першочергова відповідальність рефері – безпека кікбоксерів.

Рефері має використовувати медичні рукавички і міняти їх після кожного бою, в якому виявилася кров.

Лише рефері має повноваження призупиняти бій, застосовувати покарання та остаточно зупинити бій.

Рефері може самостійно виносити попередження та покарання за порушення Правил. Тільки в разі, якщо рефері необхідно прояснити сумнівні ситуації, він може проконсультуватися з суддями та прийняти рішення більшістю голосів.

Під час винесення усних попереджень рефері не надає команду хронометристу зупинити час,

Під час винесення офіційних попереджень рефері наказує хронометристу зупинити час.

Рефері виносить команди українською або англійською мовою

Рефері відповідають за дотримання Правил протягом усього бою та забезпечують щоб усі бали, попередження та покарання були відображені правильно.

У випадках, коли рефері вважає, що дискваліфікація може бути доцільною (за винятком випадків автоматичної дискваліфікації), необхідно проконсультуватися з головним суддею рингу.

У випадку відрахунку нокдауну, рефері зобов'язаний призупинити відрахунок, якщо інший кікбоксер не знаходиться в нейтральному куті.

Судді

Кожен суддя має незалежно оцінювати дії обох кікбоксерів та обрати переможця, згідно з Правилами.

Під час бою судді не можуть спілкуватися з кікбоксерами, тренерами, іншими суддями чи будь-ким іншим, за винятком рефері.

За необхідністю, наприкінці раунду суддя може повідомити рефері щодо будь-якого інциденту, пропущеного або не поміченого рефері.

Судді не можуть покидати місце до оголошення переможця.

Кількість осіб на рингу

У чемпіонатах та Кубку України мінімальна кількість рефері та суддів, які мають забезпечити нейтральність поєдинків, визначається наступним чином:

Фул контакт: 1 головний суддя + 9 рефері/суддів. Обов'язки під час бою: 1 головний суддя рингу, 1 рефері, 3 судді, 1 хронометрист, 1 рахувальник ударів ногами, 3 судді – резерв

Лоу кік/стиль K1: 1 головний суддя + 8 рефері/суддів. Обов'язки під час бою: 1 головний суддя рингу, 1 рефері, 3 судді, 1 хронометрист, 3 судді – резерв.

Під час бою, за винятком форс-мажорних обставин, головний суддя рингу не може змінити рефері або суддю. Під форс-мажором розуміють раптове знепритомніння рефері/судді або грубе та умисне порушення Правил.

7. Рішення (визначення переможця)

Перемога за балами (P)

У кінці поєдинку кікбоксер, який набрав більше балів і здобув перемогу рішенням більшості суддів, оголошується переможцем.

Якщо обидва кікбоксери отримали травму або нокаут і не можуть продовжувати бій, судді оцінюють отримані бали кожним кікбоксером до цього моменту та кікбоксер, який попереду за балами, буде оголошений переможцем.

Перемога через відмову (AB)

Якщо кікбоксер добровільно здається через травму чи будь-яку іншу причину, або якщо він не продовжує поєдинок після перерви між раундами, його суперник оголошується переможцем.

Перемога через зупинку поєдинку (RSC, RSC-H)

Якщо рефері вважає, що кікбоксер не може продовжувати бій через травму чи будь-яку іншу причину, бій буде зупинено, а його суперника оголошено переможцем. Право приймати таке рішення має рефері, який може проконсультуватися з лікарем. Зробивши це, рефері буде виконувати рекомендації лікаря. Враховуючи думку лікаря, рефері може прийняти рішення щодо продовження бою, але тільки в тому випадку, якщо лікар дозволить продовжити поєдинок. Коли рефері просить лікаря втрутитися, вони будуть єдиними присутніми в рингу. Ніхто інший не допускається.

Перемога нокаутом (КО)

Бій буде зупинено, якщо кікбоксер, який був у нокдауні, не зможе продовжити бій після того, як рефері відррахує йому до 10.

Рефері почне рахувати до 8 і якщо він вирішить, що кікбоксер не готовий продовжувати, він порахує 9, 10 і скаже «АУТ».

У разі сильного нокдауну, рефері може почати відрахунок, порахувати лише один і сказати «АУТ».

Перемога технічним нокаутом (ТКО)

Правило трьох нокдаунів. Це означає, що бій буде зупинено, якщо кікбоксер тричі побував у нокдауні в одному бою. Рефері оголошує кікбоксера переможцем після третього нокдауну, порахувавши до десяти і сказавши «АУТ».

У віковій категорії молодших юнаків діє правило одного нокдауну, у категоріях старших юнаків та молодших юніорів діє правило двох нокдаунів.

Перемога за дискваліфікацією (DISQ)

Якщо кікбоксер дискваліфікований, його суперник буде оголошений переможцем.

У разі неспортивної поведінки, дискваліфікований кікбоксер не може отримати медаль, кубок, або будь-яку нагороду.

Перемога у разі нез'явлення на бій (WO)

Коли кікбоксер присутній на рингу і готовий до бою, а його суперник не з'являється, після трикратного оголошення через гучномовець, починається відлік двох хвилин.

Якщо після спливання двох хвилин другий кікбоксер не з'явився, рефері оголошує кікбоксера, який присутній на рингу, переможцем через нез'явлення опонента на бій (WO).

Якщо кікбоксер запізнився або не був готовий до бою, але до закінчення двох хвилин опинився в ринзі, рефері починає бій «офіційним попередженням» цього кікбоксера.

Окремі випадки

Якщо кікбоксер випадково підвернув щиколотку і накульгує, рефері має зупинити бій і викликати лікаря. Лікар має вирішити, чи може він продовжувати бій чи ні. Якщо кікбоксер не зможе продовжити бій за рішенням лікаря, переможцем буде кікбоксер без травми. Якщо лікар дозволяє їм продовжити бій, але кікбоксер все ще кульгає, рефері має право зупинити бій з міркувань безпеки і віддати перемогу супернику.

Якщо був удар ногою в область паху і рефері це чітко бачить, він має зупинити бій та час, поставити кікбоксера, який наніс удар, у нейтральний кут і дати час супернику відновитися (не більше ніж дві хвилини). Перш ніж рефері поновить бій, він має винести попередження кікбоксеру, який порушив Правила.

Якщо був удар ногою в область паху і рефері не бачив його чітко, він має зупинити бій, зупинити час, відправити кікбоксера, який вдарив суперника, у нейтральний кут і запитати у всіх суддів, що вони бачили. Якщо вони підтвердили удар ногою в пах, рефері має дати кікбоксеру, який отримав заборонений удар, час на відновлення (не більше двох хвилин) і винести попередження кікбоксеру, який порушив Правила. Якщо судді не підтверджують порушення Правил, рефері має віддати наказ щодо початку відліку часу і почати відрахунок нокдауну кікбоксеру, який симулює.

Якщо був дозволений удар в дозволону зону і суперник отримав травму (перелом ноги, носа тощо) і не зміг продовжити бій, переможцем буде неущкоджений кікбоксер.

Якщо через недозволений удар суперник отримав травму та не зміг продовжити бій за рішенням лікаря, кікбоксер, який порушив Правила, буде дискваліфікований, а травмований кікбоксер буде оголошений переможцем.

Якщо кікбоксер наносив дозволений удар (наприклад, бекфіст в обертанні), а суперник у той же час скоротив дистанцію та отримав травму (удар передпліччям або ліктем) і не міг продовжити бій через це за рішенням лікаря, переможцем буде кікбоксер, який не отримав травми.

Якщо кікбоксер намагався вдарити суперника і отримав травму, наприклад, через блокування, рефері має почати відрахунок від 1 до 8. Перевіривши готовність продовжувати бій, рефері дає команду «ФАЙТ», якщо вони готові, або продовжує рахувати до 10, якщо вони не готові або відмовляються продовжувати бій.

Якщо після дозволеного удару ногою в допустиму зону суперник частково впав (наприклад, торкнувся підлоги одним коліном), рефері має

негайно почати відрахунок. Якщо він залишаться на підлозі через 10 секунд, бій буде зупинено через КО.

