ARTS MARTIAUX
VIETNAMIENS
FFK



ANNEXE 8

BOXE VIETNAMIENNE

ffkarate.fr

SAISON 2026-2027

ANNEXE 8 - BOXE VIETNAMIENNE

ANNEXE AMV / VO TU DO : Règles spécifiques à la Boxe Vietnamienne

SOMMAIRE

SOMMAIRE 2
1 ORGANISATION ET DEROULEMENT DES COMPETITIONS. 3
1.1 Règles générales : 3
1.2 Les différents acteurs : rôles et responsabilités 3
2 REGLEMENT DES COMPETITIONS EDUCATIVES ET ASSAUTS 4
2.1 DEFINITIONS : 4
2.2 LES TECHNIQUES AUTORISEES : 4
2.3 CONDITION DE PARTICIPATION 5
2.4 EQUIPEMENTS ET TENUES POUR LES EDUCATIFS ET ASSAUTS 5
2.5 CATEGORIES D'AGES ET DE POIDS 6
2.6 TEMPS DE ROUNDS DES RENCONTRES EDUCATIVES ET ASSAUTS. 7
3 REGLEMENT DES COMPETITIONS PRE-COMBATS ET COMBATS 7
3.1 DEFINITIONS : 7
3.2 - CATEGORIES DE POIDS 8
3.3 - CLASSES ET TEMPS DE COMBAT 9
3.4 EQUIPEMENTS ET TENUES 10
3.4.1 POUR LA CATEGORIE PRE - COMBAT : 10
3.4.2 POUR LES CATEGORIES JUNIOR ET CLASSES C: 11
3.4.3 POUR LES CLASSES B ET A : 11
3.5 LES TECHNIQUES AUTORISEES : 12
3.6 CONDITION DE PARTICIPATION EN PRE - COMBAT ET COMBAT 12
4 ARBITRAGE 13
4.1 EXAMEN MEDICAL 13
4.2 - LA PESEE 13
5 LE CORPS ARBITRAL 13
5.1 L'ARBITRE 14
5.2 LES JUGES 15
5.3 LE CHRONOMETREUR 16
5.4 LE SUPERVISEUR 17
5.5 LES DECISIONS 17
6 KNOCK-DOWN 18
6.1 PROCEDURE APRES KNOCK-OUT, RSC ET R.S.C.H 19

1 ORGANISATION ET DEROULEMENT DES COMPETITIONS.

1.1 Règles générales :

Les catégories d'âge sont déterminées pour la saison sportive. Les catégories ne sont ouvertes qu'à compter de la réception de 2 inscriptions dans chaque catégorie.

Aucun surclassement n'est autorisé.

1.2 Les différents acteurs : rôles et responsabilités

1.2.1.1.1 Les compétiteurs

Les compétiteurs doivent présenter à chaque compétition, que ce soit pour les coupes ou les championnats du département, de la ligue ou nationaux, ou les galas de clubs, le passeport sportif en cours de validité contenant :

- Le tampon de contrôle de licence de la saison en cours ;
- Le / les documents médicaux, datant de moins d'un an, de non contre-indication à la pratique en compétition de la boxe vietnamienne (Vo Tu Do) ;
- L'autorisation parentale pour les mineurs.

Les compétiteurs doivent respecter le code de l'Ethique.

Les compétiteurs doivent s'inscrire aux compétitions par l'intermédiaire du club dans lequel ils sont licenciés. Les inscriptions doivent s'effectuer en respectant impérativement les modalités et les dates d'inscriptions publiées sur le site internet fédéral pour chaque compétition. Les clubs disposent d'une plateforme d'inscriptions en ligne pour les compétitions et des codes d'accès à www.ffkcompetition.fr.

1.2.1.1.2 Les clubs et instructeurs

Les inscriptions sont effectuées par les clubs via www.ffkcompetition.fr :

Dans le but d'éviter les désistements abusifs et afin de gérer correctement les tableaux des compétitions, il peut être perçu un droit d'engagement aux compétitions (Coupe, Trophée, Championnats…).

Chaque compétiteur doit être accompagné, dés la pesée, par son instructeur. Ce dernier doit détenir au minimum un diplôme fédéral, une licence de la saison en cours et avoir au minimum 18 ans révolus.

Dans le cas contraire, ils ne peuvent pas être dans le coin.

Pour les éducatifs et assauts, un seul instructeur est accepté dans le coin.

Pour les catégories pré - combat, juniors et classes C, un assistant est accepté en plus de l'instructeur principal.

Pour les classes A et B, deux assistants sont acceptés en plus de l'instructeur principal.

- Dans les coins du ring, les instructeurs sont obligatoirement habillés d'une tenue de sport (survêtement et baskets). Les jean's, lunettes de soleil, casquettes… sont strictement interdits.

2 REGLEMENT DES COMPETITIONS EDUCATIVES ET ASSAUTS

2.1 DEFINITIONS :

- Educatifs :

Les compétitions éducatives concernent les catégories poussins, pupilles, benjamins.
Les techniques de Boxe Vietnamienne (poings, coudes, genoux, tibias, pieds, saisies corps à corps et projections) doivent être utilisées durant tout l'assaut sans aucun transfert de puissance. C'est uniquement un travail de touche.
Toutes les techniques doivent être utilisées avec précision et avec contrôle. Le compétiteur ne respectant pas ces règles pourra être averti durant l'assaut, pouvant également être amené à la disqualification.

