ARTS MARTIAUX
SUD-EST ASIATIQUE
FFK

ANNEXE C

RÈGLEMENTATION SPORTIVE
NABAN CONTRÔLÉ
« LUTTE BIRMANE – THAING BANDO »

ffkarate.fr

SAISON 2026-2027

ANNEXE REGLEMENT AMSEA

ANNEXE C

RÈGLEMENTATION SPORTIVE
NABAN CONTRÔLÉ
« Lutte Birmane — Thaing Bando »

Table des matières

1. Participation à la compétition 4
2. L'assaut de Naban Contrôlé 4
Durée des assauts 4
Appel des compétiteurs 5
3. Tenues vestimentaires 5
Pour les officiels, arbitres et juges 5
Pour les compétiteurs 5
Pour le coach 5
4. Protections et hygiène des compétiteurs 5
5. Les inscriptions, la pesée et les catégories 6
La pesée 6
6. Les aires de compétition et la sécurité 7
Gestion des sorties d'aire 7
7. Matériel par aire de compétition 7
8. Le coach 7
9. L'arbitrage 9
L'arbitre central 9
Les juges 9
Chronométreur et speaker 9
Responsable de l'arbitrage 9
10. Le responsable de l'organisation 10
11. Avertissements, pénalités et échelle des sanctions 11
Les remontrances 11
Les avertissements / pénalités 11
La disqualification 11
12. Assistance médicale 11
13. Déroulement de la compétition et salut 11
14. Techniques autorisées et comptabilisation des points 13
15. Techniques et actes interdits 13
16. Les différentes possibilités de victoire 15
Victoire aux points (W.P) 15
Victoire par abandon (RET) 15
Victoire par arrêt de l'arbitre (R.S.C.) 15
Victoire pour blessure 15
Victoire par disqualification (DISQ) 15
Victoire par forfait (W.O.) 15
Modification des décisions 15
17. Antidopage 15
18. Nationalité du compétiteur 15
19. Dispositions diverses 16

Signes religieux 16
Modification du règlement 16
Rédaction non genrée 16
ANNEXE — Catégories de poids et d'âge 17
Pupilles à juniors (assaut) 17
Séniors et vétérans (41-50 ans) — assaut 17

1. Participation à la compétition

La compétition de Naban Contrôlé est une compétition individuelle :

- ▷ Organisée par la Fédération Française de Karaté et Disciplines Associées (FFKDA) ;
- ▷ Ouverte aux compétiteurs de nationalité française ou étrangère munis d'une licence fédérale FFKDA de la saison en cours, prise dans un club affilié ;
- ▷ Prenant en compte l'âge, le sexe et le poids du compétiteur — la mixité est interdite et les surclassements d'âge sont interdits ;
- ▷ Concernant les catégories : poussin(ne)s, benjamin(e)s, minimes, cadet(te)s, junior(e)s, séniors et vétérans ;
- ▷ Se déroulant sous forme d'assauts au sol débutant genou à terre ou allongé, à l'exclusion de toute percussion.

Types de compétitions :

- ▷ Coupe ou Open de France : ouvert aux compétiteurs munis d'une licence FFKDA de la saison en cours. La compétition se déroule par tableaux éliminatoires avec repêchage (système de poule si moins de 4 participants dans une catégorie).
- ▷ Championnat de France : ouvert aux compétiteurs de nationalité française munis d'une licence FFKDA de la saison en cours. Le titre de Champion de France ne peut être décerné que si le compétiteur a disputé au moins un combat.
- ▷ Les organes déconcentrés de la FFKDA (ligues, comités départementaux) sont habilités à organiser des compétitions régionales ou départementales de Naban Contrôlé, en conformité avec la présente réglementation.

Lors des coupes de France se déroulant sur deux jours, si le programme prévisionnel indique plus de 9 heures de compétition par aire et par jour, la durée ou le nombre de rounds peut être réduit, sur décision conjointe du responsable de la commission sportive concernée, du responsable de l'arbitrage et de la direction technique nationale.

La FFKDA autorise un maximum de 10 luttes par jour et par compétiteur lors des compétitions nationales relevant de son autorité.

2. L'assaut de Naban Contrôlé

Le Naban Contrôlé (« Naban » = lutte birmane, discipline issue du Thaing Bando et de la Boxe Birmane / Lethwei) est une discipline de lutte au sol de la FFKDA. Le combat débute au sol : les techniques de préhension, de contrôle et de soumission sont recherchées avec progressivité et contrôle, l'objectif étant leur comptabilisation par l'arbitre plutôt que l'abandon forcé de l'adversaire. Aucune percussion, debout ou au sol, n'est autorisée. L'arbitre central est garant de la sécurité des compétiteurs et du dynamisme de l'assaut.

