



**Règles officielles et régulations**

# RÈGLES

1. Définitions	2
2. Ring / Zone de combat et équipement	3
3. Équipement	2
4. Spécificités des bandages des mains	3
5. Protège-dents	3
6. Équipement de protection	4
7. Vêtements	4
8. Apparence	4
9. Durée des rounds	5
10. Arrêt du combat	5
11. Juge/Comptage de points	4
12. Techniques effectives	5
13. Techniques autorisées	5
14. Fautes	5
15. Pénalités et avertissements	7
16. Blessures causées par des coups légaux et des fautes	7
17. Différentes issues de combat possibles	8
18. Equipe et personnes officielles	9

# Full Contact Karaté

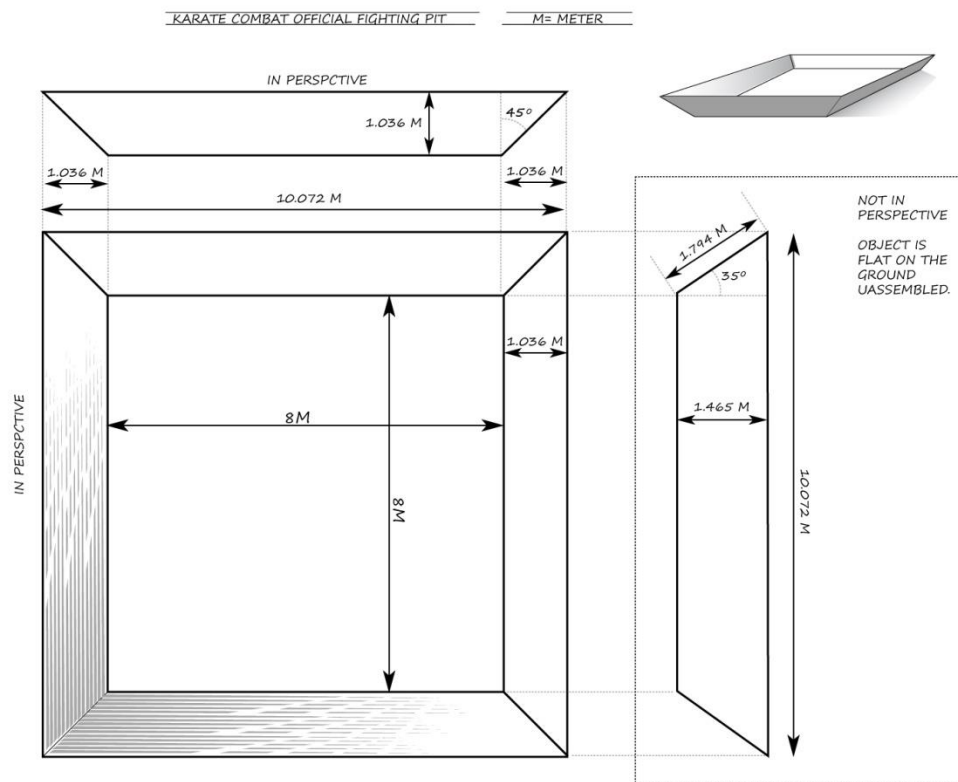
## Règles et régulations

Les participants doivent se comporter de manière conforme à l'étiquette du karaté et doivent démontrer un esprit compétiteur et respectueux du début à la fin.

### *1) Définitions*

- a) "Karaté" signifie un combat non-armé impliquant l'utilisation d'une combinaison des techniques traditionnelles de karaté dans la limite de toute réglementation mentionnée dans ces "règles et réglementations" et toute autre réglementation décidée par la Commission. Ces techniques, dans cette compétition, signifient que toute forme de coup peut être frappé s'il peut raisonnablement entraîner une blessure. La "Commission" est la commission athlétique ou l'organisme de réglementation en conjonction avec "Karate Combat" (une ligue opérée par KOKO Sports Management LLC) qui vont ensemble superviser les combats, expositions et compétitions de karaté. Dans certaines zones sans commission athlétique reconnue pour les matchs de karaté ou en ce qui concerne les éléments non régulés par la commission athlétique, "Commission" signifiera Karate Combat.

