

# 国際総合空手道連盟 競技規程

## ● 防具付部門

1. 防 具 :面(Kプロテクター・スーパーセーフ面)、胴。《面・胴は主催者側で用意します》  
拳、足サポーター(布製:拳サポは空道フリストガード/全日本硬式空手道連盟公認拳サポを推薦します。)  
ファールカップ着用。女子アンダーガードは任意。
2. 試合時間:2分間(幼児、小学、中学、女子、マスターズは1分30秒)。  
同点の場合は判定。判定で引き分けの場合延長戦1分間1ポイント先取り勝ち。  
延長戦でポイントの無い場合判定、マスト方式とする。(決勝戦のみ再延長)
3. ポイント :8ポイント先取。またはポイントの多い方が勝ち。  
【1 本】上段への蹴り。的確な打撃によるダウン。=3ポイント  
【技あり】プロテクター着用部位(中段)への的確な蹴り。  
下段へのまわし蹴りが的確に決まり崩れる又は動きが止まった時。=2ポイント  
【有 効】上段(ポリカー面部)中段(胴部分)への的確な突き。(フック有効)=1ポイント
4. 判 定 :ポイントの多い方を勝ちとする。ポイントに差がない場合あきらかに攻撃の多い者を勝ちとする。
5. 反 則 :故意の投げ、掴み、喉・金的への攻撃、膝蹴り、掌底打ち、肘打ち、アッパー、耳へのフック、倒れた相手への直接攻撃、執拗な下段への蹴り。  
反則行為には「忠告」「警告」:相手に1ポイント、「反則注意」:相手に2ポイント、「反則」:失格とする。



## ● フルコンタクト部門

1. 防 具 :面(フルコン用ヘッドプロテクター)は《主催者が用意します》  
拳サポーター(布製とする。極端に薄いものまたは大きすぎるものは使用禁止)、足サポーター(布製で足甲までカバーするものとする。)、ファールカップ着用。\*一般男子はファールカップのみ着用。\*  
女子は胸部プロテクター着用(プラスチック製板状の物は禁止)。\*小中学生女子は任意とします\*
2. 時 間 :本戦2分間(幼児~高校生・女子・マスターズは1分30秒)。  
延長戦2分間(幼児~高校生・女子・マスターズは1分間)  
決勝戦のみ再延長2分間(幼児~高校生・女子・マスターズは1分間)。
3. 有効技 :【1本】反則箇所を除いて、突き・蹴り・肘打ち等を瞬時に極め相手を3秒以上ダウン又は戦意を一時的に喪失させた時。または技あり2本。  
【技あり】1本に至らず3秒以内に立ち上がった時。無防備に顔面に上段蹴りが的確に決まった時。  
(かすったり、のりかかったものはとらない)  
足掛け技を含めきれいに倒した相手への瞬時の突きにより極めた場合技ありをとる場合もある。
4. 判 定 :互いに技ありの無い場合、有効打の多い方が勝ち。(ダメージ・手数・気迫を考慮する)本戦引分けの場合延長戦はマスト方式とする。(決勝戦のみ再延長) \*判定時、主審副審同時上げとする\*
5. 反 則 :手技による首から上への攻撃。金的蹴り。頭突き。背中への攻撃。倒れた相手への直接打撃。  
かけ、ひっかけ、掴み、投げ等。相手を押す(掌底等)。頭、胸、おなかを付けての攻撃。  
一般男子以外は上段へのひざ蹴りは禁止。
6. その他 :反則には注意が与えられる。注意2で減点1、減点2で失格。故意の反則攻撃、逃げまわる場合失格とする。テーピング禁止(ケガの場合ドクターの許可が必要)

## ● グローブ部門

1. 防 具 :ヘッドギア、グローブ(16オンス)、足(布製)、金的サポーター、マウスピースを着用。  
《グローブ、ヘッドギアは主催者側で用意します》 ※ヘッドギアはサイズの大きい選手は各自用意下さい。
2. 時 間 :本戦2分間。延長戦1分間(決勝戦のみ再延長1分間)
3. 有効技 :上段、中段への突き。上段、中段、下段への蹴り。  
【1本勝ち】K. O. 突き・蹴りによる攻撃で3秒以上のダウン。または技あり2本。  
【技あり】突き・蹴りによる攻撃で一時的にダウンし3秒以内に立ち上がった時。倒れはしないが、一方的に連打をあげた時。
4. 判 定 :互いに技ありの無い場合、有効打の多い方が勝ち。本戦引き分けの場合は延長戦1分間。延長戦はマストシステム方式とする。(決勝戦は再延長)
5. 反則技 :肘による攻撃。頭突き。投げ。掴み。金的攻撃。関節蹴り。背部への攻撃。押し。度重なる場外。掴んでの膝蹴り(片手による瞬時の掛けは可)。倒れた相手への直接攻撃。首相撲。
6. その他 :グローブ中に手袋の使用は可(1枚まで)バンテージ不可。  
反則には注意が与えられる。注意2で減点1、減点2で失格。故意の反則攻撃、逃げまわる場合失格とする。テーピング禁止(ケガの場合ドクターの許可が必要)

