

# POINT & K.O.ルール・試合規定

## 1 試合時間

	本 戦	延 長	再延長(ポイント先取)
小学生・中学生	1:30	1:00 ※マスト	1:00 ※決勝のみ
高校生・一般女子・シニア	2:00	1:30 ※マスト	1:30 ※決勝のみ
一般男子	2:00	2:00 ※マスト	2:00 ※準決勝から

## 2 審判・勝敗

- ・主審1名、副審2名(可動式)とする。一般決勝戦は副審4名(固定式)とする。
- ・判定の場合、主審、副審共に持ち点は1点とする。試合中のポイント等の判断は主審が最終決定を行う。
- ・勝敗は一本勝ち、ポイント差(2ポイントで一本勝ちとなる)、判定勝ち、反則等による失格ないし棄権、もしくはドクターストップにより決定される。
- ・一本勝ちもしくはポイント差がある場合、主審は副審の旗揚げを待たずに勝敗を宣告する。
- ・ポイント差(ポイント奪取もしくは反則減点)のない場合、主審、副審の過半数の判定で決定する。
- ・試合中、主審を中心とし審判員同士で協議を行うことができる。
- ・審判長及び審議委員は審判員からの要請や不備があった場合、審議を行う。最終決定は審判長の裁定によるものとする。

## 3 一本勝ち

- ・反則箇所を除き、突き、蹴りのダメージによって相手を倒した場合。
- ・戦意を喪失した場合。
- ・ポイント差2となった場合(ポイント2奪取、もしくはポイント1で相手方に減点1の場合等)。

## 4 ポイント

- ・上段への蹴りが的確にクリーンヒットした場合。  
**★中段攻撃のポイントは「テクニカルポイント」と「ダメージポイント」のふたつを採用する。**
- ・ノーガードの中段に蹴りがクリーンヒットし、相手の動きが止まった場合(ダメージポイント)。  
または加撃後すぐに間合いを外し、返し技をもらわなかった場合(テクニカルポイント)。  
※蹴り足をつかみ取られたり、すぐに反撃をもらった場合は無効。
- ・突きによる攻撃ではテクニカルポイントは採用されない。ダメージを与えるダメージポイントのみ。
- ・攻撃により倒れた相手に対し瞬時に下段突きを決めた場合(仕掛けた相手が自ら転倒し、そこにタイミング良く下段突きを決めた場合も同じ)。
- ・ガードの上からの攻撃でも完全に体勢が崩れる、もしくはダメージにより動きが止まった場合。

## 5 反 則

- ・金的への攻撃。手技、肘による顔面への攻撃。頭突き。つかみ。投げ。抱え込み。  
※蹴りの受け流しは、すぐに放して攻撃につなげた場合有効
- ・押し(掌低、拳、肩、腹等による押しはすべて反則)。
- ・頭をつけての攻撃。
- ・背面からの攻撃。倒れた相手への加撃。
- ・故意に場外へ出た場合。かけ逃げ(故意による転倒、当てる意思のない技等)。
- ・審判の指示に従わない場合。試合中、相手に対する非礼な態度やしぐさをとること。
- ・試合終了後の雄たけびやガッツポーズは禁止。
- ・反則には注意。注意2で減点1(相手側にポイント1)。注意4で失格。  
但し、悪質な故意の反則と判断した場合、即失格となることもありうる。
- ※ジュニアルール(小学生・中学生)では上段膝蹴りは反則。下段回し蹴りの連打は反則。  
(つなぎ、単発のローキックは有効)
- ※高校生以上の下段回し蹴り、上段膝蹴りは有効。**
- ※ジュニアルール(小学生・中学生)ではヘッドガードが触れ合った場合及び決め技に至る動きのない接近戦が続いた場合は審判がこれを分ける。パワー勝負ではなくPOINT&K.Oの趣旨を重視する。**

このルール案内にない事態が発生した場合は、必要に応じて役員が協議を行い審判長が最終決定をする。

## 防具規定

★各クラスの防具は以下の通り

防具	クラス							
	小学生		中学生		高校生		一般・シニア	
	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子
ヘッドガード	○	○	○	○	○	○	×	×
拳サポーター	○	○	○	○	○	○	×	○
脛サポーター	○	○	○	○	○	○	×	○
膝サポーター	○(※)	○(※)	○	○	○	○	×	△
ファールカップ	○	△	○	△	○	△	○	△
チェストガード	×	△	×	○	×	○	×	○
Tシャツ	×	○	×	○	×	○	×	○

○:必須、△:任意、×:不可

(※)小学1年～3年生の膝サポーターは任意

### 【防具着用時の注意事項】

- ・ヘッドガードは前面にガード(樹脂素材、軽金属素材)があるもの。色は白に限る。  
 ※フェイスシールドの着用は任意
- ・拳サポーター、脛サポーター、膝サポーターは布製。革製や合皮製のもの使用禁止。
- ・膝サポーターは膝のみのガードのものに限る。膝以外(太ももなど)をガードするものは使用禁止。
- ・チェストガードはイサミ製D-16及び、それに準ずるもの。腹部までをガードするもの、硬質のものは使用禁止。
- ・Tシャツは薄手のもの。トレーナーなど厚手のもの、長袖、柄が多く含まれる華美なものは禁止。

※各防具類(赤紐含む)はすべて各自の物を使用してください。新型コロナウイルス感染症対策や衛生上の観点から貸出は致しません。