



**Regulamin Sportowy  
Polskiej Federacji Tang Soo Do**

wydanie VIII  
styczeń 2018

**Opracowanie  
Marcin Kostyra i Marek Czapka**

## SPIS TREŚCI

### ROZDZIAŁ I – PRZEPISY OGÓLNE

Artykuł 1. Sędziowie	- 3
Artykuł 2. Zawodnicy	- 4
Artykuł 3. Rejestracja zawodników	- 4
Artykuł 4. Strój zawodników	- 4
Artykuł 5. Opieka Medyczna	- 5
Artykuł 6. Konkurencje i kategorie	- 5
Artykuł 7. Wywoływanie do konkurencji	- 6
Artykuł 8. Protesty	- 7
Artykuł 9. Kary dla klubów	- 7

### ROZDZIAŁ II – KONKURENCJE TECHNICZNE

Artykuł 10. Formy tradycyjne	- 8
Artykuł 11. Formy z bronią	- 9
Artykuł 12. Kopnięcie dosiężne	- 9
Artykuł 13. Techniki rozbić desek	- 10

### ROZDZIAŁ III – KONKURENCJE WALK

Artykuł 14. Pole Walki	- 12
Artykuł 15. Obowiązkowy Sprzęt Do Walk	- 12
Artykuł 16. Punktacja w walkach	- 13
Artykuł 16. Terminologia turniejowa	- 13
Artykuł 18. Sekundanci	- 13
Artykuł 19. Czas Trwania Walk	- 14
Artykuł 20. Miejsca Trafień, Dozwolone Techniki	- 14
Artykuł 21. Punktacja walk	- 14
Artykuł 22. Ostrzeżenia, punkty karne, kartki karne	- 15
Artykuł 23. Dyskwalifikacja	- 16
Artykuł 24. Kontuzje	- 16
Artykuł 25. Werdykty i dogrywka	- 17
Artykuł 25. Sygnalizacje i gesty sędziego	- 17
Artykuł 27. Walki semi-contact (przerywane)	- 21
Artykuł 28. Walki light-kick i light-contact	- 23
Artykuł 29. Konkurencja touch-contact	- 23

## ROZDZIAŁ I

### Przepisy ogólne

#### § 1. Sędziowie

W skład komisji sędziowskiej wchodzi:

**1.1. Sędzia Główny** – sprawuje nadzór nad zawodami, zarządza pracą sędziów, rozstrzyga kwestie sporne, które nie są ujęte w Regulaminie. Sędzia Główny jest wybierany i odwoływany przez Zarząd Polskiej Federacji Tang Soo Do. W wyjątkowych sytuacjach Sędzia Główny PFTSD może powierzyć rolę Sędziego Głównego danyemu zawodowi innej osobie.

**1.2. Sędzia Techniczny Zawodów** – zajmuje się rozplanowaniem kategorii na planszach oraz drabinkami konkurencji – powoływany przez Sędziego Głównego.

**1.3. Sekretarz Zawodów** – prowadzi niezbędną dokumentację – powoływany przez Sędziego Głównego.

**1.4. Kierownik Planszy** – organizuje pracę planszy.

Kierownik Planszy musi spełniać wymagania:

- ukończone 18 lat,
- ukończenie specjalistycznego szkolenia dla Kierowników Plansz,
- znajomość regulaminu PFTSD,
- posiadać ważną licencję sędziego planszowego PFTSD.

**1.5. Sędzia Punktowy**, wymagania:

- ukończone 18 lat,
- znajomość regulaminu PFTSD,
- licencja sędziowska PFTSD, PUT lub PZKB.

**Strój sędziowski to oficjalna koszulka PFTSD i czarne spodnie.**

Ponadto w skład komisji sędziowskiej wchodzi **Sekretarz Planszy**. Do jego obowiązków należy: pomiar czasu, prowadzenie drabinek, zapowiadanie walk, wywoływanie zawodników, ogłaszanie wyniku walki, ewentualne sprawdzanie sprzętu, wypełnienie protokołu z zaznaczeniem ostrzeżeń, innych kar a także z zaznaczeniem wygranego zawodnika na drabinkach.

Minimalne składy sędziowskie na planszy:

- 3 sędziów (semi-contact/touch-contact) w tym: 1 Kierownik Planszy, 2 Punktowych, oraz 2 Sekretarzy,
- 4 sędziów (light-contact/light-kick) w tym: 1 Kierownik Planszy, 3 Punktowych, oraz 1 Sekretarz,
- 5 (lub 3) sędziów w konkurencji form tradycyjnych, form z bronią i rozbić oraz 1 Sekretarz,
- 1 Sędzia i 1 Sekretarz w kopnięciu dosiężnym.

W uzasadnionych przypadkach sędzia może poprosić o zmianę planszy na czas całego turnieju lub walki.

Organizator zawodów ma obowiązek zapewnić właściwe warunki pracy dla zespołów sędziowskich, które ustalane są z Sędzią Głównym. Sędziowie mają prawo do 10 minutowych przerw: formy i walki ciągle co 2 h, w walkach przerywanych co 1,5 h.

Wszyscy sędziowie zobowiązani są do obiektywnego i rzetelnego wypełniania swoich obowiązków, rozumiejący zasady fair play oraz zobowiązani są do przestrzegania niniejszego Regulaminu oraz zarządzeń

i poleceń Sędziego Głównego.

## § 2. Zawodnicy

Do walk semi-contact/light-contact/light-kick są dopuszczone osoby spełniające warunki:

- W przypadku osób poniżej 23 roku życia wymagane jest orzeczenie lekarskie o zdolności do uprawiania sportów walk z prawem startu w zawodach, wydane przez lekarza ze specjalizacją w zakresie medycyny sportowej lub lekarza posiadającego certyfikat Polskiego Towarzystwa Medycyny Sportowej. Ważność ich potwierdzają 2 pieczętki (imienna lekarza i nagłówkowa przychodni),
- W przypadku osób powyżej 23 roku życia wymagane jest oświadczenie o stanie zdrowia,
- Pisemna zgoda rodziców na udział w zawodach (dotyczy osób poniżej 18. r. ż.),
- Przynależność do klubu członkowskiego PFTSD lub oficjalne zaproszenie na zawody,
- Zgłoszenie w terminie wymaganym przez Sędziego Głównego na obowiązujących kartach zgłoszeń,
- Polisa NNW (zapewnia klub).

Do pozostałych konkurencji dopuszczane są osoby spełniające warunki:

- Pisemna zgoda rodziców na udział w zawodach (dotyczy osób poniżej 18. r. ż.),
- Przynależność do klubu członkowskiego PFTSD lub oficjalne zaproszenie na zawody,
- Zgłoszenie w terminie wymaganym przez Sędziego Głównego na obowiązujących kartach zgłoszeń,
- Polisa NNW (zapewnia klub).

Kontrola powyższych wymagań przeprowadzana jest podczas Rejestracji przed zawodami.

## § 3. Rejestracja Zawodników

Ważenie, mierzenie zawodników i zawodniczek odbywa się w jeden z wymienionych sposobów:

3.1. W przeddzień zawodów w godzinach wyznaczonych przez Organizatora i Sędziego Głównego. Sędzia Główny może wyznaczyć dodatkowe godziny i dni weryfikacji wagi – informując o tym w komunikatach.

3.2. W trakcie zawodów – wrywkowo podczas zbiórki przed rozpoczęciem lub w trakcie (jeśli sędziowie mają podejrzenie, że zawodnik został źle zakwalifikowany) danej kategorii. O tym, kto będzie poddany pomiarowi decydują: sędziowie planszowi. Wynik pomiaru powinien być odnotowany na drabince. Trenerzy i kierownicy ekip mogą jedynie występować do wyżej wymienionych osób z prośbą o sprawdzenie zawodnika. Jeżeli waga zawodnika okaże się niezgodna z podaną w zgłoszeniu, Sędzia Główny, na wniosek kierownika planszy, może zdyskwalifikować zawodnika.

Podczas ważenia, mierzenia obecni są przedstawiciele Komisji Sędziowskiej i kierownik ekipy.

