

Ed 2025/2026

Regolamento Settore Shoot- Boxe



Kick Jitsu

Attività Istituzionale

Regole e regolamenti gara



FEDERAZIONE NAZIONALE ITALIANA

KICKBOXING

MUAY-THAI

SAVATE

SHOOT-BOXE

MMA

SAMBO

INDICE

CAP. 1 REGOLE GENERALI	4
Art. 1 Premessa	4
Art. 2. Salute e Sicurezza degli atleti.....	4
Art. 3. Atleti.....	5
CAP.2 REGOLE DELLA KICK JITSU.....	6
Art. 4 La Kick Jitsu.....	6
Art. 5 Luogo di Gara.....	6
Art. 6. Abbigliamento, protezioni.	6
6.1-Divisa.....	6
6.2-Caschetto protettivo.....	7
6. 3-Guanti.....	7
6.4-Bendaggi mani	7
6.5-Paratibia.....	7
6.6-Paradenti	7
6.7-Paraseno	8
6.8-Protezione inguine.....	8
6.9 – Ginocchiere e Gomitiere	8
Art.7. Categorie di peso Kick Jitsu.....	9
Art. 8 Classi per Età	9
Art. 8 Bis Divisione in cinture.....	10
Art. 9 Tecniche della Kick Jitsu.....	10
9.1 Proiezioni ed atterramenti	10
9.2 Immobilizzazioni	10
9.3 Percussioni	11
9.4 Finalizzazioni	11
Art. 10 Clinch	11
Art. 11 Punteggi	12
Art. 12 Bersagli non Validi e Azioni Proibite	13
Art. 13 Infortunio	15
Art. 14 Uscita dall' area di gara durante la fase al suolo	15

Art. 15 Gara	16
Art. 16 Tempo di Gara	17
Art. 17 Giudizi di una Tecnica di Percussione Valida	18
Art. 18 Giudizio della Gara.....	18
Art. 19 Giudice Laterale	21
Art. 20 Arbitro Centrale.....	21
Art. 21 FERMO MEDICO.....	22
Art. 22 Il Coach	23
CAP. 3 NORME CONCLUSIVE.....	24
Art. 23 Generalità	24
Art. 24 Modifica delle Regole e del Regolamento	24

Cap. 1 REGOLE GENERALI

Art. 1 Premessa

Il presente regolamento disciplina le regole di Gara della specialità della Kick Jitsu, secondo le indicazioni del regolamento internazionale dell'ISF e/o Federazione Internazionale di riferimento e nel rispetto delle disposizioni del CONI.

Anno sportivo

L'anno sportivo e agonistico ha inizio il 1° Settembre e termina il 31 Agosto successivo.

Partecipazione

Alle gare del calendario federale possono partecipare solo Atleti tesserati alla FEDERKOMBAT, con l'eccezione delle gare internazionali, a cui possono partecipare atleti tesserati alle federazioni internazionali alle quali la FEDERKOMBAT è affiliata.

Art. 2. Salute e Sicurezza degli atleti

FEDERKOMBAT indica le Linee guida e le procedure per tutelare la salute e la sicurezza degli atleti per mezzo di **controlli** e **richieste** specifiche:

- 1) Controllo Anti-Doping;
- 2) Richiesta di Certificato Medico Sportivo rilasciato dal centro di Medicina Sportiva;
- 3) Sospensioni dall'attività per infortunio subito in gara;
- 4) Personale e attrezzatura medica per assistenza sanitaria alle gare.

Parametri di pertinenza della Normativa Federale da recepire da Parte del Min. della Salute e della Conferenza Stato-Regioni

Specialità	Età Inizio e Termine	Età per Ecg. da Sforzo, aggiuntivo Alla Visita di Idoneità	Visita Di Riferimento
Kick Jitsu	10/Max 55	35	Visita Medica Esame Completo Delle Urine Elettrocardiogramma A Riposo e dopo Sforzo, Spirografia

Art. 3. Atleti

Per poter praticare le discipline sportive controllate dalla FEDERKOMBAT, gli Atleti devono:

- Aver superato l'accertamento dell'idoneità fisica previsto nelle norme sanitarie in vigore ed essere in possesso del relativo Certificato Medico;
- Essere muniti della tessera federale, valida per l'anno in corso, rilasciata a favore di una Società Sportiva affiliata.
- Con il tesseramento FEDERKOMBAT gli atleti accettano in toto lo Statuto e i Regolamenti dello stesso. Essi si impegnano altresì, su richiesta della FEDERKOMBAT a mettersi a disposizione della stessa per l'effettuazione di gare di interesse federale a carattere regionale, interregionale, nazionale e internazionale

Tutti gli atleti dovranno presentarsi alle operazioni di peso con CERTIFICATO MEDICO in corso di validità per l'anno in corso che deve essere presentato in originale.

CAP.2 REGOLE DELLA KICK JITSU

Art. 4 La Kick Jitsu

La Kick Jitsu è una disciplina sportiva a **leggero contatto** studiata per permettere il combattimento sia alla distanza con colpi di percussione, di pugno, di ginocchio e di calcio, sia nel corpo a corpo in piedi, sia nel corpo a corpo a terra con tecniche di lotta, proiezioni, bloccaggi e finalizazioni.

Art. 5 Luogo di Gara

Gli incontri di Kick Jitsu si svolgono su di un quadrato di tatami dello spessore minimo di 3 cm, metri 6/8 di lato più un margine di sicurezza, possibilmente di colore diverso e comunque delineato, di mt 1 per totali mt 8 x 8 minimo; potranno anche essere utilizzati un ring conforme a quelli in uso nella Kickboxing e pugilato oppure una gabbia conforme a quelle in uso nelle MMA.

Art. 6. Abbigliamento, protezioni.