- Assauts :

Les compétitions en assaut concernent les catégories minimes et cadets. Les techniques peuvent être appuyées, tout en restant controlées, sans pour autant délivrer une réelle puissance. La recherche de la mise hors combat (KO) est strictement interdite. Le compétiteur ne respectant pas ces règles pourra être averti durant l'assaut, pouvant également être amené à la disqualification.

2.2 LES TECHNIQUES AUTORISEES :

Techniques de poings / coudes

- Toutes les techniques du poing (directs, crochets, uppercuts, tournant, swing)
- Toutes les techniques de coudes sur les différents axes
- Les techniques de poings et coudes retournées

Techniques de pieds / tibias

- Toutes les techniques de pieds/tibias sont autorisées

Techniques de genoux

- Toutes les techniques de genoux, sur les différents axes, avec ou sans saisies sont autorisées. Toutefois le genou n'étant pas protégé par un EPI, les techniques exécutées doivent demander la plus grande vigilance.
- Les techniques de genoux au visage sont interdites jusqu'en cadet inclus

Techniques de corps à corps et projections

- Le corps à corps et les projections sont autorisés, sans exercer une forte pression sur la nuque ni tirer la tête vers le bas.

IL EST INTERDIT DE :

- Attaquer la gorge, le bas ventre, les reins, le dos, l'aine et l'arrière de la tête ou de la nuque.
- Exercer une traction sur la tête avant de toucher en genou ou en corps à corps
- Tourner le dos à son adversaire, la lutte et baisser la tête sous la taille de l'adversaire
- Attaquer un adversaire qui est sorti du Tatami
- Attaquer son adversaire qui tombe sur le sol ou qui est déjà au sol, et ceci dès qu'une main ou un genou touche le sol
- Quitter le Tatami
- Huiler le visage et le corps des compétiteurs
- Mettre Ko son adversaire ou chercher le Ko
- Toute blessure sur l'adversaire, occasionnée par la puissance de frappe sera sanctionnée

Le non respect des règles peut, selon la gravité, entrainer des avertissements, points négatifs voire même la disqualification.

2.3 CONDITION DE PARTICIPATION

Chaque compétiteur doit posséder ses documents médicaux justifiant son aptitude à participer à la compétition, soit :

- Le passeport fédéral tamponné du contrôle de licence de la saison en cours
- Le certificat médical de non contre-indication à la pratique en compétition datant de moins d'un an
- L'autorisation parentale

Sans l'un de ces document, le compétiteur ne pourra prendre part à la compétition.

2.4 EQUIPEMENTS ET TENUES POUR LES EDUCATIFS ET ASSAUTS

- Protège dents
- Gants de Boxe

Gants de Boxe de 8 OZ pour les catégories de poids jusqu'à 63kg inclus, et 10 OZ pour les catégories supérieure. Gants avec attache en Velcro uniquement, gants à lacets interdit.
Pour les catégories Poussins et Pupilles, les gants de 6 OZ sont tolérés.

- Protèges tibias (type chaussette) Type chaussette uniquement, avec protection sur le pied.
- Plastron
- Coquille (et protège poitrine pour les filles)
- Coudières
- Casque
- Bandage (Bandage simple sur les mains, avec des bandes de 2,50m de long et 5cm de large. Sur-épaisseur et bandage dur interdit.)
- Mitaines autorisées.
- Short de Boxe Vietnamienne
- Débardeur

Aucun autre élément ne peut être porté durant la compétition : l'utilisation de graisse, vaseline, huile, ou tout produit pouvant être dangereux pour l'adversaire, est interdite sur le visage, les bras ou toute autre partie du corps.
Les ongles de pied doivent être taillés court.
Les cheveux long doivent être attaché sur l'arrière de la tête.
Le port de bijoux est interdit (boucles d'oreilles, piercing, bracelets…)

Lors des assauts, chaque compétiteur devra au minimum avoir le casque ou le plastron de la même couleur que son coin (rouge ou bleu)

2.5 CATEGORIES D'AGES ET DE POIDS

Les catégories d'âge sont déterminées pour la saison sportive.

Educa1f	**Educa1f**	**Educa1f**	**Assaut**	**Assaut**	**Assaut**	**Assaut**
Poussins F./M. 6 / 7 ans	Pupilles F./M. 8 / 9 ans	Benjamins F./M. 10 / 11 ans	Minimes Filles 12 / 13 ans	Minimes Garçons 12 / 13 ans	Cade1es 14 / 15 ans	Cadets 14 / 15 ans
Tatamis ou Ring	Tatamis ou Ring	Tatamis ou Ring	Tatamis ou Ring	Tatamis ou Ring	Tatamis ou Ring	Tatamis ou Ring
- 18 kg	- 18 kg	- 24 kg	- 27 kg	- 27 kg	- 36 kg	- 39 kg
- 21 kg	- 21 kg	- 27 kg	- 30 kg	- 30 kg	- 39 kg	- 42 kg
- 24 kg	- 24 kg	- 30 kg	- 33 kg	- 33 kg	- 42 kg	- 45 kg
- 27 kg	- 27 kg	- 33 kg	- 36 kg	- 36 kg	- 45 kg	- 48 kg
- 30 kg	- 30 kg	- 36 kg	- 39 kg	- 39 kg	- 48 kg	- 51 kg
- 33 kg	- 33 kg	- 39 kg	- 42 kg	- 42 kg	- 51 kg	- 54 kg
- 36 kg	- 36 kg	- 42 kg	- 45 kg	- 45 kg	- 54 kg	- 57 kg
- 39 kg	- 39 kg	- 45 kg	- 48 kg	- 48 kg	- 57 kg	- 60 kg
- 42 kg	- 42 kg	- 48 kg	- 51 kg	- 51 kg	- 60 kg	- 63 kg
- 45 kg	- 45 kg	- 51 kg	- 54 kg	- 54 kg	- 63 kg	- 66 kg
- 48 kg	- 48 kg	- 54 kg	- 57 kg	- 57 kg	- 66 kg	- 69 kg
+ 48 kg	+ 48 kg	+ 54 kg	- 60 kg	- 60 kg	- 69 kg	- 72 kg
			- 63 kg	- 63 kg	+ 69 kg	- 75kg
			+ 63 kg	- 66 kg		+ 75 kg
				- 69 kg		
				+ 69 kg		

