



CENTRO SPORTIVO EDUCATIVO NAZIONALE

Ente di Promozione Sportiva del C.O.N.I. (Art. 31 D.P.R. 2-8-1974 n. 530)

Ente Nazionale con Finalità Assistenziali Riconosciuto dal Ministero dell'Interno

(D.M. 55IC 3206. 12000. A. (101) del 29-2-1992)

Via L. Bodio, 57 – 00191 Roma – Tel. 06/3294807 – 3294702 Fax 06/3292397

www.csen.it – indirizzo

REGOLE DELLA KICKBOXING DILETTANTISTICA

Indice

1. status dell'atleta
2. luogo ove si svolgono le competizioni
3. Ufficiali di gara
4. Coach
5. il kickboxer dilettante
6. doping
7. comportamento antisportivo
8. abbigliamento e protezioni degli atleti
9. point fighting
10. light contact
11. full contact
12. low kick
13. contestazioni

1. STATUS DELL'ATLETA

Con il tesseramento allo CSEN, gli atleti ne accettano in toto lo statuto ed i regolamenti. Tutti gli atleti devono comprovare il non impedimento psico-fisico all'attività di kickboxing con il certificato medico di idoneità all'attività amatoriale o agonistica. Tutti gli atleti devono essere in regola con il proprio libretto delle arti marziali detto Budopass. Gli atleti agonisti, cioè coloro i quali partecipano alle competizioni, devono

avere un'età e competenze tecniche richieste dalla disciplina rappresentata. Sarà cura e responsabilità del club certificarne l' idoneità all'Ente di Promozione.

2. LUOGO OVE SI SVOLGONO LE COMPETIZIONI

SERVIZIO D'ORDINE

QUANTITA': in relazione al numero dei quadrati (almeno una persona per quadrato di gara, due persone per area di riscaldamento, una persona per area gestione gara).

RUOLO: sotto la direzione del Commissario di gara garantirà il corretto svolgimento della competizione ed in particolare controllerà l'accesso alle varie zone.

LOCAZIONE: a discrezione del Commissario di gara.

IDENTIFICAZIONE ED ABBIGLIAMENTO: sarà vestito in modo da essere riconosciuto come tale secondo le direttive ed il materiale fornito dall'Organizzazione e sarà dotato di tesserino d'identificazione.

AREA DI GARA

L'area di gara sarà il parterre dove saranno collocati i quadrati.

QUADRATI

Le competizioni si svolgeranno in aree chiamate "Quadrati" le quali potrebbero essere in materiale antiurto detto tatami, oppure un ring.

Ogni quadrato sarà contrassegnato da un numero che lo renda facilmente identificabile anche da lontano.

Il lato del quadrato di gara avrà dimensioni di 6 mt. o di 8 mt.

I quadrati dovranno essere distanti fra loro almeno 2,50 mt. come pure da altre aree.

Per ogni quadrato c'è un Responsabile che solitamente si identifica con la figura dell'Arbitro Centrale, il quale si occuperà qualora ci fosse bisogno, di modificare i tabelloni di gara e di prendere decisioni relative a problematiche che potrebbero venirsi a creare durante gli incontri. Per questo motivo, in caso di proteste da parte di terze persone, quali atleti o coach, l'unico referente deve essere il Responsabile del Quadrato.

Si rammenta che l' atleta non può comunicare in prima persona con i Giudici di gara se non tramite il proprio coach, ovvero se espressamente invitato a farlo.

AREE DI RISCALDAMENTO

Al di fuori dell'area di gara verranno delimitate delle aree di riscaldamento cui potranno accedere solo coach, atleti e personale di gara.

L'area di riscaldamento dovrà essere grande almeno quanto un sesto del parterre di gara.

AREA GESTIONE GARA

Fra l'area di gara e le aree di riscaldamento sarà delimitata un'area detta di gestione di gara dove sarà collocato il tavolo dei premi, il tavolo di gestione generale dove presenzieranno il Commissario di gara, il Responsabile organizzativo, lo Speaker ed il Responsabile degli Arbitri.

A tale area potranno temporaneamente accedere anche i coach che intendano ottenere informazioni.

E' in tale area che saranno discusse eventuali controversie, sbrigate pratiche burocratiche, aggiornati i programmi di gara e discussi eventuali problemi.

AREA PER IL PUBBLICO

Nella struttura ospitante la competizione dovranno essere presenti spazi per il pubblico.

Il numero minimo dei posti a sedere dovrà essere pari ad una volta e mezza il numero degli atleti iscritti alla gara.

N.B. Sarà compito del servizio d'ordine permettere l'accesso delle persone autorizzate alle varie aree.

3. UFFICIALI DI GARA

RESPONSABILE ORGANIZZATIVO

E' colui che, fatta richiesta ed ottenuto il nullaosta alla competizione, si fa garante dell'impiantistica e dell'attrezzatura necessaria allo svolgimento della gara, assicura che siano a disposizione adeguati premi per i vincitori, assicura che sia a disposizione la copertura economica della gara.

COMMISSARIO DI GARA

E' la massima autorità della gara e risponde del suo operato solo all'Ente Nazionale. E' l'unica persona che può dare direttive circa lo svolgimento della gara. Dovrà controllare tutte le attività preliminari della gara in modo che essa si svolga regolarmente (nello specifico controllo bilance ed operazioni di peso, presenza personale di gara, controllo quadrati ed attrezzatura, assegnazione dei rispettivi compiti a quanti partecipano allo svolgimento della gara).

SPEAKER

Sotto le direttive del Commissario di gara e del Responsabile organizzativo, lo Speaker avrà il compito di comunicare tramite opportuna attrezzatura le informazioni al pubblico, al personale di gara ed agli atleti.

PERSONALE MEDICO

In ogni gara sarà tassativamente obbligatoria la presenza di personale medico opportunamente attrezzato (il numero del personale sarà in relazione al numero dei partecipanti) secondo le norme vigenti.

LOCAZIONE: il personale medico siederà in un punto da cui possa velocemente raggiungere ogni zona dove si svolgono le competizioni.

N.B. Il parere del medico è indiscutibile sulla prosecuzione o meno di un incontro.

RESPONSABILI ARBITRI

RUOLO: supervisionerà l'operato degli arbitri. Ogni sua decisione sarà insindacabile e risoltrice. Assegnerà gli Ufficiali di gara ad ogni quadrato e sarà responsabile per loro.

