

Przepisy amatorskiej rywalizacji sportowej Polskiej Federacji KICKBOXINGU

KOMISJA SĘDZIOWSKA W SKŁADZIE

Sobiecki Marcin
Misiuro Sebastian
Wojtas Małgorzata
Robert Szindler
Szymon Zawadzki
Michał Szindler

Konsultacje:
Piotr Bąkowski

Niniejszy regulamin obowiązuje od 02 grudnia 2016 r.

Spis treści

TOUCH CONTACT 5

ART.1. DEFINICJA. 6
ART.2. KATEGORIE WIEKOWE (WEDŁUG DATY URODZENIA) 6
ART.3. KATEGORIE WZROSTOWE 6
ART. 4. POLE WALKI. 7
ART. 5. CZAS WALKI. 7
ART. 6. UBIÓR ZAWODNIKÓW. 7
ART. 7. SPRZĘT OCHRONNY. 7
ART.8. ZASADY WALKI. 8
ART. 9. DOZWOLONE MIEJSCA TRAFIEŃ. 9
ART. 10. PUNKTACJA. 9
ART. 11. DOZWOLONE TECHNIKI. 9
ART. 12. NIEDOZWOLONE TECHNIKI. 10
ART. 13. SYSTEM KAR. 10
ART. 14. DYSKWALIFIKACJA. 11
ART. 15. KOMENDY SĘDZIOWSKIE. 11
ART. 16. DOPING. 11
ART. 17. INNE POSTANOWIENIA. 12

POINT FIGHTING 13

ART.1. DEFINICJA. 14
ART.2. KATEGORIE WIEKOWE (WEDŁUG DATY URODZENIA). 14
ART.3. KATEGORIE WZROSTOWE 14
ART. 4. POLE WALKI. 15
ART. 5. CZAS WALKI. 15
ART. 6. UBIÓR ZAWODNIKÓW. 15
ART. 7. SPRZĘT OCHRONNY. 15
ART.8. ZASADY WALKI. 16
ART. 9. DOZWOLONE MIEJSCA TRAFIEŃ. 17
ART. 10. PUNKTACJA. 17
ART. 11. DOZWOLONE TECHNIKI. 18
ART. 12. SYSTEM KAR. 18
ART. 13. DYSKWALIFIKACJA. 19
ART. 14. KOMENDY SĘDZIOWSKIE. 19
ART. 15. DOPING. 19
ART.16. INNE POSTANOWIENIA. 20

LIGHT CONTACT 21

ART.1. DEFINICJA. 22
ART.2. KATEGORIE WIEKOWE (WEDŁUG DATY URODZENIA). 22
ART.3. KATEGORIE WAGOWE 22
ART. 4. POLE WALKI. 23
ART. 5. CZAS WALKI. 23
ART. 6. UBIÓR ZAWODNIKÓW. 23

All Rights Reserved

ART. 7. SPRZĘT OCHRONNY. 23
ART.8. ZASADY WALKI. 24
ART. 9. DOZWOLONE MIEJSCA TRAFIEŃ. 25
ART. 10. PUNKTACJA. 25
ART. 11. DOZWOLONE TECHNIKI. 25
ART. 12. SYSTEM KAR. 25
ART. 13. DYSKWALIFIKACJA. 26
ART. 14. KOMENDY SĘDZIOWSKIE. 27
ART. 15. DOPING. 27
ART.16. INNE POSTANOWIENIA. 27

KICK LIGHT 28

ART.1. DEFINICJA. 29
ART.2. KATEGORIE WIEKOWE (WEDŁUG DATY URODZENIA). 29
ART.3. KATEGORIE WAGOWE 29
ART. 4. POLE WALKI. 30
ART. 5. CZAS WALKI. 30
ART. 6. UBIÓR ZAWODNIKÓW. 30
ART. 7. SPRZĘT OCHRONNY. 30
ART.8. ZASADY WALKI. 31
ART. 9. DOZWOLONE MIEJSCA TRAFIEŃ. 32
ART. 10. PUNKTACJA. 32
ART. 11. DOZWOLONE TECHNIKI. 32
ART. 12. SYSTEM KAR. 33
ART. 13. DYSKWALIFIKACJA. 34
ART. 14. KOMENDY SĘDZIOWSKIE. 34
ART. 15. DOPING. 34
ART.16. INNE POSTANOWIENIA. 35

UFR TATAMI 36

ART.1. DEFINICJA. 37
ART.2. KATEGORIE WIEKOWE (WEDŁUG DATY URODZENIA). 37
ART.3. KATEGORIE WAGOWE 37
ART. 4. POLE WALKI. 38
ART. 5. CZAS WALKI. 38
ART. 6. UBIÓR ZAWODNIKÓW. 38
ART. 7. SPRZĘT OCHRONNY. 38
ART.8. ZASADY WALKI. 39
ART. 9. DOZWOLONE MIEJSCA TRAFIEŃ. 40
ART. 10. PUNKTACJA. 40
ART. 11. DOZWOLONE TECHNIKI. 40
ART. 12. SYSTEM KAR. 41
ART. 13. DYSKWALIFIKACJA. 42
ART. 14. KOMENDY SĘDZIOWSKIE. 42
ART. 15. DOPING. 42
ART.16. INNE POSTANOWIENIA. 42

UFR RING 44

All Rights Reserved

ART.1. DEFINICJA. 45
ART.2. KATEGORIE WIEKOWE (WEDŁUG DATY URODZENIA). 45
ART.3. KATEGORIE WAGOWE 45
ART. 4. POLE WALKI. 45
ART. 5. CZAS WALKI. 45
ART. 6. UBIÓR ZAWODNIKÓW. 46
ART. 7. SPRZĘT OCHRONNY. 46
ART.8. ZASADY WALKI. 46
ART. 9. DOZWOLONE MIEJSCA TRAFIEŃ. 47
ART. 10. PUNKTACJA. 48
ART. 11. DOZWOLONE TECHNIKI. 48
ART. 12. SYSTEM KAR. 48
ART. 13. DYSKWALIFIKACJA. 49
ART. 14. KOMENDY SĘDZIOWSKIE. 49
ART. 15. DOPING. 50
ART.16. INNE POSTANOWIENIA. 50

K 1 51

ART.1. DEFINICJA. 52
ART.2. KATEGORIE WIEKOWE (WEDŁUG DATY URODZENIA). 52
ART.3. KATEGORIE WAGOWE 52
ART. 4. POLE WALKI. 52
ART. 5. CZAS WALKI. 52
ART. 6. UBIÓR ZAWODNIKÓW. 53
ART. 7. SPRZĘT OCHRONNY. 53
ART.8. ZASADY WALKI. 53
ART. 9. DOZWOLONE MIEJSCA TRAFIEŃ. 54
ART. 10. PUNKTACJA. 55
ART. 11. DOZWOLONE TECHNIKI. 55
ART. 12. SYSTEM KAR. 55
ART. 13. DYSKWALIFIKACJA. 56
ART. 14. KOMENDY SĘDZIOWSKIE. 56
ART. 15. DOPING. 57
ART.16. INNE POSTANOWIENIA. 57

BREAKING BOARDS 58

ART.1. DEFINICJA. 59
ART.2. KATEGORIE WIEKOWE (WEDŁUG DATY URODZENIA). 59
ART.3. KATEGORIE INNE. 59
ART. 4. POLE WYSTĘPU. 59
ART. 5. DESKI DO ROZBIĆ. 60
ART. 6. UBIÓR ZAWODNIKÓW. 60
ART. 7. ZASADY WYSTĘPU I CZAS TRWANIA ROZBIĆ. 61
ART.8. TECHNIKI. 62
ART.9. SYSTEM PUNKTOWANA. 62
ART. 10. KRYTERIUM OCENY. 63
ART. 11. TECHNIKI. 64
ART. 12. POWTARZANIE ROZBIĆ. 64
ART. 13. SYSTEM KAR. 65

All Rights Reserved

ART. 14. DYSKWALIFIKACJA..... 65
ART. 15. REKWIZYTY. 66
ART. 16. MUZYKA I EFEKTY SPECJALNE 66
ART. 17. PREZENTACJA ZAWODNIKÓW, WEJŚCIE I ZEJŚCIE Z MATY..... 66
ART. 18. SĘDZIOWIE..... 67
ART. 19. DOPING. 68
ART.20. INNE POSTANOWIENIA..... 69

MUSICAL FORMS I MUSICAL WEAPONS FORMS 70

ART.1. DEFINICJA. 71
ART.2. KATEGORIE WIEKOWE (WEDŁUG DATY URODZENIA)..... 71
ART.3. KATEGORIE STYLOWE I INNE 71
ART. 4. POLE WYSTĘPU 72
ART. 5. MUZYKA I DŁUGOŚĆ TRWANIA UTWORU..... 72
ART. 6. UBIÓR ZAWODNIKÓW..... 72
ART.7. ZASADY WYSTĘPU 73
ART. 8. SYSTEM PUNKTOWANA. 74
ART. 9. SYSTEM PUNKTOWANA. 75
ART. 10. SYSTEM KAR..... 75
ART. 11. DYSKWALIFIKACJA..... 76
ART. 12. REKWIZYTY I BROŃ..... 77
ART. 13. EFEKTY SPECJALNE 77
ART. 14. PREZENTACJA ZAWODNIKÓW, WEJŚCIE I ZEJŚCIE Z MATY..... 77
ART. 15. SĘDZIOWIE..... 78
ART. 16. DOPING. 79
ART.17. INNE POSTANOWIENIA..... 79

TRADITIONAL FORMS I TRADITIONAL WEAPONS FORMS 81

ART.1. DEFINICJA. 82
ART.2. KATEGORIE WIEKOWE (WEDŁUG DATY URODZENIA)..... 82
ART.3. KATEGORIE STYLOWE I INNE 82
ART. 4. POLE WYSTĘPU. 83
ART. 5. CZAS PREZENTACJI. 83
ART. 6. UBIÓR ZAWODNIKÓW..... 83
ART.7. ZASADY WYSTĘPU 84
ART. 8. SYSTEM PUNKTOWANA. 84
ART. 9. KRYTERIUM OCENY. 85
ART. 10. TECHNIKI..... 86
ART. 11. SYSTEM KAR..... 86
ART. 12. DYSKWALIFIKACJA..... 86
ART. 13. REKWIZYTY I BROŃ..... 87
ART. 14. EFEKTY SPECJALNE 87
ART. 15. PREZENTACJA ZAWODNIKÓW, WEJŚCIE I ZEJŚCIE Z MATY..... 88
ART. 16. SĘDZIOWIE..... 88
ART. 17. DOPING. 90
ART.18. INNE POSTANOWIENIA..... 90

 All Rights Reserved

Touch Contact

All Rights Reserved

Art.1. Definicja.

1. Konkurencja to forma zabawy, rywalizacji sportowej dwóch zawodników, przy użyciu miękkiej pałki.
2. Touch Contact to konkurencja, w której zawodnicy nie mają kontaktu fizycznego ze sobą, a punkty zdobywają za trefienie przeciwnika miękką pałką.
3. Formuła ta jest przerywana w celu przyznania punktów lub ostrzeżenia.

Art.2. Kategorie wiekowe (według daty urodzenia).

1. Dziecko 7-9 lat.
2. Kadet Młodszy 10-12 lat.
3. Kadet Starszy 13-15 lat.
4. Junior 16-18 lat.
5. Senior +18 lat.
6. Elita + 35 lat (zawodnik może także walczyć w Seniorach).

Art.3. Kategorie wzrostowe.

(kadeci starsi, juniorzy, seniorzy mogą rywalizować w 2 kat. wzrostowych – w swojej i wyższej).

1. Dzieci: - 125 cm, - 135 cm, -145 cm, - 155 cm, + 155 cm.
2. Kadeci młodsi: - 135 cm, -145 cm, - 155 cm, + 155 cm.
3. Kadeci dziewczęta - 155 cm, - 165 cm, + 165 cm.
4. Kadeci chłopcy - 150 cm, - 160 cm, - 170 cm, + 170 cm.
5. Juniorzy kobiety: - 160 cm, - 170 cm, + 170 cm.
6. Juniorzy mężczyźni - 175 cm, - 185 cm, + 185 cm.
7. Seniorzy kobiety - 160 cm, - 170 cm, + 170 cm.
8. Seniorzy mężczyźni - 175 cm, - 185 cm, + 185 cm.
9. Elita mężczyźni – 175 cm, + 175 cm.
10. Elita kobiety - 165 cm, +165 cm.

All Rights Reserved

Art. 4. Pole walki.

Mata tatami, o wymiarach minimum 6 na 6 metrów (dozwolone są większe pola walki).

Art. 5. Czas walki.

1. 1 runda x 1,5 minuty.
2. Dogrywka do pierwszego punktu przewagi.

Art. 6. Ubiór zawodników.

1. Długie spodnie do sztuk walki.
2. Koszulka (t-shirt) lub bluza od kimona.
3. Górna część ubioru powinna być wpuszczona w spodnie. W przypadku kimona, lub innego tradycyjnego stroju, może pozostać wypuszczona, ale przewiązana ściśle pasem. Zawodnik nie może mieć biżuterii (kolczyków, łańcuszków itp.) oraz spinek do włosów.
4. Całkowity strój zawodnika do walk, nie może zawierać żadnych elementów twardych lub ostro zakończonych.
5. Zawodnicy walczą boso.

Art. 7. Sprzęt ochronny.

1. Wymagany sprzęt ochronny:
   - kask zakrywający czubek głowy (kratka ochronna na twarz do 12 roku życia),
   - ochraniacz na zęby (zalecany),
   - ochraniacz krocza (zalecany),
   - ochraniacz piersi (zalecany).

2. Miękka pałka długości 60 cm (dostarcza organizator zawodów).

All Rights Reserved

Art.8. Zasady walki.

1. Pojedynek ma charakter technicznej rywalizacji.
2. Formułę prowadzi Sędzia planszowy.
3. Formułę punktują Sędzia planszowy i dwaj Sędziowie boczni (decyzją Sędziego Głównego zawodów dozwolony jest tylko jeden Sędzia boczny).
4. Zawodnik może dotykać maty jedynie stopami, w innym przypadku walka zostaje przerwana.
5. Punkty sumuje się po przez cały czas trwania pojedynku.
6. Wynik jest znany przez cały czas trwania pojedynku.
7. Po każdej punktowanej akcji walka jest przerywana (czas nie jest wstrzymywany), wszyscy sędziowie punktują ją, Sędzia planszowy szybko podejmuje decyzję o przyznaniu punktu/ów jednemu z zawodników, lub obu zawodnikom. Sędzia planszowy może wskazać inaczej niż sędziowie boczni.
8. Rywalizacja kończy się przed czasem na korzyść jednego z zawodników, jeżeli ten uzyskał przewagę 6:0 lub gdy przewaga wynosi 10 punktów (np. 11:1, 12:2 itd.).
9. Otarcia lub dotknięcia miękką pałką przeciwnika nie są punktowane.
10. Zawodnicy każdorazowo przed wznowieniem rywalizacji wracają na swoje początkowe pozycje (środek tatami).
11. Punkty, po których zadający trafienie zawodnik przewrócił się z własnej winy nie są uznawane.
12. Zawodnik musi patrzeć na przeciwnika zadając trafienia (skutkuje systemem kar).
13. Zawodnik może wolną ręką trzymać gardę, lecz nie może ręka ta przylegać do ciała lub głowy (skutkuje systemem kar).
14. Trafienia, które doszły do przeciwnika bezpośrednio po wcześniejszym trafieniu w rękę, nie są punktowane (Sędzia nie przyznaje punktów i wznawia rywalizację).
15. Zwycięża zawodnik, który zdobędzie więcej punktów w regulaminowym czasie.
16. W przypadku remisu zarządza się dogrywkę do pierwszej uzyskanej przewagi punktowej.
17. Zawodnik może 2-krotnie bezkarnie opuścić pole walki podczas trwania pojedynku (wyjście przynajmniej jedną całą stopą). Trzecie wyjście zawodnika za matę oznacza przyznanie 1 punktu przeciwnikowi. Czwarte wyjście zawodnika za matę oznacza dyskwalifikację zawodnika.
18. Nie wolno celowo wypychać zawodnika (skutkuje systemem kar).
19. Sędzia planszowy może ukarać zawodnika ostrzeniem za działania niezgodne z regulaminem oraz za nie sportowe zachowaniem zawodnika, trenera lub kibiców, także za używanie

 All Rights Reserved

wulgaryzmów i wywierania presji na sędziach (skutkuje system kar).

20. Sędzia planszowy może upomnieć zawodnika maksymalnie trzy razy podczas całego pojedynku (w tym 2 razy za wyjścia poza matę i jedno upomnienie za inne przewinienie). W przypadku upomnienia nie jest wstrzymywany czas. Upomnienia muszą być przeprowadzone w sposób zrozumiały dla zawodnika, a rywalizację należy jak najszybciej wznowić.
21. Sędzia planszowy oraz Sędzia główny może odbyć naradę z zresztą sędziów w przypadku kontrowersyjnych, niejasnych sytuacji (czas rywalizacji zostaje zatrzymany, a zawodnicy oddelegowani do swoich narożników).
22. W czasie rywalizacji zawodnik może mieć maksymalnie 2 sekundantów.

Art. 9. Dozwolone miejsca trafień.

1. Głowa cała.
2. Tułów (przednia i boczna część).
3. Nogi (przód i boki)

Art. 10. Punktacja.

1. Trafienie w głowę – 2 punkty.
2. Trafienie w tułów – 1 punkt.
3. Trafienie w nogi - 1 punkt.

Art. 11. Dozwolone techniki.

1. Trafienia zadawane dozwoloną techniką w dozwoloną strefę ciała.
2. Blokowanie i zbijanie ciosów (nie wolno chwytać kończyn przeciwnika).

All Rights Reserved

Art. 12. Niedozwolone techniki.

1. Pchnięcie do przodu.
2. Trefienie w tył ciała (za wyjątkiem głowy).

Art. 13. System kar.

1. Sędzia planszowy może ukarać zawodnika: ostrzeżeniem, punktem ujemnym w skutek drugiego ostrzeżenia, drugim punktem ujemnymi w skutek trzeciego ostrzeżenia, dyskwalifikacją (w skutek czwartego ostrzeżenia lub w przypadku rażącego złamania regulaminu).
2. Podczas ostrzeżenia zatrzymywany jest czas walki.
3. Ostrzeżenie można przyznać zawodnikowi za następujące przewinienia:
    - fizyczny kontakt z przeciwnikiem (wpadanie ciałem na przeciwnika, klinczowanie itp.),
    - stosowanie technik niedozwolonych,
    - atakowanie w niedozwolone miejsca trafień,
    - popychanie zawodnika, wypychanie poza matę,
    - złe trzymanie gardy (gdy wolna ręka dotyka ciało lub głowy),
    - ucieczka,
    - odwracanie wzroku podczas wykonywania technik,
    - niesportowe zachowanie zawodnika, trenera, sekundanta, kibica,
    - podważanie decyzji Sędziów, dyskutowanie z Sędziami,
    - wszystkie działania niezgodne z regulaminem i zasadami fair play.