## 2) Ring /Zone de combat et équipement



## 3) Équipement

- a) Pour chaque combat, le promoteur fournira un seau d'eau propre, une bouteille d'eau plastique neuve, un tabouret et tout autres fournitures demandées par la Commission, dans chaque coin.

## 4) Spécificités des bandages des mains

- a) Dans toutes les différentes catégories de poids, les bandages sur chaque main des participants doivent être restreints à un tissu souple de gaze de 13.7 mètres de longueur et de 5 centimètres de largeur maximum, et maintenus en place par du sparadrap (bandage adhésif) de 3 mètres de longueur et 2.5 centimètres de largeur maximum, pour chaque main.
- b) Le sparadrap doit être placé directement sur chaque main en protection proche du poignet. Le sparadrap peut être enroulé deux fois autour du dos de la main et peut être étendu de manière à couvrir les articulations proximales des doigts quand la main est serrée comme un poing.
- c) Les bandages doivent être répartis de manière équitable sur toute la main.
- d) Les bandages et le sparadrap doivent être mis sur les mains du participants dans les vestiaires en présence de la Commission et du manager ou du second chef de son adversaire.
- e) Les combattants ne peuvent en aucun cas mettre leurs gants avant de recevoir l'approbation de la Commission.
- f) Les capteurs numériques de mesures biométriques peuvent être placés en-dessous des bandages de mains par le promoteur.

## **5) Protège-dents**

- a) Tous les combattants doivent apporter et porter un protège-dents pendant la compétition et en avoir un de rechange. Le protège-dents sera soumis à une inspection et une approbation du médecin présent.
- b) Le round ne peut commencer sans que le protège-dents ne soit en place.
- c) Si le protège-dents n'est plus en place à un moment pendant la compétition de manière involontaire, l'arbitre demandera une pause afin de laver le protège-dents et afin que le combattant le remette au premier moment opportun sans interférer avec l'action immédiate. Autrement, l'arbitre peut demander le protège-dents de rechange.

## **6) Equipement de protection**

- a) Les compétiteurs hommes devront apporter et porter une coquille de protection des parties génitales d'un type approuvé par la Commission.
- b) Les compétitrices femmes n'ont pas le droit de porter une coquille de protection des parties génitales.
- c) Les compétitrices femmes peuvent apporter et porter pendant la compétition un plastron pour la poitrine. Ce dernier doit être accepté par la Commission.
- d) Tous les combattants devront porter des gants spéciaux Karate Combat d'un poids égal à 113 grammes.

## **7) Vêtements**

- a) Les combattants hommes doivent porter un uniforme de karaté quand ils entrent dans la zone de combat. Pendant le combat, ils ne porteront qu'un pantalon de Karaté.
- b) La conception et le matériel officiels de l'uniforme de karate sera décidé par Karate Combat.
- c) Les emblèmes nationaux, drapeaux du pays et marquages seront décidés par la Commission.
- d) Les combattants doivent porter une ceinture de Karaté approuvée par la Commission.
- e) Le pantalon doit couvrir au minimum les deux tiers supérieurs des tibias et ne pas dépasser en dessous des maléoles des chevilles. Le bas du pantalon ne doit pas être retroussé.
- f) Les compétitrices femmes doivent porter la tenue décidée par Karate Combat.
- g) Le port de chaussures, de quelque sorte qu'elles soient, est interdit pendant la compétition.
- h) Les entraîneurs et autres accompagnateurs doivent porter la tenue approuvée par le promoteur.