Le compétiteur peut :

- ▷ Rechercher l'amenée au sol de son adversaire ;
- ▷ Lutter au sol et prendre des positions de contrôle (montée, montée arrière, contrôle du dos, genou poitrine/estomac) ;
- ▷ Se relever et reprendre la lutte debout, la rencontre se poursuivant de façon continue autant que possible ;
- ▷ Réaliser un renversement ou une technique de soumission autorisée.

Durée des assauts

La durée réglementaire des assauts est la suivante :

- ▷ Poussin(ne)s à cadet(te)s inclus : 1 round de 2 minutes ; en l'absence de vainqueur à l'issue du round, une reprise additionnelle d'1 minute est disputée. En l'absence de vainqueur à l'issue de cette reprise, la décision revient à l'arbitre et aux juges.
- ▷ Junior(e)s, séniors, vétérans : 1 round de 3 minutes ; en l'absence de vainqueur, une reprise additionnelle de 3 minutes est disputée. En l'absence de vainqueur à l'issue de cette reprise, la décision revient à l'arbitre et aux juges.

Le temps de récupération entre deux combats est au minimum de 10 minutes en éliminatoires et de 15 minutes avant les finales, ce délai pouvant être réduit à la demande des deux compétiteurs.

Appel des compétiteurs

- ▷ Après trois appels (à une minute d'intervalle), si un compétiteur ne se présente pas sur l'aire de combat, le responsable de surface fait démarrer le chronomètre. Le compétiteur en retard, ou se présentant sans son équipement réglementaire, se voit attribuer une pénalité avant le début de la rencontre.
- ▷ Si le compétiteur ne se présente pas dans un délai de deux minutes après le déclenchement du chronomètre, son adversaire est déclaré vainqueur par forfait.

3. Tenues vestimentaires

Pour les officiels, arbitres et juges

Tous les représentants fédéraux à la compétition portent la tenue officielle de rigueur : soit la tenue traditionnelle du Naban (pantalon rouge, haut blanc, chaussures de sport), soit la tenue officielle FFKDA (pantalon noir — jean interdit —, polo officiel, chaussures de sport noires).

- ▷ Port des gants chirurgicaux obligatoire pour l'arbitre central (fournis par l'organisateur) ;
- ▷ Ongles coupés courts, aucun bijou ni objet susceptible de blesser un compétiteur (bague, montre, collier, téléphone…) ;
- ▷ Les juges peuvent porter des lunettes de vue ainsi qu'une veste neutre et noire en cas de froid dans la salle — l'arbitre central ne peut porter de lunettes, les lentilles de contact étant autorisées.

Pour les compétiteurs

La tenue sportive du compétiteur doit être décente, ajustée et propre, et se compose de :

- ▷ Un t-shirt ajusté au corps (type rashguard), à manches longues ou courtes, ou un kimono de judo ;
- ▷ Un short ou un pantalon sans fermeture éclair, bouton ou poche apparents ; les compétitrices peuvent porter un legging sous le short ;
- ▷ Pour les féminines : le port du débardeur ou d'une brassière est également autorisé.

Seuls sont autorisés sur la tenue : l'insigne de la discipline (Bando, Banshay, Lethwei, Naban, Cakkabyuha, Thaing et leurs composantes) et le logo du club. Toute autre publicité est interdite. Aucun accessoire n'est autorisé lors de la remise des récompenses, la tenue réglementaire devant être portée à cette occasion.

Pour le coach

Le coach doit porter des chaussures de sport, un survêtement complet (pantalon et veste ou tee-shirt selon la météo), neutre ou à l'effigie du club représenté, sans couvre-chef. À défaut, il n'est pas autorisé à officier auprès de son compétiteur.

4. Protections et hygiène des compétiteurs

Contrairement aux disciplines de percussion de la FFKDA, le Naban Contrôlé ne requiert pas de protections de frappe (mitaines, casque, protège-tibias). Sont en revanche obligatoires ou autorisées :

- ▷ Le protège-dents personnel, obligatoire pour toutes les catégories d'âge — en caoutchouc/plastique souple, permettant une respiration libre ; son usage sur un appareil dentaire n'est autorisé que sur certificat d'un dentiste ;
- ▷ La coquille, pour la catégorie masculine ; les coques de poitrine, pour les féminines ;
- ▷ Les protège-oreilles ou casque de lutte, à titre facultatif.