LOCAZIONE: potrà circolare liberamente in ogni luogo di gara.

ABBIGLIAMENTO: Sarà vestito in modo da essere riconosciuto come tale secondo le direttive ed il materiale fornito dall'Ente. (camicia bianca, cravatta blu (dell'ente), giacca blu, pantaloni grigi classici (no jeans) e scarpe nere (durante lo svolgimento della gara, su decisione del responsabile arbitri si potrà togliere la giacca e arbitrare in camicia). Il responsabile Arbitri sarà fornito di tesserino d'identificazione personale.

ARBITRI E GIUDICI

Devono possedere i requisiti tecnici per assolvere i vari compiti a loro assegnati.

Tali requisiti, cioè le competenze tecniche e l'attitudine a dirigere e/o giudicare gli atleti in competizione tra loro, devono essere dimostrati in sede di specifici esami organizzati dall'Ente. Gli esami verranno sostenuti solo da coloro i quali abbiano partecipato ai relativi corsi di formazione. Il superamento dell'esame, ovvero il riconoscimento del livello sotto indicato, verrà riportato sul Budopass personale, inserito nell'elenco Nazionale CSEN settore Ufficiali di gara e verrà rilasciato apposito tesserino di riconoscimento.

Sono previsti 3 livelli di qualifica Nazionale:

1° livello: Giurato di tavolo;

2° livello: Giudice di linea;

3° livello: Arbitro centrale.

ARBITRO CENTRALE

Ogni quadrato avrà un arbitro centrale. E' suo compito assicurare che durante il match sia rispettato il Regolamento Nazionale vigente, senza eccezione alcuna. È anche investito del ruolo di Capo area in caso in cui tale figura non sia presente al tavolo della Giuria.

- Si accerta che i Giudici di linea abbiano verificato che gli atleti indossino sia le protezioni obbligatorie che l'abbigliamento, come da regolamento.
- Pone gli atleti al centro del quadrato e ricorda loro brevemente le regole del "fair play", il tipo di match e su quanti round si disputa.
- Attribuisce i richiami ufficiali e le penalità comunicandolo in modo chiaro e visibile ai Giudici di linea e al tavolo della Giuria. Negli incontri di point fighting, comunica al tavolo della Giuria i punteggi assegnati agli atleti.
- Al comando: "Break", gli atleti sospendono temporaneamente il combattimento facendo rispettivamente un passo indietro e riprendono immediatamente ed autonomamente il combattimento.

- Al comando: "Stop", gli atleti smettono immediatamente il confronto e riprendono solo al successivo comando: "Fight" oppure "Contact".
- In caso di conteggio di un atleta, l'altro attende la ripresa del match stando all'angolo neutro e senza conferire col proprio coach.
- In caso di ferita di un atleta, l'altro attende la ripresa del match stando nell'angolo neutro dando le spalle al quadrato di gara, senza conferire col proprio coach.
- Tutela l'incolumità degli atleti (anche nelle competizioni a contatto pieno). A tal fine può sospendere il match per verificare lo stato di salute dell'atleta, ovvero richiedere l'intervento del personale medico. In questo ultimo caso le cure prestate non devono superare i 3 minuti, pena il verdetto di KO per intervento medico. Il ritiro dell'atleta dal match lo può confermare il personale medico anche prima dei 3 minuti previsti. In ogni caso, il parere del personale medico è autoritario e sarà compito del tavolo della Giuria redigere apposito verbale a conclusione del match. Questo per consentire, a posteriori, di attribuire eventuali responsabilità ai fini assicurativi.
- Al termine dell'incontro pone gli atleti al centro del quadrato in attesa del verdetto dei Giudici, i quali sono chiamati ad esprimersi con voto palese indicando l'atleta vincitore con la mano o con apposite bandierine, ovvero tramite responso siglato sui cosiddetti "cartellini". Negli incontri di point fighting, attende il verdetto dal tavolo della Giuria.
- Infine, è l'unico a poter comunicare ufficialmente con gli atleti ed i coach, anche durante il match.

LOCAZIONE: rimarrà all'interno del quadrato. All'inizio dell'incontro sarà di fronte al tavolo della Giuria, vicino al centro del quadrato. Una volta avviato l'incontro si sposterà liberamente per avere visione ottimale dell'incontro, ma anche in modo da lasciare libertà di movimento agli atleti ed in modo da favorire la visuale al pubblico ed ai Giudici.

IDENTIFICAZIONE ED ABBIGLIAMENTO: ogni Arbitro centrale sarà vestito in modo da essere riconosciuto come tale secondo le direttive ed il materiale fornito dall'Ente.(camicia bianca,cravatta blu(dell'ente),giacca blu,pantaloni grigi classici(no jeans) e scarpe nere(durante lo svolgimento della gara ,su decisione del responsabile arbitri si potrà togliere la giacca e arbitrare in camicia) . Ogni Arbitro sarà fornito di tesserino d'identificazione personale.

GIUDICE DI LINEA

QUANTITA': ogni quadrato avrà due Giudici di linea, per quanto riguarda i match di point fighting, e tre Giudici di linea per gli incontri di light e full contact. Questi ultimi, in caso di estrema necessità potranno essere due. In questo caso anche l'Arbitro centrale è chiamato ad esprimere un giudizio al termine dell'incontro.

RUOLO: assegna il punteggio agli atleti e, sotto la direzione dell'Arbitro centrale le eventuali penalità.

LOCAZIONE: due Giudici siedono agli angoli del lato del quadrato posto di fronte al tavolo della Giuria. E' loro compito verificare che gli atleti indossino le protezioni obbligatori e vestano in modo consono con quanto previsto dal Regolamento Nazionale. Di ciò daranno contezza all'Arbitro centrale. Il terzo Giudice

siederà in uno degli angoli opposti ove possa avere la migliore visuale del match. Per gli incontri di point fighting è prevista la presenza dei 2 Giudici di linea all'interno del quadrato di gara.

IDENTIFICAZIONE ED ABBIGLIAMENTO: ogni Giudice di linea sarà vestito in modo da essere riconosciuto come tale secondo le direttive ed il materiale fornito dall'Ente di promozione. (camicia bianca, cravatta blu (dell'ente), giacca blu, pantaloni grigi classici (no jeans) e scarpe nere (durante lo svolgimento della gara, su decisione del responsabile arbitri si potrà togliere la giacca e arbitrare in camicia). Ogni Giudice sarà fornito di tesserino d'identificazione.