## **8) Apparence**

- a) Chaque combattant sans armes doit avoir une apparence propre et bien présentée.
- b) L'usage excessif de graisse ou tout autre substance n'est pas autorisée sur le visage ou le corps d'un combattant. Les arbitres ou la Commission demanderont à ce que l'excès de graisse ou tout autre substance soit retiré.
- c) La Commission déterminera si les cheveux/poils du visage du combattant présentent un danger pour la sécurité du combattant ou de son adversaire ou s'ils interfèrent avec la surveillance et la conduite de l'évènement ou du concours. Dans ce cas, le combattant ne peut

participer à l'évènement ou au concours à moins que les conditions à l'origine de ce danger ne soient corrigées et acceptées par la Commission.

- d) Le combattant ne peut porter de bijoux ou piercing pendant son combat ou son exposition.
- e) Les combattants doivent avoir des ongles courts et ne doivent pas porter d'objets métalliques ou d'autres objets qui puissent blesser leur adversaire. L'usage d'appareil dentaire métallique doit être approuvé par la commission, l'arbitre et le docteur officiel. Les combattants acceptent toute responsabilité en cas de blessure.

## **9) Durée des rounds**

- a) Chaque combat aura 3 rounds, d'une durée de 3 minutes chacun, avec une minute de pause entre chaque round. Pour les combats dans le cadre d'un tournoi, Karaté Combat déterminera avec les combattants l'ajout ou non de 2 rounds.

## **10) Arrêt du combat**

- a) L'arbitre est la seule personne autorisée à arrêter un combat. Il peut cependant écouter les conseils du docteur présent à côté du ring et/ou de la commission qui respecte la décision d'arrêter un combat.
- b) L'arbitre et le docteur présent à côté du ring sont les seuls individus autorisés à entrer dans la zone de combat à n'importe quel moment pendant la compétition à part pendant les pauses entre les rounds et après la fin du combat.
- c) L'entraîneur du combattant est autorisé à jeter une ceinture blanche de karaté (apportée par l'équipe du combattant) dans la zone de combat et informer l'arbitre le plus proche de son souhait d'arrêter le combat et par conséquent donner la victoire à son adversaire.
- d) Le combattant est autorisé à donner la victoire à son adversaire à n'importe quel moment pendant le combat de la manière suivante :
  - i) Frapper continuellement sa main sur n'importe quel endroit de la zone de combat
  - ii) Placer un genou au sol et une main au-dessus de cette tête
  - iii) Mentionner oralement à l'arbitre

## **11) Juge/Comptage de points**

- a) Tous les combats seront évalués et les points donnés par 3 juges placés à différents endroits autour de la zone de combat. L'arbitre ne sera pas un de ces 3 juges.
- b) Les juges évalueront les techniques de Karaté efficaces, comme les frappes, les mise à terre, la gestion de la zone de combat, l'agressivité et la défense effective.
- c) Une frappe efficace est jugée en déterminant le nombre de coups légaux total effectués par un combattant.
- d) Une mise à terre efficace est jugée en déterminant le nombre d'exécutions légalement réussies suivie d'une technique de finition.
- e) La gestion de la zone de combat est jugée en déterminant qui contrôle l'espace, la localisation et la position du combat.
- f) Un exemple de facteurs à considérer est d'effectuer un contre en restant debout et frappant après une tentative de l'adversaire de faire une mise à terre.
- g) L'agressivité efficace signifie avancer et effectuer des coups légaux.
- h) Une défense efficace signifie éviter d'être frappé ou d'être mis à terre tout en contrant avec des attaques offensives.
- i) Le score sera noté sur 10 pendant le combat (fondé sur l'agressivité, le nombre de coups de pied efficaces, les frappes efficaces, la domination, le dommage et le contrôle – dans cet ordre). Un juge additionnel sera chargé de s'occuper du score. Les scores seront présentés à l'audience à la fin de chaque round, calculé pour chaque combattant ainsi : 10 moins le score de l'adversaire. Par exemple, un round avec un score de 10-8 serait annoncé sous la forme de 2 points pour le gagnant et 0 pour son adversaire. Quand les scores ne sont pas présentés à l'audience, chaque carte de score sera collectée à la fin de chaque round. Les résultats finals annoncés à la fin du combat.

