

ПОГОДЖУЮ

Президент

Федерації кікбоксингу України ІСКА

*О. Мандзюк* МАНДЗЮК

30 червня 2020 р.



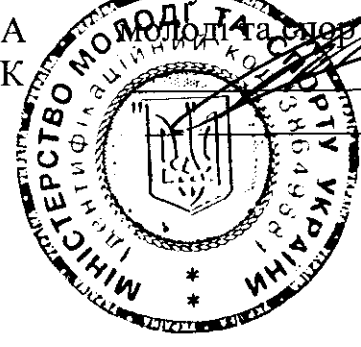
ЗАТВЕРДЖЕНО

Заступник Міністра

Молоді та спорту України

*М. Бідний* М. БІДНИЙ

2020 р.



## ПРАВИЛА

спортивних змагань з кікбоксингу ІСКА

## I. Загальні положення

1. Ці Правила визначають основні засади організації та проведення спортивних змагань з кікбоксингу ІСКА.

2. Ці Правила розроблені з урахуванням Правил Міжнародної спортивної асоціації кікбоксингу ISKA (далі – Правила ISKA).

3. Вимоги цих Правил стосуються усіх дисциплін, з яких проводяться змагання з кікбоксингу ІСКА та не поширюються на організацію та проведення міжнародних змагань з кікбоксингу ІСКА на території України.

4. У цих Правилах терміни та скорочення вживаються у таких значеннях:

аперкот – короткий висхідний удар, що виконується і ближньою і дальньою щодо суперника рукою внутрішньою траєкторією;

бекфіст – удар, виконаний шляхом формування зовнішньої сторони кулака;

вихід – вся ступня спортсмена була поставлена поза татамі;

гак-удар – дуговий удар ногою, при якому положення ноги та траєкторія руху нагадують гак;

джеб – довгий прямий удар, що виконується ближньою щодо суперника рукою;

добок – форма для занять тхеквондо;

довге коліно – удар коліном, який виконується з швидким і вибуховим прискоренням вперед з відстані та має прямо-діагональний напрямок в кінці удару;

мандатна комісія – комісія, яка здійснює допуск спортсменів до участі у змаганнях;

ніж-рука – удар долонею збоку (мізинцем вперед);

пхумсе – комплекс вправ, що складається з різноманітних ударів, блоків переміщень тощо;

серп-удар – круговий удар ногою, що описує дугу знизу-вгору-вниз;

сокира-удар – удар ногою зверху;

татамі – вид м'якого покриття для підлоги;

туль – комплекс вправ, що складається з основних атакуючих і захисних дій;

удар – імпульсний зворотно-поступальний або обертальний направлений рух рукою або ногою;

Федерація – Федерація кікбоксингу України "ІСКА";

форми – дисципліна кікбоксингу ІСКА, де здійснюється демонстрація техніки різноманітних єдиноборств;

AIBA - Міжнародна Асоціація Аматорського Боксу;

RSC – зупинка за рішенням рефері;

IRC – Міжнародний Регламентний Комітет;

ISKA – Міжнародна спортивна асоціація кікбоксингу ISKA;

NC – поєдинок не відбувся;

SUR – добровільна відмова спортсмена продовжувати поєдинок через травми або з якоїсь іншої причини;

WO – перемога через неявку суперника.

Інші терміни, що вживаються у цих Правилах, наведені у Законі України "Про фізичну культуру і спорт".

5. Змагання з кікбоксингу ІСКА проводяться відповідно до положення (регламенту) про проведення відповідного спортивного змагання з кікбоксингу ІСКА (далі – Положення), що визначає умови його проведення та затверджується організатором.

6. Зареєстровані для участі у змаганнях особи мають дотримуватись цих Правил, Правил ISKA як таких, що обов'язкові для виконання кожним із учасників змагань.

7. Змагання з кікбоксингу ІСКА проводяться з метою:

- 1) розвитку і популяризації кікбоксингу ІСКА в Україні;
- 2) відбору кращих спортсменів команд спортивних клубів, дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю, шкіл вищої спортивної майстерності, центрів студентського спорту

вищих навчальних закладах, фізкультурно-оздоровчих закладів, що розвивають кікбоксинг ІСКА;

3) підвищення рівня спортивної майстерності і виконання нормативів Єдиної спортивної класифікації України, зазначених у Положенні про Єдину спортивну класифікацію України, затвердженому наказом Міністерства молоді та спорту України від 11 жовтня 2013 року № 582, зареєстрованому в Міністерстві юстиції України 04 листопада 2013 року за № 1861/24393;

4) відбору кандидатів для формування збірних команд України;

5) удосконалення методів та практики суддівства змагань з кікбоксингу ІСКА;

6) обміну досвідом, знаннями та інформацією.

7. Здійснення антидопінгового контролю у спорті визначено вимогами Закону України "Про антидопінговий контроль у спорті" та Міжнародної конвенції про боротьбу з допінгом у спорті.

8. Прийняття рішень в ситуаціях, що не передбачені цими Правилами:

1) при виникненні ситуацій, не передбачених цими Правилами, під час проведення поєдинку рішення приймається заступником головного судді, який забезпечує проведення змагань з відповідного розділу;

2) при виникненні ситуацій, не передбачених цими Правилами, не пов'язаних з проведенням поєдинку, рішення приймає головний суддя змагань;

3) рішення головного судді (заступника головного судді) щодо ситуацій, не передбачених цими Правилами, не мають суперечити Правилам ІСКА.

## **II. Види і система змагань**

### **1. Види змагань**

1. Спортивні змагання з кікбоксингу ІСКА поділяються на:

1) особисті – визначають результати кожного спортсмена, за які надається відповідне місце;

2) командні – індивідуальні результати кожного спортсмена зараховуються команді в цілому. За сумою балів усіх спортсменів команди визначаються результати та місця команд;

3) особисто-командні – підсумкові результати кожного спортсмена зараховуються як кожному спортсмену, так і команді в цілому.

2. За масштабом і представництвом змагання поділяються на територіальні, всеукраїнські. Змагання для певних розрядів, віку і вагових категорій можуть бути як закриті (тільки для членів організації, що організовує їх), так і відкриті – для всіх запрошених.

## **2. Система змагань**

1. Спортивні змагання з кікбоксингу ІСКА проводяться за олімпійською системою – спортсмен (команда) вибуває зі змагань після першої поразки.

У дисциплінах форми та самозахист перемогу одержує спортсмен, який набрав найвищу сумарну оцінку, надану п'ятьма боковими суддями.

2. Програма та вид змагань визначаються Положенням, розробленим та затвердженим організатором змагань на підставі цих Правил.

3. Змагання з кікбоксингу ІСКА проводяться у таких дисциплінах:

1) Семі-контакт;

2) Пойнт хард спаринг;

3) Лайт-контакт;

4) К-1 лайт кік;

5) Фул-контакт;

6) Кікбоксинг з лоу кік;

7) К-1;

8) Тайбоксинг;

9) Форми (жорсткий японський стиль, корейський стиль, ветеранів стиль, м'який стиль, фрістайл, зі зброєю без музики, зі зброєю під музику);

10) Самозахист.

## **3. Організація змагань**

1. Змагання проводяться відповідно до вимог цих Правил і Положення.

2. Положення є основним документом, яким керуються суддівська колегія та спортсмени під час проведення відповідних спортивних змагань.

3. Положення розсилається організаціям, а також розміщується на інформаційному сайті Федерації не пізніше ніж за один місяць до початку змагань.

4. Положення має відповідати цим Правилам та містити такі розділи:

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

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

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

#### **4. Заявки на участь у змаганнях**

1. Для участі у змаганнях організації-учасниці подають попередню та остаточну (іменну) заявки.

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

3. Спортсмени допускаються до змагань на підставі остаточної (іменної) заявки (додаток 1), яка подається до мандатної комісії змагань у термін, визначений Положенням, та допуску лікаря шляхом проведення медичного

огляду за наявності страхового свідоцтва (поліса, сертифіката), передбаченого пунктом 2 частини четвертої статті 6 Закону України "Про страхування".

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

### **5. Мандатна комісія**

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

2. До складу мандатної комісії входять:

представник організатора змагань (голова комісії);

головний суддя змагань;

головний секретар змагань;

лікар змагань.

Перелік документів, що подаються до мандатної комісії, обумовлюються Положенням.

### **6. Майданчики для поєдинків**

Татамі, ринги та всі бічні захисні огороження перевіряються головним суддею змагання (на підставі цих Правил) на предмет придатності і безпеки до початку першого поєдинку.

1. На татамі проводяться змагання з таких дисциплін – семі-контакт, пойнт хард спаринг, форми, самозахист, лайт контакт, К-1 лайт кік:

1) татамі має бути чистим і без пошкоджень;

2) розміри татамі становлять від 6 х 6 м до 7 х 7 м, для дисциплін форми та самозахист – 8 х 8 м. Якщо це можливо, для безпеки розташовується з кожного боку 1 м матів;

3) на двох боках, протилежних один до одного, на відстані 1м від центру татамі, в напрямку зовнішнього боку, позначаються дві паралельні лінії, на яких спортсмени шикуються на початку поєдинку;

4) навколо татамі позначено вільну запобіжну смугу шириною у 1 м. Глядачі та столи рефері розміщуються за межами смуги. Смуга може бути виділена на підлозі;

5) хронометрист і рахувальник (для семі-контакту і поїнт хард спаринг) розміщуються за столом рефері, обличчям до центрального рефері;

б) якщо використовується один татамі для поєдинків, медичний персонал забезпечується достатнім простором за столом рефері.

2. На рингу проводяться змагання з таких дисциплін – фул-контакт, кікбоксинг з лоу кік, К-1, тайбоксинг:

1) довжина сторони квадрату рингу має бути не меншою ніж 4,5 м і не більшою ніж 6,1 м (довжина сторони канатів). Ринг огорожується чотирма канатами;

2) чотири кути металевої конструкції рингу з діагональною відстанню між ними, що не перевищує 10,6 м (зовнішні розміри);

3) висота кутів не має бути більшою ніж 1,32 м над помостом;

4) всі кути покриваються подушками, які використовують для уникнення можливих травм;

5) чотири канати, що встановлюються на рингу, мають діаметр не менше ніж 2,5 см;

б) найнижчий канат розташовується на висоті 33,02 см над помостом, верхній канат – не вище ніж 1,32 м;

7) канати покриваються м'яким щільним матеріалом;

8) поміст розташовується на мінімальній висоті 90 см, але не вище ніж 1,20 м над землею і включає м'який мат або своєрідний матеріал під настилом;

9) сходи розміщуються в червоному і синьому кутах;

10) столи і стільці для суддів розміщуються уздовж трьох інших сторін рингу;

11) телеоператорів під час раундів на поміст рингу не допускають.

3. На столі рефері татамі та рингу мають бути:

1) списки складу пар виступів спортсменів;

2) табло для рахунку;

3) настільний секундомір, плюс ручний секундомір у резерві;

4) звуковий сигнал (дзвоник, свисток тощо);



- 5) чисті аркуші паперу;
- 6) олівці;
- 7) при необхідності – комп'ютер і принтер.

## **7. Раунди**

1. Кількість, тривалість раундів і відпочинку будь-яких змагань визначається організатором (головним рефері):

1) для дисциплін семі-контакт, поинт хард спаринг раундів може бути один або два (плюс додатковий час). Тривалість раундів не більше 2 хв з перервою 1 хв між раундами. У разі нічиї після фінального раунду надається перерва тривалістю 30 с і 30 с додаткового часу на поєдинок. Якщо після закінчення цього додаткового часу так і не буде визначено переможця, без перерви починає діяти правило золотого балу. Той, хто першим отримає бал, стає переможцем;

2) для дисциплін лайт-контакт, К-1 лайт кік раундів може бути один, два або три (плюс додатковий раунд). Тривалість раундів не більше 2 хв з перервою 1 хв між раундами. У разі нічиї після фінального раунду надається перерва тривалістю як в основний час поєдинку і додатковий раунд на поєдинок;

3) для дисциплін фул контакт, кікбоксинг з лоу кік, К-1, тайбоксинг кількість раундів може дорівнювати двом або трьом (плюс додатковий раунд). Тривалість раундів не більше 2 хв з перервою 1 хв між раундами. У разі нічиї після фінального раунду надається перерва тривалістю як в основний час поєдинку і додатковий раунд на поєдинок.

## **8. Попередження**

1. Система попереджень рефері для дисциплін семі-контакт, поинт хард спаринг:

- 1) для поєдинку, що проходить у два раунди:
  - перше попередження;
  - друге попередження;
  - третє попередження – мінус бал;
  - четверте попередження – мінус бал;

п'яте попередження – дискваліфікація.

2) для поєдинку, що проходить у один раунд:

перше попередження;

друге попередження;

третє попередження – мінус бал;

четверте попередження – дискваліфікація.

2. Система попереджень "Виходу" для дисциплін семі-контакт, поинт хард спаринг:

1) для поєдинку, що проходить у два раунди:

перше попередження;

друге попередження;

третє попередження – мінус бал;

четверте попередження – мінус бал;

п'яте попередження – дискваліфікація.

2) для поєдинку, що проходить у один раунд:

перше попередження;

друге попередження;

третє попередження – мінус бал;

четверте попередження – дискваліфікація.

3. Попередження рефері рахуються окремо і не підсумовуються.

4. Попередження "Вихід" стосується кількості раундів.

5. Система попереджень рефері для дисциплін лайт-контакт, К-1 лайт кік:

перше попередження;

друге попередження – мінус бал;

третє попередження – дискваліфікація.

6. Система попереджень "Виходу" для лайт-контакт, К-1 лайт кік:

перше попередження;

друге попередження;

третє попередження – мінус бал;

четверте попередження – мінус бал;

п'яте попередження – дискваліфікація.

7. Попередження "Виходу" і попередження рефері рахуються окремо і не підсумовуються.

8. Система попереджень рефері для дисциплін фул-контакт, кікбоксинг з лоу кік, К-1, тайбоксинг:

перше попередження;

друге попередження;

третє попередження – мінус бал;

четверте попередження – мінус бал;

п'яте попередження – дискваліфікація.

### **III. Учасники змагань та умови участі у змаганнях**

#### **1. Вікові категорії учасників змагань**

1. До змагань допускаються спортсмени, заявлені до участі у встановленому порядку, які пройшли мандатну комісію і допущені до змагань, для видів програм, що проводяться на татамі:

- 1) діти старшого віку 8 – 9 років;
- 2) юнаки молодшого віку 10 – 11 років;
- 3) юнаки старшого віку 12 – 14 років;
- 4) юніори 15 – 17 років;
- 5) дорослі 18 – 40 років;
- 6) ветерани 41 – 49 років;
- 7) майстри від 50 і старші.

2. До змагань допускаються спортсмени, заявлені до участі у встановленому порядку, які пройшли мандатну комісію і допущені до змагань, для видів програм, що проводяться на рингу:

- 1) юнаки молодшого віку 10 – 11 років;
- 2) юнаки старшого віку 12 – 13 років;
- 3) юніори молодшого віку 14 – 15 років;
- 4) юніори старшого віку 16 – 17 років;

5) дорослі 18 – 40 років.

3. Юніори 15 – 17 років можуть брати участь у змаганнях серед дорослих 18 – 40 років у дисциплінах семі-контакт, форми, самозахист, лайт-контакт та К-1 лайт кік тільки за наявності допуску від лікаря зі спортивної медицини, заяви тренера-представника команди та позитивного рішення мандатної комісії. Якщо спортсмену на день змагань виповнилось 18 років, він бере участь у змаганнях серед дорослих.

