

総合格闘技ルール

勝敗は一本・タップ・レフリーストップ・判定等で決めます。また見込み1本、技ありを審判権限で認める。

服装

空手衣は綺麗な白色を着用し上着袖は7分以上の長さがあり袖及びズボン裾とも捲らない。

男子は空手衣の下には何も着用しない。

女子は白色のTシャツまたはラッシュガードを着用することとする。

防具

ヘッドガード

一般上級の部＝ヘッドギヤ（貸出有）

それ以外＝フルフェイスヘッドガード（貸出有）

拳

一般部＝オープンフィンガーグローブ（貸出有）

それ以外＝拳サポーター（貸出有）

レッグサポーター

一般上級＝なし

それ以外＝脛及び足の甲を防護する布製サポーター（白のみ）を着用（貸出無し）

男子は全員ファールカップを着用する。（貸出無し）

一般上級はマウスピースを着用する。それ以外は任意（貸出無し）

女子は胸サポーターを任意で着用できる。（貸出無し）

立技＝手足による顔面前面側面及び胸部腹部脚部への打撃、身体と衣服の掴み、投げ、関節技、絞め技を認める（反則は下を参照）

寝技＝身体と衣服の掴み、関節技、絞め技、頭部前面及び腹部への肘打ち以外の手による打撃を認める（一般上級以外は頭部前面への肘打ち以外の手による打撃のみを認める）一方が立っていて相手が片膝以上を床に着いた状態での蹴りはお互い脚部以外は認めない。

但し片膝以上着いている相手は距離をとるために胸部腹部を足で突っ張ることは認める。寝技の時間制限、回数制限はないが攻防が膠着状態と判断した場合は審判がスタンディングを命じる。

掴み＝掴んでの投げや頭部以外への打撃を認める。

投げ＝一本・技有りにはないが判定材料になる場合はある。

試合時間

一般上級＝本戦 3 分 — 延長 2 分 — 体重判定 — 再延長 1 分 30 秒

高校生初級以上＝本戦 2 分 — 延長 1 分 30 秒 — 体重判定 — 再延長 1 分

中学生＝本戦 2 分 — 延長 1 分 — 体重判定 — 再延長 1 分

小学生＝本戦 1 分 30 秒 — 延長 1 分 — 体重判定 — 再延長 30 秒

園児＝本戦 1 分 — 延長 45 秒 — 体重判定 — 再延長 30 秒

(体重判定は下を参照)

いずれも再延長で勝敗が決しない場合は体重が少しでも軽い方が勝者

もしその場合も体重が同じなら再々延長高校生以上 1 分、中学生以下 30 秒を行い判定はマスト判定とする。

体重判定

小学 3 年以下は 1.5 kg 以上、小学 4 年以上は 2 kg 以上、中学生以上は 3 kg 以上、一般上級は 5 kg 以上の差がある場合に軽い方が勝者となる。

勝敗

- 1, 一本勝ち
- 2, レフリーストップ
- 3, 技有り 2 本による合わせ一本勝ち
- 4, 判定勝ち (体重判定を含む)
- 5, 相手選手の失格、棄権による勝ち

審判

審判は主審 1 人、副審 2 人または 4 人で行う

特別ルールにより副審の人数が変わる場合がある

一本勝ち

反則箇所を除く部位への突き・蹴り・肘打ち等の攻撃で相手選手に片足以上をつけさせるか戦意を喪失させたときは一本勝ちとする。

寝技での頭部前面及び腹部への攻撃が連続 3 発以上有効打撃と認められる場合安全のために見込み一本を認める場合がある。

関節技・絞め技などで参ったの合図 (タップ) をした場合や参ったの合図をしなくても審判が危険と判断した場合は見込み一本を認める。一般上級以外は見込み一本を主に適用する。

但し片足以上を着かなかつた場合や参ったの合図 (タップ) がなくても審判が危険・逃れられないと判断した場合は見込み一本と認める場合がある

苦しいそぶり痛いそぶり逃げるそぶりなどと審判が判断した場合は危険・戦意喪失とし試合を止め相手の勝利となる。中学生以下のクラスは泣いた場合は戦意喪失とする。

レフリーストップ

審判が有効攻撃であるが危険と判断した場合は試合を止めることができる。
その場合有効な攻撃をしていた選手が勝者となる。

技有り

反則箇所を除く部分へ、突き・蹴り・肘打ち等を決め、相手選手が一時的に効いた素振りをしたとき、または、倒れはしないが大きくバランスを崩したときは技有りとする。
寝技での頭部前面及び腹部への攻撃が連続 2 発以上有効打撃と認められる場合技ありを認める。寝技で技ありがあった場合主審は技ありのあった方に手を上げ意志を示すが声で技ありとは宣告せず試合を続行させる。

一般上級以外は頭部への威力ある打撃が当たった場合や防御のまったく出来ていない状態で下段、中段への蹴りが強く当たった場合に技有りと認める。

技有り 2 つで一本とする。

判定

一本勝ちで決まらない場合は判定で決定する。
判定は主審、副審の過半数以上の支持を有効とする。

延長戦

判定で審判過半数以上の支持がない場合は引き分けとし延長戦を行う。
延長でも引き分けの場合は体重判定及び再延長及び再々延長とする。

反則

- 1, 後頭部及び首・背骨（脊髄・脊柱）への攻撃
- 2, 金的への攻撃
- 3, 頭突き
- 4, 目突き
- 5, 足による膝関節への打撃
- 6, 寝技での頭部前面・胸部腹部以外への手による打撃
- 7, 片方が片膝以上を着いた状態での両者の頭部胸部腹部への蹴りによる攻撃
- 8, 防具を掴む行為
- 9, 防御を考えない攻撃
- 10, 故意に場外線を両足が完全に越えた場合
- 11, 主審の「止め」が掛かった後の攻撃
- 12, ガッツポーズや相手を威嚇や挑発する行為
- 13, 正しく礼をしない場合

反則には、悪質な場合を除き

- 1 度目で「注意 1」
- 2 度目が「注意 2」
- 3 度目が「減点 1」となり、
- 4 度目が「減点 2」で失格となる。

失格

- 1, 減点 2 となった場合=失格
- 2, 試合中、審判員の指示に従わない場合。
- 3, 粗暴な振る舞い悪質な反則とみなされた場合。
- 4, 出場時刻に遅れた場合
- 5, 主催者が定めた服装、防具の規定に反している場合。
- 6, 著しく礼儀礼節を欠く態度とみなされた場合。

棄権

- 1, 本人の意思または怪我による試合続行不可能となった場合。

異議申し立て

選手やセコンドによる異議申し立ては一切認めない。

審判はいかなる時も公明正大に審判を行いそこで下す最終判断は審判長が全責任を負います。

但し審判も人間であり間違える場合もあると思いますので先に謝っておきます。

その上で選手にとって不満なこともあるかも知れませんが武道精神を学ぶ武道家らしく潔く従って頂ければ幸いです。