Якщо після удару кікбоксер опинився повністю за межами канатів, рефері має зупинити бій і зупинити час. Якщо кікбоксер який впав не потребує допомоги лікаря, рефері чекає його повернення і продовжує бій.

Якщо потрібна допомога лікаря, рефері попросить хронометриста розпочати відлік медичного часу відповідно до Правил.

Якщо кікбоксер не може продовжувати бій через рішення лікаря, і це був дозволений удар у дозволену зону, переможцем буде неушкоджений кікбоксер.

Якщо це був недозволений удар, кікбоксер який впав буде переможцем через дискваліфікацію суперника.

Якщо рефері зафіксував порушення Правил одночасно з сигналом щодо закінчення раунду або бою, він має попередити або покарати порушника під час перерви або після закінчення бою.

Якщо кікбоксер втрачає рівновагу або падає під час нанесення дозволеного удару, що призводить до нокдауну суперника, рефері має почати відрахунок, але судді не можуть зараховувати цей нокдаун до рахунку.

Якщо після команди рефері «БРЕЙК» один з кікбоксерів зробив повний крок назад, а потім негайно атакував суперника, який стояв без будь-яких рухів, дозволеним ударом, який привів до нокдауну, рефері має почати відрахунок з 1 до 8 (10) кікбоксеру, який отримав нокдаун. Якщо повного кроку назад не було, рефері має покарати порушника.

Зміна рішення

Усі публічні рішення є остаточними і не можуть бути змінені, окрім:
виявлених помилок, що допущені в ході підрахунку балів, наприклад, один із суддів заявляє, що він зробив помилку і переплутав бали кікбоксерів;
істотної помилки рефері або судді;
технічної помилки комп'ютерної системи.

Головний суддя негайно розглядатиме всі протести. Після розгляду представник Апеляційного комітету турніру оголошує остаточний результат.

8. Нарахування балів суддями

Під час нарахування балів необхідно дотримуватися таких правил:

Бали мають бути присуджені, коли дозволені удари наносяться в дозволені зони з дотриманням наступних критеріїв:

- гарна техніка з абсолютним балансом;
- повна потужність і швидкість;
- фокусування на ціль без відвертання обличчя під час виконання удару;
- правильні час та дистанція (коли удари мають найбільший потенційний ефект);
- спортивне ставлення (відсутність агресії під час нанесення ударів).

Під час нарахування балів

Під час кожного раунду суддя виставляє відповідну оцінку кожному кікбоксеру відповідно до кількості ударів, які кожен завдав.

Щоб отримати бал, удар рукою, ногою або коліном має відбуватися з правильної відстані, з повною силою, в дозволену зону та не бути заблокованим або частково відхиленним. Заблокований/зупинений удар не зараховується.

Кожний удар оцінюється в один бал.

У розділах фул контакт і лоу кік дозволена підсічка ногами. Підсічка зараховується лише у випадку якщо кікбоксер, якого атакують:

- 1) торкається підлоги будь-якою іншою частиною тіла, крім ніг;
- 2) хапає суперника або спирається на нього, щоб не торкнутися підлоги;
- 3) хапається за канати, щоб не торкнутися підлоги.

Кількість зафіксованих ударів (балів) у бою рахується кожним суддею окремо.

За удари, нанесені кікбоксером, не нараховуються бали, якщо вони:

- 1) суперечили Правилам;
- 2) не були виконані з потрібної відстані;
- 3) не були нанесені з повною потужністю;
- 4) не були зроблені в дозволену зону;
- 5) попали на руки, або були заблоковані, або були навіть частково відхилені;
- 6) здійснені з поганою рівновагою або атакуючий не дивився в зону атаки у момент виконання удару.

Стосовно порушень

Протягом раунду суддя не може карати за кожне порушення, яке він бачить, незалежно від того, помітив це рефері чи ні. Він має звернути увагу рефері на це порушення.

У разі використання суддівських записок:

Якщо рефері дає офіційне попередження одному з кікбоксерів, суддя має записати «W» у колонці «ПОРУШЕННЯ» на суддівській записці.

Коли рефері вирішує поставити кікбоксеру мінус-бал, кожен із трьох суддів ставить «-1» у відповідній колонці. Наприкінці раунду кожен суддя додає три бали до остаточного результату іншого.

Нарахування балів за допомогою системи електронного суддівства

Для всіх дозволених ударів, які чітко досягли дозволених зон зі швидкістю, зосередженістю, балансом та силою, суддя один раз натискає кнопку, колір якої відповідає кольору кута кікбоксера.

Бали постійно рахуються суддями, їх можуть бачити на екрані глядачі та секунданти (але не судді).

У кінці бою переможцем стає той кікбоксер, який набрав більше балів. Ефективний удар, виконаний одночасно з сигналом закінчення бою, зараховується.

Якщо рефері виносить попередження або покарання, він показує це головному судді рингу та хронометристу, який має внести це в електронну систему. Це буде відображено на екранах.

Якщо рефері ставить мінус-бал, він показує це головному судді рингу та хронометристу, який має внести це в електронну систему. Це буде відображено на екранах, знімаючи по три бали в кожного судді із загальної оцінки покараного кікбоксера.

Електронна система показує залишок часу раунду.

Бали чітко вказуються на екранах для кожного кікбоксера протягом усього бою.

У разі нічиї

Якщо бій закінчується, а в одного чи кількох суддів нічия (рівна кількість балів), система електронного суддівства автоматично призначить перемогу кікбоксеру, який набрав більше балів в останньому раунді.

У випадку, якщо обидва кікбоксери набрали однакову кількість балів в останньому раунді, суддя має самостійно визначити переможця, натиснувши червону або синю кнопку за наступними критеріями:

- активність;
- більше ударів;
- кращий захист;
- кращий стиль і техніка.

Покарання

Існує три види попереджень: зауваження, усне попередження та офіційне попередження.

Існує два види покарання: мінус-бал і дискваліфікація.

Рефері може, не зупиняючи поєдинок, зробити зауваження кікбоксеру в будь-який момент. Рефері може дати лише одне зауваження під час бою.

Для того, щоб дати усне попередження, рефері має зупинити бій, але не час, і чітко пояснити порушнику суть порушення. Рефері може зробити лише одне усне попередження під час одного бою.

Для того, щоб дати офіційне попередження, рефері має зупинити бій та час, поставити суперника в нейтральний кут і обличчям до старшого судді рингу та хронометриста пояснити порушення Правил.

Під час одного бою можна отримати лише чотири офіційні попередження

- 1-е офіційне попередження;
- 2-е офіційне попередження – перший мінус-бал;
- 3-е офіційне попередження – другий мінус-бал;
- 4-е офіційне попередження – дискваліфікація.

Попередження та покарання фіксуються протягом всього бою.

Рефері може винести мінус-бал або дискваліфікацію без попередніх попереджень, але це рішення має бути схвалено головним суддею рингу.

Критерії мінус-балів

- 1) Брудний стиль бою.
- 2) Постійний клінч.
- 3) Постійне і безперервне нахилиння, поворот спиною.
- 4) Недостатні удари ногами (у фул контакт).
- 5) Офіційне попередження, зроблене раніше.
- 6) Будь-яке серйозне порушення Правил.

Порушення правил (загальне)

Кікбоксер, який не виконує накази рефері, порушує правила або демонструє неспортивну поведінку, може отримати зауваження, попередження або бути дискваліфікованим рефері без офіційного попередження.

За весь бій кікбоксеру може бути зроблено лише 4 офіційних попередження. Четвертим попередженням буде автоматична дискваліфікація (процедура починається з офіційного попередження, перший мінус-бал, другий мінус-бал і дискваліфікація кікбоксера).