## 2. Вагові категорії учасників змагань

1. Семі-контакт, лайт-контакт, К-1 лайт кік:

1) діти старшого віку 8 – 9 років:

чоловіки: -20кг; -25кг; -30кг; -35кг; -40кг; +40кг;

жінки: -20кг; -25кг; -30кг; -35кг; +35кг;

2) юнаки молодшого віку 10 – 11 років:

чоловіки: -25кг; -30кг; -35кг; -40кг; -45кг; +45кг;

жінки: -25кг; -30кг; -35кг; -40кг; +40кг;

3) юнаки старшого віку 12 – 14 років:

чоловіки: -30кг; -35кг; -40кг; -45кг; -50кг; -55кг; +55кг;

жінки: -35кг; -40кг; -45кг; -50кг; +50кг;

4) юніори 15 – 17 років:

чоловіки: -45кг; -50кг; -55кг; -60кг; -65кг; -70кг; -75кг; +75кг;

жінки: -45кг; -50кг; -55кг; -60кг; +60кг;

5) дорослі 18 – 40 років:

чоловіки: -60кг; -65кг; -70кг; -75кг; -80кг; -85кг; -90кг; +90кг;

жінки: -55кг; -60кг; -65кг; -70кг; +70кг;

6) ветерани 41 – 49 років:

чоловіки: -70кг; -80кг; -90кг; +90кг;

жінки: -60кг; +60кг;

7) майстри від 50 і старші:

чоловіки: -70кг; -80кг; -90кг; +90кг;

жінки: -60кг; +60кг;

## 2. Пойнт хард спаринг:

### 1) юнаки молодшого віку 10 – 11 років:

чоловіки: -25кг; -30кг; -35кг; -40кг; -45кг; +45кг;

жінки: -25кг; -30кг; -35кг; -40кг; +40кг;

### 2) юнаки старшого віку 12 – 14 років:

чоловіки: -30кг; -35кг; -40кг; -45кг; -50кг; -55кг; +55кг;

жінки: -35кг; -40кг; -45кг; -50кг; +50кг;

### 3) юніори 15 – 17 років:

чоловіки: -45кг; -50кг; -55кг; -60кг; -65кг; -70кг; -75кг; +75кг;

жінки: -45кг; -50кг; -55кг; -60кг; +60кг;

### 4) дорослі 18 – 40 років:

чоловіки: -60кг; -65кг; -70кг; -75кг; -80кг; -85кг; -90кг; +90кг;

жінки: -55кг; -60кг; -65кг; -70кг; +70кг;

## 3. Фул-контакт, кікбоксинг з лоу кік , К-1, тайбоксинг:

### 1) юнаки молодшого віку 10 – 11 років:

чоловіки: -25кг; -30кг; -35кг; -40кг; -45кг; +45кг;

жінки: -25кг; -30кг; -35кг; -40кг; +40кг;

### 2) юнаки старшого віку 12 – 13 років:

чоловіки: -30кг; -35кг; -40кг; -45кг; -50кг; -55кг; +55кг;

жінки: -35кг; -40кг; -45кг; -50кг; +50кг;

### 3) юніори молодшого віку 14 – 15 років:

чоловіки: -45кг; -51кг; -55кг; -59кг; -63кг; -67кг; -71кг; -75кг; +75кг;

жінки: -45кг; -55кг; -59кг; +59кг;

### 4) юніори старшого віку 16 – 17 років:

чоловіки: -51кг; -55кг; -59кг; -63кг; -67кг; -71кг; -75кг; -81кг; -86кг; +86кг;

жінки: -50кг; -55кг; -59кг; -63кг; +63кг;

### 5) дорослі 18 – 40 років:

чоловіки: -60кг; -65кг; -70кг; -75кг; -80кг; -85кг; -90кг; +90кг;

жінки: -55кг; -60кг; -65кг; -70кг; +70кг.

4. Форми (жорсткий стиль японські, корейські, ветерани традиційні, м'який стиль, фрістайл, зі зброєю без музики, зі зброєю під музику), самозахист:

- 1) юнаки молодшого віку 10 – 11 років;
- 2) юнаки старшого віку 12 – 14 років;
- 3) юніори – 15 – 17 років;
- 4) дорослі – 18 – 40 років;
- 5) ветерани – 41 – 49 років;
- 6) майстри – від 50 років і старші.

Для всіх вікових категорій:

чоловіки: відкрита категорія;

жінки: відкрита категорія.

### **3. Права та обов'язки учасників змагань**

1. Учасники змагань мають право:

- 1) визначити попередню масу тіла на офіційних вагах змагань;
- 2) переходити до вищої вагової категорії ніж та, що є в заявці (якщо це не суперечить цим Правилам та Положенню;
- 3) відмовитись від продовження поединку в будь-який час, піднявши руку догори, подаючи цим знак рефері.

2. Учасники змагань зобов'язані:

- 1) дотримуватися норм поведінки і етики спортсмена на місці проведення змагань;
- 2) знати і виконувати ці Правила та Положення;
- 3) пройти зважування, представлення й нагородження;
- 4) змагатися в спортивному одязі відповідно до вимог цих Правил;
- 5) перед початком і після закінчення поединку потиснути супернику руки;
- 6) бути стриманим і коректним з іншими учасниками та суддями, у перервах між раундами перебувати обличчям до центру рингу (татамі);
- 7) не розмовляти під час поединку.

#### **4. Представники, тренери та капітани команд**

1. Команда, яка бере участь у змаганнях, має у своєму складі представника, тренера і капітана команди. В окремих випадках обов'язки представника команди може виконувати тренер або спортсмен.

2. Представник є керівником команди і організовує поведінку та дисципліну спортсменів.

3. У разі порушення цих Правил представник команди має право подати протест головному судді із зазначенням підпункту, пункту та розділу цих Правил.

4. Представник команди (тренер) зобов'язаний брати участь у жеребкуванні та бути присутнім на спільних засіданнях суддів з представниками команд.

5. Під час проведення змагань тренер одягнений у спортивний одяг, поводить дисципліновано, перебуває поруч зі спортсменами, забезпечує їхню підготовку до виходу на татамі або ринг.

6. У разі, якщо тренер не виконує вказівки суддів, до його спортсмена може бути застосовано попередження і, в разі необхідності, дискваліфіковано.

7. Тренер може відкликати спортсмена.

8. Капітан команди обирається з числа учасників змагань та забезпечує дисципліну в команді та поведінку спортсменів на змаганнях.

9. Представнику, тренеру чи капітану команди забороняється втручатися в роботу суддів та інших осіб, які проводять змагання.

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

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

#### **5. Секунданти та їхні помічники**

1. Кожен учасник змагань має право на одного секунданта та його помічника.

2. Обов'язки секунданта може виконувати тренер або спортсмен.

3. Лише секундант і його помічник можуть підніматися на поміст рингу, тільки один із них входить на ринг. Під час поединку секунданти не можуть перебувати на помості рингу або на татамі.

4. До початку раунду секундант або його помічник прибирає з рингу стілець, рушник та інші предмети.

5. Секундант, який допомагає спортсмену під час відпочинку між раундами, має при собі рушник і губку.

6. Під час поединку секунданту та його помічнику заборонено підказувати спортсмену, допомагати або підтримувати його. У разі порушення цих вимог вони можуть бути дискваліфіковані. Спортсмен за порушення цих вимог секундантом або його помічником може отримати зауваження, попередження або бути дискваліфікованим.

7. Секундант має право зупинити поєдинок на користь суперника, якщо його спортсмен неспроможний продовжити поєдинок. Для зупинки поединку секундант викидає на ринг рушник чи губку. Якщо рефері веде рахунок нокауту або нокауту, викидати на ринг рушник чи губку не дозволяється.

## **6. Одяг спортсменів**

1. Для дисциплін семі-контакт та лайт-контакт спортсмени одягають футболку та штани:

- 1) верхня половина передпліччя або рука до ліктя має бути закрита;
- 2) довжина штанів має досягати стопи, знизу вони нічим не звужені.

2. Для дисциплін пойнт хард спаринг та фул-контакт:

- 1) спортсмени одягають штани, торс голий;
- 2) довжина штанів має досягати стопи, знизу вони нічим не звужені.

3. Для дисципліни К-1 лайт кік спортсмени одягають футболку і спортивні шорти.

4. Для дисципліни кікбоксинг з лоу кік спортсмени одягають спортивні шорти, торс голий.

5. Для дисципліни К-1 та тайбоксинг:



1) спортсмени віком від 16 до 35 років одягають спортивні шорти, торс голий;

2) спортсмени віком від 10 до 15 років одягають футболку зі спортивними шортами.

6. Загальні вимоги до одягу спортсменів:

1) на одязі заборонено мати застібки-блискавки, кишень або кнопки;

2) спортсменам заборонено одягати будь-які металеві предмети, які можуть призвести до травм суперника (не допускається носіння пірсингу, ланцюжків, годинників або сережок);

3) окуляри заборонені, м'які контактні лінзи допускаються на власний ризик спортсмена;

4) кожен спортсмен носить пояс для позначення талії. Можливо змагатись без такого пояса, якщо талію чітко видно завдяки чіткості кольорів одягу (білий верх і чорний низ тощо);

5) спортсменам дозволяється носити одяг із символікою їхніх клубів, асоціацій тощо. Дозволені імена і гасла за умови, що вони не ображають суспільну гідність;

6) пов'язки на голові, шарфи і сітки, використання шпильок для волосся не допускаються. Довге волосся збирається гумкою для волосся.

## **IV. Суддівська колегія**

### **1. Загальні вимоги до суддів**

1. Суддівська колегія формується суддівською комісією Федерації з числа суддів, які мають відповідну суддівську категорію.

2. Головний суддя змагань призначається президією Федерації.

3. Безпосереднє керівництво та проведення змагань покладається на головну суддівську колегію, до складу якої входять: головний суддя, його заступники з кожної дисципліни, головний секретар.

4. Суддями можуть бути особи, які мають суддівську категорію.

5. Суддя має бути одягнутий в легкі чорні туфлі, темні брюки, чорну сорочку зі знаком Федерації.

## **2. Принципи роботи суддівської колегії**

Враховуючи, що поведінка членів суддівської колегії значно впливає на результат проведення змагань, кожен рефері і суддя зобов'язаний:

бути нейтральним і чесним;

поводитись з гідністю та рішучістю без метушні та нервозності;

концентрувати всю свою увагу на змаганні, чітко реагувати жестами та командами на дії спортсменів;

давати виважену оцінку діям спортсменів, показувати своє рішення без затримки та без огляду на оцінки інших суддів;

не оцінювати дії, які не було видно з його позиції;

знати ці Правила та Положення.

## **3. Головний суддя**

1. Головний суддя проводить змагання відповідно до цих Правил та Положення.

2. Головний суддя зобов'язаний:

1) перевірити стан та готовність місця проведення змагань, інвентар та спорядження, приміщення, перевірити наявність акта про придатність споруди для проведення змагань;

2) провести зважування та жеребкування учасників змагань;

3) призначити рефері та суддів на суддівство поєдинків, дотримуючись при цьому їх нейтралітету;

4) відсторонювати від змагань спортсменів, тренерів, суддів та інших осіб, які припустили серйозні порушення дисципліни та норм етики;

5) аналізувати роботу рефері та суддів, давати оцінку їхній діяльності та у разі грубих помилок відсторонювати їх від суддівства;

6) після закінчення змагань визначити кращих рефері та суддів;

7) у разі надходження протесту не пізніше ніж за 1 год прийняти рішення та оголосити його;

8) підготувати звіт після закінчення змагань та надати його організаторам змагань;

9) проінформувати організаторів змагань про надзвичайні події, що сталися під час проведення змагань.

3. Головний суддя має право:

1) припинити змагання, оголосити перерву за обставин, що виникли при проведенні поєдинків, або глядачі своєю поведінкою заважають ходу поєдинків;

2) вносити зміни до програми змагань, якщо в цьому виникла необхідність;

3) позбавляти нагород спортсменів, які дискваліфіковані за порушення цих Правил;

4) зупинити поєдинок та дати необхідні вказівки судді, а у разі грубої помилки – замінити його;

5) зупинити поєдинок за вимогою головного лікаря змагань у разі травми спортсмена;

6) зупинити поєдинок та оголосити переможця за явною перевагою одного з спортсменів, якщо така ситуація має місце, а рефері не припиняє поєдинок;

7) дати команду продовжувати поєдинок, якщо рефері, зупинивши його, припустився помилки;

8) приймати рішення у всіх випадках, які виникли у ході змагань та не передбачені цими Правилами.

#### **4. Заступники головного судді**

Заступники головного судді:

разом з головним суддею забезпечують правильне проведення змагань, а у разі його відсутності – виконують його обов'язки;

за дорученням головного судді аналізують роботу рефері та суддів;

керують роботою суддів та допоміжним персоналом.

## **5. Головний секретар**

1. Головний секретар є заступником головного судді змагань з документального забезпечення змагань.

2. Головний секретар зобов'язаний:

- 1) забезпечити змагання необхідною суддівською документацією;
- 2) перевірити правильність заявок;
- 3) забезпечити правильність жеребкування;
- 4) скласти, затвердити у головного судді і довести до відома учасників і представників (тренерів) графік змагань і порядок зустрічей;
- 5) вести протоколи засідань головної суддівської колегії змагань;
- 6) приймати протести і доповідати про них головному судді;
- 7) керувати роботою підлеглих йому секретарів та інших працівників секретаріату;
- 8) забезпечити внесення результатів поєдинків в інформаційні матеріали про хід змагань;
- 9) підготувати звіт головної суддівської колегії про змагання.

3. Головний секретар має право за дозволом головного судді давати необхідну інформацію представникам, суддям та представникам преси.

## **6. Головний лікар змагань**

1. Головний лікар змагань є заступником головного судді з медичного забезпечення. Керує роботою медичного персоналу, організовує медичне забезпечення змагань і залишається на змаганнях, поки не закінчиться останній поєдинок.

Лікар, який присутній на поєдинку, може у будь-який час звертатися до головного судді з проханням призупинити бій у разі, якщо спортсмен отримав травму, при цьому рефері поєдинок не зупиняє. Всі вказівки та розпорядження лікаря негайно виконуються.

Якщо кількість спортсменів змагань перевищує 200, до змагань залучається додатковий лікар.

Поєдинки не розпочинаються і не продовжуються без лікаря, який не залишає змагання до прийняття рішення в останньому поєдинку.

Травмованого спортсмена під час раунду на рингу оглядає лише лікар.

Якщо після огляду виявлено травму, лікар приймає рішення про закінчення поєдинку, і судді закінчують підрахунок балів.

Результатом буде "перемога технічним нокаутом" або "дискваліфікація" одноголосно або більшістю голосів. У такому разі рішення лікаря є остаточним та не підлягає оскарженню.

Місцеві анестетики, пластирі або пов'язки не дозволяється використовувати перед або під час проведення змагання.

## 2. Головний лікар зобов'язаний:

1) брати участь у роботі мандатної комісії, перевіряти правильність даних медогляду, візи лікаря у спортивних паспортах спортсменів, що розробляються та надаються Федерацією, та заявках;

2) консультувати рефері з приводу можливості ведення поєдинку спортсменом, якщо останній отримав у поєдинку травму;

3) у разі травми спортсмена негайно приходити на допомогу за викликом рефері;

4) сигналізувати рефері про бажання спортсмена зупинити поєдинок;

5) вести медичний нагляд за учасниками під час змагань;

6) у разі травми спортсмена дати висновок про можливість продовжувати змагання;

7) оглядати спортсменів до участі у змаганнях під час зважування;

8) надавати медичну допомогу при захворюваннях та травмах, а також приймати рішення про госпіталізацію учасників змагань;

9) повідомити лікаря зі спортивної медицини за місцем проживання прізвище спортсмена, який програв поєдинок нокаутом;

10) по закінченню змагань скласти звіт про медико-санітарне забезпечення з висновками та пропозиціями та надати його головному судді.

