

Regulamin walki semi contact

1. Ubiór zawodnika
 - a/ długie spodnie do sztuk walki
 - b/ koszulka lub bluza do sztuk walki (schowana w spodnie lub przewiązana pasem) lub tradycyjny strój do sportów walki
 - c/ zawodnik nie może nosić żadnych ozdób (łańcuszki, kolczyki itp.)
2. Dozwolone miejsca trafień
 - a/ Przednia i boczna część głowy
 - b/ przednia i boczna część tułowia
 - c/ stopa (podcięcia)
3. Wymagane ochraniacze
 - a/ kask
 - b/ kategoria junior młodszy (kadet) obowiązkowy kask z szybką
 - c/ ochraniacz krocza
 - d/ ochraniacz piszczeli i stóp z zakrytą piętą i palcami
 - e/ rękawice bokserskie lub otwarte od wewnątrz (do karate WKF)
4. Powierzchnia, którą wolno uderzać
 - a/ zewnętrzna część rękawicy
 - b/ cała powierzchnia stopy
5. Czas walki
 - a/ Junior młodszy i junior jedna runda 2 min.
 - b/ Senior jedna runda 3 min
 - c/ Dogrywka do 1 trafienia
 - d/ dopuszcza się rozegranie walk z podziałem na rundy 1x1 min lub 1,5x1,5min z przerwą 15-30sek.
6. Pole walki
6/6 m plus 1 m pas bezpieczeństwa
7. Zasady punktacji
 - a/ akcje za 2 punkty:
 - kopnięcie w głowę,
 - podcięcie i dobiecie nogą lub ręką
 - złapanie nogi i kontra ręką
 - kopnięcie lub uderzenie pięścią z wysoku
 - b/ kary: ostrzeżenie za trzymanie szarpanie lub popychanie przeciwnika, niesportowe zachowanie, brak kontroli wyprowadzanych ciosów (szczególnie obrotowych), próby nokautu, także niesportowe zachowanie trenera. Przy drugim ostrzeżeniu dyskwalifikacja.
 - c/ wyjście co najmniej jedną nogą za pole walki -pierwsze ostrzeżenie przy drugim i trzecim 1 punkt dla przeciwnika przy czwartym dyskwalifikacja.
 - d/ walka w formie przerywanej, po każdej punktowanej akcji walka jest przerywana
8. Zawodnik może posiadać dowolny pas szkoleniowy jaki uzyskał w drodze egzaminu
9. Za umiejętności zawodnika oraz jego przygotowanie do bezpiecznego udziału w rywalizacji odpowiada jego trener.
10. Regulamin może zostać zmieniony ze względów organizacyjnych lub zapewnienia bezpieczeństwa zawodników