

DEFENSA PERSONAL (SELF DEFENSE)

ARBITRAJE: (igual que en formas)

UNIFORMES Y EQUIPAMIENTOS:

A) Uniformes: No es necesario el uniforme marcial. **B)** Está permitido contar con personas de apoyo autorizadas que pueden, además, no llevar uniforme marcial. **C)** Las armas son permitidas. Las armas con filo y puntiagudas (peligrosas) no serán permitidas. **D)** También son válidos el uso de las mesas y sillas. **Penalización:** Cualquier acto ofensivo y molesto con el público o los árbitros, será motivo de descalificación, así como el uso de diálogos con palabra ofensivas o soeces

CRITERIO DE PUNTUACIÓN: Sincronización: 10. Showmanización: 10. Grado de dificultad: 10. Básica: 10. Balance, fuerza y concentración: 10. **Total: 50**

Nota: 1º Las puntuaciones serán dadas con 1 decimal. Ejemplo: 8,7. 2º El mínimo de puntuación en cada categoría es 5,0.

DESCRIPCIÓN DE LOS CRITERIOS: 1º **SINCRONIZACIÓN:** Perfecto timing (perfecta relación entre música y movimientos). 2º **SHOWMANIZACIÓN:** La presencia y el papel jugado por el competidor y la presentación de la coreografía. 3º **GRADO DE DIFICULTAD:** Patadas, saltos, combinaciones y movimientos gimnásticos Duro: No más de UN movimiento gimnástico. Blando: De acuerdo a su estilo. 4º **BÁSICA:** Posiciones, puñetazos, patadas y bloqueos de acuerdo a la técnica básica. 5º **BALANCE:** Fuerza y concentración: perfecto equilibrio y movimiento hecho con energía.

CRITERIOS DE DIVISIÓN: División OPEN (abierto a todos los niveles de cinturón). 1) Contemporáneo (uso de música, por lo que puede haber movimientos no-marciales y movimientos marciales en situaciones defensivas y ofensivas). Usando historias realistas o abstractas. 2) Tradicional. Los diálogos no son permitidos, y se buscan la realización de técnicas ofensivas y defensivas tradicionales. La música tampoco está permitida.

TIEMPO: El competidor y su equipo de apoyo tendrán como mínimo de 2 minutos de calentamiento. A continuación, serán llamados, empezando a contar el cronómetro desde este momento hasta un máximo de 3 minutos.

PENALIZACIÓN: Cualquier competidor que exceda el tiempo o haga uso de diálogos con palabras ofensivas será descalificado

FORMAS MUSICALES LIBRES

Estilo Duro: Usa armas como el Bo, el Nunchaku, la katana, el tonfa etc.

Estilo Blando: Usa armas como el Palo largo, Espada Tai- chi, Espada simple, Cadena, Hachas, etc.

CRITERIOS DE PUNTUACIÓN:

Sincronización: 10.00. La perfecta coordinación entre movimiento y música, se denomina sincronización.

Showmanización: 10.00. La presencia del competidor y la actuación de este, así como su presentación y su coreografía.

Técnicas básicas: 10.00. Patadas, saltos, combinaciones y movimientos gimnásticos, (en duro sólo un movimiento gimnástico y en blando de acuerdo a su estilo).

Grado de dificultad: 10.00. Las posiciones, patadas, puños y bloqueos de acuerdo a la técnica básica, se denomina grado de dificultad.

Focalización: 10.00. Perfecto balance, equilibrio y movimientos con energía. Balance y fuerza.

NOTA La mínima puntuación es siempre 5.00 y esta será dada con dos decimales (ej. 8'75).

UNIFORME: Estilo duro: el uniforme regular de karate y taekwondo, sin color de preferencia.

MÚSICA: Las coreografías son realizadas con la música que los competidores elijan.

FORMAS TRADICIONALES

Mismas normas que las FORMAS LIBRES

A) El uso de la música

B) No puede haber NINGUN tipo de movimiento gimnástico, salvo el de su estilo

C) El uniforme debe ser el tradicional uniforme.

FORMAS XTREMAS

Mismas normas que las FORMAS LIBRES

NOTA: Es obligatorio:

A) El uso de la música y está permitido los efectos musicales

B) Debe haber MAS DE UN movimiento gimnástico y acrobático.



