

**KRAV-MAGA**  
**FFK**

**RÈGLEMENT**  
**COMPÉTITIONS**  
**CHAMPIONNAT DE FRANCE**  
**COMBAT**  
SAISON 2019 / 2020

## **CODE DE L'ETHIQUE**

### **JE VAIS PARTICIPER A UNE COMPETITION DE KRAV-MAGA**

- Je m'assure que je suis bien inscrit à cette rencontre sportive
- Je vérifie que mon passeport est à jour et comporte :
  - le ou les timbres de licences nécessaires
  - mon certificat médical de non contre-indication à la compétition
- Je contrôle l'état de ma tenue

### **JE TIENS À BIEN ME COMPORTEUR**

- J'applique les consignes des organisateurs
- Je respecte mes adversaires sur le tatami et en dehors de l'aire de compétition
- Je respecte les décisions des juges
- Je reste digne dans la défaite comme dans la victoire
- J'invite ceux qui m'accompagnent à m'encourager avec la plus grande sportivité
- Je donne par mon comportement une bonne image du Krav-Maga

## INTRODUCTION

La Fédération Française de Karaté a le plaisir de présenter le règlement le Championnat de France de Krav-Maga Combat.

Ce livret de réglementation et d'arbitrage permettra d'encadrer au mieux l'organisation de cette manifestation. Vous y trouverez tous les renseignements qui contribueront à vous assister pour une meilleure participation de vos élèves ou pour y participer vous-même.

### La réglementation s'articule autour de quelques points essentiels :

Le Championnat de France de Krav-Maga Combat s'adresse à des compétiteurs des catégories juniors, seniors et vétérans répartis par catégories de poids. Plusieurs compétiteurs par club peuvent y participer.

Le Championnat de France de Krav-Maga Combat en individuel est une confrontation opposant deux compétiteurs démontrant leur efficacité à se défendre contre une agression.

A tour de rôle, les compétiteurs portent une attaque ou plusieurs attaques enchaînées sur leur adversaire sur un thème et un temps déterminé. Le défenseur doit alors démontrer son efficacité à se protéger et à riposter.

Les thèmes des attaques sont : attaque ou menace au couteau, attaque au bâton, attaque avec les membres supérieurs (saisie, étranglement, coup de poing), attaque de pied.

Après chaque échange, les juges déterminent le combattant ayant démontré la plus grande efficacité à se défendre (se protéger et riposter) avec les techniques autorisées de son choix. Le jugement s'effectue par le vote aux drapeaux. Le compétiteur ayant gagné le plus d'échanges est déclaré vainqueur de la confrontation.

La compétition se déroule par élimination sans repêchage.

Les compétiteurs doivent porter une tenue de Krav-Maga tel que le prévoit le règlement de cette compétition ainsi que les protections demandées.

## Sommaire

I.	Les règles générales de la compétition .....	5
A.	Le responsable administratif.....	5
B.	Le responsable de l'organisation de la compétition.....	5
C.	Les inscriptions.....	5
D.	Le contrôle des passeports .....	6
E.	Les officiels .....	6
F.	Le médical .....	6
G.	La communication .....	6
II.	Les règles techniques de la compétition.....	7
A.	Les catégories.....	7
B.	La surface de compétition.....	7
C.	Le déroulement de la compétition.....	7
D.	La confrontation.....	8
a)	Le déroulé de confrontation .....	8
b)	Les techniques et comportements interdits .....	10
c)	Le salut et la position d'attente .....	10
d)	La tenue et les équipements.....	11
e)	Les protections.....	11
f)	Les armes .....	11
III.	<b>L'arbitrage</b> .....	<b>11</b>
A.	L'équipe arbitrale .....	12
B.	Les critères de jugement .....	12
C.	Les avertissements, pénalités et disqualifications .....	12
D.	La gestuelle de l'arbitre central et signaux des juges .....	13
E.	Les protestations officielles .....	15

## I. Les règles générales de la compétition

### A. Le responsable administratif

Le responsable administratif est désigné par la Fédération et est chargé de :

- constituer un dossier complet de la compétition en envoyant un exemplaire du dossier à la Direction Technique Nationale ;
- réceptionner les engagements des compétiteurs envoyés par les clubs ;
- enregistrer les compétiteurs, établir les listes d'engagés ;
- procéder au tirage au sort de chaque équipe ;
- emmener à la compétition les tableaux, les listes d'engagés pour l'affichage et le contrôle ainsi que le dossier des feuilles d'engagement en cas de litige.