Zawodnik ważony i mierzony jest oficjalnie tylko raz i uzyskana waga, wzrost jest zapisywana do protokołu zawodów lub na drabince.

Sędzia Główny w porozumieniu z organizatorem i trenerem dopuści możliwość startu w dwóch kategoriach walk, swojej i wyższej, tylko o jedną kategorię – o ile są spełnione warunki rywalizacji.

Wszelkie zmiany w drabinkach, wynikające z pomyłek sędziowskich, będą dokonywane tylko w wyznaczonym terminie. Termin określony jest przez Sędziego Głównego w komunikacie zawodów.

## § 4. Strój Zawodników

W trakcie startu, ceremonii otwarcia oraz podczas dekoracji zawodnicy zobowiązani są mieć strój sportowy. Zawodnicy reprezentujący PFTSD występują tylko w doboku TSD.

## § 5. Opieka Medyczna

Na wszystkich turniejach organizowanych pod szyldem Polskiej Federacji Tang Soo musi być obecna opieka medyczna - lekarz lub specjalista ratownictwa medycznego. Podczas trwania zawodów lekarz/specjalista ratownictwa medycznego jest obecny na sali w widocznym miejscu. Jeżeli zaistnieje konieczność opuszczenia sali przez lekarza/specjalistę ratownictwa medycznego Kierownik Planszy powiadamia o tym Sędziego Głównego, który wstrzymuje turniej do czasu jego powrotu.

W przypadku kontuzji lub innych zdarzeń zagrażających zdrowiu zawodników, sędzia prowadzący walkę konsultuje się z lekarzem/specjalistą ratownictwa medycznego w sprawie możliwości kontynuowania przez niego walki. Decyzja lekarza/specjalisty ratownictwa medycznego jest ostateczna. Lekarz/specjalista ratownictwa medycznego ma prawo w każdej chwili przerwać walkę, jeśli uzna, że jej kontynuowanie zagraża zdrowiu lub życiu walczącego. Decyzja ta jest ostateczna.

Lekarz/specjalista ratownictwa medycznego przywoływany jest na planszę gwizdkiem, który posiada sekretarz planszy, lub w inny skuteczny sposób.

## § 6. Konkurencje i Kategorie

### 6.1. Konkurencje:

1. Walki semi-contact (przerywana) – kadet, junior, senior, weteran;
2. Walki light-contact (ciągła) – kadet, junior, senior;
3. Walki light-kick (ciągła z low-kick), junior, senior;
4. Konkurencja touch contact – dziecko, młodzik;
5. Formy tradycyjne – dziecko, młodzik, kadet, junior, senior;
6. Formy z bronią – dziecko, młodzik, kadet, junior, senior;
7. Techniki rozbić desek – dziecko, młodzik, kadet, junior, senior;
8. Kopnięcie dosiężne – dziecko, młodzik, kadet, junior, senior;
9. Mini-kumdo (regulamin do tej konkurencji jest ujęty w osobnym dokumencie).

### 6.2. Kategorie wiekowe (w nawiasach podano roku urodzenia dla kategorii w 2018 r.):

1. **DZIECKO** (2010–2009),
2. **MŁODZIK** (2008–2006),
3. **KADET** (2005–2003),
4. **JUNIOR** (2002–2000),
5. **SENIOR** (urodzeni 1999 i wcześniej),
6. **WETERAN** (urodzeni w 1983 i wcześniej).

### 6.3. Konkurencje dla poszczególnych grup wiekowych:

- **DZIECKO i MŁODZIK**

- Touch-contact,
- Formy tradycyjne,
- Formy z bronią,
- Kopnięcie dosiężne,
- Techniki rozbić desek.

- **KADET**

- Walki semi-contact (przerywana),
- Walki light-contact (ciągła w lekkim kontakcie **bez** kopnięcia w udo),
- Formy tradycyjne,
- Formy z bronią,
- Kopnięcie dosiężne,
- Techniki rozbić desek.

- **JUNIOR i SENIOR**

- Walki semi-contact (przerywana),
- Walki light-contact (ciągła w lekkim kontakcie **bez** kopnięcia w udo),
- Walki light-kick (ciągła w lekkim kontakcie **z** kopnięciem w udo),
- Formy tradycyjne,
- Formy z bronią,
- Kopnięcie dosiężne,
- Techniki rozbić desek.

### WETERAN

- Weterani biorą udział w tych samych kategoriach co seniorzy, dodatkowo mogą walczyć w semi-contact bez podziału na kategorie wzrostowe w swojej kategorii wiekowej.

Kategorie wagowe obowiązują w walkach light-kick i light-contact. W konkurencjach kopnięcie dosiężne, touch-contact i semi-contact podział jest wg wzrostu. W formach tradycyjnych, formach z bronią i technikach rozbić desek podział jest wg stopni i wieku. Każdy zawodnik/zawodniczka może startować zarówno w walce ciągłej, jak i przerywanej.

### UWAGA

**Sędzia Główny może połączyć lub utworzyć nowe kategorie. O wszelkich zmianach ma obowiązek powiadomić trenerów i kierowników ekip.**

## § 7. Wywoływanie do konkurencji

Organizacja turnieju wymaga dużej dyscypliny ze strony zawodników, trenerów, kierowników ekip i sędziów. W obowiązku zawodnika jest kontrolować wszelkie komunikaty sędziowskie. Sekretarze lub sędziowie podają informacje o tym, jaka konkurencja będzie rozgrywana i na której planszy. W komunikacie sędziowskim podawane są: imię i nazwisko zawodnika, nazwa klubu i numer planszy. Po tym komunikacie zawodnik powinien stawić się przy polu walki z regulaminowym sprzętem. Jeśli nie pojawi się tam za

pierwszym razem, jest wywoływany po raz drugi, o tego momentu zaczyna się pomiar czasu do stawienia. Jeżeli zawodnik po 1 minucie, wciąż nie jest obecny przy planszy, zostaje zdyskwalifikowany. Jeżeli zawodnik stawi się na planszę w nieprzepisowym stroju lub sprzęcie ochronnym, musi w ciągu 1 minuty (licząc od momentu stwierdzenia nieprawidłowości przez sędziego) zgłosić się w regulaminowym stroju i sprzęcie. W przeciwnym wypadku zostaje zdyskwalifikowany. Do walki wywoływane są zawsze dwie osoby razem. Pierwszy wyczytany zawodnik oznaczony jest kolorem **czerwonym**, drugi **niebieskim**.

Jeśli wyczytany zawodnik bierze właśnie udział w innej konkurencji, kierownik ekipy (lub osoba przez niego upoważniona) powinien ten fakt zgłosić sędziemu planszy i prosić o przełożenie rozgrywki do czasu, gdy zawodnik zakończy udział w rozgrywanej konkurencji i będzie w stanie kontynuować rywalizację.

## § 8. Protesty

Zawodnik, który zamierza zaprotestować przeciwko podjętej przez sędziów decyzji, powinien to uczynić za pośrednictwem oficjalnego przedstawiciela (kierownik ekipy/trener) u Sędziego Głównego. Warunkiem wniesienia protestu jest znajomość niniejszego regulaminu i powołanie się na konkretny punkt. Werdykt może zmienić tylko Sędzia Główny, nikt inny nie ma prawa przeglądać dokumentów zawodów, tj. protokołów, drabinek, zgłoszenia itp.

