

フルコンタクト空手道試合規則（要旨）

- 試合は、直接打撃制による組手により、連盟が定める本規則に則って、お互いが自由に攻撃・防御し、勝敗を決するものとする。競技者は、礼儀を第一義とし、お互いを敬う心を持って試合に臨むものとする。
- 試合は本規則に則って共通の規則で実施されるが、実戦性と安全性を考慮し、細部においては、少年部（幼児から中学生まで）を『ベーシック・ルール』、一般部（高校生相当以上）を『ジェネラル・ルール』に区別する。
- 少年部では試合場の周囲を囲む線（赤畳）の内側を「試合場内」とし、線上は「場外」とする。一般部では試合場の周囲を囲む線上も「場内」とする。

○ 階級分類・試合時間

		階級分類	試合時間
ベーシック・ルール	トーナメント	階級分類指数	本戦 1:30 / 延長戦 1:00 / 再延長戦 1:00 (※)
ベーシック・ルール	ワンマッチ	諸条件を考慮	本戦 1:30 / 延長戦 1:00
ジェネラル・ルール	トーナメント	性別・体重別	【男性】本戦 2:00 / 延長戦 2:00 / 再延長戦 1:30 (※) 【女性】本戦 2:00 / 延長戦 1:30 / 再延長戦 1:00 (※) 【壮年】本戦 1:30 / 延長戦 1:00 / 再延長戦 1:00 (※)
ジェネラル・ルール	ワンマッチ	諸条件を考慮	【男性】本戦 2:00 / 延長戦 2:00 【女性】本戦 2:00 / 延長戦 1:30 【壮年】本戦 1:30 / 延長戦 1:00

※ 各トーナメントにおいて、再延長戦の判定はとする。

○ 技の威力・効果により「一本」「技有り」の判定を行い、「技有り」2本で「合わせ一本」とする。

		一本勝ち	技有り
ベーシック・ルール	<ul style="list-style-type: none"> ○ 有効技を決め、相手選手を3秒以上ダウンさせた場合。 ○ 安全対策上、上段への蹴りが当たり、意識が飛んだと見受けられた場合。 ○ 相手選手が、ダメージにより戦意喪失し、試合続行不可能な場合。 ○ 自分の責任により負傷し、3秒以上戦う意思をみせなかった場合。 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 有効技を決め、相手選手を3秒未滿戦意喪失させた場合、または明らかに効いていると判断した場合。 ○ 防御側が受け・反撃が十分にできない状態で、攻撃側の技が当たり続けて3秒以上になった場合（全て当たらなくても連続して攻め続けた場合も含む）。 ○ 相手選手の動きが崩れなくても、強い攻撃により、技の効果が有ると認められ場合（スタンディングダウン）。 ○ 安全対策上、上段への蹴りがノーガードで、十分に足が届き、威力を持って当たった場合、全て「技有り」とする。 ○ 自らの足払い技、相手の胴回し回転蹴りに合わせて、倒れた相手に即、下段突きを決める動作をした場合。 	
ジェネラル・ルール	<ul style="list-style-type: none"> ○ 有効技を決め、相手選手を完全にダウンさせた場合。 ○ 上段への攻撃により、意識が飛んだり、1秒以上よろめいた状態になった場合。 ○ 相手選手が、ダメージにより戦意喪失し、試合続行不可能な場合。 ○ 自分の責任により負傷し、3秒以上戦う意思をみせなかった場合。 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 有効技を決め、相手選手を3秒未滿戦意喪失させた場合、または明らかに効いて動きが大きく崩れた場合。 ○ 相手選手の動きが崩れなくても、強い攻撃により、技の効果が有ると認められ場合（スタンディングダウン）。 ○ 自分の責任により負傷し、2秒以上3秒未滿戦意喪失を見せなかった場合。 ○ 自らの足払い技、相手の胴回し回転蹴りに合わせて、倒れた相手に即、下段突きを決める動作をした場合。 	

- 反則は積算方式とし、「注意3」で「警告1」となり、「警告」は相手選手の「技有り」に相当し判定の材料となる。
- 組手の勝敗は、一本勝ち、技有り2本による合わせ一本勝ち、ポイント差による判定勝ち、ポイント差が無い場合の試合内容による優勢勝ち、相手選手の失格・棄権による勝ちによって決定される。
- 旗判定で勝敗を決定する場合、技有り・警告ポイントに差があればポイント数の多い選手を勝ちとする。ポイント差がない場合（注意の差は判定の材料にしない）は、旗判定により審判5名（特別な場合は3名）の内、過半数が試合内容を優勢と認めた選手を勝ちとする。
- 優勢勝ちの判定基準は、武道という観点から、①ダメージ(技の威力)②クリーンヒット(的確で有効な攻撃数)③攻撃数(的確ではない攻撃も含む)④積極的な前進の順で判断し、以上の点でも差が無いと認められた場合、引き分けの判断をする。
- 試合の流れの中で、反則を受けた選手が、すぐに有効ポイントを奪った場合、有効ポイントの方を優先して取る（アドバンテージ・ルール）。

《有効技一覧》

【共通】

- 上段・中段への前蹴り・横蹴り・後ろ蹴り・かかと落とし／上段・中段・下段への回し蹴り・後ろ回し蹴り・内回し／中段・下段への膝蹴り
- 足払い技でダウンさせた相手・胴回し回転蹴りで倒れた相手へ下段突きで決める動作（技有り）

【ベーシック・ルール】

- 中段へのあらゆる突き・打ち・肘打ち

【ジェネラル・ルール】

- 後頭部を除く上段・中段へのあらゆる突き・打ち／中段への肘打ち
- 片手による一瞬の「かけ」からの膝蹴り（片手であれば 相手の首のどちら側から かけても可）／蹴りを一瞬取ってから攻撃（一回まで）

《反則技一覧》

注意1

- 下腹部への攻撃／手・腕・肩による押し／頭を当てた状態での攻防
- 時々攻撃していても 後ろへ逃げ続けるような消極的な試合態度／技のかけ逃げ・倒れながらの時間かせぎ／自分の判断で試合を中断する行為

注意2

- 有効技として認められた部分以外への蹴り（関節正面方向からの蹴り・上段膝蹴り等）
- 【ベーシック・ルール】「つかみ」「かけ」及び「首相撲」【ジェネラル・ルール】攻撃を伴わない「つかみ」「かけ」及び「首相撲」
- 攻撃が届かないような距離で逃げ続け 試合にならない場合／明らかに背を向けて逃げ出すような場合／頭突きによる攻撃／背後からの攻撃
- 規定外防具の着用

警告1

- 故意による有効技として認められた部分以外（特に頭部・下腹部等）への攻撃（嚴重注意）
- 「待て」「止め」の合図がかかった後の攻撃／倒れた選手への攻撃／「投げ」や関節に対する「逆技」／明らかな「体当たり」
- 審判・相手選手に対する悪質な言動／防具の不備（未着用）

反則負け・失格負け

- 目突き・かみつきなどの常識的に不相当と認められる攻撃
- 防具不備・規定外防具の着用による2分以上の中断／試合時間までに準備ができていない場合

※ 審判は、危険或いは試合に不適当な行為と判断した場合、上記以外の場合でも、反則を宣告することがある。