## 3. Головний лікар має право:

1) усувати спортсменів (чи суддів) від змагань за медичними показниками;

2) звертатися до головного судді з вимогою зупинити поєдинок у разі травми спортсмена, якщо цього не зробив рефері.

### **7. Рефері (суддя на татамі та рингу)**

1. Рефері здійснює суддівство поєдинку на татамі або рингу, забезпечує дотримання правил ведення поєдинку, дотримуючись основної мети – збереження здоров'я спортсменів.

2. Для керування поєдинком рефері подає команди:

"Файт!" (для початку та відновлення поєдинку);

"Стоп!" (для зупинки поєдинку);

"Брейк!" (при взаємному захваті).

3. Рефері зобов'язаний:

1) до поєдинку перевірити у спортсменів рукавички, амуніцію, упевнитися в наявності необхідної кількості суддів, лікаря та секундантів, повідомити заступника головного судді про готовність суперників до поєдинку і після його дозволу дати команду судді-секундометристу для відліку часу;

2) після закінчення кожного раунду впевнитися, що суддівські записки (додаток 2) заповнені правильно та передати їх заступнику головного судді змагань;

3) у разі порушення правил ведення поєдинку подати команду "Стоп!" та покарати порушника правил, враховуючи вид порушення;

4) при нокдауні подати команду "Стоп!", вказати спортсмену, який здійснив нокдаун, в який кут рингу він має відійти, та почати рахунок секунд. Рахунок ведеться до "восьми", навіть коли спортсмен готовий до поєдинку. Якщо спортсмен не в змозі продовжити поєдинок, рахунок ведеться до "десяти" і вважається завершеним нокаутом;

5) зупинити поєдинок на будь-якій його стадії у таких випадках:

явної переваги одного зі спортсменів над іншим;

дискваліфікації спортсмена;

відмови спортсмена або його секунданта продовжувати поєдинок;

б) у випадках зупинки поєдинку інформувати заступника головного судді про своє рішення, і після згоди останнього, оголосити його.

4. Рефері має право:

1) вимагати медичного огляду спортсмена, який виглядає хворим;

2) у разі необхідності, замінити будь-якого, або всіх офіційних представників на своєму татамі або рингу (до початку поєдинку, за винятком випадку, коли офіційний представник хворий);

3) дискваліфікувати спортсмена, який не з'являється після неодноразового виклику на поєдинок, або з'являється у невідповідному захисному обладнанні і не може замінити його у відведений час (допускається 1 хв);

4) зняти бал у спортсмена за суперечки як самого спортсмена, так і його тренера після попереднього попередження;

5) зняти бал у спортсмена у разі неспортивної поведінки як самого спортсмена, так і його тренера;

б) зняти бал або дискваліфікувати спортсмена за будь-яку неспортивну поведінку або порушення цих Правил;

7) попередити або дискваліфікувати спортсмена за проявлення агресії до будь-якого учасника;

8) дискваліфікувати спортсмена після рішення більшості між суддями і рефері щодо використання надмірної сили (попередження про використання надмірної сили може бути дане без консультації із суддями);

9) оголосити спортсмену зауваження, попередження або дискваліфікувати його за порушення ведення поєдинку;

10) оголосити зауваження секунданту, а у разі повторного порушення – відсторонити секунданта, якщо секундант своєю поведінкою перешкоджає проведенню поєдинку, при цьому спортсмену оголошується попередження;

11) припинити поєдинок достроково, якщо виникли надзвичайні обставини, що заважають проведенню поєдинку (відключення світла, виникнення бійки серед уболівальників тощо);

12) припинити рахунок у разі важкого нокауту та викликати на ринг лікаря.

5. Рефері забороняється:

1) встановлювати, змінювати або доповнювати будь-які правила;

2) скасовувати будь-яку кількість балів судді, за винятком, коли ці бали є рішенням меншості (якщо правило було порушено, але суддя про це не знав, ці бали можуть бути скасовані).

6. При оголошенні результату поєдинку рефері підіймає руку переможця.

7. Рефері приймає рішення у всіх випадках, що виникають у ході поєдинку, які не передбачені цими Правилами.

## 8. Суддя (боковий)

1. Суддя визначає переможця за сумою балів та проставляє суму балів у відповідну графу суддівської записки. Суддя не залишає місце за суддівським столом до оголошення переможця.

2. Суддя зобов'язаний:

1) після закінчення раунду заносити у суддівську записку число балів, які зарахував спортсменам, зробити відмітку про нокдауни та попередження, отримані спортсменами. Після закінчення поєдинку підрахувати загальну кількість балів, визначити переможця та поставити підпис;

2) у разі припущення помилки при заповненні суддівської записки, проінформувати про це рефері або головну суддівську колегію та зробити відповідні виправлення. В іншому разі записка визнається недійсною. Записка визнається недійсною, якщо:

неправильно вказано переможця поєдинку;

немає відмітки про зроблені рефері попередження;

неправильно визначено суму балів;

зроблено два або більше виправлень;



3) у разі, коли обидва спортсмени не можуть продовжувати поєдинок та не було порушено ці Правила (пошкодження або нокаут) на прохання рефері виставити суму балів, набраних спортсменами та визначити переможця по балах;

4) у перервах між раундами інформувати рефері про порушення цих Правил, що відбувалися поза рингом, якщо рефері не зафіксував їх.

3. Суддя не може самостійно записувати попередження спортсмену у записку, але може звернути увагу рефері на порушення цих Правил. У разі оголошення попередження спортсмену, суддя виставляє позначку "W" у графі "попередження" у суддівській записці. Якщо суддя не погоджується з рішенням рефері, він робить помітку "J", а на зворотній стороні записки пояснює причини свого рішення.

4. За рівної кількості балів після екстра раунду суддя віддає перемогу одному із спортсменів на основі технічних дій.

### **9. Суддівсько-допоміжний персонал**

1. До суддівсько-допоміжного персоналу належать заступник головного секретаря, секретарі, судді-хронометристи, суддя при учасниках, суддя інформатор, комендант змагань.

2. Заступник головного секретаря та секретарі працюють під керівництвом головного секретаря та зобов'язані:

1) після кожного раунду записувати рахунок у балах у графу протоколу змагань кожного судді та підводити підсумки по закінченні поєдинку. Кінцевий результат поєдинку передають головному судді або його заступнику;

2) забезпечувати суддівську колегію, представників команд, прес-центр та глядачів матеріалами про хід змагань;

3) вести протокол змагань та готувати матеріали до поєдинків, що будуть проводитися.

3. Суддя-хронометрист під час поєдинку підпорядковується рефері, діє за його сигналами і вказівками та зобов'язаний:

1) перебувати безпосередньо біля рингу, уважно стежити за ходом поєдинку та бути готовим виконати команду рефері;

2) сповіщати ударом гонгу або іншим способом про початок та закінчення раунду, допомагати рефері у рахунку при нокдауні;

3) стежити за тим, щоб раунди та перерви між ними продовжувалися встановлений проміжок часу. За 5 с до початку раунду подати команду "Секунданти за ринг" та оголосити порядковий номер раунду;

4) при командах "Стоп!" (за винятком нокдаунів) або за вказівкою рефері враховує час вимушеної зупинки поєдинку, а після його поновлення продовжує раунд на цей час. Якщо час раунду закінчився в момент, коли рефері веде рахунок, сигнал про закінчення раунду подається після команди "Файт!". Сигнал про початок наступного раунду подається через 1 хв після гонгу.

4. Суддя при учасниках підпорядковується заступнику головного судді змагань та зобов'язаний:

1) заздалегідь попередити спортсменів та їх секундантів про вихід на ринг і колір їхнього кута, керуючись складом пар;

2) завчасно попередити заступника головного судді про неприбуття спортсменів на змагання;

3) перед поєдинком перевірити захисне обладнання та форму спортсменів і секундантів;

4) перевірити довжину та ширину бинтів;

5) контролювати правильність бинтування рук, шнурівку рукавиць, слідкувати за тим, щоб рукавиці для поєдинку не використовувались більш ніж у п'яти поєдинках.

5. Суддя інформатор підпорядковується головному судді та зобов'язаний:

1) представляти спортсменів перед початком поєдинку;

2) у перерві між раундами повідомляти дані про спортсменів;

3) оголошувати рішення головного судді про переможця;

4) з дозволу головного судді повідомляти глядачам, представникам преси і команд відомості про перебіг змагань;

5) після кожного дня змагань передавати інформаційні картки учасників головному секретареві.

6. Комендант змагань підпорядковується заступнику головного судді, керує роботою персоналу біля рингу. Комендант відповідає за вчасну підготовку місця змагання, приміщень для учасників і суддів, забезпечує задовільні умови для проведення змагань і роботи суддівської колегії.

## **V. Проведення та суддівство змагань**

### **1. Загальні вимоги до проведення поєдинків**

1. Спортсмен протягом одного дня змагань не проводить більше чотирьох поєдинків в таких дисциплінах: семі-контакт, лайт-контакт та К-1 лайт лік, а в таких дисциплінах, як поинт хард спаринг, фул-контакт, кікбоксинг з лоу-кік, не більше трьох поєдинків на день, К-1 та тайбоксинг – двох поєдинків на день.

2. Тривалість денних або вечірніх змагань не може перевищувати 5 год, а перерва між ними має бути не меншою ніж 1 год.

3. Напередодні фінального поєдинку спортсмени мають однаковий час для відпочинку.

### **2. Медичний огляд, зважування**

1. Медичний огляд спортсменів:

1) до початку поєдинків спортсменів оглядає лікар змагань. На огляд спортсмени допускаються зі спортивними паспортами спортсменів, у яких лікар для підтвердження проходження спортсменом обстеження ставить підпис про допуск до змагань. Спортсмени без спортивних паспортів чи без допуску лікаря до змагань не допускаються;

2) у разі наявності спортсменів чоловічої і жіночої статі, медичний огляд проводиться в окремих приміщеннях або в різний час. Якщо це можливо, огляд має здійснюватися медичним персоналом тієї ж статі.

2. Зважування спортсменів:

1) зважування проводиться за 2 год до першого поєдинку. Призначені головним суддею судді наглядають за зважуванням;

- 2) на зважування спортсмени прибувають зі спортивними паспортами спортсменів;
- 3) зважування проводиться з точністю до 50 г, а на електронних вагах – до 10 г.
- 4) спортсмени чоловічої статі зважуються у плавках, жіночої – у купальниках, трико або бюстгальтерах і плавках;
- 5) зважування проводять суддя, головний лікар та секретар змагань;
- 6) якщо під час зважування маса тіла спортсмена не відповідає межах конкретної вагової категорії, він усувається від змагань або за згодою тренера, головного лікаря та головного судді може бути переведений у іншу вагову категорію;
- 7) до початку офіційного зважування спортсмени мають право ставати на ваги та перевіряти масу свого тіла, проводити контрольне зважування;
- 8) до початку зважування спортсмени мають бути оглянуті головним лікарем та отримати дозвіл на участь у змаганнях.
- 9) спортсмен не допускається до змагань, якщо він не з'явився на зважування.

### **3. Жеребкування та складання пар**

1. Жеребкування спортсменів здійснюється у присутності представників команд після зважування.
2. Жеребкування здійснює представник організації, яка проводить змагання, головний суддя, головний секретар та головний лікар змагань.
3. Під час проведення командних змагань і турнірів з персональним допуском спортсменів жеребкування можна проводити до початку зважування. Номер, отриманий під час жеребкування, зберігається за спортсменом (командою) на весь час змагань.
4. Під час проведення особистих і особисто-командних змагань головна суддівська комісія може проводити розсіювання найсильніших спортсменів однієї команди (організації). Графік поєдинків при цьому складається так, щоб

найсильніші спортсмени були вільні від змагань у перших поєдинках, тобто перебували у рівних умовах за погодженням з представниками команд.

5. Складання пар для участі у змаганнях здійснюється таким способом: спортсмени поділяються на пари – перший номер зустрічається з номером два, третій номер зустрічається з номером чотири, і так далі.

6. Якщо кількість учасників змагань більша за чотири, пари складаються таким чином, щоб забезпечити у другому колі участь 4, 8, 16, 32 тощо спортсменів. Вільними від поєдинків у першому колі залишаються спортсмени, що мають більші номери. У другому колі вони змагаються першими. У разі непарної кількості вільних спортсменів учасник, який отримав останній номер, зустрічається з переможцем першого поєдинку.

7. Кожний представник команди (тренер) отримує, як мінімум одну копію всіх списків жеребкування і списків спортсменів, за кілька годин до початку змагань.

8. Після проведення жеребкування оскарження не можливе.

## **VI. Особливості дисциплін змагань**

### **1. "Семі-контакт"**

1. Бали, рахунок і попередження:

1) визначення балів вважається правильним, якщо удар завдано у дозволену частину тіла з достатньою силою, дозволеною технікою:

спортсмен, який здобуває бал, має залишитись на ногах, щоб отримати бал, а технічний прийом необхідно завершити, за винятком ситуації, коли спортсмена кинули або штовхнули на підлогу;

кожен чисто і добре виконаний технічний прийом з ураженням дозволеної частини тіла та виконаний з легким контактом, отримує бали в залежності від ступеня складності в такій кількості:

удар рукою в голову – 1 бал;

удар рукою в тулуб – 1 бал;

фронтальна підсічка ногою – 1 бал (без продовження);

удар ногою в тулуб – 2 бали;

кругова з розворотом підсічка – 2 бали;

удар ногою в голову – 3 бали;

удар ногою в тулуб у стрибку – 3 бали;

будь-який удар ногою в голову в стрибку – 5 балів;

бали зараховуються лише за перший технічний прийом, продовження атаки заборонено.

Дострокова перемога до завершення відведеного часу:

1-раундовий поєдинок – при досягненні різниці в 10 балів;

2-раундовий поєдинок – при досягненні різниці в 15 балів.

2) для визначення рахунку рефері рахує свої оцінки та оцінки бокових суддів:

рахунок ведеться головним рефері лише за принципом більшості. Якщо рефері або судді бачать бал, вони негайно на це вказують;

після виконання кожного визнаного технічного прийому необхідно зупинити поєдинок і оголосити рахунок дії. Бали нараховуються тільки одноголосно або рішенням більшості рефері і суддів. Якщо немає рішення більшості, єдиний можливий результат – "без балів".

3) головний рефері обов'язково показує свою оцінку:

якщо немає рішення більшості, він не може нарахувати бали без підняття руки вгору для показу балів до зупинки поєдинку;

якщо тільки один суддя нараховує бали, другий суддя показує "нічого не бачив" або "без балів", то єдиним можливим рішенням рефері є рішення "без балів";

якщо два судді в бойовій сутичці дають бали обом спортсменам, а третій суддя дає бали тільки одному зі спортсменів, тоді рішення рефері є "без балів", або нарахувати бали обом спортсменам;

у разі "Виходу" у бойовій сутичці спортсмена за татамі, атакуючий спортсмен для отримання балів має залишатися на татамі;

якщо головний рефері не впевнений в оцінках своїх суддів, він зупиняє час і повторно звертається до своїх суддів з командою "оцінка", ця оцінка є остаточною. Така ситуація не має відбуватися часто.