GIURIA

QUANTITA': ogni quadrato avrà almeno due Giurati aventi i seguenti compiti:

- **Capo area:** è la massima autorità relativa al quadrato ove si svolge la gara ed è il responsabile di quegli Ufficiali di gara. Gestisce il turn over degli Ufficiali di gara a lui preposti e presiede il tavolo di Giuria. In caso di carenza di personale tale figura può corrispondere con l'Arbitro centrale.
- **Cronometrista:** avvia il cronometro e lo ferma ogni volta che l'Arbitro centrale lo ordina; segnala quando mancano trenta secondi alla fine del round nonché la fine dello stesso.
- Tiene e segnala il tempo di recupero (1 minuto) tra i vari round dello stesso match, nonché l'eventuale intervento del personale medico.
- Infine, in caso di più chiamate di un atleta a disputare il match, tiene il tempo (1 minuto) dell'ultimo avviso di chiamata (3 chiamate), dopo di che l'Arbitro centrale decreterà la vittoria dell'atleta presente per abbandono dell'avversario.
- **Verbalizzante:** redige gli eventuali cartellini per i Giudici di linea, informa l'Arbitro centrale sul tipo di match che sta per svolgersi (per es. se si tratta di light contact o low kick ovvero se è una finale o meno). Aggiorna il tabellone in base ai verdetti dei singoli match e lo consegnerà, al termine, al Commissario di gara il quale lo trasmetterà all'Ente.
- Chiama gli atleti che devono gareggiare ed annuncia chi saranno gli atleti che seguiranno.
- Verbalizza tutto quanto sia doveroso informare in via ufficiale il Commissario di gara, ovvero l'Ente di Promozione, in merito agli accadimenti di quel quadrato di gara; per esempio l'intervento del personale medico, controversie e contestazioni ecc.

LOCAZIONE: la Giuria siederà ad un apposito tavolo ad un minimo di 1,50 mt. dal quadrato di gara.

IDENTIFICAZIONE ED ABBIGLIAMENTO: ogni Giurato sarà vestito in modo da essere riconosciuto come tale secondo le direttive ed il materiale fornito dall'Ente. (camicia bianca, cravatta blu (dell'ente), giacca blu, pantaloni grigi classici (no jeans) e scarpe nere (durante lo svolgimento della gara, su decisione del responsabile arbitri si potrà togliere la giacca e arbitrare in camicia). Ogni Giurato sarà fornito di tesserino d'identificazione.

N.B. Per lo svolgimento regolare della competizione in ogni quadrato dovranno essere presenti almeno sei Ufficiali di gara, tra Arbitro centrale, Giudici di linea e Giuria di tavolo. Prima dell'inizio della competizione il Commissario di gara informerà gli Ufficiali di gara sui tempi di lavoro e quelli di riposo di ognuno. In relazione

al numero dei quadrati di gara, il Commissario di gara deve disporre di Ufficiali di gara di riserva in modo da garantire una sostituzione e un adeguato riposo agli Ufficiali impiegati attivamente.

Gli Ufficiali di gara sono coloro che rendono possibile lo svolgimento della competizione e la rappresentano. Il loro comportamento dovrà essere impeccabile così come il loro abbigliamento. Non dovranno masticare caramelle o chewing-gum né mangiare in prossimità del quadrato, non dovranno assolutamente interagire con gli atleti o con i coach se non in modo formale, ufficiale ed educato, non potranno mai abbandonare il quadrato se non previo permesso dell'Arbitro centrale. Le cariche d'Ufficiale di gara e di Coach sono incompatibili se avvengono nella stessa competizione.

4. COACH

Ogni atleta deve avere un solo Coach il quale lo assiste prima, durante e dopo l'incontro. Dovrà mantenere un atteggiamento perfettamente entro i limiti della sportività e dell'educazione verso gli Ufficiali di gara, il proprio atleta ed il suo avversario ed il pubblico. È preferibile che indossi la divisa della società o comunque un abbigliamento decoroso e con scarpe ginniche. Il Coach dovrà astenersi dal giudicare l'operato degli Ufficiali di gara, anche solo con gesti o espressioni del viso e dal cercare di influenzarli.

Dovrà astenersi dall'incitare il suo atleta ad alta voce. Come gli atleti, non può sostare nei pressi dei tavoli della Giuria e nei pressi del quadrato e non può conferire con nessun addetto alla gara se non con il Commissario di gara o su invito degli Ufficiali di gara. La mancata osservazione di quanto sopra descritto comporterà il richiamo e l'eventuale allontanamento. Tale allontanamento potrà essere relativo solo a quel combattimento o permanente. Nel caso d'allontanamento permanente, potrà sostare solo nell'area riservata al pubblico.

5. IL KICKBOXER DILETTANTE

Regole che riguardano in specifico il kickboxer dilettante:

1. L'atleta che abbia disputato incontri con più di 5 round, perde automaticamente la sua condizione di dilettante;
2. qualsiasi atleta il cui nome compaia nelle classifiche di associazioni professionali perde automaticamente la sua condizione di dilettante;
3. nel caso in cui il nome di un atleta compaia in tali classifiche per cause non ad egli imputabili, allora questi deve dichiarare e sottoscrivere di essere effettivamente un dilettante e di non avere alcuna connessione con la kickboxing professionale;
4. in caso di contestazione, la decisione finale viene rimessa all'Ente che dovrà prendere una decisione dopo aver ascoltato la testimonianza del kickboxer in questione e della società che lo rappresenta.

5. DOPING

Per tutte le attività del settore, valgono le norme anti-doping del Comitato Olimpico Internazionale.

L'atleta che risulti positivo ai test anti-doping verrà immediatamente radiato dal luogo di competizione, nonché dal CSEN. Eventuali ricorsi sono ammessi direttamente al CSEN nei modi e tempi previsti.

6. COMPORTAMENTO ANTISPORTIVO

Nel caso in cui venissero a crearsi situazioni non conformi al rispetto dei Regolamenti, o dei Giudici di gara (offese, aggressioni, minacce e linguaggio volgare), le persone colpevoli di tali comportamenti potranno subire squalifiche, che possono tradursi in periodi più o meno lunghi di allontanamento dalle competizioni, in base alla gravità del fatto accaduto, fino alla radiazione dall'Ente di Promozione.