### Uwaga nowość w protestach (od 2018 roku)

W walkach semi-contact dopuszcza się protest na podstawie zapisu video pod warunkami:

1. Nagranie dostarcza protestujący – organizator nie zapewnia nagrań, ani kamer.
2. Protest można wnosić tylko, jeśli nagranie jest w rozdzielczości minimum 1280 x 720 a akcja, co do której są wnoszone zastrzeżenia, jest dobrze widoczna.
3. Nagranie musi być na dysku przenośnym, np. karta SD, USB, aby była możliwość je odtworzyć na komputerze.
4. Protest można wnosić do 5 minut po zakończonej walce.
5. Rozpatruje się tylko te akcje, które mogły mieć realny wpływ na ostateczny wynik pojedynku.
6. Protest dotyczy tylko 10 sekund z danej walki. Zgłaszający zastrzeżenia sam przygotowuje wybrany fragment walki, który jest analizowany.
7. Protesty rozpatruje Sędzia Główny, który może poprosić sędziów danej planszy o obecność.
8. Wnoszący protest uiszcza kaucję w wysokości 30 zł, która jest zwracana w przypadku pomyślnego dla niego rozstrzygnięcia sporu.
9. Jeśli na podstawie nagrania nie można rozstrzygnąć sporu (nagranie jest złej jakości lub akcja nie jest widoczna), protest uznaje się jako niezasadny i podtrzymana decyzja sędziów planszy.
10. Nie ma ograniczeń co do ilości zgłaszanych akcji, jednak za każdy protest wnoszący uiszcza kaucję.
11. Rozpatrywanie protestu odbywa się w obecności sekundantów, w atmosferze kultury i życzliwości. Jeśli któraś ze stron w tym czasie nie okaże przeciwnikowi szacunku, spór jest rozstrzygnięty na korzyść drugiej strony. Sędzia Główny może nałożyć kary regulaminowe dla klubu, zawodnika lub kierownika ekipy/trenera za niesportowe zachowanie.

## § 9. Kary dla klubów

- Zgłoszenie do turnieju po terminie - 30 zł (od każdego zawodnika),
- Zmiana kategorii wagowej/wzrostowej - 5 zł,
- Dopisanie do kategorii (o ile zawodnik był wcześniej zgłoszony) po wyznaczonym terminie - 5 zł,
- Zgłoszenie na niewłaściwym formularzu (np. SMS, tekst mailowy, plik Word itp.) - 50 zł,
- Błędnie wypełniony formularz zgłoszeniowy - 30 zł,
- Żółta kartka - ostrzeżenie dla klubu za niewłaściwe zachowanie się kibiców/trenera/zawodników, równoznaczna z wpłaceniem 100 zł kaucji, w przypadku otrzymania przez klub drugiej żółtej kartki kaucja nie jest oddawana,
- Organizator może ustalić karę dla klubu za brak wystawienia sędziego na zgłaszany turniej.



## ROZDZIAŁ II

### Konkurencje techniczne

#### § 10. Formy Tradycyjne

W konkurencji form obowiązuje schludny i estetyczny tradycyjny strój.

##### KRYTERIA OCENIANIA FORM

- Siła i dynamika, precyzja wykonywanych technik.
- Oddech; prawidłowe zgranie wydechu z momentem zakończenia ruchu i napięcia mięśni.
- Płynność ruchów oraz połączeń między technikami.
- Skupienie wzroku.
- Równowaga.
- Prawidłowe ułożenie powierzchni blokujących i ataku.

Podział na kategorie według wieku i stopnia. Bez podziału na płeć.

Kategorie form tradycyjnych Podział ze względu na stopnie i wiek				
Dzieci	10-9	8	+7	
Młodzik:	10-9	8	7	+6
Kadet:	10-7	6-4	3+	
Junior:	10-7	6-4	3+	
Senior:	10-7	6-4	3+	

Sędzia Główny może połączyć lub utworzyć nowe kategorie, np. form „miękkich”, (np. kung fu).

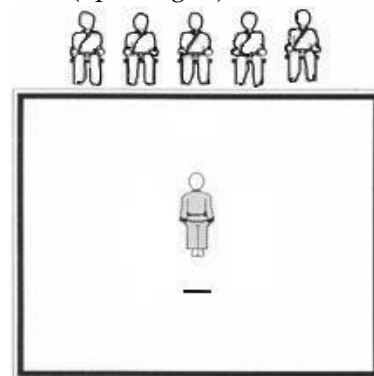
Konkurencja jest rozgrywana systemem punktowym. Sędziowie usadowieni są w jednym rzędzie. Konkurencję może oceniać pięcio- lub trzyosobowa komisja. W przypadku komisji pięcioosobowej, skrajne noty są odrzucane, w trzyosobowej sumowane. Sekretarz zajmuje miejsce przy stoliku za placami sędziów – prowadzi listę startową, zapowiada zawodników, notuje oceny, ogłasza zwycięzcę.

W przypadku, gdy w kategorii jest 16 lub więcej zawodników rozgrywa się dwie rundy eliminacyjne, do II rundy eliminacyjnej dostają się osoby z 8 najlepszymi wynikami, do rundy finałowej z 4 najlepszymi wynikami. Noty uzyskane w rundzie eliminacyjnej nie mają znaczenia w rundzie finałowej (z wyjątkiem sytuacji, gdy w rundzie finałowej jest remis).

W przypadku **remisu** w rundzie finałowej bierze się pod uwagę noty z rundy eliminacyjnej (w przypadku, gdy były 2 rundy eliminacyjne, najpierw pod uwagę brana jest II a następnie I), jeśli nie przyniesie to rozstrzygnięcia, wprowadza się dogrywkę. W dogrywce zawodnicy wykonują **inny układ** niż w poprzednich rundach. Zwycięzcę wskazują sędziowie (nie mogą wskazać na remis). Zawodnicy mogą wykonywać w rundzie finałowej tę samą lub inną formę co w rundzie eliminacyjnej (tylko w dogrywce jest obowiązek prezentacji innego układu). W przypadku, gdy w kategorii jest 7 lub mniej zawodników rozgrywa się tylko finał.

Zawodnik wykonuje jeden wybrany układ. Po prezentacji na komendę Kierownika Planszy „sędziowie werdykt”, sędziowie przyznają punkty w skali od 1 do 6. Możliwe jest punktowanie co 0,1 np. 4,5; 4,6; 4,7...5,9 itp. Jeśli rozbieżność punktowa wynosi więcej niż 2 punkty Kierownik Planszy musi zwołać sędziów w celu wyjaśnienia sytuacji. Po konsultacji ponownie ocenia się wykonanie.

Dzieci i młodzicy mają prawo do powtórzenia układu, wówczas odejmuje się 50% od ogólnej oceny



(odejmuje to sekretarz po sumowaniu not). W kategorii junior i senior nie ma możliwości drugiego wykonania w przypadku pomyłki. Jeśli Kierownik Planszy uzna, że układ był wykonany niepoprawnie, może zdyskwalifikować zawodnika.

## § 11. Formy z bronią

Zasady oceniania form z bronią są takie same jak form tradycyjnych.

Obowiązuje schludny i estetyczny tradycyjny strój.

Kategorie form z bronią			
Podział ze względu na stopnie i wiek			
Dzieci	Jedna kategoria		
Młodzik i Kadet	10-8	7-6	+5
Junior i Senior	10-6	5-4	+3

Zawodnik wykonuje formę z dowolną bronią tradycyjną, kij, miecz, nunchaku, tonfa, sai, kama, nóż i inne – kierownik planszy może zakwestionować broń ze względów bezpieczeństwa lub ze względów na brak powiązań z tradycją Dalekiego Wschodu – ostateczna decyzja jest podejmowana przez Sędziego Głównego. Zakaz prezentowania form typu "freestyle", oceniane są tylko formy twarde.

Dopuszcza się modyfikowanie form tradycyjnych poprzez zmianę ataków, bloków ręcznych i nożnych na techniki z dowolną bronią tradycyjną.

## § 12. Kopnięcie Dosiężne

Kategorie w kopnięciu dosiężnym				
Podział ze względu na płeć, wiek i wzrost (w cm)				
Dziewczeta Dzieci i młodzicy	-130	- 140	+140	
Chłopcy Dzieci i młodzicy	- 130	-140	-150	+150
Kobiety Kadetki, juniorki, seniorki	-160	+160		
Mężczyźni Kadeci, juniorzy, seniorzy	-160	-170	-180	+180

Sędziowie ustalają wyjściowy wysokość dla każdej z kategorii. Zawodnik przechodzi do następnej rundy, jeśli technika zostanie zaliczona. Każdy uczestnik konkurencji ma po 2 próby trafienia w tarczę, jeśli nie trafi w pierwszej próbie, ma prawo wykonywać technikę jeszcze raz. Jeśli powiedzie mu się w drugiej próbie, przechodzi do następnej rundy. Jeśli mu się nie uda, zostaje wykluczony z konkurencji. Na wykonanie próby jest 20 sekund. Podczas wykonywania kopnięcia, obie nogi muszą być w powietrzu.