6.1-Divisa

- a) Gli atleti di Kick Jitsu dovranno presentarsi alle gare federali muniti di divisa regolamentare, l'uniforme dovrà essere pulita, non scucita e non strappata.
- b) L'uniforme per gli atleti di Kick Jitsu è composta da pantaloncini tipo "Bermuda" o aderenti e dalla Rashguard o T-shirt di cotone PURCHE ADERENTE sia a maniche lunghe che a maniche corte. La **Rashguard** (o T-shirt) dell'uniforme può portare il nome del club o dello sponsor del club. Nessuna cintura viene indossata dagli atleti.
- c) I capelli lunghi devono essere "fissati" in maniera che non disturbino il regolare svolgimento del match e non comportino continue interruzioni dello stesso per la loro "sistemazione". L'eventuale coda/treccia, deve essere inserita all'interno del caschetto. Alla terza interruzione l'atleta verrà richiamato ufficialmente;

d) Gli atleti avranno cura di tagliarsi le unghie (mani e piedi) prima di partecipare a una qualunque gara.

e) È fatto divieto portare qualsiasi oggetto metallico (orologi, catenine, orecchini, anelli, occhiali, piercing vari, forcine, ecc.) che possa causare ferite a sé o all'avversario. L'atleta che non risultasse in regola con quanto sopra detto avrà 2' di tempo per ovviare.

f) In caso di mancato rispetto delle regole di cui sopra nei tempi previsti, la penalità andrà dall'ammonizione verbale, ai punti di penalizzazione, fino alla squalifica

6.2-Caschetto protettivo

Il casco protettivo utilizzato deve essere realizzato nel rispetto delle norme standard che regolano i materiali di "protezione" a cui le ditte fornitrici fanno riferimento. Il casco deve proteggere la parte superiore della fronte, la parte superiore della testa, le zone temporali, la parte superiore della mascella, le orecchie e la parte posteriore della testa. Il casco non deve ostacolare l'udito. Le parti di fissaggio della protezione (mento e nuca) non devono essere di metallo o in plastica, ma in velcro regolabile. Sia i maschi che le femmine dovranno indossare obbligatoriamente il casco protettivo.

Per le categorie seniores, è ammesso combattere senza caschetto, per i soli atleti di cintura BMN, solo se in presenza di un tatami con 2 mt di margine, su ring o in gabbia.

6.3-Guanti

I guanti per la Kick Jitsu dovranno essere a mano aperta, coprire le nocche e con il pollice coperto, l'imbottitura sul dorso deve essere almeno di 4 cm, l'imbottitura sul pollice deve essere circa 0,5 cm, dovranno portare ben visibile il marchio della ditta produttrice che dovrà essere convenzionata con la FEDERKOMBAT.

6.4-Bendaggi mani

Il bendaggio di sola garza è facoltativo. È ammesso un solo giro di cerotto per fermarlo.

6.5-Paratibia

I paratibia dovranno essere senza anima rigida e coprire il collo del piede. Possono essere a calza oppure con chiusura a velcro. Le protezioni dovranno portare ben visibile il marchio della ditta produttrice. Si possono utilizzare in gara solo materiali di ditte in convenzione con la FEDERKOMBAT.

6.6-Paradenti

Il paradenti deve essere realizzato in materiale morbido e flessibile in gomma plastica. La protezione può riguardare solamente la parte superiore dei denti o entrambe (superiore

e inferiore). Il paradenti deve consentire la respirazione libera e deve essere adattato alla dentatura mediante configurazione dello stesso. L'utilizzo del paradenti è obbligatorio per tutte le discipline da combattimento e in tutte le categorie di peso. Non è permesso il paradenti di colore rosso.

Attenzione. È consentito l'utilizzo del paradenti su **Apparecchio Ortodontico** (correzione denti) dietro presentazione di una certificazione da parte del Medico Dentista che ha configurato il paradenti sull'apparecchio. **Se l'apparecchio è presente sull'arcata dentale inferiore il paradenti deve coprire anche l'arcata dentale inferiore (paradenti doppio)**. Chi è sprovvisto della sopracitata certificazione non può combattere.

6.7-Paraseno

Le classi femminili, Cadetti 13/15 anni e donne 16/40 anni in tutte le discipline da combattimento dovranno portare obbligatoriamente il paraseno. La protezione del seno dovrà essere realizzata in plastica rigida o semirigida e può essere rivestita con materiale di cotone. Il paraseno può essere realizzato in un unico pezzo e coprire tutto il torace o in due pezzi da inserire nel reggiseno e coprire ogni seno singolarmente. Si indossa sotto la maglietta o sotto un corpetto in cotone elasticizzato.

6.8-Protezione inguine

Gli atleti speranze, cadetti, junior e senior Maschili e Femminili hanno l'obbligo di presentarsi al combattimento indossando sotto i pantaloni una conchiglia di materiale resistente che deve coprire completamente gli organi genitali.

6.9 – Ginocchiere e Gomitiere

Sono autorizzate, ma non obbligatorie, protezioni in tessuto per le ginocchia e gomiti.

L'Arbitro dell'incontro, a suo insindacabile giudizio, ha sempre facoltà di ordinare la sostituzione delle protezioni o parti di esse nel caso risultassero troppo deteriorati o irregolari

Ogni atleta che si presenti sul quadrato non in regola con le norme sopra descritte avrà 2 minuti di tempo per ovviare. Trascorso tale tempo, se l'atleta non si ripresenterà sul quadrato in ordine, verrà squalificato.