## 12) Les techniques efficaces

- a) L'avantage en terme de score sera donné au combattant exécutant des techniques qui diminuent le potentiel de l'adversaire de gagner.
- b) Les coups de pied efficaces et techniques avancées auront plus de poids que les techniques de poings.
- c) Les techniques d'attaques auront plus de poids que les techniques de défense
- d) Mise à terre pour réaliser une technique sur l'adversaire au sol : un maximum de 5 secondes sera donné à l'attaquant pour réaliser une frappe, successive à la mise à terre, sur l'adversaire au sol. - s'il n'y a pas de KO l'arbitre séparera les combattants et celui au sol devra se relever immédiatement. Pendant les mises à terre, l'attaquant doit toujours avoir un contrôle total de son adversaire. Le combattant doit montrer une maîtrise totale de la technique.
- e) Quand un KO se passe de manière légale autre qu'une mise à terre, l'attaquant doit continuer avec une action immédiate sur l'adversaire au sol. Si le combattant au sol se relève, le combat continue. S'il se défend intelligemment il aura le droit de se relever. S'il est incapable de se protéger de recevoir des coups additionnels alors qu'il est au sol, le combat sera terminé par l'arbitre.

## 13) Techniques autorisées

- a) Techniques avec les bras
  - i) coup de poing direct (Kizami tsuki, gyaku tsuki)
  - ii) attaque avec le dos du poing (Uraken uchi – doit être en arc de cercle)
  - iii) frappe avec le côté de la main (Haito uchi – main ouverte, mouvement circulaire)
  - iv) coup de poing circulaire (Mawasi tsuki)
  - v) coup de poing marteau (Tetsui uchi - mouvement circulaire, le visage ne peut être attaqué de face)
  - vi) attaque retournée avec le dos du poing (Ushiro Uraken uchi - mouvement circulaire)
  - vii) techniques de karaté sautées
- b) Techniques avec les pieds
  - i) coup de pied direct (Mae geri, yoko geri)
  - ii) coup de pied circulaire (Mawashi geri, ura mawashi geri, mikazuki geri - mouvement circulaire)
  - iii) coup de pied retourné (Ushiro geri, Ushiro ura mawashi geri - mouvement circulaire)
  - iv) coup de pied sautés (les mêmes que ceux précédemment mais sauté)
- c) Mise à terre
  - i) Balayage/ déséquilibre avec la jambe (Ashi Barai)
  - ii) Jeter son adversaire avec une ou deux mains
  - iii) Balayage d'une jambe seulement (contrôle de la chute de l'adversaire avec une ou deux mains)
- d) Enlacer violemment/neutraliser son adversaire est seulement autorisé quand suivi immédiatement d'un lancer. Tout clinchage réalisé pour empêcher l'action de l'adversaire sera considéré comme une faute. La première faute due à un clinchage inapproprié entraînera un avertissement (le combat ne sera pas nécessairement arrêté pour attribué l'avertissement). Chaque fautes suivantes entraînera 1 point de pénalité donné aux juges par l'arbitre (là encore, le combat ne sera pas nécessairement arrêté pour attribué la pénalité).
- e) Un combattant est considéré mis à terre lorsque :
  - i) Ses deux mains et poignets sont sur le sol de la zone de combat
  - ii) Ses deux mains et poignets sont sur le mur de la zone de combat avec le combattant complètement face au mur de la zone de combat
  - iii) Le dos du combattant est contre le sol de la zone de combat

Quand l'adversaire est au sol, seulement les techniques de bras sont autorisées par l'attaquant.