Sędziowie mogą nie uznać próby, jeżeli zawodnik popełnił następujące błędy:

- Stracił równowagę i właściwą postawę w trakcie prezentowania techniki i po jej zakończeniu.
- Użył nieodpowiedniej powierzchni uderzeniowej (innej niż podbicie stopy) kopnięcia.
- Jedna noga była na podłożu.
- Przekroczył czas 20 sekund na wykonanie kopnięcia.

Zwycięzcą jest ten, kto kopnie deskę na najwyższej wysokości. W przypadku remisu wygrywa niższy zawodnik.

Dzieci i młodzicy w tej konkurencji muszą rywalizować w kaskach.

Jeśli zawodnik, który jest wzywany do próby bierze udział w innej konkurencji, sędziowie powinni umożliwić mu wykonanie próby po zakończeniu konkurencji na innej planszy.

### § 13. Techniki Rozbić Desek

Kategorie techniki rozbić desek			
Podział ze względu na płeć, stopnie i wiek			
Dzieci chłopcy	Bez podziału na stopnie		
Młodzicy chłopcy	10-7	+6	
Kadeci	10-7	6-4	+3
Juniorzy i seniorzy	10-7	6-4	+3
Dziewczęta Dzieci i młodziczki	Bez podziału na stopnie		
Kobiety Kadetki, juniorki, seniorki	Bez podziału na stopnie		

Deski sosnowe o wymiarach 25x25 cm i różnej grubości dla kategorii wiekowych:

- Dziecko i Młodzik, dziewczęta kadet – 1 cm.
- Kadet (chłopcy) oraz Junior dziewczęta – 1,5 cm.
- Junior i senior mężczyźni oraz senior kobiety – 2 cm.

Konkurencje ocenia 5 sędziów (skrajne noty są odrzucane) oraz 1 sekretarz. Sędzia Główny może zarządzić trzyosobowe komisje sędziowskie, wówczas sumuje się noty wszystkich sędziów. Konkurencje wykonuje się nieosłoniętymi powierzchniami uderzeniowymi.

#### Kryteria oceniania:

- Trudności,
- Ilości desek,
- Widowiskowości,
- Poprawności techniki,
- Okrzyk,
- Szybkość i płynność (jest łamanie wielostacyjne).

#### Wszystkie techniki wykonuje się z okrzykiem.

Przed przystąpieniem do próby zawodnik musi powiedzieć sędziom, jakim sposobem będzie łącać. Zawodnik ma 30 sekund na próbę. W przypadku łamania wielostacyjnego, maksymalnie może być 3 stacje, czyli 3 różne sposoby łamania. Zawodnik stawia się do konkurencji z wcześniej ustalonym planem rozbić i z asystentami do trzymania desek.

#### Przykład:

1 stacja to uderzenie pięścią, 2 stacje to uderzenie pięścią i kopnięcie okrężne, 3 stacje to uderzenie pięścią, kopnięcie okrężne i uderzenie łokciem. Techniki w stacjach nie mogą się powtarzać.

Zawodnik ma jedną próbę (oprócz dzieci i młodzików, którzy mają dwie, za drugą odejmuje się połowę planowanych punktów za daną technikę). **Nie złamanie deski w stacji jest równoznaczne z dyskwalifikacją (jeśli deska jest tylko pęknięta, zawodnik otrzymuje połowę punktów przewidzianych za technikę). Zasada nie dotyczy dzieci i młodzików (w tych kategoriach dyskwalifikacja następuje przy drugim niezłamaniu**

deski).

W przypadku takiej samej ilości punktów sędzia planszowy ogłasza dogrywkę. Wskazuje kombinację technik na deskę wielokrotnego łamania. W dogrywce werdykt jest przez wskazanie sędziów.

Sędziowie mogą przyznać od 0,1 do 2 punktów - za widowiskowe lub trudne technicznie rozbicia.

#### Punkty ujemne:

- Jeśli zawodnik wykona rozbicie bez okrzyku (*kiap!*) - 0,5 p. (za każdą technikę w przypadku rozbicia wielostacyjnego),
- Jeśli zawodnik nie przedstawi sędziom sposobu rozbicia - 0,5 punktu,
- Jeśli deska tylko pęknie - pół wartości techniki wg regulaminu,
- Brak płynności w przypadku łamania wielostacyjnego (np. na poprawianie deski) - 0,5 punktu,
- Zmiana techniki od zadeklarowanej -2 punkty,
- Utratę równowagi, dotknięcia ręką do podłoża przy kopnięciach od -0,5 do -1 punktu.

#### Tabela punktacji rozbic

TECHNIKI RĘCZNE				
Technika	Ilość punktów	W wyskoku	Premia za kolejną deskę	Jeden punkt podparcia
Ręka-młot	0,5	0,2	0,5	1
Pięść	1	0,2	1	1
Ręka-nóż	1	0,2	1	1
Odwrócona Ręka-nóż	1,5	-	1	1
Łokieć	1,5	0,5	1	2
Nadgarstek	2	-	1	1
Podstawa dłoni	1	-	1	2
Ręka-włócznia	4	-	4	3
Głowa	3	-	3	3

TECHNIKI NOŻNE							
	Punkty środkowa strefa	Wysokość głowy	Wysokok	Premia za kolejną deskę	Jeden punkt podparcia	360* wysk.	540* wysk.
Depczące	0,5	-	-	0,5	-	-	-
Kolano	0,5	-	0,5	0,5	-	-	-
W przód	0,5	1	0,5	0,5	1	-	-
Spadające	0,5	1	0,5	0,5	1	-	-
Okrężne	1	1,5	0,5	1	0,5	0,5	2
Boczne	1	1,5	1	1	1	-	-
W tył	1,2	1,7	1	1	1	0,5	1
Zahaczające	1	1,5	1	1	1	-	-
Zahaczające po obrocie	1	2	1	1	1	1	2

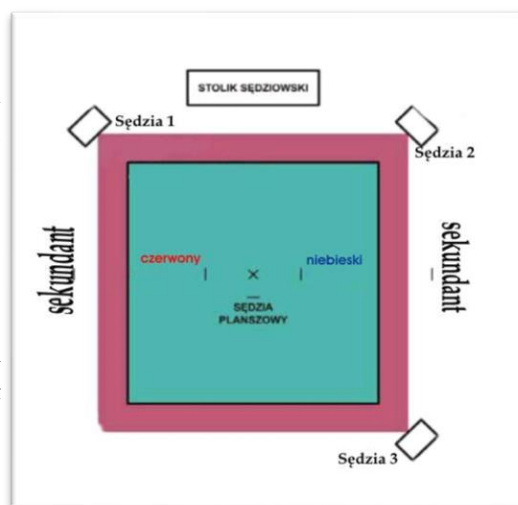
## ROZDZIAŁ III Konkurencje Walk

### § 14. Pole Walki

Pole walki (do semi-contact, light-contact, light-kick) powinno mieć wymiary 7x7 m (wyjątek stanowi konkurencja touch-contact, gdzie dopuszczalna minimalna wielkość pola walki to 5x5 m). Arena walki musi być pokryta odpowiednimi matami. Wskazane jest, by pola walki miały jeden metr powierzchni ochronnej wokół planszy.

Stół sędziów znajduje się przynajmniej 1,5 metra od planszy.

Pozycje zawodników oznaczone są czerwonym i niebieskim kolorem. Patrząc od strony stołu sędziowskiego lewa pozycja jest niebieska, a prawa czerwona.



### § 15. Obowiązkowy Sprzęt Ochronny Do Walk

Ochraniacze powinny być wykonane z materiału elastycznego z gąbkowym lub gumowym podszyciem, bez elementów metalowych, twardego plastiku lub innych materiałów twardych, w tym zamków błyskawicznych, sznurówek, guzików, zatrzasków (dotyczy to również stroju zawodnika).