Aucun surclassement d'âge n'est autorisé.

Un licencié reste dans la même catégorie d'âge (exemple cadet) toute la saison sportive (du 01 septembre au 31 aout) : par exemple un cadet en début de saison reste cadet jusqu'à la fin de la saison, même si ce dernier a 16 ans pendant celle-ci.
En prenant compte de la croissance et l'évolution morphologique des compétiteurs, lors de compétitions officielles, pour toutes les catégories ci dessus, un changement de catégorie de poids sera possible.
Exemple :

Un compétiteur remporte le championnat régional en Benjamin -36kg et se qualifie pour le championnat de France, selon son évolution morphologique, il pourra être transféré dans une catégorie de poids supérieur ou inférieur en fonction de son poids la semaine avant la compétition. Pour des raisons d'organisation, l'instructeur devra le signaler au service compétition au moins 7 jours avant celle-ci.

2.6 TEMPS DE ROUNDS DES RENCONTRES EDUCATIVES ET ASSAUTS.

- Pour les catégories Poussins et Pupilles :

Tours préliminaires : 2 x 1min avec 1min de repos entre chaque round
Finales : 3 x 1min avec 1min de repos entre chaque round

- Pour les catégories Benjamins et Minimes :

Tours préliminaires : 2 x 1,30min avec 1min de repos entre chaque round
Finales : 3 x 1,30min avec 1min de repos entre chaque round

- Pour la catégorie Cadets :

Tours préliminaires : 2 x 2min avec 1min de repos entre chaque round Finales : 3 x 2min avec 1min de repos entre chaque round

Lors de rencontres officielles, si l'un des compétiteurs se retrouvent seul dans sa catégorie, la mixité est autorisé pour les Poussins, Pupilles et Benjamins.

Un seul instructeur est autorisé dans le coin pour les rencontres éducatives et les assauts.

3 REGLEMENT DES COMPETITIONS PRE-COMBATS ET COMBATS

3.1 DEFINITIONS :

- Pré-combats :

Les compétitions en pré-combat concernent la catégorie cadets 2è année (15 ans). Les techniques peuvent être appuyées, avec une certaine puissance dans le corps. La recherche de la mise hors combat (TKO) est autorisé dans le corps. Le KO tête est interdit. Les coups portés au visage ne doivent pas être délivré avec une réelle puissance. L'arbitre devra veiller à bien faire appliquer les consignes. Le compétiteur ne respectant pas ces règles pourra être averti durant le combat, pouvant également être amené à la disqualification en cas de non respect de celle ci. Les techniques de genoux au visage sont interdites.

- Combats :

La puissance, la mise hors combat et le KO font partie du combat traditionnel vietnamien.

3.2 - CATEGORIES DE POIDS

Les catégories d'âge sont déterminées pour la saison sportive. Aucun surclassement n'est autorisé.

Un licencié reste dans la même catégorie d'âge (exemple cadet) toute la saison sportive (du 01 septembre au 31 aout) : par exemple un cadet en début de saison reste cadet jusqu'à la fin de la saison, même si ce dernier a 16 ans pendant celle-ci.

Pré – Combat	**Combat**	**Combat**	**Combat**	**Combat**
Cadets / Cade1es 2 15 ans	Juniors Féminines 16 / 17 ans	Juniors Masculins 16 / 17 ans	Séniors Féminines De 18 à 40 ans inclus	Séniors Masculins De 18 à 40 ans inclus
Ring	Ring	Ring	Ring	Ring
- 48 kg	- 45 kg	- 45 kg	- 48 kg	- 48 kg
- 51 kg	- 48 kg	- 48 kg	- 51 kg	- 51 kg
- 54 kg	- 51 kg	- 51 kg	- 54 kg	- 54 kg
- 57 kg	- 54 kg	- 54 kg	- 57 kg	- 57 kg
- 60 kg	- 57 kg	- 57 kg	- 60 kg	- 60 kg
- 63 kg	- 60 kg	- 60 kg	- 63 kg	- 63 kg
- 66 kg	- 63 kg	- 63 kg	- 66 kg	- 66 kg
- 69 kg	- 66 kg	- 66 kg	- 69 kg	- 69 kg
- 72 kg	- 69 kg	- 69 kg	- 72 kg	- 72 kg
- 75kg	- 72 kg	- 72 kg	- 75kg	- 75 kg
+ 75 kg	+ 72kg	- 75kg	+ 75 kg	- 78 kg
		- 78 kg		- 81 kg
		- 81 kg		- 84 kg
		- 84 kg		- 87 kg
		- 87 kg		- 91 kg
		- 91 kg		- 94 kg
		+ 91 kg		+ 94 kg