### B. Le responsable de l'organisation de la compétition

Le responsable de l'organisation de la compétition est désigné par la Fédération et est chargé de :

- assurer le bon déroulement de la compétition jusqu'à la fin du protocole ;
- assurer le suivi du service de sécurité de l'accueil ;
- assurer le contrôle des passeports et l'inscription aux tableaux de compétitions ;
- procéder à l'affichage des listes de compétiteurs avant la compétition, et de tableaux au cours du déroulement de la compétition ;
- gérer l'administration de la compétition ;
- assurer au nom de la fédération le respect de la réglementation ;
- intervenir pour prévenir et régler les éventuels conflits ;
- organiser le protocole des remises des médailles.

### C. Les inscriptions

Les inscriptions s'effectuent en ligne sur le site fédéral dédié en respectant impérativement la date fixée pour la compétition publiée.

Aucune inscription ne peut être prise sur place.

Le Championnat de France de Krav Maga Combat est ouvert à tous les licenciés de la FFK de nationalité française.

Dans le but d'éviter les désistements abusifs et de gérer correctement les tableaux des compétitions, il peut être perçu un droit d'engagement au Championnat de France de Krav-Maga Combat.

Les compétiteurs doivent présenter impérativement les pièces administratives suivantes :

- le passeport sportif FFK en cours de validité ;
- l'attestation de licence de la saison en cours et de la saison précédente ;
- leur certificat médical de non contre-indication à la pratique en compétition ;
- la carte nationale d'identité pour justifier de la nationalité française.

Les compétiteurs doivent être licenciés au plus tard 3 jours avant la date limite d'inscription. Cette date figure sur le programme et le dossier d'inscription de la compétition.

Tout compétiteur non licencié à cette date, ne pourra prétendre à participer à la compétition, même si sa demande de licence arrive entre la date limite d'inscription et la date de la compétition.

Les compétiteurs doivent s'inscrire aux compétitions par l'intermédiaire du club dans lequel ils sont licenciés. Un club ne peut pas refuser d'inscrire un de ses pratiquants licenciés qui demande à participer à une compétition. Dans un tel cas de figure, le licencié plaignant doit saisir le Directeur Technique National du refus de son club.

## **D. Le contrôle des passeports**

La possession du passeport sportif FFK est obligatoire. Le contrôle des passeports est effectué sous le contrôle du responsable de la compétition.

Il doit contenir le certificat médical de non contre-indication à la pratique en compétition.

Après les opérations du contrôle des passeports, les compétiteurs vont confirmer leur présence aux tables prévues à cet effet.

## **E. Les officiels**

Les officiels (cadres techniques, élus, arbitrage, organisateurs) doivent porter la tenue officielle et s'astreindre à un comportement exemplaire, en rapport avec leurs responsabilités. Un membre de la commission sportive leur indique leurs sièges réservés.

## **F. Le médical**

La surveillance médicale est assurée par le médecin convoqué par le médecin fédéral.

## **G. La communication**

Les contacts avec la Presse, la diffusion des informations, sont assurés par le responsable de la Communication de la Fédération en collaboration avec le Secrétaire Général et le DTN. Il assure la fabrication d'affiches, la rédaction de documents de promotion, d'annonces presse, de messages radiophoniques.

## II. Les règles techniques de la compétition

### A. Les catégories

Le Championnat de France de Krav-Maga Combat est ouvert aux juniors, aux seniors aux vétérans féminins et masculins.