Zabrania się noszenia biżuterii, zegarków itp. Długie włosy muszą być przytrzymane przez miękkie elastyczne opaski. Paznokcie palców u rąk i stóp muszą być krótko obcięte.

Obowiązkowy sprzęt ochronny do walki:

a) rękawice o wadze minimalnej: 6 uncji dla dzieci i młodzików, 8 uncji dla kadetów, 10 uncji dla juniorów i seniorów. Waga rękawic musi być wyraźnie zaznaczona. Rękawice muszą całkowicie zakrywać palce, dłoń i nadgarstek a kciuk musi być zabezpieczony przed wybiciem. W formule semi-contact dopuszcza się używanie rękawic otwartych, przeznaczonych do tej formuły.

b) ochraniacze na stopy całkowicie zakrywające stopę (1 cm dłuższe od palców), piętę i kostkę,

c) kask zakrywający głowę z boków, z tyłu, z przodu częściowo czoło i z góry (niedozwolone są kaski z tzw. przyłbicą/kratką/szybką, z wyjątkiem konkurencji touch-contact),

d) ochraniacze na zęby pojedyncze lub podwójne, uformowane tak, aby ściśle przylegały do zębów i dziąseł (wyjątek konkurencja touch contact – ochraniacz ten jest zalecany),

e) miękkie ochraniacze piszczeli,

f) suspensor – dla kobiet również - ochraniacz krocza nakładany pod spodnie (wyjątek konkurencja touch contact, gdzie ochraniacz ten jest zalecany),

g) ochraniacz piersi dla kobiet lub ochraniacz tułowia hogo (wyjątek konkurencja touch contact – ochraniacz ten jest zalecany).

Dozwolone są miękkie ochraniacze nadgarstków, przedramion, ramion, łokci i kolan.

Ręce można owijać bandażem o maksymalnej długości 350 cm i szerokości 5 cm. Plaster wzmacniający nie może być dłuższy niż 15 cm. Zawodnik zakłada rękawice na planszy po sprawdzeniu przez sędziego.

Sprzęt ochronny jest sprawdzany każdorazowo przed walką. Kierownik Planszy może nie dopuścić zawodnika do rywalizacji, jeśli ochraniacze stanowią zagrożenie dla zdrowia zawodnika i jego rywala.

## § 16. Punktacja w semi-contact, light-contact, light-kick oraz touch-contact młodzików

### 1 punkt:

- technikę ręczną na strefę środkową i górną,
- kopnięcie w udo tylko w formule light-kick.

### 2 punkty:

- kopnięcie na strefę środkową.

### 3 punkty:

- kopnięcie w głowę.

## § 17. Terminologia stosowana przez sędziego na turnieju

- Cha Ryut – baczność,
- Kyung Yet - ukłon,
- Chun Bi - przygotować się,
- Walcz!
- Stop!
- Niebieski/czerwony ostrzeżenie,
- Niebieski/czerwony minus punkt,
- Niebieski/czerwony dyskwalifikacja,
- Czas, czas stop,
- Niebieski/czerwony jeden, dwa, trzy, punkty,
- Sędziowie werdykt,
- Zwycięża zawodnik niebieski/czerwony.

Podczas zawodów otwartych dopuszcza się stosowanie terminologii polskiej.

## § 18. Sekundanci

Sekundantem musi być osoba pełnoletnia. W każdej walce zawodnik musi mieć jednego sekundanta, w czasie przerwy może być obecnych dwóch. Sekundanci nie mogą wywierać w żaden sposób wpływu na przyznanie punktów. Jeśli sekundant notorycznie wywiera presję na sędziach (szczególnie w konkurencjach semi-contact i touch-contact), Sędzia Planszowy ma prawo przyznać regulaminową karę dla zawodnika. Za niewłaściwe zachowanie sekundantów kary ponoszą zawodnicy, łącznie z dyskwalifikacją. Protesty powinny być zgłaszane w sposób ustalony w paragrafie 8 regulaminu.

Sekundant ma prawo poddać zawodnika. W takim przypadku powinien rzucić ręcznik na planszę, lub wypowiedzieć słowa: „poddaję zawodnika” do Kierownika Planszy. Po tych słowach sędzia zobowiązany jest natychmiast przerwać pojedynek.

Jakiegokolwiek przedmioty używane przez sekundantów (np. butelki po napojach), mogące spowodować kontuzję u walczących, muszą być na czas walki usuwane tak, aby nie stwarzały zagrożenia.

Sekundant powinien mieć na sobie strój sportowy lub galowy (np. garnitur).

## § 19. Czas Trwania Walk

Walka rozpoczyna się i kończy w momencie wydania odpowiednich komend przez Sędziego Planszowego, a nie z chwilą, gdy sekretarz sygnalizuje początek lub koniec walki. Na pierwszą komendę „walcz”, podaną przez Sędziego Planszowego, Sekretarz włącza stoper, który pozostaje włączony przez cały przepisowy czas trwania starcia, chyba że arbiter zarządzi „czas stop”, sygnalizując to w odpowiedni sposób.

- Czas walki w light-kick, light-contact i semi-contact wynosi **2x1,5 minuty** (finały również),
- Przerwa między rundami wynosi 30 sekund,
- Dogrywka 45 sekund.
  
- W konkurencji touch-contact **dzieci** starcie trwa **1 x 1,5 min**, bądź do 5 punktów.
- W konkurencji touch-contact **młodzików** starcie trwa **1 x 1,5 min**.

Tylko Sędzia Planszowy nakazuje zatrzymanie czasu, w następujących przypadkach: udzielenie pomocy medycznej, poprawienie sprzętu lub stroju, na posprzątanie lub wytarcie planszy lub w innych wymagających tego sytuacjach.

## § 20. Miejsca Trafień, Dozwolone i Zakazane Techniki

### 20.1. Dozwolone miejsca trafień:

- Głowa: przód (twarz), boki - (wyjątek touch-contact w kategorii dzieci, gdzie nie można uderzać ręką w głowę),
- Tułów: przód, boki,
- W formule light-kick: uda wewnętrzna i zewnętrzna część.

### Strefy trafień:

- Strefa wysoka od ramion do czubka głowy wyłączając szyję,
- Strefa środkowa – od pasa do ramion,
- Strefa dolna (tylko w formule light-kick) – wewnętrzna i zewnętrzna powierzchnia ud.

### 20.2. Niedozwolone miejsca trafień:

- Głowa: tył, góra,
- Tułów tył: nerki, kręgosłup, kark,
- Szyja, kończyny, stawy,
- Poniżej pasa (oprócz ud w light-kick).

### 20.3. Techniki dozwolone podczas walki:

#### Techniki ręczne:

- Wszystkie techniki w których powierzchnią uderzeniową jest przód lub grzbiet pięści – za wyjątkiem ciosów podbródkowych i uderzeń obrotowych/po obrocie.

#### Techniki nożne:

- Wszystkie kopnięcia w których powierzchnią uderzeniową jest stopa lub piszczel.
- Wszystkie techniki muszą być wykonywane z kontrolowaną siłą, sędzia musi widzieć, że zawodnika stać na mocniejsze uderzenia. Techniki, które tylko dotykają lub ocierają przeciwnika nie są punktowane.
- Technika przechodząca przez gardę powinna być zaliczona.
- Zaliczane są techniki po których zawodnik nie traci równowagi (z własnej winy).

## § 21. Ostrzeżenia, punkty karne, kartki karne

### Wyjścia poza planszę:

- 1 wyjście – ostrzeżenie,
- 2 wyjście – ostrzeżenie,
- 3 wyjście – minus punkt,
- 4 wyjście – minus punkt,
- 5 wyjście – dyskwalifikacja.