4. Sędzia planszowy każdorazowo po przyznaniu ostrzeżenia krótko wyjaśnia za co zawodnik je otrzymał.
5. Sędzia planszowy nie musi od razu przyznać zawodnikowi ostrzeżenia za przewinienia, w przypadku gdy zawodnik zrobił to po raz pierwszy lub nieumyślnie, a przewinienie nie zagrażało bezpieczeństwu drugiemu zawodnikowi. W takim przypadku Sędzia jedynie upomina zawodnika, nie wstrzymując przy tym czasu walki.

All Rights Reserved

Art. 14. Dyskwalifikacja.

Zawodnik może zostać zdyskwalifikowany w formule Touch Contact za następujące przewinienia:

- wyczerpanie limitu trzech ostrzeżeń,
- spowodowanie kontuzji przeciwnika, na skutek złamania regulaminu,
- rażące naruszenie niniejszego regulaminu przez zawodnika, trenera lub sekundanta,
- nie wstawienie się w swoim narożniku w regulaminowej gotowości do walki, w czasie 2 minut od pierwszego wezwania,
- ustawienie urządzenia nagrywającego na stoliku sędziowskim lub w jego pobliżu,
- czwarte wyjście zawodnika poza matę,
- podchodzenie osób nieupoważnionych do stolika sędziowskiego.

Art. 15. Komendy sędziowskie.

1. Walcz (sygnał rozpoczęcia lub wznowienia walki).
2. Stop (sygnał zatrzymania walki).
3. Czas (sygnał zatrzymania czasu pojedynku).
4. Puść (kiedy zawodnicy się trzymają).
5. Ostrzeżenie (sygnał ostrzeżenia).
6. Minus punkt (przyznanie punktów ujemnych).
7. Dyskwalifikacja.

Art. 16. Doping.

Wszelkiego rodzaju formy dopingu u zawodników, sędziów, sekundantów, trenerów są zabronione.

All Rights Reserved

Art. 17. Inne postanowienia.

1. W przypadku jakichkolwiek niejasności i nie zrozumienia regulaminu, ze względu na bezpieczeństwo uczestników turnieju, zawodnik oraz trener mają obowiązek skonsultować się z sędzią głównym zawodów lub organizatorem.
2. Sędziowie w czasie trwania zawodów mogą interweniować w każdym przypadku, który uznają za naruszanie zasad fair play oraz naruszenie zasad bezpiecznego prowadzenia pojedynku.
3. Do stolika sędziowskiego może podejść tylko jedna osoba (trener lub osoba upoważniona przez klub do kontaktu z sędziami).
4. Na stoliku sędziowskim oraz wokół niego nie mogą być ustawiane żadne urządzenia nagrywające.
5. W rozgrywkach PFKB zawodnik może wziąć udział bez względu na posiadany pas szkoleniowy. Ponieważ w różnych sztukach walki stopnie nadaje się według różnych kryteriów nie można ich uznać, jako wyznacznika wyszkolenia zawodnika. Za umiejętności i przygotowanie zawodnika do bezpiecznego udziału w rywalizacji odpowiada trener zawodnika.
6. Regulamin może zostać zmieniony z przyczyn organizacyjnych, bezpieczeństwa uczestników lub innych, przez osoby do tego wyznaczone.

All Rights Reserved

Point Fighting

All Rights Reserved

Art.1. Definicja.

1. Konkurencja polega na technicznej walce dwóch zawodników.
2. Walka jest przerywana w celu przyznania punktów lub ostrzeżenia.
3. Podczas walki nie wolno dążyć do znokautowania przeciwnika.

Art.2. Kategorie wiekowe (według daty urodzenia).

1. Dziecko 7-9 lat.
2. Kadet Młodszy 10-12 lat.
3. Kadet Starszy 13-15 lat.
4. Junior 16-18 lat.
5. Senior +18 lat.
6. Elita + 35 lat (zawodnik może także walczyć w Seniorach).

Art.3. Kategorie wzrostowe.

(kadeci starsi, juniorzy, seniorzy mogą rywalizować w 2 kat. wzrostowych – w swojej i wyższej).

1. Dzieci: - 125 cm, - 135 cm, -145 cm, - 155 cm, + 155 cm.
2. Kadeci młodsi: - 135 cm, -145 cm, - 155 cm, + 155 cm.
3. Kadeci dziewczęta - 155 cm, - 165 cm, + 165 cm.
4. Kadeci chłopcy - 150 cm, - 160 cm, - 170 cm, + 170 cm.
5. Juniorzy kobiety: - 160 cm, - 170 cm, + 170 cm.
6. Juniorzy mężczyźni - 175 cm, - 185 cm, + 185 cm.
7. Seniorzy kobiety - 160 cm, - 170 cm, + 170 cm.
8. Seniorzy mężczyźni - 175 cm, - 185 cm, + 185 cm.
9. Elita mężczyźni – 175 cm, + 175 cm.
10. Elita kobiety - 165 cm, +165 cm.

All Rights Reserved

Art. 4. Pole walki.

Mata tatami, o wymiarach minimum 6 na 6 metrów (dozwolone są większe pola walki).

Art. 5. Czas walki.

1. 2 rundy x 1,5 minuty (Sędzia Główny zawodów może skrócić czas trwania rundy, przed rozpoczęciem zawodów).
2. Przerwa 45 sekund (Sędzia Główny zawodów może skrócić czas przerwy, przed rozpoczęciem zawodów).
3. Dogrywka do pierwszego punktu przewagi.

Art. 6. Ubiór zawodników.

1. Długie spodnie do sztuk walki (bez kieszeni, zamków oraz innych odstających lub wiszących elementów),
2. Koszulka (t-shirt) lub bluza od kimona.
3. Górna część ubioru powinna być wpuszczona w spodnie. W przypadku kimona, lub innego tradycyjnego stroju, może pozostać wypuszczona, ale przewiązana ściśle pasem. Zawodnik nie może mieć biżuterii (kolczyków, łańcuszków itp.) oraz spinek do włosów.
4. Całkowity strój zawodnika do walk, nie może zawierać żadnych elementów twardych lub ostro zakończonych.
5. Zawodnicy walczą boso.

Art. 7. Sprzęt ochronny.

Wymagany sprzęt ochronny:

- kask zakrywający czubek głowy (kratka ochronna na twarz do 12 roku życia),
- ochraniacz na zęby,
- ochraniacz krocza (obowiązkowo u mężczyzn i chłopców, zalecane u kobiet),
- ochraniacz piersi (kobiety - wymagane od 16 roku życia, zalecane od 12 roku życia),

 All Rights Reserved

- rękawice bokserskie (maksymalnie 12 oz) lub rękawice „otwarte” do point fightingu (semi-contact). Rękawice muszą być dostosowane do wieku zawodnika (nie mogą być zbyt małe, lub zbyt duże)
- ochraniacze stóp z zakrytą piętą i palcami,
- ochraniacze piszczeli.

Art.8. Zasady walki.

1. Pojedynek ma charakter technicznej walki – siła ciosów musi być kontrolowana.
2. Walkę prowadzi Sędzia planszowy.
3. Walkę punktują Sędzia planszowy i dwaj Sędziowie boczni (decyzją Sędziego Głównego zawodów dozwolony jest tylko jeden Sędzia boczny).
4. Zawodnik może dotykać maty jedynie stopami, w innym przypadku walka zostaje przerwana.
5. Punkty sumuje się po przez cały czas trwania pojedynku.
6. Wynik jest znany przez cały czas trwania pojedynku.
7. Po każdej punktowanej akcji walka jest przerywana (czas nie jest wstrzymywany), wszyscy sędziowie punktują ją, Sędzia planszowy szybko podejmuje decyzję o przyznaniu punktu/ów jednemu z zawodników, lub obu zawodnikom. Sędzia planszowy może wskazać inaczej niż sędziowie boczni.
8. Walka kończy się przed czasem na korzyść jednego z zawodników, jeżeli ten uzyskał przewagę 6:0 lub gdy przewaga wynosi 10 punktów (np. 11:1, 12:2 itd.).
9. Otarcia lub dotknięcia przeciwnika nie są punktowane (tzw. niedolot).
10. Zawodnicy każdorazowo przed wznowieniem walki wracają na swoje początkowe pozycje (środek tatami).
11. Punkty, po których zadający cios zawodnik przewrócił się z własnej winy nie są uznawane.
12. Zawodnik musi patrzeć na przeciwnika zadając ciosy (skutkuje systemem kar).
13. Zwycięża zawodnik, który zdobędzie więcej punktów w regulaminowym czasie.
14. W przypadku remisu zarządza się dogrywkę do pierwszej uzyskanej przewagi punktowej (do pierwszego trafienia).
15. Zawodnik może 2-krotnie bezkarnie opuścić pole walki podczas trwania pojedynku (wyjście przynajmniej jedną całą stopą). Trzecie wyjście zawodnika za matę oznacza przyznanie 1 punktu przeciwnikowi. Czwarte wyjście zawodnika za matę oznacza dyskwalifikację zawodnika.
16. Nie wolno celowo wypychać zawodnika ani zadawać „pchanych” ciosów zamiast uderzeń

 All Rights Reserved

(skutkuje systemem kar).

17. Sędzia planszowy może ukarać zawodnika ostrzeżeniem za walkę niezgodną z regulaminem oraz za nie sportowe zachowaniem zawodnika, trenera lub kibiców, także za używanie wulgaryzmów i wywierania presji na sędziach (skutkuje system kar).
18. Sędzia planszowy może upomnieć zawodnika maksymalnie trzy razy podczas całego pojedynku (w tym 2 razy za wyjścia poza matę i jedno upomnienie za inne przewinienie). W przypadku upomnienia nie jest wstrzymywany czas walki. Upomnienia muszą być przeprowadzone w sposób zrozumiały dla zawodnika, a walkę należy jak najszybciej wznowić.
19. Sędzia planszowy oraz Sędzia główny może odbyć naradę z zresztą sędziów w przypadku kontrowersyjnych, niejasnych sytuacji (czas walki zostaje zatrzymany, a zawodnicy oddelegowani do swoich narożników).
20. W czasie walki zawodnik może mieć maksymalnie 2 sekundantów.

Art. 9. Dozwolone miejsca trafień.

1. Głowa cała (za wyjątkiem czubka głowy).
2. Tułów (przednia i boczna część).

Art. 10. Punktacja.

1. Cios ręką w głowę – 1 punkt
2. Cios ręką w tułów – 1 punkt
3. Kopnięcie w tułów - 1 punkt
4. Kopnięcie w głowę – 2 punkty
5. Kopnięcie z wyskoku w tułów - 2 punkty
6. Kopnięcie z wyskoku w głowę - 3 punkty
7. Podcięcie – 1 punkt (kiedy przeciwnik w skutek podcięcia przestaje dotykać maty jedynie stopami)

All Rights Reserved

Art. 11. Dozwolone techniki.

1. Wszystkie ciosy zadawane przodem i wierzchem rękawicy (bez ciosów obrotowych).
2. Wszystkie kopnięcia całą powierzchnią stopy.
3. Blokowanie i zbijanie ciosów (nie wolno chwytać kończyn przeciwnika).

Art. 12. System kar.

1. Sędzia planszowy może ukarać zawodnika: ostrzeżeniem, punktem ujemnym w skutek drugiego ostrzeżenia, drugim punktem ujemnymi w skutek trzeciego ostrzeżenia, dyskwalifikacją (w skutek czwartego ostrzeżenia lub w przypadku rażącego złamania regulaminu).
2. Podczas ostrzeżenia zatrzymywany jest czas walki.
3. Ostrzeżenie można przyznać zawodnikowi za następujące przewinienia:
    - atakowanie z niekontrolowaną siłą,
    - stosowanie technik niedozwolonych,
    - atakowanie w niedozwolone miejsca trafień,
    - popychanie zawodnika, wypychanie poza matę,
    - klinczowanie,
    - chwytanie kończyn,
    - stosowanie tzw. ciosów „pchanych”,
    - ucieczka,
    - odwracanie wzroku podczas wykonywania technik,
    - niesportowe zachowanie zawodnika, trenera, sekundanta, kibica,
    - podważanie decyzji Sędziów, dyskutowanie z Sędziami,
    - wszystkie działania niezgodne z regulaminem i zasadami fair play.
4. Sędzia planszowy każdorazowo po przyznaniu ostrzeżenia krótko wyjaśnia za co zawodnik je otrzymał.
5. Sędzia planszowy nie musi od razu przyznać zawodnikowi ostrzeżenia za przewinienia, w przypadku gdy zawodnik zrobił to po raz pierwszy lub nieumyślnie, a przewinienie nie zagrażało bezpieczeństwu drugiemu zawodnikowi. W takim przypadku Sędzia jedynie upomina zawodnika, nie wstrzymując przy tym czasu walki.

 All Rights Reserved

Art. 13. Dyskwalifikacja.

Zawodnik może zostać zdyskwalifikowany za następujące przewinienia:

- wyczerpanie limitu trzech ostrzeżeń,
- spowodowanie kontuzji przeciwnika, na skutek złamania regulaminu,
- rażące naruszenie niniejszego regulaminu przez zawodnika, trenera lub sekundanta,
- nie wstawienie się w swoim narożniku w regulaminowej gotowości do walki, w czasie 2 minut od pierwszego wezwania,
- czwarte wyjście zawodnika za matę,
- ustawienie urządzenia nagrywającego na stoliku sędziowskim lub w jego pobliżu,
- podchodzenie osób nieupoważnionych do stolika sędziowskiego.

Art. 14. Komendy sędziowskie.

1. Walcz (sygnał rozpoczęcia lub wznowienia walki).
2. Stop (sygnał zatrzymania walki).
3. Czas (sygnał zatrzymania czasu pojedynku).
4. Jeden Punkt (przyznanie jednego punktu zawodnikowi).
5. Dwa punkty (przyznanie dwóch punktów zawodnikowi).
6. Trzy punkty (przyznanie trzech punktów zawodnikowi).
7. Upomnienie (sygnał upomnienia).
8. Ostrzeżenie (sygnał ostrzeżenia).
9. Minus punkt (przyznanie minus punktu).
10. Dyskwalifikacja.

Art. 15. Doping.

Wszelkiego rodzaju formy dopingu u zawodników, sędziów, sekundantów, trenerów są zabronione.

All Rights Reserved

Art.16. Inne postanowienia.

1. W przypadku jakichkolwiek niejasności i nie zrozumienia regulaminu, ze względu na bezpieczeństwo uczestników turnieju, zawodnik oraz trener mają obowiązek skonsultować się z sędzią głównym zawodów lub organizatorem.
2. Sędziowie w czasie trwania zawodów mogą interweniować w każdym przypadku, który uznają za naruszanie zasad fair play oraz naruszenie zasad bezpiecznego prowadzenia pojedynku.
3. Do stolika sędziowskiego może podejść tylko jedna osoba (trener lub osoba upoważniona przez klub do kontaktu z sędziami).
4. Na stoliku sędziowskim oraz wokół niego nie mogą być ustawiane żadne urządzenia nagrywające.
5. W rozgrywkach PFKB zawodnik może wziąć udział bez względu na posiadany pas szkoleniowy. Ponieważ w różnych sztukach walki stopnie nadaje się według różnych kryteriów nie można ich uznać, jako wyznacznika wyszkolenia zawodnika. Za umiejętności i przygotowanie zawodnika do bezpiecznego udziału w rywalizacji odpowiada trener zawodnika.
6. Regulamin może zostać zmieniony z przyczyn organizacyjnych, bezpieczeństwa uczestników lub innych, przez osoby do tego wyznaczone.

All Rights Reserved

Light Contact

All Rights Reserved

Art.1. Definicja.

1. Konkurencja polega na technicznej walce dwóch zawodników, gdzie siła ciosów musi być kontrolowana.
2. Walka jest ciągła.
3. Podczas walki nie wolno dążyć do znokautowania przeciwnika.

Art.2. Kategorie wiekowe (według daty urodzenia).

1. Kadet młodszy 10-12 lat
2. Kadet Starszy 13-15 lat.
3. Junior 16-18 lat.
4. Senior +18 lat.
5. Elita + 35 lat (zawodnik może także walczyć w Seniorach).

Art.3. Kategorie wagowe

(zawodnik startuje tylko we swojej kategorii wagowej).

1. Kadeci młodsi: -28, -32, -37, -42, -47, +47 kg
2. Kadetki młodsze: -28, -32, -37, -42, -47, +47 kg
3. Kadeci starsi dziewczęta: -32, -37, -42, -46, -50, -55, -60, -65, +65 kg
4. Kadeci starsi chłopcy: -32, -37, -42, -47, -52, -57, -63, -69, +69 kg
5. Juniorzy kobiety: -50, -55, -60, -65, -70, +70 kg
6. Juniorzy mężczyźni: -57, -63, -69, -74, -79, -84, -89, -94, +94 kg
7. Seniorzy kobiety: -50, -55, -60, -65, -70, +70 kg
8. Seniorzy mężczyźni: -57, -63, -69, -74, -79, -84, -89, -94, +94 kg
9. Elita mężczyźni: -63, -74, -84, -94, +94 kg
10. Elita kobiety: -55, -65, +65 kg

All Rights Reserved

Art. 4. Pole walki.

Mata tatami, o wymiarach minimum 6 na 6 metrów (dozwolone są większe pola walki).

Art. 5. Czas walki.

1. 2 rundy x 1,5 minuty (Sędzia Główny zawodów może skrócić czas trwania rundy, przed rozpoczęciem zawodów).
2. Przerwa 1 minuta (Sędzia Główny zawodów może skrócić czas przerwy, przed rozpoczęciem zawodów).
3. Dogrywka 1 runda x 1 minuta.

Art. 6. Ubiór zawodników.

1. Długie spodnie do sztuk walki (bez kieszeni, zamków oraz innych odstających lub wiszących elementów) lub krótkie spodenki do sztuk walki.
2. Koszulka (t-shirt) lub bluza od kimona.
3. Górna część ubioru powinna być wpuszczona w spodnie. W przypadku kimona, lub innego tradycyjnego stroju, może pozostać wypuszczona, ale przewiązana ściśle pasem. Zawodnik nie może mieć biżuterii (kolczyków, łańcuszków itp.) oraz spinek do włosów.
4. Całkowity strój zawodnika do walk, nie może zawierać żadnych elementów twardych lub ostro zakończonych.
5. Zawodnicy walczą boso.

Art. 7. Sprzęt ochronny.

Wymagany sprzęt ochronny:

- kask zakrywający czubek głowy (kratka ochronna na twarz do 12 roku życia),
- ochraniacz na zęby,
- ochraniacz krocza (obowiązkowo u mężczyzn i chłopców, zalecane u kobiet),
- ochraniacz piersi (kobiety - wymagane od 16 roku życia, zalecane od 12 roku życia),
- rękawice bokserskie (maksymalnie 12 oz). Rękawice muszą być dostosowane do

 All Rights Reserved

wieku zawodnika (nie mogą być zbyt małe, lub zbyt duże).

- ochraniacze stóp z zakrytą piętą i palcami,
- ochraniacze piszczeli.

Art.8. Zasady walki.

