

GENERALITES - A l'exception des règles spécifiques au Karaté Contact exposées ci-après, les règles sont celles des règlements de compétitions Kunité de la Fédération Française de Karaté.

Les compétitions de Karaté Contact sont ouvertes aux licenciés de la FFKDA ayant le passeport sportif, une licence et le certificat médical de la saison en cours.

ARTICLE 1 - AIRE DE COMPETITION

1. L'aire de compétition doit être plane et ne présenter aucun danger.
2. L'aire de compétition doit être un carré de 8 mètres de côté (mesures prises à l'extérieur). Un mètre supplémentaire est prévu sur tous les côtés, comme surface de sécurité. Cette surface 10x10 est composée de tatamis. Cette aire de sécurité de deux mètres, doit être clairement délimitée.
3. Une ligne de 50 centimètres de long, doit être tracée à une distance de deux mètres du centre de l'aire de compétition, pour la position de l'Arbitre.
4. Deux lignes parallèles, chacune d'un mètre de long, perpendiculaires à la ligne de l'Arbitre, doivent être tracées à une distance d'un mètre et demi du centre de l'aire de compétition, pour la position des compétiteurs.
5. Les 3 Juges sont assis à la limite extérieure de l'aire de sécurité. L'un fait directement face à l'arbitre, les deux autres sont assis derrière les compétiteurs, décalés d'un mètre vers l'arbitre. Chacun est équipé d'un drapeau rouge et d'un drapeau bleu.
6. Le Superviseur de score est assis à la table officielle, entre le Marqueur et le Chronométrateur.
7. La bordure d'un mètre à l'intérieur de l'aire de compétition, doit être composée de TATAMI de couleur différente.

EXPLICATIONS :

- Il ne doit pas y avoir de panneaux publicitaires, de murs, de piliers etc. à moins d'un mètre du périmètre extérieur de l'aire de sécurité.
- Les TATAMI utilisés ne doivent pas être glissants sur leur surface en contact avec le sol. Ils doivent avoir un faible coefficient de frottement sur leur surface supérieure. L'Arbitre doit s'assurer que les TATAMI restent parfaitement joints pendant la compétition.

ARTICLE 2 - TENUE OFFICIELLE

1. Les compétiteurs et leurs coaches doivent porter la tenue officielle telle qu'elle est définie ci-après.
2. La Commission d'Arbitrage peut exclure tout officiel ou compétiteur qui ne se conforme pas à cette réglementation.
3. Toutes les protections devront être homologuées par la FFKARATE.

ARBITRE :

1. Les Arbitres et Juges doivent porter la tenue officielle désignée par la Commission d'Arbitrage. Cette tenue doit être portée lors de toutes les compétitions et à tous les stages.

2. La tenue officielle est la suivante :

- Blazer bleu marine, droit, non-croisé avec deux boutons argentés.
- Polo d'arbitrage contact fédéral bleu marine.
- Pantalons gris Clair uni, sans revers.
- Chaussettes bleues foncées ou noires sans motif et chaussons d'arbitrage noirs pour utiliser sur l'aire de compétition.

COACHES :

Le Coach doit obligatoirement être majeur et accrédité par l'organisation à l'enregistrement des compétiteurs sur présentation de la licence fédérale.

Il sera assis sur une chaise placée au bord du tatami.

Il devra être en survêtement et chaussures de sports ou en karaté gi. Son attitude devra être discrète.

Il ne peut intervenir auprès de son compétiteur que lors du temps de repos entre les reprises exceptées s'il juge que ce dernier est mis sérieusement en difficulté et qu'il souhaite arrêter le combat (en jetant l'éponge). Le compétiteur pourra être pénalisé selon l'attitude de son Coach.

COMPETITEURS :

KARATE-GI traditionnel ou de Contact, homologué par la FFKDA.

