

■フルコンタクト空手 組手ルール

(1)試合時間

- 幼年／小学生／中学生 …本戦1分30秒 延長1分（マストシステム）
- 高校生／壮年／マスターズ／一般 …本戦2分 延長2分（マストシステム）
- ベスト4以降は、全クラス再延長戦1分を行いそれでも決着のつかない場合はマスト判定とする。

(2)サポーター等の着用の義務・任意

- 幼年／小学生／中学生／高校生／壮年／マスターズ／一般女子／一般男子初中級クラスは拳サポーター・レグサポーター（布製に限る）・ファウルカップの着用義務。
- 女子クラスの胸ガード（みぞおちに掛からない布製に限る）・アンダーガードの着用は任意とする。
- 一般男子上級クラスのみ、ファウルカップのみの着用とする。

(3)ヘッドガード

- 初級クラス・中級クラスの幼年／小学生／中学生は面有りヘッドガードの着用義務。
- JAC 予選上級クラス／高校生／一般クラスについては面無しヘッドガードの着用任意。

(4)一本勝ち

- 反則箇所を除く部分への突き、蹴りなどで瞬間的に決め、そのダメージにより相手を倒した場合は全て一本勝ちとします。
- ダメージにより、完全に戦意喪失した場合。
- 技ありを二本取った場合（合わせ一本勝ち。）

(5)技あり

- 反則箇所を除く部分への突き、蹴りなどを瞬間的に決め、そのダメージにより一時的に動きが止まった場合。又は、崩れた場合、戦意を喪失した場合は技ありとします。
- ノーガードで相手選手の上段に技がヒットした場合。（小学生、中学生の部でのヘッドガードをかすめた蹴りや高校・一般の部でのダメージがない場合は技ありとはなりません。）
- 前蹴り、下段蹴りで相手選手をきれいに転倒させて、下段突きをした場合。
- 下段蹴りなどで、相手選手が足を引きずるような場合。

(6)判定

- 一本勝ち（技あり）、失格（減点）が無い場合には、主審1名、副審4名（2名）のうち3名（2名）以上の審判の判断を有効とする。
- 技ありがある場合は、技ありを優先する。
- 技ありが無い場合は、ダメージを優先する。
- ダメージの無い場合は、有効打を含めた手数、足数を優先する。
- 有効打を含めた手数、足数が同じ場合は、気迫が勝っている方を勝ちとする。

(7)反則

- 頭・首を引っ掛けての攻撃、または掴み、挟み、掴んでからのもしくは挟んでからの攻撃。
- 掌底、又は正拳による過剰な押し。（但し、片手による押しは有効とする）
- 手技（拳、手刀、肘）による顔面攻撃及び首への攻撃。
- 一般・高校生クラス以外での上段顔面への膝蹴り。
- 頭突き、金的、倒れた相手、背後からの攻撃。
- 故意に場外へ出る事、故意に倒れ、相手に攻撃させないこと。かけ逃げなど
- 頭をつけての攻撃。
- 抱え込み、投げ。（先に抱え込んだ方の反則とする。）

*以上の反則に対しては注意1が与えられ、注意4で失格となります。

*注意2は相手に技ありに近い（技ありがある場合は技ありが優位）判定ポイントとなります。