Se durante il combattimento una protezione dovesse rompersi, l'atleta avrà 5' di tempo per sostituirla

Art.7. Categorie di peso Kick Jitsu

Demo: 6/7 anni maschi e femmine: 23 – 26 – 30 – 34 – 39 – over

Sperimentale: 8/9 anni maschi e femmine: 24 – 27 – 31 – 35 – 40 - over

Young Cadet: 10-12 anni

Ragazzi: -28, -32, -37, -42, -47, -53, -60, +60

Ragazze: -28, -32, -37, -42, -47, -53, +53

Old Cadet: 13-15 anni

Ragazzi: -42, -47, -52, -57, -63, -69, -76, +76

Ragazze: -42, -46, -50, -55, -60, -65, -71, +71

Junior e Senior

Maschi: 56 – 60 – 65 – 71 – 78 – 86 – 95 – 105 - Over

Femmine: 50 – 55 – 61 – 68 – 76 - Over

Master: 40 – 50 anni

Uomini: - 65 – 71 – 78 – 86 – Over

Donne: -60 – 68 – 76 - Over

Art. 8 Classi per Età

(rifarsi al Regolamento delle classi di età per anno solare) *L'età minima per iniziare ufficialmente a competere nelle gare FEDERKOMBAT di Kick Jitsu è di 10 anni compiuti.*

Demo 6/7 anni;

Speranze 8/9 anni;

Young Cadet 10/12 anni;

Old Cadet 13/15 anni;

Juniore 16/18 anni;

Seniore 19/40 anni;

Master Maschili e Femminili 40/50 anni;

Art. 8 Bis Divisione in cinture.

Le classi Juniores e Seniores sono divise per cinture in due gruppi: Giallo/Arancio/Verde (GAV) e Blu/Marrone/Nere (BMN)

N.B. non è possibile iscriversi in entrambe le classi di cintura.

Art. 9 Tecniche della Kick Jitsu

9.1 Proiezioni ed atterramenti

Nella Kick Jitsu è ammesso afferrare e proiettare l'avversario in qualsiasi modo eccetto durante una finalizzazione. Non è ammesso proiettare l'avversario sul collo o facendolo cadere sul proprio ginocchio. È invece considerato "atterramento" qualsiasi tecnica con la quale si riesca a portare a terra l'avversario finendoci sopra o restando in piedi.

Le proiezioni iniziate nell'area di gara interna del quadrato sono valide anche se terminano fuori, sul margine di sicurezza.

9.2 Immobilizzazioni

Nella Kick Jitsu è ammesso bloccare a terra l'avversario in qualsiasi modo, fermo restando che il punteggio sarà assegnato a chi si troverà in posizione di vantaggio. Sono considerate posizioni di vantaggio tutte le posizioni al di sopra dell'avversario, eccezion fatta per la "montada" posteriore che è comunque considerata posizione di vantaggio. L'Arbitro centrale, appurata la stabilità della posizione (circa 5" di clinch), segnala con un braccio disteso sopra i combattenti l'eventuale

bloccaggio e conta ad alta voce, in modo da farsi udire dagli atleti, fino a 5 (il 5 coincide con lo STOP e quindi non viene pronunciato) dopodiché fa rialzare gli atleti e assegna il punteggio. Se durante il conteggio la situazione si sblocca o si ribalta, l'Arbitro interrompe comunque il combattimento e fa rialzare gli atleti. Viceversa, se durante il conteggio cambia il tipo di bloccaggio da parte di chi lo sta già effettuando, il conteggio prosegue e il punteggio sarà assegnato in base alla posizione finale. Se l'atleta immobilizzato esce involontariamente completamente dall'area interna di combattimento si interrompe il conteggio. In tal caso il combattimento riprende in piedi.

9.3 Percussioni

Nella Kick Jitsu è ammesso colpire solo in piedi di pugno, anche ruotato, e di calcio su tutto il corpo eccetto nuca, triangolo genitale, schiena e parte superiore della testa. Di ginocchio solo al corpo. **Tutti i colpi devono essere portati CON CONTROLLO. Non è ammesso affondare i colpi, non è ammesso colpire quando uno o ambedue i combattenti è/sono al suolo.**

N.B. Nelle speranze e cadetti, non è ammesso colpire l'articolazione del ginocchio con il calcio frontale.

9.4 Finalizzazioni

Nella Kick Jitsu è ammessa la finalizzazione attraverso soffocamento, strangolamento, compressione e leva articolare **eccetto:**

- **Torsione del tallone**
- **Leva alla spina dorsale**
- **Leva alle cervicali.**

Non si possono mettere le mani sul viso dell'avversario (occhi, naso, bocca). L'Arbitro centrale può interrompere una finalizzazione in corso se la ritiene pericolosa per l'atleta che la sta subendo. Ciò comporterà la fine dell'incontro con l'attribuzione della vittoria all'atleta che stava effettuando la finalizzazione. Nel caso di perdita dei paradenti o del caschetto durante il combattimento al suolo non si interrompe l'incontro. L'Arbitro farà rimettere il paradenti o il caschetto al termine della fase al suolo. Non è ammesso **“strappare”** le leve articolari. Esse dovranno sempre essere tirate in progressione. Non sono ammesse le micro-leve “leve alle dita”. La finalizzazione pone fine dell'incontro.

In caso di ghigliottina si intende che l'avambraccio sia posto **sulla trachea**, perché in altre posizioni (soprattutto se laterale o obliqua) si sollecitano le cervicali.

Nel caso un atleta sia in posizione di finalizzazione ma non riesca a renderla effettiva si parla di **“tentativo prolungato di finalizzazione”** in quel caso, passato un congruo tempo, l'arbitro solleciterà gli atleti a riprendere l'attività. Se la situazione rimane in stallo, l'arbitro ha facoltà di contare gli atleti come se si trattasse di un'immobilizzazione, e di assegnare il punteggio all'atleta che si trova **“sopra” anche se si tratta di chi sta subendo il tentativo prolungato di finalizzazione.**

Art. 10 Clinch

Si considera **clinch** una situazione di stallo, sia in piedi che a terra, durante la quale, per circa 5”, nessuno dei contendenti attua azioni tese a volgere il combattimento a proprio vantaggio.

