

Knock Down versenyszabályok

Indulási feltételek

Betöltött 14-17. életév és szülői beleegyezés, illetve betöltött 18. életév. A versenyzőknek és ruházatuknak meg kell felelniük az általános részben felsorolt, egyben rájuk nézve kötelező érvényű szabályoknak.

Ruházat

A versenyzők alul hosszú gi nadrágot, felül tradicionális gi felsőt kell, hogy viseljenek. A gi felső ujjának az alkar közepe alá kell érnie. Meztelen felsőtesttel, vagy pólóban versenyezni tilos! Piros, kék öv használata kötelező.

Védőfelszerelés

A versenyzők védőfelszerelésének meg kell felelnie az általános rész 1.2.6.13. pontjában meghatározott feltételeknek.

A verseny során kötelező a használata:

- a fogvédőnek
- fiúknál, férfiaknál a suspensornak (lágycsővédőnek), nőknél a mell, és mélyvédőnek, öltözet alatt viselve.

A verseny során engedélyezett, de nem kötelező a használata:

- a sípcsontvédőnek,
- a fejvédőnek,
- a lábfejvédőnek
- a térdvédőnek,
- a könyökvédőnek,
- az alkarvédőnek.

A verseny során tilos bandázst, valamint protectort (felsőtestvédőt, testpajzsot) használni. Kezet ragtapasszal ellátni csak orvosi engedéllyel szabad.

Küzdőtér

Típusa: küzdőpást.

Mérete: küzdőpást min.6 x 6 méter.

Kialakítása: küzdőpást szőnyegekkel (tatamival!)

Szőnyegekkel nem borított küzdőpáston versenyt lebonyolítani tilos

A küzdelem időtartama

A küzdelem időtartama 1x3 perc futóidő. Döntetlen esetén 2 perc extra menet, ahol a bírónak dönteni kell ki lesz a nyertes.

Alkalmazható technikák:

- az érvényes találati felületre frontálisan, vagy körkörösén, az ököl elülső, vagy kisujj felőli részével végrehajtott ütések,
- az érvényes találati felületre egyenesen, vagy körkörösén, lefeszített lábfejjel, sípcsonttal, külső lábéllel, talppal, vagy lábujjpárnával végrehajtott rúgások,
- az érvényes találati felületre frontálisan, vagy körkörösén bevitt könyökütések és térd rúgások, testre fogással (5 mp időtartamban), vagy fogás nélkül,
- a teljes dobás skála, letekerés, lerántás (kivéve az ízületi hajlásiránnyal ellentétesen végrehajtott dobások),
- külső, vagy belső láb éllel a térd hátsó része taposással támadható letekerés, vagy dobás céljából,
- földharc technikák (kar és lábvesztések, fojtások, leszorítások) 30 mp időtartamban,
- a földharc közben a testet és lábat támadni ütéssel, rúgással,
- páros lábfelszedés esetén az ellenfelet az oldalára dobni,
- Az érvényes technikával test és comb és fej KO engedélyezett technika.

Földön fekvés ténye: a sportoló három ponton érintkezik a talajjal**A küzdelem során tiltott technikák:**

- vállal végrehajtott ütések,
- a fejelés,
- az ellenfélén végrehajtott bármilyen feszítés vagy fojtás, rántással vagy ütésszerűen végrehajtván,
- földön fekvő ember támadása ütéssel, rúgással álló helyzetből,
- földön fekvő ember visszatámadása ütéssel, rúgással álló helyzetűre,
- comb belső részének támadása térd rúgással,
- 5 mp túli fogás, állásban,
- külső, vagy belső láb éllel a térd hátsó részét rúgásszerűen támadni,
- azok az érvényes technikák, melyek szem-, illetve erőkontroll és dinamika nélkül kerülnek végrehajtásra, illetve nem felelnek meg a küzdő felekkel szemben támasztott minimális technikai követelményeknek.

Mivel életszerű küzdelmeket feltételezünk, teljes erejű ütések és rúgások engedélyezettek a test érvényes felületére.

A mérkőzésen tiltott találati felület:

- torok, lágyék, térd, a hátgerinc, a tarkó, a szem.

A mérkőzés során tiltott akció:

- bármely tiltott technika alkalmazása,
- bármely tiltott felület támadása,
- a vezetőbíró „állj!” vezényszava utáni támadás indítása,
- kifordulás,
- passzív védekezés, menekülés,
- szándékos-, ok nélküli földre esés,
- beszéd,
- sportszerűtlen viselkedés (akár a segítők, vagy csapattársak részéről).

Találatok értékelése

A mérkőzések értékelése pontozásos rendszerben történik. A pontozóbírók a menet során esett találatok alapján értékelik a sportolókat. A mérkőzésen csak azok a találatok értékelhetők, melyek engedélyezett technika alkalmazásával érvényes találati felületre érkeztek be.

Az értékelés során minden érvényes technika pontot ér. Kiütés, vagy feladás esetén magától értetődően a mérkőzésnek vége.