## 14) Fautes

- a) Les actions suivantes sont des fautes et résulteront en des avertissements, décidés par l'arbitre, si elle sont commises:
- i) Clinchage comme décrit plus haut dans "Les Techniques autorisées"
  - ii) Coup avec la tête
  - iii) Attaque directe dans les yeux
  - iv) Mordre
  - v) Cracher sur son adversaire
  - vi) Tirer les cheveux
  - vii) Insérer un ou des doigts ou ses mains dans la bouche, les narines ou tout autre orifice de l'adversaire
  - viii) Attaque à l'aîne
  - ix) Mettre un doigt dans n'importe quel orifice ou coupure ou toute laceration de l'adversaire
  - x) Manipulation d'une articulation
  - xi) Coup de poing en crochet (uppercut)
  - xii) Frapper avec un doigt pointé ou le pouce
  - xiii) Frapper avec le genou ou le coude
  - xiv) Frapper avec le genou en sautant
  - xv) Frapper le genou de l'adversaire
  - xvi) Frapper avec une technique main ouverte (sauf Haito ushi)
  - xvii) Frapper la colonne vertébrale ou l'arrière de la tête
  - xviii) Donner un coup au rein avec le talon
  - xix) Tout coup lié à la gorge, y compris attraper la trachée
  - xx) Griffes, pincer ou tordre la peau
  - xxi) Attraper la clavicule
  - xxii) Donner un coup de pied à un adversaire au sol
  - xxiii) Marcher sur son adversaire au sol
  - xxiv) S'agripper aux vêtements ou aux gants de l'adversaire
  - xxv) Utiliser un langage grossier dans la zone de combat
  - xxvi) Ne pas faire preuve de fair-play et causer une blessure à son adversaire
  - xxvii) Attaquer son adversaire pendant la pause
  - xxviii) Attaquer son adversaire pendant que celui-ci discute avec l'arbitre
  - xxix) Attaquer son adversaire après la fin du round (marqué par la cloche)
  - xxx) Éviter tout contact avec l'adversaire, intentionnellement ou sans cesse laisser tomber son protège-dents, ou simuler une blessure
  - xxxi) Jeter son adversaire par dessus sa tête
  - xxxii) Jeter son adversaire hors de la zone de combat
  - xxxiii) Jeter/laisser tomber son adversaire de manière intentionnelle sur sa tête ou son cou
  - xxxiv) Se jeter/sauter sur son adversaire qui est au sol
  - xxxv) Ne pas écouter les décisions de l'arbitre
  - xxxvi) Saisir son adversaire par la tête ou le cou
  - xxxvii) Interférence venant du coin
  - xxxviii) Appliquer une substance sur ses cheveux ou son corps pour obtenir un avantage
  - xxxix) Éviter le combat pour empêcher son adversaire de marquer des points
  - xl) Passivité
  - xli) Attraper la tête de son adversaire avec ses deux mains
  - xlii) Balayage des deux jambes
  - xliii) Coup de pied entre la hanche et le genou
- b) Les combattants seront séparés par l'arbitre en cas d'etreinte violente ou si l'un attrape l'autre. Si une faute est commise:
- i) L'arbitre décide une pause ("Yame").
  - ii) L'arbitre demande à celui qui a fait la faute de se déplacer vers un endroit neutre
  - iii) L'arbitre vérifie la condition et la sécurité du combattant sur lequel la faute a été commise
  - iv) L'arbitre analyse la faute et déduit des points s'il le juge approprié, et notifie la Commission, les coins, et le juge s'occupant du score de sa décision si la faute est intentionnelle ou accidentelle et si un point doit être enlevé.
  - v) Faute de Low Blow (coup bas): Un combattant ayant subi une telle faute a le droit jusqu'à 5 minutes de pause pour récupérer de la faute si le docteur considère qu'il peut continuer le combat.
  - vi) Si le combattant dit qu'il est prêt à recommencer avant la fin des 5 minutes l'arbitre doit recommencer le combat dès que possible.