4) наступні оцінки є допустимими для рефері і суддів, і мають бути чітко показані. Оцінка – знак:

"так, я бачив бали" – підняти руку і показати рахунок;

"ні, я нічого не бачив" – обидві руки схрещені перед обличчям;

"так, я бачив тільки рух" – обидві руки схрещені перед ногами, без балів;

"спортсмен вийшов за межі" – показати на лінію і провести рукою;

"обидва спортсмени отримали бали (зіткнення)" – підняти обидві руки і показати всі бали;

"недозволена техніка" – підняти руку і окреслити умовне коло.

5) у разі зіткнення, коли обидва спортсмени здобули бали, рефері нараховує по одному балу кожному спортсмену.

6) для того, щоб дати попередження або штрафний (мінус бал), він повідомляє спортсмену причину покарання, ясно і авторитетно, показує знак порушення та голосно і ясно говорить: "Ні!".

7) для рефері додатково доступні такі оцінки – знаки:

"контакт занадто сильний" – ударити кулаком о свою руку;

"дозволений удар, але в заборонену зону" – показати заборонену зону;

"сліпий або неконтрольований бал" – повернути тулуб і завдати удар;

"утримання або захоплення" – схопити власну руку і потягнути;

"обертання тіла або втеча" – подібне;

"розмова під час поєдинку" – чотири пальці разом та великий палець згинаються і розгинаються.

8) коли у семі-контакту не здійснюється рахунок балів:

у разі нокдауну передусім рефері зупиняє час, потім запитує суддів "що ви бачили, чи було там порушення, чи ні?". Якщо більшість вирішує, що було порушення, суддя карає порушника. Якщо судді вирішують, що ця дія була ненавмисною – штрафу немає;

у разі отримання одним зі спортсменів травми, зупинити поєдинок може рішення лікаря, або коли сам спортсмен або його тренер вирішує вийти з поєдинку.

9) якщо один зі спортсменів отримав травму і поєдинок закінчено через порушення, то другий спортсмен оголошується переможцем. У разі ненавмисної дії спортсмен з найбільшою кількістю балів оголошується переможцем, у разі "нічиєї", неушкоджений спортсмен стає переможцем. Якщо стан спортсмена не дозволяє продовжувати поєдинок, після обговорення з суддями рефері оголошує RSC;

10) сила ударів у семі-контакту має бути мінімальною, для нарахування балів. Будь-яке перевищення сили карається рефері;

11) в залежності від тяжкості порушення рефері доступні такі покарання:

попередження спортсмена;

призначення штрафного (мінус) балу;

дискваліфікація спортсмена.

12) усі порушення цих Правил, в залежності від того, наскільки серйозними вони є, можуть призвести до попередження, штрафного (мінус) балу або навіть дискваліфікації. Попередження надаються протягом усього поєдинку. Лише командні поєдинки починаються без урахування попереджень з попереднього поєдинку. Попередження за "Вихід" рахуються окремо від попереджень за інші порушення. Рефері вирішує чи надати замість попередження мінус бал, якщо він вважає, що порушення було занадто тяжким.

13) нетиповим є зупинка часу для нарахування балів. Попередження і штрафні (мінус бали) призначаються за використання всіх недозволених технік або здійснення заборонених дій, а також за будь-які недозволені дії тренерів.

2. Частини тіла (дозволені, недозволені та підсічки):

1) дозволені частини тіла:

потилиця;

обличчя;

передня частина тулуба;



бік тулуба;

2) недозволені частини тіла:

верхня частина голови;

скроня;

шия;

рука;

кисть;

спина;

область нирок;

нижче пояса;

3) підсічки виконуються нога у ногу і наносяться не вище щиколотки. Для зарахування балу підсічка призводить до повного падіння або спотикання супротивника, що змусить спортсмена торкнутись майданчика будь-якою частиною тіла, крім ступнів ніг.

3. Технічні прийоми і заборонені дії:

1) дозволена техніка:

джеб і зворотний удар;

бекфіст та удар ребром долоні (тільки у голову);

передній удар ногою;

боковий удар ногою;

задній удар ногою з розворотом;

поворотний удар ногою;

гак-удар;

серп-удар;

сокира-удар;

підсічки (фронтальні внутрішні та зовнішні, кругові та кругові з розворотом у зовнішню сторону стопи спортсмена).

2) заборонена техніка:

удари відкритою долонею рукавичок;

бекфіст з розворотом;

ніж-рука;  
удар ліктем;  
кидки;  
поштовхи руками;  
удар ногою в ногу;  
удар коліном;  
удар головою;  
використання стегон;  
фронтальний удар п'ятою.

3) заборонені дії:

нецензурна лексика;  
словесні атаки на супротивника, представників команд, суддів, організаторів;

звинувачення в обмані супротивника, представників команд, суддів, організаторів;

неконтрольовані удари руками і ногами;  
удар рукою або ногою в суглоби;  
удар у верхню частину голови або в задню частину тіла;  
удар рукою або ногою в пах;  
дряпання, кусання або плювки;  
удари руками або ногами після команди рефері "Стоп";  
залишення місця поєдинку;  
постійні падіння або марнування часу;  
бігання навколо місця поєдинку;  
використання несправного або погано підігнутого захисного обладнання;  
витрачання часу у неспортивній манері;  
ведення бесіди;  
образи невідповідним одягом, жестами або словами;  
застосування надлишкової сили ударів;  
відмова потиснути руку або будь-яка інша неспортивна поведінка.

За усі перераховані вище порушення можуть бути покарання рефері. Рефері приймає рішення висунути попередження в усній формі, попередити офіційно, відняти (мінус бал), або дискваліфікувати спортсмена залежно від тяжкості порушення.

#### 4. Спорядження спортсменів:

захисний шолом;

захисна капа для зубів – для єдиноборств та боксу;

рукавички (мають бути закриті всі пальці);

захисні фути для ніг – стопа та п'ята закриті;

захист паху (чоловіки і жінки) носять під одягом;

щитки для гомілок, що носяться під одягом;

захист грудей, для жінок віком від 14 років.

Використання клейкої стрічки на кулаках або кістках пальців та захисному обладнанні не дозволяються;

Рекомендовано використовувати дівчатам віком від 8 до 13 років захист грудей.

Тренер має бути одягнений у спортивний одяг та взуття.

#### 5. Командні поєдинки:

1) команда складається з п'яти або трьох спортсменів залежно від вимог Положення;

2) у кожній команді допускається один резервний спортсмен, у разі отримання спортсменом травми під час змагань;

3) вагові категорії відсутні, але різниця у вазі з супротивником для дітей віком від 8 до 9 років не має перевищувати 5 кг;

4) усі поєдинки тривають один раунд по 2 хв, рахунок базується на перемогах;

5) усі попередження і штрафи не враховуються у наступних поєдинках;

6) наступний поєдинок починається з рахунком нуль-нуль і без врахування попередніх попереджень;

7) у разі "нічиєї", бали підсумовуються і переможцем є команда з найбільшою кількістю балів;

8) якщо бали рівні, то щодо двох останніх супротивників діють правила додаткового часу і "золотого балу", всі попередження та бали у цьому разі враховуються.

## 2. "Пойнт хард спаринг"

1. Бали, нокдаун та рахунок:

1) бали зараховуються, якщо удар завдається у дозволену частину тіла, з достатньою силою, дозволеною технікою. Спортсмен, який здобув бали, має залишитись на ногах. Для зарахування технічного прийому, його необхідно завершити за винятком, якщо спортсмена кинули або штовхнули на підлогу.

Кожний чистий і контрольований технічний прийом, виконаний у дозволену частину тіла на повну силу, отримує бали залежно від ступеня складності, а саме:

удар рукою в голову – 1 бал;

удар рукою в тулуб – 1 бал;

бекфіст з розворотом – 2 бали;

будь-який удар у стрибку в голову – 2 бали.

Автоматична перемога до завершення відведеного періоду часу – досягнута перевага в 10 балів;

2) у дисципліні "Пойнт хард спаринг" за нокдаун вважається успішний, технічно напружений удар. Якщо спортсмен відновлюється до рахунку "вісім", поєдинок триває далі. Інакше вважається, що спортсмен програє за відмовою. Те ж саме відбувається, якщо спортсмен прикидається травмованим.

Усі бали нараховуються судьями за системою більшості. У разі нечіткого виконання прийому, бали за нього не нараховуються. Після вдалої атаки спортсмен має залишатись на ногах;

3) для визначення рахунку рефері рахує свої оцінки та оцінки бокових суддів. Підрахунок балів виконується головним рефері тільки за системою більшості. Якщо рефері або судді бачать бал, вони вказують на це. Після

кожного визнаного технічного прийому поєдинок зупиняється і оголошується рахунок дії. Бали нараховуються лише односторонньо, або рішенням більшості рефері і суддів.

2. Частини тіла (дозволені і недозволені):

1) дозволені частини тіла:

обличчя;

передня частина тулуба;

бік тулуба;

2) недозволені частини тіла:

верхня частина голови;

потилиця;

скроня;

шия;

рука;

кисть;

спина;

область нирок;

нижче поясу.

3. Технічні прийоми (дозволені і недозволені):

1) дозволені прийоми:

джеб і зворотний удар;

гаки;

удари знизу;

бекфіст;

бекфіст з розворотом;

2) недозволені прийоми:

удари ногами і підсічки;

удари головою;

удари відкритою долонею рукавички;

удари в горло, пах і в спину.

#### 4. Спорядження спортсменів:

захисний шолом;

захисна капа для зубів – для єдиноборств та боксу;

захист паху (чоловіки і жінки) носять під одягом;

довгі штани;

боксерські рукавички мають вагу 10 унцій;

захист грудей (для жінок).

### 3. "Лайт-контакт"

#### 1. Бали і попередження.

Правильне визначення балів впродовж поєдинку – дозволеною технікою вражають у дозволена частину тіла з достатньою силою. Спортсмен, який здобув бали має залишитись на ногах. Щоб отримати бал – технічний прийом має бути завершений, за винятком того, коли спортсмена кинули або штовхнули на підлогу. Кожен чіткий і добре контрольований технічний прийом, нанесений в дозволена частину тіла та виконаний з легким контактом, отримує бали залежно від ступеня складності в такий спосіб:

удар рукою в голову – 1 бал;

удар рукою в тулуб – 1 бал;

внутрішня/зовнішня підсічка – 1 бал (без продовження);

удар ногою в тулуб – 2 бали;

удар ногою в голову – 3 бали;

удар ногою в тулуб у стрибку – 3 бали;

удар ногою в голову у стрибку – 5 балів.

Усі порушення, залежно від того, наскільки вони серйозні, можуть призвести або призведуть до попередження, штрафного (мінус) балу або навіть дискваліфікації. Попередження надаються протягом усього поєдинку. Рефері має вирішувати чи призначити (мінус) бал замість попередження, якщо він вважає, що порушення було занадто тяжким (постійні падіння або затягування часу). Зазвичай для того щоб надати бал, час не зупиняється. Попередження і штрафні (мінус) бали призначаються за використання всіх недозволених

технічних прийомів або заборонені дії, а також за будь-які недозволені дії тренерів.

## 2. Частина тіла (дозволені, заборонені та підсічки);

### 1) дозволені частини тіла:

обличчя;

перед тулуба;

бік тулуба;

### 2) заборонені частини тіла:

верх голови;

скроня;

шия;

рука;

долоня;

спина;

область нирок;

нижче поясу;

### 3) усі підсічки виконуються нога в ногу і не вище щиколотки.

Зараховується підсічка, що призводить до повного падіння або спотикання супротивника, та змусить його торкнутись майданчика будь-якою частиною тіла, крім ступнів ніг.

## 3. Технічні прийоми і заборонені дії;

### 1) дозволена техніка:

джеб;

крюк;

аперкот;

зворотний удар;

передній удар ногою;

боковий удар ногою;

задній удар ногою з розворотом;

поворотний удар ногою;

гак-удар ногою;

серп-удар ногою;

сокира-удар ногою;

підсічки;

2) заборонена техніка:

відкритою долонею рукавички;

бекфіст з розворотом;

ніж-рука;

удар ліктем;

кидки;

штовхання руками;

удар ногою в ногу;

удар коліном;

удар головою;

використання стегна;

підсічки з розворотом;

бекфіст;

ребром долоні;

фронтальний удар п'ятою;

3) заборонені дії:

нецензурна лайка;

словесні напади на учасників;

звинувачення в шахрайстві будь-кого з учасників;

безконтрольні удари руками й ногами;

будь-які удари руками або ногами в суглоби;

удари в верхню або задню частини голови або в спину;

удари рукою або ногою в пах;

дряпання, кусання і плювки;

удари руками або ногами після того, як рефері наказує зупинитись;

покидання майданчика для поєдинків;



- падіння;
- бігання навколо майданчика;
- використання несправного або погано підігнутого захисного обладнання;
- марнування часу у неспортивній манері;
- розмови;
- спричинення образи невідповідним одягом, жестами або словами;
- застосування надмірної сили;
- відмова торкнутись рукавичок або будь-яка інша неспортивна поведінка;
- 4) рефері за всі перераховані вище порушення в залежності від тяжкості

може:

- покарати попередженням в усній формі;
- офіційно попередити;
- відняти (мінус) бал;
- дискваліфікувати спортсмена.

#### 4. Спорядження спортсменів:

- захисний шолом;
- захисна капа для зубів – для єдиноборств та боксу;
- боксерські рукавички мають вагу 284 г (10 унцій);
- захисні футу для ніг – стопа та п'ята закрита;
- захист паху (чоловіки і жінки) носять під одягом;
- захист гомілки потрібно носити під одягом;
- захист грудей для жінок віком від 14 років.

Використання клейкої стрічки на кулаках або кісточках пальців та захисному обладнанні не дозволяються;

Рекомендовано використовувати дівчатам віком від 8 до 13 років захист грудей.

#### 5. Критерії суддівства у дисципліні Лайт-контакт:

- 1) суддівство організовується таким способом:
- рефері не веде рахунок, а 3 бокові судді ведуть рахунок;
- рефері веде рахунок і 2 бокові судді ведуть рахунок;

2) у разі використання варіанту із центральним рефері, який веде рахунок, протокол заповнюється центральним рефері в нейтральному куті після кожного раунду і підсумовується в кінці фінального раунду;

3) підрахунок балів за кожен раунд:

переможець отримує 10 балів;

якщо нічия, то обидва спортсмени отримують по 10 балів;

переможений отримує 9 балів;

можна нарахувати 8 балів, якщо спортсмен нічого гідного не продемонстрував (на погляд судді) і був переможений.

6. Обов'язки суддів:

1) аспекти перед наданням балів:

кращий захист;

краща атака;

краща контратака;

краще використання майданчика і простору;

бали здобуті дозволеною технікою в дозволені частини тіла з використанням дозволеної сили;

фізична підготовка;

варіації техніки;

кількість точних ударів ногами;

фізичний стан спортсмена в кінці раунду;

2) якщо спортсмен використовує тільки техніку рук, а не б'є ногами, він не може виграти раунд;

3) правило постійних ударів ногами:

не існує мінімальної кількості ударів ногами для лайт-контакту. Кожен спортсмен має постійно бити ногами під час раунду;

якщо спортсмен б'є ногами десять разів протягом перших 30 с і не б'є жодного разу протягом наступних 90 с, він не бив ногами постійно. Справедливе співвідношення ударів ногами і руками має наноситись протягом усього раунду;

якщо суддя вважає, що один або обидва спортсмени не виконують постійні удари ногами, він повідомляє про це рефері в кінці кожного раунду. В перервах між раундами рефері говорить зі спортсменом, щоб вказати на занепокоєння суддів;

постійна відмова регулярно бити ногами призводить до попередження від головного рефері та до мінус балу за повторні попередження;

4) початок поєдинку:

обидва спортсмени перевіряються на предмет їхнього захисного обладнання в той час коли вони перебувають у своїх кутах. Контроль щодо перевірки спортсменів належить рефері;

рефері запрошує обох спортсменів до центру татамі, де надає інструкції щодо ведення поєдинку, після чого повертає їх до своїх кутів. Тренери покидають татамі. Обидва спортсмени торкаються рукавичками, щоб показати спортивне ставлення. Рефері переконується, що лікар, хронометрист і судді готові перш ніж підняти руку і вигукнути "Файт!".