È sicuramente considerato un comportamento antisportivo il gettare via le protezioni al termine o addirittura durante un match. È altrettanto fatto degno di gravità il non presentarsi volontariamente alla propria premiazione, ovvero il rifiuto del premio attribuito.

L'atleta è tenuto al massimo rispetto di tutti i presenti, deve astenersi da commenti, anche non verbali e da discussioni. In gara può conferire solo con il proprio Coach e comportarsi sempre con la massima educazione e sportività.

8. ABBIGLIAMENTO E PROTEZIONI DEGLI ATLETI

VESTIARIO

Gli atleti vestiranno la divisa della società di appartenenza. Le divise non dovranno contenere cerniere o alcun tipo di corpo rigido. Nelle competizioni di pointfighting, light contact e full contact sono obbligatori pantaloni lunghi fino alla caviglia. Per le competizioni di low kick, light low kick, e K1 sono obbligatori i pantaloncini corti tipici. Non sono ammesse canottiere. La divisa e le protezioni non dovranno recare scritte volgari o sconvenienti né simboli politici più o meno palesi. La divisa dovrà essere in ordine e pulita. Nelle competizioni di point fighting, light e full contact, l'atleta dovrà vestire una cintura attestante il suo livello tecnico. Questo consente anche di individuare meglio il bersaglio lecito da quello no.

E' fatto divieto di indossare catenine, orecchini e piercing, bracciali, orologi e quant'altro possa arrecare danno fisico per sé o l'altro atleta. È vietato portare ai piedi ciabatte, scarpette o stivaletti.

PROTEZIONI OBBLIGATORIE

CASCETTO: dovrà essere imbottito anche sulla nuca, non dovrà avere corpi rigidi che possano arrecare danno all'atleta o al suo avversario. Sono ammessi i caschi con visiera in plexiglas oppure griglia in quanto la stessa è da intendersi come protezione dell'atleta e non come pericolosa per l'avversario.

GUANTI: nel point fighting possono essere chiusi o a mano aperta. I guanti a mano aperta devono obbligatoriamente coprire con imbottitura dita, dorso della mano, taglio della mano – sia interno sia esterno

– nocche e polso. I guanti dovranno chiaramente essere del tipo da combattimento e assolutamente non da sacco o simili. Non sono ammessi guanti con lacci. Nelle altre specialità sono obbligatori guanti chiusi da dieci onces. Se la chiusura è determinata da lacci, tipo boxe, questi devono essere protetti da speciale nastro adesivo. In ogni caso la chiusura del guantone non deve essere tale da poter arrecare danni all'avversario.

PARAPIEDE: dovrà coprire tutto il piede e cioè il dorso, le dita e calcagno. E' esclusa la pianta.

PARATIBIA: non devono essere di materiale rigido e vanno indossati sotto il pantalone.

PARADENTI: ad arcata singola o doppia. È obbligatorio anche in caso di caschetto con griglia o visiera.

CONCHIGLIA: indossata sotto il pantalone.

PARASENO: solo per le donne e indossato sotto la divisa.

PROTEZIONI FACOLTATIVE:

Bendaggi alle mani e ai piedi, paragoniti, paraginocchia, corpetti paracostole. Comunque di materiale non rigido o con parti in plastica.

PENALITA'

Ogni atleta che si presenti sul quadrato non in regola con le norme sopra descritte avrà un minuto e mezzo (90 secondi) per porvi rimedio. Trascorso tale tempo l'atleta sarà squalificato.

9. POINT FIGHTING

DISPONIBILITA' DEGLI ATLETI

L'atleta deve essere nei pressi del quadrato quando viene chiamata la sua categoria e rispondere all'appello che verrà fatto dall'arbitro centrale o dallo speaker.

Quando sarà il suo turno dovrà presentarsi sul quadrato immediatamente.

Quando un atleta non si presenta alla prima chiamata, la Giuria lo chiamerà per altre due volte alla distanza di 30 secondi. Trascorsi altri 60 secondi dalla terza ed ultima chiamata sarà squalificato.

PRESENTAZIONE

Nelle pause fra gli incontri e prima dell'inizio dell'incontro, l'Arbitro centrale sarà immobile ed in posizione d'attesa al centro del quadrato ed i Giudici di linea saranno immobili nella stessa posizione agli angoli del quadrato. Tutti coloro che sono in piedi ed in posizione d'attesa saranno rivolti verso il tavolo della Giuria. Quando chiamati dalla Giuria, gli atleti si porranno al di fuori del lato del quadrato a loro assegnato. L'atleta primo chiamato si porrà sul lato destro dell'Arbitro centrale, solitamente chiamato anche "angolo rosso". Il lato opposto è anche chiamato "angolo blu" e si trovano rispettivamente a sinistra e a destra rispetto ai Giurati al tavolo.

ATLETI DENTRO IL QUADRATO

Per chiamare gli atleti dentro il quadrato, l'Arbitro centrale farà un cenno ed essi si porranno dietro la linea di partenza.

CONTROLLO DELLE PROTEZIONI E DEL VESTIARIO

Per verificare che la tenuta degli atleti sia idonea, l'Arbitro centrale inviterà con un cenno i due Giudici di linea ad eseguire il controllo. Una volta accertato lo stato degli atleti, i due Giudici eseguiranno un inchino verso l'Arbitro centrale e torneranno al loro posto.

SALUTO E INIZIO DEL COMBATTIMENTO

Al cenno dell'Arbitro centrale, gli atleti eseguiranno il saluto. Quando l'Arbitro centrale pronuncerà la parola "Posizione!" gli atleti assumeranno la posizione di guardia dietro la linea di partenza, alla parola "Combattere!" dell'Arbitro centrale, che può anche essere pronunciata col termine Inglese "Fight" oppure "Contact" ed al suo contemporaneo cenno, la gara avrà inizio.