3.3 - CLASSES ET TEMPS DE COMBAT

- CADET 2 (Pré - Combat) :

Tours préliminaires : 2 x 2min avec 1min de repos entre chaque round
Finales : 3 x 2min avec 1min de repos entre chaque round

- JUNIOR :

Tours préliminaires : 2 x 2min avec 1min de repos entre chaque round
Finales : 3 x 2min avec 1min de repos entre chaque round

- CLASSE C :

Tours préliminaires : 2 x 3min avec 1,30min de repos entre chaque round
Finales : 3 x 3min avec 1,30min de repos entre chaque round

Cette catégorie concerne tous les compétiteurs ayant moins de 10 combats. Un compétiteur Classe C peut accéder à la Classe B après avoir accumulé 6 victoires dans cette catégories. A partir de 10 combats en Classe C, le compétiteur passera obligatoirement en Classe B.

- CLASSE B : 3 x 3min avec 1,30min de repos entre chaque round.

Lors de championnats, les compétiteurs Classe B ne pourront pas avoir plusieurs combats sur une même journée. Les qualifications se feront sur plusieurs dates, espacée au minimum de 2 semaines chacune.

Lors de gala, le temps de combat des Classe B peut être de 4 x 3min.
L'organisateur devra prévenir préalablement les deux compétiteurs.

- CLASSE A : 3 x 3min avec 1,30min de repos entre chaque round.

Lors de championnats, les compétiteurs Classe A ne pourront pas avoir plusieurs combats sur une même journée. Les qualifications se feront sur plusieurs dates, espacée au minimum de 2 semaines chacune.

Lors de gala, le temps de combat des Classe A peut être de 5 x 3min avec 2min de repos entre chaque round. L'organisateur devra prévenir préalablement les deux compétiteurs.

Un format '' TOURNOIS '' peut être autorisé dans les galas pour les compétiteurs Classe A. L'organisateur devra prévenir préalablement les participants :

- 4 compétiteurs maximum engagés,
- temps de rencontre de 3x3min uniquement,
- demi finale et finale dans la même soirée, avec un temps de récupération entre les combats pour les 2 finalistes.

Un compétiteur qui combat dans une catégorie dans une discipline assimilée, devra combattre dans la catégorie équivalente en boxe Vietnamienne.

3.4 EQUIPEMENTS ET TENUES

La tenue portée lors des pratiques et des compétitions doit être exclusivement composée des éléments réglementaires prévus pour la discipline, ainsi que des équipements de protection autorisés.

Le port de tout accessoire ou élément de tenue non prévu par le présent règlement n'est pas autorisé.

L'utilisation de graisse, de vaseline, d'huile ou de tout autre produit susceptible de présenter un risque pour l'adversaire est interdite sur le visage, les bras ou toute autre partie du corps.

Les ongles des pieds doivent être courts et régulièrement taillés.

Les cheveux longs doivent être attachés de manière à ne présenter aucun risque pour le compétiteur ou son adversaire et à ne pas gêner le déroulement du combat.

Le port de bijoux ou d'accessoires présentant un risque pour le compétiteur ou son adversaire est interdit, notamment les boucles d'oreilles, piercings, bracelets et accessoires similaires.

Lors des combats des catégories Pré-Combats, Juniors et Classes C, chaque compétiteur doit porter au minimum un casque ou un plastron de la couleur correspondant à son coin, rouge ou bleu.

3.4.1 POUR LA CATEGORIE PRE - COMBAT :

- Casque
- Protège dents
- Débardeur
- Plastron
- Protège poitrine pour les féminines
- Coudières
- Gants de Boxe :
    - Gants de Boxe 8 OZ pour les catégories de poids jusqu'à 63kg inclus,
    - Gants de Boxe 10 OZ pour les catégories supérieure à 63kg
    - Gants avec attache en Velcro uniquement, gants à lacets interdit.
    - Bandage : Bandage simple sur les mains, avec des bandes de 2,50m de long et 5cm de large. Sur-épaisseur et bandage dur interdit.
    - Mitaines autorisées.
- Short de Boxe Vietnamienne
- Coquille
- Protèges tibias (type chaussette) : Type chaussette uniquement, avec protection sur le pied.

3.4.2 POUR LES CATEGORIES JUNIOR ET CLASSES C:

- Casque
- Protège poitrine pour les féminines
- Protège dents
- Coudières
- Gants de Boxe :
    - Gants de Boxe 8 OZ pour les catégories de poids jusqu'à 63kg inclus,
    - Gants de Boxe 10 OZ pour les catégories de poids de 64kg jusqu'a 81kg inclus
    - Gants de Boxe 12OZ dans les catégories de poids supérieur à 81kg
    - Gants avec attache en Velcro uniquement, gants à lacets interdit.
    - Bandage : Bandage simple sur les mains, avec des bandes de 2,50m de long et 5cm de large. Sur-épaisseur et bandage dur interdit.
    - Mitaines autorisées.
- Short de Boxe Vietnamienne
- Coquille
- Protèges tibias (type chaussette) : Type chaussette uniquement, avec protection sur le pied.
- Chevillère autorisée : Chevillère simple, sans renfort ou doublure