- La catégorie junior : licenciés nés en 2002-2003
- La catégorie senior : licenciés nés en 2001 et après 1973
- La catégorie vétéran : licenciés nés en 1973 et avant

Les catégories de poids sont :

- |                            |                                      |
|----------------------------|--------------------------------------|
| - pour les juniors femmes  | - 50 kg ; - 60 kg et + 60 kg ;       |
| - pour les seniors femmes  | - 55 kg ; - 65 kg ; + 65 kg ;        |
| - pour les vétérans femmes | - 55 kg ; - 65 kg ; + 65 kg ;        |
| - pour les juniors hommes  | - 60 kg ; - 70 kg ; + 70 kg ;        |
| - pour les seniors hommes  | - 65 kg ; - 75 kg ; - 85 ; + 85 kg ; |
| - pour les vétérans hommes | - 75 kg ; - 85 ; + 85 kg.            |

Aucune dérogation concernant le surclassement ne sera accordée en ce qui concerne l'âge requis dans chaque catégorie.

Des regroupements de catégorie de poids limitrophes peuvent être réalisés pour des combattants seuls dans leur catégorie par le responsable de la compétition. L'accord préalable de tous les compétiteurs concernés est nécessaire.

### B. La surface de compétition

L'aire de compétition doit être plane et ne présenter aucun danger.

L'aire de compétition doit être un carré de 8 mètres de côté (mesures prises à l'extérieur) ou le cas échéant 7 mètres de côté. Un mètre supplémentaire est prévu sur tous les côtés comme surface de sécurité. La surface de sécurité de 1 mètre de largeur sur tout le périmètre de l'aire de compétition doit être clairement délimitée.

Cette surface 10x10 ou de 9x9 est composée de tatamis.

Les juges sont assis à la limite extérieure de l'aire de sécurité.

Les compétiteurs n'ont pas accès aux aires de compétition avant leur passage. Les membres de la commission sportive sont chargés d'aller les informer dans les aires d'échauffement qui leur ont été attribuées que leur passage est annoncé. Lorsque les compétiteurs se présentent sur l'aire de compétition, ils doivent avoir la tenue et les équipements de protection conformes au règlement.

### C. Le déroulement de la compétition

La compétition se déroule par élimination sans repêchage.

## D. La confrontation

Le Krav-Maga combat est une confrontation de deux compétiteurs.

Chaque confrontation comporte 2 échanges gagnants pour les éliminatoires et 3 échanges gagnants pour les finales.

Un échange se compose de deux phases de combat de 10 secondes maximum :

- lors de la première phase de 10 secondes maximum, un compétiteur est désigné attaquant, l'autre est désigné défenseur ;
- lors de la deuxième phase de 10 secondes maximum, les rôles des compétiteurs sont inversés.

À l'issue de l'échange, un des compétiteurs est désigné gagnant de l'échange.

Une phase est constituée :

- d'une première attaque sur l'un des thèmes ci-dessous complétée ou non d'attaques supplémentaires au choix réalisées par l'attaquant ;
- de techniques de défense (protection et riposte) réalisées par le défenseur.

Les thèmes possibles par phase au choix des compétiteurs sont :

- attaques avec une arme : couteau ou bâton ;
- attaques sans arme : saisie, étranglement, coup de poing ou coup de pied.

### *a) Le déroulé de la confrontation*

Les combattants disposent des armes fournies par l'organisateur au bord de la surface (couteaux, bâtons).

Les compétiteurs appelés au milieu de la surface par l'arbitre central se saluent à une distance d'1 mètre de part et d'autre du centre.

Le combattant rouge pivote sur lui-même pour tourner le dos au combattant bleu. Le combattant bleu se rend au bord du tapis pour récupérer une arme de son choix ou décide de rester mains nues. Puis, il se replace à son emplacement initial.

L'arbitre central se place au bord du tapis pour être visible des deux combattants. Au signal de l'arbitre central (geste et voix), le combattant rouge se retourne pour faire face au combattant bleu qui dispose de 10 secondes pour porter son attaque.