Порушення Правил проти суперника

Наступні дії вважаються порушеннями Правил:

- 1) удари кулаками нижче пояса, підхоплення, утримання, удари колінами (у розділах фул контакт та лоу кік), ліктями, плечима та передпліччями;
- 2) удари головою, удушення суперника, висування його голови за межі канатів;
- 3) удари відкритими рукавичками, внутрішньою стороною рукавичок, зап'ястям;
- 4) удари суперника у спину, особливо у шию, потилицю та нирки;
- 5) атака, тримаючи канати або використовуючи їх неналежним чином;
- 6) лежання на підлозі, боротьба або ухиляння від бою;
- 7) падіння через відсутність контакту або слабкий контакт;
- 8) якщо кікбоксер добровільно випльовує капу, рефері має припинити бій і дати кікбоксеру офіційне попередження в перший раз і мінус-бал за кожний наступний раз;
- 9) атака суперника, який лежить на підлозі або встає;
- 10) клінч (у розділах фул контакт та лоу кік);
- 11) нанесення ударів під час захоплення опонента або підтягування суперника для нанесення удару;
- 12) захоплення або тримання руки суперника або підкладання руки під руку суперника;
- 13) використання штучних засобів для пасивного захисту та навмисне падіння з метою уникнення удару;

- 14) використання образливої та агресивної лексики під час раунду;
 - 15) невиконання команди «БРЕЙК» (повний крок назад);
 - 16) спроба завдати удару супернику відразу після команди «БРЕЙК» до виконання кроку назад;
 - 17) атака або образа рефері в будь-який час.
- Якщо рефері вважає, що порушення було вчинено, а він не бачив, він має опитати суддів.

Поведінка тренерів

Рефері після усного та офіційного попереджень має право дискваліфікувати з бою тренера, який не виконує його наказів за рішенням більшості суддів і головного судді рингу.

Якщо дискваліфікований тренер продовжує порушувати Правила, поводитися агресивно відносно офіційних осіб, інших тренерів, кікбоксерів або глядачів, головний суддя спортивного змагання має право дискваліфікувати його на весь день спортивного змагання. У такому випадку головний суддя спортивного змагання має розпочати дисциплінарну справу.

9. Нокдаун (KD) і нокаут (КО) (На підлозі)

Кікбоксер вважається у стані нокдауну («на підлозі»), якщо кікбоксер після удару або серії ударів:

- торкається підлоги будь-якою частиною тіла, окрім ніг;
- безнадійно завис на канатах;
- частково або повністю знаходиться поза канатами;

не впав на підлогу або на канати, але знаходиться в напівнепритомному стані і, на думку рефері, не здатний продовжувати бій.

У разі нокдауну (KD), рефері має негайно почати відрахунок.

Коли кікбоксер знаходиться на підлозі, його суперник має миттєво піти в нейтральний кут, вказаний рефері.

Рефері продовжить бій лише тоді, коли кікбоксер, який знаходиться в нокдауні, буде готовий до бою на рахунок 8. Підтвердженням готовності є те, що кікбоксер стоїть на ногах, у бойовій стійці з піднятими. Кікбоксер має бути стійким і врівноваженим, з чітким зором.

Якщо суперник не йде до нейтрального кута за наказом рефері, рефері призупиняє відрахунок до виконання свого наказу. Відрахунок буде продовжено з того числа, на якому був зупинений.

Кікбоксер, який не продовжив бій після нокдауну (KD), програв бій нокаутом (КО).

Коли кікбоксер знаходиться в нокдауні («на підлозі»), рефері рахуватиме від 1 до 10 із секундним інтервалом між кожною цифрою і вказуватиме кожну секунду пальцями, щоб кікбоксер, знав, скільки секунд вже відраховано.

Коли кікбоксер знаходиться в нокдауні («на підлозі»), через удар або серію ударів, бій не буде продовжено, поки рефері не порахує до 8, навіть якщо кікбоксер готовий продовжувати бій до того часу.

Якщо кікбоксер не встає в бойову стійку і не піднімає руки, рефері продовжує відраховувати до «10», бій буде завершено і оголошено нокаут.

Якщо кікбоксер знаходиться в нокдауні наприкінці раунду, рефері продовжить відрахунок, навіть якщо пролунає гонг. Якщо рефері дорахує до 10, буде оголошено що кікбоксер програв через нокаут (КО).

Якщо кікбоксер знаходиться в нокдауні і готовий продовжити на рахунок 8, але кікбоксер падає назад на підлогу, не отримавши нового удару, рефері продовжить рахунок, починаючи з 8.

Якщо обидва кікбоксери впали одночасно, відрахунок продовжуватиметься, поки хоча б один з них буде на підлозі. Якщо вони обидва залишаться на підлозі через 10 секунд, бій буде зупинено та прийнято рішення, враховуючи бали, отримані перед нокаутом. Незважаючи на це, цього переможця буде відсторонено від подальшої участі в цьому турнірі через нокаут.

У всіх вікових категоріях нокдауни мають зараховуватися як один додатковий бал до результату.

Якщо використовується система електронного суддівства, додатковий бал за KD буде автоматично додано до результату кікбоксера, який зробив KD шляхом натискання хронометристом кнопки KD.

Неважливо, що було причиною відрахунку: удар чи поведінка кікбоксера.

Процедура після КО, RSC, RSC-Н, травми

Якщо кікбоксер отримує травму під час бою, лікар є єдиною особою, яка може прийняти рішення, чи може кікбоксер продовжувати бій.

Якщо кікбоксер залишається без свідомості, лише рефері та лікарю дозволено залишатися в ринзі, окрім випадку, коли лікар потребує сторонньої допомоги.

Якщо після нокдауну кікбоксер знаходиться без свідомості або в напівсвідомому стані, рефері, викликавши лікаря, має залишити кікбоксера лежати на підлозі і не дозволить йому піднятися до прибуття лікаря. Рефері не втручається (не знімає шолом, капу, не повертає непритомного кікбоксера в бокове положення). Усі втручання проводить лише лікар.

Кікбоксер, який був нокаутований через удар в голову, або якщо рефері зупинив бій через серйозну травму голови, має бути оглянутий лікарем одразу після цього, та, за необхідністю, супроводжений до лікарні черговою машиною швидкої допомоги.

Кікбоксер, який був нокаутований через удар в голову, або якщо рефері зупинив бій через серйозну травму голови, не має бути допущений до участі в інших спортивних змаганнях протягом принаймні 4 тижнів після КО чи RSC-Н.

За необхідності, до зазначених вище періодів відсторонення лікар на місці може продовжити термін відсторонення. Також, в лікарні через аналізи або

додаткові дослідження голови можуть додатково продовжити термін відсторонення.

Період відсторонення означає, що кікбоксер не може брати участь у жодних спортивних змаганнях з кікбоксингу незалежно від розділу. Період відсторонення є мінімальним і не може бути скасований, навіть якщо сканування голови не показує видимих ушкоджень.

Рефері вказує головному судді рингу відзначити КО, RSC-H або RSC в протоколі, якщо він зупинив бій через те, що кікбоксер не може продовжити бій через удар в голову. Це є остаточний результат бою, і він не може бути скасований.

Перш ніж поновити заняття кікбоксингом після відсторонення, кікбоксер після спеціального медичного огляду має бути визнаний лікарем придатним для участі у спортивних змаганнях.

Порядок дій після травм в цілому

У разі травм, крім КО або RSC-H, лікар може призначити мінімальний період відсторонення та порекомендувати лікування в стаціонарі.

Лікар може вимагати негайного лікування в стаціонарі.

Якщо кікбоксер або представники команди відмовляють лікарям у медичному огляді, лікар негайно повідомляє головного суддю, що будь-яка медична відповідальність лежить на кікбоксері та його команді. Проте офіційний результат і запроваджене відсторонення лишаються дійсними.

10. Система електронного суддівства

Для всіх рингових розділів має використовуватись система електронного суддівства.

Ця система виглядає наступним чином: усі троє суддів використовують мишу (планшет) з кнопками, що вказують два кути.

Екран постійно відображає рахунок обох кікбоксерів від різних суддів.

Екрани мають бачити глядачі та секунданти. Порушення, попередження, мінус-бали та час до закінчення раунду також відображаються на екрані. Системою керує хронометрист з комп'ютера на кожному ринзі.

Бій та його історія зберігаються в комп'ютері.

IX. Правила розділу фул контакт

1. Визначення та опис

Фул контакт – дисципліна кікбоксингу, де мета кікбоксера перемогти суперника використовуючи дозволені удари з повною потужністю та силою. Удари мають бути нанесені в дозволені зони з швидкістю, рівновагою та рішучістю, створюючи повний контакт. Удари дозволені до передньої, бічної та

верхньої частини голови, передньої та бічної частин тулуба (вище талії), також допускаються підсічки.

