

UTØVERNE

De nye reglementene inneholder få nye regler. Derimot flere presiseringer av allerede eksisterende regler og poengtering av regler som ikke alltid har vært gjennomført like konsekvent.. Ved nye reglement vil det ikke være noen innføringsperiode. De gjelder fra første dag, og alle reglene vil bli praktisert. Det er derfor viktig at alle setter seg godt inn i reglementene, så det ikke dukker opp noen overraskelser.

Øvre aldersgrense for Lett og Semi, er fjernet.

Junior Fullkontakt er fjernet. Dvs. at en må være 18 år før en kan gå fullkontaktkamper. Merkekamper kan en gå fra en er 16 år.

Krav for å gå fullkontakt.

For å kunne delta i fullkontaktkamper må utøveren inneha ferdighetsmerket i Gull. Dette må være tatt etter at utøveren har fylt 18 år. Dersom en utøver med gyldig gullmerke ikke har gått sin første fullkontaktskamp innen to år etter han tok merket, må gullmerket tas på nytt før han kan gå kamp.

Beltekravet for å delta i lokale og regionale stevner er nå Orange belte i alle grener, - også i Semi. Beltekravet er likt for juniorer og seniorer.

Stevnepass er innført.

Alle utøvere med kamplisens skal ha oppdatert stevnepass. Alle utøvere skal imidlertid også ha med seg **kampboka** på stevnene, og denne skal kunne forevises/leveres inn på forespørsel for evt. registrering av skader, karantene og andre merknader etc.

Sjekk de nye vektklassene om de berører deg.

Nå må en melde seg på den vektklassen som er ens reelle vekt, eller maks én vektklasse over ens reelle vekt.

Vi presiserer at utøverne skal være på plass ved innveiingens start/starttidspunkt.

Utøvere som ikke veier innenfor den vektklassen de er påmeldt til, eller ikke er innveid innen innveiingens slutt, får ikke delta i det aktuelle stevnet.

Utøvere som ikke klarer vekta første gang, kan veie seg på nytt etter maks 1 time, dog ikke senere enn sluttidspunkt for innveiingen.

Godkjent utstyr.

Dommerne forutsetter at utøverne vet hva slags utstyr som er tillatt og påkrevd. Så sjekk det! Det *skal* være hvitt slagfelt på kamphanskene i Full og Lett. Ikke i Semi – men der skal nå tommel være fastsydd. Håndbandasjer er obligatorisk i Full og Lett, valgfritt i Semi.

Kampantrekket.

Legg merke til at det skal være nøytralt antrekk. Kun forbundsmerket eller klubbmerke er tillatt. Hvis firmamerke eller klubbsponsor ønskes brukt, må dette søkes om og godkjennes av forbundet. Nå er det ikke lenger tillatt å tape **piercinger** – **de må tas av om en skal gå kamp.**

Oppmøte til kampstart.

Utøverne skal i god tid gjøre seg klar slik at de ved opprop er kampklar.

Er en utøver for sen til kamp, skal matteleder/kampleder etter 1 min rope opp utøveren igjen og sette i gang klokken. Er ikke utøveren kampklar etter 1 minutt gis OW, etter ytterligere 1 minutt gis 1

minuspoeng, og kommer ikke utøveren etter ytterligere 1 minutt, skal utøveren diskvalifiseres og motstanderen annonseres som vinner på WO.

Kampflaten er 6x6 meter.

Det betyr at om tatamien er 8x8 meter, så er det en sikkerhetssone på en meter rundt hele tatamien. Sikkerhetssonen er ikke del av kampflaten, slik at om en trækker på denne, så regnes det som exit.

Exit er når man trækker utenfor kampflaten (6x6) – ikke nødvendigvis tatamien, som kan være 8x8. Det regnes ikke som exit dersom utøveren blir direkte slått, sparket eller dyttet ut av kampflaten. Blir en ”presset” ut, ved at en ikke klarer å komme seg unna, *er det exit*.

Nye teknikker tillatt – andre tatt ut.

Crescent Kick, Turn Kick inn i alle grener. Back Kick ikke tillatt.

Turn Kick inn i Lett og Semi.

Ridge Hand tillatt i Lett, men utgår i Full. (Er fortsatt tillatt i Semi)

Axe Kick og Spinn Kicks også i Lett..

Lave kast, er tatt helt ut.

Lettkontakt er fortsatt lett kontakt.

Det er forbudt å slå eller sparke ”gjennom” treffpunkt. Dette gjelder selv om slag eller spark ikke treffer.

Uren stil og teknikker.

Ukontrollerte og urene teknikker, uren stil og for lavt hode, er ureglementert.

Det er det også å forholde seg passivt.

Det er momenter en bør merke seg.

Arm- og fotteknikker

bør benyttes like mye gjennom hele kampen. Sparkene skal klart være ment for å treffe og skal være kontante. En utøver som kun bruker arm eller kun beinteknikker, skal ha advarsel og eventuelt minuspoeng for ikke å utøve kickboksing.