L'échange est arrêté :

- si un des compétiteurs est neutralisé ;
- si l'attaque est terminée ;
- si la majorité des juges déclarent une attaque comme décisive en croisant et levant simultanément le drapeau rouge et bleu. Le chef de table alerte immédiatement l'arbitre central de la décision des juges ;
- et au plus tard au bout de 10 secondes.



L'arbitre central sépare les compétiteurs. Puis, les rôles sont inversés ainsi que les emplacements.

Le combattant bleu pivote sur lui-même pour tourner le dos au combattant rouge. Le combattant rouge se rend au bord du tapis pour récupérer une arme de son choix ou décide de rester mains nues. Puis, il se replace à son emplacement initial.

L'arbitre central se place au bord du tapis pour être visible des deux combattants. Au signal de l'arbitre central (geste et voix), le combattant bleu se retourne pour faire face au combattant rouge qui dispose de 10 secondes pour porter son attaque.

L'échange est arrêté :

- si un des compétiteurs est neutralisé ;
- si l'attaque est terminée ;
- si la majorité des juges déclarent une attaque comme décisive en croisant et levant simultanément les drapeaux rouge et bleu. Le chef de table alerte immédiatement l'arbitre central de la décision des juges ;
- et au plus tard au bout de 10 secondes.

À l'issue du premier échange, les compétiteurs se replacent au milieu de l'aire de compétition. Le juge central demande la décision en sifflant à deux reprises. Tous les drapeaux sont levés simultanément. La décision est en faveur soit du compétiteur portant la ceinture rouge ou soit la ceinture bleue, l'égalité ne peut exister. Le compétiteur qui obtient la majorité de drapeaux est déclarée gagnant de l'échange.

L'arbitre central désigne le vainqueur de l'échange en annonçant les résultats des juges puis le vainqueur de l'échange en abaissant son bras à 45° vers le bas en direction du vainqueur.

Exemple à 3 juges :

« 2, Bleu ; 1, Rouge, Vainqueur de l'échange Bleu »

Pour abaisser les drapeaux, le juge central siffle une nouvelle fois après l'annonce du résultat par l'arbitre central.

Les échanges suivants se déroulent selon le même protocole.

À la fin de la confrontation, les compétiteurs retirent leur casque. Le combattant ayant gagné le plus d'échanges est déclaré vainqueur par l'arbitre central. Il désigne le vainqueur de la confrontation en levant son bras à 45° vers le haut du côté du vainqueur avec l'annonce suivante :

Exemple : « Vainqueur du combat, combattant Bleu »

À la suite de la décision, les compétiteurs se saluent, puis saluent l'équipe arbitrale et quittent l'aire de combat.

Les compétiteurs doivent disposer de 10 minutes minimum de récupération entre chaque tour.

*b) Les techniques et comportements interdits*

Les techniques interdites sont :

- les coups de poings, pieds, coudes et genoux visant un adversaire au sol ;
- les coups de tête ;
- les coups visant les parties génitales ;
- les coups visant la colonne vertébrale, la nuque et le derrière de la tête ;
- les coups visant la gorge ;
- les coups de genou directs à la tête de l'adversaire ;
- les clés et torsions de doigt ou d'orteil ;
- les torsions de nuque non contrôlées ;
- les torsions de chevilles non contrôlées ;
- les clés de colonne vertébrale ;
- les projections en forme de clés verrouillées en station debout ;
- les projections et poussées intentionnelles visant à faire chuter l'adversaire sur la nuque ou sur la tête ;
- les « slams » en défense de soumission en amenant l'adversaire au-dessus du niveau de la taille ;
- les chutes vers l'arrière avec l'adversaire dans son dos depuis la position debout.