2. Вікові категорії у розділі фул контакті

- 1) Молодші юнаки (YC/C1) (11, 12 років).
- 2) Старші юнаки (OC/C2) (13, 14 років).
- 3) Молодші юніори (YJ/J1) (15, 16 років).
- 4) Старші юніори (OJ/J2) (17, 18 років).
- 5) Дорослі (S/SN) (від 19 до 40 років).

3. Дозволені зони для атаки

За допомогою дозволених ударів можна атакувати частини тіла:

- 1) голова - спереду, лоб і збоку;
- 2) тулуб - спереду і збоку (вище талії);
- 3) стопа - рівень щиколотки (тільки підсічки).

4. Дозволені удари

Удари руками та ногами мають використовуватися однаковою мірою протягом усього бою. Всі удари мають наноситися з повною потужністю. Будь-які удари, які частково відхилені або заблоковані, або які просто торкаються чи штовхають суперника, не зараховуються.

Удари руками

- 1) Прямий (Direct).
- 2) Аперкот (Uppercut).
- 3) Хук (Hook).

Удари ногами

- 1) Передній (Front kick).
- 2) Боковий (Sidekick).
- 3) Розворотний удар (Roundhouse kick).
- 4) Удар п'ятою (Heel kick).
- 5) Кресент-кік (Crescent kick).
- 6) Рубаючий удар – наноситься тільки ступнею (Axe kick).
- 7) Удари в стрибку (Jump kicks).
- 8) Удари з розвороту (Spinning kicks).
- 9) Удари з розвороту ногою в тулуб і голову (Spinning back kick to torso and head).
- 10) Дозволено атакувати гомілкою.

Підсічки

Махи ногою (тільки на рівні щиколотки, ззовні всередину та навпаки), щоб вивести суперника з рівноваги та застосувати удари рукою чи ногою, щоб опонент, втративши баланс, опинився на підлозі.

5. Заборонено:

- 1) Атакувати горло, нижню частину живота, нирки, спину, ноги, суглоби, пах, потилицю або шию та верхню частину плечей.
- 2) Атакувати коліном, ліктем, головою, великим пальцем і плечима.
- 3) Повертатися спиною до суперника, втікати, падати, навмисно клінчувати, наносити удари всліпу, боротися, штовхати, кидати та нахилятися нижче пояса суперника.
- 4) Виконувати удари нижче пояса.
- 5) Виконувати удари ногами в стегно, коліно та гомілку.
- 6) Виконувати удари ногами-сальто.
- 7) Бекфіст
- 8) Атакувати суперника, який опинився між канатами.
- 9) Атакувати суперника, який падає на підлогу або вже знаходиться на підлозі; тобто як тільки рука або коліно торкаються підлоги.
- 10) Виходити з рингу.
- 11) Продовжувати бій після команди «СТОП», «БРЕЙК» чи закінчення раунду.
- 12) Мазати олію (масло) на обличчя або тіло (допускається вазелін).
- 13) Навмисно випльовувати капю.

Атаки на підлозі суворо заборонені: кікбоксер не може атакувати суперника на підлозі. Рефері зобов'язаний негайно призупинити бій, коли один з двох кікбоксерів торкається підлоги будь-якою частиною тіла, окрім ніг.

Удари у голову або тіло лежачого кікбоксера можуть призвести до мінус-балів або дискваліфікації (судді приймають рішення більшістю голосів).

Неспортивна поведінка. Кікбоксер має лише одне попередження, потім має бути дотримана звичайна процедура покарання та дискваліфікації. Однак у разі грубої неспортивної поведінки кікбоксер може бути одразу покараний мінус-балом або дискваліфікований залежно від тяжкості порушення.

Якщо кікбоксер добровільно випльовує капю, рефері має зупинити бій, зупинити час, поставити суперника в нейтральний кут і зробити порушнику офіційне попередження. Якщо він зробить це вдруге, отримає мінус-бал.

Порушення Правил, залежно від того, наскільки вони серйозні, можуть призвести до попереджень, мінус-балів або навіть дискваліфікації.

6. Кількість ударів ногами за раунд

Кожен кікбоксер зобов'язаний виконати мінімум шість ударів ногами за кожний раунд. Такі удари мають чітко демонструвати намір вдарити суперника,

хоча не обов'язково мають бути оцінені як бал. Після першого раунду рахувальник ударів має доповісти рефері, який має повідомити кожного кікбоксера щодо недостатньої кількості ударів ногами. Вони матимуть шанс виконати ці удари у другому раунді. Якщо кікбоксер не виконує пропущені удари з першого раунду та обов'язкові шість ударів ногами з другого раунду, він отримує мінус-бал.

Якщо кікбоксер виконує шість ударів ногами в першому раунді, але не виконує шість ударів ногами в другому раунді, рефері повідомляє кікбоксера, що він має виконати пропущені удари ногами в третьому раунді. Якщо кікбоксер не виконує пропущені удари в третьому раунді, рефері виносить йому мінус-бал.

Якщо кікбоксер виконав шість ударів ногами в першому та другому раунді, але не виконав шість ударів ногами в третьому раунді, рефері винесе йому мінус-бал.

За порушення цього Правила рефері може поставити кікбоксеру максимум два мінус-бали. Мінус-бали за удари ногами та мінус-бали за інші порушення рахуються окремо, але якщо кікбоксер отримує третій мінус-бал, він буде автоматично дискваліфікований.

Х. Правила розділу лоу кік

1. Визначення та опис

Лоу кік – дисципліна кікбоксингу, де мета кікбоксера полягає в тому, щоб перемогти суперника, використовуючи допустимі удари з повною потужністю та силою. Удари мають наноситися у дозволені зони зосереджено, швидко, збалансовано та рішуче, створюючи повний контакт. Удари дозволені у передню і бічну частину голови, а також у передню і бічну частині тулуба. Також дозволені удари ногою у ногу суперника (стегно нижче пояса і вище коліна ззовні, зсередини і ззаду).

2. Вікові категорії у розділі лоу кік

- 1) Молодші юнаки (YC/C1) (11, 12 років).
- 2) Старші юнаки (OC/C2) (13, 14 років).
- 3) Молодші юніори (YJ/J1) (15, 16 років).
- 4) Старші юніори (OJ/J2) (17, 18 років).
- 5) Дорослі (S/SN) (від 19 до 40 років).

3. Дозволені зони для атаки.

Дозволеними ударами можна атакувати частини тіла:

- 1) голова - спереду, лоб і збоку;
- 2) тулуб - спереду і збоку;

- 3) ноги - стегно нижче талії і вище коліна зовні, всередині і ззаду;
- 4) стопа - на рівні щиколотки (тільки підсічки).

4. Дозволені удари

Всі удари мають наноситися з повною потужністю. Будь-який удар, який частково відхилено або заблоковано, або який просто торкається чи штовхає суперника, не зараховується.

Удари руками

- 1) Прямий (Direct).
- 2) Аперкот (Uppercut).
- 3) Хук (Hook).

Удари ногами

- 1) Передній (Front kick) удар ногою спереду в тулуб і голову (не в стегно).
- 2) Боковий (Sidekick) удар ногою в тулуб і голову (не в стегно).
- 3) Круговий удар (Roundhouse kick).
- 4) Удар п'ятою (Heel kick).
- 5) Кресент-кік (Crescent kick).
- 6) Рубаючий удар (Axe kick).
- 7) Удари в стрибку (Jump kicks).
- 8) Удари з розвороту ногою в тулуб і голову (не в стегно).
- 9) Дозволено атакувати гомілкою.

Підсічки

Махи ногою (тільки на рівні щиколотки, ззовні всередину та навпаки), щоб вивести суперника з рівноваги та застосувати удари рукою чи ногою, щоб опонент втративши баланс опинився на підлозі.

