



2025 年 6 月吉日

第 40 回 POINT & K. O. 関東選抜空手道選手権大会開催のご案内

関係者各位

特定非営利活動法人
空手道 POINT & K. O. ルール協会
理事長 長谷川 一之
(空手道 講士館 会長)

拝啓 初夏の候、皆様方におかれましては、益々ご健勝のこととお慶び申し上げます。

さて、この度、標記の通り、『第 40 回 POINT & K. O. 関東選抜空手道選手権大会』を開催する運びとなりました。この大会は 2026 年 3 月 20 日（金/祝）に東京武道館において開催される『第 40 回 POINT & K. O. 全日本空手道選手権大会』及び、2025 年 12 月に予定されている『JICA（日本国際空手協会）第 7 回全日本空手道選手権大会』の選抜大会となっており、全日本選抜・上級クラスに入賞した選手には、どちらの大会においても出場する際にシード権、ワッペン、出場料減額等の特典がございます。是非とも多くの選手に参加していただき、腕を磨き合い、より大きな大会への足掛かりとしていただきたいと思いますと考えております。

つきましては、下記の通り、開催致しますので、幼年部からシニアまで、幅広い選手の方々に参加していただければと思い、ここにお願い申し上げます。 敬具

記

【開催日時】2025 年 9 月 28 日（日） 午前 9 時 00 分 集合予定

【開催場所】東京体育館（〒151-0051 東京都渋谷区千駄ヶ谷1-17-1）

【主催】特定非営利活動法人 空手道POINT & K. O. ルール協会

【参加クラス】別紙「参加申込書」に記載の通り

【ルール】別紙「POINT & K. O. ルール・試合規定」による

【参加費】初級：6,000円 / 全日本選抜・上級：7,000円

【申込締切】**2025 年 8 月 20日（水）必着**

※締切以降の申込は一切受付できません。期日は遵守願います。

また、申込後は理由の如何に関わらず、出場料の返金致しません。

【申込先】〒107-0062 東京都港区南青山3-5-4-701 POINT & K. O. 大会事務局

※道場単位で別紙の申込書を取りまとめ、送付してください。

参加費は下記、振込先に道場単位で振込んでください。個人での受付は致しません。

【振込先】三菱UFJ銀行 調布南支店 普通 4536449 松本隆之（マツモト タカユキ）

【問合せ連絡先】080-1118-8886（POINT & K. O. ルール協会 事務局長・松本）

【その他】・スポーツ保険は各自で加入してください

・本大会で撮影された動画、写真は主催者の所有となり、雑誌、ホームページ等に掲載される場合があります。

以上

ポイント&ノックアウトルール・試合規定

1 試合時間

	本 戦	延 長	再延長(ポイント先取)
幼年・小学生・中学生・シニア 50 以上	1:30	1:00 ※マスト	1:00 ※決勝のみ
高校生・一般女子・シニア 40 以上	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。

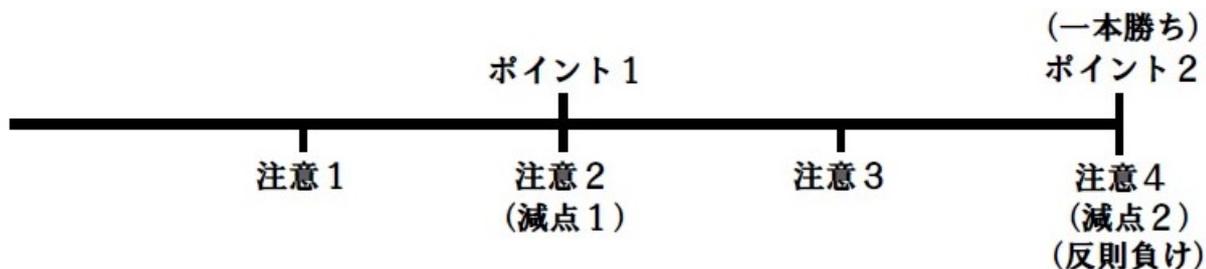
5 反 則

- ・ 金的への攻撃。手技、肘による首から上への攻撃。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。下段回し蹴りのみの連打は反則(つなぎ、突き等をはさめば有効)。
 - ※高校生以上の下段回し蹴り連打、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。

試合判定基準

1. 注意・ポイントのグラフ



2. ポイント、注意が無く僅差の場合

有効打・主導権 (支配率) > **ダメージ** > 手数 > 積極性

※体格に勝るものが防御技術なく前に出るだけでは、技術を駆使してクリーンヒットを避け有効打を数多く打った側に勝るとはみなされず、総合力・主導権を優先する。

- **有効打**は拳スジ、蹴りスジが通り、ノーガードの箇所クリーンヒットしたもの。
(受け手の動きによりクリーンヒットをずらされた攻撃やガードの上を叩く攻撃は、**有効打**とはみなされない。)
- **主導権**とは、間合いをコントロール出来、先手やカウンター、間合い外しなど攻撃面以外のディフェンス力を含む総合力。
- **ダメージ**は有効打により明らかに動きが鈍った場合。