Les comportements interdits sont :

- saisir la trachée artère avec les doigts ;
- mettre les doigts dans le nez, les yeux, la bouche ou une plaie de son adversaire ;
- griffer ou pincer intentionnellement ;
- attraper ou tirer les cheveux ;
- saisir les vêtements de l'adversaire ;
- saisir ou mettre les doigts dans l'oreille de l'adversaire ;
- chatouiller son adversaire ;
- mordre son adversaire ;
- cracher au visage de l'adversaire ou l'insulter ;
- contester verbalement ou gestuellement les décisions de l'arbitre.

Les comportements agressifs et délibérément dangereux pouvant nuire à l'intégrité physique de l'adversaire sont interdits.

*c) Le salut et la position d'attente*

Le salut : les pieds écartés sont parallèles, inclinaison du buste sans être ostentatoire, les bras le long du corps.

La position d'attente : les pieds écartés sont parallèles, les deux bras croisés derrière soi.

#### *d) La tenue et les équipements*

Les compétiteurs doivent porter une tenue de Krav-Maga :

- pantalon de kimono noir ;
- tee-shirt uniquement de couleur noire ;
- chaussons d'entraînement ou pieds nus en fonction du règlement intérieur du lieu de la compétition.

Tant sur le pantalon que sur le tee-shirt, peuvent être portés uniquement :

- le qualificatif KRAV-MAGA ;
- le logo fédéral KRAV-MAGA FFK ;

*NB : Il ne peut être porté le sigle de l'appartenance à un courant de Krav-Maga.*

L'emploi de bandage ou support doit être autorisé par le médecin de la compétition.

#### *e) Les protections*

Chaque compétiteur porte les protections personnelles suivantes :

- un casque assurant la protection du menton, des pommettes du dessus du crâne et d'une protection du visage (yeux) ;
- un protège-dents ;
- un plastron protégeant le tronc et les angles costaux uniquement pour les catégories juniors, les féminines et les vétérans ;
- des gants de type mitaine mains ouvertes ;
- une coquille génitale ;
- des protèges tibia et pieds.

L'arbitre central vérifie la présence des équipements avant le salut des compétiteurs.

Cahier des charges des protections en annexe.

#### *f) Les armes*

Les armes, bâton et couteau en mousse, sont fournis par l'organisation. Elles sont à disposition des compétiteurs et placées au bord du tapis avant le début de la confrontation.

### **III. L'arbitrage**

On obtient la qualité d'arbitre après avoir suivi une formation spécifique et avoir participé à une compétition nationale. Le Directeur Technique National, ou son représentant, nomme le groupe de pilotage de la compétition (responsable de

l'arbitrage, responsable de l'organisation et responsable de la logistique) et valide la liste nominative du corps arbitral.

Le responsable de l'arbitrage assure le bon déroulement technique de la compétition avec les arbitres désignés. Un membre de l'arbitrage peut assister au tirage au sort des tableaux.

## A. L'équipe arbitrale

La tenue officielle est de rigueur. Les juges doivent porter la tenue officielle adoptée par la Commission d'Arbitrage.

Pour chaque tour, l'équipe arbitrale est composée de trois juges, un marqueur-chronométreur et d'un arbitre central :

- **avec 3 juges** : le juge central est assis à la limite de l'aire de compétition face aux compétiteurs. Les deux autres juges restent assis de part et d'autre du tapis à droite et à gauche. Les trois juges disposent d'un drapeau bleu et d'un drapeau rouge.

Pour les finales de chaque catégorie, l'équipe arbitrale est composée de cinq juges, un marqueur-chronométreur et d'un arbitre central :

- **avec 5 juges** : le juge central est assis à la limite de l'aire de compétition, face aux compétiteurs. Les deux autres juges restent assis à chaque angle du tapis. Les cinq juges disposent d'un drapeau bleu et d'un drapeau rouge.

Tout juge ou membre de l'organisation convoqué pour juger une compétition ne peut en aucun cas participer à celle-ci en tant que compétiteur.

## B. Les critères de jugement

Les compétiteurs doivent démontrer leur efficacité à se défendre face à une ou plusieurs attaques franches.