1. Pojedynek ma charakter technicznej walki – siła ciosów musi być kontrolowana.
2. Walkę prowadzi Sędzia planszowy.
3. Walkę punktują Sędzia planszowy i dwaj Sędziowie boczni.
4. Wygrywa zawodnik, który zdobędzie więcej punktów w regulaminowym czasie walki.
5. Werdykt ogłasza Sędzia planszowy, po przekazaniu informacji od Sędziów bocznych.
6. Zawodnik może dotykać maty jedynie stopami, w innym przypadku walka zostaje przerwana.
7. Punkty sumuje się po przez cały czas trwania pojedynku.
8. Otarcia lub dotknięcia przeciwnika nie są punktowane (tzw. niedolot).
9. Punkty, po których zadający cios zawodnik przewrócił się z własnej winy nie są uznawane.
10. Zawodnik musi patrzeć na przeciwnika zadając ciosy (skutkuje systemem kar).
11. W przypadku remisu Sędzia planszowy podejmuje decyzję o wygranej jednego z zawodników (na podstawie stylu walki zawodników), lub zarządca dogrywkę.
12. Zawodnik może 2-krotnie bezkarnie opuścić pole walki podczas trwania pojedynku (wyjście przynajmniej jedną całą stopą). Trzecie wyjście zawodnika za matę oznacza przyznanie 1 punktu przeciwnikowi. Czwarte wyjście zawodnika za matę oznacza dyskwalifikację zawodnika.
13. Nie wolno celowo wypychać zawodnika ani zadawać „pchanych” ciosów zamiast uderzeń (skutkuje systemem kar).
14. Sędzia planszowy może ukarać zawodnika ostrzeżeniem za walkę niezgodną z regulaminem oraz za nie sportowe zachowaniem zawodnika, trenera lub kibiców, także za używanie wulgaryzmów i wywierania presji na sędziach (skutkuje system kar).
15. Sędzia planszowy może upomnieć zawodnika maksymalnie trzy razy podczas całego pojedynku (w tym 2 razy za wyjścia poza matę i jedno upomnienie za inne przewinienie). W przypadku upomnienia nie jest wstrzymywany czas walki. Upomnienia muszą być przeprowadzone w sposób zrozumiały dla zawodnika, a walkę należy jak najszybciej wznowić.
16. Sędzia planszowy oraz Sędzia główny może odbyć naradę z zresztą sędziów w przypadku kontrowersyjnych, niejasnych sytuacji (czas walki zostaje zatrzymany, a zawodnicy

 All Rights Reserved

oddelegowani do swoich narożników).

17. W czasie walki zawodnik może mieć maksymalnie 2 sekundantów.

Art. 9. Dozwolone miejsca trafień.

1. Głowa przód i boki.
2. Tułów (przednia i boczna część).

Art. 10. Punktacja.

1. Cios ręką w głowę – 1 punkt
2. Cios ręką w tułów – 1 punkt
3. Kopnięcie w tułów - 1 punkt
4. Kopnięcie w głowę – 2 punkty
5. Kopnięcie z wyskoku w tułów - 2 punkty
6. Kopnięcie z wyskoku w głowę - 3 punkty
7. Podcięcie – 1 punkt (kiedy przeciwnik w skutek podcięcia przestaje dotykać maty jedynie stopami)

Art. 11. Dozwolone techniki.

1. Wszystkie ciosy zadawane przodem i wierzchem rękawicy (bez ciosów obrotowych).
2. Wszystkie kopnięcia całą powierzchnią stopy.
3. Blokowanie i zbijanie ciosów (nie wolno chwytać kończyn przeciwnika).

Art. 12. System kar.

1. Sędzia planszowy może ukarać zawodnika: ostrzeżeniem, trzema punktami ujemnym w skutek drugiego ostrzeżenia, kolejnymi trzema punktami w skutek trzeciego ostrzeżenia, dyskwalifikacją (w skutek czwartego ostrzeżenia lub w przypadku rażącego złamania regulaminu).
2. Podczas ostrzeżenia zatrzymywany jest czas walki.
3. Ostrzeżenie można przyznać zawodnikowi za następujące przewinienia:

 All Rights Reserved

- atakowanie z niekontrolowaną siłą,
- stosowanie technik niedozwolonych,
- atakowanie w niedozwolone miejsca trafień,
- popychanie zawodnika, wypychanie poza matę,
- klinczowanie,
- chwytanie kończyn,
- stosowanie tzw. ciosów „pchanych”,
- ucieczka,
- odwracanie wzroku podczas wykonywania technik,
- niesportowe zachowanie zawodnika, trenera, sekundanta, kibica,
- podważanie decyzji Sędziów, dyskutowanie z Sędziami,
- wszystkie działania niezgodne z regulaminem i zasadami fair play.

4. Sędzia planszowy każdorazowo po przyznaniu ostrzeżenia krótko wyjaśnia za co zawodnik je otrzymał.
5. Sędzia planszowy nie musi od razu przyznać zawodnikowi ostrzeżenia za przewinienia, w przypadku gdy zawodnik zrobił to po raz pierwszy lub nieumyślnie, a przewinienie nie zagrażało bezpieczeństwu drugiemu zawodnikowi. W takim przypadku Sędzia jedynie upomina zawodnika, nie wstrzymując przy tym czasu walki.

Art. 13. Dyskwalifikacja.

Zawodnik może zostać zdyskwalifikowany za następujące przewinienia:

- wyczerpanie limitu trzech ostrzeżeń,
- spowodowanie kontuzji przeciwnika, na skutek złamania regulaminu,
- rażące naruszenie niniejszego regulaminu przez zawodnika, trenera lub sekundanta,
- nie wstawienie się w swoim narożniku w regulaminowej gotowości do walki, w czasie 2 minut od pierwszego wezwania,
- czwarte wyjście zawodnika za matę,
- ustawienie urządzenia nagrywającego na stoliku sędziowskim lub w jego pobliżu,
- podchodzenie osób nieupoważnionych do stolika sędziowskiego.

 All Rights Reserved

Art. 14. Komendy sędziowskie.

1. Walcz (sygnał rozpoczęcia lub wznowienia walki).
2. Stop (sygnał zatrzymania walki).
3. Czas (sygnał zatrzymania czasu pojedynku).
4. Upomnienie (sygnał upomnienia).
5. Ostrzeżenie (sygnał ostrzeżenia).
6. Minus punkt (przyznanie punktów ujemnych).
7. Puść (kiedy zawodnicy się trzymają).
8. Dyskwalifikacja.

Art. 15. Doping.

Wszelkiego rodzaju formy dopingu u zawodników, sędziów, sekundantów, trenerów są zabronione.

Art.16. Inne postanowienia.

1. W przypadku jakichkolwiek niejasności i nie zrozumienia regulaminu, ze względu na bezpieczeństwo uczestników turnieju, zawodnik oraz trener mają obowiązek skonsultować się z sędzią głównym zawodów lub organizatorem.
2. Sędziowie w czasie trwania zawodów mogą interweniować w każdym przypadku, który uznają za naruszanie zasad fair play oraz naruszenie zasad bezpiecznego prowadzenia pojedynku.
3. Do stolika sędziowskiego może podejść tylko jedna osoba (trener lub osoba upoważniona przez klub do kontaktu z sędziami).
4. Na stoliku sędziowskim oraz wokół niego nie mogą być ustawiane żadne urządzenia nagrywające.
5. W rozgrywkach PFKB zawodnik może wziąć udział bez względu na posiadany pas szkoleniowy. Ponieważ w różnych sztukach walki stopnie nadaje się według różnych kryteriów nie można ich uznać, jako wyznacznika wyszkolenia zawodnika. Za umiejętności i przygotowanie zawodnika do bezpiecznego udziału w rywalizacji odpowiada trener zawodnika.
6. Regulamin może zostać zmieniony z przyczyn organizacyjnych, bezpieczeństwa uczestników lub innych, przez osoby do tego wyznaczone.

All Rights Reserved

KICK LIGHT

All Rights Reserved

Art.1. Definicja.

1. Konkurencja polega na technicznej walce dwóch zawodników, gdzie siła ciosów musi być kontrolowana.
2. Walka jest ciągła.
3. W formule Kick light dozwolone są kopnięcia low kick w uda.
4. Podczas walki nie wolno dążyć do znokautowania przeciwnika.

Art.2. Kategorie wiekowe (według daty urodzenia).

1. Kadet młodszy 10-12 lat.
2. Kadet Starszy 13-15 lat.
3. Junior 16-18 lat.
4. Senior +18 lat.
5. Elita + 35 lat (zawodnik może także walczyć w Seniorach).

Art.3. Kategorie wagowe

(zawodnik startuje tylko we swojej kategorii wagowej).

1. Kadeci młodsi: -28, -32, -37, -42, -47, +47 kg
2. Kadetki młodsze: -28, -32, -37, -42, -47, +47 kg
3. Kadeci starsi dziewczęta: -32, -37, -42, -46, -50, -55, -60, -65, +65 kg
4. Kadeci starsi chłopcy: -32, -37, -42, -47, -52, -57, -63, -69, +69 kg
5. Juniorzy kobiety: -50, -55, -60, -65, -70, +70 kg
6. Juniorzy mężczyźni: -57, -63, -69, -74, -79, -84, -89, -94, +94 kg
7. Seniorzy kobiety: -50, -55, -60, -65, -70, +70 kg
8. Seniorzy mężczyźni: -57, -63, -69, -74, -79, -84, -89, -94, +94 kg
9. Elita mężczyźni: -63, -74, -84, -94, +94 kg
10. Elita kobiety: -55, -65, +65 kg

All Rights Reserved

Art. 4. Pole walki.

Mata tatami, o wymiarach minimum 6 na 6 metrów (dozwolone są większe pola walki).

Art. 5. Czas walki.

1. 2 rundy x 1,5 minuty (Sędzia Główny zawodów może skrócić czas trwania rundy, przed rozpoczęciem zawodów).
2. Przerwa 1 minuta (Sędzia Główny zawodów może skrócić czas przerwy, przed rozpoczęciem zawodów).
3. Dogrywka 1 runda x 1 minuta.

Art. 6. Ubiór zawodników.

1. Długie spodnie do sztuk walki (bez kieszeni, zamków oraz innych odstających lub wiszących elementów) lub krótkie spodenki do sztuk walki.
2. Koszulka (t-shirt) lub bluza od kimona.
3. Górna część ubioru powinna być wpuszczona w spodnie. W przypadku kimona, lub innego tradycyjnego stroju, może pozostać wypuszczona, ale przewiązana ściśle pasem. Zawodnik nie może mieć biżuterii (kolczyków, łańcuszków itp.) oraz spinek do włosów.
4. Całkowity strój zawodnika do walk, nie może zawierać żadnych elementów twardych lub ostro zakończonych.
5. Zawodnicy walczą boso.

Art. 7. Sprzęt ochronny.

Wymagany sprzęt ochronny:

- kask zakrywający czubek głowy (kratka ochronna na twarz do 12 roku życia),
- ochraniacz na zęby,
- ochraniacz krocza (obowiązkowo u mężczyzn i chłopców, zalecane u kobiet),
- ochraniacz piersi (kobiety - wymagane od 16 roku życia, zalecane od 12 roku życia),

 All Rights Reserved

- rękawice bokserskie (maksymalnie 12 oz). Rękawice muszą być dostosowane do wieku zawodnika (nie mogą być zbyt małe, lub zbyt duże).
- ochraniacze stóp z zakrytą piętą i palcami,
- ochraniacze piszczeli.

Art.8. Zasady walki.

1. Pojedynek ma charakter technicznej walki – siła ciosów musi być kontrolowana.
2. Walkę prowadzi Sędzia planszowy.
3. Walkę punktują Sędzia planszowy i dwaj Sędziowie boczni.
4. Wygrywa zawodnik, który zdobędzie więcej punktów w regulaminowym czasie walki.
5. Werdykt ogłasza Sędzia planszowy, po przekazaniu informacji od Sędziów bocznych.
6. Zawodnik może dotykać maty jedynie stopami, w innym przypadku walka zostaje przerwana.
7. Punkty sumuje się po przez cały czas trwania pojedynku.
8. Otarcia lub dotknięcia przeciwnika nie są punktowane (tzw. niedolot).
9. Punkty, po których zadający cios zawodnik przewrócił się z własnej winy nie są uznawane.
10. Zawodnik musi patrzeć na przeciwnika zadając ciosy (skutkuje systemem kar).
11. W przypadku remisu Sędzia planszowy podejmuje decyzję o wygranej jednego z zawodników (na podstawie stylu walki zawodników), lub zarządca dogrywkę.
12. Zawodnik może 2-krotnie bezkarnie opuścić pole walki podczas trwania pojedynku (wyjście przynajmniej jedną całą stopą). Trzecie wyjście zawodnika za matę oznacza przyznanie 1 punktu przeciwnikowi. Czwarte wyjście zawodnika za matę oznacza dyskwalifikację zawodnika.
13. Nie wolno celowo wypychać zawodnika ani zadawać „pchanych” ciosów zamiast uderzeń (skutkuje systemem kar).
14. Sędzia planszowy może ukarać zawodnika ostrzeżeniem za walkę niezgodną z regulaminem oraz za nie sportowe zachowaniem zawodnika, trenera lub kibiców, także za używanie wulgaryzmów i wywierania presji na sędziach (skutkuje system kar).
15. Sędzia planszowy może upomnieć zawodnika maksymalnie trzy razy podczas całego pojedynku (w tym 2 razy za wyjścia poza matę i jedno upomnienie za inne przewinienie). W przypadku upomnienia nie jest wstrzymywany czas walki. Upomnienia muszą być przeprowadzone w sposób zrozumiały dla zawodnika, a walkę należy jak najszybciej wznowić.

 All Rights Reserved

16. Sędzia planszowy oraz Sędzia główny może odbyć naradę z zresztą sędziów w przypadku kontrowersyjnych, niejasnych sytuacji (czas walki zostaje zatrzymany, a zawodnicy oddelegowani do swoich narożników).
17. W czasie walki zawodnik może mieć maksymalnie 2 sekundantów.

Art. 9. Dozwolone miejsca trafień.

1. Głowa przód i boki.
2. Tułów (przednia i boczna część).
3. Nogi (wewnętrzna i zewnętrzna część uda).

Art. 10. Punktacja.

1. Cios ręką w głowę – 1 punkt
2. Cios ręką w tułów – 1 punkt
3. Kopnięcie w tułów - 1 punkt
4. Kopnięci low kick – 1 punkt
5. Kopnięcie w głowę – 2 punkty
6. Kopnięcie z wyskoku w tułów - 2 punkty
7. Kopnięcie z wyskoku w głowę - 3 punkty
8. Podcięcie – 1 punkt (kiedy przeciwnik w skutek podcięcia przestaje dotykać maty jedynie stopami)

Art. 11. Dozwolone techniki.

1. Wszystkie ciosy zadawane przodem i wierzchem rękawicy (bez ciosów obrotowych).
2. Wszystkie kopnięcia całą powierzchnią stopy.
3. Kopnięcia low kick w uda (zadawane tylko górną powierzchnią stopy lub goleniem – kopnięcie frontalne i boczne są surowo zabronione).
4. Blokowanie i zbijanie ciosów (nie wolno chwytać kończyn przeciwnika).

All Rights Reserved

Art. 12. System kar.

1. Sędzia planszowy może ukarać zawodnika: ostrzeżeniem, trzema punktami ujemnym w skutek drugiego ostrzeżenia, kolejnymi trzema punktami w skutek trzeciego ostrzeżenia, dyskwalifikacją (w skutek czwartego ostrzeżenia lub w przypadku rażącego złamania regulaminu).
2. Podczas ostrzeżenia zatrzymywany jest czas walki.
3. Ostrzeżenie można przyznać zawodnikowi za następujące przewinienia:
    - atakowanie z niekontrolowaną siłą,
    - stosowanie technik niedozwolonych,
    - atakowanie w niedozwolone miejsca trafień,
    - popychanie zawodnika, wypychanie poza matę,
    - klinczowanie,
    - chwytanie kończyn,
    - stosowanie tzw. ciosów „pchanych”,
    - ucieczka,
    - odwracanie wzroku podczas wykonywania technik,
    - niesportowe zachowanie zawodnika, trenera, sekundanta, kibica,
    - podważanie decyzji Sędziów, dyskutowanie z Sędziami,
    - wszystkie działania niezgodne z regulaminem i zasadami fair play.
4. Sędzia planszowy każdorazowo po przyznaniu ostrzeżenia krótko wyjaśnia za co zawodnik je otrzymał.
5. Sędzia planszowy nie musi od razu przyznać zawodnikowi ostrzeżenia za przewinienia, w przypadku gdy zawodnik zrobił to po raz pierwszy lub nieumyślnie, a przewinienie nie zagrażało bezpieczeństwu drugiemu zawodnikowi. W takim przypadku Sędzia jedynie upomina zawodnika, nie wstrzymując przy tym czasu walki.

All Rights Reserved

Art. 13. Dyskwalifikacja.

Zawodnik może zostać zdyskwalifikowany za następujące przewinienia:

- wyczerpanie limitu trzech ostrzeżeń,
- spowodowanie kontuzji przeciwnika, na skutek złamania regulaminu,
- rażące naruszenie niniejszego regulaminu przez zawodnika, trenera lub sekundanta,
- nie wstawienie się w swoim narożniku w regulaminowej gotowości do walki, w czasie 2 minut od pierwszego wezwania,
- czwarte wyjście zawodnika za matę,
- ustawienie urządzenia nagrywającego na stoliku sędziowskim lub w jego pobliżu,
- podchodzenie osób nieupoważnionych do stolika sędziowskiego.

Art. 14. Komendy sędziowskie.

1. Walcz (sygnał rozpoczęcia lub wznowienia walki).
2. Stop (sygnał zatrzymania walki).
3. Czas (sygnał zatrzymania czasu pojedynku).
4. Upomnienie (sygnał upomnienia).
5. Ostrzeżenie (sygnał ostrzeżenia).
6. Minus punkt (przyznanie punktów ujemnych).
7. Puść (kiedy zawodnicy się trzymają).
8. Dyskwalifikacja.

Art. 15. Doping.

Wszelkiego rodzaju formy dopingu u zawodników, sędziów, sekundantów, trenerów są zabronione.

All Rights Reserved

Art.16. Inne postanowienia.

1. W przypadku jakichkolwiek niejasności i nie zrozumienia regulaminu, ze względu na bezpieczeństwo uczestników turnieju, zawodnik oraz trener mają obowiązek skonsultować się z sędzią głównym zawodów lub organizatorem.
2. Sędziowie w czasie trwania zawodów mogą interweniować w każdym przypadku, który uznają za naruszanie zasad fair play oraz naruszenie zasad bezpiecznego prowadzenia pojedynku.
3. Do stolika sędziowskiego może podejść tylko jedna osoba (trener lub osoba upoważniona przez klub do kontaktu z sędziami).
4. Na stoliku sędziowskim oraz wokół niego nie mogą być ustawiane żadne urządzenia nagrywające.
5. W rozgrywkach PFKB zawodnik może wziąć udział bez względu na posiadany pas szkoleniowy. Ponieważ w różnych sztukach walki stopnie nadaje się według różnych kryteriów nie można ich uznać, jako wyznacznika wyszkolenia zawodnika. Za umiejętności i przygotowanie zawodnika do bezpiecznego udziału w rywalizacji odpowiada trener zawodnika.
6. Regulamin może zostać zmieniony z przyczyn organizacyjnych, bezpieczeństwa uczestników lub innych, przez osoby do tego wyznaczone.

All Rights Reserved

UFR TATAMI

All Rights Reserved

Art.1. Definicja.