### Ostrzeżenia są przyznawane przez sędziego planszowego za:

- Atak niedozwoloną techniką ręczną, w tym również atak na niedozwoloną część ciała,
- Atak niedozwoloną techniką nożną, w tym również atak na niedozwoloną część ciała,
- Wyjście obiema stopami poza planszę,
- Za mocny kontakt (szczególnie w formule przerywanej),
- Przytrzymywanie,
- Pchanie,
- Unikanie walki, ucieczkę, obracanie, obejmowanie, klinczowanie, itp.,
- Oszustwo, ignorowanie poleceń sędziego, niesportowe zachowanie zawodnika lub sekundanta,
- Atak leżącego przeciwnika,
- Atak po komendzie stop,
- Trzecie poprawianie sprzętu, wypluwanie szczęki, itp.,
- Nieumyślne kontuzjowanie przeciwnika,
- Atak pochyloną głową.

### Dwa ostrzeżenia = plus punkt dla przeciwnika.

Zawodnik nie może jednocześnie otrzymać kary i punktu za tę samą akcję. Ostrzeżenia za wyjścia są traktowane tak jak ostrzeżenia za pozostałe przewinienia, np. zawodnik dostaje ostrzeżenie za nieprawidłową technikę ręczną, oraz za 1 wyjście poza planszę – ma na koncie 2 ostrzeżenia, co oznacza, że jego przeciwnik zyskuje punkt. Sędzia może przyznać zawodnikowi zamiast ostrzeżenia minus punkt za powyżej wymienione przewinienia – w takiej sytuacji punkt dodany jest przeciwnikowi. Nie ma ostrzeżeń za kontakt z podłożem (w przypadku, gdy zawodnik notorycznie upada, aby uniknąć walki, sędzia może przyznać ostrzeżenie za unikanie walki).

**Żółta kartka i czerwona kartka** – Żółta kartka zostaje przyznana w przypadku rażących przewinień, jednak nie na tyle, by zdyskwalifikować zawodnika, kartka jest odnotowywana na drabince. Zawodnik w danej kategorii może otrzymać tylko jedną żółtą kartkę. Następna musi być czerwona - co jest równoznaczne z dyskwalifikacją. Nie można przyznać żółtej kartki i ostrzeżenia/minus punktu zawodnikowi za tę samą akcję. W przypadku remisu decyduje żółta kartka (tylko w walce, w której została przyznana).



## § 22. Dyskwalifikacja

O dyskwalifikacji decyduje sędzia planszowy, który powinien skonsultować swoją decyzję z zespołem sędziowskim na danej planszy. Dyskwalifikacja oznacza wykluczenie z całej kategorii.

Zawodnik zostaje zdyskwalifikowany za:

- Zawinione i celowe kontuzjowanie przeciwnika w sytuacji, gdy nie może on kontynuować walki,
- Nieprawidłową wagę lub wzrost w odniesieniu do obowiązujących przepisów,
- Nie stawienie się na planszę po dwukrotnym wyczytaniu i upływie 1 minuty,
- Brak pełnoletniego sekundanta,
- Brak odpowiedniego wyposażenia lub stroju 1 minutę po kontroli sędziego,
- Podejrzenie, że zawodnik jest pod wpływem alkoholu lub narkotyków, środków dopingujących,
- Wszystkie wymienione w punktach 1 i 2 w przypadku przewinień grożących utratą zdrowia przeciwnika (po ewentualnej konsultacji z lekarzem), względnie wpływających na wynik walki, oraz w innych szczególnych przypadkach,
- Otrzymanie drugiej żółtej kartki w danej kategorii wagowej/wzrostowej,
- Pięciokrotne wyjście poza pole walki,
- Rażąco niesportowym zachowaniu.

## § 23. Kontuzje

Jeżeli zawodnik jest kontuzjowany, ale może dalej walczyć:

- a) Kontuzja nastąpiła z jego winy - walka toczy się dalej.
- b) Kontuzja nastąpiła z winy przeciwnika – przeciwnik otrzymuje regulaminową karę.
- c) Kontuzja nastąpiła bez winy walczących lub sędziowie nie są w stanie jej określić - walka prowadzona jest dalej w regulaminowym czasie.

Jeżeli zawodnik jest kontuzjowany i nie może dalej walczyć:

- a) Kontuzja nastąpiła z jego winy- walkę przegrywa kontuzjowany,
- b) Kontuzja nastąpiła z winy przeciwnika – zostaje on zdyskwalifikowany,
- c) Jeżeli nie można wskazać winnych zaistnienia kontuzji, pojedynek wygrywa ten zawodnik, który jest w stanie kontynuować dalszą rywalizację, niezależnie od wyniku walki, w którym zaistniała kontuzja.
- d) Jeżeli kontuzjowani są obydwaj zawodnicy i nie mogą kontynuować walki, wygrywa zawodnik, który uzyskał przewagę do momentu wystąpienia obopólnej kontuzji.

## § 24. Werdykty i dogrywki

- Zwycięstwo na punkty: zawodnik, który zdobędzie więcej punktów w regulaminowym czasie - wygrywa. Jeśli zawodnicy mają tyle samo punktów, wprowadza się dogrywki.
- W formule przerywanej (semi-contact/touch-contact) w przypadku remisu **dogrywka wynosi 45 sekund**, jeżeli po dogrywce nadal jest remis, o werdykcie decydują ostrzeżenia, jeżeli również to nie rozstrzyga walki, następuje wyzerowanie punktacji oraz dogrywka do pierwszego punktu.
- W formułach ciągłych (light-contact/light-kick), aby zawodnik zwyciężył, przynajmniej dwóch z trzech sędziów musi wskazać na jego wygraną. W przypadku remisu zarządza się **45 sekundową dogrywkę**, po

której każdy z sędziów punktowych musi wskazać zwycięzcę. W dogrywce wszystkie klikery są kasowane – punktacja zaczyna się od początku.

- Zwycięstwo przez przewagę techniczną (dotyczy tylko semi-contact i touch-contact młodzików), jeśli różnica wynosi 10 punktów.
- RSC - sędzia wstrzymuje walkę ze względu na zdrowie zawodnika (widoczne osłabienie, kontuzja, itp.) lub brak elementarnych umiejętności zawodnika.
- Zwycięstwo przez poddanie przeciwnika – zawodnik ma prawo poddać się w dowolnej chwili podnosząc rękę do góry lub może zrobić to sekundant zawodnika rzucając ręcznik na planszę lub wypowiadając słowa „poddaję zawodnika”.

## § 25. Sygnalizacje i gesty sędziego

### 26.1. Procedura prowadzenia walki

Przed walką Sędziowie Punktowi lub Sekretarze kontrolują sprzęt i ubiór zawodników – ochraniacze poprawność ich założenia, wagę i typ rękawic, ochraniacz szczęki, obecność sekundanta, zakładają i zdejmują koszulki (lub inne oznaczenia) zawodnicze, sprawdzają czy zawodnicy nie pomylili stanowisk.

1. Przyjąć pozycję Cha Ryut – baczność, zarówno sędzia jak i zawodnicy.



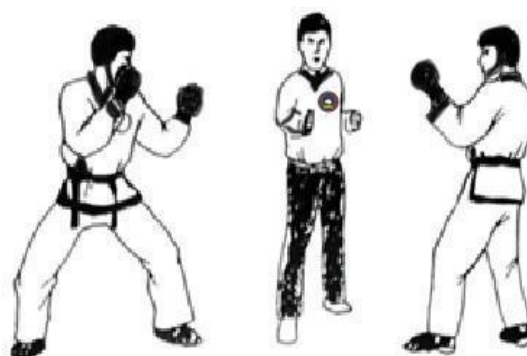
2. Sędzia unosi ręce przodem w kierunku stolika sędziowskiego.



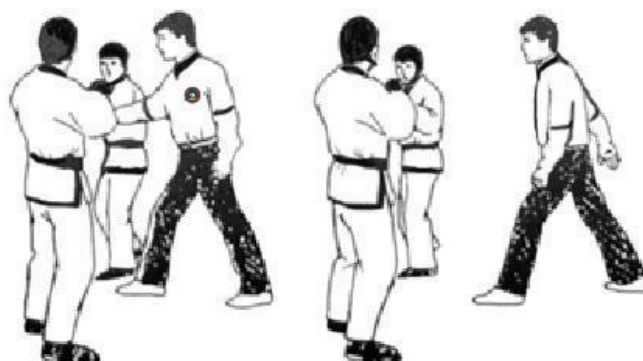
3. Sędzia pochyla ręce w dół i wydaje komendę **Kyung Yet**, bądź po polsku „ukłon”.