DURATA DEL MATCH

Il combattimento è disputato in una ripresa di 2 minuti, nelle fasi eliminatorie e due riprese da due minuti nella finale (salvo eccezioni preventivamente comunicate). Per convenzione, la ripresa è anche chiamata con il termine Inglese "Round". Il tempo sarà interrotto solo su indicazione dell'Arbitro centrale con la parola "Tempo" ed il relativo cenno con le mani rivolto al tavolo della Giuria. Al termine dell'incontro, l'Arbitro centrale chiama al centro del quadrato entrambi gli atleti e proclama il vincitore alzandone il braccio e dicendo, a voce chiara, "Vince!". E' opportuno che sia indicato, come vincitore, il colore dell'angolo di appartenenza. In caso di parità di punteggio si protrarrà il combattimento per un altro minuto. In caso di ulteriore parità il combattimento verrà fatto continuare fino a quando uno dei due atleti eseguirà una tecnica aggiudicandosi almeno un punto e quindi il combattimento.

TEMPO DI PAUSA TRA GLI INCONTRI

Ad ogni atleta che passa il turno, sarà dato un tempo minimo di cinque minuti di recupero tra un incontro e l'altro.

TIME OUT

Il Coach o l'atleta possono chiamare "Time out" per sistemare, qualora ve ne fosse bisogno, il vestiario o le protezioni, o per ferita.

RITIRO DELL'ATLETA

Un atleta può ritirarsi dalla competizione alzando il braccio e uscendo dal quadrato, dopo aver eseguito il saluto all'avversario ed ai Giudici. Tale ritiro può essere reclamato anche dal Coach. In ogni caso il Coach è tenuto a dare contezza di ciò all'Arbitro centrale, il quale rapporterà il tutto al tavolo della Giuria per la verbalizzazione.

TECNICHE VALIDE

Tutte le tecniche di pugno, anche in rotazione (spinning back fist), col dorso della mano, col taglio della mano interno ed esterno (non sono ammessi altri colpi a mano aperta), tutte le tecniche di calcio, anche in rotazione e le spazzate. Le spazzate non vanno mai portate contro l'articolazione dell'arto, ma a favore, cioè mai antero-posteriore. I colpi devono essere portati su bersagli validi solo con le mani ed i piedi.

Non è consentito colpire con le ginocchia, i gomiti e la testa. È vietato trattenere in toto o in parte l'avversario (clinch) ovvero spingerlo o stratonarlo.

È vietato colpire l'avversario qualora questi fosse a terra (per es. a seguito di una spazzata).

Non è consentito eseguire alcuna tecnica da terra ovvero se almeno una mano tocca terra.

BERSAGLI VALIDI

Testa: compresa la nuca, esclusi la sommità del capo ed il collo.

Tronco: frontale e laterale, esclusi arti e schiena.

Piede: parte coperta da protezione, solo per le spazzate.

BERSAGLI VIETATI

Sono bersagli vietati quelli non specificati come bersagli validi.

COEFFICIENTI DI PUNTEGGIO

- 1 punto**
 - ogni tecnica di pugno che arrivi al bersaglio sia al tronco che al viso
 - ogni tecnica di calcio con l'altro piede in appoggio che arrivi al tronco
 - ogni spazzata che atterri l'avversario
- 2 punti**
 - ogni tecnica di calcio con l'altro piede in appoggio che arrivi alla testa
 - ogni tecnica di calcio con l'altro piede non in appoggio che arrivi al tronco
- 3 punti**
 - ogni tecnica di calcio con l'altro piede non in appoggio che arrivi alla testa

GIUDIZIO DI VALIDITA' D'UNA TECNICA

Una tecnica è ritenuta valida quando contiene i requisiti di correttezza tecnica, distanza, dinamicità (velocità e precisione), controllo al bersaglio ed equilibrio (cioè l'atleta non cade né durante né dopo la tecnica). La tecnica è considerata valida anche se seguita da caduta involontaria, cioè qualora l'atleta cada in seguito a spinta scorretta ovvero non motivata da attacco. Non sono considerate valide le tecniche eseguite dopo lo stop dell'Arbitro e quelle eseguite al di fuori del quadrato di gara, nonché le "tecniche cieche".

Sarà giudicata valida quella tecnica messa a segno su di un atleta che ha un solo piede all'esterno del quadrato (ma l'altro ancora all'interno). Per contro, la tecnica dell'atleta che la metterà a segno, ma con un piede al di fuori del quadrato, verrà giudicata nulla, sempre che nel frattempo l'arbitro non abbia dichiarato lo stop per assegnare l'uscita.

TECNICHE CIECHE

Sono considerate tali le tecniche eseguite con lo sguardo non diretto verso l'avversario. In particolare le tecniche di calcio o pugno girato devono essere eseguite individuando con lo sguardo il bersaglio prima del colpo.

USCITE

E' considerata uscita ogni volta che un piede sia poggiato fuori della linea degli 8 mt. o che entrambi i piedi siano poggiati fuori della linea dei 6 mt. (qualora il lato del quadrato sia di 6 mt. e un contendente poggia un piede fuori della linea e solleva l'altro è considerata uscita).

L'uscita è considerata tale anche se non volontaria e se giustificata dall'azione di combattimento (quindi anche in attacco), l'unica eccezione può essere una spinta (tecnica non ammessa).

E' da considerare uscita l'intero piede al di fuori dell'area di gara, mentre il piede sulla linea che delimita l'area di gara non è uscita.

Se un combattente salta in aria per attaccare o difendere, realizzando il punto, lo stesso viene annullato se la fase di atterraggio si completa al di fuori dell'area di gara; non si segnala nemmeno l'uscita perché involontaria.

Se un atleta esce dal quadrato di gara effettuando un'azione di attacco, non viene considerata uscita.

PENALITA'

Alla prima uscita l'atleta è richiamato e le uscite vengono annotate dai Giurati; alla seconda uscita l'atleta è penalizzato di un punto, alla terza uscita l'atleta è penalizzato di un punto, alla quarta uscita l'atleta è squalificato.

ATLETA ATTERRATO

Si considera atleta atterrato quando una qualsiasi parte del corpo tocca terra (eccetto i piedi).

AZIONI PROIBITE

- colpire senza controllo;
- colpire dopo lo stop;
- colpire con tecniche non specificate come tecniche valide;
- colpire bersagli non specificati come bersagli validi;
- trattenere l'avversario, spingerlo, afferrarlo;
- mordere, graffiare ed eseguire leve articolari;
- eseguire tecniche appoggiando qualsiasi parte del corpo a terra (eccetto i piedi);
- spazzare in senso contrario all' articolazione;
- gridare senza ragione e fare gesti irrispettosi;
- perdere volutamente tempo;

- evitare il combattimento (correndo, girando la schiena, cadendo a terra sia in attacco che in difesa, ecc.);
- parlare durante l'incontro.