Art. 11 Punteggi

- Proiezione Tecnica	2 punti
- Proiezione con stacco di entrambi i piedi da terra	3 punti
- Atterramento o caduta anche su proiezione fallita	1 punto
- Immobilizzazione	1 punto
- Immobilizzazione laterale (anche con presa della testa)	2 punti
- Immobilizzazione in montada	3 punti
- Calcio alla testa	2 punti
- Qualsiasi colpo andato a segno	1 punto
- Seconda uscita volontaria	- 1 punto sul cartellino
- Terza uscita volontaria	Squalifica
- Penalità	- 1 punto sul cartellino
- Terza penalità	Squalifica

Nella Kick Jitsu non ci sono limiti circa il numero di calci, pugni, proiezioni e immobilizzazioni che ogni combattente può utilizzare. Verranno assegnati punti diversi a seconda della tecnica che viene usata.

Ogni Giudice deve valutare in modo indipendente i meriti dei due combattenti.

Durante un round il Giudice utilizzerà il retro della scheda di valutazione per registrare il numero di colpi, proiezioni e immobilizzazioni che vede, le registrazioni devono essere elencate separatamente per ogni turno. Egli non lascerà il suo posto fino a quando la decisione finale non è stata annunciata.

Art. 12 Bersagli non Validi e Azioni Proibite

Non è valido:

- Colpire alla nuca
- Colpire la parte superiore del capo,
- Colpire la parte posteriore del tronco (spina dorsale);
- Colpire il collo;
- Continuare a sferrare attacchi dopo lo Stop dell'Arbitro;
- È vietato andare in presa o attaccare al viso con tecniche di mano aperta, con le dita rivolte direttamente verso gli occhi. **IN CASO DI FERITA, ANCHE LIEVE, L'ATLETA CHE COMMITTE IL FALLO VERRA' SQUALIFICATO**
- Colpire l'avversario al suolo
- Voltare le spalle all'avversario a meno che non si tratti di una tecnica in rotazione;
- Afferrarsi al tatami, alle corde, alla gabbia, alle protezioni, alla rashguard o ai pantaloncini;
- Lanciare tecniche cieche (tecnica di calcio o di pugno sferrata con il volto rivolto verso un punto diverso dal bersaglio);
- Uscire deliberatamente dall'area di gara;
- Attaccare con eccessivo contatto di calcio, ginocchio o di pugno;
- Attaccare con la testa;
- Attaccare con i gomiti;
- Attaccare o simulare un attacco agli occhi;
- Mordere, sfregare e graffiare;
- Gridare senza ragione;
- Parlare durante l'incontro;
- Afferrarsi al bordo del tatami;
- Non eseguire immediatamente gli ordini dell'Arbitro;
- Sputare volontariamente il paradenti per perdere tempo;
- Chiedere il tempo con alzata della mano quando il combattente si ritrova in un angolo del tatami sotto pressione dall' avversario;
- Mettersi a posto l'uniforme senza l'autorizzazione dell'Arbitro centrale;
- Perdere volutamente tempo, quindi evitare volutamente il combattimento;

- Commentare un punteggio assegnato
- Commentare un punteggio non dato
- Il comportamento scorretto di un allenatore/Coach può penalizzare il combattente causandogli un richiamo ufficiale.

Tutte queste azioni sono sanzionabili con decisioni a **maggioranza arbitrale**.

- Richiamo verbale (Fase bonaria),
- 1° richiamo ufficiale, utile ai fini della preferenza (si segnala al tavolo giurati e Arbitri)
- 2° richiamo ufficiale (- 1 punto), (si segnala al tavolo giurati e Arbitri)
- 3° richiamo, ulteriore penalizzazione (Squalifica)

Ogni volta che gli atleti escono dal quadrato con una qualunque parte del corpo (piede) che tocchi il pavimento in modo VOLONTARIO, le relative uscite vengono segnalate dall'Arbitro centrale al tavolo della giuria.

- 1° uscita: Richiamo
- 2° uscita: - 1 punto,
- 3° uscita: Squalifica.

È da considerare uscita avere entrambi i piedi al di fuori dell'area di gara, mentre il piede sulla linea che delimita l'area di gara non è da considerare uscita.

Se l'atleta viene spinto fuori del quadrato dalla foga dell'azione dell'avversario o da una sua tecnica, non è considerata uscita. Se un atleta esce dal quadrato di gara effettuando un'azione di attacco (nel caso l'avversario lo eviti con uno spostamento laterale), non viene considerata uscita (poiché è palese che non c'è la volontà di evitare il combattimento). Le uscite si conteggiano su tutto l'incontro.

Tutti i richiami verranno comunicati all'atleta e all'allenatore ad alta voce.

Quando l'Arbitro deve assegnare un richiamo o una penalità (meno 1 punto), deve dare il comando: "TEMPO".

Nel caso la scorrettezza fosse grave, dovrà consultarsi con i colleghi, esprimendosi a maggioranza semplice, e potrà squalificare l'atleta anche senza i richiami sopra menzionati.

N.B. Gridare mentre si subisce una finalizzazione o subito dopo aver subito una proiezione, sarà interpretato dall'Arbitro come resa.

Art. 13 Infortunio

In caso d'incidente l'arbitro fermerà il tempo e chiamerà subito l'intervento del medico di servizio. Spetterà al medico decidere se l'atleta potrà continuare o meno l'incontro **entro il tempo massimo di 2 (due) minuti complessivi nell'arco dell'intero match**. Anche in caso di taglio o sanguinamento, il medico ufficiale deve decidere entro 2 minuti se l'atleta può continuare a combattere. Se entro tale tempo l'atleta trattato dal medico non è in condizioni di riprendere il combattimento, non potrà più continuare la gara.

Verificata l'entità dell'incidente l'arbitro conferirà con i giudici per individuare se l'infortunio è stato causato dall'avversario in modo intenzionale, se è stato un infortunio dovuto ad una cattiva esecuzione tecnica, oppure un infortunio casuale.