3.4.3 POUR LES CLASSES B ET A :

- Protège dents
- Protège poitrine pour les féminines
- Brassière pour les féminines
- Coudières pour les classes B
- Gants de Boxe
    - Gants de Boxe 8 OZ pour les catégories de poids jusqu'à 63kg inclus,
    - Gants de Boxe 10 OZ pour les catégories de poids de 64kg jusqu'a 81kg inclus
    - Gants de Boxe 12OZ dans les catégories de poids supérieur à 81kg
    - Gants à lacets autorisés.
    - Bandage : Bandage renforcé autorisé.
- Short de Boxe Vietnamienne
- Coquille
- Chevillère autorisée : Chevillère simple, sans renfort ou doublure

3.5 LES TECHNIQUES AUTORISEES :

- Techniques de poings / coudes
  - Toutes les techniques du poing (directs, crochets, uppercuts, tournant, swing)
  - Toutes les techniques de coudes sur les différents axes
  - Les techniques de poings et coudes retournées
- Techniques de pieds / tibias : Toutes les techniques de pieds/tibias sont autorisées
- Techniques de genoux
- Toutes les techniques de genoux, sur les différents axes, avec ou sans saisies sont autorisées.
- Les techniques de genoux au visage (interdites jusqu'en cadet inclus)
- Techniques de corps à corps et projections : Le corps à corps et les projections
- Techniques de saisies
- Les techniques de saisie sont autorisés en pré-combats, juniors et classe C, à condition que le compétiteur réplique dans l'immédiat par une technique de contre.
- En classe B et A, 3 secondes sont autorisés au compétiteurs pour l'enchainement de sa réplique. L'arbitre devra rester attentif aux enchainements.

IL EST INTERDIT DE :

- Attaquer la gorge, le bas ventre, les reins, le dos, l'aine et l'arrière de la tête ou de la nuque.
- Tourner le dos à son adversaire, la lutte et baisser la tête sous la taille de l'adversaire - Attaquer son adversaire qui tombe sur le sol ou qui est déjà au sol, et ceci dès qu'une main ou un genou touche le sol - Quitter le Ring

Le non respect des règles peut, selon la gravité, entrainer des avertissements, points négatifs voire même la disqualification.

3.6 CONDITION DE PARTICIPATION EN PRE - COMBAT ET COMBAT

La participation aux compétitions est soumise aux dispositions médicales prévues par le Code du sport et par le règlement médical de la Fédération.
Pour les épreuves dans lesquelles la mise hors combat est autorisée, le compétiteur doit notamment satisfaire aux exigences médicales applicables aux disciplines à contraintes particulières.
Chaque compétiteur doit être en mesure de présenter, lors du contrôle précédant la compétition, les documents requis pour justifier son aptitude à participer à la compétition :

- le **passeport fédéral** portant le contrôle de **licence de la saison sportive en cours ;**
- le **certificat médical** de non-contre-indication à la pratique des disciplines fédérales en compétition, **dans les épreuves autorisant la mise hors combat**, en cours de validité
- un document justifiant la réalisation de l'**examen ophtalmologique** comprenant notamment un **fond d'œil**, datant de moins d'un an ;
- pour les compétiteurs mineurs des catégories concernées, **l'autorisation parentale** requise par les dispositions fédérales en vigueur.

La présentation d'un électrocardiogramme (ECG) datant de moins d'un an est **fortement recommandée**.

L'absence de l'un des documents obligatoires requis entraîne l'impossibilité de prendre part à la compétition.

4 ARBITRAGE

4.1 EXAMEN MEDICAL

Lors de la pesée : un compétiteur doit être en possession de ses documents médicaux justifiant son aptitude à combattre, conformément à la réglementation médicale de la fédération.

Par ailleurs, le compétiteur devra présenter son passeport sportif, pour la saison en cours.

Un compétiteur ne sera pas autorisé à prendre part à un combat si il a un pansement sur une plaie, une coupure, une blessure, une lacération, ou une blessure sanglante sur la tête ou le visage, y compris sur le nez et les oreilles.

4.2 - LA PESEE

Les compétiteurs de chaque catégorie de poids seront pesés soit la veille de la compétition ou le jour de la compétition.

Chaque compétiteur ne peut être pesé officiellement qu'une seule fois. Le poids enregistré à cette occasion sera définitif. Il est cependant autorisé, pour un compétiteur qui n'a pas atteint le bon poids pendant la pesée officielle, de revenir au maximum 15 minutes avant la fin de la pesée. Dans le cas où il n'atteint toujours pas le poids attendu, il est disqualifié.

Le poids est celui affiché par la balance lorsque le compétiteur est en short. Le poids doit être affiché en mesure métrique. Les balances électroniques peuvent être utilisées. Tous les compétiteurs doivent être en possession du passeport et des documents médicaux.

Aucune tolérance de poids n'est possible.

N.B. : à partir de la catégorie junior, en compétition officielle, aucun changement de catégories de poids sera possible. Exemple :

Un compétiteur remporte le championnat régional en Classe C -72kg, il devra se présenter dans la même catégorie de poids lors de la pesée du championnat de France. S'il n'est pas au poids dans les délais réglementaire, il sera disqualifié à la fin de la pesée.

5 LE CORPS ARBITRAL

L'ensemble du corps arbitral présent sur une compétition, quelle qu'elle soit, doit obligatoirement être formé, et être à jour dans ses recyclages.

L'arbitre et les juges sont désignés par la commission d'arbitrage.