1. Konkurencja polega na technicznej walce dwóch zawodników, gdzie siła ciosów musi być kontrolowana.
2. Walka jest ciągła.
3. Walka odbywa się w trzech stylach (boks, light contact, kick light).
4. Podczas walki nie wolno dążyć do znokautowania przeciwnika.

Art.2. Kategorie wiekowe (według daty urodzenia).

1. Kadet młodszy10-12 lat
2. Kadet Starszy 13-15 lat.
3. Junior 16-18 lat.
4. Senior +18 lat.
5. Elita + 35 lat (zawodnik może także walczyć w Seniorach).

Art.3. Kategorie wagowe

(zawodnik startuje tylko we swojej kategorii wagowej).

1. Kadeci młodsi: -28, -32, -37, -42, -47, +47 kg
2. Kadetki młodsze: -28, -32, -37, -42, -47, +47 kg
3. Kadeci starsi dziewczęta: -32, -37, -42, -46, -50, -55, -60, -65, +65 kg
4. Kadeci starsi chłopcy: -32, -37, -42, -47, -52, -57, -63, -69, +69 kg
5. Juniorzy kobiety: -50, -55, -60, -65, -70, +70 kg
6. Juniorzy mężczyźni: -57, -63, -69, -74, -79, -84, -89, -94, +94 kg
7. Seniorzy kobiety: -50, -55, -60, -65, -70, +70 kg
8. Seniorzy mężczyźni: -57, -63, -69, -74, -79, -84, -89, -94, +94 kg
9. Elita mężczyźni: -63, -74, -84, -94, +94 kg
10. Elita kobiety: -55, -65, +65 kg

All Rights Reserved

Art. 4. Pole walki.

Mata tatami, o wymiarach minimum 6 na 6 metrów (dozwolone są większe pola walki).

Art. 5. Czas walki.

1. 3 rundy x 1 minuta (Sędzia Główny zawodów może skrócić czas trwania rundy, przed rozpoczęciem zawodów).
2. Przerwa 45 sekund (Sędzia Główny zawodów może skrócić czas przerwy, przed rozpoczęciem zawodów).
3. Dogrywka 1 runda x 1 minuta.

Art. 6. Ubiór zawodników.

1. Długie spodnie do sztuk walki (bez kieszeni, zamków oraz innych odstających lub wiszących elementów) lub krótkie spodenki do sztuk walki.
2. Koszulka (t-shirt) lub bluza od kimona.
3. Górna część ubioru powinna być wpuszczona w spodnie. W przypadku kimona, lub innego tradycyjnego stroju, może pozostać wypuszczona, ale przewiązana ściśle pasem. Zawodnik nie może mieć biżuterii (kolczyków, łańcuszków itp.) oraz spinek do włosów.
4. Całkowity strój zawodnika do walk, nie może zawierać żadnych elementów twardych lub ostro zakończonych.
5. Zawodnicy walczą boso.

Art. 7. Sprzęt ochronny.

Wymagany sprzęt ochronny:

- kask zakrywający czubek głowy (kratka ochronna na twarz do 12 roku życia),
- ochraniacz na zęby,
- ochraniacz krocza (obowiązkowo u mężczyzn i chłopców, zalecane u kobiet),
- ochraniacz piersi (kobiety - wymagane od 16 roku życia, zalecane od 12 roku życia),
- rękawice bokserskie (maksymalnie 12 oz). Rękawice muszą być dostosowane do

 All Rights Reserved

wieku zawodnika (nie mogą być zbyt małe, lub zbyt duże).

- ochraniacze stóp z zakrytą piętą i palcami,
- ochraniacze piszczeli.

Art.8. Zasady walki.

1. Pojedynek ma charakter technicznej walki – siła ciosów musi być kontrolowana.
2. W formule UFR Tatami występują trzy rundy stylowe:
   a. runda 1 – zawodnicy walczą wyłącznie przy użyciu technik ręcznych.
   b. runda 2 – zawodnicy walczą na zasadach regulaminu Light Contact.
   c. runda 3 – zawodnicy walczą na zasadach regulaminu Kick Light.
3. Walkę prowadzi Sędzia planszowy.
4. Walkę punktują Sędzia planszowy i dwaj Sędziowie boczni.
5. Wygrywa zawodnik, który zdobędzie więcej punktów w regulaminowym czasie walki.
6. Werdykt ogłasza Sędzia planszowy, po przekazaniu informacji od Sędziów bocznych.
7. Zawodnik może dotykać maty jedynie stopami, w innym przypadku walka zostaje przerwana.
8. Punkty sumuje się po przez cały czas trwania pojedynku.
9. Otarcia lub dotknięcia przeciwnika nie są punktowane (tzw. niedolot).
10. Punkty, po których zadający cios zawodnik przewrócił się z własnej winy nie są uznawane.
11. Zawodnik musi patrzeć na przeciwnika zadając ciosy (skutkuje systemem kar).
12. W przypadku remisu Sędzia planszowy podejmuje decyzję o wygranej jednego z zawodników (na podstawie stylu walki zawodników), lub zarządca dogrywkę.
13. Zawodnik może 2-krotnie bezkarnie opuścić pole walki podczas trwania pojedynku (wyjście przynajmniej jedną całą stopą). Trzecie wyjście zawodnika za matę oznacza przyznanie 1 punktu przeciwnikowi. Czwarte wyjście zawodnika za matę oznacza dyskwalifikację zawodnika.
14. Nie wolno celowo wypychać zawodnika ani zadawać „pchanych” ciosów zamiast uderzeń (skutkuje systemem kar).
15. Sędzia planszowy może ukarać zawodnika ostrzeżeniem za walkę niezgodną z regulaminem oraz za nie sportowe zachowaniem zawodnika, trenera lub kibiców, także za używanie wulgaryzmów i wywierania presji na sędziach (skutkuje system kar).
16. Sędzia planszowy może upomnieć zawodnika maksymalnie trzy razy podczas całego pojedynku (w tym 2 razy za wyjścia poza matę i jedno upomnienie za inne przewinienie).

 All Rights Reserved

W przypadku upomnienia nie jest wstrzymywany czas walki. Upomnienia muszą być przeprowadzone w sposób zrozumiały dla zawodnika, a walkę należy jak najszybciej wznowić.

17. Sędzia planszowy oraz Sędzia główny może odbyć naradę z zresztą sędziów w przypadku kontrowersyjnych, niejasnych sytuacji (czas walki zostaje zatrzymany, a zawodnicy oddelegowani do swoich narożników).
18. W czasie walki zawodnik może mieć maksymalnie 2 sekundantów.

Art. 9. Dozwolone miejsca trafień.

1. Głowa przód i boki.
2. Tułów (przednia i boczna część).
3. Nogi (wewnętrzna i zewnętrzna część uda).

Art. 10. Punktacja.

1. Cios ręką w głowę – 1 punkt
2. Cios ręką w tułów – 1 punkt
3. Kopnięcie w tułów - 1 punkt
4. Kopnięci low kick – 1 punkt
5. Kopnięcie w głowę – 2 punkty
6. Kopnięcie z wyskoku w tułów - 2 punkty
7. Kopnięcie z wyskoku w głowę - 3 punkty
8. Podcięcie – 1 punkt (kiedy przeciwnik w skutek podcięcia przestaje dotykać maty jedynie stopami)

Art. 11. Dozwolone techniki.

1. Wszystkie ciosy zadawane przodem i wierzchem rękawicy (bez ciosów obrotowych).
2. Wszystkie kopnięcia całą powierzchnią stopy.
3. Kopnięcia low kick w uda (zadawane tylko górną powierzchnią stopy lub goleniem – kopnięcie frontalne i boczne są surowo zabronione).
4. Blokowanie i zbijanie ciosów (nie wolno chwytać kończyn przeciwnika).

 All Rights Reserved

Art. 12. System kar.

1. Sędzia planszowy może ukarać zawodnika: ostrzeżeniem, trzema punktami ujemnym w skutek drugiego ostrzeżenia, kolejnymi trzema punktami w skutek trzeciego ostrzeżenia, dyskwalifikacją (w skutek czwartego ostrzeżenia lub w przypadku rażącego złamania regulaminu).
2. Podczas ostrzeżenia zatrzymywany jest czas walki.
3. Ostrzeżenie można przyznać zawodnikowi za następujące przewinienia:
    - atakowanie z niekontrolowaną siłą,
    - stosowanie technik niedozwolonych,
    - atakowanie w niedozwolone miejsca trafień,
    - popychanie zawodnika, wypychanie poza matę,
    - klinczowanie,
    - chwytanie kończyn,
    - stosowanie tzw. ciosów „pchanych”,
    - ucieczka,
    - odwracanie wzroku podczas wykonywania technik,
    - niesportowe zachowanie zawodnika, trenera, sekundanta, kibica,
    - podważanie decyzji Sędziów, dyskutowanie z Sędziami,
    - wszystkie działania niezgodne z regulaminem i zasadami fair play.
4. Sędzia planszowy każdorazowo po przyznaniu ostrzeżenia krótko wyjaśnia za co zawodnik je otrzymał.
5. Sędzia planszowy nie musi od razu przyznać zawodnikowi ostrzeżenia za przewinienia, w przypadku gdy zawodnik zrobił to po raz pierwszy lub nieumyślnie, a przewinienie nie zagrażało bezpieczeństwu drugiemu zawodnikowi. W takim przypadku Sędzia jedynie upomina zawodnika, nie wstrzymując przy tym czasu walki.

All Rights Reserved

Art. 13. Dyskwalifikacja.

Zawodnik może zostać zdyskwalifikowany za następujące przewinienia:

- wyczerpanie limitu trzech ostrzeżeń,
- spowodowanie kontuzji przeciwnika, na skutek złamania regulaminu,
- rażące naruszenie niniejszego regulaminu przez zawodnika, trenera lub sekundanta,
- nie wstawienie się w swoim narożniku w regulaminowej gotowości do walki, w czasie 2 minut od pierwszego wezwania,
- czwarte wyjście zawodnika za matę,
- ustawienie urządzenia nagrywającego na stoliku sędziowskim lub w jego pobliżu,
- podchodzenie osób nieupoważnionych do stolika sędziowskiego.

Art. 14. Komendy sędziowskie.

1. Walcz (sygnał rozpoczęcia lub wznowienia walki).
2. Stop (sygnał zatrzymania walki).
3. Czas (sygnał zatrzymania czasu pojedynku).
4. Upomnienie (sygnał upomnienia).
5. Ostrzeżenie (sygnał ostrzeżenia).
6. Minus punkt (przyznanie punktów ujemnych).
7. Puść (kiedy zawodnicy się trzymają).
8. Dyskwalifikacja.

Art. 15. Doping.

Wszelkiego rodzaju formy dopingu u zawodników, sędziów, sekundantów, trenerów są zabronione.

Art.16. Inne postanowienia.

1. W przypadku jakichkolwiek niejasności i nie zrozumienia regulaminu, ze względu na bezpieczeństwo uczestników turnieju, zawodnik oraz trener mają obowiązek skonsultować się z sędzią głównym zawodów lub organizatorem.

 All Rights Reserved

2. Sędziowie w czasie trwania zawodów mogą interweniować w każdym przypadku, który uznają za naruszanie zasad fair play oraz naruszenie zasad bezpiecznego prowadzenia pojedynku.
3. Do stolika sędziowskiego może podejść tylko jedna osoba (trener lub osoba upoważniona przez klub do kontaktu z sędziami).
4. Na stoliku sędziowskim oraz wokół niego nie mogą być ustawiane żadne urządzenia nagrywające.
5. W rozgrywkach PFKB zawodnik może wziąć udział bez względu na posiadany pas szkoleniowy. Ponieważ w różnych sztukach walki stopnie nadaje się według różnych kryteriów nie można ich uznać, jako wyznacznika wyszkolenia zawodnika. Za umiejętności i przygotowanie zawodnika do bezpiecznego udziału w rywalizacji odpowiada trener zawodnika.
6. Regulamin może zostać zmieniony z przyczyn organizacyjnych, bezpieczeństwa uczestników lub innych, przez osoby do tego wyznaczone.

All Rights Reserved

UFR RING

All Rights Reserved

Art.1. Definicja.

1. Konkurencja polega na technicznej walce dwóch zawodników w pełnym kontakcie.
2. Walka jest ciągła.
3. Walka odbywa się w trzech stylach (boks, light contact, kick light).

Art.2. Kategorie wiekowe (według daty urodzenia).

1. Junior 16-17 lat.
2. Senior +18 lat.

Art.3. Kategorie wagowe

(zawodnik startuje tylko we swojej kategorii wagowej).

1. Juniorzy kobiety (15-16 lat): -36, -40, -44, -48, -52, -56, -60, +60 kg
   Juniorzy kobiety (17-18 lat): -48, -52, -56, -60, -65, -70, +70 kg
2. Juniorzy mężczyźni (15-16 lat): -42, -45, -48, -51, -54, -57, -60, -63,5, -67, -71, -75, -81, +81 kg
   Juniorzy mężczyźni (17-18 lat): -51, -54, -57, -60, -63,5, -67, -71, -75, -81, -86, -91, +91 kg
3. Seniorzy kobiety: -48, -52, -56, -60, -65, -70, +70 kg
4. Seniorzy mężczyźni: -51, -54, -57, -60, -63,5, -67, -71, -75, -81, -86, -91, +91 kg

Art. 4. Pole walki.

Ring, ring do MMA (Oktagon).

Art. 5. Czas walki.

1. 3 rundy x 1,5 minuta (Sędzia Główny zawodów może skrócić czas trwania rundy, przed rozpoczęciem zawodów).
2. Przerwa 30 sekund (Sędzia Główny zawodów może skrócić czas przerwy, przed rozpoczęciem zawodów).
3. Dogrywka 1 runda x 1 minuta.

All Rights Reserved

Art. 6. Ubiór zawodników.

1. Krótkie spodenki do sztuk walki.
2. Zawodnicy walczą bez koszulek, zawodniczki w koszulkach (t-shirt) lub topach.
3. Zawodnik nie może mieć biżuterii (kolczyków, łańcuszków itp.) oraz spinek do włosów.
4. Całkowity strój zawodnika do walk, nie może zawierać żadnych elementów twardych lub ostro zakończonych.
5. Zawodnicy walczą boso.

Art. 7. Sprzęt ochronny.

Wymagany sprzęt ochronny:

- kask zakrywający czubek głowy,
- ochraniacz na zęby,
- ochraniacz krocza (obowiązkowo u mężczyzn, zalecane u kobiet),
- ochraniacz piersi (kobiety),
- rękawice bokserskie (maksymalnie 12 oz). Rękawice muszą być dostosowane do wieku zawodnika (nie mogą być zbyt małe, lub zbyt duże).
- ochraniacze stóp z zakrytą piętą i palcami,
- ochraniacze piszczeli.

Art.8. Zasady walki.

1. Pojedynek odbywa się w pełnym kontakcie.
2. W formule UFR Ring występują trzy rundy stylowe:
   a. runda 1 – zawodnicy walczą wyłącznie przy użyciu technik ręcznych.
   b. runda 2 – zawodnicy walczą na zasadach regulaminu Light Contact.
   c. runda 3 – zawodnicy walczą na zasadach regulaminu Kick Light dodatkowo uderzenia kolanem w tułów.
3. Walkę prowadzi Sędzia planszowy.
4. Walkę punktują Sędzia planszowy i dwaj Sędziowie boczni.

All Rights Reserved

5. Wygrywa zawodnik, który zdobędzie więcej punktów w regulaminowym czasie walki.
6. Werdykt ogłasza Sędzia planszowy, po przekazaniu informacji od Sędziów bocznych.
7. Zawodnik może dotykać maty jedynie stopami, w innym przypadku walka zostaje przerwana.
8. Punkty sumuje się po przez cały czas trwania pojedynku.
9. Otarcia lub dotknięcia przeciwnika nie są punktowane (tzw. niedolot).
10. Punkty, po których zadający cios zawodnik przewrócił się z własnej winy nie są uznawane.
11. Zawodnik musi patrzeć na przeciwnika zadając ciosy (skutkuje systemem kar).
12. W przypadku remisu Sędzia planszowy podejmuje decyzję o wygranej jednego z zawodników (na podstawie stylu walki zawodników), lub zarządca dogrywkę.
13. Zawodnik może 2-krotnie bezkarnie opuścić pole walki podczas trwania pojedynku (wyjście przynajmniej jedną całą stopą). Trzecie wyjście zawodnika za matę oznacza przyznanie 1 punktu przeciwnikowi. Czwarte wyjście zawodnika za matę oznacza dyskwalifikację zawodnika.
14. Nie wolno celowo wypychać zawodnika ani zadawać „pchanych" ciosów zamiast uderzeń (skutkuje systemem kar).
15. Sędzia planszowy może ukarać zawodnika ostrzeżeniem za walkę niezgodną z regulaminem oraz za nie sportowe zachowaniem zawodnika, trenera lub kibiców, także za używanie wulgaryzmów i wywierania presji na sędziach (skutkuje system kar).
16. Sędzia planszowy może upomnieć zawodnika maksymalnie trzy razy podczas całego pojedynku (w tym 2 razy za wyjścia poza matę i jedno upomnienie za inne przewinienie). W przypadku upomnienia nie jest wstrzymywany czas walki. Upomnienia muszą być przeprowadzone w sposób zrozumiały dla zawodnika, a walkę należy jak najszybciej wznowić.
17. Sędzia planszowy oraz Sędzia główny może odbyć naradę z zresztą sędziów w przypadku kontrowersyjnych, niejasnych sytuacji (czas walki zostaje zatrzymany, a zawodnicy oddelegowani do swoich narożników).
18. W czasie walki zawodnik może mieć maksymalnie 2 sekundantów.

Art. 9. Dozwolone miejsca trafień.

1. Głowa przód i boki.
2. Tułów (przednia i boczna część).
3. Nogi (wewnętrzna i zewnętrzna część uda).

All Rights Reserved

Art. 10. Punktacja.

1. Cios ręką w głowę – 1 punkt
2. Cios ręką w tułów – 1 punkt
3. Kopnięcie w tułów - 1 punkt
4. Kopnięci low kick – 1 punkt
5. Kopnięcie w głowę – 2 punkty
6. Kopnięcie kolanem w tułów – 1 punkt
7. Kopnięcie z wyskoku w tułów - 2 punkty
8. Kopnięcie z wyskoku w głowę - 3 punkty
9. Podcięcie – 1 punkt (kiedy przeciwnik w skutek podcięcia przestaje dotykać maty jedynie stopami)

Art. 11. Dozwolone techniki.

1. Wszystkie ciosy zadawane przodem i wierzchem rękawicy (bez ciosów obrotowych).
2. Wszystkie kopnięcia całą powierzchnią stopy.
3. Kopnięcia low kick w uda (zadawane tylko górną powierzchnią stopy lub goleniem – kopnięcie frontalne i boczne są surowo zabronione).
4. Blokowanie i zbijanie ciosów (dozwolone jest przechwycenie nogi przeciwnika i zadanie jednego ciosu).
5. Kopnięcia kolanem na tułów.

Art. 12. System kar.