Dopo consultazione con i giudici deciderà se penalizzare, squalificare o aggiudicare la vittoria a questo o a quell'atleta:

- se non c'è stata violazione delle regole da parte dell'illeso questo potrà continuare a combattere nell'incontro successivo.

- se c'è stata violazione delle regole da parte dell'illeso questo verrà squalificato e il ferito impossibilitato a riprendere l'incontro vincerà ma non potrà comunque proseguire nel torneo.

- se il ferito viene dichiarato idoneo a proseguire dal medico, dopo le dovute considerazioni arbitrali, l'incontro potrà continuare.

Se un atleta viene ferito in un combattimento, il Medico di gara è l'unica persona che può valutare se il combattente può continuare o sospendere l'incontro. In caso il medico decida che l'atleta può proseguire l'incontro, l'arbitro centrale può decidere di sospenderlo. **Nel caso in cui il medico decida che l'atleta NON può proseguire l'incontro, l'arbitro dovrà attenersi alle sue disposizioni.** Se l'arbitro ha sospeso l'incontro a causa di grave trauma (RSCH) l'infortunato dovrà obbligatoriamente osservare uno stop all'attività di allenamento/gare per tutto il periodo indicato nel certificato "fermo medico" e seguire scrupolosamente tutte le prescrizioni mediche del caso in ottemperanza al Regolamento Sanitario. In queste circostanze inoltre, l'atleta, dopo un periodo di stop prescritto e le visite mediche di reintegro se previste, dovrà attendere ulteriori 15 gg prima di poter tornare a combattere; tempo utile per un adeguato allenamento.

Dopo aver consultato il medico l'arbitro può dare un avvertimento e penalizzare l'atleta che ABUSA DEL TEMPO MEDICO. IL TEMPO MASSIMO PER L'INTERVENTO MEDICO in un combattimento è di 2 minuti per ciascun atleta in tutte le discipline.

Nota bene: il TEMPO MEDICO parte da quando il Medico ARRIVA sul tatami, o quando l'Arbitro Centrale approva qualsiasi altro intervento di aiuto medico di piccoli problemi (come sangue dal naso, problemi e perdita di lenti a contatto ecc). Si precisa che nella sostituzione delle lenti a contatto si devono utilizzare esclusivamente lenti di riserva. Non si possono riutilizzare le lenti cadute a terra.

Art. 14 Uscita dall' area di gara durante la fase al suolo

Nel caso in cui i due atleti escano dall' area di gara in modo tale da costringere l'Arbitro a fermare l'incontro si possono verificare le seguenti possibilità:

- Uno dei due atleti era in posizione di vantaggio consolidata. In questo caso si fa riprendere il combattimento al centro del tatami o ring in una delle seguenti posizioni:
 - Guardia
 - Mezza guardia
 - Side
 - Monta

A seconda della posizione nella quale sono usciti. L'atleta "sopra" poggia i palmi delle mani a terra, chi sta "sotto" cinge la vita dell'avversario.

- Nessuno dei due atleti aveva consolidato una posizione laterale o di monta. In questo caso si fa riprendere il combattimento in piedi.
- Uno dei due atleti aveva una finalizzazione in corso. Si assegna un punto di penalità (sul cartellino) all'atleta che subiva la finalizzazione e si fa riprendere il combattimento in piedi.
- Nel caso in cui l'atleta che sta subendo l'immobilizzazione anche in fase di conteggio di quest'ultima esce dall'area di gara volontariamente gli verrà assegnato 1 punto di penalità (sul cartellino). Si fa riprendere il combattimento a terra nelle modalità del punto sopra, in una delle 4 posizioni codificate, con l'atleta "sopra" che appoggia i palmi delle mani a terra e quello che sta "sotto" che cinge la vita dell'avversario.

Art. 15 Gara

Gli atleti dovranno essere nella posizione in piedi, separati da circa 2 metri, al centro del quadrato di gara, faccia a faccia e si scambieranno il saluto toccandosi i guantoni a significare una stretta di mano. Il tocco dei guantoni si effettua SOLO all'inizio e alla FINE del combattimento. Il combattimento potrà cominciare subito dopo l'annuncio, da parte dell'Arbitro centrale, di: **"COMBATTERE!"**.

Allo **STOP** dell'Arbitro i due atleti devono bloccare immediatamente l'azione. L'incontro potrà riprendere quando l'Arbitro darà un nuovo comando "COMBATTERE".

Il tempo verrà fermato solamente su richiesta verbale dell'Arbitro centrale che pronuncerà ad alta voce "**TEMPO**" e con le mani formerà una **T**. Per riprendere il combattimento darà, con azione simile, avviso al tavolo di riavviare il cronometro.

Il tempo non verrà fermato per l'assegnazione di punti a meno che l'Arbitro non ritenga che sia necessario farlo per dare un avvertimento o avere una chiarificazione dai soggetti coinvolti nell'incontro (Giudici, atleti, Coach).

Un combattente può chiedere il TEMPO alzando la mano verso l'alto, per riassetare la propria uniforme o attrezzatura di gara o per infortunio (in questo caso l'avversario deve recarsi all'angolo neutro che si trova alla sua destra); se la richiesta del TEMPO viene effettuata palesemente per

riposarsi, e quindi per trarre vantaggio a proprio favore, dopo consultazione gli Arbitri possono anche intervenire con un richiamo ufficiale.

Un incontro di Kick Jitsu (in fase di torneo) non può terminare in parità. In caso di parità, il Giudice dovrà dare la vittoria ad uno dei due contendenti per preferenza. La preferenza viene data tenendo conto della migliore prestazione nell'ultimo round, di chi ha utilizzato la migliore difesa, e chi ha mostrato la migliore qualità tecnica e/o preparazione psico-fisica.