Sont interdits : les chaussures de lutte, l'usage de vaseline, graisse, huile ou tout produit dangereux pour l'adversaire sur le visage, les bras ou toute autre partie du corps.

Le compétiteur doit se présenter en tenue complète, hygiène et propreté irréprochables : cheveux longs attachés (élastique uniquement), ongles des mains et des pieds coupés courts, aucun objet personnel (chaîne, boucle d'oreille, montre, piercing…). La barbe doit être taillée à 3 cm maximum.

5. Les inscriptions, la pesée et les catégories

Chaque catégorie est définie et organisée par âge, sexe et poids. Les compétiteurs s'inscrivent par l'intermédiaire de leur club auprès du service compétition de la FFKDA, selon les modalités en vigueur sur le site fédéral. Un droit d'engagement non remboursable est versé par le club afin de limiter les désistements abusifs.

- ▷ La licence FFKDA de la saison en cours est obligatoire ;
- ▷ Le passeport sportif FFKDA, avec photographie, est obligatoire ;
- ▷ Un certificat médical de non contre-indication à la pratique du Naban Contrôlé en compétition, conforme à la réglementation médicale FFKDA, datant de moins d'un an, est obligatoire ;
- ▷ Les mineurs doivent présenter une autorisation parentale de pratique et de soins (modèle fédéral) téléchargeable sur le site de la FFKDA.

Le contrôle des documents obligatoires (pièce d'identité, licence, autorisation parentale le cas échéant, certificat médical) s'effectue au moment de la pesée. Tout compétiteur ne pouvant présenter les documents requis ne pourra participer à la compétition. Un compétiteur ne sera pas autorisé à combattre s'il présente un pansement sur une plaie, une coupure ou une blessure sanglante à la tête ou au visage, nez et oreilles compris.

La pesée

- ▷ Les compétiteurs sont pesés la veille et/ou le matin de la compétition, une seule fois officiellement ; le poids enregistré est définitif ;
- ▷ Un compétiteur n'ayant pas atteint son poids peut se représenter au maximum 15 minutes avant la fin de la pesée officielle ; à défaut, il est disqualifié ;
- ▷ Le poids est celui affiché par la balance (mécanique ou électronique), le compétiteur déshabillé, en short ou en sous-vêtements ;
- ▷ Tolérance de poids : 1 kg (200 g de tolérance balance inclus) pour les catégories poussins à cadets inclus ; 200 g pour les juniors, séniors et vétérans.

Les catégories peuvent être regroupées le jour de la compétition selon le nombre d'inscrits.

6. Les aires de compétition et la sécurité

Les assauts se déroulent sur une aire de compétition homologuée par la FFKDA, plane et exempte de tout danger apparent, constituée de tapis d'arts martiaux absorbant suffisamment les chutes (épaisseur minimale 4 cm).

- ▷ Aire carrée : minimum 6 m × 6 m, maximum 10 m × 10 m, entourée d'une bande de sécurité d'un mètre minimum, de couleur différente. Pour les plus jeunes (poussin(ne)s à benjamin(e)s), l'aire peut être réduite à 4 m × 4 m minimum ;
- ▷ Aire alternative : praticable carré ou octogonal de 12 m × 12 m, incluant une surface circulaire de 7 m de diamètre entourée d'un anneau de sécurité d'1 m de large ;
- ▷ Au centre de l'aire, deux bandes adhésives de 50 cm, parallèles et séparées d'1 m, marquent l'emplacement de départ de chaque compétiteur ;
- ▷ L'aire est installée à 1,5 m minimum de tout obstacle (mur, chaise, barrière, public…).

Gestion des sorties d'aire

- ▷ Lorsque les 2/3 du corps des deux compétiteurs sont en dehors de l'aire, en position stabilisée au sol, l'arbitre arrête le combat, note la position de chaque compétiteur et le reprend au centre de l'aire dans les mêmes positions ;
- ▷ Lorsque les 2/3 du corps des deux compétiteurs sont en dehors de l'aire, debout ou en position non stabilisée au sol, l'arbitre arrête le combat et le reprend debout, au centre de l'aire ;
- ▷ Un compétiteur en position de soumettre dans la zone de sécurité n'est pas interrompu par l'arbitre ;
- ▷ Si l'adversaire d'un compétiteur en position de soumission se déplace hors de la zone de sécurité pour se défendre, l'arbitre arrête et reprend le combat au centre, debout ; le compétiteur étant sorti reçoit un avertissement ;
- ▷ Si un compétiteur stabilise une position marquant un point en zone de sécurité, l'arbitre attend, autant que possible, 3 secondes de stabilisation avant d'arrêter le combat et d'accorder le point ;
- ▷ Tout mouvement dépassant l'aire de sécurité doit être stoppé, les compétiteurs étant replacés au centre, debout. Aucun point n'est accordé si la poursuite du combat hors de l'aire résulte d'un mouvement du compétiteur en position de soumettre.