1. Sędzia planszowy może ukarać zawodnika: ostrzeżeniem, trzema punktami ujemnym w skutek drugiego ostrzeżenia, kolejnymi trzema punktami w skutek trzeciego ostrzeżenia, dyskwalifikacją (w skutek czwartego ostrzeżenia lub w przypadku rażącego złamania regulaminu).
2. Podczas ostrzeżenia zatrzymywany jest czas walki.
3. Ostrzeżenie można przyznać zawodnikowi za następujące przewinienia:
    - stosowanie technik niedozwolonych,

 All Rights Reserved

- atakowanie w niedozwolone miejsca trafień,
- popychanie zawodnika,
- klinczowanie,
- chwytanie kończyn,
- stosowanie tzw. ciosów „pchanych”,
- ucieczka,
- odwracanie wzroku podczas wykonywania technik,
- niesportowe zachowanie zawodnika, trenera, sekundanta, kibica,
- podważanie decyzji Sędziów, dyskutowanie z Sędziami,
- wszystkie działania niezgodne z regulaminem i zasadami fair play.

4. Sędzia planszowy każdorazowo po przyznaniu ostrzeżenia krótko wyjaśnia za co zawodnik je otrzymał.
5. Sędzia planszowy nie musi od razu przyznać zawodnikowi ostrzeżenia za przewinienia, w przypadku gdy zawodnik zrobił to po raz pierwszy lub nieumyślnie, a przewinienie nie zagrażało bezpieczeństwu drugiemu zawodnikowi. W takim przypadku Sędzia jedynie upomina zawodnika, nie wstrzymując przy tym czasu walki.

Art. 13. Dyskwalifikacja.

Zawodnik może zostać zdyskwalifikowany za następujące przewinienia:

- wyczerpanie limitu trzech ostrzeżeń,
- spowodowanie kontuzji przeciwnika, na skutek złamania regulaminu,
- rażące naruszenie niniejszego regulaminu przez zawodnika, trenera lub sekundanta,
- nie wstawienie się w swoim narożniku w regulaminowej gotowości do walki, w czasie 2 minut od pierwszego wezwania,
- ustawienie urządzenia nagrywającego na stoliku sędziowskim lub w jego pobliżu,
- podchodzenie osób nieupoważnionych do stolika sędziowskiego.

Art. 14. Komendy sędziowskie.

1. Walcz (sygnał rozpoczęcia lub wznowienia walki).
2. Stop (sygnał zatrzymania walki).

 All Rights Reserved

3. Czas (sygnał zatrzymania czasu pojedynku).
4. Upomnienie (sygnał upomnienia).
5. Ostrzeżenie (sygnał ostrzeżenia).
6. Minus punkt (przyznanie punktów ujemnych).
7. Puść (kiedy zawodnicy się trzymają).
8. Dyskwalifikacja.

Art. 15. Doping.

Wszelkiego rodzaju formy dopingu u zawodników, sędziów, sekundantów, trenerów są zabronione.

Art.16. Inne postanowienia.

1. W przypadku jakichkolwiek niejasności i nie zrozumienia regulaminu, ze względu na bezpieczeństwo uczestników turnieju, zawodnik oraz trener mają obowiązek skonsultować się z sędzią głównym zawodów lub organizatorem.
2. Sędziowie w czasie trwania zawodów mogą interweniować w każdym przypadku, który uznają za naruszanie zasad fair play oraz naruszenie zasad bezpiecznego prowadzenia pojedynku.
3. Do stolika sędziowskiego może podejść tylko jedna osoba (trener lub osoba upoważniona przez klub do kontaktu z sędziami).
4. Na stoliku sędziowskim oraz wokół niego nie mogą być ustawiane żadne urządzenia nagrywające.
5. W rozgrywkach PFKB zawodnik może wziąć udział bez względu na posiadany pas szkoleniowy. Ponieważ w różnych sztukach walki stopnie nadaje się według różnych kryteriów nie można ich uznać, jako wyznacznika wyszkolenia zawodnika. Za umiejętności i przygotowanie zawodnika do bezpiecznego udziału w rywalizacji odpowiada trener zawodnika.
6. Regulamin może zostać zmieniony z przyczyn organizacyjnych, bezpieczeństwa uczestników lub innych, przez osoby do tego wyznaczone.

 All Rights Reserved

K 1

All Rights Reserved

Art.1. Definicja.

1. Konkurencja polega na walce w stójce dwóch zawodników.
2. Pojedynek odbywa się w pełnym kontakcie.
3. Walka jest ciągła.
4. W formule K 1 dozwolone są kopnięcia z kolana w tułów.

Art.2. Kategorie wiekowe (według daty urodzenia).

1. Junior 16-18 lat.
2. Senior +18 lat.

Art.3. Kategorie wagowe

(zawodnik startuje tylko we swojej kategorii wagowej).

1. Juniorzy kobiety (15-16 lat): -36, -40, -44, -48, -52, -56, -60, +60 kg
   Juniorzy kobiety (17-18 lat): -48, -52, -56, -60, -65, -70, +70 kg
2. Juniorzy mężczyźni (15-16 lat): -42, -45, -48, -51, -54, -57, -60, -63,5, -67, -71, -75, -81, +81 kg
   Juniorzy mężczyźni (17-18 lat): -51, -54, -57, -60, -63,5, -67, -71, -75, -81, -86, -91, +91 kg
3. Seniorzy kobiety: -48, -52, -56, -60, -65, -70, +70 kg
4. Seniorzy mężczyźni: -51, -54, -57, -60, -63,5, -67, -71, -75, -81, -86, -91, +91 kg

Art. 4. Pole walki.

Ring bokserski lub oktagon MMA.

Art. 5. Czas walki.

1. 3 rundy x 2 minuty (Sędzia Główny zawodów może skrócić czas trwania rundy, przed rozpoczęciem zawodów).
2. Przerwa 1 minuta (Sędzia Główny zawodów może skrócić czas przerwy, przed rozpoczęciem zawodów).
3. Dogrywka 1 runda x 1 minuta.

All Rights Reserved

Art. 6. Ubiór zawodników.

1. Krótkie spodenki do sztuk walki
2. Mężczyźni walczą z odkrytym torsem, kobiety w koszulkach (t-shirt) lub topach.
3. Zawodnik nie może mieć biżuterii (kolczyków, łańcuszków itp.) oraz spinek do włosów.
4. Całkowity strój zawodnika do walk, nie może zawierać żadnych elementów twardych lub ostro zakończonych.
5. Zawodnicy walczą boso.

Art. 7. Sprzęt ochronny.

Wymagany sprzęt ochronny:

- kask zakrywający czubek głowy,
- ochraniacz na zęby,
- ochraniacz krocza (obowiązkowo u mężczyzn, zalecane u kobiet),
- ochraniacz piersi (kobiety),
- rękawice bokserskie (maksymalnie 12 oz). Rękawice muszą być dostosowane do wieku zawodnika (nie mogą być zbyt małe, lub zbyt duże).
- ochraniacze stóp z zakrytą piętą i palcami,
- ochraniacze piszczeli.

Art.8. Zasady walki.

1. Walkę prowadzi Sędzia ringowy
2. Walkę punktują trzej Sędziowie boczni.
3. Wygrywa zawodnik, który zdobędzie więcej punktów w regulaminowym czasie walki.
4. Zwycięża zawodnik, który zdobył więcej punktów w regulaminowym czasie lub znokautował przeciwnika.
5. Werdykt ogłasza Sędzia ringowy, po przekazaniu informacji od Sędziów bocznych (w przypadku wygranej na punkty).
6. W przypadku remisu Sędzia ringowy podejmuje decyzję o wygranej jednego z zawodników (na podstawie stylu walki zawodników), lub zarządca dogrywkę.
7. Punkty sumuje się po przez cały czas trwania pojedynku.

All Rights Reserved

8. Zawodnik może dotykać ringu jedynie stopami, w innym przypadku walka zostaje przerwana.
9. Otarcia lub dotknięcia przeciwnika nie są punktowane (tzw. niedolot).
10. Punkty, po których zadający cios zawodnik przewrócił się z własnej winy nie są uznawane.
11. Zawodnik musi patrzeć na przeciwnika zadając ciosy (skutkuje systemem kar).
12. Zawodnik może 2-krotnie bezkarnie opuścić pole walki podczas trwania pojedynku (wyjście przynajmniej jedną całą stopą). Trzecie wyjście zawodnika za matę oznacza przyznanie 1 punktu przeciwnikowi. Czwarte wyjście zawodnika za matę oznacza dyskwalifikację zawodnika.
13. Nie wolno celowo wypychać zawodnika ani zadawać „pchanych" ciosów zamiast uderzeń (skutkuje systemem kar).
14. Sędzia ringowy może ukarać zawodnika ostrzeżeniem za walkę niezgodną z regulaminem oraz za nie sportowe zachowaniem zawodnika, trenera lub kibiców, także za używanie wulgaryzmów i wywierania presji na sędziach (skutkuje system kar).
15. Sędzia ringowy może upomnieć zawodnika maksymalnie trzy razy podczas całego pojedynku (w tym 2 razy za wyjścia poza matę i jedno upomnienie za inne przewinienie). W przypadku upomnienia nie jest wstrzymywany czas walki. Upomnienia muszą być przeprowadzone w sposób zrozumiały dla zawodnika, a walkę należy jak najszybciej wznowić.
16. Sędzia ringowy oraz Sędzia główny może odbyć naradę z zresztą sędziów w przypadku kontrowersyjnych, niejasnych sytuacji (czas walki zostaje zatrzymany, a zawodnicy oddelegowani do swoich narożników).
17. W czasie walki zawodnik może mieć maksymalnie 2 sekundantów.

Art. 9. Dozwolone miejsca trafień.

1. Głowa przód i boki.
2. Tułów (przednia i boczna część).
3. Nogi (wewnętrzna i zewnętrzna część uda).

All Rights Reserved

Art. 10. Punktacja.

1. Cios ręką w głowę – 1 punkt
2. Cios ręką w tułów – 1 punkt
3. Kopnięcie w tułów - 1 punkt
4. Kopnięci low kick – 1 punkt
5. Kopnięcie kolanem w tułów – 1 punkt
6. Kopnięcie w głowę – 2 punkty
7. Kopnięcie z wyskoku w tułów - 2 punkty
8. Kopnięcie z wyskoku w głowę - 3 punkty
9. Podcięcie – 1 punkt (kiedy przeciwnik w skutek podcięcia przestaje dotykać maty jedynie stopami)

Art. 11. Dozwolone techniki.

1. Wszystkie ciosy zadawane przodem i wierzchem rękawicy (bez ciosów obrotowych).
2. Wszystkie kopnięcia całą powierzchnią stopy.
3. Kopnięcia low kick w uda (zadawane tylko górną powierzchnią stopy lub goleniem – kopnięcie frontalne i boczne są surowo zabronione).
4. Kopnięcie kolanem w tułów.
5. Blokowanie i zbijanie ciosów (dozwolone jest przechwycenie nogi i zadanie jednego uderzenia).

Art. 12. System kar.

1. Sędzia ringowy może ukarać zawodnika: ostrzeżeniem, trzema punktami ujemnym w skutek drugiego ostrzeżenia, kolejnymi trzema punktami w skutek trzeciego ostrzeżenia, dyskwalifikacją (w skutek czwartego ostrzeżenia lub w przypadku rażącego złamania regulaminu).
2. Podczas ostrzeżenia zatrzymywany jest czas walki.
3. Ostrzeżenie można przyznać zawodnikowi za następujące przewinienia:
    - atakowanie z niekontrolowaną siłą,
    - stosowanie technik niedozwolonych,

 All Rights Reserved

- atakowanie w niedozwolone miejsca trafień,
- popychanie zawodnika, wypychanie poza matę,
- klinczowanie,
- chwytanie kończyn,
- stosowanie tzw. ciosów „pchanych”,
- ucieczka,
- odwracanie wzroku podczas wykonywania technik,
- niesportowe zachowanie zawodnika, trenera, sekundanta, kibica,
- podważanie decyzji Sędziów, dyskutowanie z Sędziami,
- wszystkie działania niezgodne z regulaminem i zasadami fair play.

4. Sędzia ringowy każdorazowo po przyznaniu ostrzeżenia krótko wyjaśnia za co zawodnik je otrzymał.
5. Sędzia ringowy nie musi od razu przyznać zawodnikowi ostrzeżenia za przewinienia, w przypadku gdy zawodnik zrobił to po raz pierwszy lub nieumyślnie, a przewinienie nie zagrażało bezpieczeństwu drugiemu zawodnikowi. W takim przypadku Sędzia jedynie upomina zawodnika, nie wstrzymując przy tym czasu walki.

Art. 13. Dyskwalifikacja.

Zawodnik może zostać zdyskwalifikowany za następujące przewinienia:

- wyczerpanie limitu trzech ostrzeżeń,
- spowodowanie kontuzji przeciwnika, na skutek złamania regulaminu,
- rażące naruszenie niniejszego regulaminu przez zawodnika, trenera lub sekundanta,
- nie wstawienie się w swoim narożniku w regulaminowej gotowości do walki, w czasie 2 minut od pierwszego wezwania,
- czwarte wyjście zawodnika za matę,
- ustawienie urządzenia nagrywającego na stoliku sędziowskim lub w jego pobliżu,
- podchodzenie osób nieupoważnionych do stolika sędziowskiego.

Art. 14. Komendy sędziowskie.

1. Walcz (sygnał rozpoczęcia lub wznowienia walki).
2. Stop (sygnał zatrzymania walki).

 All Rights Reserved

3. Czas (sygnał zatrzymania czasu pojedynku).
4. Upomnienie (sygnał upomnienia).
5. Ostrzeżenie (sygnał ostrzeżenia).
6. Minus punkt (przyznanie punktów ujemnych).
7. Puść (kiedy zawodnicy się trzymają).
8. Dyskwalifikacja.

Art. 15. Doping.

Wszelkiego rodzaju formy dopingu u zawodników, sędziów, sekundantów, trenerów są zabronione.

Art.16. Inne postanowienia.

1. W przypadku jakichkolwiek niejasności i nie zrozumienia regulaminu, ze względu na bezpieczeństwo uczestników turnieju, zawodnik oraz trener mają obowiązek skonsultować się z sędzią głównym zawodów lub organizatorem.
2. Sędziowie w czasie trwania zawodów mogą interweniować w każdym przypadku, który uznają za naruszanie zasad fair play oraz naruszenie zasad bezpiecznego prowadzenia pojedynku.
3. Do stolika sędziowskiego może podejść tylko jedna osoba (trener lub osoba upoważniona przez klub do kontaktu z sędziami).
4. Na stoliku sędziowskim oraz wokół niego nie mogą być ustawiane żadne urządzenia nagrywające.
5. W rozgrywkach PFKB zawodnik może wziąć udział bez względu na posiadany pas szkoleniowy. Ponieważ w różnych sztukach walki stopnie nadaje się według różnych kryteriów nie można ich uznać, jako wyznacznika wyszkolenia zawodnika. Za umiejętności i przygotowanie zawodnika do bezpiecznego udziału w rywalizacji odpowiada trener zawodnika.
6. Regulamin może zostać zmieniony z przyczyn organizacyjnych, bezpieczeństwa uczestników lub innych, przez osoby do tego wyznaczone.

All Rights Reserved

Breaking Boards

Niniejszy regulamin obowiązuje od 02 grudnia 2016 r.

Art.1. Definicja.

Breaking Boards (w skrócie BB), czyli *rozbijanie desek*, to konkurencja w której zawodnicy rozbijają technikami pochodzącymi z orientalnych sztuk walki, specjalne płytki do wielokrotnego łamania, przytrzymywane prze sekundanta zawodnika. Zawodnik sam wybiera sposób rozbicia płytek.

Art.2. Kategorie wiekowe (według daty urodzenia).

1. Dziecko 7-9 lat.
2. Kadet Młodszy 10-12 lat.
3. Kadet Starszy 13-15 lat.
4. Junior 16-18 lat.
5. Senior +18 lat.
6. Elita + 35 lat (zawodnik może także walczyć w Seniorach).

Art.3. Kategorie inne.

(Sędzia Główny może zadecydować o połączeniu kategorii).

1. Zawodnicy startują wyłącznie w swojej kategorii wiekowej.
2. W konkurencji BB w trzech pierwszych, najmłodszych kategoriach wiekowych, nie ma podziału na płeć (chyba że Sędzia Główny zadecyduje inaczej). W trzech kolejnych kategoriach (junior, senior, elita) występuje podział na płeć (chyba, że Sędzia Główny zdecyduje inaczej w przypadku braku konkurencji w danej kategorii).
3. W konkurencjach BB nie ma podziału na staż treningowy lub kolor pasa.

Art. 4. Pole występu.

Mata tatami, o wymiarach minimum 7 na 7 metrów (dozwolone są większe pola walki).

All Rights Reserved

Art. 5. Deski do rozbić.

1. Deski do rozbić to specjalne płyty z tworzywa sztucznego, okryte przynajmniej z jednej strony cienką pianką, tłumiącą uderzenie, które przeznaczone są do stosowania technik walki.
2. Wyróżniamy dwa stopnie trudności.
   a) deska MEDIUM – przeznaczona dla dzieci, rozbijają ją zawodnicy w grupie wiekowej do 16 lat.
   b) deska HARD – przeznaczona dla grupy junior, senior i weteran.

Art. 6. Ubiór zawodników.

1. Nie ma żadnego ograniczenia co do stroju zawodników prezentujących układ. Ubiór musi być czysty i zadbany i musi nawiązywać do prezentowanego stylu walki (ewentualnie klubu).
2. Zawodnicy muszą mieć krótko obcięte paznokcie w dłoniach i stopach.
3. Zawodnicy noszący okulary mogą startować wyłącznie w szkłach kontaktowych na własną odpowiedzialność.
4. Długie włosy muszą być związane miękką opaską.
5. Strój nie może zawierać żadnych elementów twardych, szklanych, drewnianych, ani metalowych lub ostro zakończonych.
6. Strój zawodników musi być "zwarty" i nie może krępować ruchów podczas występu. Oznacza to, że nie można prezentować technik obronnych w długich płaszczach bądź luźnych, odpiętych bluzach lub kurtkach . Nie wolno prezentować technik z zakrytą twarzą (wyjątkiem jest tradycyjny strój ninja) lub zakrytymi oczami.
7. Zawodnicy startują boso, bez obuwia.
8. Zabrania się noszenia jakiejkolwiek biżuterii (łańcuszki, kolczyki itp.).
9. Mężczyźni mogą występować z odkrytym torsem.
10. Dozwolone jest stosowanie makijażu lecz makijaż ten nie może zmywać się (ścierać) podczas wykonywania układu . Nie dozwolone jest stosowanie kremów, olejków ani innych lepkich i śliskich substancji.
11. Nie dozwolone jest noszenie opasek bawełnianych na rękach.
12. Nie dozwolone jest noszenie ściągaczy na stawy.

 All Rights Reserved

Art. 7. Zasady występu i czas trwania rozbić.

