



REGOLAMENTO

Semi Contact Point

WMFK Regolamento Semi Contact Point

1. Definizione

Il **Semi Contact Point** è uno sport di combattimento in cui due atleti competono con l'obiettivo di realizzare il punteggio più alto entro la fine dell'incontro.

I punti validi sono quelli messi a segno usando tecniche ammesse per colpire le zone consentite. Le tecniche sono limitate a calci e pugni a contatto leggero.

Le tecniche di Semi Contact Point devono essere eseguite colpendo con colpi secchi.

Ad ogni punto valido o infrazione, l'arbitro centrale ferma il combattimento e, contemporaneamente all' assistente, indica con la mano il segnale di punto o penalità. La decisione verrà registrata al tavolo di giuria e sul tabellone del punteggio.

Nel settore delle cinture nere, l'arbitraggio prevede un' arbitro e due giudici e le decisioni verranno prese a maggioranza.

2. Regole dell'Incontro

Ogni incontro verrà svolto su una superficie antiscivolo di 7 mt per 7 mt – in casi speciali la misura si può portare a mt 6 x mt 6 (Tatami). Ci sarà un solo arbitro centrale ed un assistente. L'arbitro centrale resterà al centro di fronte al tavolo e l'assistente si sistema di fronte all'arbitro centrale. Ci sarà un arbitro al tavolo e un arbitro di vigilanza che saranno seduti al tavolo del punteggio l'uno accanto all'altro. Ogni incontro avrà una durata di 2 round di 2 minuti ciascuno (si ricorda che ciò è valido solo per le cinture nere, per tutte le altre categorie, la durata dell'incontro sarà di 1 round di 3 minuti).

Incontri a squadre

- Gli incontri **senior** saranno disputati sulla distanza di un round da 3 minuti.
- Gli incontri **junior** saranno disputati sulla distanza di un round da 2 minuti.

Le squadre dovranno essere formate da 3 atleti. Se una squadra ha conseguito 2 vittorie, l'incontro si considererà terminato.

Competizioni OPEN

Nelle competizioni "OPEN" gli incontri, nelle fasi eliminatorie, saranno disputati sulla distanza di 1 round da 3 minuti. Nelle finali, di 2 round da 2 minuti.

Ad ogni atleta sarà permesso che un Coach resti ai bordi del tatami.

Ogni incontro avrà inizio con gli atleti che si inchinano uno di fronte all'altro toccandosi i guantoni ed inizieranno l'incontro al comando dell'arbitro di "fight".

Durante ogni sosta, entrambi gli atleti devono ritornare in linea di partenza e aspettare direttive dall'arbitro. Questa regola si deve rispettare anche quando un atleta deve mettere a posto le proprie protezioni o quando l'avversario è ferito.

Il tempo può essere fermato solo dall'arbitro centrale e lo farà quando lo riterrà opportuno. Il tempo non verrà fermato per assegnare i punti, ma sarà fermato per avvisi e penalità.

Il vincitore sarà l'atleta che otterrà la maggioranza dei punti alla fine dell'incontro.

Se l'atleta riesce ad avere uno scarto di 10 punti, in qualsiasi momento dell'incontro, l'incontro stesso, sarà terminato e sarà assegnata la vittoria.

Nel caso di un punteggio pari, ci sarà un ulteriore round di 30 secondi e se la parità si protrarrà, si andrà al primo punto segnato per vincere. (*prima tecnica*)

L'incontro si conclude con l'arbitro centrale che annuncia il punteggio alzando, verso l'alto, la mano dell'atleta vincente. Quindi i due atleti si saluteranno toccandosi i guanti e uscendo dall'area di gara.

3. Controllo Atleti e Protezioni

Tutti gli atleti verranno controllati, prima della competizione, dallo Staff Arbitrale designato. Nessun ulteriore controllo degli atleti potrà essere richiesto, dai coach, durante la competizione.