REGLAMENTOS EVENTO 1

NO-CONTACT

Reglamento hasta niños de 16 años, estas edades incluidas.

REQUISITOS: Guantes, bucal, casco, peto, botines o espinilleras y coquilla (niños).

PUNTUACIÓN: Técnicas de puño y pierna al cuerpo: 1 punto Técnica de pierna en salto al cuerpo: 2 puntos

VALORACIÓN: Solo se valorarán las técnicas si están realizadas de forma correcta y siempre que los golpes sean dados dentro de la zona reglamentaria, es decir, en la zona del peto. El ganador será el competidor que más puntos consiga, o en caso de empate, el competidor que meta el primer punto de desempate. Nota: Los golpes, aún en el peto, deberán ser realizados con contacto light (son niños) y de forma técnica.

ZONAS PROHIBIDAS: No serán válidos y serán penalizados, los golpes dados en la cabeza o en la columna vertebral (incluso los marcajes a estas zonas), los barridos y los desequilibrios, los golpes en cualquier zona del cuerpo si el oponente está en el suelo. Tampoco serán válidos los golpes dados, si los competidores están agarrados (en clinch)

DESCALIFICACIONES: 1.- Golpes contundentes en zonas no validas (cabeza, genitales,) que puedan causar o causen daño al oponente. 2.- Lesionar voluntariamente al oponente. 3.- Usar técnicas prohibidas. 4.- Conducta antideportiva. 5.- Acumulación de 3 amonestaciones.

IMPORTANTE Las descalificaciones serán democráticas, por lo que se deberán reunir todos los árbitros del tatami, para decidir- las. Y no tendrán derecho a premio ni a la devolución de la inscripción. Tampoco tendrán derecho a premio ni a la devolución del dinero de la inscripción.

TIEMPO: La duración de los combates será de 2 minutos

FORMAS MUSICALES CON ARMAS

Movimientos tipo karate coreografiados con música

Formas estilo Duro: Usa; Bo, Sai, Kama, Katana, Tonfa, Jo, Nunchaku.

Formas estilo Blando: Usa; Palo largo, Espada Tai chi, Espada simple, Cadena, Hachas, etc.

CRITERIOS DE PUNTUACIÓN:

Manipulación del arma: 10.00. El competidor debe mostrar el perfecto control y maestría del arma que está utilizando, más una correcta comprensión del trabajo hecho con dicha arma.

Sincronización: 10.00. La perfecta coordinación entre cuerpo, arma, música y movimientos.

Grado de dificultad: 10.00. El factor de dificultad en el trabajo del arma.

Showmanización: 10.00. La presencia particular, presentación de coreografía y el papel realizado.

Técnicas Básicas: 10.00. Las posiciones, patadas, puños y bloqueos de acuerdo a la técnica básica.

NOTA La mínima puntuación es siempre 5.00 y esta será dada con dos decimales (ejemplo 8'75).

UNIFORME: Estilo duro: el uniforme regular de karate y taekwondo, sin color de preferencia.

MÚSICA: Las coreografías son realizadas con la música que los competidores elijan.

REGLAMENTOS EVENTO 2

FULL-CONTACT

ARBITRAJE: Igual de completa que la de SEMI-CONTACT.

TÉCNICAS DE PELEA: Técnicas autorizadas de mano: Jab, Directos, Ganchos, Reversos, con pleno contacto. -Técnicas autorizadas de pie: Patadas frontales, laterales, circulares, descendentes, ascendentes, atrasadas y en salto. - Son válidos los barridos a la altura del botín.

IMPORTANTE: Para que las técnicas de puños y piernas sean usadas de forma conjunta, será obligatoria la “realización de 10 patadas (entendidas como técnicas de pierna) que impacten en la guardia o cuerpo del adversario, de forma clara e intencionada, por asalto”

ÁREAS DE CONTACTO PERMITIDAS: Cabeza: frontal y lateral. Torso: frontal y lateral. Piernas: sólo barridos.