1. Zawodnicy występują pojedynczo, według kolejności losowania. Wszyscy biorą udział w trzech próbach rozbić. Zawodnik prezentuje podczas swojej prezentacji trzy techniki łamania deski.
2. Zawodnik w trzech próbach rozbija jedną deskę (tą samą). Zawodnik nie może wybrać sobie deski. Deski dostarcza organizator zawodów. Ta sama deska musi być wykorzystana w całej kategorii.
3. Zawodnik wyczytany wstawia się na macie przed sędziami, wraz ze swoim sekundantem, wykonuje ukłon i przedstawia się. Przedstawienie zawodnika musi zawierać imię i nazwisko zawodnika, przedstawienie swoich barw klubowych, a w przypadku zawodów międzynarodowych – narodowości. Sekundant w tym czasie zabiera deskę.
4. Po otrzymaniu zgody na rozpoczęcie rozbić od Przewodniczącego Stolika Sędziowskiego, zawodnik rozpoczyna tzw. wstęp. Wstęp może zawierać prezentację zawodnika (jego walorów) oraz przymiarkę do poszczególnych płyt. Wstęp przed pierwszym rozbiciem nie może być dłuższy niż 20 sekund (zawodnik może się przymierzyć do wszystkich trzech rozbić). Wstęp dla drugiego i trzeciego rozbicia nie może przekroczyć 5 sekund (dla każdego z nich) i jest mierzony od momentu rozbicia poprzedniej płytki, do czasu rozbicia następnej.
5. Rozbicie może mieć charakter statyczny oraz dynamiczny. Rozbicie desek w sposób statyczny polega na rozbiciu desek w miejscu, gdy ani zawodnik, ani sekundant nie przemieszczają się po macie. Dynamiczny sposób rozbicia desek polega na rozbijaniu desek w ruchu, zmieniając pozycję zawodnika i sekundanta, w trakcie rozbijania poszczególnych desek. Oba te sposoby są tak samo punktowane w ocenie sędziowskiej.
6. Zawodnik musi zaprezentować zróżnicowanie rozbić desek, czyli nie wolno mu rozbić wszystkich trzech desek, tylko i wyłącznie techniką nożną lub tylko techniką ręczną.
7. Sekundant musi trzymać deskę zawodnikowi mocno, oburącz. Niedozwolone jest rzucanie deski w powietrze. Sekundant może stosować rękawice ochronne.
8. Sekundant musi trzymać deskę mocno i w momencie wykonywania techniki nie może przesunąć deski w stronę zawodnika, ułatwiając mu w ten sposób rozbicie.
9. Całkowity czas rozbicia wszystkich płyt (wraz ze wstępem) nie może być dłuższy niż **1 minuta** i zatrzymany jest w chwili wykonania ukłonu, po ostatnim rozbiciu.
10. Po zakończeniu rozbić, zawodnik otrzymuje noty, po czym wykonuje ukłon i opuszcza tatami.

 All Rights Reserved

Art.8. Techniki.

1. Dozwolone są wszystkie techniki pochodzące z orientalnych sztuk walki.
2. Zabronione jest rozbicie za pomocą przedniej strony twarzy i głowy (za wyjątkiem czoła), jednym lub dwoma palcami.
3. Najmłodsze kategorie wiekowe (do 9 lat) nie mogą wykonywać technik rozbić palcami i głową.
4. Zawodnik musi zaprezentować tzw. zróżnicowanie rozbić, czyli wszystkie trzy płytki nie mogą zostać rozbite tylko i wyłącznie techniką ręczną lub nożną. Dozwolone są dwie kombinacje: dwa razy technika ręczna i raz nożna oraz dwa razy technika nożna i raz ręczna.

Art.9. System punktowana.

1. Zawodnicy oceniani są przez 3 Sędziów Technicznych, w przypadku zawodów ligowych oraz przez 5 Sędziów Technicznych, w przypadku zawodów wyższej rangi (dozwolona jest mniejsza liczba Sędziów).
2. Po zakończonym występie zawodnicy otrzymują punkty od Sędziów Technicznych. Wynik not jest sumowany. Końcowa ocena to suma not wszystkich sędziów, minus punkty ujemne za faule. W przypadku oceniania zawodów wyższej rangi, sędziów technicznych musi być 5. Najniższa i najwyższa nota jest wówczas odrzucana. Noty skrajne nie są sumowane z pozostałymi.
3. W przypadku remisu przy 5 sędziach, wygrywa zawodnik o wyższej sumie not otrzymanych od wszystkich pięciu sędziów (minus punkty ujemne). Jeżeli nie można wyłonić zwycięzców (zarówno w przypadku sędziowania 3 sędziów, jak i 5), zawodnicy w takiej samej sytuacji punktowej startują w dogrywce. Wówczas po drugim zakończonym występie sędziowie wyłaniają zwycięzców, po przez wskazanie.
4. Punktacja dla poszczególnych kategorii wiekowych wygląda następująco:
    - noty od 5,0 do 7,0 - dla kategorii dziecko, starsze dziecko i młodszy kadet,
    - noty od 6,0 do 8,0 - dla kadetów,
    - noty od 7,0 do 9,0 - dla juniorów,
    - noty od 8,0 do 9,9 - dla seniorów.

 All Rights Reserved

5. Gradacja stopni wynosi 0,1 pkt.
6. Zawodnik podczas wykonywania układu może otrzymać ostrzeżenie (faul) oraz minus 0,3 punktu, do końcowej sumy not wszystkich trzech sędziów.

Art. 10. Kryterium oceny.

1. Głównym kryterium oceny jest poprawność wykonania wszystkich technik ręcznych, nożnych oraz dynamika rozbić.
2. Pozostałe kryteria oceny sędziowskiej:
   - stopień trudności prezentowanych technik ,
   - dynamika oraz płynność całego układu rozbić
   - ekspresja zawodnika (skupienie, oddech, okrzyk, mimika twarzy),
3. Stopień trudności technik ręcznych:
   - 0,5 pkt – ręka młot, ręka skała, ud. przedramieniem.
   - 1 pkt – uderzenie pięścią, z łokcia, grzbietem zaciśniętą pięścią (backfist).
   - 1,5 pkt – uderzenie kantem dłoni, wewnętrzną i zewnętrza częścią.
   - 2 pkt – uderzenie palcami (włócznia), nadgarstkiem, zgiętym palcem.
4. Przy technikach ręcznych zawodnik otrzymuje plus 0,5 pkt dla każdej z technik, która była wykonana po obrocie lub z wyskoku. Wysokość płytki nie jest brana pod uwagę w ocenie sędziowskiej.
5. Stopień trudności technik nożnych:
   - 0,2 pkt – kopnięcie z kolana.
   - 0,5 pkt – kopnięcie frontalne i boczne.
   - 1 pkt – kopnięcie okrężne, kopnięcie tyłem (bez obrotu), cięcie na zewnątrz i do wewnątrz.
   - 1,5 pkt - kopnięcie w górę, opadające, zahaczające.
   - 2 pkt – obunóż w przód, parasolka, nożycowe, wykonanie dwóch kopnięć w powietrzu gdzie pierwsze jest markowane, a drugie rozbija płytkę, zanim zawodnik dotknie stopami tatami. (plus premia za kopnięcia z wyskoku).
6. Premia za techniki nożne:
   - 0,5 pkt - dla każdej z technik, która była wykonana z wyskoku,
   - 0,5 pkt - po obrocie mniejszym niż 360 stopni,

 All Rights Reserved

- 0,5 pkt – w przypadku wykonania techniki na wysokość głowy zawodnika lub powyżej,
- 1,5 pkt – po obrocie 360 stopni,
- 2,5 pkt – po obrocie powyżej 360 stopni.

7. Punktacja pozostałych technik:
   - 0,5 pkt – uderzenie pupą,
   - 1 pkt – uderzenie głową, barkiem.
8. W konkurencji BB nie wolno stosować akrobacji oraz trików podczas wykonywania rozbić.

Art. 11. Techniki.

1. Dozwolone są wszystkie techniki ręczne i nożne pochodzące z orientalnych sztuk walki ze styli twardych (np. karate, taekwondo).
2. Zabronione jest stosowanie elementów gimnastycznych i akrobatycznych (salta, szpagaty, stanie na rękach itp.),
3. Zabronione jest stosowanie trików oraz technik tanecznych.
4. Dozwolone jest stosowanie gwiazdy gimnastycznej, padów w przód, tył, bok, przewrotka w przód i tył, pad przez bark (jeżeli układ tego wymaga – element taki można wykonać tylko raz).

Art. 12. Powtarzanie rozbić.

1. Zawodnik podczas rozbić może powtórzyć rozbicie (każdej z płytki) maksymalnie 3 razy. Po trzecim nieudanym rozbiciu płyty zawodnik kończy swój występ.
2. Zawodnik chcący powtórzyć rozbicie, musi zaprezentować dokładnie tą samą technikę, którą wykonał nieudane rozbicie.
3. Za rozbicie nieudane zalicza się sytuację, gdy po wykonanej technice, płytka pozostaje w jednej, całej części.

 All Rights Reserved

Art. 13. System kar.

1. Ostrzeżenie (-0,3 lub -0,1 pkt do całkowitej sumy not sędziowskich) można otrzymać za:
   - wyjście zawodnika obiema stopami poza tatami lub pas bezpieczeństwa (jeżeli występuje),
   - widoczne zachwianie równowagi podczas wykonywania rozbić (potknięcia lub upadek),
   - brak zróżnicowania,
   - jeżeli zawodnik wykona jakiś inny nieokreślony ruch,
   - jeżeli czas prezentowania rozbić będzie nieprawidłowy,
   - nieprawidłowe rozpoczęcie i zakończenie występu.

2. Zawodnik może otrzymać minus 1 punkt za:
   - niedbałość w wykonywaniu technik,
   - za nierozbicie płytki w pierwszym i drugim podejściu (każdorazowo).

Art. 14. Dyskwalifikacja.

1. Zawodnik może zostać zdyskwalifikowany za następujące przewinienia:
   - nie rozbicie płyty po wyczerpaniu limitu dwóch poprawek,
   - zmianę techniki rozbicia, po nieudanej próbie,
   - za nieprawidłową technikę (niedozwoloną),
   - jeżeli sekundant w trakcie wykonywania rozbicia przez zawodnika, przybliży się w stronę zawodnika, ułatwiając mu w ten sposób rozbicie,
   - jeżeli sekundant będzie pomagał w rozbiciu płytki w jakikolwiek inny sposób,
   - wyczerpanie limitu trzech ostrzeżeń,
   - wykonywanie technik w sposób niebezpieczny,
   - nieprawidłowy ubiór lub stosowanie ochraniaczy,
   - rażące naruszenie niniejszego regulaminu przez zawodnika, trenera lub sekundanta,
   - nie wstawienie się w swoim narożniku w regulaminowej gotowości do występu, w czasie 2 minut od pierwszego wezwania,
   - czwarte wyjście zawodnika za matę,
   - zawodnik przerwie swój występ przed czasem,
   - stosował efekty specjalne,

All Rights Reserved

- stosował rekwizyty,
- wyczerpał dozwoloną liczbę 3 ostrzeżeń,
- ustawienie urządzenia nagrywającego na stoliku sędziowskim lub w jego pobliżu,
- podchodzenie osób nieupoważnionych do stolika sędziowskiego.

2. Zawodnik zdyskwalifikowany nie otrzymuje not sędziowskich i nie może dalej uczestniczyć w rywalizacji sportowej w danej konkurencji, w której został zdyskwalifikowany.
3. Punkty ujemne oraz dyskwalifikację przyznaje Przewodniczący Stolika Sędziowskiego po porozumieniu z pozostałymi Sędziami Technicznymi. Podczas przyznawania punktów ujemnych oraz dyskwalifikacji, sędziowie muszą zachować większość.

Art. 15. Rekwizyty.

W konkurencji BB nie można stosować żadnych rekwizytów.

Art. 16. Muzyka i efekty specjalne

1. Zabrania się stosowania jakichkolwiek efektów specjalnych typu: lasery, dymy, ognie, eksplozje itp. Naruszenie powyższej reguły prowadzi do natychmiastowej dyskwalifikacji
2. Podczas wszystkich występów zawodnikom towarzyszy dynamiczna muzyka. Muzyka ma charakter tylko i wyłącznie dekoracyjny i nie jest brana pod uwagę przy ocenie występów przez sędziów.
3. Muzyka musi być taka sama dla wszystkich zawodników startujących w tej samej kategorii wiekowej.

Art. 17. Prezentacja zawodników, wejście i zejście z maty.

1. Od momentu wyczytania zawodnika, obowiązuje odpowiedni sposób prezentacji, godny sposób wejścia na matę oraz zejścia z maty po zakończeniu układu.
2. Wyczytany zawodnik wstawia się na macie w narożniku maty. Przemieszcza się wówczas w stronę stolika sędziowskiego. Gdy dojdzie do stolika sędziowskiego (odległość 2

All Rights Reserved

metrów), wykonuje ukłon i przedstawia się. Po przedstawieniu się oczekuje gestu ze strony Przewodniczącego Stolika Sędziowskiego o możliwości rozpoczęcia występu. Wykonuje wówczas ukłon, deklarując swoją gotowość. Wtedy zaczyna być odliczany czas układu i odtwarzany zostaje podkład muzyczny.

3. Prezentacja zawodników (czas od wejścia na tatami zawodnika do wskazania gotowości) nie może być dłuższy od 30 sekund.
4. Prezentacja ma charakter przedstawienia się zawodnika oraz wskazania jego zalet, charakteru prezentowanego układu. Można podczas prezentacji stosować elementy gimnastyczne, akrobatyczne oraz triki (elementy te nie są wliczane w dopuszczalną ich liczbę w całym układzie).
5. Zejście z maty po zakończeniu występów musi mieć również odpowiedni charakter. Zawodnik po zakończeniu występu wykonuje ukłon w stronę stolika sędziowskiego. W tym czasie zatrzymany jest czas prezentowania układu. Zawodnik wówczas oczekuje w pozycji baczność na noty sędziów. Po wskazaniu not przez wszystkich sędziów zawodnik wykonuje ukłon i wycofuje się tyłem w stronę końcowej linii maty.

Art. 18. Sędziowie.

Konkurencję BB sędziują następujący sędziowie:

- Sędzi Główny Zawodów
- Sędzia Techniczny
- Sędzia Sekretarz
- Przewodniczący Stolika Sędziowskiego

1. Sędzia Techniczny to sędzia, który wystawia noty zawodnikom. W przypadku sędziowania zawodów ligowych, w skład stolika sędziowskiego wchodzi 3 Sędziów Technicznych. W przypadku zawodów wyższej rangi, Sędziów Technicznych musi być 5 (dozwolona jest mniejsza liczba Sędziów).
2. Sędzia Główny Zawodów wyłania spośród wszystkich Sędziów Technicznych, Przewodniczącego Stolika Sędziowskiego. Musi to być sędzia o największym doświadczeniu w sędziowaniu tej konkurencji. Przewodniczącym Stolika Sędziowskiego nie może zostać osoba o niższej klasie sędziowskiej od pozostałych sędziów.
3. Sędzia Główny zawodów może pełnić funkcję Przewodniczącego Stolika Sędziowskiego.
4. Zawody ligowe sędziują sędziowie Klasy C. Dopuszczalne jest, aby zawody ligowe

 All Rights Reserved

sędziowali sędziowie wyższych klas. Zawody rangi krajowej muszą sędziować sędziowie posiadający minimum Klasę B. Sędziowie z najwyższą klasą sędziowską A, mogą sędziować zawody międzynarodowe. Klasy sędziowskie analogicznie określają Sędziów Sekretarzy.

5. Wszyscy sędziowie muszą występować w oficjalnym stroju sędziowskim oraz posiadać przy sobie właściwy identyfikator (licencję).
6. Każdy Sędzia Techniczny musi przejść obowiązkowe szkolenie na Sędziego Sekretarza. Każdy Sędzia Techniczny, w chwili otrzymania licencji Sędziego Technicznego posiada również uprawnienia Sędziego Sekretarza dla swojej Klasy sędziowskiej. Sędziowie Techniczni mogą zastępować na zawodach różnej rangi, Sędziów Sekretarzy.
7. Liczba Sędziów Sekretarzy na zawodach, przy jednym stoliku sędziowskim, to jedna osoba w przypadku zawodów ligowych i dwie osoby, w przypadku zawodów wyższej rangi.
8. Do obowiązków Sędziego Sekretarza należy:
    - właściwe prowadzenie list startowych,
    - odnotowywanie not sędziowskich, punktów ujemnych oraz sumowanie not,
    - wyczytywanie zawodników (może zastąpić go inna, wydelegowana przez niego osoba),
    - ogłaszanie not (może zastąpić go inna, wydelegowana przez niego osoba),
    - pomiar czasu (może zastąpić go inna, wydelegowana przez niego osoba),
    - pokazywanie punktów ujemnych (nie przyznawanie).
9. Sędzia Główny Zawodów zostaje wydelegowany przez Zarząd MFR. Organizator zawodów może zgłosić swojego kandydata na to stanowisko.
10. Przy stoliku sędziowskim oraz w jego pobliżu nie mogą znajdować się żadne inne osoby nieuprawnione przez Przewodniczącego Stolika Sędziowskiego oraz Sędziego Głównego. Sędziowie „nie aktywni”, którzy nie zostali wydelegowani do sędziowania danej kategorii, nie mogą zasiadać przy stoliku sędziowskim.
11. Konkurencje BB nie muszą sędziować mistrzowie sztuk walki, a ich stopnie mistrzowskie nie muszą być wyższe od, stopni startujących zawodników.

Art. 19. Doping.

Wszelkiego rodzaju formy dopingu u zawodników, sędziów, sekundantów, trenerów są zabronione.

 All Rights Reserved

Art.20. Inne postanowienia.

1. W przypadku jakichkolwiek niejasności i nie zrozumienia regulaminu, ze względu na bezpieczeństwo uczestników turnieju, zawodnik oraz trener mają obowiązek skonsultować się z sędzią głównym zawodów lub organizatorem.
2. Sędziowie w czasie trwania zawodów mogą interweniować w każdym przypadku, który uznają za naruszanie zasad fair play oraz naruszenie zasad bezpiecznego prowadzenia pojedynku.
3. Do stolika sędziowskiego może podejść tylko jedna osoba (trener lub osoba upoważniona przez klub do kontaktu z sędziami).
4. Na stoliku sędziowskim oraz wokół niego nie mogą być ustawiane żadne urządzenia nagrywające.
5. W rozgrywkach PFKB zawodnik może wziąć udział bez względu na posiadany pas szkoleniowy. Ponieważ w różnych sztukach walki stopnie nadaje się według różnych kryteriów nie można ich uznać, jako wyznacznika wyszkolenia zawodnika. Za umiejętności i przygotowanie zawodnika do bezpiecznego udziału w rywalizacji odpowiada trener zawodnika.
6. Regulamin może zostać zmieniony z przyczyn organizacyjnych, bezpieczeństwa uczestników lub innych, przez osoby do tego wyznaczone.

All Rights Reserved

Musical Forms i Musical Weapons Forms

All Rights Reserved

Art.1. Definicja.

1. Musical Forms (w skrócie MF), czyli dowolne układy wschodnich sztuk walki do muzyki, to konkurencja, w której zawodnicy startują pojedynczo, prezentując wcześniej przygotowany układ dowolny walki z jednym lub kilkoma, wyimaginowanymi przeciwnikami, do odtwarzanej muzyki, zawierający techniki pochodzące z orientalnych sztuk walki.
2. Musical Weapons Forms (w skrócie FWF), czyli dowolne układy wschodnich sztuk walki do muzyki z tradycyjną bronią, to konkurencja, w której zawodnicy startują pojedynczo, prezentując wcześniej przygotowany układ dowolny walki z jednym lub kilkoma, wyimaginowanymi przeciwnikami, do odtwarzanej muzyki z wykorzystaniem tradycyjnych broni, pochodzących z orientalnych sztuk walki.
3. W obu przypadkach dobór muzyki jest indywidualny.