5) під час поєдинку:

спортсмени мають використовувати технічні та тактичні дії до поки рефері не вигукне "Стоп!";

якщо спортсмену необхідно налаштувати захисне спорядження, він робить один крок назад і показує руками знак "Т". У такому разі рефері зупиняє час. За повторні налаштування захисного спорядження можна отримати попередження від рефері;

рефері зупиняє час для надання попередження, викликає спортсмена до середини, піднімає один палець для першого попередження, два пальці – для другого попередження тощо, і показує кожному судді, що цей спортсмен отримав попередження. Поєдинок продовжується словом "Файт!";

якщо спортсмен не в змозі битись, або отримав потрясіння, тоді рефері розпочинає рахунок до "восьми" в стійці. Спортсмен, який не отримує рахунок, направляється у нейтральний кут. Для проведення рахунку час не зупиняється.

Рахунок має бути закінченим і не може бути перерваним закінченням часу. У перерві між раундами рефері стоїть в нейтральному куті.

б) закінчення поєдинку:

після зазначення хронометристом кінцевого часу, рефері вигукує "Стоп!", вказуючи, що поєдинок закінчено, і відправляє обох спортсменів у свої кути.

Рефері збирає записки з балами у суддів, передає їх старшому судді і запрошує обох спортсменів до центру татамі;

переможця позначають підняттям руки спортсмена з більшістю, перевагою або одноголосним рішенням суддів. Спортсмени мають подякувати рефері за його зусилля, торкнутись рукавичками свого супротивника і подякувати тренеру супротивника.

#### 4. "К-1 лайт кік"

1. Кожен чіткий і контрольований технічний прийом у дозволену частину тіла та виконаний з легким контактом отримує бали, залежно від ступеня складності в такий спосіб:

удар рукою в голову – 1 бал;

удар рукою в тулуб – 1 бал;

внутрішня або зовнішня підсічка – 1 бал (без продовження);

удар ногою в стегно – 1 бал;

удар ногою в тулуб – 2 бали;

коліном в тулуб – 2 бали;

підсічка з падінням або зворотнім падінням – 2 бали;

удар ногою в голову – 3 бали;

удар ногою у стрибку в тулуб – 3 бали;

удар ногою у стрибку в голову – 5 балів;

2. Частини тіла (дозволені та заборонені):

1) дозволені частини тіла:

обличчя;

перед тулуба;

бік тулуба;

удар ногою по нозі (внутрішній та зовнішній, вище та нижче коліна);

2) заборонені частини тіла:

верх голови;

потилиця;

скроня;

шия;

рука;

кисті;

спина;

зона нирок.

3. Технічні прийоми (дозволені та заборонені):

1) дозволені технічні прийоми:

джеб;

гак;

аперкот;

зворотний удар;

передній удар ногою;

боковий удар ногою;

крутний задній удар ногою;

удар ногою з розвороту;

удар ногою гак;

удар ногою серп;

удар ногою сокира;

низький удар ногою по нозі (всередині та зовні, вище та нижче коліна);

підсічки;

удар коліном в тулуб;

2) заборонені технічні прийоми:

удари відкритою долонею рукавичок;

бекфіст;

удар ребром руки;

бекфіст у розвороті;  
 ніж-рука;  
 удари ліктем;  
 удари коліном в голову;  
 удари головою;  
 з використанням стегна;  
 підсічки з розворотом;  
 низький удар в коліно;  
 кидки;  
 поштовхи руками.

#### 4. Спорядження спортсменів:

захисний шолом;  
 захисна капа для зубів – для єдиноборств та боксу;  
 захист тулуба для спортсменів віком від 10 років до 17 років;  
 боксерські рукавички мають вагу 284 г (10 унцій);  
 захист голені та підйому стопи;  
 захист паху (чоловіки і жінки) носять під одягом;  
 захист грудей для жінок віком від 18 років.

Використання клейкої стрічки на кулаках або кісточках пальців та захисному обладнанні не дозволяються.

### 5. "Фул-контакт"

#### 1. Бали і попередження:

1) нарахування балів у поєдинках становить: 10 балів за максимальну кількість балів і 6 балів за мінімальну;

2) кожен чіткий і добре контрольований технічний прийом у дозволєну частину тіла та виконаний з повним контактом отримує бали в залежності від ступеня складності в наступний спосіб:

удар рукою в тулуб або голову – 1 бал;  
 підсічка – 1 бал;  
 удар ногою в тулуб – 1 бал;

удар ногою в голову – 2 бали;

удар ногою в тулуб у стрибку – 2 бали;

удар ногою в голову у стрибку – 3 бали.

Спортсмен, який здобув бали, залишається на ногах, за винятком того, коли його кинули або штовхнули на підлогу;

3) судді оцінюють поєдинок за такими критеріями:

кращий прийом;

ефективні парирування і контратаки;

кращі комбінації;

бойовий дух та ініціатива;

гарна спортивна поведінка;

кількість чистих зарахованих ударів;

кількість віднятих балів і нокдаунів;

захист;

тактична і стратегічна робота в ринзі;

фізична форма;

4) для отримання балів усі ефективні дозволені удари ногами або руками мають потрапити безпосередньо в дозволені частини тіла без блокування або відбивання. Для ударів руками прийоми мають бути технічно правильно виконані ударною частиною закритої рукавички.

Спортсмен, який завдає удари ногами, завжди матиме перевагу.

5) порушення цих Правил, залежно від тяжкості, можуть призвести або призведуть до попередження, штрафного (мінус) балу або до дискваліфікації. Підрахунок попереджень проводиться протягом усього поєдинку. Рефері має вирішувати на свій розсуд чи дати мінус бал замість попередження, коли він вважає, що це порушення було занадто серйозним (постійні падіння або марне витрачання часу). Для надання балів час не зупиняється. Попередження і штрафні (мінус) бали призначаються за використання всіх недозволених прийомів або за заборонені дії, а також будь-які заборонені дії тренерів або секундантів.

## 2. Частина тіла (дозволені і заборонені):

### 1) дозволені частини тіла:

обличчя;

перед тулуба;

бік тулуба;

### 2) заборонені частини тіла:

верх голови;

потилиця;

скроня;

шия;

кисть;

рука;

спина;

зона нирок;

нижче поясу.

Усі підсічки виконуються нога в ногу і не вище щиколотки. Щоб підсічка була зарахована, вона має призвести до повного падіння або спотикання супротивника, що змусить його торкнутись помосту рингу будь-якою частиною тіла, крім ступнів ніг.

## 3. Технічні прийоми (дозволені і заборонені):

### 1) дозволені технічні прийоми:

всі боксерські удари в поєднанні з ударами ногами вище талії в тулуб і голову;

задні (реверсні) удари ногами в тулуб або голову;

задні удари ногами з обертом в тулуб або голову;

підсічки.

### 2) заборонені технічні прийоми:

кусання;

удари відкритою долонею рукавичок;

удари ногами в спину або шию;



удари головою;  
 всі атаки (удари руками та ногами, стусани), націлені в суглоби;  
 атаки супротивника, який впав;  
 атаки супротивника, який торкається майданчика рукавичками;  
 випльовування капи для зубів;  
 будь-який вид кидків;  
 тримання канатів і атаки супротивника;  
 будь-яка форма клінчу або утримання супротивника;  
 удари ліктями;  
 удари колінами;  
 бекфіст з розворотом;  
 всі удари ногами в стегна або нижче лінії талії, за винятком підсічки;  
 удари в задню або верхню частину голови;  
 всі удари після команди рефері "Стоп!" або після удару гонгу;  
 бекфіст або задній кулак з розворотом.

#### 4. Навмисне ухиляння від поединку:

1) спортсмен, який навмисно уникає протистояння зі супротивником, отримує попередження від рефері;

2) якщо спортсмен продовжує уникати протистояння із супротивником після отримання попередження в ході цього раунду, або в будь-якому раунді, рефері може покарати його відніманням балу;

3) у разі наступного уникнення від протистояння, рефері може на свій розсуд присудити більше попереджень або зупинити поєдинок і оголосити технічний нокаут;

4) коли спортсмен навмисно падає без отриманого удару, рефері автоматично розпочинає рахунок до "восьми" в стойці, як це зазначено в цих Правилах для нокдауна.

#### 5. Спорядження спортсменів:

захисний шолом;

захисна капа для зубів – для єдиноборств та боксу;

боксерські рукавички мають вагу 284 г (10 унцій);

захист стопи;

захист паху (чоловіки і жінки) носять під одягом;

захист голені потрібно носити під одягом;

захист грудей для жінок віком від 14 років.

Використання клейкої стрічки на кулаках або кісточках пальців та захисному обладнанні не дозволяються.

Захист грудей для дівчат віком до 14 років рекомендований, якщо це необхідно.

#### 6. Визначення переможців:

##### 1) перемога за балами:

якщо спортсмени не домінують і раунд є рівним – 10:10 балів. Бали додаються або віднімаються від результатів кожного спортсмена відповідно до кількості балів, які їм призначив рефері;

спортсмен, який переміг у раунді, отримує 10 балів, його супротивник – 9 балів;

якщо було офіційне попередження через порушення цих Правил, судді надають супротивнику один бал, так само, як за один успішний удар. Судді маркують ці попередження літерою "W" (для попереджень) у розділі "попередження" у суддівській записці, щоб вказати, який спортсмен отримав попередження;

якщо офіційний мінус бал був даний через порушення цих Правил, а не просто у якості попередження, кожен суддя віднімає один бал із залученого спортсмена відразу ж по закінченні раунду (тобто – 10:9). Судді завжди мають маркувати ці бали літерою "M" (для мінус балу) у розділі "попередження" у суддівській записці, щоб вказати, який спортсмен отримав мінус бал;

якщо другий офіційний мінус бал був даний у тому ж раунді, судді віднімають два бали від рахунку залученого спортсмена відразу після закінчення раунду (тобто – 10:8);

у разі третього офіційного мінус балу поєдинок відразу закінчується через дискваліфікацію;

якщо спортсмен отримує рахування, кожен суддя віднімає один бал в суддівській записці відразу після закінчення раунду (тобто – 10:9). Судді маркують цей нокдаун літерою "K" (для нокдауну) у суддівській записці, щоб вказати, який спортсмен отримав нокдаун;

після закінчення поєдинку всі раунди підсумовуються в остаточний рахунок (тобто – 30:27) і спортсмен з більшою кількістю балів у суддівській записці оголошується переможцем;

якщо суддя бачить порушення, що було не помічене рефері, він вказує, що саме порушив спортсмен, через маркування балів літерою "J" (у суддівській записці);

2) зупинка поєдинку лікарем відбувається у разі, якщо один зі спортсменів отримав травму, або спортсмен сам або його тренер хоче відмовитись від поєдинку.

Лікар може зупинити будь-який поєдинок незалежно від рівня змагань. У разі, якщо присутній лікар бажає зупинити поєдинок для огляду спортсмена, він спочатку повідомляє про це рефері.

Рефері зупиняє поєдинок до того часу, поки лікар не огляне спортсмена. Обстеження відбувається на ринзі і триває не більше однієї хвилини, будь-який вид лікування спортсмена є забороненим.

Якщо цього часу буде недостатньо, рефері зупиняє поєдинок і оголошує супротивника переможцем. Якщо один зі спортсменів отримав травму і поєдинок закінчено через порушення цих Правил, суперник спортсмена оголошується переможцем.

У разі отримання спортсменом травми судді закінчують заповнення записок з балами і спортсмен з найбільшою кількістю балів оголошується переможцем.

Якщо обидва спортсмени отримали травму або нокаут одночасно і жоден з них не в змозі продовжувати поєдинок, судді складають бали кожного зі

спортсменів за час до моменту, коли поєдинок був зупинений, і спортсмен з найбільшою кількістю балів оголошується переможцем. Якщо така ситуація станеться в першому раунді, поєдинок оголошується як такий, що "не відбувся" і переможець не оголошений;

3) відмова (SUR):

коли спортсмен добровільно відмовляється продовжувати поєдинок через травми або з якоїсь іншої причини, або якщо він не продовжує поєдинок відразу після перерви між раундами, супротивник оголошується переможцем. У такому разі секундант має кинути рушник на ринг, щоб сигналізувати, що його спортсмен відмовляється продовжувати поєдинок;

4) перемога у разі, якщо рефері зупинив поєдинок (RSC):

спортсмен вочевидь слабший або якщо він становить загрозу для власної безпеки після вказівок:

спортсмен не може продовжувати поєдинок через отримані травми або з інших причин, рефері зупиняє поєдинок і викликає лікаря на майданчик.

5) поєдинок не відбувся (NC):

рефері може зупинити поєдинок до встановленого часу через обставини, що не залежать від спортсменів або рефері:

устаткування для безпеки рингу було пошкоджене;

ринг небезпечний для використання;

освітлення над рингом не працює.

У разі таких обставин поєдинок зупиняється і оголошується, що "бій не відбувся", переможець відсутній.

б) перемога проходженням далі (WO):

якщо один спортсмен присутній на ринзі та готовий до поєдинку, а його супротивник не з'явився після оголошення його імені через гучномовець, рефері дає сигнал хронометристу почати відлік 1 хв;

якщо супротивник не вийшов на ринг протягом 1 хв, хронометрист вдарає у гонг, сигналізує про те, що поєдинок зупиняється;

рефері називає спортсмена, який був першим на ринзі і оголошує його переможцем через "проходження далі";

судді відзначають цього спортсмена переможцем у суддівських записках.

## 6. "Кікбоксинг з лоу кік"

1. Бали і попередження:

1) нарахування балів у поєдинках приймає 10 балів за максимальну кількість балів і 6 балів за мінімальну;

2) кожен чіткий і контрольований технічний прийом у дозволену частину тіла та виконаний з повним контактом отримує бали залежно від ступеня складності в такий спосіб виконання ударів:

рукою в тулуб або голову в дозволену частину – 1 бал;

ногою в ногу (стегно, всередині або зовні) – 1 бал;

ногою в тулуб у дозволену частину – 1 бал;

ногою в голову в дозволену частину – 2 бали;

ногою в тулуб у стрибку – 2 бали;

ногою в голову у стрибку – 3 бали.

Спортсмен, який здобув бали, залишається на ногах, за винятком того, коли його кинули або штовхнули на підлогу;

3) судді оцінюють поєдинок за такими критеріями:

кращий прийом;

ефективні парирування і контратаки;

кращі комбінації;

бойовий дух та ініціатива;

гідна спортивна поведінка;

кількість чистих зарахованих ударів;

кількість віднятих балів і нокдаунів;

захист;

тактична і стратегічна робота в ринзі;

фізична форма;

4) для отримання балів усі ефективні дозволені удари ногами або руками мають потрапити безпосередньо в дозволені частини тіла без блокування або відбивання. Для ударів руками прийоми мають бути технічно правильно виконані ударною частиною закритої рукавички.

Спортсмен, який завдає низькі удари ногами в стегно, завжди матиме перевагу.