7. Matériel par aire de compétition

L'organisateur fournit, pour chaque aire de compétition :

- ▷ Des balances mécaniques ou électroniques (minimum deux) ;
- ▷ 5 chaises pour l'aire de compétition (une par juge, une par coach de chaque compétiteur) ;
- ▷ 1 table et pupitre (marqueur et chronométreur) avec 2 chaises ;
- ▷ Un amplificateur avec un nombre suffisant de microphones ;
- ▷ Du matériel informatique de gestion des combats (ordinateur, écran, souris) ;
- ▷ 1 chronomètre, 1 gong, un affichage adéquat du temps et du numéro de l'assaut en cours ;
- ▷ 3 drapeaux rouges et 3 drapeaux bleus, une boîte de gants hygiéniques, une petite poubelle, des équipements pour nettoyer et sécher le sol ;
- ▷ Les tableaux de combat et le présent règlement de compétition.

Une buvette (thé, café, boissons sans alcool a minima) est prévue par l'organisateur — non autorisée dans les gymnases de la ville de Paris.

8. Le coach

Chaque compétiteur a droit à un seul coach dans son coin, licencié et titulaire au minimum du BMF2 (ou diplôme fédéral équivalent), muni de l'accréditation délivrée à l'enregistrement.

- ▷ Seul le coach accrédité a accès à l'aire de compétition ; il salue le corps arbitral à son arrivée puis reste assis, à proximité de son compétiteur, pendant toute la durée de l'assaut ;
- ▷ Seul le coach peut s'adresser à son compétiteur, dans le respect de l'éthique sportive, et uniquement pendant les temps de pause entre les reprises ; aucun conseil, assistance ou encouragement ne peut être donné pendant le déroulement du round, sous peine d'avertissement ou de disqualification du coach et/ou du compétiteur ;
- ▷ Il est responsable du comportement de son compétiteur et doit adopter une attitude exemplaire envers l'adversaire, l'arbitre, les juges et l'organisation ; il ne peut ni filmer ni photographier depuis le coin ;
- ▷ Un coach retiré du coin par l'arbitre n'officie plus pour le reste de la session (ou du tournoi selon la gravité) et doit quitter la salle de compétition, sauf installation en tribune ;
- ▷ Réclamation : le coach peut déposer une réclamation écrite auprès du responsable de surface dans la minute suivant la décision contestée ; celle-ci ne peut porter que sur l'application du règlement, jamais sur le jugement des officiels.

9. L'arbitrage

Pour tous les juges et arbitres, l'utilisation du téléphone portable est strictement interdite pendant qu'ils officient. Les personnes en charge de l'arbitrage ou du jugement ne peuvent, au cours de la même compétition, agir comme coach, manager ou soigneur, ni officier sur un assaut impliquant un athlète de leur propre club.

L'arbitre central

Le respect de l'intégrité physique du compétiteur est sa première préoccupation. Il est chargé de :

- ▷ Diriger les assauts, y compris les annonces et commandements de début, de suspension et de fin de combat ;
- ▷ Veiller au respect des règles de compétition et préserver l'intégrité physique des compétiteurs ;
- ▷ Intervenir à tout moment, dès qu'il le juge nécessaire ;
- ▷ Vérifier la tenue des compétiteurs ;
- ▷ Attribuer les points, remarques, pénalités ou avertissements ;
- ▷ Demander l'avis des juges à la fin de chaque round et sur les phases litigieuses (règle du « vu/non vu » et « régulier/non régulier ») ;
- ▷ Recueillir et vérifier les feuilles de score des trois juges à l'issue de l'assaut, puis les remettre au responsable de surface ;
- ▷ Annoncer et désigner le vainqueur, en levant la main du compétiteur victorieux, uniquement après l'annonce officielle du résultat.

Il utilise trois commandements : « PRÊT » (préparation), « LUTTEZ » (reprise du combat) et « STOP » (arrêt du combat).

