

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、一般部（高校生相当以上）は、原則的に『ジェネラル・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）の外側を指し、線上は「場内」とする。

○ 階級分類・試合時間

		階級分類	試合時間	最終判定 引き分け時
ジェネラル・ルール	トーナメント	性別・体重別	【男性】本戦 2:00／延長戦 2:00／再延長戦 1:30 【女性】本戦 2:00／延長戦 1:30／再延長戦 1:00 【壮年】本戦 1:30／延長戦 1:00／再延長戦 1:00	体重が少ない方の選手を勝ち上がりとする（※）
	ワンマッチ	諸条件を考慮	【男性】本戦 2:00／延長戦 2:00 【女性】本戦 2:00／延長戦 1:30 【壮年】本戦 1:30／延長戦 1:00	引き分けで試合終了

※ 体重判定において、測定値が同値だった場合は再々延長戦を行う。時間は再延長戦と同じで、判定はマストシステムとする。

- 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
ジェネラル・ルール	○ 有効技を決め、相手選手を完全にダウンさせた時。	○ 有効技を決め、相手選手を瞬間的にダウンさせた時。 ○ 有効技を決め、相手選手を瞬間的に戦意喪失させた時、および、動きが大きく崩れた時。 ○ 相手選手の動きが崩れなくても、棒立ちで攻撃を受けて、技の効果が有ると認められた時（スタンディングダウン）。

- 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。

《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
- 後頭部を除く上段・中段・下段へのあらゆる突き・打ち等
- 中段・下段への肘打ち
- 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）
- 片手による一瞬の「かけ」からの膝蹴り（片手であれば 相手の首のどちら側から かけても可）
- 蹴りを一瞬取ってからの攻撃（一回まで）

《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

- 有効技として認められた部分以外への攻撃（特に後頭部・関節正面方向からの蹴り・上段膝蹴り等）
- 攻撃を伴わない「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（特に後頭部・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・かみつきなどの常識的に不相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。