Se l'Arbitro assegna un warning o un richiamo, lo indica ai Giudici che avranno cura di annotare con **W** sul cartellino nella colonna falli. Se l'Arbitro assegna 1 punto in meno lo indica ai Giudici.

Alla fine dell'incontro, il Giudice controlla la somma totale dei punti e indica il vincitore.

Art. 16 Tempo di Gara

- Speranze: 2 riprese di 1,30 minuti per qualificazioni e finali con un intervallo di 1 minuto tra un round e l'altro.
- Cadetti e Veterani M/F: 2 riprese da 2 minuti per qualificazioni e finali con un intervallo di 1 minuto tra un round e l'altro.
- Junior e Senior cinture giallo/arancio/verdi: 2 riprese da 2 minuti per qualificazioni e finali con un intervallo di 1 minuto tra un round e l'altro.
- Junior e Senior cinture Blu/marroni/nere: 2 riprese da 3 minuti per qualificazioni e finali con un intervallo di 1 minuto tra un round e l'altro.
- Veterani: 2 riprese da 2 minuti per qualificazioni e finali con un intervallo di 1 minuto tra un round e l'altro.

Quando il tempo stabilito è terminato, l'Arbitro deve essere avvisato con un segnale acustico o qualche altro mezzo (lancio di un sacchetto ecc.).

Una tecnica messa a segno contemporaneamente al segnale acustico di fine incontro, sarà giudicata valida. Nel caso di lancio di un sacchetto di fine incontro, **farà fede il comando di "STOP" dato dall'Arbitro centrale.**

Una tecnica lanciata quando ambedue i contendenti sono all'esterno del quadrato, sarà giudicata nulla.

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.

Art. 17 Giudizi di una Tecnica di Percussione Valida

Una tecnica è ritenuta valida ai fini della gara di Kick Jitsu quando:

1. È lanciata con forma corretta;
2. È corretta nella distanza;
3. È dinamica, contiene cioè forza, decisione, velocità e precisione;
4. È controllata a bersaglio.

Se la tecnica non appare sufficientemente efficace, l'Arbitro può non tener conto dell'azione.

N.B. Perché una tecnica possa venire assegnata deve contenere i requisiti di potenza, velocità, equilibrio, controllo del contatto già altrove puntualizzati. Inoltre in nessun modo può essere assegnata una tecnica "cieca".

Un atleta può, in ogni momento, ritirarsi dalla competizione alzando il braccio in segno di resa. In quel caso, l'Arbitro chiamerà vicino a sé l'altro contendente proclamandolo "Vincitore per abbandono dell'avversario".

Art. 18 Giudizio della Gara

La vittoria può essere attribuita per:

- Vincitore a punti;
- Vincitore per finalizzazione;
- Vincitore per squalifica dell'avversario;
- Vincitore per assenza dell'avversario (WO);
- Vincitore per manifesta superiorità
- Vittoria per decisione medica (RSC-H, RSC-B, RSC-I, RSC-CCL, SC)
- Abbandono: un atleta può, in ogni momento, ritirarsi dalla competizione alzando il braccio e chiedendo la resa. In quel caso, l'arbitro chiamerà vicino a sé l'altro contendente proclamandolo "Vincitore per abbandono dell'avversario". Anche il coach può "gettare la spugna" e ritirare il suo atleta **salvo nel caso in cui l'atleta stia subendo un conteggio/KD da parte dell'arbitro**

Le decisioni degli Arbitri e dei Giudici sono definitive e senza possibilità di appello.

Al termine di ogni round i Giudici laterali (3) attribuiscono sugli appositi cartellini il punteggio di 10 pp. all'atleta che è stato migliore e 9 pp. all'altro, 8 pp. se il divario è stato notevole. Quindi si sottraggono i punti per eventuali falli riportando il totale nell'apposita casella.

Al termine dei round previsti ogni Giudice fa il totale dei punti attribuiti; se si verifica la parità in caso di torneo ad eliminazione il Giudice dovrà assegnare la preferenza. Il vincitore è individuato per maggioranza di verdetti. Il giudizio degli Ufficiali di Gara è inappellabile. Eventuali contestazioni del verdetto dovranno essere presentate nell'immediato, per iscritto dal Coach dell'atleta accompagnati dalla quota di euro 100,00 che, se il reclamo verrà accolto, sarà interamente rimborsata. In caso contrario la somma sarà devoluta in beneficenza.

Squalifica

Esistono due tipi di squalifica:

- **Squalifica Tecnica:** La Squalifica Tecnica può essere assegnata per violazione non intenzionale delle regole durante il combattimento (uscite, avvertimenti, punti meno, numero di calci, ecc.); L'atleta squalificato per squalifica tecnica mantiene il diritto di essere premiato in base al risultato prima della squalifica.

- **Squalifica Comportamentale:** La Squalifica Comportamentale può essere assegnata per violazione dura ed intenzionale delle regole durante il combattimento che può portare a lesioni dell'avversario. La Squalifica comportamentale può anche essere assegnata per comportamento antisportivo (imprecazioni, urla, gesti inappropriati verso l'avversario/il suo allenatore/arbitro e/o qualsiasi altro ufficiale o spettatori). L'atleta squalificato per comportamento antisportivo perde il diritto di essere premiato.

Stop al combattimento.