3. 注意 1 の場合、勝敗は試合内容で決まる。注意 2 で減点となった場合は相手にポイント 1 となり試合内容に左右されない。

4. A にポイント 1、注意 2 (減点 1) がある場合は試合内容で決まる。

5. A にポイント 1、注意 3 (減点 1 + 注意 1) の場合は、試合内容で大きくリードする必要がある。

6. 延長の場合は本戦よりも僅差判定で決着がつく。

7. 反則攻撃の直後に有効打が入りポイントあるいは一本となった場合、その攻撃は無効となる。さらに状況審査次第で反則負け、あるいは減点再試合となる。

防具規定

★各クラスの防具は以下の通り

防具	クラス									
	幼年・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	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

(※) 幼年・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）を含む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、L-8303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。

※試合前に各防具チェックを行います。防具の未着用、規定外の防具の場合、出場はできません。また、チェック後に防具変更等の違反が発覚した場合は失格となりますので、ご注意ください。

【チェストガード参考】



(イサミ製 D-16)



(イサミ製 L-8303)

第40回 POINT&K.O. 関東選抜空手道選手権大会

※誓約書の記入押印、団体責任者押印がない申込書は無効いたします※

参加誓約書

大会主催者 殿

私は本大会のルールに従って、正々堂々と競い合うことを誓い、本大会への参加を申し込みます。
また、本大会中における負傷、事故については主催者側にその責任の一切を問いません。

(西暦) 年 月 日

選手氏名 (未成年の場合は保護者氏名)

参加申込書

フリガナ					性別	男 ・ 女		
選手氏名					学年	幼年 () 小学・中学・高校 年		
生年月日	(西暦)	年	月	日	年齢	歳		
修行年数	年	ヶ月	段級	段/ 級	身長	cm	体重	kg
【過去1年の入賞歴】								

フリガナ			責任者名	<input type="checkbox"/>
団体名			責任者 Tel	
団体住所 (郵便物発送先)	〒 -			

【出場希望クラス (○を記入)】

チャレンジクラス ※7級以下が対象	
<input type="checkbox"/>	幼年男女混合
<input type="checkbox"/>	小学1年男女混合
<input type="checkbox"/>	小学2年男女混合
<input type="checkbox"/>	小学3年男子
<input type="checkbox"/>	小学3年女子
<input type="checkbox"/>	小学4年男子
<input type="checkbox"/>	小学4年女子
<input type="checkbox"/>	小学5年男子
<input type="checkbox"/>	小学5年女子
<input type="checkbox"/>	小学6年男子
<input type="checkbox"/>	小学6年女子

全日本選抜クラス			
<input type="checkbox"/>	小学1年男子	<input type="checkbox"/>	中学生男子軽量 (55kg 未満)
<input type="checkbox"/>	小学1年女子	<input type="checkbox"/>	中学生男子重量
<input type="checkbox"/>	小学2年男子	<input type="checkbox"/>	中学生女子軽量 (50kg 未満)
<input type="checkbox"/>	小学2年女子	<input type="checkbox"/>	中学生女子重量
<input type="checkbox"/>	小学3年男子	<input type="checkbox"/>	高校生男子軽量 (65kg 未満)
<input type="checkbox"/>	小学3年女子	<input type="checkbox"/>	高校生男子重量
<input type="checkbox"/>	小学4年男子軽量 (30kg 未満)	<input type="checkbox"/>	高校生女子軽量 (55kg 未満)
<input type="checkbox"/>	小学4年男子重量	<input type="checkbox"/>	高校生女子重量
<input type="checkbox"/>	小学4年女子軽量 (30kg 未満)	<input type="checkbox"/>	一般男子軽量 (65kg 未満)
<input type="checkbox"/>	小学4年女子重量	<input type="checkbox"/>	一般男子中量 (75kg 未満)
<input type="checkbox"/>	小学5年男子軽量 (35kg 未満)	<input type="checkbox"/>	一般男子重量
<input type="checkbox"/>	小学5年男子重量	<input type="checkbox"/>	一般女子軽量 (55kg 未満)
<input type="checkbox"/>	小学5年女子軽量 (35kg 未満)	<input type="checkbox"/>	一般女子重量
<input type="checkbox"/>	小学5年女子重量	<input type="checkbox"/>	シニア男子 40 以上 軽量 (75kg 未満)
<input type="checkbox"/>	小学6年男子軽量 (40kg 未満)	<input type="checkbox"/>	シニア男子 40 以上 重量
<input type="checkbox"/>	小学6年男子重量	<input type="checkbox"/>	シニア男子 50 以上 軽量 (75kg 未満)
<input type="checkbox"/>	小学6年女子軽量 (40kg 未満)	<input type="checkbox"/>	シニア男子 50 以上 重量
<input type="checkbox"/>	小学6年女子重量	<input type="checkbox"/>	シニア女子 40 以上 軽量 (55kg 未満)
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	シニア女子 40 以上 重量
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	シニア女子 50 以上 軽量 (55kg 未満)
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	シニア女子 50 以上 重量

10~7級の級位を設けていない団体はお申し出ください

※軽量クラスの規定体重オーバーは失格となります。

※制限なしクラスは軽量・中量相当選手の申込みも可能です。

※出場クラスの参加者数により統廃合となる場合があります。