ZONAS Y TÉCNICAS PROHIBIDAS: Golpear la garganta, bajo vientre, riñones, espalda, piernas, articulaciones, genitales, parte trasera de la cabeza o nuca. -Atacar con rodillas, codos, cantos de manos internas y externas, cabezazos, pulgares y hombros. - Dar la espalda al oponente, correr, tirarse al suelo, abrazarse intencionadamente, técnicas ciegas, grappling y bajadas de cabeza más allá de la cintura. - Golpear a un oponente enganchado en las cuerdas. - Atacar a un oponente caído en el suelo o arrodillado. - Apoyarse en las cuerdas para patear o golpear, al contrario. - Abandonar el ring. - Seguir después del stop o break o al fin del asalto. - Echarse aceite en cara o cuerpo.

Las violaciones de las reglas y regulaciones pueden, dependiendo como, ser motivo de amonestación, de puntos negativos o descalificación

TIEMPO: La duración de los combates será de 2 asaltos de 2 minutos.

FORMAS DE GANAR: Se puede ganar un combate por puntos (el que realice más golpes efectivos), por KO (si se produce el abandono por pérdida de conciencia del contrario), por abandono del contrincante, por descalificación, por triple caída (si el contrincante toca por consecuencia de los golpes tres veces el suelo, con cualquier parte del cuerpo exceptuando los pies).

SEMI-CONTACT / LIGHT CONTACT

EQUIPACIÓN: Guantes, casco, botines, bucal, espinilleras y coquilla.

Puntuación: Puños: 1 puntos. Barridos: 1 puntos. Patadas a la cabeza: 2 puntos. Patadas salto al cuerpo: 2 puntos. Patadas salto cabeza: 3 puntos.

A.) Las técnicas legales deberán realizarse sobre zonas permitidas. Los golpes se realizarán con manos y pies, y siempre con contacto limpio, se reservará la potencia y fuerza plena ya que de lo contrario podría ocasionar accidentes, noqueos o pérdida de las capacidades ofensivas o defensivas del contrario. **B)** Si un ataque se realiza en el aire, para marcar punto, este deberá caer dentro del área del ring. **C)** Los barridos continuados no serán marcados. **D)** Si el árbitro ve una acción válida de ser punto, dará la orden de STOP, contará las banderas y dará los puntos apropiados al peleador. **E)** Si uno de los jueces ve un punto lo señalará, siendo entonces el central quien dará la voz de stop y proceder al recuento de banderas, (se necesita un mínimo de dos banderas del mismo color para otorgar punto, si en el campeonato hay más banderas el peleador con mayoría de estas será quien obtenga el punto). **F)** El ganador será quien más puntos obtenga al final del encuentro o automáticamente en caso de superar al contrario en más de diez puntos **G)** Si es dado un punto cuando el tiempo expira, deberán llamarse a todos los oficiales para consultar si el ataque **H)** Otra forma de ganar son la descalificación y el abandono.

PENALIZACIONES Las amonestaciones son llevadas durante todo el combate. Un aviso- Amonestación Dos avisos-Punto penalización Tres avisos-Descalificación. **Nota:** Un peleador no puede recibir una amonestación y a la vez un punto. Las salidas son contabilizadas aparte, a la tercera salida es un punto menos y se le avisa que a la 4 salida, es descalificación. Las grandes y graves violaciones de este reglamento serán motivo de penalización y en graves extremos de descalificación. El uso de palabras ofensivas puede provocar la descalificación.

TIEMPO: Los asaltos serán de 3 minutos, incluido finales.

KICK-BOXING

ARBITRAJE: Igual de completa que la de SEMI-CONTACT.

TÉCNICAS DE PELEA: Técnicas autorizadas de mano: Jab, Directos, Ganchos, Reversos, con contacto moderado. -Técnicas autorizadas de pie: Patadas frontales, laterales, circulares, descendentes, ascendentes, atrasadas y en salto. - Son válidos los barridos a la altura del botín. - Son válidos los low-kick (prohibido la zona de la rodilla), pero es válido el interior, exterior y posterior de los muslos. Si un peleador sólo utiliza técnicas de puño o sólo de piernas podrá recibir una amonestación o penalización.

ÁREAS DE CONTACTO PERMITIDAS: Cabeza: frontal y lateral. Torso: frontal y lateral. Piernas: sólo barridos.