L'arbitro ha altresì l'autorizzazione di arrestare l'incontro, se intorno al quadrato avvengono assembramenti che impediscono il regolare svolgimento della competizione, oppure se i secondi in gara si comportano scorrettamente, parlando o incitando ad alta voce il proprio atleta o, peggio, se mancano di rispetto all'arbitro. In quest'ultimo caso, egli ha la facoltà, dopo essersi consultato con i colleghi giudici, di squalificare l'atleta

Knock down (KD)

Lo scopo dell'introduzione del conteggio e della registrazione dei knock down nelle discipline da Tatami, dopo attacchi potenti volontari/involontari, è quello di dare un tempo per recuperare e assicurarsi che l'atleta colpito possa continuare il combattimento in sicurezza. **Lo scopo principale del conteggio è la protezione e la salute dell'atleta.**

In caso di conteggio (KD), l'arbitro deve interrompere l'incontro con l'ordine di stop iniziando simultaneamente a contare in lingua italiana: **“STOP UNO”** o inglese **“STOP ONE”** e, indicando all'altro atleta l'angolo neutro da occupare, prosegue nel conteggio, indicando con le dita i secondi contati in modo che l'atleta possa avere, in ogni caso, conoscenza del conteggio. Se l'avversario non si porta all'angolo neutro indicatogli o se ne allontana, l'arbitro interrompe il conteggio fino a che l'atleta non ha ottemperato al suo ordine. L'arbitro centrale farà continuare il combattimento solo quando l'atleta che è stato colpito è pronto a combattere al momento in cui l'arbitro arrivi all'8.

L'atleta per essere pronto deve:

- Essere in piedi
- Essere in posizione di combattimento
- Avere le braccia alzate in posizione di combattimento
- Deve essere stabile ed in equilibrio
- Deve avere occhi "vigili".

Il conteggio ha la durata minima di 8 secondi, **e si effettua mentre il tempo gara continua a scorrere**. Quando un atleta è stato messo a "terra" a causa di un colpo o di una serie di colpi, il combattimento non continuerà prima che l'arbitro centrale abbia contato fino a 8, anche se l'atleta è pronto a continuare il combattimento prima di quel momento. Se un atleta "contato" è pronto a continuare dopo il conteggio di 8, ma lo stesso ricade a terra senza ricevere un nuovo colpo, l'arbitro centrale riprenderà il conteggio, partendo da 8. Durante il conteggio dell'arbitro il coach non potrà "gettare la spugna". L'arbitro, nel caso ritenga necessario far soccorrere un atleta duramente colpito, interrompe il conteggio in qualsiasi momento, decretando la fine dell'incontro. Qualora un atleta rimanga a terra in stato di incoscienza è consentito solo al medico di salire sul quadrato.

In tutte le categorie di età il KD comporta la detrazione di un punto -1 punto sul fronte del cartellino) all'atleta che ha causato il knock down a meno che l'Arbitro ed i giudici ritengano che il KD sia stato accidentale.

- Il successivo "KD" valutato dai giudici come «tecnica irregolare» porterà alla seconda detrazione.
- Il terzo "KD" valutato come «tecnica irregolare» **porterà alla squalifica l'atleta che ha provocato volontariamente i conteggi.**

Per evitare la manipolazione del match (eventuali simulazioni) da parte dell'atleta che ha subito i tre knock down, (vittoria e conseguente squalifica dell'avversario) **non sarà consentito continuare la partecipazione al torneo o all'allenamento e competizioni (RSC-CCL).**

Nelle categorie Junior – Senior – Master **vale la regola dei 3 Conteggi** (knock-down RSC-CCL): il combattimento verrà immediatamente interrotto se un atleta viene contato per 3 volte nello stesso match. L'arbitro centrale non fermerà il conteggio all'8 ma continuerà fino a 10 dichiarando l'"OUT". Nella categoria

Cadetti vale la regola dei 2 Conteggi: il combattimento verrà interrotto se un atleta viene contato 2 volte nello stesso match

Sospensione Cautelare (SC)

Nel caso in cui il tecnico ritenga che il proprio atleta non sia più in grado di continuare il match poiché tecnicamente o athleticamente inferiore all'avversario, deve richiamare l'attenzione dell'arbitro e/o del medico manifestando la propria volontà di ritirare l'atleta. Il verdetto sarà di Sospensione Cautelare (SC), e non di abbandono (ABB). Si applica a condizione che non si sia

20

verificato più di un conteggio (KD) all'atleta che si vuole ritirare. L'atleta viene sottoposto ad un fermo di 7 giorni.

N.b. Se l'Arbitro Centrale pronuncia un verdetto di Sospensione Cautelativa (SC), l'atleta dovrà essere comunque accompagnato dal Medico che provvederà alla visita e alla compilazione dei moduli (Fermo Medico). Tali moduli dovranno essere consegnati al Commissario di Riunione che provvederà ad inviarli il prima possibile alla Segreteria Federale.

Art. 19 Giudice Laterale

Valuta la tecnica, il controllo, le combinazioni e la resistenza degli atleti per l'assegnazione del punteggio. Giudica più o meno valide le proiezioni e le immobilizzazioni segnalate dall'Arbitro centrale; può assegnare punti di penalità, può chiedere il consulto dell'Arbitro centrale; controlla le protezioni su invito dell'Arbitro centrale, compila il cartellino in ogni sua parte.

Art. 20 Arbitro Centrale

Dirige l'incontro. Sale per primo sul tatami e invita i Giudici laterali al controllo delle protezioni. Dà il comando agli atleti di effettuare il saluto (battere i guanti); avvia il combattimento, blocca l'incontro ogni qual volta lo ritenga opportuno. Può richiamare, penalizzare e squalificare gli atleti; segnala con un braccio alzato le possibili proiezioni, segnala con braccio teso orizzontalmente l'immobilizzazione cantando ad alta voce, in posizione che lo renda udibile dagli atleti, fino a 4" quindi dà lo **STOP**.

È facoltà dell'Arbitro centrale fermare il conteggio prima dei 5" se ritiene che sussista una situazione di pericolo. Chiede la sospensione del tempo al tavolo della giuria, segnala le uscite. Divide gli atleti che sono entrati in presa senza tentare prontamente una proiezione; ferma il combattimento se dopo aver iniziato il conteggio per una immobilizzazione avviene un ribaltamento o se dopo l'atterramento non segue prontamente un'immobilizzazione e/o tentativo di finalizzazione. Assegna la vittoria al termine dell'incontro.