## ● ノンコンタクト部門

1. 防 具 :面(ニューメンホー)、拳、足、金的サポーター使用(女子はインナーを着用)。  
《ニューメンホー・拳サポ(赤・青)は主催者側で用意しますが、持込みも可。》  
※一般男子は拳、足、金的サポーターのみ。(面無し)
2. 時 間 :本戦2分間(小学・中学は1分間、女子は1分30秒)のフルタイム。
3. ポイント:【有効】中段・上段への突き・打ちは1ポイント。  
【技有り】中段蹴り。下段蹴り(けん制的技のつなぎとして使用可)が的確に決まり相手の動きが止まった時。2ポイント  
【一本】上段蹴り。倒れた相手への突き・蹴りは3ポイント。  
◆小学・中学生 :顔面・頸部へのコントロールされたコンタクトは可。上段蹴りでのスキンタッチは可。  
ポイント距離は0~3cm。  
◆一般 男・女 :スキンタッチ又は0~1cmの距離への突き蹴りはポイント距離とする。
4. 判 定 :【8ポイント差で勝ち(小学、中学、女子は6ポイント差)】 判定勝ち【ポイントの多い方が勝ち】  
本戦引き分けの場合は再試合1分間、ポイントの多い方が勝ち。  
再度引分けの場合は主審及び副審3名の判定とする。
5. 得点部位:上段・中段への突き・打ち・蹴り。(顔面、頭部、頸部、胸部、腹部、背部、脇腹)
6. 反 則 技:攻撃部への過度の接触技(コントロールされていない技)、危険な投げ、金的攻撃、執拗な下段蹴り  
関節蹴り、掌底・拳などによる押し合い掴みあい、膝蹴り、バックブロー、倒れた相手への直接攻撃

## ● 形部門 得点又はトーナメント試合のフラッグ制で実施する。

1. 判定基準  
a.使用される形の理解度。b.本来の意味での演武。c.良いタイミング・リズム・バランス・極め。d.極めに必要な正確で適切な呼吸。e.着眼及び集中力。f.適切な足の緊張を伴う正確な立ち方。g.腹部の適切な緊張、また腰の上下の動きが無いこと。h.演武する流派の基本。i.その他形の難しさ、内面的な部分の評価。
2. 判 定 :得点またはフラッグ制で3~5名の審判により行う。(フラッグ制の判定に引分けは無い。)
3. 形規定 :平安・ピンアン・撃碎・普及形で予選を行う。ベスト4(準決勝)から自由形を選択できる。  
ただし、創作形・中国拳法の形は不可。同じ形を繰り返して良い。

\* 礼法・入退場について別紙にて確認ください。

## ● 古武道部門 得点又はトーナメント試合フラッグ制で実施する。

1. 使用武器  
棒・櫓等、長物の武器、ヌンチャク・サイ・トンファー等、短い物の武器、混合で行い試合ごと(演武ごと)に武器を使い分けても良い。  
\* 棒の長さは演武者の身長±10cm.前後とする。カマ等は切れないものを使用すること。ラバー・ゴム製の武器は使用禁止(サイクロームは可)
2. 判定基準:武器のコントロール精度。着眼及び集中力。気迫と極め。  
形は自由とする。
3. 形規定:自由

## <その他>

- 審判、選手へのヤジ、暴言など礼儀を欠いた言動には、その所属道場団体(師範、選手)を退場とします。
- 判定結果へのクレームは一切受け付けません。
- 主審の判断で試合の続行が不可能と判断される場合があります。
- 試合での事故(死亡、怪我)は、主催者は一切責任を負いません。(スポーツ保険へは各団体にて加入のこと)
- サポーター類(拳サポ、足、金的)は各自で用意して下さい。
- ファールカップは空手衣の中に着用して下さい。女子以外空手衣の下に T シャツ等を試合中は着用しないでください。ただし特別な事情のある方は事前に大会事務局まで申し出て下さい。刺青・タトゥーのある方も含まれます
- テーピング禁止。(但し、ドクターの許可があった場合は除く)
- 防具付・グローブ部門の選手は特に、試合後の飲酒は避けて下さい。
- ウォームアップは指定場所以外では行わないでください。
- 選手呼出しのアナウンスで2度呼び出していない場合は失格となるおそれがあります。ご注意ください。
- 試合会場での飲食は禁止です。(水分補給は除く)
- ゴミは各自で必ず持ち帰って下さい。