5. Забороняється:

- 1) атакувати горло, нирки, спину, ноги, суглоби, пах, шию, потилицю та верхню частину плечей;
- 2) атакувати коліном, ліктем, бити головою, великим пальцем і плечем;
- 3) повертатися спиною до суперника, втікати, падати, навмисно клінчувати, бити всліпу, боротися та нахилятися нижче пояса суперника;
- 4) виконувати передні та бічні удари ногами в передню частину стегна;
- 5) виконувати удари ногами в коліно та нижче коліна;
- 6) виконати обертовий удар ногою в передню сторону стегна;
- 7) виконувати удари руками в ноги;

- 8) виконувати удари ногами-сальто;
- 9) бекфіст;
- 10) атакувати суперника, який опинився між канатами;
- 11) атакувати суперника, який падає на підлогу або вже знаходиться на підлозі; тобто, як тільки одна рука або коліно торкнеться підлоги;
- 12) виходити з рингу;
- 13) атакувати після команди «СТОП», «БРЕЙК» чи закінчення раунду;
- 14) змащувати обличчя або тіло маслом (допускається вазелін);
- 15) навмисно випльовувати капу;

Атаки на підлозі суворо заборонені: кікбоксер не може атакувати суперника на землі. Рефері зобов'язаний негайно зупинити бій, коли один з кікбоксерів торкається підлоги будь-якою частиною тіла, окрім ніг.

Удари у голову або тіло лежачого кікбоксера можуть призвести до мінус-балу або дискваліфікації (судді приймають рішення більшістю голосів).

Неспортивна поведінка. Кікбоксер має лише одне попередження, потім має бути дотримана звичайна процедура покарання та дискваліфікації. Однак у разі грубої неспортивної поведінки кікбоксер може бути покараний мінус-балом або дискваліфікований залежно від тяжкості порушення.

Якщо кікбоксер добровільно випльовує капу, рефері має зупинити бій, зупинити час, поставити суперника в нейтральний кут і зробити порушнику офіційне попередження. Якщо він зробить це вдруге, отримає мінус-бал.

XI. Правила розділу стиль K1

1. Визначення та опис

Стиль K1 – дисципліна кікбоксингу, де мета кікбоксера полягає в тому, щоб перемогти суперника, використовуючи дозволені удари з повною потужністю та силою. Удари потрібно наносити у дозволені зони зосереджено, швидко та рішуче, створюючи повний контакт. Удари дозволені у передню і бічну частину голови, а також у передню і бічну частину тулуба. Удари (ноги і коліна) також дозволені у ноги суперника (всій частині, включаючи суглоби). Також дозволяється тримати суперника за шию і плечі однією або обома руками, щоб атакувати його коліном.

2. Вікові категорії у розділі стиль K1

- 1) Старші юнаки (OC/C2) (13, 14 років).
- 2) Молодші юніори (YJ/J1) (15, 16 років).
- 3) Старші юніори (OJ/J2) (17, 18 років).
- 4) Дорослі (S/SN) (від 19 до 40 років).

3. Дозволені зони для атаки.

За допомогою дозволених ударів можна атакувати частини тіла:

- 1) Голова - спереду, лоб і збоку
- 2) Тулуб - спереду і збоку
- 3) Ноги (всі частини, включаючи суглоби)

4. Дозволені удари

Удари рук, ніг і колін мають використовуватися однаково протягом усього бою. Всі удари мають використовуватися на повну потужність. Будь-який удар, який частково відхилено або заблоковано, або який просто торкається чи штовхає суперника, не зараховується.

Удари руками

- 1) Прямий (Direct).
- 2) Аперкот (Uppercut).
- 3) Хук (Hook).
- 4) Бекфіст.
- 5) Клінч (активний, лише протягом 5 секунд).

Удари ногами

- 1) Передній (Front kick) удар ногою спереду в тулуб і голову (не в стегно).
- 2) Боковий (Sidekick) удар ногою в тулуб і голову (не в стегно).
- 3) Круговий удар (Roundhouse kick).
- 4) Удар п'ятою (Heel kick).
- 5) Кресент-кік (Crescent kick).
- 6) Рубаючий удар (Axe kick).
- 7) Удари в стрибку (Jump kicks).
- 8) Удари з розвороту ногою в тулуб і голову (не в стегно).
- 9) Дозволено атакувати гомілкою.

Удари коліном

Коліном можна атакувати ноги, корпус або голову суперника

Дозволяється тримати шию суперника однією або обома руками, щоб негайно атакувати його коліном.

Під час однієї атаки дозволяється тільки один удар коліном, якщо кікбоксер тримає шию або плечі суперника однією або обома руками.

Підсічки

Махи ногою (тільки на рівні щиколотки, ззовні всередину та навпаки), щоб вивести суперника з рівноваги та застосувати удари рукою чи ногою, щоб

опонент, втративши баланс, опинився на підлозі. Забороняється кидати суперника, використовуючи руки, тулуб, стегна або плечі.

5. Забороняється:

- 1) Атакувати горло, нирки, спину, пах, шию, потилицю та верхню частину плечей.
- 2) Захоплювати ногу суперника з будь-якої причини, навіть на короткий час, і виконувати будь-яку атаку під час захоплення.
- 3) Виконувати удари ногами спереду та збоку в передню сторону стегна, коліна або гомілки. Це також стосується ударів коліном.
- 4) Виконувати більше одного удару колінами, тримаючи двома руками за шию або плечі суперника.
- 5) Виконати обертовий удар ногою в передню або бокову частину стегна.
- 6) Виконувати удари руками в ноги.
- 7) Виконувати будь-які удари ногами-сальто.
- 8) Закручування, піднімання та повороти суперника з боку на бік.
- 9) Атакувати ліктем, головою, великим пальцем або плечима.
- 10) Повертатися спиною до суперника, втікати, падати, навмисно клінчувати, атакувати всліпу, боротися, штовхатися та нахилятися нижче пояса суперника.
- 11) Атакувати суперника, який опинився між канатами.
- 12) Атакувати суперника, який падає на підлогу або вже знаходиться на підлозі; тобто, як тільки одна рука або коліно торкнеться підлоги.
- 13) Залишати ринг без дозволу рефері.
- 14) Атакувати суперника після команд «СТОП», «БРЕЙК», або після закінчення раунду.
- 15) Змащувати обличчя або тіло маслом (допускається вазелін).
- 16) Навмисно випльовувати капю.

Порушення Правил можуть, залежно від того, наскільки вони серйозні, можуть призвести до попереджень, мінус-балів або навіть дискваліфікації.

ХІІ. Антидопінгові заходи

1. Антидопінгові заходи під час спортивних змагань організовуються і проводяться відповідно до Закону України «Про антидопінгову діяльність у спорті», Положення про Національний антидопінговий центр, затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 25.07.2002 № 1063 (зі змінами), Антидопінгових правил Національного антидопінгового центру України (далі – НАДЦ), затверджених наказом НАДЦ від 22.12.2023 № 204-ОС, Всесвітнього антидопінгового кодексу та відповідних Міжнародних стандартів ВАДА.

2. Відбір допінг-проб може проводитись під час усіх офіційних спортивних змагань та поширюється на всіх спортсменів, які беруть участь у спортивних змаганнях.
3. Організатори спортивних змагань здійснюють заходи щодо запобігання участі відсторонених або тимчасово відсторонених від спортивної діяльності у зв'язку з порушенням Антидопінгових правил осіб. Зокрема, організатори під час прийому заявок, реєстрації учасників спортивних змагань, затвердження суддівського складу тощо здійснюють перевірку кожного з учасників на відсутність його у списках відсторонених чи тимчасово відсторонених на сайтах НАДЦ, відповідної міжнародної спортивної федерації та Міжнародного агентства з тестування. У випадку наявності інформації щодо відсторонення такі особи (спортсмени, тренери, лікарі, допоміжний персонал спортсмена) не допускаються до участі у спортивних змаганнях.
4. Організатори спортивних змагань реєструють спортсменів до участі у спортивних змаганнях в разі умови проходження ними сертифікованих курсів антидопінгової освіти на освітній платформі Всесвітнього антидопінгового агентства ADEL, організованих за участі відповідної міжнародної спортивної федерації чи Національного антидопінгового центру.
5. Організатори спортивних змагань забезпечують належні та сприятливі умови для проведення тестувань спортсменів, зокрема облаштовують пункт допінг-контролю, який відповідає вимогам Міжнародного стандарту з тестувань і розслідувань ВАДА.
6. Організатори спортивних змагань забезпечують безперешкодний доступ офіцерів допінг-контролю та іншого персоналу з відбору допінг проб до пункту допінг-контролю, всіх приміщень та місць проведення спортивних змагань, де можуть перебувати спортсмени, їх допоміжний персонал, судді, представники організаторів.
7. Організатори спортивних змагань забезпечують недопущення перешкоджання чи втручання в роботу офіцерів допінг-контролю, іншого персоналу з відбору допінг проб під час процедури тестування спортсменів (зокрема, під час повідомлення спортсменів щодо обрання їх для тестування, супроводження спортсменів до пункту допінг-контролю, здійснення процедур під час здачі спортсменом допінг проби, документального оформлення процедури допінг-контролю тощо).