L'Arbitro non dovrà mai passare tra i contendenti mentre questi stanno combattendo e dovrà tenersi sempre ad una distanza adeguata affinché possa sempre vedere le loro azioni e per intervenire prontamente in qualunque circostanza.

L'Arbitro ha altresì autorità per arrestare l'incontro o gli incontri se intorno al quadrato avvengono assembramenti che impediscano il regolare svolgimento della competizione, oppure se i secondi in gara si comportano scorrettamente, parlando o incitando ad alta voce il proprio atleta o, peggio, se mancano di rispetto all'Arbitro. In quest'ultimo caso, egli ha la facoltà, dopo essersi consultato con i colleghi, di squalificare l'atleta.

L'Arbitro può altresì arrestare il combattimento indicando al tavolo della giuria di fermare il cronometro chiamando e segnalando "TEMPO" quando:

- Un atleta è a terra ferito oppure è colto da malore
- Quando l'area di gara sia troppo bagnata
- Quando un combattente esce dall'area di gara volontariamente
- Quando a un combattente è richiesto di riassetare la sua uniforme
- Quando lo ritenga opportuno per qualunque ragione

In caso d'incidente, l'Arbitro fermerà il tempo e chiamerà subito l'intervento del medico in servizio. Spetterà al medico decidere se l'atleta potrà continuare o meno l'incontro entro il tempo massimo di 2 (due) minuti. Se entro tale tempo l'atleta trattato dal medico non è in condizioni di riprendere il combattimento, non potrà più continuare la gara. Verificata l'entità dell'incidente, l'Arbitro conferirà con i Giudici per individuare se l'infortunio sia stato causato dall'avversario in modo intenzionale, se sia stato un infortunio dovuto ad una cattiva esecuzione tecnica, oppure un infortunio casuale. Dopo consultazione deciderà se penalizzare, squalificare o aggiudicare la vittoria all'uno o all'altro atleta.

Se **non** c'è stata violazione delle regole da parte dell'illeso questo potrà continuare a combattere nell'incontro successivo.

Se **c'è stata** violazione delle regole da parte dell'illeso questo verrà squalificato e il ferito impossibilitato a riprendere l'incontro vincerà, ma non potrà comunque proseguire nel torneo.

Se il ferito viene dichiarato idoneo a proseguire dal medico dopo le dovute considerazioni arbitrali l'incontro potrà continuare.

Se un atleta viene ferito in un combattimento, il Medico di gara è l'unica persona che può valutare se può continuare o sospendere l'incontro.

Art. 21 FERMO MEDICO

Rifarsi alle Norme in uso e alle sue variazioni eventuali approvate e dettate nel Regolamento Sanitario FEDERKOMBAT ottemperante al Decreto Ministeriale.

Art. 22 Il Coach

Gli atleti devono farsi seguire all'angolo da un secondo (Coach) che ha l'obbligo di mantenere un comportamento corretto verso l'Arbitro, i Giudici, l'atleta e il suo avversario, il tavolo della giuria e verso il pubblico.

Il secondo (Coach) ha l'obbligo di presentarsi sul quadrato di gara indossando una tuta coi colori del club e scarpe ginniche.

Durante tutto l'incontro, Il Coach deve sedersi nei pressi del quadrato di gara, alle spalle del suo atleta.

È tenuto al rispetto delle norme federali e a quanto verrà loro impartito dal Commissario di Riunione.

Il Coach ha l'obbligo di assistere il suo atleta prima, durante e dopo la gara.

È responsabile del suo comportamento dentro e fuori del quadrato.

Deve vigilare perché ai combattenti non vengano somministrate bevande alcoliche o eccitanti di qualsiasi specie.

Deve astenersi dall'incitare il suo atleta a voce alta, dal commentare l'operato dell'Arbitro, evitando ogni discussione al riguardo.

Il Coach che contravvenga alle predette norme, può essere richiamato, allontanato dal quadrato o causare la squalifica del suo atleta.

Il Coach è autorizzato a gettare la spugna (utilizzando un asciugamano) all'interno del quadrato qualora si accorga che il suo combattente non è più in grado di continuare il combattimento. Ciò arresta immediatamente l'incontro.

CAP. 3 NORME CONCLUSIVE

Art. 23 Generalità

Per l'attuazione dei principi statutari, organizzativi e disciplinari, la FEDERKOMBAT applica, oltre al presente Regolamento, anche gli specifici regolamenti di seguito elencati:

- a) Regolamento Organico;
- b) Regolamento Tecnico Internazionale;
- c) Regolamento di Giustizia;
- d) Regolamento Sanitario;
- e) Norme Sportive Antidoping;
- f) Regolamento Commissione Nazionale Atleti;
- g) Regolamento didattico;
- h) Regolamento gara;

Per le attività di specifici settori, in particolare dei tecnici e dei Giudici, il Consiglio Federale emana disposizioni operative ed organizzative sia a livello nazionale che periferico.

All'inizio di ogni anno sportivo il Consiglio Federale conferma o modifica il Regolamento per l'attività agonistica.

Art. 24 Modifica delle Regole e del Regolamento

Solo il Consiglio Federale FEDERKOMBAT ha il potere di decidere ufficialmente il cambiamento delle regole e del Regolamento pertanto, tutte le variazioni del regolamento gara sport da tatami verranno proposte dalle commissioni Tecniche e Arbitrali e prese in esame dai membri del Consiglio FEDERKOMBAT. Quando si approvano cambiamenti di regole, le modifiche diventano operative 1 mese dopo le decisioni prese. L'operatività della nuova regola deve essere comunicata a tutti gli associati FEDERKOMBAT tramite pubblicazione sul sito federale. Le modifiche possono essere operative con intervento immediato, in caso di "forza maggiore" quando riguarda la sicurezza e la salute degli associati, non ci possono essere modifiche alle regole durante lo svolgimento di un torneo o Campionato.