5) усі порушення цих Правил, залежно від тяжкості, можуть призвести або призведуть до попередження, штрафного (мінус) балу або до дискваліфікації. Підрахунок попереджень проводиться протягом усього поєдинку. Рефері має вирішувати на свій розсуд чи дати мінус бал замість попередження, коли він вважає це порушення було занадто серйозним (постійно падати або марно витратити час). Для надання балів час не зупиняється. Попередження і штрафні (мінус) бали призначаються за використання всіх недозволених прийомів або за заборонені дії, а також будь-які заборонені дії тренерів або секундантів.

## 2. Частини тіла (дозволені і заборонені):

### 1) дозволені частини тіла:

обличчя;  
бік тулуба;  
перед тулуба;  
ноги (стегна – всередині, зовні);

### 2) заборонені частини тіла:

верх голови;  
потилиця;  
скроня;  
шия;  
рука;  
нижче коліна;  
спина;  
зона нирок.

### 3. Технічні прийоми (дозволені і заборонені):

#### 1) дозволені технічні прийоми:

джеб;

гак;

аперкот;

зворотний удар;

передній удар ногою;

боковий удар ногою;

удар ногою з розвороту;

удар ногою гак;

удар ногою серп;

удар ногою сокира;

низький удар ногою в стегно (всередині і зовні);

#### 2) заборонені технічні прийоми:

серединою руки;

бекфіст;

ребром руки;

бекфіст з розворотом;

ніж-рука;

удар ліктем;

кидки;

штовхання руками;

удари головою;

з використанням стегна;

низький удар в коліно і нижче;

кусання;

удари відкритою долонею рукавичок;

удари ногами в спину і в шию;

удари головою;

всі атаки (удари руками та ногами, стусани), націлені в суглоби;

атаки супротивника, який впав;  
атаки супротивника, який торкається майданчика рукавичками;  
випльовування капи для зубів;  
будь-який вид кидків;  
тримання канатів і атаки супротивника;  
будь-яка форма клінчу або утримання супротивника;  
удари колінами;  
удари в задню або верхню частини голови;  
всі удари після команди рефері "Стоп!" або після удару гонгу.

#### 4. Навмисне відхилення від поєдинку:

1) спортсмен, який навмисно уникає протистояння зі супротивником, отримає попередження від рефері;

2) якщо спортсмен продовжує уникати протистояння із супротивником після отримання попередження в ході цього раунду або будь-якому раунді, рефері може покарати його відніманням балу;

3) у разі наступного уникання спортсменом протистояння, рефері може на свій розсуд присудити більше попереджень або зупинити поєдинок і оголосити технічний нокаут;

4) коли спортсмен навмисно падає без отриманого удару, рефері автоматично розпочинає рахунок до "восьми" в стійці, як це зазначено в цих Правилах для нокдауна.

#### 5. Спорядження спортсменів:

захисний шолом;

захисна капа для зубів – для єдиноборств та боксу;

боксерські рукавички мають вагу 284 г (10 унцій);

захист голені і стоп (не еластичного типу);

захист паху (чоловіки і жінки) носять під одягом;

захист грудей для жінок віком від 14 років.

Використання клейкої стрічки на кулаках або кісточках пальців та захисному обладнанні не дозволяються.



Захист грудей для дівчат віком до 14 років рекомендований в разі необхідності.

6. Визначення переможців:

1) перемога за балами:

якщо спортсмени не домінують і раунд є рівним – 10:10 балів. Бали додаються або віднімаються від результатів кожного спортсмена відповідно до кількості балів, які їм призначив рефері;

спортсмен, який переміг у раунді, отримує 10 балів, його супротивник – 9 балів;

якщо було офіційне попередження через порушення цих Правил, судді надають супротивнику один бал, так само, як за один успішний удар. Судді маркують ці попередження буквою "W" (для попереджень) у розділі "попередження" у суддівській записці, щоб вказати, який спортсмен отримав попередження;

якщо офіційний мінус бал був даний через порушення цих Правил, а не просто у якості попередження, кожен суддя віднімає 1 бал від рахунку спортсмена відразу по закінченні раунду (тобто – 10:9). Судді завжди мають маркувати ці бали літерою "M" для (мінус) балу у розділі "попередження" у суддівській записці, щоб вказати, який спортсмен отримав мінус бал;

якщо другий офіційний мінус бал був даний у тому ж раунді, судді віднімають два бали від рахунку спортсмена відразу після закінчення раунду (тобто – 10:8);

у разі третього офіційного мінус балу поєдинок відразу закінчується через дискваліфікацію;

якщо спортсмен отримує рахування, кожен суддя віднімає один бал у суддівській записці відразу після закінчення раунду (тобто – 10:9). Судді маркують цей нокдаун літерою "K" (для нокдауну) у суддівській записці, щоб вказати, який спортсмен отримав нокдаун;

після закінчення поєдинку всі раунди підсумовуються в остаточний рахунок (тобто – 30:27), і спортсмен з більшою кількістю балів у суддівській записці оголошується переможцем;

якщо суддя бачить порушення, що, можливо, вислизнуло від уваги рефері, він вказує, що саме порушив спортсмен, через маркування балів літерою "J" (у суддівській записці);

2) зупинка поєдинку лікарем відбувається у разі, якщо один зі спортсменів отримав травму, або спортсмен сам, або його тренер хоче відмовитись від поєдинку.

Лікар може зупинити будь-який поєдинок незалежно від рівня змагань. У разі, якщо присутній лікар бажає зупинити поєдинок для огляду спортсмена, він спочатку повідомляє про це рефері.

Рефері зупиняє поєдинок до того часу, поки лікар не огляне спортсмена. Обстеження відбувається на ринзі і триває не більше однієї хвилини, будь-який вид лікування спортсмена є забороненим.

Якщо цього часу буде недостатньо, рефері зупиняє поєдинок і оголошує супротивника переможцем. Якщо один зі спортсменів отримав травму і поєдинок закінчено через порушення цих Правил, суперник спортсмена оголошується переможцем.

У разі отримання спортсменом травми, судді закінчують заповнення записок з балами і спортсмена з найбільшою кількістю балів оголошують переможцем.

Якщо обидва спортсмени отримали травму або нокаут одночасно і жоден з них не в змозі продовжувати поєдинок, судді складають бали кожного зі спортсменів за час до моменту, коли поєдинок був зупинений, і спортсмен з найбільшою кількістю балів оголошується переможцем. Якщо така ситуація станеться в першому раунді, поєдинок оголошується як такий, що "не відбувся" і переможець не оголошується;

3) відмова (SUR):

у разі, коли спортсмен добровільно відмовляється продовжувати поєдинок через травми або з якоїсь іншої причини, або якщо він не продовжує поєдинок відразу після перерви між раундами, супротивник оголошується переможцем. У таких випадках секундант кидає рушник на ринг, щоб сигналізувати, що його спортсмен відмовляється продовжувати поєдинок;

4) перемога, якщо рефері зупинив поєдинок (RSC):

якщо спортсмен вочевидь слабший або якщо він становить загрозу для власної безпеки після наступних вказівок;

якщо спортсмен не може продовжувати поєдинок через отримані травми або з інших причин, рефері зупиняє поєдинок і викликає лікаря на майданчик.

5) поєдинок не відбувся (NC):

рефері може зупинити поєдинок до встановленого часу через обставини, що не залежать від спортсменів або рефері:

устаткування для безпеки рингу було пошкоджено;

ринг небезпечний для використання;

освітлення над рингом не працює.

У такому разі поєдинок зупиняється і оголошується, що "бій не відбувся", переможець відсутній .

6) перемога проходженням далі (WO):

якщо один спортсмен присутній на ринзі та готовий до поєдинку, а його супротивник не з'явився після оголошення його імені через гучномовець, рефері дає сигнал хронометристу почати відлік 1 хв;

якщо супротивник не вийшов на ринг протягом 1 хв, хронометрист вдаряє в гонг, сигналізує про те, що поєдинок зупиняється;

рефері називає спортсмена, який був першим на ринзі і оголошує його переможцем через "проходження далі";

судді відзначають цього спортсмена переможцем у суддівських записках.

## 7. К-1 (К-1)

1. Бали і попередження:

1) нарахування балів у поєдинках приймає 10 балів за максимальну кількість балів і 6 балів за мінімальну;

2) кожен чіткий і добре контрольований технічний прийом у дозволену частину тіла та виконаний з повним контактом отримує бали залежно від ступеня складності завданих таким способом ударів:

рукою в тулуб або в голову в дозволену частину – 1 бал;

ногою чи коліном у ногу в дозволену частину – 1 бал;

ногою чи коліном у тулуб у дозволену частину – 1 бал;

ногою в голову в дозволену частину – 2 бали;

ногою або коліном у стрибку в тулуб – 2 бали;

ногою в стрибку в голову – 3 бали;

Спортсмен, який здобув бали, залишається на ногах, за винятком того, коли його кинули або штовхнули на підлогу;

3) судді засновують свої оцінки поєдинку за такими критеріями:

кращий прийом;

ефективні парирування і контратаки;

кращі комбінації;

бойовий дух та ініціатива;

гідна спортивна поведінка;

кількість чистих зарахованих ударів;

кількість віднятих балів і нокдаунів;

захист;

тактична і стратегічна робота в ринзі;

фізична форма;

4) для отримання балів всі ефективні дозволені удари ногами або руками мають потрапити безпосередньо в дозволені частини тіла без блокування або відбивання. Для ударів руками прийоми мають бути технічно правильно виконані ударною частиною закритої рукавички.

Спортсмен, який завдає низькі удари ногами в ногу та удари коліном, завжди матиме перевагу.

5) усі порушення цих Правил, залежно від тяжкості, можуть призвести або призведуть до попередження, штрафного (мінус) балу або до дискваліфікації. Підрахунок попереджень проводиться протягом усього поєдинку. Рефері має вирішувати на свій розсуд чи дати (мінус) бал замість попередження, коли він вважає, що це порушення було занадто серйозним (постійно падати або марно витратити час). Для надання балів час не зупиняється. Попередження і штрафні (мінус) бали призначаються за використання всіх недозволених прийомів або за заборонені дії, а також будь-які заборонені дії тренерів або секундантив.

## 2. Частина тіла (дозволені і заборонені):

### 1) дозволені частини тіла:

обличчя;

бік тулуба;

перед тулуба;

ноги (внутрішні та зовнішні сторони, вище та нижче коліна);

### 2) заборонені частини тіла:

верх голови;

скроня;

потилиця;

шия;

рука;

спина;

зона нирок.

## 3. Технічні прийоми (дозволені і заборонені):

### 1) дозволені технічні прийоми:

прямі удари руками;

гак;

аперкот;

передній удар ногою;

бічний удар ногою;

удар ногою з розвороту;  
удар ногою гак;  
удар ногою серп;  
удар ногою сокира;  
низький удар в ногу;  
удар коліном (тільки в тулуб та ногу);  
довге коліно;  
удар коліном у стрибку та при захваті супротивника однією або двома руками (дозволено проводити тільки один удар коліном);

2) заборонені технічні прийоми:

серединою руки;  
ребром руки;  
рука-ніж;  
бекфіст;  
бекфіст з розворотом;  
удар ліктем;  
штовхання руками;  
удари головою;  
з використанням стегна;  
удари коліном у голову;  
кусання;  
удари відкритою долонею рукавичок;  
удари ногами в спину і в шию;  
удари головою;  
всі атаки (удари руками та ногами, стусани) націлені в суглоби;  
атаки супротивника, що впав;  
атаки супротивника, який торкається майданчика рукавичками;  
випльовування капи для зубів;  
будь-який вид кидків;  
тримання канатів і атаки супротивника;

удари в задню або верхню частини голови;

всі удари після команди рефері "Стоп!" або після удару гонгу.

4. Навмисне відхилення від поєдинку:

1) спортсмен, який навмисно уникає протистояння зі супротивником, отримує попередження від рефері;

2) якщо спортсмен продовжує уникати протистояння із супротивником після отримання попередження в ході цього раунду або будь-якому раунді, рефері може покарати його відніманням балу;

3) у разі наступного уникнення від протистояння, рефері може на свій розсуд присудити більше попереджень або зупинити поєдинок і оголосити технічний нокаут;

4) коли спортсмен навмисно падає без отриманого удару, рефері автоматично розпочинає рахунок до "восьми" в стойці, як це зазначено в цих Правилах для нокдауна.

5. Спорядження спортсменів:

захисний шолом;

захисна капа для зубів – для єдиноборств та боксу;

боксерські рукавички мають вагу 284 г (10 унцій);

захист голені і стоп (не еластичного типу);

захист паху (чоловіки і жінки) носять під одягом;

захист грудей для жінок.

Використання клейкої стрічки на кулаках або кісточках пальців та захисному обладнанні не дозволяються.

6. Визначення переможців:

1) перемога за балами:

якщо спортсмени не домінують і раунд є рівним – 10:10 балів. Бали додаються або віднімаються від результатів кожного спортсмена відповідно до кількості балів, які їм призначив рефері;

спортсмен, який переміг у раунді, отримує 10 балів, його супротивник – 9 балів;

якщо було офіційне попередження через порушення цих Правил, судді надають супротивнику один бал так само, як за один успішний удар. Судді маркують ці попередження буквою "W" (для попереджень) у розділі "попередження" у суддівській записці, щоб вказати, який спортсмен отримав попередження;

якщо офіційний мінус бал наданий через порушення цих Правил, а не просто у якості попередження, кожен суддя віднімає 1 бал від рахунку спортсмена відразу по закінченні раунду (тобто – 10:9). Судді завжди мають маркувати ці бали літерою "M" для (мінус балу) у розділі "попередження" у суддівській записці, щоб вказати, який спортсмен отримав мінус бал;

якщо другий офіційний мінус бал наданий у тому ж раунді, судді віднімають два бали від рахунку спортсмена відразу після закінчення раунду (тобто – 10:8);

у разі третього офіційного мінус балу поєдинок відразу закінчується через дискваліфікацію;

якщо спортсмен отримує рахування, кожен суддя віднімає один бал у суддівській записці відразу після закінчення раунду (тобто – 10:9). Судді маркують цей нокдаун літерою "K" (для нокдауну) у суддівській записці, щоб вказати, який спортсмен отримав нокдаун;

після закінчення поєдинку всі раунди підсумовуються в остаточний рахунок (тобто – 30:27) і спортсмен з більшою кількістю балів у суддівській записці оголошується переможцем;

якщо суддя бачить порушення, що можливо вислизнуло від уваги рефері, він вказує, що саме порушив спортсмен, через маркування балів літерою "J" (у суддівській записці);

2) зупинка поєдинку лікарем через травму відбувається у разі, якщо один зі спортсменів отримав травму, або спортсмен сам, або його тренер хоче відмовитись від поєдинку.



Лікар може зупинити будь-який поєдинок незалежно від рівня змагань. Якщо присутній лікар бажає зупинити поєдинок для огляду спортсмена, він спочатку повідомляє про це рефері.

Рефері зупиняє поєдинок до того часу, поки лікар не огляне спортсмена. Обстеження відбувається на ринзі і триває не більше однієї хвилини, будь-який вид лікування спортсмена є забороненим.

Якщо цього часу буде недостатньо, рефері зупиняє поєдинок і оголошує супротивника переможцем. Якщо один зі спортсменів отримав травму і поєдинок закінчено через порушення цих Правил, суперник спортсмена оголошується переможцем.

У разі отримання спортсменом травми, судді закінчують заповнення записок з балами і спортсмена з найбільшою кількістю балів оголошують переможцем.