PENALITA' E SQUALIFICHE

Ogni qualvolta un contendente commetterà un fallo i Giudici potranno richiamarlo, penalizzarlo o squalificarlo a seconda della gravità del caso.

Violazioni non gravi del regolamento daranno luogo a richiami ufficiali, fino a uno; al secondo richiamo si infligge un punto di penalità, al terzo ancora un punto, e al quarto la squalifica.

Sono considerati falli gravi quelli che mettono a repentaglio l'incolumità dei contendenti ed i comportamenti palesemente maleducati e antisportivi. Sono aggravanti del fallo grave l'intenzionalità e la reiterazione. A seconda della gravità del fallo i Giudici potranno penalizzare di un punto o anche squalificare l'atleta. Mentre per l'assegnazione del punto di penalità è sufficiente la maggioranza dei Giudici (due su tre), per la squalifica è necessaria l'unanimità dei Giudici. In caso di controversia l'ultima parola spetterà al Responsabile Arbitri.

ASSEGNAZIONE DI PUNTI O PENALITA'

L'Arbitro centrale arresta il combattimento con la parola "Stop" ogni volta che un atleta porta a segno una tecnica regolare (su propria iniziativa o su segnalazione di un Giudice di linea).

Allo stop i due atleti si posizioneranno dietro la linea di partenza in attesa di riprendere il match.

L'incontro di point fighting è diretto a maggioranza semplice; il punto è assegnato solo se dato dalla maggioranza dei Giudici (due su tre) e così il richiamo ed il punto di penalità. Per la squalifica è necessaria l'unanimità dei Giudici.

Ogni Giudice dovrà esprimere il suo giudizio (non è contemplata l'astensione). In caso un Giudice non veda l'azione deve segnalare che per lui non è stata effettuata alcuna tecnica valida.

E' assegnato il punto all'atleta che per primo porta una tecnica al bersaglio. In caso di concomitanza, viene assegnato il punto ad entrambi, in base ai relativi coefficienti di punteggio.

Non si può assegnare il punto ad un atleta che abbia fatto precedere o seguire la tecnica valida da un fallo.

VITTORIA DELL'INCONTRO

L'atleta può vincere l'incontro:

- per avere totalizzato più punti dell'avversario al termine del tempo di gara;
- per superiorità tecnica quando vi siano dieci punti di differenza dall'avversario, anche prima del termine del tempo di gara;
- per abbandono o per squalifica dell'avversario;
- per intervento medico.

ASSEGNAZIONE DELLA VITTORIA

Al termine dell'incontro, l'Arbitro centrale chiama gli atleti vicino a se, attende che dal tavolo della Giuria gli sia annunciato il vincitore e alzerà il braccio di questi.

REGOLAMENTO DI GARA POINT FIGHTING TOUCH TEAM

1. AREA DI GARA: TAPPETO 6 X 6
2. DURATA DELLA GARA: 4 MINUTI
3. CON 15 PUNTI DI DIFFERENZA IL MATCH VIENE INTERROTTO PER SUPERIORITA' TECNICA DI UNA DELLE DUE SQUADRE
4. IL TOUCH, O CAMBIO TRA I FIGHTERS, E' VALIDO SOLO CON UN TOCCO (IN OGNI PARTE DEL CORPO) DA PARTE DELL'ATLETA CHE STA COBATTENDO VERSO IL COMPAGNO DI SQUADRA CHE SI TROVA FUORI DALL'AREA, E NON VICEVERSA
5. IL CAMBIO (TOUCH) PER ESSERE VALIDO DEVE AVVENIRE NEI SEGUENTI MODI:
 - L'ATLETA CHE RICEVE CAMBIO (TOUCH) DEVE TROVARSI CON ENTRAMBI I PIEDI FUORI DALL'AREA DI COMBATTIMENTO
 - IL CAMBIO PUO' AVVENIRE SOLO NEL MOMENTO IN CUI IL COMBATTIMENTO E' INTERROTTO DALLO "STOP" DELL'ARBITRO CENTRALE (PER ASSEGNAZIONE DI UN PUNTEGGIO, ECC)
6. NON CI SONO LIMITI PER I CAMBI. IL TEMPO DI PERMANENZA DI UN FIGHTER SULL'AREA E' UNA DECISIONE DEL COACH
7. LA GARA SARA' CONDOTTA DA UN ARBITRO CENTRALE E DA DUE ARBITRI LATERALI
8. TRE CAMBI IRREGOLARI, UN PUNTO IN MENO, DAL TERZO CAMBIO IRREGOLARE SEMPRE UN PUNTO IN MENO
9. ALLA 1^ E 2^ USCITA RICHIAMO ALLA SQUADRA
ALLA 3^ "USCITA" SARA' TOLTO UN PUNTO ALLA SQUADRA
ALLA 4^ USCITA LA SQUADRA SARA' PENALIZZATA DI UN ULTERIORE PUNTO
ALLA 5^ USCITA LA SQUADRA E' SQUALIFICATA
10. OGNI SQUADRA POTRA' AVERE ALL'ANGOLO UN SOLO COACH
11. PER TUTTO IL RESTO VALE QUANTO AL REGOLAMENTO C.S.E.N. POINT FIGHTING

10. LIGHT CONTACT

DEFINIZIONE: *Contatto leggero detto anche "light contact",* impatto moderato del colpo sull'avversario.

Colpire leggero e con estrema padronanza della tecnica. Nessun danno fisico.

Il light contact si differisce dal point fighting perché il combattimento non viene arrestato quando uno dei due atleti porta a segno una tecnica valida e la ripresa viene lasciata scorrere fino alla fine e giudicata così nella sua complessità. Il light contact è un combattimento continuativo ma con contatto moderato, l'Arbitro interrompe l'incontro solo in caso di irregolarità o scorrettezze.

TEMPO DI GARA

La durata del combattimento sarà di una o due riprese da due minuti.

Il tempo sarà interrotto solo su indicazione dell'Arbitro centrale con la parola "Stop" ed il relativo cenno.

ASSEGNAZIONE DELLA VITTORIA

Vince l'incontro l'atleta che mette a segno più tecniche valide.