4. Sędzia wydaje komendę **Chun Bi** - pozycja walki, trzymając jedną rękę między zawodnikami.



5. Sędzia wydaje komendę „**Shi Jak!**” lub „**WALCZ!**” z gwałtownym ruchem wykonuje ruch ręką w dół.

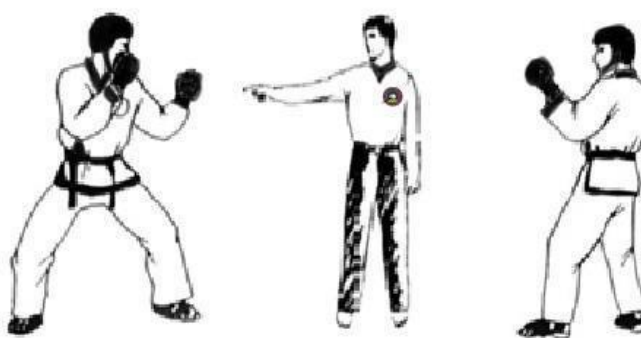


6. Na koniec walki zawodnicy wykonują ukłony w kolejności odwrotnej niż na początku. Sędzia wskazuje zwycięzcę podnosząc jego rękę i ogłaszając kolor zawodnika, który zwyciężył.

W formule przerywanej zwycięzcę wskazuje na podstawie wyniku punktowego na tablicy (patrz rozdział „Werdykty”). W walkach ciągłych sędzia planszowy wydaje komendę: „sędziowie werdykt”, po której sędziowie punktowi podnoszą jedną rękę oznaczoną kolorem zawodnika, któremu przyznali zwycięstwo, a w przypadku remisu sygnalizują przez podniesienie skrzyżowanych nad głową rąk.

## 26.2. Procedura przyznania faulu (minus punkt) lub ostrzeżenia

26.1. Sędzia w pierwszej kolejności wskazuje zawodnika, który ma być ukarany - czerwony/niebieski.



26.2. Następnie sędzia określa rodzaj („za co” - patrzy punkt 21 niniejszego regulaminu) przewinienia, faulu lub ostrzeżenia.

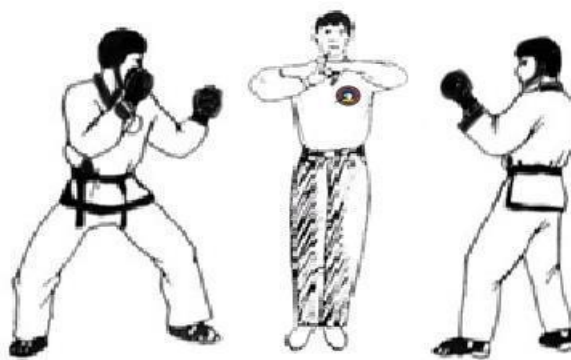
26.3a. **Ostrzeżenie.** Sędzia wskazuje zawodnika i unosi palec serdeczny do góry.



**26.3b. Minus punkt.** Sędzia wskazuje na zawodnika wykonując drugą ręką (palcem wskazującym) ruch po okręgu.



**26.4. Za mocny kontakt.** Sędzia ustawia pięść prostopadłe do dłoni.



**26.5. Niesportowe zachowanie zawodnika.** Sędzia przykładą palec serdeczny do twarzy.



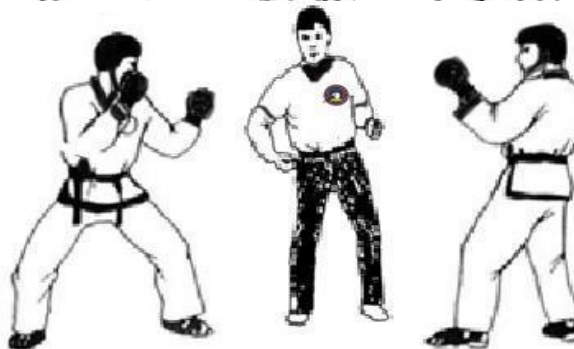
**26.6. Unikanie walki, ucieczka, obracanie, klinczowanie.** Sędzia zakrywa głowę dłońmi i robi skręt tułowiem.



**26.7. Opuszczanie pola walki.** Sędzia zakreśla półokrąg palcem wskazującym.



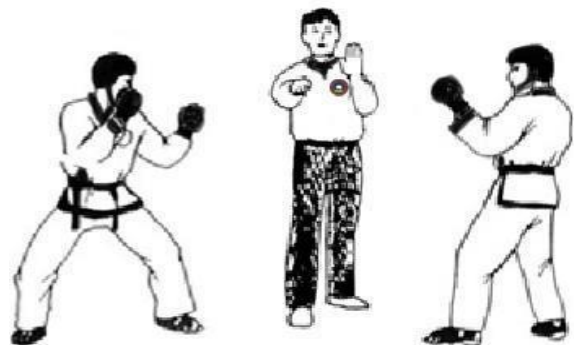
**26.8. Przytrzymywanie.** Sędzia wykonuje ruch przypominający trzymanie.



**26.9. Pchanie.** Sędzia wykonuje gest naśladujący pchanie.



**26.10. Atak niedozwoloną techniką ręczną lub na niedozwoloną strefę.** Sędzia wykonuje prawą ręką uderzenie pięścią, a lewą pchanie.

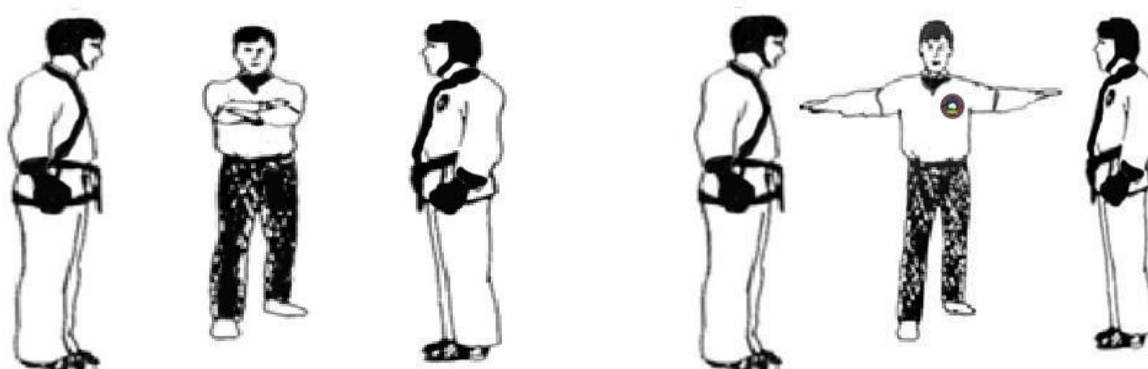


**26.11. Atak niedozwoloną techniką nożną lub na niedozwoloną strefę.** Sędzia wykonuje kopnięcie z równoległymi prostymi rękoma.



**26.12. Dyskwalifikacja**

Sędzia rozkłada ręce w bok, wskazując przed tym, kogo dotyczy dyskwalifikacja i wydaje komendę - dyskwalifikacja.

**26.13. Czas stop**

W przypadku potrzeby wezwania lekarza lub poprawienia sprzętu ochronnego zawodnika, sędzia zobligowany jest do zatrzymania czasu walki. Aby zatrzymać czas, sędzia ustawia wyprostowane dłonie prostopadłe do siebie i staje przodem do stolika sędziowskiego (sekretarza planszy).

**§ 27. Walki semi-contact (przerywane)**

Kategorie w semi contact				
Podział ze względu na płeć, wiek i wzrost (w cm)				
Kadet	dziewczeta	-155	-165	+165
	chłopcy	-160	-170	+170
Junior	Kobiety	-160	-170	+170
	mężczyźni	-175	-185	+185
Senior	Kobiety	-160	-170	+170
	mężczyźni	-175	-185	+185

Sędzia Główny może dopuścić do udziału w dwu kategoriach wagowych (w swojej i wyższej kolejnej), o czym informuje w komunikacie zawodów, oraz utworzyć kategorię weteranów.