- vii) Si le combattant dépasse les 5 minutes de pause, et le combat ne peut recommencer, alors le combat doit se terminer et l'issue finale est déterminée par le round et le moment où le combat a été arrêté.
- c) Fautes accidentelles: dans ce cas, l'arbitre déterminera si le combattant sur lequel la faute a été commise peut continuer le combat ou non. Si ses chances de gagner n'ont pas été réduites à cause de la faute ou si cette faute n'impliquait pas un traumatisme à la tête, l'arbitre peut autoriser la poursuite du combat après une pause pour récupérer de 5 minutes maximum. L'arbitre devra informer le représentant de la Commission de son avis si la faute était accidentelle directement après avoir séparé les combattants.
- d) Fautes illégales: si l'arbitre juge la faute est illégale, il doit arrêter le combat. Il peut emmener le combattant blessé voir le docteur à côté du ring et demander à celui-ci d'examiner le combattant afin de déterminer sa capacité à continuer le combat. Le docteur a 5 minutes pour prendre sa décision. S'il détermine que le combattant peut continuer, l'arbitre doit recommencer le combat dès que possible. Le combattant n'a pas 5 minutes de pause et doit recommencer le combat dès que l'arbitre en a décidé ainsi.
- e) Pour toute autre faute autre que "low blow", si le combattant blessé n'est pas considéré comme apte à continuer le combat par l'arbitre, ce dernier doit immédiatement décider de faire une pause. Si l'arbitre considère que le combattant ne peut continuer, même si les 5 minutes de récupération ne se sont pas écoulées, le combattant ne peut utiliser le temps restant de pause et le combat est arrêté.
- f) Si l'arbitre interrompt le combat et demande l'intervention du docteur, celle-ci ne doit pas dépasser 5 minutes. Si elle dépasse cette durée, le combat ne peut être recommencé et il est terminé.

### **15) Avertissements et pénalités**

- a) À la suite de fautes, l'arbitre peut donner un avertissement ou une pénalité à l'attaquant.
- b) Un avertissement peut être donné directement en cas de non respect des règles et doit être infligé quand la faute ne diminue pas les chances du combattant qui a subi la faute de gagner. Si la faute est répétée pendant le combat, la première fois l'arbitre doit donner un avertissement sans arrêter le combat, la 2ème fois l'arbitre doit arrêter le combat et augmenter la sévérité de l'avertissement, la 3ème fois l'arbitre doit arrêter le combat et une pénalité doit être imposée.
- c) Une pénalité doit être infligée quand le combattant ne respecte pas les règles et diminue les chances de son adversaire de gagner, quand il fait une succession de fautes ou après une grosse faute. Les pénalités ont pour conséquence une déduction de points voire une disqualification.
- d) Le responsable des points déduit des points du score du combattant qui a commis la faute. C'est ce responsable qui calcule le vrai score après déductions éventuelles et non les juges.
- e) Seul un arbitre peut juger s'il y a une faute. Les juges ne peuvent juger eux-mêmes d'une éventuelle faute et ne doivent pas prendre de tels facteurs en compte dans leur calcul du score.
- f) Si une faute est commise, l'arbitre doit s'assurer que l'action continue tout de suite après.
- g) Si le combat est arrêté pour cause de faute, pénalité, passivité, etc..., l'arbitre recommencera immédiatement l'action à l'endroit où le combat a été arrêté.
- h) Les entraîneurs sont autorisés à parler à leur combattant respectif durant le combat. A aucun moment ils ne sont autorisés à parler aux juges ou à l'arbitre sans que ceux-ci ne leur aient adressé la parole en premier. Si l'entraîneur ne respecte pas cette règle, la première fois il recevra un avertissement puis, la deuxième fois, il sera suspendu de l'événement. Dans le cas d'une erreur administrative, l'entraîneur peut en parler au juge de coin.