Організатори спортивних змагань за можливістю у найкоротший термін інформують НАДЦ щодо всіх виявлених випадків можливих порушень Антидопінгових правил (використання, зберігання, призначення, розповсюдження заборонених речовин, втручання в процедури допінг-контролю тощо).

ХІІІ. Адаптація ветеранів війни, осіб з інвалідністю, осіб з обмеженнями повсякденного функціонування до повноцінного життя суспільства

1. Реалізація фізичних, психологічних, соціальних можливостей ветеранів війни, осіб з інвалідністю, осіб з обмеженнями повсякденного функціонування, систематизація заходів, спрямованих на відновлення та компенсацію функціональних можливостей організму для поліпшення фізичного та психологічного стану людини в процесі діяльності Федерації з подальшого розвитку виду спорту як суб'єкта сфери фізичної культури і спорту в сучасних умовах відбуватиметься з урахуванням спрямування зусиль на залучення визначених категорій населення до занять фізичною культурою та спортом.

2. Федерація в ході адаптації виду спорту до потреб ветеранів війни, осіб з інвалідністю відповідної нозології, осіб з обмеженнями повсякденного функціонування ставить за мету сприяння інклюзії та інтеграції до повноцінного життя суспільства, фізичній, психологічній реабілітації, розвиток можливостей до ведення самостійного способу життя, залученості до місцевої спільноти.

З цією метою забезпечуються належні та сприятливі умови для зміцнення громадського здоров'я шляхом використання оздоровчої рухової активності, розв'язання спеціалізованих завдань та практичних проблем з комплексністю та невизначеністю умов, обґрунтовуються вибір та реалізація відповідних заходів для визначених категорій населення.

3. Спортивні заходи проводяться серед ветеранів війни, осіб з інвалідністю, осіб з обмеженнями повсякденного функціонування.

Допуск до участі у спортивних заходах учасників визначених категорій населення відбувається за умови допуску лікаря до занять фізичною культурою та спортом з урахуванням обмежень до виконання фізичних вправ та наявності страхового полісу, дійсного на термін проведення заходу (умови договору страхування мають передбачати участь у спортивних заходах).

Допуск до спортивних заходів відбувається без урахування спортивних розрядів та звань.

4. Федерації беруть участь у створенні безперешкодного доступу учасників спортивних заходів до місць їх проведення, використання спортивних споруд, обладнання та інвентарю, що сприятиме фізкультурно-спортивній реабілітації осіб різного віку та статі.

5. Федерація, створюючи та забезпечуючи умови для адаптації ветеранів війни, осіб з інвалідністю, осіб з обмеженнями повсякденного функціонування, співпрацює з місцевими органами виконавчої влади, органами місцевого самоврядування, іншими громадськими об'єднаннями фізкультурно-спортивної спрямованості.

6. За результатами участі в спортивних заходах серед ветеранів війни, осіб з інвалідністю, осіб з обмеженнями повсякденного функціонування спортивні розряди та звання не присвоюються.

Заступник директора департаменту
спорту вищих досягнень – начальник відділу
літніх олімпійських видів спорту

Нельсон ГАЙРІЯН

ПОГОДЖЕНО
Президент Федерації
кікбоксингу України WAKO



Ольга ПАВЛЕНКО

Додаток 1
до Правил спортивних
змагань з кікбоксингу WAKO

Додатки

КАРТКА КІКБОКСЕРА



Додаток 2
до Правил спортивних
змагань з кікбоксингу WAKO

КАРТКА ТРЕНЕРА



Додаток 3
до Правил спортивних
змагань з кікбоксингу WAKO

КАРТКА СУДДІ



Додаток 4
до Правил спортивних
змагань з кікбоксингу WAKO

ІМЕННА ЗАЯВКА

Участь у _____

Місце проведення: _____

Команда: _____ від _____ (регіон, область, АР Крим, м. м. Київ, Севастополь)

Дата проведення: _____

№ п/п	Прізвище, ім'я, по-батькові (повністю)	№ особистої картки спортсмена	Дата народжен ня	Вагова категорія	Звання розряд	ФСТ, СК	Вид програми (розділ)	Назва ДЮСШ, СДЮСШОР, клубу	Ідентифікацій код	Прізвище, ім'я першого тренера	Прізвище, ім'я особистого тренера	Підпис лікаря та печатка ЛФД
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
1.												
2.												
3.												
4.												
5.												
6.												
7.												

Всі спортсмени пройшли належну підготовку, відповідають вказаним ваговим категоріям і готові до спортивних змагань.

Представник команди _____

Спортсмени в кількості _____ чоловік пройшли медичний огляд у повному обсязі. Отримано заключення
невропатолога, отоларинголога. Терапевтом зроблена функціональна проба. Спортсмени відповідають вказаним ваговим категоріям.

Лікар: до змагань допущено _____ (_____)

Начальник управління/
Директор _____

Президент обласної
федерації _____

Додаток 5
до Правил спортивних
змагань з кікбоксингу WAKO

назва організації, яка проводить спортивні змагання

Назва змагань

ПРОТОКОЛ ЗВАЖУВАННЯ

Місце проведення _____ “___” _____ 20____ року

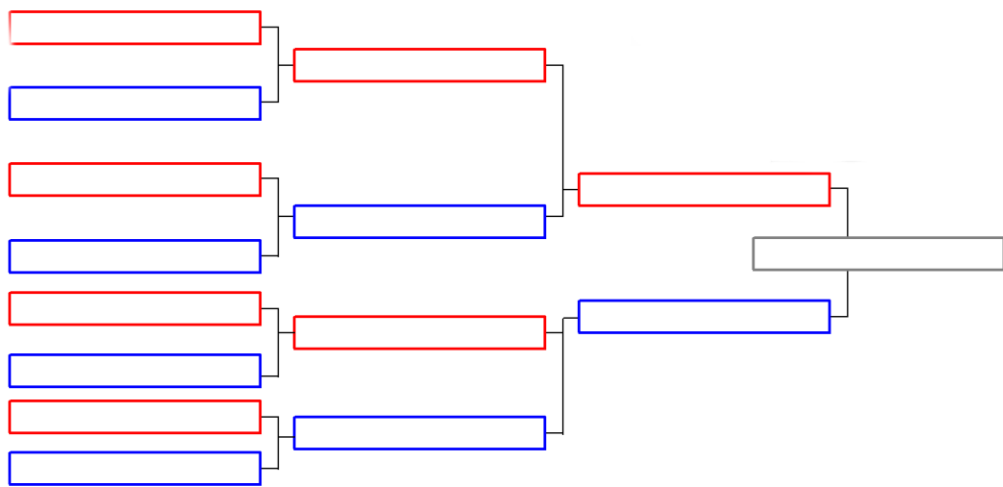
№ з/п	№ за жеребкуванням	Прізвище, ім'я учасника	Розділ	Вага
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				

Головний суддя _____ Судді _____

Головний секретар _____

Додаток 6
до Правил спортивних
змагань з кікбоксингу WAKO

Графіки



Додаток 7
до Правил спортивних
змагань з кікбоксингу WAKO

Назва організації, яка проводить спортивні змагання

Назва спортивних змагань

З В І Т
лікаря щодо травм, одержаних учасниками спортивних змагань

“ _____ ” _____ 20 _____ р . _____ місце _____

№ п/п	Прізвище, ім'я	Команда	Вагова категор	№ майд	Опис травми	Яка надана медична допомога	Зняв з поєдинку - сп. змагань	Підпис лікаря