I Giudici dovranno giudicare la validità delle tecniche come per il point fighting.

In ogni ripresa ogni atleta dovrà portare a segno almeno sei tecniche di calcio. Penalità di un punto sul cartellino per la violazione di questa regola.

I Giudici di linea, al termine di ogni ripresa, assegnano dieci punti al miglior atleta e nove o otto punti (a seconda del divario) in appositi cartellini. In caso di parità al termine dell'incontro dovranno esprimere una preferenza per uno dei due contendenti. Alla fine del tempo regolamentare, l'Arbitro centrale ritirerà i cartellini dai Giudici di linea e li consegnerà al tavolo della Giuria che, una volta effettuato il conteggio ne proclamerà il vincitore. In caso di voto palese o tramite bandierine, lo stesso deve essere espresso contemporaneamente e a chiamata dell'Arbitro centrale. L'arbitro centrale provvederà ad alzare il braccio del vincitore.

BERSAGLI VALIDI

Come point fighting eccetto che la nuca non è bersaglio valido.

TECNICHE VALIDE

Le stesse del point fighting, ed eccezione dei colpi con il taglio della mano, sia interno che esterno (non sono ammessi quindi colpi a mano aperta).

CONTATTO VALIDO

Per tutte le categorie: contatto leggero.

È considerato contatto valido, seppur destabilizzante o dannoso, il colpo cosiddetto "d'incontro", cioè la somma delle velocità di proiezione di un colpo nei confronti dell'avversario e l'avanzare di quest'ultimo.

Se a seguito di un colpo d'incontro l'atleta non è più in grado di continuare il match, se ne decreta la sconfitta, pur avendo subito un K.O.

Non è considerato contatto valido un K.O. inferto volontariamente.

PREFERENZA IN CASO DI PARITA'

In caso i Giudici considerino che gli atleti siano andati a segno totalizzando lo stesso punteggio dovranno esprimere la preferenza in base a:

- correttezza tecnica (anche se a vuoto);
- numero di calci;
- maggior attività svolta nell'incontro;
- miglior difesa attiva;

- spettacolarità delle azioni svolte.

PENALITA'

Le penalità vengono assegnate tramite dei richiami ufficiali (di modo che non ci siano dubbi sulla scorrettezza avvenuta e sulla segnalazione della stessa). Il primo richiamo ufficiale corrisponderà ad una segnalazione al tavolo giurati e arbitri; il secondo richiamo indicherà la penalità di 1 punto in meno per l'atleta, il terzo richiamo indicherà la penalità di 1 punto in meno per l'atleta. Un'ulteriore penalizzazione con richiamo ufficiale comporterà l'immediata squalifica dell'atleta.

AZIONI CHE DETERMINANO LE PENALITA'

Qualora uno dei due contendenti indietreggi continuamente senza portare colpi (rifiuto dell'incontro), subirà un richiamo ufficiale. Nel caso in cui entrambi gli atleti non effettuino alcuna tecnica per un tempo superiore ai 5 secondi, verranno entrambi penalizzati con un richiamo ufficiale. In caso di colpo scorretto non grave, verrà applicato un richiamo ufficiale. Le penalità sono anche chiamate col termine Inglese "warning".

I combattenti sono pregati di utilizzare sia i pugni che i calci in modo equo.

I richiami dovrebbero essere assegnati anche se il combattente non fa uso di calci in modo appropriato.

Nel caso in cui venga intenzionalmente sferrato un colpo con eccesso di contatto, verrà applicato un richiamo ufficiale, che potrebbe trasformarsi in squalifica immediata qualora l'atleta non possa continuare l'incontro secondo parere medico, ovvero qualora l'Arbitro centrale si renda conto che non sussistono più i requisiti psico-fisici. In questo caso il suo giudizio è assolutamente autonomo, cioè senza che il parere dei Giudici di linea possa interferire ed è assolutamente insindacabile. Avverso questo verdetto, che è comunque a prescindere dal giudizio dei Giudici di linea, vi è la possibilità di fare ricorso nei tempi e nei modi prestabiliti.

In caso di recidività in tutte le penalità descritte è previsto l'accumulo dei richiami ufficiali fino alla squalifica, nell'ordine:

richiamo verbale (fase bonaria)

1a penalità = richiamo ufficiale;

2a penalità = richiamo ufficiale (1 punto in meno);

3a penalità = richiamo ufficiale (1 punto in meno);

4a penalità = richiamo ufficiale (squalifica).

IL CONTEGGIO

Nel caso in cui un atleta subisca un colpo d'incontro, l'Arbitro centrale provvedere al conteggio, il quale serve per tutelare l'atleta. Il conteggio può essere iniziato solo quando l'avversario si trovi all'angolo neutrale, ove vi rimarrà per tutta la durata del conteggio. Viene effettuato in secondi, sia a voce che visivamente con le dita delle mani; da 1 a 8 sempre e comunque, per tutelare l'atleta. Se il conteggio prosegue fino a 10 si termina l'incontro.

10. FULL CONTACT

DEFINIZIONE: *Contatto pieno detto anche "full contact",* impatto duro del colpo sull'avversario. Colpire sempre e comunque con estrema padronanza della tecnica. È ammesso il K.O.

Come nel light contact, il combattimento non viene arrestato quando uno dei due atleti porta a segno una tecnica valida. Il full contact è quindi un combattimento continuativo dove i colpi vengono portati al bersaglio con potenza; l'Arbitro interrompe l'incontro solo in caso di irregolarità o scorrettezze ovvero per richiedere l'intervento del personale medico. Se l'Arbitro centrale si accorge che non sussistono più, temporaneamente, i requisiti psico-fisici dell'atleta, fa terminare l'incontro e ne proclama la sconfitta per K.O. tecnico. Avverso questo verdetto, che è comunque a prescindere dal giudizio dei Giudici di linea, vi è la possibilità di fare ricorso nei tempi e nei modi prestabiliti.

L'abbigliamento e l'equipaggiamento protettivo sono gli stessi del light contact, eccezione fatta per dorso che non deve essere coperto da indumento alcuno.

Per il contatto pieno è obbligatorio avere un certificato medico specifico per gli sport da combattimento, tipo boxe.

Le tecniche e i bersagli consentiti sono gli stesse del light contact.

TEMPO DI GARA

La durata del combattimento sarà di tre riprese da 2 minuti.