Якщо обидва спортсмени отримали травму або нокаут одночасно і жоден з них не в змозі продовжувати поєдинок, судді складають бали кожного зі спортсменів за час до моменту, коли поєдинок був зупинений, і спортсмен з найбільшою кількістю балів оголошується переможцем. Якщо така ситуація станеться у першому раунді, поєдинок оголошується як такий, що "не відбувся" і переможець не оголошується;

### 3) відмова (SUR):

якщо спортсмен добровільно відмовляється продовжувати поєдинок через травми або з якоїсь іншої причини, або якщо він не продовжує поєдинок відразу після перерви між раундами, супротивник оголошується переможцем. У таких випадках секундант кидає рушник на ринг, щоб сигналізувати, що його спортсмен відмовляється продовжувати поєдинок;

### 4) перемога, якщо рефері зупинив поєдинок (RSC):

якщо спортсмен вочевидь слабший або якщо він становить загрозу для власної безпеки після наступних вказівок;

якщо спортсмен не може продовжувати поєдинок через отримані травми або з інших причин, рефері зупиняє поєдинок і викликає лікаря на майданчик.

5) поєдинок не відбувся (NC):

рефері може зупинити поєдинок до встановленого часу через обставини, що не залежать від спортсменів або рефері:

устаткування для безпеки рингу було пошкоджено;

ринг небезпечний для використання;

освітлення над рингом не працює.

При таких обставинах поєдинок зупиняється і оголошується, що "бій не відбувся", переможець відсутній .

б) перемога проходженням далі (WO):

якщо один спортсмен присутній на ринзі та готовий до поєдинку, а його супротивник не з'явився після оголошення його імені через гучномовець, рефері дає сигнал хронометристу почати відлік 1 хв;

якщо супротивник не вийшов на ринг протягом 1 хв, хронометрист вдаряє в гонг, сигналізує про те, що поєдинок зупиняється;

рефері називає спортсмена, який був першим на ринзі, і оголошує його переможцем через "проходження далі";

судді відзначають цього спортсмена переможцем у суддівських записках.

## **8. "Тайбоксинг"**

1. Бали і попередження:

1) нарахування балів у поєдинках приймає 10 балів за максимальну кількість балів і 6 балів за мінімальну;

2) кожен чіткий і добре контрольований технічний прийом у дозволу частину тіла та виконаний з повним контактом отримує бали залежно від ступеня складності, якщо удари завдавались у такий спосіб:

рукою в тулуб або в голову – 1 бал;

ногою або коліном у тулуб – 1 бал;

ногою або коліном у ногу – 1 бал;

ліктем у тулуб або в голову – 1 бал;

ногою в голову – 2 бали;

ногою або коліном у стрибку в тулуб – 2 бали;

ногою у стрибку в голову – 3 бали;

Спортсмен, який здобув бали, залишається на ногах, за винятком того, коли його кинули або штовхнули на підлогу;

3) удари в голову дозволені тільки спортсменам від 14 років;

4) судді оцінюють поєдинок за такими критеріями:

кращий прийом;

ефективні парирування і контратаки;

кращі комбінації;

бойовий дух та ініціатива;

гідна спортивна поведінка;

кількість чистих зарахованих ударів;

кількість віднятих балів і нокдаунів;

захист;

тактична і стратегічна робота в ринзі;

фізична форма;

5) для отримання балів усі ефективні дозволені удари ногами або руками мають потрапити безпосередньо в дозволені частини тіла без блокування або відбивання. Для ударів руками прийоми мають бути технічно правильно виконані ударною частиною закритої рукавички.

Спортсмен, який з клінчу скручуванням та розбалансуванням супротивника завдає низькі удари ногами в ногу, коліном чи ліктем, завжди матиме перевагу.

6) усі порушення цих Правил, залежно від тяжкості, можуть призвести або призведуть до попередження, штрафного (мінус) балу або до дискваліфікації. Підрахунок попереджень проводиться протягом усього поєдинку. Рефері має вирішувати на свій розсуд чи дати (мінус) бал замість попередження, коли на його погляд це порушення було занадто серйозним (постійні падіння або марне витрачання часу). Для надання балів час не зупиняється. Попередження і штрафні (мінус) бали призначаються за

використання всіх недозволених прийомів або заборонені дії, а також будь-які заборонені дії тренерів або секундантів.

## 2. Частина тіла (дозволені і заборонені):

### 1) дозволені частини тіла:

обличчя;

бік тулуба;

перед тулуба;

ноги (внутрішні та зовнішні сторони, вище та нижче коліна);

### 2) заборонені частини тіла:

верх голови;

скроня;

потилиця;

шия;

рука;

спина;

зона нирок.

## 3. Технічні прийоми (дозволені і заборонені):

### 1) дозволені технічні прийоми:

прямі удари руками;

гак;

аперкот;

передній удар ногою;

бічний удар ногою;

удар ногою з розвороту;

удар ногою гак;

удар ногою серп;

удар ногою сокира;

низький удар в ногу;

удар коліном (тільки в тулуб та ногу);

довге коліно;

коліно у стрибку;  
 удари колінами у клінчу;  
 клінч та скручування за шию з ударами і розбалансуванням супротивника, удари ліктями в тулуб та голову, захоплення ноги супротивника з нанесенням ударів йому протягом максимум двох кроків;

2) заборонені технічні прийоми:

серединою руки;

ребром руки;

рука-ніж;

бекфіст;

бекфіст з розворотом;

удар ліктем з розвороту;

кидки через стегно та голову;

пасивний клінч та тримання;

штовхання руками;

удари головою;

з використанням стегна;

удари коліном в голову;

кусання;

удари відкритою долонею рукавичок;

удари ногами в шию;

удари головою;

всі атаки (удари руками та ногами, стусани), націлені в суглоби;

атаки супротивника, що впав;

атаки супротивника, який торкається майданчика рукавичками;

виплювання капи для зубів;

тримання канатів і атаки супротивника;

всі удари після команди рефері "стоп", або після удару гонгу.

4. Навмисне відхилення від поединку:

1) спортсмен, що навмисно уникає протистояння зі супротивником, отримує попередження від рефері;

2) якщо спортсмен продовжує уникати протистояння зі супротивником після отримання попередження в ході цього раунду або будь-якому раунді, рефері може покарати його відніманням балу;

3) у разі наступного уникнення від протистояння, рефері може на свій розсуд присудити більше попереджень, або зупинити поєдинок і оголосити технічний нокаут;

4) коли спортсмен навмисно падає без отриманого удару, рефері автоматично розпочинає рахунок до "восьми" в стойці, як це зазначено в цих Правилах для нокдауна.

#### 5. Спорядження спортсменів:

захисний шолом;

захисна капа для зубів – для єдиноборств та боксу;

захист тулуба для спортсменів віком від 10 до 15 років;

боксерські рукавички мають вагу 10 унцій;

налокітники;

захист голені і стоп (не еластичного типу);

захист паху (чоловіки і жінки) носять під одягом;

захист грудей для жінок.

Використання клейкої стрічки на кулаках або кісточках пальців та захисному обладнанні не дозволяються.

#### 6. Визначення переможців:

##### 1) перемога за балами:

якщо спортсмени не домінують і раунд є рівним – 10:10 балів. Бали додаються або віднімаються до/від результатів кожного спортсмена відповідно до кількості балів, які їм призначив рефері;

спортсмен, який переміг в раунді, отримує 10 балів, його супротивник – 9 балів;

якщо було офіційне попередження через порушення цих Правил, судді надають супротивнику один бал так само, як за один успішний удар. Судді маркують ці попередження буквою "W" (для попереджень) у розділі "попередження" у суддівській записці, щоб вказати, який спортсмен отримав попередження;

якщо офіційний мінус бал був даний через порушення цих Правил, а не просто у якості попередження, кожен суддя віднімає 1 бал від рахунку спортсмена відразу ж по закінченні раунду (тобто – 10:9). Судді завжди мають маркувати ці бали літерою "M" для (мінус балу) у розділі "попередження" у суддівській записці, щоб вказати, який спортсмен отримав мінус бал;

якщо другий офіційний мінус бал був даний у тому ж раунді, судді віднімають два бали від рахунку спортсмена відразу після закінчення раунду (тобто – 10:8);

у разі третього офіційного мінус балу поєдинок відразу закінчується через дискваліфікацію;

якщо спортсмен отримує рахування, кожен суддя віднімає один бал у суддівській записці відразу після закінчення раунду (тобто – 10:9). Судді маркують цей нокдаун літерою "K" (для нокдауну) у суддівській записці, щоб вказати, який спортсмен отримав нокдаун;

після закінчення поєдинку всі раунди підсумовуються в остаточний рахунок (тобто – 30:27) і спортсмен з більшою кількістю балів у суддівській записці оголошується переможцем;

якщо суддя бачить порушення, що можливо вислизнуло від уваги рефері, він вказує, що саме порушив спортсмен, через маркування балів літерою "J" (у суддівській записці);

2) зупинка поєдинку лікарем через травму:

лікар може вимагати припинення поєдинку, якщо один зі спортсменів отримав травму, або спортсмен сам, або його тренер хоче відмовитись від поєдинку;

лікар може зупинити будь-який поєдинок незалежно від рівня змагань. Якщо присутній лікар бажає зупинити поєдинок для огляду спортсмена, він спочатку повідомляє про це рефері;

рефері зупиняє поєдинок до того часу, поки лікар не огляне спортсмена. Обстеження відбувається на ринзі і триває не більше однієї хвилини, будь-який вид лікування спортсмена є забороненим;

якщо цього часу буде недостатньо, рефері зупиняє поєдинок і оголошує супротивника переможцем. Якщо один зі спортсменів отримав травму і поєдинок закінчено через порушення цих Правил, суперник спортсмена оголошується переможцем;

у разі отримання спортсменом травми судді закінчують заповнення записок з балами, і спортсмена з найбільшою кількістю балів оголошують переможцем;

якщо обидва спортсмени отримали травму або нокаут одночасно і жоден з них не в змозі продовжувати поєдинок, судді складають бали кожного зі спортсменів за час до моменту, коли поєдинок був зупинений, і спортсмен з найбільшою кількістю балів оголошується переможцем. Якщо така ситуація станеться у першому раунді, поєдинок оголошується як такий, що "не відбувся" і переможець не оголошується;

### 3) відмова (SUR):

коли спортсмен добровільно відмовляється продовжувати поєдинок через травми або з якоїсь іншої причини, або якщо він не продовжує поєдинок відразу після перерви між раундами, супротивник оголошується переможцем. У таких випадках секундант кидає рушник на ринг, щоб сигналізувати, що його спортсмен відмовляється продовжувати поєдинок;

### 4) перемога, якщо рефері зупинив поєдинок (RSC):

якщо спортсмен вочевидь слабший або якщо він становить загрозу для власної безпеки після наступних вказівок;

якщо спортсмен не може продовжувати поєдинок через отримані травми або з інших причин, рефері зупиняє поєдинок і викликає лікаря на майданчик.



5) поєдинок не відбувся (NC):

рефері може зупинити поєдинок до встановленого часу через обставини, що не залежать від спортсменів або рефері:

устаткування для безпеки рингу було пошкоджено;

ринг небезпечний для використання;

освітлення над рингом не працює.

При таких обставинах поєдинок зупиняється і буде оголошуватися що "бій не відбувся", переможець відсутній.

б) перемога проходженням далі (WO):

якщо один спортсмен присутній на ринзі та готовий до поєдинку, а його супротивник не з'явився після оголошення його імені через гучномовець, рефері дає сигнал хронометристу почати відлік 1 хв;

якщо супротивник не вийшов на ринг протягом 1 хв, хронометрист вдаряє в гонг, сигналізує про те, що поєдинок зупиняється;

рефері називає спортсмена, який був першим на ринзі, і оголошує його переможцем через "проходження далі";

судді відзначають цього спортсмена переможцем у суддівських записках.

## 9. "Форми"

1. Загальні вимоги:

1) показ формальної вправи спортсменом:

спортсмен, який здійснює показ формальної вправи, має виражати і демонструвати психологічний і фізичний реалістичний підхід до різних сценаріїв оборони, які він намагається наслідувати;

рухи при виконанні формальної вправи мають відповідати стилю, що виконується;

техніка має бути виконана з повною силою, зосередженістю і динамічністю;

при виконанні формальної вправи вся основна техніка має бути виконана логічно і стосуватися обраної "форми";

ім'я спортсмена, назва "форми", клубу та регіону мають бути оголошені суддям;

2) підрахунок:

п'ять суддів оцінюють спортсменів. Після того, як бали виставлені, найвища і найнижча оцінки відкидаються. Бали нараховуються з точністю до одного десяткового знака. У всіх раундах бали будуть варіюватись від 7 до 9, а 8 – це середній бал для "форми";

у разі нічиєї в жорсткому і м'якому стилях, спортсмену буде запропоновано виконати другу й іншу "форму". Усі спортсмени мають виконати принаймні дві різні "форми". Якщо спортсмен не показує іншу "форму", він може повторити першу "форму" зі штрафом у мінус 0,5 бала, який віднімається кожним суддею;

спортсмен може повторити ту ж саму "форму" у всіх стилях. Якщо спортсмен використовує зброю, і зброя випала, це розглядається як недостатній контроль і як штраф, кожен суддя знімає 0,5 бала із суми балів спортсмена. Якщо спортсмен використовує парну зброю (Кама або Сай), вона не має незграбно вдарятися одна об одну, інакше кожен суддя знімає 0,5 бала. Це також стосується фрістайлу. Судді не звертатимуть увагу на викрики при виконанні кожного технічного прийому, бо це не є вираженням сили;

3) презентація та одяг спортсмена:

спортсмен має бути одягнений у чисту і відпрасовану форму для бойових мистецтв. Футболки, в тому числі клубні футболки, ювелірні прикраси і маскарадно-костюмні маски забороняються;

забороняється використовувати спеціальні засоби, такі як сухий лід, лазери, дим тощо;

"форма" не включає танцювальні рухи;

спортсмен оголошує назву "форми", стиль, своє ім'я, клуб, регіон та дотримується правил етикету під час презентації, виконання "форми";

4) етикет спортсмена:

спортсмен має демонструвати повагу і дисципліну до інших спортсменів, перебуваючи на татамі або поруч;

спортсмен має зробити уклін ри вході на татамі під час наближення до суддів;

попросити дозвіл, щоб почати;

поклонитися суддям і приготуватись розпочати "форму";

постійно слідувати дисципліні бойових мистецтв;

бути уважним і сконцентрованим;

після закінчення форми чекати дозволу суддів покинути татамі;

5) традиційні "форми":

жорсткий японський стиль;

корейський стиль;

ветеранів стиль;

м'який стиль;

б) творчі та екстремальні "форми":

фрістайл;

зі зброєю без музики;

зі зброєю під музику.