Les juges

L'arbitre central est assisté de trois juges, assis à l'écart du public, immédiatement adjacents à l'aire de combat, à l'écart les uns des autres afin d'assurer la couverture visuelle la plus complète. Chaque juge :

- ▷ Considère de manière indépendante, impartiale et objective les mérites des deux compétiteurs ;
- ▷ Ne s'adresse, pendant l'assaut, à personne d'autre qu'à l'arbitre central ;
- ▷ Note le nombre de points accordés à chaque compétiteur sur sa feuille de scores immédiatement à l'issue de chaque round ;
- ▷ Totalise les points, désigne le vainqueur et signe sa feuille en fin d'assaut, sans devoir justifier son jugement ;
- ▷ Ne quitte pas son siège avant l'annonce du verdict au public.

Symboles du bulletin de jugement : R (remontrance), W (avertissement/pénalité), W.P (victoire aux points), DISQ (disqualification), RET (abandon), R.S.C (arrêt de l'arbitre), Out Class (insuffisance technique), W.O (forfait), N.C (non-résultat).

Chronométreur et speaker

Le chronométreur surveille le nombre et la durée des rounds ainsi que les temps de pause (1 minute), sonne le gong en début et fin de round, et décompte le temps lors des arrêts temporaires. Le speaker annonce le nom, le club, la ligue, le poids et le coin de chaque compétiteur, fait libérer l'aire avant chaque round (« coach dehors »), annonce le début et la fin de chaque round ainsi que le résultat du combat.

Responsable de l'arbitrage

Un responsable de l'arbitrage, juge-arbitre de niveau national, est désigné par le superviseur général de la manifestation. Il est chargé de :

- ▷ Désigner les arbitres et juges et les répartir sur les aires de compétition ;
- ▷ Superviser et coordonner l'ensemble des prestations d'arbitrage et de jugement ;
- ▷ Contrôler la conformité des aires, la présence du staff médical et les documents fédéraux des compétiteurs ;

- ▷ Résoudre tout cas technique non prévu par le présent règlement et intervenir en cas de non-respect de la réglementation ;
- ▷ Organiser une réunion explicative du règlement à destination des coachs avant la compétition ;
- ▷ Rendre un rapport officiel final sur la compétition.

La commission des juges et arbitres de la FFKDA peut suspendre, temporairement ou définitivement, tout arbitre pour un problème de comportement ou un niveau d'arbitrage insuffisant.

10. Le responsable de l'organisation

Un responsable de l'organisation, sous l'autorité du superviseur général de la manifestation, est chargé de :

- ▷ Assurer la bonne préparation de la compétition en concertation avec la commission sportive ;
- ▷ Aménager les aires de compétition, l'approvisionnement et le déploiement des équipements nécessaires ;
- ▷ Prévoir les espaces d'enregistrement, d'assistance médicale et de contrôle antidopage (salle équipée d'un point d'eau) ;
- ▷ Veiller à la vérification des documents fédéraux des compétiteurs et contrôler la pesée ;
- ▷ Répartir les documents de tirage sur les tables des officiels et les récupérer en fin de rencontre ; il est seul habilité à modifier les listes officielles de tirage ;
- ▷ Superviser le déroulement des compétitions et prendre les mesures nécessaires à la sécurité de tous ;
- ▷ Traiter les réclamations en première instance et, en cas de désaccord, transmettre au superviseur général.

Le lieu d'accueil d'une Coupe de France doit recevoir au minimum 300 spectateurs assis, disposer de 2 à 10 aires, d'un espace d'échauffement, d'un espace de pesée, de zones officielles, de vestiaires et d'une salle de contrôle antidopage. Pour une compétition régionale, la jauge minimale est de 200 spectateurs assis et de 2 à 8 aires, les autres exigences étant identiques.

11. Avertissements, pénalités et échelle des sanctions

L'échelle des sanctions comporte trois niveaux, sur le modèle des réglementations sportives de la FFKDA :

Les remontrances

Pour toute faute bénigne n'ayant pas d'incidence sur le potentiel de victoire de l'adversaire, l'arbitre peut adresser une remontrance verbale au compétiteur, sans arrêter le combat et sans incidence sur le résultat.

Les avertissements / pénalités

Si un compétiteur transgresse les règles sans que la faute justifie une disqualification, l'arbitre arrête l'assaut et donne un avertissement, en désignant clairement le compétiteur sanctionné (signe à l'index, bras tendu) et en annonçant la faute à voix haute et par geste aux juges.

- ▷ Chaque avertissement officiel de l'arbitre entraîne 3 points négatifs pour le compétiteur sanctionné ;
- ▷ Le compétiteur en retard à l'appel, ou se présentant sans équipement réglementaire, reçoit un point négatif avant le début de la rencontre ;
- ▷ L'arbitre n'est pas tenu de respecter une hiérarchie stricte et peut cumuler plusieurs pénalités simultanément.