## **16) Blessures causées par des coups légaux et des fautes**

- a) Si une blessure est causée par un coup légal mais est suffisamment sérieuse pour terminer le combat, le combattant blessé perd par KO technique.
- b) Si une blessure se produit à cause d'une faute intentionnelle, mentionné par l'arbitre, et est suffisamment sévère pour mettre fin au combat, le combattant à l'origine de la faute perd par disqualification.
- c) Si une blessure se produit à cause d'une faute intentionnelle et le combat continue, l'arbitre doit indiquer au responsable du score qu'il doit déduire automatiquement 2 points du combattant ayant commis la faute.
- d) Si une blessure se produit à cause d'une faute intentionnelle et que le combattant blessé ne peut continuer le combat plus tard à cause de ça, le combattant blessé gagne par décision technique s'il est en train de gagner (en terme de score). Si les scores sont égaux ou si le blessé est derrière, c'est une égalité technique.
- e) Si un combattant se fait mal en tentant de faire une faute sur son adversaire, l'arbitre ne doit prendre aucune action en sa faveur, et la blessure doit être traitée de la même manière qu'un coup légal .
- f) Si une blessure se passe pendant le 1er ou 2ème round à la suite d'une faute accidentelle, et si celle-ci est suffisamment sévère pour que l'arbitre arrête le combat immédiatement, le combat résulte en un "no contest".
- g) Si une blessure se passe pendant le 3ème round à la suite d'une faute accidentelle, et si celle-ci est suffisamment sévère pour que l'arbitre arrête le combat immédiatement, le combat résulte en une décision technique qui donne gagnant celui ou celle en tête dans les scores quand le combat est arrêté.
- h) Les rounds non finis contribuent au score selon les mêmes critères que les autres rounds jusqu'au moment où ils sont interrompus.

## **17) Différentes issues de combat possibles**

- a) Knockout:
  - i) Quand l'arbitre arrête le combat (TKO)
  - ii) Quand une blessure résultant d'une manœuvre légale est suffisamment sévère pour arrêter le combat (TKO)
  - iii) Quand un combattant se trouve inconscient à cause de coups etc (KO)
- b) Les décisions via les scores, dont:
  - i) Décision unanime: les 3 juges considèrent que le même combattant a gagné
  - ii) Décision partagée - 2 juges désignent un combattant comme le gagnant et le 3ème désigne l'autre
  - iii) Décision majoritaire – 2 juges désignent un combattant comme le gagnant et le 3ème considère que c'est une égalité
  - iv) Décision de point – si un double KO se passe lors du 2ème ou 3ème round, la décision sera faite en fonction du score de la dernière partie du combat. Si ceux-ci sont égaux, les points accordés pendant le combat seront pris en compte.
- c) Égalités:
  - i) Égalité Unanime: les 3 juges sont d'accord pour dire que c'est une égalité
  - ii) Égalité Majoritaire: 2 juges disent que c'est une égalité, le 3ème non
  - iii) Égalité Partagée: un juge considère que c'est une égalité, les 2 autres juges donnent chacun un combattant différent gagnant
  - iv) Double KO: si cela se passe pendant le 1er round c'est une égalité
- d) Si les deux combattants ont le même nombre de points à la fin ils sont départagés par un round additionnel. S'il y a toujours une égalité à la fin du round additionnel, le combat est considéré comme une égalité.
- e) No contest – quand un accident illégal signifie que le combattant blessé ne peut continuer (décision prise par l'arbitre, le docteur, le combattant ou son coin). Chaque combattant a le droit à un "no contest" qui est comptabilisé ni comme une victoire ni une défaite. Si

c'était une action intentionnelle qui oblige un combattant à ne plus pouvoir continuer, alors le blessé gagne et l'autre perd par disqualification.

- f) Disqualification
- g) Forfait
- h) Égalité technique
- i) Décision technique
- j) Pas de décision

### ***18) Equipe et personnes officielles***

- a) Pendant la période de pause entre les rounds, l'équipe du combattant a le droit d'entrer dans la zone de combat. Les membres d'équipe suivants ont le droit d'être dans la zone de repos:
  - i) Un (1) coach
  - ii) Un (1) coach assistant
  - iii) Un (1) cutman