Лікар спортивних змагань _____ Заст. головного судді _____

Додаток 8
до Правил спортивних
змагань з кікбоксингу WAKO

ЗВІТ ГОЛОВНОГО СУДДІ

Про проведення спортивних змагань –

Організація, що проводила спортивні змагання –

Місце проведення –

1. Кількість організацій, що прийняли участь –
2. Кількість учасників _____ із них ЗМС _____ МСУМК _____, МСУ _____, КМС _____ розряд _____
3. Підготовка місць спортивних змагань –
4. Забезпечення інвентарем та його якість –
5. Забезпечення медично-санітарним обслуговування – _____
кількість травм: тяжкі _____, середні _____, легкі _____.
6. Кількість поданих апеляцій – _____, із них відмовлено _____
7. Кількість учасників, що виконали вимоги: МСУ _____, КМС _____
8. Результати спортивних змагань: _____

9. Склад суддівської колегії, що проводили спортивні змагання: всього –

10. Характеристика роботи суддівської колегії –

Головний суддя

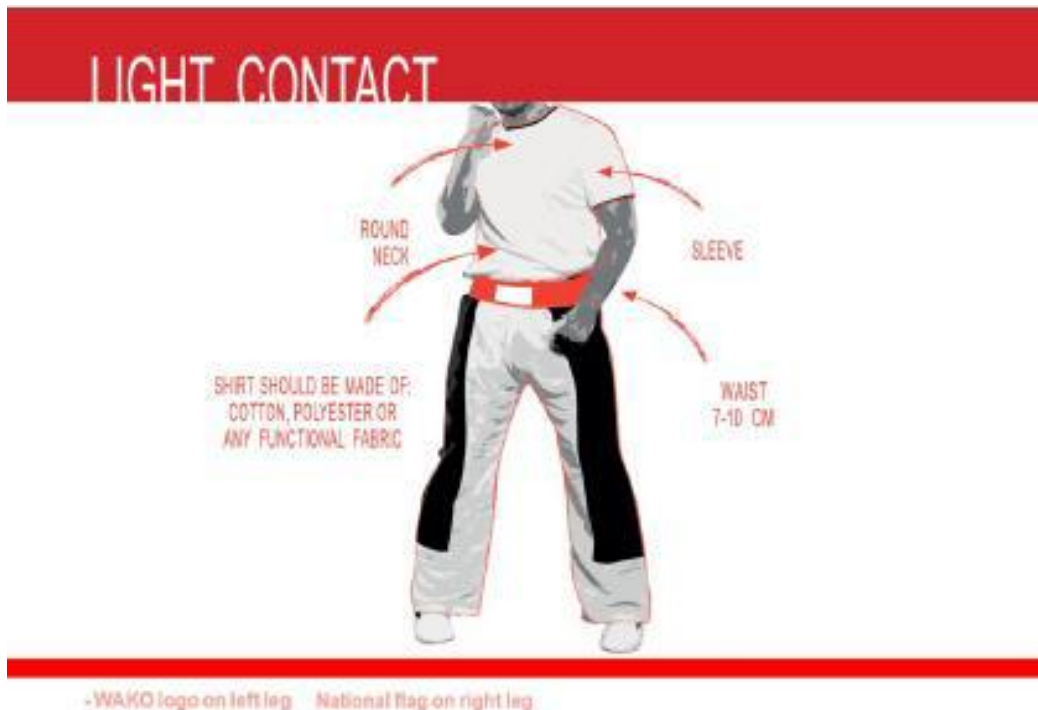
Головний секретар

Додаток 9
до Правил спортивних
змагань з кікбоксингу WAKO

Одяг спортсменів
Поінт файтинг



Лайт контакт



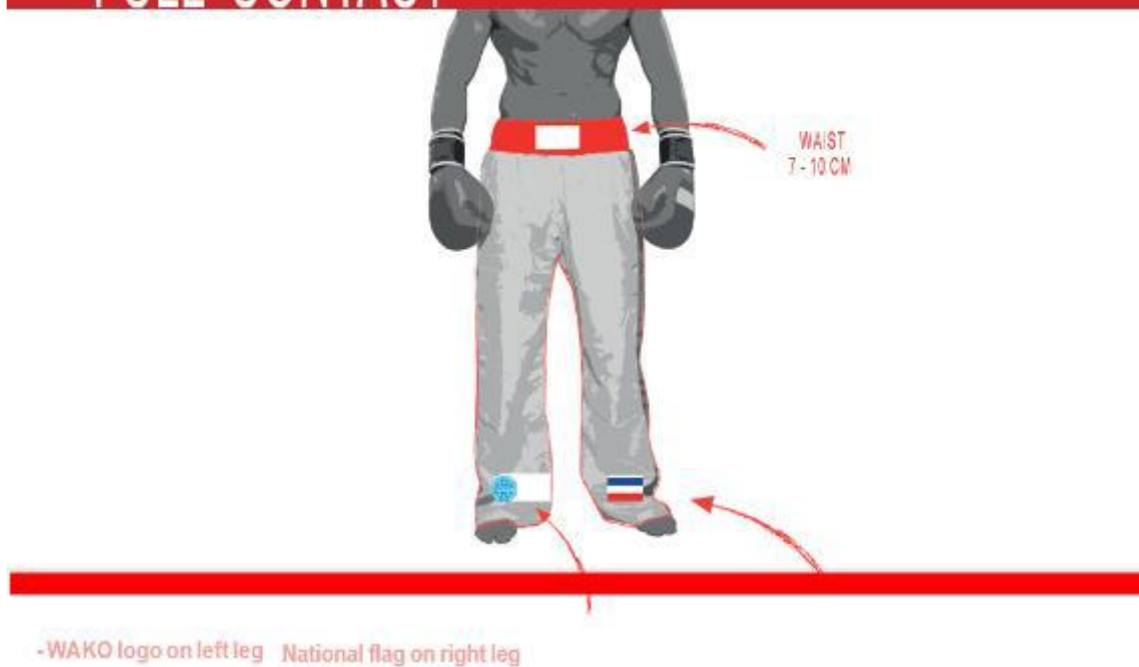
Кік лайт

KICKLIGHT



Фул контакт

FULL CONTACT



Лоу кік та стиль К1



Одяг кікбоксерок-мусульманок



Додаток 10
до Правил спортивних
змагань з кікбоксингу WAKO

Одяг рефері та суддів



Додаток 11
до Правил спортивних
змагань з кікбоксингу WAKO

Одяг головного судді майданчику, головного судді змагання



Додаток 12
до Правил спортивних
змагань з кікбоксингу WAKO

Засоби індивідуальної безпеки
Рукавички для поїнт файтингу

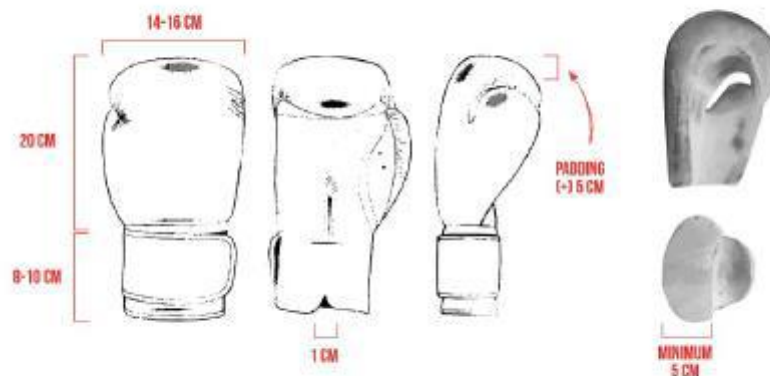
POINTFIGHTING GLOVES - MIN. WEIGHT 6 OZ (171G: +/-5%)



- Protection must be a minimum of 40 mm thickness in the hitting area
- Protection shall be made of high quality shock absorption material: Open cell foam, EVA or Latex
- outside fabric shall be: high quality artificial leather, PU or leather

Рукавички для кікбоксингу

GLOVES - WEIGHT: 10OZ = 284G (+/-5%)



- Gloves must be made of soft leather, palm can be made of new technology, but must be improved by commission
- Padding on the knuckle - 5cm thickness at least
- Shockabsorbing must be improved by commission, or any test at a technical university