La disqualification

Elle est prononcée par l'arbitre, après accord des juges, dans les cas suivants : refus d'obéir immédiatement aux ordres de l'arbitre ; comportement offensif ou agressif envers l'arbitre ou l'adversaire ; usage d'une technique interdite ; comportement antisportif grave ou mettant en danger la sécurité de l'adversaire. Un coach ou soigneur ayant transgressé les règles peut également être disqualifié, de même que son compétiteur en cas de refus d'obéissance. Si les deux compétiteurs sont fautifs, ils peuvent être disqualifiés conjointement.

Un compétiteur disqualifié ne peut recevoir aucune récompense (médaille, trophée, titre ou grade) au titre de la compétition durant laquelle il a été disqualifié.

12. Assistance médicale

La présence d'un médecin est obligatoire pour toute compétition de Naban Contrôlé ; il ne quitte pas sa place avant la fin du dernier assaut et utilise des gants chirurgicaux lors de ses interventions. Une équipe médicale disposant de matériel, de médecins et de techniciens suffisants pour une intervention sécurisée et rapide est mise en place par l'organisateur, conformément à la réglementation médicale FFKDA. La présence supplémentaire d'une équipe de secours civile est requise à partir de 1 500 spectateurs.

- ▷ Le médecin n'intervient sur l'aire qu'à l'appel de l'arbitre central et dispose d'un délai maximal de deux minutes pour décider du traitement d'une blessure ;
- ▷ Il examine tout compétiteur mis hors de combat à la suite d'une soumission, d'une chute ou d'une perte de conscience ; toute reprise du combat après perte de conscience est soumise à son avis ;
- ▷ Il autorise ou non la poursuite de l'assaut et peut demander l'arrêt du combat pour blessure, crampe invalidante, saignement persistant après deux interventions, ou incapacité physique avérée ;
- ▷ Il signale au responsable de l'organisation tout compétiteur suspecté d'être sous l'emprise d'un produit prohibé ;
- ▷ Il établit, en fin de compétition, un rapport médical destiné au médecin fédéral.

Si un compétiteur demeure inconscient, seuls l'arbitre et le médecin en charge restent autorisés sur l'aire, sauf besoin d'assistance supplémentaire. Les procédures post-KO et post-arrêt médical suivent le règlement médical général de la FFKDA.

13. Déroulement de la compétition et salut

L'arbitre central et les juges se positionnent avant le début de l'assaut. L'attribution des coins se fait par tirage au sort à la table officielle ; le premier compétiteur appelé occupe le coin rouge. Les compétiteurs se placent dos à dos, à un mètre l'un de l'autre, avant le début du combat.

Le salut de Bando Naban, obligatoire, s'effectue à l'arrivée sur l'aire de combat envers les officiels puis envers l'adversaire, avant le premier round et après l'annonce de la décision finale. Le salut entre les rounds est interdit. Avant de débuter la lutte, les compétiteurs peuvent se toucher les mains en signe de rivalité amicale et sportive.

C'est le devoir de l'arbitre de démarrer et, s'il le juge nécessaire, d'interrompre le combat, en s'assurant que les compétiteurs puissent maintenir au mieux leur position lors d'un arrêt et que le combat se poursuive dans l'aire réglementaire.

Il est du devoir de l'arbitre de s'assurer que les athlètes peuvent poursuivre le combat en toute sécurité dans la zone de combat, en application des règles de gestion de sortie d'aire décrites à l'article 6.

14. Techniques autorisées et comptabilisation des points

Le règlement est établi selon le principe du « point fighting » : chaque technique validée par l'arbitre vaut 1 point. Il ne peut y avoir deux comptes d'affilée de points sur la même prise ou le même mouvement. Après validation d'une technique, l'arbitre commande « lâchez, luttez » et les compétiteurs enchaînent sous son commandement.

Techniques comptabilisées (1 point chacune) :

- ▷ L'amenée au sol : lorsqu'un compétiteur force son adversaire, initialement debout, à venir au sol sur le dos, le côté ou en position assise ;
- ▷ Le contrôle en montée : être à cheval sur son adversaire ;
- ▷ Le contrôle en montée arrière : être au-dessus de l'adversaire, assis sur son torse, sans demi-garde, genoux ou genou/pied au sol, en faisant face à l'adversaire (un bras peut être placé sous une jambe de l'adversaire) ;
- ▷ Le contrôle du dos : talons placés entre les cuisses de l'adversaire (un bras de l'adversaire peut être sous une jambe, sans dépasser la ligne d'épaule) ;
- ▷ Le contrôle genou poitrine ou estomac : genou posé sur la poitrine, le ventre ou les côtes de l'adversaire allongé, jambe tendue, pied au sol, face à l'adversaire ;
- ▷ Le renversement : lorsque le compétiteur du dessous, avec l'adversaire dans sa garde ou demi-garde, inverse la position et force l'adversaire du dessus à se retrouver en dessous ;
- ▷ Les soumissions autorisées, portées avec contrôle et progressivité.