Les juges / arbitres doivent être impartial, objectif et neutre. Ils procèdent au jugement en leur âme et conscience et n'ont pas à justifier auprès des entraîneurs ou public de leurs choix. Ils doivent maîtriser parfaitement la règlementation.

Pour tous les juges et arbitres d'une compétition, l'utilisation du téléphone portable est strictement interdite pendant qu'ils officient.

5.1 L'ARBITRE

Le respect de l'intégrité physique du compétiteur est la première préoccupation de l'arbitre.

L'arbitre officiera dans le ring. Il sera habillé avec la tenue officielle de la Fédération.

Le port des gants chirurgicaux est obligatoire.
Le port de ceinture et autres éléments (bagues, téléphone, collier, bracelet etc.) pouvant blesser les compétiteurs sur une intervention de l'arbitre sont interdits.

Aspect médical
Dans le cadre des compétitions fédérales régies par ces règles, un arbitre comme tout licencié loisir, devra fournir un certificat médical conforme aux dispositions du règlement médical fédéral.
Un arbitre n'est pas autorisé à porter des lunettes pendant le déroulement d'un combat.

L'arbitre devra :
S'assurer que les règles du fairplay soient rigoureusement appliquées
Contrôler et diriger l'intégralité du combat
S'assurer qu'un compétiteur diminué ne souffre pas de coups injustes et inutiles Vérifier les gants et la tenue des compétiteurs.

Il utilisera trois mots d'ordres :

« STOP » lorsqu'il commande aux compétiteurs d'arrêter le combat
« FIGHT » lorsqu'il donne l'ordre de reprendre le combat
« BREAK » pour séparer une position corps à corps, après quoi chaque compétiteur doit se reculer avant de reprendre le combat.

Il doit indiquer au compétiteur par des signes ou des gestes appropriés et explicites, toutes violations à la réglementation.

A la fin d'un combat, rassembler et vérifier les feuilles d'attribution de points des trois juges. Après vérification, il doit les remettre au superviseur.

L'arbitre ne doit pas annoncer le vainqueur en levant la main du compétiteur ni annoncer le vainqueur par tout autre moyen, jusqu'à ce que l'annonce officielle soit faitepar le superviseur. Lorsque l'annonce du vainqueur est faite, l'arbitre lève la main du vainqueur. Si un arbitre disqualifie un compétiteur ou arrête un combat, il doit en premier lieu communiquer au superviseur le nom du compétiteur concerné ou donner les raisons de sa décision d'arrêter le combat, afin que le superviseur en informe le speaker, qui ensuite fera une annonce publique.

L'arbitre a le pouvoir de:

- Arrêter un combat à tout moment s'il considère qu'il est trop déséquilibré.
- Arrêter un combat à tout moment lorsqu' un compétiteur a reçu un coup et qu'il considère qu'il n'est plus en mesure de continuer, après l'avoir compté.
- Prévenir un compétiteur ou arrêter le combat et donner un avertissement à un compétiteur pour une infraction ou un comportement antisportif ou bien pour assurer de la conformité avec les règles.
- Disqualifier un compétiteur qui refuse d'obéir immédiatement à ses ordres, ou qui se comporte de manière offensive ou agressive envers lui.
- Disqualifier un entraîneur ou un soigneur ayant transgressé les règles ou un compétiteur si l'entraîneur ou le soigneur refuse d'obéir à ses ordres.
- Dans le cas d'un Knock Down, suspendre le décompte si un compétiteur refuse délibérément de se retirer vers un coin neutre ou s'il est réticent à le faire.

Les sanctions :

L' Avertissement
Si un compétiteur transgresse les règles mais ne mérite pas forcément une disqualification, l'arbitre doit arrêter le combat et donner un avertissement au compétiteur.

L'avertissement doit être donné de manière claire, de façon à ce que le Boxeur comprenne bien la raison et la cause de la pénalité.

L'arbitre doit signaler de la main à chacun des juges qu'un avertissement spécifique à été donné et designer clairement le compétiteur sanctionné.

Après avoir donné l'avertissement, l'arbitre donne l'ordre de combattre « Fight ». Si un compétiteur reçoit trois avertissements officiels dans un même combat, il est disqualifié. La Remontrance
Un arbitre peut mettre en garde un compétiteur. Une remontrance est un conseil donné par un arbitre à un compétiteur destiné à vérifier ou prévenir des infractions minimes des règles.

Pour ce faire, il n'a pas besoin de stopper le combat, et peut réprimander le Boxeur durant le round.

5.2 LES JUGES

Chaque combat sera noté par trois juges, assis au centre de l'un des trois côtés du ring, or table des officiels (superviseur, médecin, chrono). Le juge doit être impartial, objectif et neutre. Il procède au jugement en son âme et conscience et n'a pas à justifier auprès des entraîneurs ou public de ses choix. Il doit maîtriser parfaitement la règlementation.

La tenue vestimentaire des juges sera identique à celle des arbitres. En cas de nécessité, le port de lunettes est autorisé.

Chaque juge doit considérer de manière indépendante les mérites des deux compétiteurs, et doit choisir le vainqueur en fonction de la règlementation.

Durant le combat, il ne parlera pas aux Boxeurs, aux autres juges ou à toute autre personne, à l'exception de l'arbitre.

Il peut, si nécessaire, à la fin de chaque round, notifier l'arbitre d'un incident qu'il aurait manqué, par exemple lui faire part de la mauvaise conduite d'un entraîneur, de cordes non tendues, etc.