Les juges apprécient dans l'ordre suivant :

- l'efficacité de la protection du défenseur : le défenseur n'a pas été touché sur des zones vitales (blocage, esquive des attaques ou contre) ;
- l'efficacité de la riposte : neutralisation de l'attaquant (mise hors combat, immobilisation...).

Les juges peuvent déclarer une attaque comme décisive au regard de sa puissance, de l'arme utilisée et de la zone atteinte : frappe puissante portée avec le bâton à la tête, coups de couteau répétés au foie...

## C. Les avertissements, pénalités et disqualifications

L'arbitre central peut décider des avertissements, des pénalités, des disqualifications et des « hors combat ».

Un avertissement pour techniques interdites, coups dangereux ou comportement inadapté peut être prononcé par l'arbitre central avec interruption de l'échange. Le deuxième avertissement entraîne la perte de l'échange en cours. Le troisième avertissement entraîne la perte du combat.




Un compétiteur exécutant une technique interdite ou un coup volontaire interdit peut être disqualifié d'office par l'arbitre central.

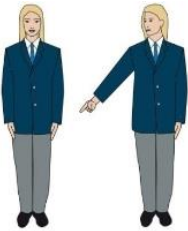



La sortie volontaire de l'aire de compétition entraîne la perte de l'échange.


La sortie volontaire est définie comme une situation où un compétiteur a le corps complètement en dehors des limites de l'aire de combat sans échanges.

Les sorties de l'aire de combat au cours de l'échange tout en restant dans la bande de sécurité d'1 mètre ne donnent pas lieu à l'arrêt du combat ni à une sanction.

## D. La gestuelle de l'arbitre central et signaux des juges

<p>Accueil des compétiteurs</p>	 <p>L'arbitre annonce "Bleu" "Rouge"</p>
<p>Salut des compétiteurs</p>	 <p>L'arbitre annonce "Saluez"</p>
<p>Avertissement pour techniques ou frappes interdites</p>	 <p>L'arbitre pointe l'index vers l'abdomen du fautif, annonce "Avertissement bleu" ou "Avertissement rouge" en précisant la technique interdites ou le comportement interdit.</p>

<p>Sortie de l'aire de compétition</p>	 <p>L'arbitre pointe l'index vers le bord de l'aire de compétition, du côté du fautif et annonce "Sortie bleu" ou "Sortie rouge".</p>
<p>Disqualification</p>	 <p>L'arbitre pointe l'index vers le visage du fautif, et annonce "Disqualification bleu" ou "Disqualification rouge" puis annonce la victoire de l'adversaire "Vainqueur bleu" ou "Vainqueur rouge".</p>
<p>Désignation du vainqueur de l'échange par les juges</p>	
<p>Désignation du vainqueur de l'échange</p>	 <p>L'arbitre étend le bras à 45° vers le bas, du côté du vainqueur et annonce "Vainqueur de l'échange bleu" ou "Vainqueur de l'échange rouge"</p>

<p>Désignation du vainqueur du combat</p>	 <p>L'arbitre étend le bras à 45° vers le haut, du côté du vainqueur et annonce "Vainqueur du combat bleu" ou "Vainqueur du combat rouge"</p>
---	--

## E. Les protestations officielles

Il est de la responsabilité du juge central de s'assurer que le tour s'est déroulé en accord avec la procédure d'organisation et le règlement de la compétition.

En cas de protestation, le chef de tatami doit être immédiatement averti. Il prend immédiatement les mesures qui s'imposent. Sa décision est susceptible d'appel devant le responsable de l'arbitrage et ceci immédiatement après le passage des compétiteurs.

Lorsque le responsable de l'arbitrage considère que la réclamation est bien fondée, une mesure appropriée est prise. Sa décision n'est susceptible d'aucun recours. Les tours suivants ne sont pas différés même si une protestation officielle est sur le point d'être déposée. Les décisions des juges après la prestation d'une équipe lors du jugement aux drapeaux ne peuvent être contestées.



**KRAV-MAGA**  
FFK

[ffkarate.fr](http://ffkarate.fr)