Art.2. Kategorie wiekowe (według daty urodzenia).

1. Dziecko 7-9 lat.
2. Kadet Młodszy 10-12 lat.
3. Kadet Starszy 13-15 lat.
4. Junior 16-18 lat.
5. Senior +18 lat.
6. Elita + 35 lat (zawodnik może także walczyć w Seniorach).

Art.3. Kategorie stylowe i inne

(Sędzia Główny może zadecydować o połączeniu kategorii).

1. W kategoriach wiekowych Junior i Senior występuje podział na płeć zawodników (zarówno w konkurencji MF jak i MWF). W niższych kategoriach wiekowych dozwolony jest podział na płeć zawodników.
2. Zawodnicy startują wyłącznie w swojej kategorii wiekowej.
3. Dozwolony jest podział na style (miękki i twardy) w konkurencjach MF i MWF:
    - Styl miękki – technik pochodzą z tzw. „miękkich” styli sztuk walki (wu shu, kung fu, capoiera itp.) i są typowe dla tych styli.

 All Rights Reserved

- Styl twardy – techniki pochodzą z tzw. „twardych" styli sztuk walki (kickboxing, karate, taekwondo itp.) i są typowe dla tych styli.

4. Wyróżniamy następujące style:
   - Formy miękkie do muzyki bez broni.
   - Formy twarde do muzyki bez broni.
   - Formy miękkie do muzyki z bronią.
   - Formy twarde do muzyki z bronią.

5. W konkurencjach MF i MWF nie ma podziału na staż treningowy lub kolor pasa.
6. Prezentowane układy nie muszą odwzorowywać oryginalnych układów kata.

Art. 4. Pole występu

Mata tatami, o wymiarach minimum 7 na 7 metrów (dozwolone są większe pola walki).

Art. 5. Muzyka i długość trwania utworu.

1. Czas wykonywania układu nie może być krótszy niż 45 sekund, ani dłuższy od 2 minut i zaczyna być mierzony od pokazania gotowości do występu przez zawodnika, poprzez podniesienie wysoko w górę, wyprostowanej ręki. Czas jest zatrzymywany gdy zawodnik wykona wyraźny ukłon w stronę sędziów na koniec występu.
2. Zawodnik musi dysponować własnym nośnikiem z podkładem muzycznym. Dozwolone nośniki to płyta DVD, CD, pamięć flash, zewnętrzny dysk twardy; a dozwolone formaty podkładu muzycznego to rozszerzenie .wav lub .mp3. Zawodnik ponosi odpowiedzialność za prawa autorskie do nagranego podkładu muzycznego.

Art. 6. Ubiór zawodników.

1. Nie ma żadnego ograniczenia co do stroju zawodników prezentujących układ. Ubiór musi być czysty i zadbany i musi nawiązywać do prezentowanego stylu walki (ewentualnie klubu).
2. Zawodnicy muszą mieć krótko obcięte paznokcie w dłoniach i stopach.

 All Rights Reserved

3. Zawodnicy noszący okulary mogą startować wyłącznie w szkłach kontaktowych na własną odpowiedzialność.
4. Długie włosy muszą być związane miękką opaską.
5. Strój nie może zawierać żadnych elementów twardych, szklanych, drewnianych, ani metalowych lub ostro zakończonych.
6. Strój zawodników musi być "zwarty" i nie może krępować ruchów podczas występu. Oznacza to, że nie można prezentować technik obronnych w długich płaszczach bądź luźnych, odpiętych bluzach lub kurtkach . Nie wolno prezentować technik z zakrytą twarzą (wyjątkiem jest tradycyjny strój ninja) lub zakrytymi oczami.
7. Zawodnicy startują boso, bez obuwia.
8. Zabrania się noszenia jakiejkolwiek biżuterii (łańcuszki, kolczyki itp.).
9. Mężczyźni mogą występować z odkrytym torsem.
10. Dozwolone jest stosowanie makijażu lecz makijaż ten nie może zmywać się (ścierać) podczas wykonywania układu . Nie dozwolone jest stosowanie kremów, olejków ani innych lepkich i śliskich substancji.
11. Dozwolone jest noszenie opasek bawełnianych na rękach.
12. Dozwolone jest noszenie ściągaczy na stawy.

Art.7. Zasady występu

1. Zawodnicy występują pojedynczo, prezentując wcześniej przygotowany układ z bronią lub bez, do odtwarzanej muzyki. Zawodnik rozpoczyna swój układ, wchodząc w pole występu, wykonując ukłon i pokazując swoją gotowość przez podniesienie wyprostowanej ręki w górę i otrzymanie pozwolenia od Przewodniczącego Stolika Sędziowskiego. W tym czasie odtwarzany zostaje podkład muzyczny i zawodnik zostaje oceniany przez sędziów.
2. Po zakończeniu występu zawodnik oczekuje na macie na werdykt sędziowski. Po okazaniu not sędziowski zawodnik wykonuje ukłon i schodzi z maty.
3. Zarówno w konkurencji form z bronią, jak i bez broni, zawodnicy są zobowiązani przedstawić się, czyli wykonać tzw. prezentację. Czas prezentacji nie może być dłuższy niż 30 sekund i nie jest wliczany w czas prezentowania formy do muzyki. Prezentacja zawodnika nie jest brana pod uwagę w ocenie sędziów, lecz jest elementem wymaganym.

All Rights Reserved

4. Prezentacja zawodnika musi zawierać przedstawienie się zawodnika (imię, nazwisko), przedstawienie swoich barw klubowych, a w przypadku zawodów międzynarodowych – kraju, oraz przedstawienie nazwy wykonywanego układu. Podczas przedstawienia się dozwolone jest wykonywanie technik walki oraz elementów akrobatyczno, gimnastycznych, które nie będą wliczane w dozwoloną ich liczbę w trakcie całego występu.
5. Prezentacja zawodnika może odbywać się w dwojaki sposób:
    - Przed wykonywanym układem do muzyki, zanim muzyka zostanie włączona. Jest to czas od momentu wejścia zawodnika na tatami, przybliżenia się do stolika sędziowskiego (w dowolny sposób), przedstawienia się i pokazania gotowości, przez uniesienie wyprostowanej ręki w górę.
    - Podczas wykonywanego układu do muzyki. W takim przypadku czas prezentacji to suma czasu mierzona od wejścia zawodnika na tatami do momentu podniesienia w górę wyprostowanej ręki i czasu zmierzone w trakcie prezentowanego układu, gdy zawodnik przedstawia się sędziom wykonując swoją prezentację i kończąc ją ukłonem.

Art. 8. System punktowana.

1. Zawodnicy oceniani są przez 3 Sędziów Technicznych, w przypadku zawodów ligowych oraz przez 5 Sędziów Technicznych, w przypadku zawodów wyższej rangi (dozwolona jest mniejsza liczba Sędziów).
2. Po zakończonym występie zawodnicy otrzymują punkty od Sędziów Technicznych. Wynik not jest sumowany. Końcowa ocena to suma not wszystkich sędziów, minus punkty ujemne za faule. W przypadku oceniania zawodów wyższej rangi, sędziów technicznych musi być 5. Najniższa i najwyższa nota jest wówczas odrzucana. Noty skrajne nie są sumowane z pozostałymi.
3. W przypadku remisu przy 5 sędziach, wygrywa zawodnik o wyższej sumie not otrzymanych od wszystkich pięciu sędziów (minus punkty ujemne). Jeżeli nie można wyłonić zwycięzców (zarówno w przypadku sędziowania 3 sędziów, jak i 5), zawodnicy w takiej samej sytuacji punktowej startują w dogrywce. Wówczas po drugim zakończonym występie sędziowie wyłaniają zwycięzców, po przez wskazanie.
4. Punktacja dla poszczególnych kategorii wiekowych wygląda następująco:
    - noty od 5,0 do 7,0 - dla kategorii dziecko, starsze dziecko i młodszy kadet,
    - noty od 6,0 do 8,0 - dla kadetów,
    - noty od 7,0 do 9,0 - dla juniorów,

All Rights Reserved

- noty od 8,0 do 9,9 - dla seniorów.

5. Gradacja stopni wynosi 0,1 pkt.
6. Zawodnik podczas wykonywania układu może otrzymać ostrzeżenie (faul) oraz minus 0,3 punktu, do końcowej sumy not wszystkich trzech sędziów.

Art. 9. System punktowana.

1. Głównym kryterium oceny jest zgodność wszystkich wykonywanych ruchów (techniki walki, poruszanie się) z rytmem muzycznym (tzw. synchronizacja). Muzyka spokojna, wolna powinna odwzorowywać u zawodnika ruchy delikatne i powolne. Muzyka szybka i dynamiczna wymusza na zawodniku odpowiednio szybkie i dynamiczne ruchy zgodne z rytmem. Wszelkie zmiany tempa utworu muzycznego oraz charakterystyczne motywy w ścieżce dźwiękowej, powinny być w odpowiedni sposób akcentowane przez zawodnika, prezentującego wyreżyserowany układ sztuk walki z bronią lub bez.
2. Pozostałe kryteria oceny sędziowskiej:
   - stopień trudności prezentowanych technik,
   - poprawność wykonywania technik,
   - dynamika oraz płynność całego układu,
   - widowiskowość, pomysłowość (okrzyki, gra aktorska, markowanie ciosów, itp.)

Art. 10. System kar.

1. Ostrzeżenie (-0,3 lub -0,1 pkt do całkowitej sumy not sędziowskich) można otrzymać za:
   - wyjście zawodnika obiema stopami poza tatami lub pas bezpieczeństwa (jeżeli występuje).
   - widoczne zachwianie równowagi podczas wykonywania układu (potknięcia lub upadek podczas wykonywania elementu gimnastycznego, akrobatycznego, trików lub technik walki),
   - jeżeli zawodnik wykona jakiś inny nieokreślony ruch,
   - jeżeli wykona więcej niż określona liczba ruchów akrobatycznych

 All Rights Reserved

lub gimnastycznych,
- jeżeli czas prezentowania układu lub prezentacji będzie nieprawidłowy,
- nieprawidłowe rozpoczęcie i zakończenie występu.

2. Zawodnik może otrzymać minus 1,5 punktu za:
   - niedbałość w wykonywaniu technik oraz wykonywanie technik w sposób niebezpieczny,
   - jeżeli zawodnik upuści broń,
   - za niedozwolony strój,
   - stosowanie ruchów typowych dla tańca.

Art. 11. Dyskwalifikacja.

1. Zawodnik może zostać zdyskwalifikowany za następujące przewinienia:
   - wyczerpanie limitu trzech ostrzeżeń,
   - rażące naruszenie niniejszego regulaminu przez zawodnika, trenera lub sekundanta,
   - nie wstawienie się w swoim narożniku w regulaminowej gotowości do występu, w czasie 2 minut od pierwszego wezwania,
   - czwarte wyjście zawodnika za matę,
   - po raz drugi upuści broń,
   - zawodnik przerwie swój występ przed czasem,
   - w użytym podkładzie muzycznym zawodnika występują słowa wulgarne, nie cenzuralne,
   - stosował efekty specjalne,
   - stosował rekwizyty,
   - wyczerpał dozwoloną liczbę 3 ostrzeżeń,
   - ustawienie urządzenia nagrywającego na stoliku sędziowskim lub w jego pobliżu,
   - podchodzenie osób nieupoważnionych do stolika sędziowskiego.

2. Zawodnik zdyskwalifikowany nie otrzymuje not sędziowskich i nie może dalej uczestniczyć w rywalizacji sportowej w danej konkurencji, w której został zdyskwalifikowany.
3. Punkty ujemne oraz dyskwalifikację przyznaje Przewodniczący Stolika Sędziowskiego po porozumieniu z pozostałymi Sędziami Technicznymi. Podczas przyznawania punktów ujemnych oraz dyskwalifikacji, sędziowie muszą zachować większość.

All Rights Reserved

Art. 12. Rekwizyty i broń.

1. W konkurencji MF oraz MWF nie można stosować żadnych rekwizytów.
2. Broń wykorzystywana przez zawodnika w konkurencji MWF nie może być ostra, a sposób demonstrowania technik bronią, nie może zagrażać bezpieczeństwu zawodnikowi, ani innym osób znajdującym się w pobliżu tatami. Broń musi być zatwierdzone przed występem przez Sędziego Głównego zawodów lub Przewodniczącego Stolika Sędziowskiego.

Art. 13. Efekty specjalne

Zabrania się stosowania jakichkolwiek efektów specjalnych typu: lasery, dymy, ognie, eksplozje itp. Naruszenie powyższej reguły prowadzi do natychmiastowej dyskwalifikacji

Art. 14. Prezentacja zawodników, wejście i zejście z maty.

1. Od momentu wyczytania zawodnika, obowiązuje odpowiedni sposób prezentacji, godny sposób wejścia na matę oraz zejścia z maty po zakończeniu układu.
2. Wyczytany zawodnik wstawia się na macie w narożniku maty. Przemieszcza się wówczas w stronę stolika sędziowskiego. Gdy dojdzie do stolika sędziowskiego (odległość 2 metrów), wykonuje ukłon i przedstawia się. Po przedstawieniu się oczekuje gestu ze strony Przewodniczącego Stolika Sędziowskiego o możliwości rozpoczęcia występu. Wykonuje wówczas ukłon, deklarując swoją gotowość. Wtedy zaczyna być odliczany czas układu i odtwarzany zostaje podkład muzyczny.
3. Prezentacja zawodników (czas od wejścia na tatami zawodnika do wskazania gotowości) nie może być dłuższy od 30 sekund.
4. Prezentacja ma charakter przedstawienia się zawodnika oraz wskazania jego zalet, charakteru prezentowanego układu. Można podczas prezentacji stosować elementy gimnastyczne, akrobatyczne oraz triki (elementy te nie są wliczane w dopuszczalną ich liczbę w całym układzie).
5. Zejście z maty po zakończeniu występów musi mieć również odpowiedni charakter. Zawodnik po zakończeniu występu wykonuje ukłon w stronę stolika sędziowskiego.

 All Rights Reserved

W tym czasie zatrzymany jest czas prezentowania układu. Zawodnik wówczas oczekuje w pozycji baczność na noty sędziów. Po wskazaniu not przez wszystkich sędziów zawodnik wykonuje ukłon i wycofuje się tyłem w stronę końcowej linii maty.

Art. 15. Sędziowie.

1. Konkurencję MF oraz MWF sędziują następujący sędziowie:
   - Sędzi Główny Zawodów
   - Sędzia Techniczny
   - Sędzia Sekretarz
   - Przewodniczący Stolika Sędziowskiego

2. Sędzia Techniczny to sędzia, który wystawia noty zawodnikom. W przypadku sędziowania zawodów ligowych, w skład stolika sędziowskiego wchodzi 3 Sędziów Technicznych. W przypadku zawodów wyższej rangi, Sędziów Technicznych musi być 5 (dozwolona jest mniejsza liczba Sędziów).
3. Sędzia Główny Zawodów wyłania spośród wszystkich Sędziów Technicznych, Przewodniczącego Stolika Sędziowskiego. Musi to być sędzia o największym doświadczeniu w sędziowaniu tej konkurencji. Przewodniczącym Stolika Sędziowskiego nie może zostać osoba o niższej klasie sędziowskiej od pozostałych sędziów.
4. Sędzia Główny zawodów może pełnić funkcję Przewodniczącego Stolika Sędziowskiego.
5. Zawody ligowe sędziują sędziowie Klasy C. Dopuszczalne jest, aby zawody ligowe sędziowali sędziowie wyższych klas. Zawody rangi krajowej muszą sędziować sędziowie posiadający minimum Klasę B. Sędziowie z najwyższą klasą sędziowską A, mogą sędziować zawody międzynarodowe. Klasy sędziowskie analogicznie określają Sędziów Sekretarzy.
6. Wszyscy sędziowie muszą występować w oficjalnym stroju sędziowskim oraz posiadać przy sobie właściwy identyfikator (licencję).
7. Każdy Sędzia Techniczny musi przejść obowiązkowe szkolenie na Sędziego Sekretarza. Każdy Sędzia Techniczny, w chwili otrzymania licencji Sędziego Technicznego posiada również uprawnienia Sędziego Sekretarza dla swojej Klasy sędziowskiej. Sędziowie Techniczni mogą zastępować na zawodach różnej rangi, Sędziów Sekretarzy.
8. Liczba Sędziów Sekretarzy na zawodach, przy jednym stoliku sędziowskim, to jedna osoba w przypadku zawodów ligowych i dwie osoby, w przypadku zawodów wyższej rangi.

 All Rights Reserved

9. Do obowiązków Sędziego Sekretarza należy:
    - właściwe prowadzenie list startowych,
    - odnotowywanie not sędziowskich, punktów ujemnych oraz sumowanie not,
    - wyczytywanie zawodników (może zastąpić go inna, wydelegowana przez niego osoba),
    - ogłaszanie not (może zastąpić go inna, wydelegowana przez niego osoba),
    - pomiar czasu (może zastąpić go inna, wydelegowana przez niego osoba),
    - pokazywanie punktów ujemnych (nie przyznawanie).

10. Sędzia Główny Zawodów zostaje wydelegowany przez Zarząd MFR. Organizator zawodów może zgłosić swojego kandydata na to stanowisko.
11. Przy stoliku sędziowskim oraz w jego pobliżu nie mogą znajdować się żadne inne osoby nieuprawnione przez Przewodniczącego Stolika Sędziowskiego oraz Sędziego Głównego. Sędziowie „nie aktywni", którzy nie zostali wydelegowani do sędziowania danej kategorii, nie mogą zasiadać przy stoliku sędziowskim.
12. Konkurencje MF i MWF nie muszą sędziować mistrzowie sztuk walki, a ich stopnie mistrzowskie nie muszą być wyższe od, stopni startujących zawodników.

Art. 16. Doping.

Wszelkiego rodzaju formy dopingu u zawodników, sędziów, sekundantów, trenerów są zabronione.

Art.17. Inne postanowienia.

1. W przypadku jakichkolwiek niejasności i nie zrozumienia regulaminu, ze względu na bezpieczeństwo uczestników turnieju, zawodnik oraz trener mają obowiązek skonsultować się z sędzią głównym zawodów lub organizatorem.
2. Sędziowie w czasie trwania zawodów mogą interweniować w każdym przypadku, który uznają za naruszanie zasad fair play oraz naruszenie zasad bezpiecznego prowadzenia pojedynku.
3. Do stolika sędziowskiego może podejść tylko jedna osoba (trener lub osoba upoważniona przez klub do kontaktu z sędziami).
4. Na stoliku sędziowskim oraz wokół niego nie mogą być ustawiane żadne urządzenia

 All Rights Reserved

nagrywające.

5. W rozgrywkach PFKB zawodnik może wziąć udział bez względu na posiadany pas szkoleniowy. Ponieważ w różnych sztukach walki stopnie nadaje się według różnych kryteriów nie można ich uznać, jako wyznacznika wyszkolenia zawodnika. Za umiejętności i przygotowanie zawodnika do bezpiecznego udziału w rywalizacji odpowiada trener zawodnika.
6. Regulamin może zostać zmieniony z przyczyn organizacyjnych, bezpieczeństwa uczestników lub innych, przez osoby do tego wyznaczone.