Un juge marquera le nombre de points accordé à chaque Boxeur sur sa feuille de scores immédiatement à l'issue de chaque round.

A la fin du combat, le juge totalisera les points, désignera le vainqueur et signera sa feuille de scores. La décision sera communiquée au public mais pas son bulletin de score.

Il ne quittera pas son siège tant que le verdict n'a pas été annoncé au public.
Le bulletin de pointage doit être rempli correctement et lisiblement, sans ratures (sinon il doit être refait).

Système de notation :

- 10 points seront alloués au compétiteur qui gagne le round, et l'adversaire proportionnellement moins (respectivement 9-8-7)
- 10 points seront alloués aux deux compétiteurs en cas d'égalité dans le round.
- Le compétiteur qui gagne le round avec une petite marge recevra 10 points, et son adversaire 9 points.
- Le compétiteur qui gagne le round avec une grande marge recevra 10 points, et son adversaire respectivement 8 ou 7 points.
- Le compétiteur qui gagne le round avec une grande marge recevra 10 points, et si son adversaire a été compté une fois durant le round aura un point en moins pour le compte.
- Le compétiteur qui gagne le round avec une grande marge recevra 10 points, et si son adversaire a été compté deux fois durant le round celui-ci aura 7 points.
- Le compétiteur perdra un point s'il reçoit un avertissement.

Symboles du bulletin de juge :

- R : remontrances (R1, R2, R3)
- W : warning (avertissement) (W1, W2, W3)

Décisions :

- W.P : winnning by points (vainqueur aux points)
- K.O : knock out (hors combat)
- H : head (tête), KO suite coup à la tête
- B : body (corps), KO suite coups au corps
- DISQ : disqualification
- RET : retire (abandon)
- R.S.C : referee stop contest (arrêt de l'arbitre)
- INJ : injury (blessure)
- Count limit (compte limité) : 3KD dans la reprise ou 4KD dans le combat
- Out Class : insuffisance technique
- W.O : walk over (forfait)
- N.C : no contest (non compétition/non résultat)

5.3 LE CHRONOMETREUR

Le rôle du chronométreur est de surveiller le nombre et la durée des rounds ainsi que les temps de pause.

- Il sonnera le gong au début et à la fin de chaque round.
- Avant chaque round, il donnera l'ordre de libérer le ring.
- Il décomptera du temps pour les arrêts temporaires ou sur instructions de l'arbitre.

Si à la fin d'un round, un compétiteur est au sol, et que l'arbitre est en train de le compter, le gong indiquant la fin du round ne doit pas retentir. Le gong sera déclenché uniquement lorsque l'arbitre donne l'ordre de reprise de combat « FIGHT ».

5.4 LE SUPERVISEUR

Lorsque les compétitions se déroulent sur le territoire national et DOM-TOM, chaque manifestation sera contrôlée par un arbitre reconnu par la Fédération (superviseur) et qui officiera dans le ring mais ne remplira pas de feuille de score.

- Il sera le responsable de la compétition et le garant de la bonne application des règlements fédéraux.
- Il déploiera les arbitres et les juges pour la surface dont il a la responsabilité.
- Il contrôle le ring, les équipements des tables d'officiels, tenues des arbitres et des juges.
- Il autorisera l'ouverture de la compétition.
- Il est le seul qui peut apporter des modifications aux listes officielles de tirage.
- Il sera « l'arbitre suprême » en cas de contestation et traitera les réclamations.
- Il est chargé de contrôler l'ensemble des procédures afférentes aux compétitions fédérales.
- Il a en charge l'organisation de son staff d'arbitrage (désignation des rencontres, des juges etc.)
- Il doit vérifier que toutes les dispositions réglementaires ont été prises par l'organisateur (conformité du ring, présence du staff médical, etc.)
- Il doit veiller au bon déroulement des combats en faisant respecter la réglementation.
- Il annonce le résultat de la rencontre après avoir vérifié les feuilles de notation de chaque juge.
- Il remplit les passeports sportifs des combattants.

5.5 LES DECISIONS

Victoire aux points :

A la fin d'un combat, le compétiteur qui a obtenu la victoire par décision de la majorité des juges est déclaré vainqueur (victoire à la majorité des votes). Si les deux compétiteurs sont simultanément blessés ou KO et ne peuvent continuer le combat, les juges marqueront les points obtenus à ce stade par chacun des compétiteurs, et celui avec le plus de points sera déclaré le vainqueur.

Victoire par abandon :

Si un compétiteur abandonne volontairement après 2 minutes de pause entre les rounds, son adversaire sera déclaré vainqueur.

Victoire par arrêt de l'arbitre :

L'arbitre peut stopper un combat lorsqu'un compétiteur est dépassé ou inapte à continuer. Si dans l'opinion de l'arbitre, un compétiteur est dépassé ou s'il reçoit une correction excessive, le combat sera arrêté et son adversaire déclaré vainqueur. Blessure :

Si un arbitre juge un compétiteur inapte à continuer le combat, en raison d'une blessure ou toute autre raison physique, le combat sera stoppé et l'adversaire déclaré vainqueur. Le droit de prendre une telle décision incombe à l'arbitre qui peut consulter le médecin. Après quoi, l'arbitre suivra le conseil du médecin. Lorsque l'arbitre demande au médecin d'intervenir, ils seront les seuls officiels présents sur le ring. Aucun soigneur ne sera admis sur le ring ni sur le tablier du ring.

