

フルコンタクト空手道試合規則（要旨）

- 試合は、直接打撃制による組手により、連盟が定める本規則に則って、お互いが自由に攻撃・防御し、勝敗を決するものとする。競技者は、礼儀を第一義とし、お互いを敬う心を持って試合に臨むものとする。
- 試合は本規則に則って実施され、少年部（幼児から中学生まで）は実戦性と安全性を考慮した『ベーシック・ルール』を採用する。
- 選手は、試合場内で試合を行う。「試合場内」とは、試合場の周囲を囲む線（赤畳）の内側を指し、線上は「場外」とする。

○ 階級分類・試合時間

		階級分類	試合時間
ベーシック・ルール	トーナメント	階級分類指数	本戦 1:30／延長戦 1:00／再延長戦 1:00(※)
	ワンマッチ	諸条件を考慮	本戦 1:30／延長戦 1:00

※ 再延長戦はマストシステムとし、旗判定になった場合、審判は 必ずどちらかを指示する。

- 技の威力・効果により「一本」「技有り」の判定を行い、「技有り」2 本で「合わせ一本」とする。

	一本勝ち	技有り
ベーシック・ルール	<ul style="list-style-type: none"> ○ 有効技を決め、相手選手を 3 秒以上ダウンさせた時。 ○ 安全対策上、ノーガードで上段への蹴りが当たり、効いたと認められた場合、「一本」とする。 ○ 相手選手が、ダメージにより戦意喪失し、試合続行不可能な時。 ○ 自ら負傷し、3 秒以上、戦意を見せなかった場合。 ○ 有効技・反則技以外で、6 秒以上、立たない場合。 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 有効技を決め、相手選手を 3 秒未満、戦意喪失させた時、及び、明らかに効いていると認められた場合。 ○ 一方的または連続的な攻撃（約 3 秒）で、相手選手が反撃・防御不可能な場合、戦意喪失した場合、或いは、動きが小さく崩れた場合。 ○ 相手選手の動きが崩れなくても、強い攻撃により、技の効果が有ると認められた時（スタンディングダウン）。 ○ 安全対策上、上段への蹴りがノーガードで、十分に足が届き、威力を持って当たった場合、全て「技有り」とする。 ○ 自ら負傷し、3 秒未満、戦意を見せなかった場合。 ○ 有効技・反則技以外で、3 秒以上、立たない場合。

- 反則は積算方式とし、「注意 3」で「警告 1」となり、「警告」は相手選手の「技有り」に相当し判定の材料となる。
- 組手の勝敗は、一本勝ち、技有り 2 本による合わせ一本勝ち、ポイント差による判定勝ち、ポイント差が無い場合は試合内容の優勢による旗判定勝ち、相手選手の失格・棄権による勝ちによって決定される。
- 判定で勝敗を決定する場合、技有り・警告ポイントに差があればポイント数の多い選手を必ず勝ちとする。ポイント差がない場合（注意の差は判定の材料にしない）は、旗判定により審判 5 名（特別な場合は 3 名）の内、過半数が試合内容を優勢と認めた選手を勝ちとする。
- 優勢勝ちの判定基準は、武道という観点から、①ダメージ(技の威力)②クリーンヒット(的確で有効な攻撃数)③攻撃数(的確ではない攻撃も含む)④積極的な前進の順で判断し、以上の点でも差が無いと認められた場合、引き分けの判断をする。
- 試合の流れの中で、反則を受けた選手が、すぐに有効ポイントを奪った場合、有効ポイントの方を優先して取る(アドバンテージ・ルール)

《有効技一覧》

- 上段・中段への前蹴り・横蹴り・後ろ蹴り・かかと落とし等／上段・中段・下段への回し蹴り・後ろ回し蹴り・内回し等／中段・下段への膝蹴り等
- 足払い技でダウンさせた相手を下段突きで決める動作(技有り)
- 中段・下段へのあらゆる突き・打ち・肘打ち等

《反則技一覧》

注意 1

- 下腹部への攻撃
- 手・腕・肩による押し／頭を当てた状態での攻防
- 時々攻撃していても 後ろへ逃げ続けるような消極的な試合態度／技のかけ逃げ・倒れながらの時間かせぎ／自分の判断で試合を中断する行為

注意 2

- 上段へのあらゆる突き・打ち・肘打ち等／有効技として認められた部分以外への蹴り(関節正面方向からの蹴り・上段膝蹴り等)
- 「つかみ」「かけ」及び「首相撲」
- 攻撃が届かないような距離で逃げ続け 試合にならないような場合／明らかに背を向けて逃げ出すような場合
- 頭突きによる攻撃／背後からの攻撃
- 規定外防具の着用

警告 1

- 故意による有効技として認められた部分以外(特に頭部・下腹部等)への攻撃(厳重注意)
- 「待て」「止め」の合図がかかった後の攻撃／倒れた選手への攻撃
- 「投げ」や関節に対する「逆技」／明らかな「体当たり」
- 審判・相手選手に対する悪質な言動／防具の不備(未着用)

反則負け・失格負け

- 目突き・かみつきの常識的に不適当と認められる攻撃
- 防具不備・規定外防具の着用による 2 分以上の中断／試合時間までに準備ができていない場合

※ 審判は、危険或いは試合に不適当な行為と判断した場合、上記以外の場合でも、反則を宣告することがある。