All Rights Reserved

Traditional Forms i Traditional Weapons Forms

All Rights Reserved

Art.1. Definicja.

1. Traditional Forms (w skrócie TF), czyli *układy tradycyjne*, to konkurencja, w której zawodnicy startują pojedynczo, prezentując wcześniej przygotowany układ dowolny walki z jednym lub kilkoma, wyimaginowanymi przeciwnikami, zawierający oryginalne techniki pochodzące z orientalnych sztuk walki.
2. Traditional Weapons Forms (w skrócie TWF), czyli *układy tradycyjne z bronią*, to konkurencja, w której zawodnicy startują pojedynczo, prezentując wcześniej przygotowany układ dowolny walki z jednym lub kilkoma, wyimaginowanymi przeciwnikami, używając technik z tradycyjną bronią

Art.2. Kategorie wiekowe (według daty urodzenia).

1. Dziecko 7-9 lat.
2. Kadet Młodszy 10-12 lat.
3. Kadet Starszy 13-15 lat.
4. Junior 16-18 lat.
5. Senior +18 lat.
6. Elita + 35 lat (zawodnik może także walczyć w Seniorach).

Art.3. Kategorie stylowe i inne

(Sędzia Główny może zadecydować o połączeniu kategorii).

1. W kategoriach wiekowych Junior i Senior występuje podział na płeć zawodników (zarówno w konkurencji TF jak i TWF). W niższych kategoriach wiekowych dozwolony jest podział na płeć zawodników.
2. Zawodnicy startują wyłącznie w swojej kategorii wiekowej.
3. W konkurencji TF i TWF nie ma podziału na style. Występuje tylko jeden styl form – styl twardy. Oznacza to, że wszystkie wykorzystane w układzie techniki ręczne i nożne oraz pozycje, muszą pochodzić z tradycyjnych, twardych styli (np. karate, taekwondo).
4. Poprawność wykonywanego układu z jego stylowym pierwowzorem, nie jest oceniana.
5. W konkurencjach TF i TWF nie ma podziału na staż treningowy lub kolor pasa.
6. Podczas prezentowania układów, w obrębie pola walki, nie może być odtwarzana muzyka. Konkurencja ta rozgrywana jest w ciszy.

 All Rights Reserved

Art. 4. Pole występu.

Mata tatami, o wymiarach minimum 7 na 7 metrów (dozwolone są większe pola walki).

Art. 5. Czas prezentacji.

Czas wykonywania układu nie może być krótszy niż 45 sekund, ani dłuższy od 2 minut i zaczyna być mierzony od pokazania gotowości do występu przez zawodnika, poprzez podniesienie wysoko w górę, wyprostowanej ręki. Czas jest zatrzymywany gdy zawodnik wykona wyraźny ukłon w stronę sędziów na koniec występu.

Art. 6. Ubiór zawodników.

1. Nie ma żadnego ograniczenia co do stroju zawodników prezentujących układ. Ubiór musi być czysty i zadbany i musi nawiązywać do prezentowanego stylu walki (ewentualnie klubu).
2. Zawodnicy muszą mieć krótko obcięte paznokcie w dłoniach i stopach.
3. Zawodnicy noszący okulary mogą startować wyłącznie w szkłach kontaktowych na własną odpowiedzialność.
4. Długie włosy muszą być związane miękką opaską.
5. Strój nie może zawierać żadnych elementów twardych, szklanych, drewnianych, ani metalowych lub ostro zakończonych.
6. Strój zawodników musi być "zwarty" i nie może krępować ruchów podczas występu. Oznacza to, że nie można prezentować technik obronnych w długich płaszczach bądź luźnych, odpiętych bluzach lub kurtkach . Nie wolno prezentować technik z zakrytą twarzą (wyjątkiem jest tradycyjny strój ninja) lub zakrytymi oczami.
7. Zawodnicy startują boso, bez obuwia.
8. Zabrania się noszenia jakiejkolwiek biżuterii (łańcuszki, kolczyki itp.).
9. Mężczyźni mogą występować z odkrytym torsem.
10. Dozwolone jest stosowanie makijażu lecz makijaż ten nie może zmywać się (ścierać) podczas wykonywania układu . Nie dozwolone jest stosowanie kremów, olejków ani innych lepkich i śliskich substancji.

 All Rights Reserved

11. Dozwolone jest noszenie opasek bawełnianych na rękach.
12. Dozwolone jest noszenie ściągaczy na stawy.

Art.7. Zasady występu

1. Zawodnicy występują pojedynczo, prezentując wcześniej przygotowany układ z bronią lub bez. Zawodnik rozpoczyna swój układ, wchodząc w pole występu, wykonując ukłon i pokazując swoją gotowość przez podniesienie wyprostowanej ręki w górę i otrzymanie pozwolenia od Przewodniczącego Stolika Sędziowskiego. W tym czasie rusza czas i zawodnik zostaje oceniany przez sędziów.
2. Po zakończeniu występu zawodnik oczekuje na macie na werdykt sędziowski. Po okazaniu not sędziowski zawodnik wykonuje ukłon i schodzi z maty.
3. Zarówno w konkurencji form z bronią, jak i bez broni, zawodnicy są zobowiązani przedstawić się, czyli wykonać tzw. prezentację. Czas prezentacji nie może być dłuższy niż 30 sekund i nie jest wliczany w czas prezentowania formy. Prezentacja zawodnika nie jest brana pod uwagę w ocenie sędziów, lecz jest elementem wymaganym.
4. Prezentacja zawodnika musi zawierać przedstawienie się zawodnika (imię, nazwisko), przedstawienie swoich barw klubowych, a w przypadku zawodów międzynarodowych – kraju, oraz przedstawienie nazwy wykonywanego układu. Podczas przedstawienia się dozwolone jest wykonywanie technik walki oraz elementów akrobatyczno, gimnastycznych, które nie będą wliczane w dozwoloną ich liczbę w trakcie całego występu.
5. Prezentacja zawodnika może odbywać się w dwojaki sposób:
    - Przed wykonywanym układ. Jest to czas od momentu wejścia zawodnika na tatami, przybliżenia się do stolika sędziowskiego (w dowolny sposób), przedstawienia się i pokazania gotowości, przez uniesienie wyprostowanej ręki w górę.
    - Podczas wykonywanego układu. W takim przypadku czas prezentacji to suma czasu mierzona od wejścia zawodnika na tatami do momentu podniesienia w górę wyprostowanej ręki i czasu zmierzone w trakcie prezentowanego układu, gdy zawodnik przedstawia się sędziom wykonując swoją prezentację i kończąc ją ukłonem.

Art. 8. System punktowana.

1. Zawodnicy oceniani są przez 3 Sędziów Technicznych, w przypadku zawodów ligowych oraz przez 5 Sędziów Technicznych, w przypadku zawodów wyższej rangi (dozwolona jest

All Rights Reserved

mniejsza liczba Sędziów).

2. Po zakończonym występie zawodnicy otrzymują punkty od Sędziów Technicznych. Wynik not jest sumowany. Końcowa ocena to suma not wszystkich sędziów, minus punkty ujemne za faule. W przypadku oceniania zawodów wyższej rangi, sędziów technicznych musi być 5. Najniższa i najwyższa nota jest wówczas odrzucana. Noty skrajne nie są sumowane z pozostałymi.
3. W przypadku remisu przy 5 sędziach, wygrywa zawodnik o wyższej sumie not otrzymanych od wszystkich pięciu sędziów (minus punkty ujemne). Jeżeli nie można wyłonić zwycięzców (zarówno w przypadku sędziowania 3 sędziów, jak i 5), zawodnicy w takiej samej sytuacji punktowej startują w dogrywce. Wówczas po drugim zakończonym występie sędziowie wyłaniają zwycięzców, po przez wskazanie.
4. Punktacja dla poszczególnych kategorii wiekowych wygląda następująco:
    - noty od 5,0 do 7,0 - dla kategorii dziecko, starsze dziecko i młodszy kadet,
    - noty od 6,0 do 8,0 - dla kadetów,
    - noty od 7,0 do 9,0 - dla juniorów,
    - noty od 8,0 do 9,9 - dla seniorów.

5. Gradacja stopni wynosi 0,1 pkt.
6. Zawodnik podczas wykonywania układu może otrzymać ostrzeżenie (faul) oraz minus 0,3 punktu, do końcowej sumy not wszystkich trzech sędziów.

Art. 9. Kryterium oceny.

1. Głównym kryterium oceny jest poprawność wykonania wszystkich technik ręcznych, nożnych i pozycji oraz dynamika prezentowania formy.
2. Pozostałe kryteria oceny sędziowskiej:
    - stopień trudności prezentowanych technik ,
    - dynamika oraz płynność całego układu,
    - ekspresja zawodnika (skupienie, oddech, okrzyk, mimika twarzy),
    - zakończenie układu w miejscu, w którym się rozpoczęło.

All Rights Reserved

Art. 10. Techniki.

1. Dozwolone są wszystkie techniki ręczne i nożne pochodzące z orientalnych sztuk walki ze styli twardych (np. karate, taekwondo).
2. Zabronione jest stosowanie elementów gimnastycznych i akrobatycznych (salta, szpagaty, stanie na rękach itp.),3. Zabronione jest stosowanie trików oraz technik tanecznych.
3. Dozwolone jest stosowanie gwiazdy gimnastycznej, padów w przód, tył, bok, przewrotka w przód i tył, pad przez bark (jeżeli układ tego wymaga – element taki można wykonać tylko raz).

Art. 11. System kar.

1. Ostrzeżenie (-0,3 lub -0,1 pkt do całkowitej sumy not sędziowskich) można otrzymać za:
    - wyjście zawodnika obiema stopami poza tatami lub pas bezpieczeństwa (jeżeli występuje).
    - widoczne zachwianie równowagi podczas wykonywania układu (potknięcia lub upadek podczas wykonywania elementu gimnastycznego, akrobatycznego, trików lub technik walki),
    - jeżeli zawodnik wykona jakiś inny nieokreślony ruch,
    - jeżeli wykona więcej niż określona liczba ruchów akrobatycznych lub gimnastycznych,
    - jeżeli czas prezentowania układu lub prezentacji będzie nieprawidłowy,
    - nieprawidłowe rozpoczęcie i zakończenie występu.

2. Zawodnik może otrzymać minus 1,5 punktu za:
    - niedbałość w wykonywaniu technik oraz wykonywanie technik w sposób niebezpieczny,
    - jeżeli zawodnik upuści broń,
    - za niedozwolony strój,
    - stosowanie ruchów typowych dla tańca.

Art. 12. Dyskwalifikacja.

1. Zawodnik może zostać zdyskwalifikowany za następujące przewinienia:

 All Rights Reserved

- wyczerpanie limitu trzech ostrzeżeń,
- rażące naruszenie niniejszego regulaminu przez zawodnika, trenera lub sekundanta,
- nie wstawienie się w swoim narożniku w regulaminowej gotowości do występu, w czasie 2 minut od pierwszego wezwania,
- czwarte wyjście zawodnika za matę,
- po raz drugi upuści broń,
- zawodnik przerwie swój występ przed czasem,
- stosował efekty specjalne,
- stosował rekwizyty,
- wyczerpał dozwoloną liczbę 3 ostrzeżeń,
- ustawienie urządzenia nagrywającego na stoliku sędziowskim lub w jego pobliżu,
- podchodzenie osób nieupoważnionych do stolika sędziowskiego.

2. Zawodnik zdyskwalifikowany nie otrzymuje not sędziowskich i nie może dalej uczestniczyć w rywalizacji sportowej w danej konkurencji, w której został zdyskwalifikowany.
3. Punkty ujemne oraz dyskwalifikację przyznaje Przewodniczący Stolika Sędziowskiego po porozumieniu z pozostałymi Sędziami Technicznymi. Podczas przyznawania punktów ujemnych oraz dyskwalifikacji, sędziowie muszą zachować większość.

Art. 13. Rekwizyty i broń.

1. W konkurencji TF oraz TWF nie można stosować żadnych rekwizytów.
2. Broń wykorzystywana przez zawodnika w konkurencji TWF nie może być ostra, a sposób demonstrowania technik bronią, nie może zagrażać bezpieczeństwu zawodnikowi, ani innym osób znajdującym się w pobliżu tatami. Broń musi być zatwierdzone przed występem przez Sędziego Głównego zawodów lub Przewodniczącego Stolika Sędziowskiego.

Art. 14. Efekty specjalne

Zabrania się stosowania jakichkolwiek efektów specjalnych typu: lasery, dymy, ognie, eksplozje itp. Naruszenie powyższej reguły prowadzi do natychmiastowej dyskwalifikacji

 All Rights Reserved

Art. 15. Prezentacja zawodników, wejście i zejście z maty.

1. Od momentu wyczytania zawodnika, obowiązuje odpowiedni sposób prezentacji, godny sposób wejścia na matę oraz zejścia z maty po zakończeniu układu.
2. Wyczytany zawodnik wstawia się na macie w narożniku maty. Przemieszcza się wówczas w stronę stolika sędziowskiego. Gdy dojdzie do stolika sędziowskiego (odległość 2 metrów), wykonuje ukłon i przedstawia się. Po przedstawieniu się oczekuje gestu ze strony Przewodniczącego Stolika Sędziowskiego o możliwości rozpoczęcia występu. Wykonuje wówczas ukłon, deklarując swoją gotowość. Wtedy zaczyna być odliczany czas układu i odtwarzany zostaje podkład muzyczny.
3. Prezentacja zawodników (czas od wejścia na tatami zawodnika do wskazania gotowości) nie może być dłuższy od 30 sekund.
4. Prezentacja ma charakter przedstawienia się zawodnika oraz wskazania jego zalet, charakteru prezentowanego układu. Można podczas prezentacji stosować elementy gimnastyczne, akrobatyczne oraz triki (elementy te nie są wliczane w dopuszczalną ich liczbę w całym układzie).
5. Zejście z maty po zakończeniu występów musi mieć również odpowiedni charakter. Zawodnik po zakończeniu występu wykonuje ukłon w stronę stolika sędziowskiego. W tym czasie zatrzymany jest czas prezentowania układu. Zawodnik wówczas oczekuje w pozycji baczność na noty sędziów. Po wskazaniu not przez wszystkich sędziów zawodnik wykonuje ukłon i wycofuje się tyłem w stronę końcowej linii maty.

Art. 16. Sędziowie.

1. Konkurencję TF oraz TWF sędziują następujący sędziowie:
   - Sędzi Główny Zawodów
   - Sędzia Techniczny
   - Sędzia Sekretarz
   - Przewodniczący Stolika Sędziowskiego

2. Sędzia Techniczny to sędzia, który wystawia noty zawodnikom. W przypadku sędziowania zawodów ligowych, w skład stolika sędziowskiego wchodzi 3 Sędziów Technicznych. W przypadku zawodów wyższej rangi, Sędziów Technicznych musi być 5 (dozwolona

All Rights Reserved

jest mniejsza liczba Sędziów).

3. Sędzia Główny Zawodów wyłania spośród wszystkich Sędziów Technicznych, Przewodniczącego Stolika Sędziowskiego. Musi to być sędzia o największym doświadczeniu w sędziowaniu tej konkurencji. Przewodniczącym Stolika Sędziowskiego nie może zostać osoba o niższej klasie sędziowskiej od pozostałych sędziów.
4. Sędzia Główny zawodów może pełnić funkcję Przewodniczącego Stolika Sędziowskiego.
5. Zawody ligowe sędziują sędziowie Klasy C. Dopuszczalne jest, aby zawody ligowe sędziowali sędziowie wyższych klas. Zawody rangi krajowej muszą sędziować sędziowie posiadający minimum Klasę B. Sędziowie z najwyższą klasą sędziowską A, mogą sędziować zawody międzynarodowe. Klasy sędziowskie analogicznie określają Sędziów Sekretarzy.
6. Wszyscy sędziowie muszą występować w oficjalnym stroju sędziowskim oraz posiadać przy sobie właściwy identyfikator (licencję).
7. Każdy Sędzia Techniczny musi przejść obowiązkowe szkolenie na Sędziego Sekretarza. Każdy Sędzia Techniczny, w chwili otrzymania licencji Sędziego Technicznego posiada również uprawnienia Sędziego Sekretarza dla swojej Klasy sędziowskiej. Sędziowie Techniczni mogą zastępować na zawodach różnej rangi, Sędziów Sekretarzy.
8. Liczba Sędziów Sekretarzy na zawodach, przy jednym stoliku sędziowskim, to jedna osoba w przypadku zawodów ligowych i dwie osoby, w przypadku zawodów wyższej rangi.
9. Do obowiązków Sędziego Sekretarza należy:
    - właściwe prowadzenie list startowych,
    - odnotowywanie not sędziowskich, punktów ujemnych oraz sumowanie not,
    - wyczytywanie zawodników (może zastąpić go inna, wydelegowana przez niego osoba),
    - ogłaszanie not (może zastąpić go inna, wydelegowana przez niego osoba),
    - pomiar czasu (może zastąpić go inna, wydelegowana przez niego osoba),
    - pokazywanie punktów ujemnych (nie przyznawanie).

10. Sędzia Główny Zawodów zostaje wydelegowany przez Zarząd MFR. Organizator zawodów może zgłosić swojego kandydata na to stanowisko.
11. Przy stoliku sędziowskim oraz w jego pobliżu nie mogą znajdować się żadne inne osoby nieuprawnione przez Przewodniczącego Stolika Sędziowskiego oraz Sędziego Głównego. Sędziowie „nie aktywni”, którzy nie zostali wydelegowani do sędziowania danej kategorii, nie mogą zasiadać przy stoliku sędziowskim.

 All Rights Reserved

12. Konkurencje TF i TWF nie muszą sędziować mistrzowie sztuk walki, a ich stopnie mistrzowskie nie muszą być wyższe od, stopni startujących zawodników.

Art. 17. Doping.

Wszelkiego rodzaju formy dopingu u zawodników, sędziów, sekundantów, trenerów są zabronione.

Art.18. Inne postanowienia.

1. W przypadku jakichkolwiek niejasności i nie zrozumienia regulaminu, ze względu na bezpieczeństwo uczestników turnieju, zawodnik oraz trener mają obowiązek skonsultować się z sędzią głównym zawodów lub organizatorem.
2. Sędziowie w czasie trwania zawodów mogą interweniować w każdym przypadku, który uznają za naruszanie zasad fair play oraz naruszenie zasad bezpiecznego prowadzenia pojedynku.
3. Do stolika sędziowskiego może podejść tylko jedna osoba (trener lub osoba upoważniona przez klub do kontaktu z sędziami).
4. Na stoliku sędziowskim oraz wokół niego nie mogą być ustawiane żadne urządzenia nagrywające.
5. W rozgrywkach PFKB zawodnik może wziąć udział bez względu na posiadany pas szkoleniowy. Ponieważ w różnych sztukach walki stopnie nadaje się według różnych kryteriów nie można ich uznać, jako wyznacznika wyszkolenia zawodnika. Za umiejętności i przygotowanie zawodnika do bezpiecznego udziału w rywalizacji odpowiada trener zawodnika.
6. Regulamin może zostać zmieniony z przyczyn organizacyjnych, bezpieczeństwa uczestników lub innych, przez osoby do tego wyznaczone.

 All Rights Reserved