Victoire par disqualification :

Si un compétiteur est disqualifié, son adversaire sera déclaré vainqueur. Si les deux compétiteurs sont disqualifiés, la décision sera annoncée en conséquence. Un compétiteur disqualifié ne peut pas recevoir de récompense, ni de médaille, ni de trophée, ni de récompense honorifique, ni grade, ni titre de la compétition durant laquelle il a été disqualifié.

Victoire par knock-Out (KO) :

Si un compétiteur est au sol et ne reprend pas le combat dans les 10 secondes, son adversaire sera déclaré vainqueur par KO.

Pas de combat (NC) :

L'arbitre peut mettre fin à un combat suite à un évènement n'engageant pas sa responsabilité ni celle des compétiteurs, tel que la détérioration du ring, panne ce courant, conditions météorologiques exceptionnelles etc. Dans ces circonstances, le combat sera déclaré « No Contest ».

Victoire par défaut :

Lorsqu'un compétiteur est présent sur le ring prêt à combattre, et que son adversaire ne se présente pas après avoir été appelé par haut- parleur (3 appels). Après deux minutes, le gong retentira et l'arbitre déclarera le premier compétiteur vainqueur par défaut. Il demandera aux juges de remplir les feuilles de score en conséquence ; il les récupèrera, appellera le compétiteur au centre du ring et lèvera sa main pour le déclarer vainqueur juste après l'annonce de la décision.

6 KNOCK-DOWN

Un compétiteur est considéré « knock down » si :

- Il touche le sol avec une partie de son corps autre que ses pieds à la suite d'un ou de plusieurs coups
- Il s'accroche désespérément aux cordes à la suite d'un ou de plusieurs coups
- Après un coup violent, s'il n'est ni tombé, ni dans les cordes mais qu'il est à demiconscient et que dans l'opinion des arbitres il n'est pas en mesure de poursuivre le combat

Dans le cas d'un knockdown, l'arbitre doit immédiatement commencer à compter les secondes. Lorsqu'un compétiteur est au sol, l'arbitre commencera à compter immédiatement de 1 à 10.

L'arbitre comptera avec un intervalle d'une seconde entre chaque chiffre, et indiquera chaque seconde avec ses doigts de manière à ce que le compétiteur qui est tombé sache combien de secondes ont été comptées. Une seconde doit s'écouler à partir du moment où le compétiteur tombe et le début du compte.

L'adversaire doit instantanément se rendre dans le coin neutre, désigné par l'arbitre. S'il ne se rend pas dans le coin neutre après en avoir reçu l'ordre de l'arbitre, ce dernier arrêtera de compter jusqu'à ce que l'ordre soit exécuté. Le compte reprendra là où il aura été interrompu.

Le juge inscrira « KD » sur sa feuille de score lorsque l'arbitre aura procédé à un comptage à l'un ou l'autre des deux compétiteurs.

Lorsqu'un compétiteur est considéré « au sol » suite à un coup à la tête, le juge inscrira « KO, RSC ou RSC-H» sur sa feuille de score.

Un 1er KD dans le combat se traduit par 2 points en moins sur le score du round.
Un combattant compté (sur coup régulier) perd automatiquement le round.

Obligation de compter jusqu'à huit :

Lorsqu'un compétiteur est au sol suite à un coup, le combat ne reprendra pas avant que l'arbitre n'ait compté jusqu'à 8, même si le compétiteur est prêt à continuer le combat avant.

Le Knock-Out :

Si l'arbitre compte jusqu'à 10, le combat sera terminé et le KO déclaré.

Deux Boxeurs au sol :

Si les deux compétiteurs tombent en même temps, le compte continuera tant que l'un d'entre eux reste au sol. S'ils restent tous les deux au sol après un compte de 10 secondes, le combat sera arrêté et la décision sera rendue, tenant compte des points attribués avant le KO.

Limite de comptage obligatoire :

Lorsqu'un compétiteur a été compté trois fois (KD) dans un même round ou quatre fois sur l'ensemble du combat, l'arbitre stoppera le combat.

6.1 PROCEDURE APRES KNOCK-OUT, RSC ET R.S.C.H

Un compétiteur qui a été mis KO suite à un coup à la tête durant le combat, ou si l'arbitre a stoppé le combat en raison d'un traumatisme sévère à la tête qui empêche de compétiteur de continuer, ce dernier sera ensuite examiné immédiatement par un médecin qui décidera des suites à donner en matière d'hospitalisation.

Le compétiteur ne sera pas autorisé à prendre part à une autre compétition ou combat pour une période d'au moins 1 mois après le KO. Cela doit figurer au PV de manifestation.

Une période d'interruption signifie que le compétiteur ne peut prendre part à aucune compétition quelle que soit la discipline. Les périodes d'interruption sont des « périodes minimum » et ne peuvent être annulées même si le scanner de la tête ne montre pas de blessure.

L'arbitre dira au superviseur d'inscrire KO ou RSC ou RSC-H sur leurs feuilles de score, lorsque le combat aura été stoppé suite à un coup à la tête empêchant le compétiteur de continuer à combattre.

Le superviseur du ring devra inscrire la même chose sur le passeport sportif du compétiteur.

SAISON 2026-2027

ARTS MARTIAUX
VIETNAMIENS
FFK

39, Rue Barbès 92120 MONTROUGE
ffkarate.fr