Chaque position de contrôle doit être maintenue 3 secondes pour être comptabilisée. Si un compétiteur souffre d'une technique de soumission, il doit se manifester immédiatement pour en réclamer l'arrêt, par un signe (frappe au sol/sur l'adversaire avec un membre) ou oralement (« tape », « stop »).

15. Techniques et actes interdits

Techniques strictement interdites, entraînant la disqualification de leur auteur :

- ▷ Toutes frappes, debout ou au sol ;
- ▷ Le slam (projection avec chute contrôlée de l'adversaire sur le dos ou la tête, en se jetant en arrière) ;
- ▷ La clé de cou, la clé de talon, la clé de nuque, la clé en rotation ;
- ▷ Les clés avec torsion des genoux, la torsion du genou (telle que définie ci-après), la torsion de cervicales ;
- ▷ La saisie des doigts et orteils, les clés sur petites articulations (doigts, orteils), la torsion des doigts ;
- ▷ La mise en extension de la colonne vertébrale ;
- ▷ L'amenée au sol en ciseaux et les ciseaux aux jambes (« kani basami ») ;
- ▷ Mettre la main ou le pied, ou pousser la tête, sur le visage de l'adversaire ;
- ▷ Projeter ou amener au sol en réalisant simultanément une clé ;
- ▷ Rechercher à projeter son adversaire sur la tête ou hors de la surface de combat.

> *Définition — Torsion du genou : placement d'une cuisse derrière la jambe de l'adversaire, mollet devant le corps au-dessus du genou, pied au-delà de la ligne médiane du corps de l'adversaire, avec pression exercée de l'extérieur vers l'intérieur, le pied de la jambe sous pression étant bloqué entre la hanche et l'aisselle (il n'est pas nécessaire de tenir le pied pour que celui-ci soit considéré comme bloqué ; en position debout, un pied portant le poids du corps est également considéré comme bloqué).*

Comportements interdits :

- ▷ Langage grossier ; parler pendant le combat à son adversaire, son coach ou l'entourage ;
- ▷ Cracher, mordre, percuter ou marcher sur l'adversaire ;
- ▷ Saisir la tenue de son adversaire ;
- ▷ Maintenir une jambe ou un segment corporel sans réaliser d'action sportive ;
- ▷ Désobéir aux injonctions de l'arbitre ou agir après le gong ou le « stop » de l'arbitre ;

▷ Ne pas défendre ses chances, faire de l'anti-jeu (sortie d'aire volontaire, verrouillage systématique), ou toute action non sportive portant atteinte à l'intégrité physique ou morale de l'adversaire.

16. Les différentes possibilités de victoire

Victoire aux points (W.P)

À l'issue de l'assaut, le compétiteur ayant obtenu la décision de la majorité (ou de l'unanimité) des juges est déclaré vainqueur.

Victoire par abandon (RET)

Un compétiteur est déclaré vainqueur lorsque son adversaire abandonne volontairement après une minute de pause entre rounds, tape deux fois de la main sur l'adversaire, sur le sol ou sur lui-même, tape deux fois du pied lorsque ses bras sont contrôlés, se retire verbalement en demandant l'arrêt du combat, ou crie/émet des sons exprimant la douleur.

Victoire par arrêt de l'arbitre (R.S.C.)

L'arbitre peut arrêter l'assaut lorsqu'un compétiteur est inapte à poursuivre, en cas de faute technique grave d'un ou des deux compétiteurs, ou en cas de perte de conscience survenue lors d'une prise légale ou d'un accident non imputable à une manœuvre illégale de l'adversaire — dans ce dernier cas l'adversaire est déclaré vainqueur.

Victoire pour blessure

Si l'arbitre juge un compétiteur inapte à poursuivre en raison d'une blessure, il arrête l'assaut et déclare l'adversaire vainqueur, après consultation éventuelle du médecin dont l'avis est suivi. Cela s'applique notamment en cas de crampe invalidante, de risque sérieux de blessure identifié par l'arbitre, d'incapacité constatée par le médecin suite à une prise légale, de saignement persistant après deux interventions médicales, ou de perte de contrôle des fonctions basiques du corps. Un compétiteur perdant conscience à la suite d'un traumatisme crânien ne peut poursuivre la compétition et doit être pris en charge par l'équipe médicale.