1. Pour les Seniors, les protections spécifiques de Karaté Contact de couleur rouges ou bleu sont obligatoires.
2. Les manches de la veste ne doivent pas dépasser le pli du poignet et au moins recouvrir la moitié de l'avant-bras. Les manches de la veste ne doivent pas être retroussées.
3. Les pantalons doivent être d'une longueur suffisante pour recouvrir au moins les 2/3 du tibia et ne doivent pas être retroussés. Le pantalon ne devra pas dépasser la cheville.
4. Les compétiteurs doivent avoir les cheveux propres et coupés à une longueur telle qu'ils ne gênent pas le bon déroulement du combat. Lorsque l'Arbitre considère qu'un compétiteur a les cheveux trop longs et (ou) trop sales, il peut exclure le compétiteur du combat. Les barrettes et épingles à cheveux sont interdites même sous le casque.
5. Les compétiteurs doivent avoir les ongles coupés courts. Ils ne doivent pas porter d'objets qui puissent blesser leurs adversaires. Le port d'appareils dentaires métalliques est interdit.
6. Le port des gants : 6 ou 8 oz pour les pupilles, 8 ou 10 oz pour les catégories Benjamins, Minimes, Cadets et Juniors. Et 10 ou 12 oz pour les Seniors et les vétérans. Un des compétiteurs porte des gants rouges et l'autre des gants bleus.
7. Les protège-dents sont obligatoires pour les femmes et les hommes. La coquille est obligatoire pour les hommes, le protège poitrine est obligatoire pour les femmes.
8. Les protections pied/tibia, ainsi que le casque de Karaté Contact sont obligatoires (Les protections pied/tibia et casques doivent être de la même couleur que les gants).
9. Les lunettes sont interdites. Le port des lentilles de contact souples est autorisé sous la responsabilité du compétiteur.
10. Le port de tout autre vêtement ou équipement est interdit.
11. Les bandages de mains souples sont autorisés.

12. L'emploi de bandage ou support à la suite d'une blessure doit être autorisé par le Médecin de la compétition.

EXPLICATIONS :

- Quand un compétiteur se présente sur l'aire de compétition avec une tenue non- conforme, il ne sera pas immédiatement disqualifié, mais une minute lui sera accordée pour y remédier.

ARTICLE 3 - L'EQUIPE ARBITRALE.

1. Pour chaque combat, l'équipe arbitrale est composée de : un Responsable de tatami, un superviseur, un Arbitre et 3 Juges.

2. La table de l'aire de compétition est composée : d'un Chronométrateur et d'un Marqueur/Annonneur.

ARTICLE 4 - DUREE DU COMBAT

1. SENIORS : Eliminatoires 2 reprises de 2 minutes avec un temps de repos d'une minute entre les 2 reprises. Finales 2 reprises de 2 minutes avec un temps de repos d'une minute pour les catégories ayant effectué au moins 3 combats éliminatoires et 3 reprises de 2 minutes pour les autres. Pour les féminines, 2 reprises de 2 minutes pour les éliminatoires comme pour les finales.

2. La décision est prise aux drapeaux.

3. En cas d'égalité de points à la fin du combat, la décision doit être prise à la majorité par les 3 Juges.

ARTICLE 5 – CRITERES DE DECISION

A l'issue de chaque reprise, les juges attribuent 3 points ou 2 points ou 1 point. :

| | |
|----------|---|
| 3 points | Le compétiteur ayant largement dominé son adversaire, ayant initié la majorité des techniques effectives, notamment des techniques de coup de pieds et/ou ayant obtenu un hors combat temporaire. |
| 2 points | Le compétiteur ayant efficacement dominé la reprise et placé plusieurs techniques de pied à la tête. |
| 1 point | Le compétiteur ayant démontré une efficacité légèrement supérieure à son adversaire |

En Seniors, lorsqu'un compétiteur est mis hors de combat ou est physiquement en difficulté, l'Arbitre arrête la reprise et commence le décompte des 10 secondes. A la 7^{ème} seconde, le compétiteur doit déjà être en position de garde. A la fin des 10 secondes, s'il n'est toujours pas en mesure de reprendre le combat, son adversaire est alors déclaré vainqueur (et ce sur l'ensemble du combat, 1 Hors Combat entraînant la défaite immédiate et le retrait de la compétition).


En aucun cas un compétiteur ne peut être compté 2 fois dans la même reprise et 3 fois sur l'ensemble du combat.

Si un compétiteur est mis hors de combat suite à une technique interdite, son adversaire sera disqualifié. Le compétiteur blessé ne pourra alors plus continuer dans cette compétition.

Les techniques suivantes sont autorisées en Karaté Contact (Seniors) :

- Coups de pied circulaires dans les membres inférieurs
- Coup de Poing circulaires et retournés (crochets, uppercuts, backfist ...)

ARTICLE 6 – SORTIES ET POINTS NEGATIFS

Les 3 premières sorties de l'aire  1 pénalité

La 4^{ème} sortie de l'aire  Perte de la Reprise  Score : 9-0

Chaque combattant devra effectuer au moins 6 techniques de pieds effectives/reprise exécutées au-dessus de la ceinture. Le combattant aura la possibilité d'effectuer les coups de pieds manquants durant les reprises suivantes. Si au terme de la rencontre le combattant n'a pas réalisé le nombre total de coups de pieds, alors 1 point par coup de pieds manquant lui sera retiré de son score à l'issue du match.