- | | |
|---------------------|--|
| Egy pontot érnek: | - a rúgások testre,
- kisívű dobás
- a lábsöprés,
- földre vitel |
| Kettő pontot érnek: | - a rúgások fejre,
- az ugró rúgások testre,
- nagy ívű dobás,
- leszorítás |
| Három pontot érnek: | - az ugró rúgások fejre,
- rászámolás az ellenfélre
- menet megállítása, saját magának okozott kéz és lábsérülésnél (hüvelykujj elütése, lábfej, sípcsontsérülés)
- harmadik rászámolás = TKO |

Az „Állj!” vezényszóval egybeeső technikák, értékelhető technikák!

Büntetések

Azt a sportvezetőt, vagy csapatot, amely sportszerűtlenül viselkedik, illetve azt a sportolót, aki a küzdelem során tiltott felületet támad, tiltott technikát alkalmaz, vagy tiltott akciót hajt végre, büntetéssel kell sújtani.

A küzdők büntetésének fokozatai:

- bejelentett figyelmeztetés,
- 1 pontlevonás a szabálytalanság másodszori elkövetésekor,
- 3 pontlevonás a szabálytalanság harmadszori elkövetésekor,
- negyedszeri elkövetése azonnali leléptetést von maga után,
- leléptetés, a bejelentett figyelmeztetés után is adható.

Súlyosnak megítélt szabálytalanság esetén a vezetőbíró kezdeményezheti a büntetés súlyosbítását (pl.: figyelmeztetés helyett pontlevonás), szándékosság esetén a sportoló azonnali leléptetését vonja maga után.

A pontozók a büntetőpontokat a menet összesített értékeléséből vonják le.

A sportszerűtlenül viselkedő sportvezető, vagy csapat büntetésének fokozatai:

- figyelmeztetés,
- a küzdőtértől való eltávolítás,
- a versenyző leléptetése,
- a csapat kizárása,
- a verseny helyszínéről való eltávolítás.

Sérülések

Amennyiben az összecsapások során valamelyik sportoló megsérül, abban az esetben a vezetőbíró azonnal megállítja a küzdelmet. Ha úgy ítéli meg, hogy szükség van a versenyorvos segítségére (sérülés megítélése, látható orvosi ellátás igénye), azonnal a küzdőtérre kéri.

Csak a versenyorvosnak áll jogában megállapítani azt, hogy a sportoló alkalmas-e a küzdelem folytatására.

Ha a sérülés súlyos, vagy azonnali orvosi ellátást igényel, és annak várható időtartama meghaladja a három percet, abban az esetben a mérkőzést be kell fejezni.

A küzdelem sérülés miatti befejezésekor a bírónak meg kell állapítaniuk azt, hogy a sérülés bekövetkezése milyen okokra vezethető vissza.

A mérkőzés győztese a sérült versenyző, ha a bírók úgy ítélik meg, hogy:

- a sérülés szabályos küzdelem során esett és a sérült sportoló a baleset bekövetkezésig több pontot gyűjtött,
- a sérülést az ellenfél szabálytalansága okozta.

A mérkőzés vesztese a sérült versenyző, ha a bírók úgy ítélik meg, hogy:

- a sérülés szabályos küzdelem során esett és a sérült sportoló a baleset bekövetkezésig kevesebb pontot gyűjtött,
- a sérülést saját magának okozta.

Amennyiben a sérülés szabályos küzdelem során keletkezett és a két sportoló elért pontjai egyenlők, abban az esetben a további küzdelemre képes versenyző a győztes.

Mindkét sportoló sérülése esetén – ha egyikük felelőssége sem állapítható meg annak bekövetkezése kapcsán - az addig keletkezett pontszámok, az addig nyújtott kép alapján kell kihirdetni a győztest.

Az a versenyző, akit az ellenfele által okozott sérülése miatt hirdettek ki győztesnek, csak orvosi engedéllyel versenyezhet tovább.

Ki kell zárni a további küzdelemből azt a versenyzőt, akit sérülése miatt egy verseny során már kétszer hirdettek ki győztesnek.

Azt a versenyzőt, aki kiütést (KO) szenvedett, a versenyen további küzdelmet nem folytathat sem az érintett, sem más küzdelmi versenyszámban.

Bíraskodás

A küzdőpáston 4 bíró tevékenykedik. A vezetőbíró a küzdőpáston, 3 fő pontozóbíró a küzdőpást oldalán, egyenlő oldalú háromszöget alkotva, ülve helyezkednek el.

Pontozás, eredményhirdetés

A küzdelem végén a vezetőbíró felszólítja a pontozókat, hogy jelezzék a győztest. A pontozóbírók kezükkel a győztes versenyző színének megfelelő zászlót a magasba emelik (a vezetőbíró bal oldalán elhelyezkedő versenyző a kék, a jobb oldali a piros). Amennyiben minden tekintetben döntetlennek látták a mérkőzést, abban az esetben a testük előtt fejmagasságban tartva, keresztben elhelyezett alkarral, vagy zászlóval jelzik véleményüket.

Ha a végső győzelem nem állapítható meg, abban az esetben 2 perc hosszabbítás következik.

A hosszabbítás után a bírónak dönteni kell a győztesről.