Il tempo sarà interrotto solo su indicazione dell'Arbitro centrale con la parola "Stop" ed il relativo cenno.

ASSEGNAZIONE DELLA VITTORIA

Vince l'incontro l'atleta che mette a segno più tecniche valide. È ammessa anche la vittoria per Knock Out.

I Giudici dovranno giudicare la validità delle tecniche come per il light contact.

In ogni ripresa ogni atleta dovrà portare a segno almeno sei tecniche di calcio. Penalità di un punto sul cartellino per la violazione di questa regola.

I Giudici di linea, al termine di ogni ripresa, assegnano dieci punti al miglior atleta e nove o otto punti (a seconda del divario) in appositi cartellini. In caso di parità al termine dell'incontro dovranno esprimere una preferenza per uno dei due contendenti. Alla fine del tempo regolamentare, l'Arbitro centrale ritirerà i cartellini dai Giudici di linea e li consegnerà al tavolo della Giuria che, una volta effettuato il conteggio ne proclamerà il vincitore. L'arbitro centrale provvederà ad alzare il braccio del vincitore.

PREFERENZA IN CASO DI PARITA'

In caso i giudici considerino che gli atleti siano andati a segno totalizzando lo stesso punteggio dovranno esprimere la preferenza in base a:

- correttezza tecnica;
- numero di calci;

- maggior attività svolta nell'incontro;
- miglior difesa attiva;
- spettacolarità delle azioni svolte.

PENALITA'

Le penalità vengono assegnate tramite dei richiami ufficiali (di modo che non ci siano dubbi sulla scorrettezza avvenuta e sulla segnalazione della stessa). Il primo richiamo ufficiale corrisponderà ad una segnalazione al tavolo giurati e arbitri; il secondo richiamo indicherà la penalità di 1 punto in meno per l'atleta, il terzo richiamo indicherà la penalità di 1 punto in meno per l'atleta. Un'ulteriore penalizzazione con richiamo ufficiale comporterà l'immediata squalifica dell'atleta.

AZIONI CHE DETERMINANO LE PENALITA'

Qualora uno dei due contendenti indietreggi continuamente senza portare colpi (rifiuto dell'incontro), subirà un richiamo ufficiale. Nel caso in cui entrambi gli atleti non effettuino alcuna tecnica per un tempo superiore ai 5 secondi, verranno entrambi penalizzati con un richiamo ufficiale. In caso di colpo scorretto non grave, verrà applicato un richiamo ufficiale.

In caso di recidività in tutte le penalità descritte è previsto l'accumulo dei richiami ufficiali fino alla squalifica, nell'ordine:

richiamo verbale (fase bonaria)

1a penalità = richiamo ufficiale;

2a penalità = richiamo ufficiale (1 punto in meno);

3a penalità = richiamo ufficiale (1 punto in meno);

4a penalità = richiamo ufficiale (squalifica).

IL CONTEGGIO

Il conteggio serve per tutelare l'atleta. I colpi che stordiscono l'avversario vengono valutati come punti da uno. Il conteggio può essere iniziato solo quando l'avversario si trovi all'angolo neutrale, ove vi rimarrà per tutta la durata del conteggio. Viene effettuato in secondi, sia a voce che visivamente; da 1 a 8 sempre e comunque, per tutelare l'atleta. Il conteggio si prolunga fino a 10 per dichiarare la sconfitta.

Nel caso di colpi veramente potenti non viene effettuato il conteggio per la dichiarazione di sconfitta. Il combattimento deve essere immediatamente interrotto, per tutela dell'atleta.

Il gong di fine round non termina il conteggio (la pausa inizia solo quando il conteggio è terminato).

Il lancio dell'asciugamano da parte del coach non termina né interrompe il conteggio.

10. LOW KICK

È uno stile di combattimento ove sono ammessi i calci alle cosce. Si precisa che la coscia è la parte dell'arto inferiore che comprende il femore. Non è consentito colpire la gamba, cioè la parte di arto inferiore che comprende tibia e perone. Sono valide tutte le altre regole delle specialità light contact e full contact e di conseguenza sono previste competizioni tipo kick light e low kick. Per convenzione, la competizione a contatto pieno viene denominata semplicemente low kick.

L'atleta che subisce un calcio alla coscia, può "bloccarlo" o "pararlo" sollevando l'arto. La coscia colpita in posizione di bloccaggio, o parata, non genera punto da parte di chi ha compiuto l'azione.

La coscia può essere colpita sia sulla parte esterna (zona laterale), sia all'interno che frontalmente. Non è bersaglio lecito la zona posteriore (bicipite femorale) in quanto indica che l'avversario si trova con la schiena rivolta all'atleta che sta portando il colpo. L'atleta che mostra la schiena all'avversario, se con atto volontario, viene richiamato per "rifiuto dell'incontro". Non è una posizione di rifiuto il momento in cui sta per eseguire una tecnica, per esempio in rotazione.

Nella kick light l'abbigliamento e l'equipaggiamento protettivo sono i medesimo del light contact, eccezione fatta per i pantaloni che devono essere corti e tipici di questa disciplina.

Nella low kick l'abbigliamento e l'equipaggiamento protettivo sono i medesimi richiesti per il full contact, eccezione fatta per i pantaloni che devono essere corti e tipici di questa disciplina. I parapièdi sono obbligatori e non è previsto alcun indumento per la parte superiore del corpo.

11. CONTESTAZIONI

I giudizi espressi dagli Ufficiali di gara sono incontestabili. Eventuali obiezioni potranno essere accettate solamente se il regolamento di gara non è stato applicato correttamente. Le obiezioni sulle infrazioni al regolamento, ovvero contro i risultati del combattimento o la gestione della competizione in genere, devono essere fatte immediatamente. Queste devono essere rivolte esclusivamente al Capo area. Se oggetto della contestazione è il Capo area stesso, allora dovrà essere rivolta al Commissario di gara. Ogni obiezione rivolta al Commissario di gara deve essere motivata per iscritto. Deve essere specificato il motivo dell'obiezione e la proposta di soluzione. La risoluzione alla contestazione spetta esclusivamente al Commissario di gara. Non sono ammesse prove video o altrimenti documentate. Avverso il responso del Commissario di gara è ammesso il ricorso scritto allo CSEN, nei tempi e modi previsti. È cura del tavolo di Giuria redigere apposito verbale.