Les coups de pieds seront déterminés comme étant « effectifs » et seront ainsi comptabilisés par le Marqueur-Annonceur à la table.

Des pénalités répétées pourront entraîner une disqualification du compétiteur. Un compétiteur peut aussi être disqualifié pour des infractions sérieuses aux règlements. Lorsque le potentiel de victoire d'un compétiteur est réduit à néant suite à la faute de son adversaire, ce dernier sera alors disqualifié.

ARTICLE 7 – LES TECHNIQUES INTERDITES

1. Contact sur la colonne vertébrale et derrière la tête.
2. Les attaques à l'aîne, aux articulations des coudes ou genoux.
3. Les techniques de main ouverte au visage ou à la gorge.
4. Les saisies prolongées empêchant le déroulement du combat.
5. Les deux premières infractions = une pénalité.

La 3^{ème} infraction = perte de la reprise par 9 à 0

ARTICLE 8 - DEBUT, SUSPENSION ET FIN DES COMPETITIONS

1. Les termes et gestes employés par l'Arbitre et les Juges dans le déroulement d'un combat, sont tels qu'ils sont décrits à l'annexe 1 et 2.
2. L'Arbitre et les Juges se placent à leurs positions. Après échange de salut entre les compétiteurs, l'Arbitre annonce "ALLEZ" puis le combat commence.
3. A l'issue du match et après déduction éventuelle des points négatifs, l'arbitre annonce le résultat.

Le combat est terminé :

- Lorsque le temps est arrivé à son terme.
- Si la victoire intervient avant la fin du temps réglementaire.

- Sur disqualification.
- Sur abandon d'un compétiteur ou arrêt demandé par son Coach.
- Sur arrêt décidé par le médecin.
- Sur arrêt décidé par l'arbitre s'il voit que l'un des combattants est en danger.
- En cas de Hors Combat ou d'arrêt décidé par le médecin, le compétiteur ne pourra reprendre la compétition ni être repêché.

ARTICLE 9 – CATEGORIES D'AGES ET DE POIDS

| CATEGORIES KARATE CONTACT SENIORS | |
|--|------------------|
| Masculins | Féminines |
| -56 Kg | -50 Kg |
| -60 Kg | -54 Kg |
| -64 Kg | -58 Kg |
| -68 Kg | -63 Kg |
| -72 Kg | -68 Kg |
| -76 Kg | 68 kg ET PLUS |
| -80 kg | - |
| -85 kg | - |
| -90 kg | - |
| 90Kg ET PLUS | - |

KARATE SEMI-CONTACT

PUPILLES, BENJAMINS, MINIMES, CADETS, JUNIORS, SENIORS, VETERANS

PRINCIPE GENERAL

A l'exception des Règles spécifiques au Karaté « Semi Contact » exposées ci-après, les règles sont celle du règlement de Karaté Contact.

Les Règles du Karaté « Semi Contact » s'appliquent aux Catégories Poussins, Pupilles, Benjamins, Minimes, Cadets, Juniors, Seniors et Vétérans.

Attention : La catégorie Poussin n'a pas accès à l'échelon national.

ARTICLE 1 – DUREE DU COMBAT

1. **POUSSIN** : 2 reprises de 1 minute avec un temps de repos d'1 minute entre les 2 reprises (y compris pour les finales)
2. **PUPILLES - BENJAMINS** : 2 reprises de 1 minute et 15 secondes avec un temps de repos d'1 minute entre les 2 reprises (y compris pour les finales)
3. **MINIMES - CADETS** : 2 reprises de 1 minute 30 secondes avec un temps de repos d'une minute entre les 2 reprises (y compris pour les finales).
4. **JUNIORS – SENIORS, VETERANS** : 2 reprises de 2 minutes avec un temps de repos d'une minute entre les 2 reprises (y compris pour les finales).