Walkę w formule semi-contact prowadzi Sędzia Planszowy i dwóch Sędziów Punktowych, oraz dwóch Sekretarzy. Sędzia Planszowy ustawiony jest przodem do sędziów Punktowych i jednocześnie utrzymuje kontakt wzrokowy z sekretarzem. Wszyscy trzej sędziowie poruszają się w ustawieniu trójkątnym, tak aby możliwie najlepiej obserwować walkę.

**Sędzia planszowy przerywa walki:**

- 1) w przypadku, gdy zostanie zadany cios, za który mogą być przyznane punkty lub gdy przynajmniej jeden z sędziów wskazuje, że został on zadany,
- 2) w przypadku popełnienia przewinienia,
- 3) w innych wymagających tego sytuacjach.

**UWAGA – W walkach semi-contact nie zatrzymuje się czasu na przyznanie punktów ani ostrzeżeń. Czas jest zatrzymywany na wyraźną komendę sędziego (rysunek 26.13.).**

**Po przerwaniu walki sędziowie punktowi i planszowy sygnalizują swoje decyzje w następujący sposób:**

Przyznanie **jednego** punktu przez wyciągnięcie ręki z jednym wyprostowanym palcem w kierunku zawodnika, któremu punkt ma być przyznany.

b) Przyznanie **dwóch** punktów przez wyciągnięcie ręki z dwoma wyprostowanymi palcami w kierunku zawodnika, któremu punkty mają być przyznane (dłoń ustawiona pionowo).

c) Przyznanie **trzech** punktów przez wyciągnięcie ręki z trzema wyprostowanymi palcami w kierunku zawodnika, któremu punkty mają być przyznane (dłoń ustawiona pionowo).

d) **Brak** punktu - krzyżując ręce na dole przed sobą.

e) **Nie widziałem** - przez zasłonięcie oczu dłońmi.

- Sędziowie mogą sygnalizować przyznanie punktu jednocześnie dla dwóch zawodników.
- Punkty przyznawane przez sędziów mają tę samą wagę.
- Sygnalizacja następuje najpóźniej bezpośrednio po komendzie przerywającej walkę. W przeciwnym wypadku nie jest ona brana pod uwagę.
- Po każdorazowym przerwaniu walki zawodnicy i sędziowie wracają na swoje miejsca.

**Sędzia Planszowy wydaje ostateczny werdykt w następujący sposób:**

a) Przyznaje 1,2 lub 3 punkty wyciągając wyprostowaną rękę z odpowiednią ilością palców najpierw w kierunku sędziego sekretarza a następnie w kierunku zawodnika, który ma otrzymać punkty, mówiąc jednocześnie: 1,2,3 punkty- niebieski/czerwony,

b) Brak punktu, krzyżując ręce na dole przed sobą,

c) Sygnalizuje przewinienia do sędziego sekretarza.

Werdykt jest wydawany po powrocie zawodników i sędziów na swoje miejsca.

Sędzia planszowy przyznaje punkty:

a) Jeśli co najmniej dwóch sędziów sygnalizuje punkt(y) dla tego samego zawodnika.

b) Jeśli obaj sędziowie boczni sygnalizują „nie widziałem”, a sędzia planszowy wskazuje na jednego z zawodników, może on przyznać punkt.

c) W przypadku, gdy sędziowie sygnalizują różną ilość punktów dla tego samego zawodnika, sędzia planszowy może zażądać wyjaśnień od sędziów bocznych, na podstawie, których podejmuje decyzje o ilości przyznanych punktów.

Przewinienia i kary sygnalizuje i przyznaje wyłącznie sędzia planszowy. Sędziowie Punktowi - mogą zasygnalizować fakt zaistnienia przewinienia w przypadku, jeśli Sędzia Planszowy go nie zauważy. Zgłaszają to poprzez wyciągnięcie ręki pionowo w górę lub sygnalizują przewinienie gestami sędziowskimi. W takim przypadku Sędzia Planszowy zatrzymuje walkę i konsultuje sytuację ze wszystkimi sędziami, przyznając bądź nie przyznając karę za przewinienie.

## § 28. Walki light-kick/light-contact

Kategorie wagowe (w kg) do light-contact i light-kick							
Kadet*	dziewczęta	-43	-50	-57	+57		

Tylko light contact	chłopcy	-42	-48	-54	-60	-66	+66
<b>Junior</b>	kobiety	-50	-57	-64	+64		
	mężczyźni	-54	-60	-66	-72	-78	+78
<b>Senior</b>	kobiety	-50	-57	-64	+64		
	mężczyźni	-60	-66	-72	-78	-84	+84

Ustawienie na początku oraz przy zakończeniu walk.

- a) Zawodnicy stają na wyznaczonych na planszy miejscach.
- b) Sędzia Planszy staje na oznaczonym miejscu na planszy, twarzą do Sekretarza.
- c) Sędziowie Punktowi lub sekretarze sprawdzają sprzęt i strój zawodników. Sygnalizują ewentualne nieprawidłowości sędziemu planszowemu, upewniają się również, czy zawodnicy nie pomylili miejsc.
- d) Sędziowie Punktowi siedzą na krzesłach umieszczonych na wyznaczonych miejscach, przy trzech narożnikach planszy (dopuszcza się sytuację, że jeden z sędziów zajmuje miejsce przy stole sekretarza), twarzą do środka pola walki. Na bieżąco oceniają walkę, odnotowując punkty na – licznikach punktów - klikerach (każdy sędzia posiada dwa klikery jeden oznaczony kolorem czerwonym drugi niebieskim), przez podniesienie ręki sygnalizują ważne dla przebiegu walki zdarzenia, np. niedozwolona technika nożna, której nie zauważył sędzia planszowy. Minus punkt po drugim ostrzeżeniu „odnotowują” na klikerze dodając punkt przeciwnikowi.

Po przerwaniu walki przez sędziego zawodnicy wracają na środek planszy.

## § 29. Konkurencja touch-contact dla młodzików i dzieci

Kategorie wzrostowe (w cm) w touch contact				
Dzieci	dziewczęta	-130	+130	
	chłopcy	-130	-140	+140
Młodzicy	dziewczęta	-140	+140	
	chłopcy	-140	-150	+150

Jest to konkurencja sprawnościowa, mającą na celu przygotować dzieci i młodzików do startu w walkach przerywanych semi-contact.

**Konkurencja touch-contact ma inne zasady rozgrywania dla kategorii wiekowej DZIECKO i inne dla kategorii MŁODZIK.**

### I. Reguły touch-contact w kategorii MŁODZIK:

- Dozwolone miejsca trafień: tak jak w semi-contact.
- Punktacja: tak jak w semi-contact.
- **Czas walki – 1 runda 1,5 minuty.**
- Konkurencje należy przeprowadzać w kaskach z tzw. przyłbicą/kratką/szybką oraz pozostałych



ochraniaczach zgodnie z § 5 Regulaminu.

- Wszystkie techniki muszą być wykonywane z kontrolowaną siłą. Resztę przepisów stosuje się tak jak w formule semi-contact.

## II. Reguły touch-contact w kategorii DZIECKO:

**Dozwolone** miejsca trafień:

- Głowa: twarz, boki – tylko kopnięcia,
- Tułów: przód i boki – nogą i ręką.

## Punktacja touch-contact w kategorii DZIECKO:

- **1 punkt** – kopnięcie w korpus, uderzenie ręką w korpus,
- **2 punkty** – kopnięcie w głowę,
- **Zakaz uderzania ręką w głowę.**
- **Czas walki: 1 runda 1,5 minuty** lub **do 5 punktów** zdobytych przez jednego z zawodników.

Konkurencje należy przeprowadzać w kaskach z tzw. przyłbicą/kratką/szybką oraz pozostałych ochraniaczach zgodnie z niniejszym regulaminem.

Wszystkie techniki muszą być wykonywane z kontrolowaną siłą. Resztę przepisów stosuje się tak jak w formule semi-contact.