Victoire par disqualification (DISQ)

Si un compétiteur est disqualifié, son adversaire est déclaré vainqueur. Si les deux sont disqualifiés, la décision est annoncée en conséquence. Un compétiteur disqualifié ne peut recevoir aucune récompense au titre de la compétition.

Victoire par forfait (W.O.)

Lorsqu'un compétiteur, présent et prêt à combattre, voit son adversaire ne pas se présenter après appel au haut-parleur : après deux minutes, le gong retentit et l'arbitre déclare le compétiteur présent vainqueur par forfait ; les juges complètent leurs feuilles de score en conséquence.

Modification des décisions

Toutes les décisions publiques sont définitives, sauf découverte d'une erreur de calcul des points, déclaration d'erreur d'un juge, ou violation avérée du présent règlement. Toute contestation est traitée en première instance par le responsable de surface avec le coach ; en cas de désaccord, elle est portée devant le superviseur général sur formulaire fédéral, rempli immédiatement par le coach. Aucune vidéo n'est recevable à l'appui d'une contestation, quelle qu'en soit la forme.

17. Antidopage

La FFKDA applique sa réglementation en matière de lutte contre le dopage ; chaque compétiteur est tenu de la respecter, en compétition comme en dehors. Tout compétiteur refusant de se soumettre à un examen médical ou à un contrôle antidopage avant ou après un assaut peut être immédiatement disqualifié ou suspendu, dans l'attente de sa comparution devant la commission disciplinaire compétente.

18. Nationalité du compétiteur

Pour participer aux compétitions organisées par la FFKDA (échelons régional et national), les compétiteurs n'ont pas l'obligation de posséder la nationalité française, sauf dispositions particulières propres à certaines compétitions (ex. Championnat de France).

19. Dispositions diverses

Signes religieux

Aucun signe ostentatoire et/ou pratique en lien avec une religion n'est autorisé dans les enceintes de pratique sportive et compétitive.

Modification du règlement

Le présent règlement constitue la réglementation officielle applicable aux compétitions de Naban Contrôlé placées sous l'égide de la FFKDA. Son application est de la responsabilité des représentants officiellement désignés par la fédération.

Rédaction non genrée

Pour faciliter la lecture, le pronom masculin est utilisé dans le présent document ; toutes les références aux personnes s'appliquent indifféremment aux deux genres.

ANNEXE — Catégories de poids et d'âge

Un licencié reste dans la même catégorie d'âge pendant toute la saison sportive (du 1er septembre au 31 août), même s'il change de tranche d'âge en cours de saison.

Pupilles à juniors (assaut)

Pupilles M/F 8-9 ans	Benjamin M/F 10-11 ans	Minime Fille 12-13 ans	Minime Garçon 12-13 ans
-18kg	-23kg	-28kg	-28kg
-23kg	-28kg	-32kg	-32kg
-28kg	-32kg	-37kg	-37kg
-32kg	-37kg	-42kg	-42kg
-37kg	-42kg	-46kg	-47kg
-42kg	-47kg	-50kg	-52kg
-47kg	-52kg	-55kg	-57kg
+47kg	+52kg	-60kg	-63kg
		+60kg	-69kg
			+69kg

Cadette 14-15 ans	Cadet 14-15 ans	Junior Fém. 16-17 ans	Junior Masc. 16-17 ans
-37kg	-37kg	-45kg	-45kg
-42kg	-42kg	-48kg	-48kg
-46kg	-47kg	-51kg	-51kg
-50kg	-52kg	-54kg	-54kg
-55kg	-57kg	-57kg	-57kg
-60kg	-63kg	-60kg	-60kg
-65kg	-69kg	-63,5kg	-63,5kg
+65kg	-74kg	-67kg	-67kg
		-71kg	-71kg
		-75kg	
		-81kg	
		-86kg	
		+86kg	

Séniors et vétérans (41-50 ans) — assaut

Sénior & Vétéran Féminine 41-50 ans	Sénior & Vétéran Masculin 41-50 ans
-50kg	-57kg
-55kg	-63kg
-60kg	-69kg
-65kg	-74kg
-70kg	-79kg
+70kg	-84kg
	-89kg
	-94kg
	+94kg

SAISON 2026-2027

ARTS MARTIAUX
SUD-EST ASIATIQUE
FFK

39, Rue Barbès 92120 MONTROUGE
ffkarate.fr