La décision est prise aux drapeaux

ARTICLE 2 – CRITERES DE DECISION

A l'issue de chaque reprise, les décisions des 3 Juges sont les suivantes :

- a) 3 points
- b) 2 points
- c) 1 point

| KARATE SEMI-CONTACT CRITERES DE DECISIONS | |
|--|---|
| 3 points | Le compétiteur ayant largement dominé son adversaire sur toutes les formes techniques et tactiques. |
| 2 points | Le compétiteur ayant efficacement dominé son adversaire et prit la plupart du temps l'initiative du combat. |
| 1 point | Le compétiteur ayant démontré une efficacité légèrement supérieure à son adversaire |

Les techniques suivantes sont interdites en « Semi Contact » (Poussins, Pupilles, Benjamins, Minimes, Cadets, Juniors, Séniors et Vétérans) :

- Coups de Poing circulaires excessivement larges
- Uppercuts portés à l'adversaire quand il a la tête baissée.
- Coups de pied circulaires dans les membres inférieurs (sauf pour les juniors ? séniors et vétérans)
- Pour les Juniors, séniors, et vétérans les coups de pied circulaires dans les membres inférieurs sont tolérés dans l'esprit du semi contact.

ARTICLE 3 - COMPTAGE

Un compétiteur qui refusera de se mettre en garde, ou qui tardera de reprendre l'assaut au commandement de l'arbitre afin de gagner délibérément du temps pour récupérer pourra être compté par l'arbitre. Dans ce cas il ne pourra gagner la reprise.

ARTICLE 4 – PROTECTIONS

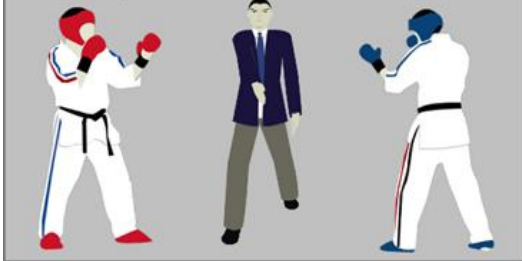
Tenue et protections habituelles du Karaté Contact, pour les Catégories Poussins, Pupilles, Benjamins, Minimes et Cadets, Juniors, Séniors et Vétérans.

ARTICLE 5 – CATEGORIES D'AGES ET DE POIDS

| CATEGORIES KARATE SEMI-CONTACT | | | | | | | | |
|--------------------------------|----------|----------|-----------|---------|--------|---------|---------|----------|
| | Poussins | Pupilles | Benjamins | Minimes | Cadets | Juniors | Seniors | Vétérans |
| Féminines | -20kg | -25kg | -30 kg | -35 kg | -40 kg | -48 Kg | -50kg | -50kg |
| | -25kg | -30kg | -35 kg | -40 kg | -45 Kg | -53 Kg | -54kg | -58kg |
| | -30kg | -35 kg | -40 kg | -45 kg | -50 Kg | -58 Kg | -58kg | -68kg |
| | -35 kg | -40 kg | -45 kg | -50 kg | -55 Kg | -63 Kg | -63kg | +68kg |
| | +35 kg | -45 kg | -50 kg | -55 kg | -60 Kg | -68 Kg | -68kg | |
| | | +45 kg | +50 kg | +55 kg | +60Kg | +68 Kg | +68kg | |
| | | | - | - | - | - | | |
| Masculins | -25kg | -30 kg | -30 kg | -35 kg | -45 kg | -55 Kg | -56kg | -60kg |
| | -30kg | -35 kg | -35 kg | -40 kg | -50 Kg | -60 Kg | -60kg | -68kg |
| | -35 kg | -40 kg | -40 kg | -45 kg | -55 Kg | -65 Kg | -64kg | -76kg |
| | -40 kg | -45 kg | -45 kg | -50 Kg | -60 Kg | -70 Kg | -68kg | -85kg |
| | +40 kg | -50 kg | -50 kg | -55 Kg | -65 Kg | -75kg | -72kg | +85kg |
| | | +50 kg | -55 kg | -60 Kg | -70kg | -80kg | -76kg | |
| | | | +55 kg | +60 kg | -75kg | +80kg | -80kg | |
| | | | | | +75kg | | -85kg | |
| | | | | | | | -90kg | |
| | | | | | | +90kg | | |

GESTUELLE D'ARBITRAGE DE **KARATE CONTACT**

Prêt : un pas en avant, bras tendu à l'horizontale hauteur moyenne



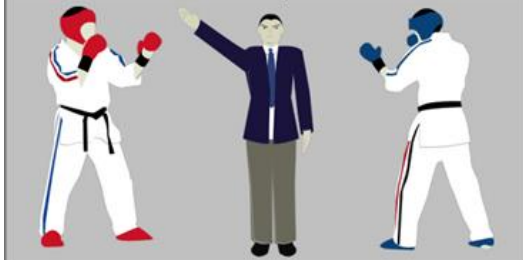
Allez : lever le bras en reculant d'un pas