2. Традиційні стилі "форми":

1) жорсткий японський стиль:

у "формах" використовуються лише традиційні техніки і виконуються традиційним способом. Адаптація приймається, якщо додані техніки носять традиційний характер. Найвища точка високого удару спортсмена не має перевищувати рівень верхівки власної голови (жодних серійних ударів руками, ногами тощо);

одягатись необхідно в традиційне кімоно або "добок". Використання зброї не передбачено. Музика забороняється. Час необмежений;

2) корейський стиль:

корейські "форми" жорсткого стилю, "туль" використовують традиційну техніку. Традиційна корейська "форма" (туль, пхумсе) виконується

традиційним способом. Адаптація приймається, якщо додані техніки носять традиційний характер. Високий удар може бути нанесено вище верхівки власної голови (жодних серійних ударів руками, ногами тощо);

вдягатись необхідно в традиційне кімоно або "добок". Використання зброї не передбачено. Музика забороняється. Час необмежений;

### 3) ветеранів стиль:

"форми" ветеранів стилю традиційні, виконуються з використанням тільки традиційних і прийнятних рухів. Традиційна "форма" (пхумсе) має нагадувати традиційну "форму" (пхумсе). Адаптація приймається, якщо додані рухи носять традиційний характер. Найвища точка високого удару спортсмена не перевищує рівень верхівки власної голови (жодних серійних ударів руками, ногами тощо);

вдягатись необхідно в традиційне кімоно або "добок". Не використовуються зброя та музика. Час необмежений;

### 4) м'який стиль:

рухи гімнастичного типу дозволено за умови, що вони не виходять за межі стилю, та мають бути практичними і бути складовою частиною стилю. Адаптація приймається, якщо додані рухи є традиційними для м'якого стилю, що виконується (жодних серійних ударів руками, ногами тощо);

вдягатись потрібно в традиційну форму. Не використовуються зброя та музика. Максимальне обмеження часу 3 хвилини;

### 5) критерії підрахунку балів:

базова техніка (для м'якого стилю – гарним плавним технікам);

стійка;

удари;

удари ногами без порушення рівноваги;

блоки;

баланс;

сила;

концентрація і вдалиий перехід між рухами.

### 3. Творчі та екстремальні форми:

#### 1) загальні особливості:

оцінка буде надана спортсменам після виконання форми один раз. Спортсмен з найвищим балом перемагає;

у разі рівних результатів для першого, другого або третього місця, спортсмени мають виконати "форму" знову і два спортсмени, у яких була спірна ситуація, будуть оцінені знову. Спортсмен, який отримує найвищий бал, перемагає і отримує спірну позицію. У разі повторних рівних результатів, судді голосують підняттям рук;

спортсмен, який виконує "форму", має сфокусуватися ментально і фізично концентруватися на реалістичності різних уявних супротивників під час виконання "форми". За необхідності техніка виконується у повну силу, з повною концентрацією і динамічністю. При виконанні "форми" вся базова техніка виконується логічно. Вигуки включені до "форми", але не на кожен рух;

судді приділяють увагу основним прийомам, стійкам, швидкості і чистоті виконання. Трюки або гімнастика, що є ризиковими і мають високу складність, виконуються з точністю у всьому;

"форма" має бути плавною і безперервною, час, проведений у стійці на місці, має бути зведено до мінімуму. Всі аспекти фізичних здібностей спортсмена будуть прийняті до уваги, а саме такі як гнучкість, сила, швидкість, витривалість і ставлення спортсмена до змагань;

творчий підхід заохочується, а рухи і комбінації з високого рівня складності будуть високо оцінені, за умови їх виконання без помилок;

"форми" зі зброєю оцінюються першочергово, відповідно до вправності використання зброї. Маніпуляція і творчий підхід до використання зброї має бути основною метою під час виконання "форми" зі зброєю;

зброю не можна залишати без нагляду одразу після початку "форми";

на представлення всіх музичних виступів допускається не більше ніж 30 с. Відлік часу починається від першого контакту з татамі. Мінімальний час,

що відводиться для музичних форм, – 1 хв, максимальний – 2 хв. Відлік часу починається з першого руху після надання суддями дозволу почати. Якщо час буде – перевищено, або якщо його буде зменшено в будь-якій частині, як наслідок – 0,5 бала буде віднято кожним із суддів від загальної оцінки.

Реліз класифікується як навмисне переривання контакту зброї з тілом, яке характеризується підкиданням зброї в повітря або миттєвим балансуванням на підлозі. При здійсненні релізу для кидку слід підкидати і ловити зброю, контролюючи її, у разі її падіння – 0,5 бала буде віднято від остаточної оцінки кожним суддею. Якщо зброя покине майданчик для змагань, спортсмена буде дискваліфіковано. Під релізом балансу мається на увазі врівноваження зброї на землі, наприклад, посох має стояти вертикально. Падіння посоха на землю буде класифікуватися як втрата предмету і 0,5 бала буде віднято кожним суддею від остаточної оцінки.

Музика має відповідати формі, що виконується. Синхронність з музикою є не обов'язковою, але буде демонструвати більш високий рівень підготовки. Забороняється використовувати музику, що містить лайку, принизливі або запальні коментарі.

## 2) фрістайл:

під час виконання цієї "форми" використовується музика, важливе значення відіграє хореографія. Використання зброї, танцювальних рухів або театральних костюмів, сценічного реквізиту, лазерів, диму, вогню тощо не допускається. Тривалість виконання "форми" фрістайл складає від 1 до 3 хв. Час починається з першого руху "форми". Дозволено лише три гімнастичні рухи.

Підрахунок балів:

судді звертають увагу на:

синхронність;

вміння справляти враження;

швидкість техніки;

ступінь складності;

основні техніки виконання ударів руками і ногами;  
 баланс;  
 основні стійки;  
 силу;  
 концентрацію.

Все перелічене вище має виконуватись із силою і потужністю відповідно до базової техніки.

3) зі зброєю без музики:

для виконання цієї "форми" необхідно використовувати лише традиційні рухи і виконувати традиційним способом. Адаптація буде прийнятною, якщо додані рухи є традиційними. Високий удар ногою не може бути нанесено вище верхівки власної голови (жодних серійних ударів руками, ногами тощо). Вдягатись необхідно в традиційну форму кімоно, або "добок". Використання зброї є обов'язковим. Використання сценічного реквізиту, танцювальних рухів або театральних костюмів, лазерів, диму тощо не допускається. Тривалість виконання складає від 1 до 3 хв. Відлік часу починається з першого руху форми, а не з представлення. Усі види зброї, що використовуються, мають бути безпечними, чистими і відомими в рамках бойових мистецтв. Судді мають право перевіряти зброю до початку "форми".

Підрахунок балів:

"форма" оцінюється за використання зброї, а не за виконання ударів ногами і інших технік.

Судді звертають увагу на:

маніпуляції зі зброєю;  
 швидкість техніки;  
 ступінь складності;  
 вдалиий контроль;  
 вміння справити враження;  
 баланс;  
 основні стійки;

силу;

концентрацію.

4) зі зброєю під музику:

під час виконання цієї "форми" має бути використана музика, важливу роль відіграє і хореографія. Використання сценічного реквізиту, танцювальних рухів або театральних костюмів, лазерів, диму, вогню тощо не допускається. Тривалість "форми" складає від 1 до 3 хв. Відлік часу починається з першого руху "форми", а не з представлення. Усі види зброї, що використовуються, мають бути безпечними, чистими і відомими в рамках бойових мистецтв. Судді мають право перевіряти зброю до початку "форми". Дозволено лише три гімнастичні рухи. При застосуванні більше трьох гімнастичних рухів, застосовується штраф 0,5 бала, що віднімає кожен суддя з остаточної оцінки.

Підрахунок балів:

"форма" оцінюється за використання зброї, а не за виконання ударів ногами та інших технік.

Судді звертають увагу на:

синхронність з музикою;

маніпуляції зі зброєю;

швидкість техніки;

ступінь складності;

вміння справити враження;

баланс;

основні стійки;

силу;

концентрацію.

## 10. "Самозахист"

1. Вимоги до розділу:

1) спортсмен обмежений тільки чотирма нападниками;

2) всі спортсмени і нападники мають спортивну форму для поєдинків;

3) від початку першої атаки надається час 2 хв;



- 4) демонстрації мають виконуватись на матах, які надаються;
- 5) музика, розбивання, справжня зброя, небезпечні предмети або речовини не дозволяються.

## 2. Критерії підрахунку результатів:

- 1) реалізм – чи є атаки справжніми і небезпечними;
- 2) ефективність – чи буде оборона дієвою в представлених умовах;
- 3) складність – наскільки складними є атаки і наскільки складним є опір;
- 4) більш високі оцінки будуть присуджені тим спортсменам по самозахисту, які використовують різноманітні сценарії атак, що виконуються в безперервній демонстрації;

5) різноманітність техніки – блоки, уникнення, захоплення, вивід з рівноваги, захвати тощо, які взяті з цілого ряду різних систем бойових мистецтв.

## 3. Оцінки та бали:

- 1) максимальна оцінка 10 балів;
- 2) оцінка надається за демонстрацію практичних прийомів самооборони, які виконуються безперервно без втрати рівноваги. Ці технічні прийоми мають бути ефективними, простими і дозволеними;
- 3) кожна помилка призводить до наступних штрафних балів:
  - втрата рівноваги – 0,5 бала;
  - виконання прийомів з паузами – 0,5 бала;
  - після завершення технічного прийому зброя залишається в руках атакуючого – 0,5 бала;
  - перевищення часу – 1 бал.

## **VII. Визначення результатів змагань**

### **1. Визначення особистих результатів**

1. Перемога одного спортсмена над іншим визначається за такими показниками:
  - за балами;

за явної переваги;  
неспроможність суперника продовжувати поєдинок;  
дискваліфікація суперника;  
відмова суперника або його секунданта від продовження поєдинку;  
нокаут;  
неявка суперника;

1) перемога за балами визначається більшістю бокових суддів. Якщо після закінчення поєдинку сума балів в обох спортсменів буде однаковою, то переможцем буде визнано спортсмена, який показав кращу техніко-тактичну підготовку;

2) рішення більшості бокових суддів щодо переможця змагань є остаточним;

3) перемога за явної переваги присуджується у тому разі, коли в одного із суперників немає жодних шансів на перемогу;

4) перемога через дискваліфікацію присуджується спортсмену у таких випадках:

суперник отримує третє попередження;

суперник грубо порушив ці Правила;

5) перемога через неспроможність суперника продовжувати поєдинок присуджується тоді, коли один зі спортсменів неспроможний продовжувати поєдинок, а його суперник при цьому не виконав жодних заборонених ударів чи дій;

6) перемога через відмову суперника продовжувати поєдинок присуджується в тому разі, якщо спортсмен або його секундант заявить про відмову від поєдинку. Спортсмен має право відмовитися від поєдинку до виходу на ринг за станом здоров'я;

7) перемога нокаутом присуджується спортсмену в тому разі, коли його суперник протягом 10 с неспроможний продовжувати поєдинок.

## **2. Визначення місць в особистих змаганнях**

1. В особистих змаганнях переможець і місця, що зайняли інші спортсмени, визначаються за системою з вибуванням переможеного (олімпійська система).

2. Перше місце отримує спортсмен, який закінчив змагання без поразок.

3. Друге місце присуджується спортсмену, який програв у фіналі.

4. Третє місце не розігрується – присуджується обом спортсменам, які програли свої поєдинки у півфіналі.

5. Інші місця розподіляються за кількістю перемог незалежно від їхнього характеру.

## **3. Визначення командних результатів**

1. У командних змаганнях кожна команда заявляє не більше одного спортсмена в кожній ваговій категорії. Кожній команді дозволяється мати запасних спортсменів, якщо це передбачено Положенням.

2. Перемога однієї команди над іншою визначається сумою балів, що набрані усіма спортсменами команди. Перемога спортсмена в кожній ваговій категорії приносить команді 2 бали, поразка – 1 бал, неявка або відсутність спортсмена у ваговій категорії – 0 балів.

3. Якщо змагання проходять за системою з вибуванням команди, що програла після першої чи другої поразки, то переможницею оголошується в разі рівного рахунку команда, яка виграла поєдинок у категорії до 91 кг та понад 91 кг.

4. Якщо змагання проводяться за круговою системою, командні місця визначаються за сумою балів, що набрали спортсмени у поєдинках, за умови, що спортсмени за перемогу отримують – 2 бали, за нічию – 1 бал, за поразку чи неявку – 1 бал.

5. Якщо дві або більше команд мають рівну кількість балів, місця між ними розподіляються залежно від того, хто над ким з них отримав більше перемог. Якщо у такому разі переможця визначити не можливо, то місця

визначаються за найбільшим числом особистих перемог спортсменів команди в усіх зустрічах.

6. Командні результати можуть визначатися таким способом:

1) за перше місце спортсмен отримує – 7 балів;

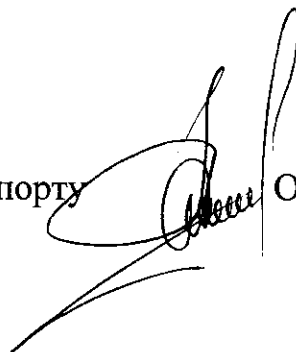
2) за друге – 5 балів;

3) за третє – відповідно по 3,5 бали.

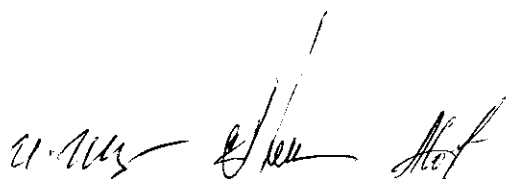
7. Командна першість визначається за найбільшою сумою балів, які отримали команди. У разі рівної кількості балів вище місце отримує команда, що має більше перших місць, якщо і ці показники рівні, то вище місце отримує команда, яка виграла більше других місць і так далі.

8. У матчевих зустрічах команд за рівної кількості балів змагання вважаються завершеними з нічийним рахунком.

Заступник директора департаменту  
фізичної культури та неолімпійських  
видів спорту – начальник відділу  
пріоритетних неолімпійських видів спорту



Оксана АНАСТАСЬЄВА



Додаток 1  
до Правил спортивних змагань з  
кікбоксингу ІСКА  
(пункт 3 глави 4 розділу II)

ІМЕННА ЗАЯВКА

На участь \_\_\_\_\_

(назва фізкультурно-оздоровчого/спортивного заходу, вид спорту, організатор заходу)

(дата, час та місце проведення заходу)

(назва команди, область)

№ з/п	Прізвище, ім'я та по батькові особи Учасника заходу	Число, місяць, рік народження	Спортивна кваліфікація	Прізвище, ім'я та по батькові тренера	Страховий поліс, найменування страхової компанії (серія, номер, термін дії, реєстровий номер)	Форма № 061/о – так/ні Форма № 062/о – так/ні. (необхідне підкреслити, вказати реєстровий номер)	Дата, підпис лікаря зі спортивної медицини
1	2	3	4	5	6	7	8

Зазначені в списку \_\_\_\_\_ особи пройшли належну підготовку та допущені до участі у заході.  
(кількість цифрами та у дужках словами)

Керівник спортивної організації \_\_\_\_\_ (ініціали (ініціал імені), прізвище)  
М.П. \_\_\_\_\_ (підпис)

Представник (тренер) команди \_\_\_\_\_ (ініціали (ініціал імені), прізвище)  
\_\_\_\_\_ (підпис)

Керівник закладу охорони здоров'я \_\_\_\_\_ (ініціали (ініціал імені), прізвище)  
М.П. \_\_\_\_\_ (підпис)  
\_\_\_\_\_ (ініціали (ініціал імені), прізвище)

Додаток 2  
до Правил спортивних  
змагань  
з кікбоксингу ІСКА  
(пункт 3 глави 7 розділу IV)

**СУДДІВСЬКА ЗАПИСКА**

Дата \_\_\_\_\_ Розділ \_\_\_\_\_ Вага \_\_\_\_\_

Рефері \_\_\_\_\_ м. \_\_\_\_\_

Суддя \_\_\_\_\_ м. \_\_\_\_\_

Червоний кут				Синій кут		
Прізвище м.				Прізвище м.		
Бали	Попередження, нокдаун	Результат	Раунди	Результат	Попередження, нокдаун	Бали
			1			
			2			
			3			
			4			
			5			
			Сума			

Переможець \_\_\_\_\_ Рішення \_\_\_\_\_

Суддя \_\_\_\_\_  
(прізвище, ініціали)