Захист грудей



- Insert must be made of high quality

Захист гомілки для PF, LC, KL, FC

SHINGUARD FOR POINTFIGHTING, FULLCONTACT AND KICK LIGHT



- protection shall be 25mm at the contact area // - shall be sock type
 - shock absorption shall be - EVA; Latex or any adequate quality
 - shinguard must be CE certified

Захист гомілки для LK, K1



Захист стопи

FOOTPROTECTOR (KICKS) FOR POINTFIGHTING, LIGHT - FULL CONTACT AND KICK LIGHT



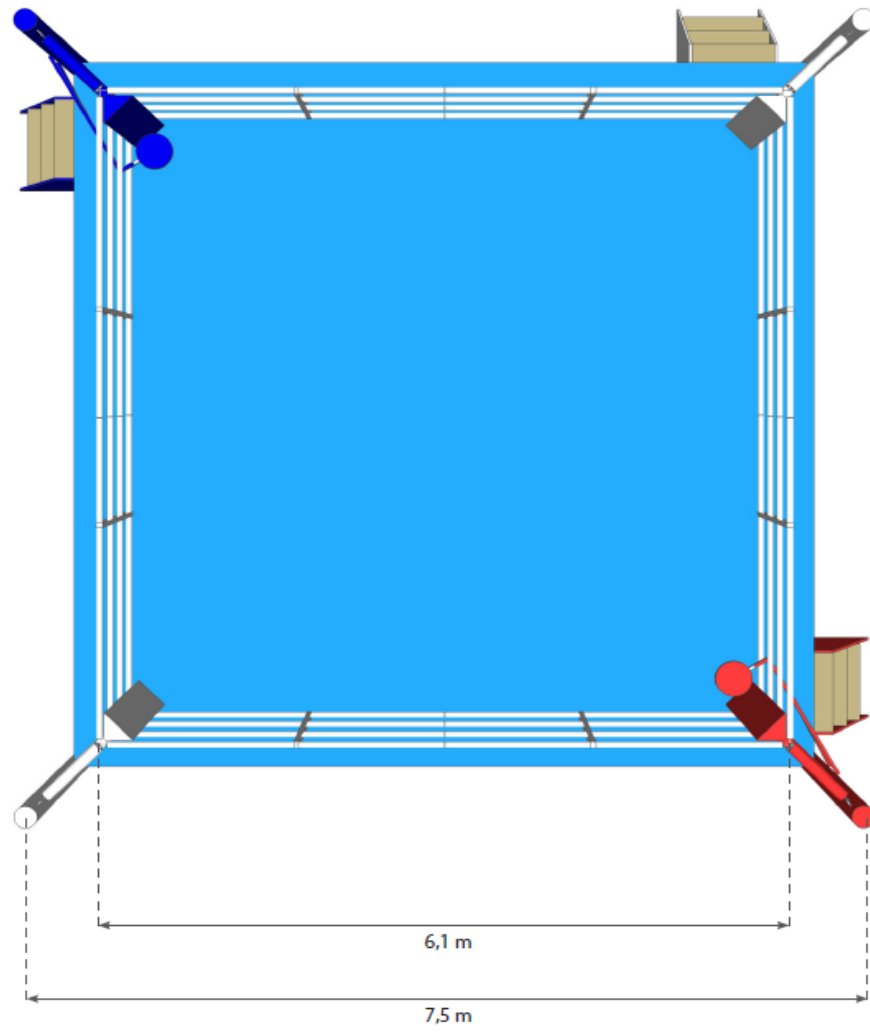
- The protection on the hitting area must be 2cm thick and at the heel 1,5cm
- Weight should be not less than 6oz (171 g) for size L // tolerance +/- 5%
- the shock absorbant fabric shall be open cell foam, EVA or Latex
- the outside fabric shall be leather, artificial leather or PU or any adequate quality

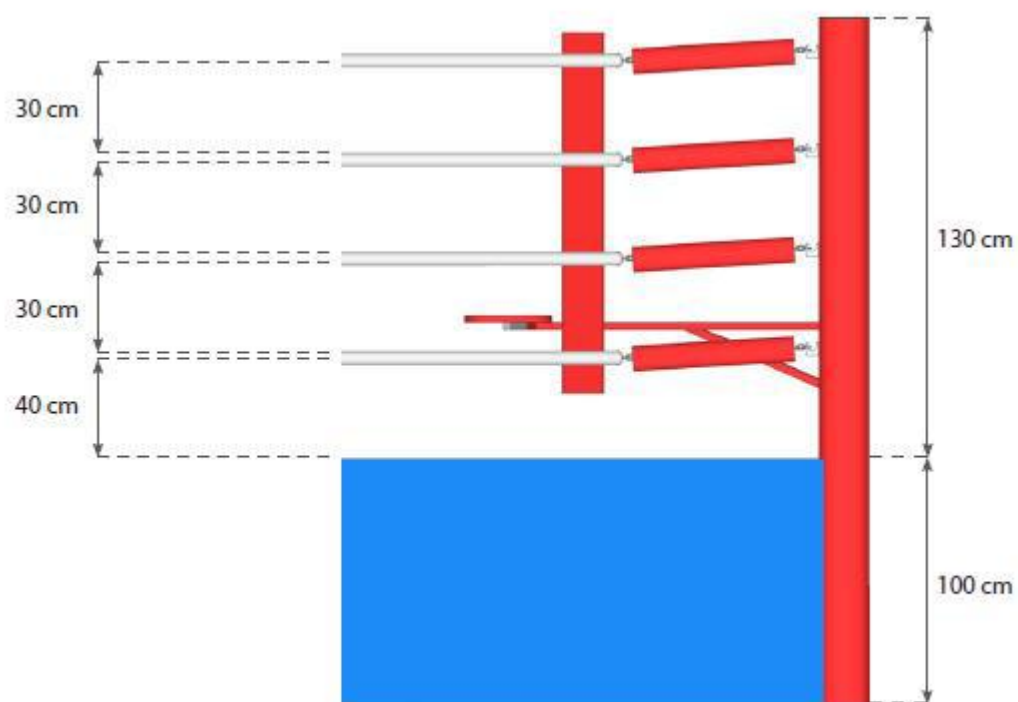
Додаток 13
до Правил спортивних
змагань з кікбоксингу WAKO

Ринг

Ring Design







Додаток 14
до Правил спортивних
змагань з кікбоксингу WAKO

Жести рефері (татамі дисципліни)



Файт



Час



**Усне
попередження**



**1-ше офіційне
попередження**



**2-ге офіційне
попередження**



**3-тє офіційне
попередження**



Мінус-бал



Дискваліфікація

**Не бачив****Без балів****Вихід****Обертання****Удар не влучив****Штовхання****Падіння на підлогу****Надмірний контакт****Призначення балів в поїнт файтингу**

			
Один бал	Два бали	Три бали	1 бал червоному 1 бал синьому

Додаток 15
до Правил спортивних
змагань з кікбоксингу WAKO

Жести рефері (рингові дисципліни)

			
Файт - стоп	Час – стоп час	Офіційне попередження	Мінус-бал
			
Не бити коліном	Не бити ліктем	Не хапати ногу	Не бити передпліччям
			
Не бити відкритою долонею	Не бити плечем	Не бити в потилицю	Уникання бою



Не тримати



Не бити головою



Не боротися



Не обертатися



Потиснути руки



**Тримати голову
вище**



Не штовхати



Не розмовляти



Контролювати капу



Дискваліфікація



Нокаут/Технічний нокаут

Зміст

I. Загальні положення	2
II. Організація та проведення спортивних змагань	3
III. Правила татамі-розділів.....	26
IV. Правила розділу поінт файтинг	38
V. Правила розділу лайт контакт.....	44
VI. Правила розділу кік лайт.....	47
VII. Правила розділу музичні форми	51
VIII. Загальні правила рингових розділів	58
IX. Правила розділу фул контакт	72
X. Правила розділу лоу кік.....	75
XI. Правила розділу стиль K1	77
XII. Антидопінгові заходи.....	79
XIII. Адаптація ветеранів війни, осіб з інвалідністю, осіб з обмеженнями повсякденного функціонування до повноцінного життя суспільства.....	81
Додатки.....	83