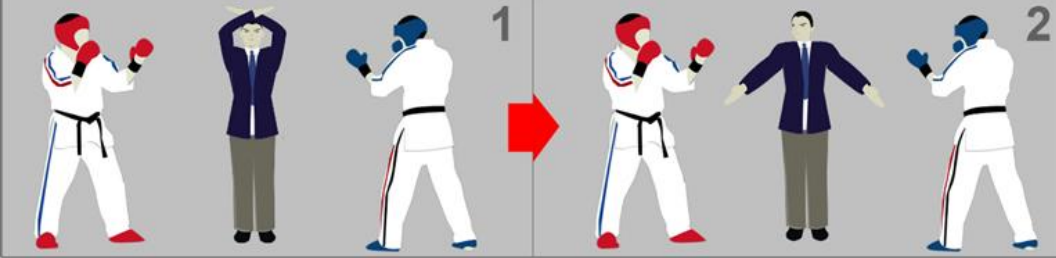
Arrêt du combat : bras tendu devant hauteur moyenne



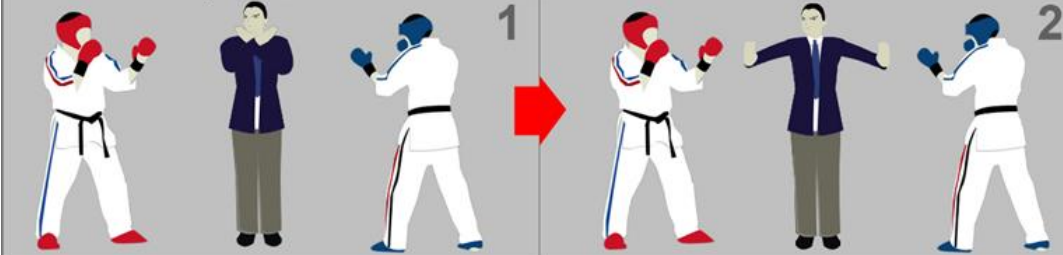
Vainqueur : bras tendu vers le vainqueur
☞ Dire à haute voix «Vainqueur»



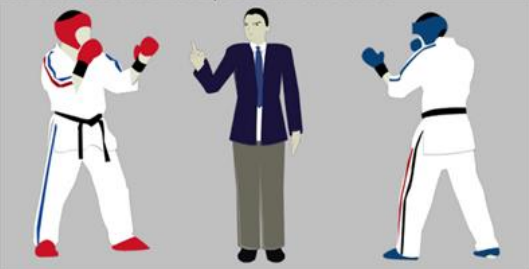
Egalité : bras croisés au dessus de la tête⁽¹⁾, puis décroiser les bras tendus, paumes vers le haut⁽²⁾
☞ Dire à haute voix «Egalité»



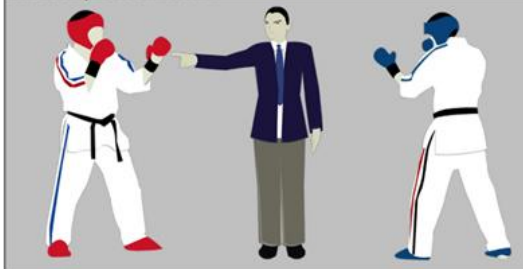
Disqualification : bras croisés devant⁽¹⁾, puis décroiser les bras pliés devant, paumes de face⁽²⁾, en se tournant vers le compétiteur concerné

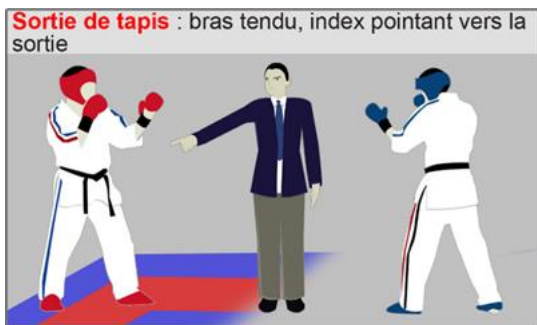


Avertissement : bras plié index levé, en se tournant vers le compétiteur concerné



Pénalité : bras tendu, index pointé vers le visage du compétiteur fautif





KARATE CONTACT LA GESTUELLE D'ARBITRAGE DU JUGE DE COIN