ZONAS Y TÉCNICAS PROHIBIDAS: Golpear la garganta, el bajo vientre, riñones, espalda, articulaciones, genitales, parte trasera de la cabeza o nuca. - Atacar con rodillas, codos, cantos de manos internas y externas, cabezazos, pulgares y hombros. - Dar la espalda al oponente, correr, tirarse al suelo, abrazarse intencionadamente, técnicas ciegas, grappling y bajadas de cabeza más allá de la cintura. - Golpear a un oponente enganchado en las cuerdas. - Atacar a un oponente caído en el suelo o arrodillado. - Apoyarse en las cuerdas para patear o golpear, al contrario. - Abandonar el ring. - Seguir después del stop o break o al fin del asalto. - Echarse aceite en cara o cuerpo.

Las violaciones de las reglas y regulaciones pueden, dependiendo como, ser motivo de amonestación, de puntos negativos o descalificación

TIEMPO: La duración de los combates será de 2 asaltos de 2 minutos

FORMAS DE GANAR: Se puede ganar un combate por puntos (el que realice más golpes efectivos), por KO (si se produce el abandono por pérdida de conciencia del contrario), por abandono del contrincante, por descalificación, por triple caída (si el contrincante toca por consecuencia de los golpes tres veces el suelo, con cualquier parte del cuerpo exceptuando los pies).

PANCRACE

TÉCNICAS DE PELEA: Técnicas autorizadas de mano todas las realizadas con la palma de la mano, es válido usar dorso de puño y el puño en el cuerpo. -Técnicas autorizadas de pie: Rodilla, empeine y tibia.

ÁREAS DE CONTACTO PERMITIDAS: Se permite golpear en el estómago, así como en los lados (costillas flotantes), pecho, muslo (interno y externo) y en el tacón (para barrido o derribo) No está permitido de golpear en la cabeza. Se permite golpear tanto en el suelo como arriba, excepto si uno de los dos está de pie y el otro en el suelo.

LLAVES PERMITIDAS: Se permite hacer llaves y estrangulaciones tanto de pie como en el suelo. Zonas permitidas: muñeca, codo, hombro y rodilla. Llaves cervicales y de tobillo están prohibidas. Desde el suelo no está permitido elevarse y estampar el adversario en el suelo (batistaca).

ZONAS Y TÉCNICAS PROHIBIDAS: Queda estrictamente prohibido. A) Evadir y/o hablar durante el combate. B) Ejecutar un golpe, llave, estrangulación o derribo ilegal C) Tirar del pelo, pellizcar o morder. D) Discutir con un árbitro, otro atleta o entrenador o no hacer caso de las órdenes del árbitro (tanto el competidor como los coaches). E) Continuar la lucha fuera del área de lucha o fuera de tiempo. F) Cualquier actitud antideportiva G) Coger articulaciones pequeñas (dedos y muñecas) H) Agarrar la ropa del oponente

Se puede ganar el combate de varias formas **A)** El competidor con más números de puntos y en caso de empate, gana quien ha llevado la iniciativa, según decisión del árbitro central. **B)** El competidor que obtenga una sumisión y el adversario anuncie abandono verbal o palmea en señal de rendición. **C)** Descalificación directa o parada por arbitro al observar peligro de posible lesión. **D)** Abandono por parte del entrenador **E)** K.O. técnico por parte del adversario.

SISTEMA DE DE Puntuacion Se podrá puntuar de uno (1), dos (2) o tres (3) puntos, según la ejecución y la dificultad: **A)** Derribos: - 1 Punto: Cualquier otro tipo de derribo. -2 Puntos: Si se hace un derribo limpio elevando las dos piernas del suelo. **B)** Llaves y posicionamientos: -1 Punto - Llave encajada pero no finalizada, pasar la guardia e invertir la posición. -2 Puntos - Montada (espalda o cara). **C)** Golpeo, los puntos solo serán dados en el intercambio de pie. -1 punto - El resto de los golpes -2 puntos - Toda patada o rodilla bien marcada de cintura para arriba. **Nota:** En caso de ejecutar una serie se dará un máximo de 2 puntos.