Angående poenggiving er det viktig å huske følgende:

Slag og spark må utøves som rene og kontrollerte teknikker med lett kontakt, balanse og full fokus på treffpunkt, for at de skal være poenggivende. Teknikkene skal være eksplosive samtidig som de er lette og kontrollerte.

Det gis ikke poeng for teknikker som blokkeres, helt eller delvis, som slås av eller pareres, eller teknikker som sneier, streifer eller sklir over treffpunktet. En treffer som bare tøtsjer treffpunkt, eller som skubber, puffer eller skyver motstander, er heller ikke poenggivende.

For Lett:

En for hard treffer gis ikke poeng – selv om kampløperen ikke har markert at det er for hardt.

Ved infight bør ikke dommeren gi uttelling for alle teknikkene, men vurdere uttellingen

Forholdsmessig mellom de to utøverne.

Les gjennom § 18, særlig avsnittene ”kommandoord”, ”kampgangen” og ” ved regelbrudd”

Da er det litt lettere å skjønne hva som skjer i ringen eller på matta.

Poenggivende treffere

Lik uttelling i Lett og Semi,

Nytt i Lett er at hoppspark til kropp gir 2 poeng, og hoppspark til hodet gir 3 poeng.

Poenggivingsreglene bør alle utøvere kjenne til for å forstå hvorfor resultatet blir som det blir. Merk grunnlaget for diskvalifikasjon og følgende av dette.

Ved 2. minuspoeng skal kampen stoppes. Likeså ved 4. advarsel. Utøveren diskvalifiseres og motstanderen vinner på diskvalifikasjon.

Ved grove tilfeller av regelbrudd eller ved usportslig opptreden som f.eks. å fornærme kamplederen, dommere, motstanderen eller publikum, kan kamplederen diskvalifisere en utøver uten på forhånd å ha gitt advarsel.

En utøver som er diskvalifisert, mister retten til plassering, medalje, grad eller tittel. Han blir også utestengt fra all deltagelse i NKBF-arrangement i minimum fire uker. Hver sak behandles for seg. (Dette gjelder ikke om en blir disket pga fire exit).

I Lett og Semi vil en ved diskvalifikasjon for **for hard kontakt**, miste muligheten til å delta på neste NKBFs nasjonale stevne. (Selv om neste stevne skulle være norgesmesterskapet). Ved andre diskvalifikasjon i løpet av 12 måneder pga for hard kontakt, blir utøveren utestengt for 1 år.

Ferdighetsmerket og gullkamper.

For å kunne delta i fullkontaktkamper må utøveren inneha ferdighetsmerket i Gull. Dette må være tatt Etter at utøveren har fylt 18 år. Dersom en utøver med gyldig gullmerke ikke har gått sin første Fullkontaktskamp innen to år etter han tok merket, må gullmerket tas på nytt før han kan gå kamp.

Merke kan en ta fra fylte 16 år, og har en Gull kan en gå gullkamper med avgjørelse.

Dette gjelder kun aldersgruppene 16-18 år og 34-50 år. Dette avklares/søkes om ved påmelding til Stevne.

Spesielt for SEMI

Hale ut tiden

Kamplederen trenger ikke etterkomme en utøvers ønske om tid-stopp for å rette på sikkerhetsutstyret eller sjekke en skade dersom han mener det vil ta bort fordelene til den andre utøveren, med mindre det dreier seg om utøverens helse og sikkerhet. All tid-stopp skal holdes på et minimum.

Dersom kamplederen mener en utøver bruker tid-stopp for å hvile eller hindre motstanderen i å score, skal det gis advarsel og utøveren kan i verste fall bli diskvalifisert for å uthale kampen eller for å nekte å fighte.

Kampleder kan i siste runde gi direkte minuspoeng om en utøver flykter unna i siste delen for å uttvære kampen.

Poenggiving

Dersom to dommere har sett en poenggivende treffer, er det poeng.

Unntaket er hvis det er et rødt, et blått og et ikke sett poeng, da skal det gis et poeng til rødt og et til blått.

Markerer to dommere for poeng til begge utøverne og den tredje dommeren for bare én av utøverne, gis et poeng til begge utøverne.

Dersom en dommer markerer to poeng (spark til hodet) og den andre markerer for ett poeng, må kamplederen undersøke om sistnevnte markerer for spark eller slag. Er det for spark, gis et poeng. Er det for slag, gis det ikke poeng.

Rygger en utøver ut samtidig med en treff, kan det gis poeng for trefferen, mens motstanderen får exit.

Det kan ikke gis poeng samtidig som det gis advarsel til samme utøver.

Ved ekstrarunde.

Ved poenglikhet, og det skal kåres en vinner, blir kampen forlenget med 1 minutt, etter 30 sekunder pause. Er det ennå uavgjort, skal kampen fortsette umiddelbart til første utøver får inn et treff. Seieren går til utøveren som får inn det første poenget.

NB!

Dersom to dommere peker begge veier og en bare en vei, vil begge utøvere få poeng. Det er ikke slik at den som har tre dommere med seg får poenget.

Seieren vil gå den som får inn første poenget . Det er ikke lenger slik at alle tre dommerne må markere for treff for at utøveren skal seire.

pbj
260807