Tutte le protezioni saranno controllate, all'inizio di ogni incontro, dagli assistenti dell'arbitro. Per qualsiasi protezione che non è idonea o è mancante, verrà richiesto di essere indossata o sostituita entro 2 minuti, altrimenti l'atleta verrà **squalificato**. Le Protezioni devono essere riconosciute dalle linee guida WMKF e considerate idonee per l'uso.

Le seguenti protezioni sono obbligatorie per tutti gli atleti di **sesso maschile**:
caschetto, paradenti, guantoni con la copertura delle dita, conchiglia, parastinchi e calzari (che coprono, interamente, dita e talloni).
 Il caschetto con griglia è facoltativo.

Le seguenti protezioni sono obbligatorie per tutti gli atleti di **sesso femminile**:
caschetto, paradenti, guantoni con la copertura delle dita, parastinchi, calzari (che coprono, interamente, dita e talloni) e *paraseno*.
 È consigliato, ma non obbligatorio, la protezione per i genitali (*para inguine*).
 Il caschetto con griglia è facoltativo.

Ogni atleta deve indossare un'uniforme in uso nel semi contact. Gli atleti possono indossare t-shirt, ma devono avere il nome o il logo delle loro scuole / nazioni, ben visibili. È vietato indossare canottiere o abbigliamento casual. Parastinchi e conchiglie devono essere indossate sotto i pantaloni, mentre il paraseno dovrà essere indossato sotto la t-shirt o la casacca. Le cinture sono obbligatorie in tutte le categorie. Per le cinture nere, non è obbligatorio ma è consigliato. Sull'uniforme da combattimento è possibile apporre loghi pubblicitari commerciali. Le misure massime consentite sono di cm 10 x 10, per un massimo di tre sponsor.

4. Regole per il Coach

Ad ogni atleta sarà permesso che un Coach resti seduto sulla sedia predisposta durante ogni incontro. Il Coach deve rimanere in silenzio durante tutta la durata del round (Si prega di notare che questo è valido solo per le categorie delle Cinture Nere). Tutti i Coach delle altre categorie, possono parlare, ma solo con i propri atleti. Qualora il Coach infrangesse qualsiasi di queste regole, il proprio atleta riceverà, immediatamente, una penalità.

Ogni Coach riceverà un "**cartellino rosso**" ad inizio di ogni incontro. Il cartellino servirà, al Coach, per chiedere lo stop dell'incontro, in quanto ha ravvisato una irregolarità da parte degli arbitri. L'incontro verrà immediatamente fermato, affinché il Coach, l'arbitro centrale e l'arbitro di vigilanza, discutano il punto. Se l'arbitro di vigilanza è d'accordo con il Coach, l'errore verrà rettificato e il "cartellino rosso" verrà restituito al coach, per poterlo utilizzare di nuovo in caso di necessità. Se l'arbitro di vigilanza è in disaccordo con il Coach, il "cartellino rosso" sarà ritirato per il resto di quell'incontro. È fondamentale riconoscere che il Coach può parlare con l'arbitro, solo dopo che il "cartellino rosso" è stato mostrato. La decisione dell'arbitro di vigilanza è sempre definitiva ed incontestabile.

Time Out (solo per le cinture nere)

Ogni coach avrà a disposizione 1 "**Time Out**" di **15 secondi** per round, in cui può parlare con il proprio atleta.

Per richiedere un **time out** devono alzarsi e fare un segno a 'T' con le mani. L'incontro verrà interrotto dall'arbitro centrale, senza che nessun atleta perda il vantaggio

(**si noti:** il 'time out' è disponibile solo per le categorie delle cinture nere.

L'assistenza del Coach è consentita nelle categorie *principianti e intermedi* e quindi non è necessaria la richiesta del "Time Out").

5. Zone da colpire consentite

Le seguenti parti del corpo possono essere attaccate utilizzando tecniche permesse:

Testa: viso, frontale, laterale, posteriore e superiore;

torso-frontale e laterale;

posteriore della gamba, sotto a metà polpaccio, laterale della gamba, sotto la caviglia.
(*queste aree possono essere colpite solo con la spazzata, sia in piedi che cadendo*)

6. Zone non consentite

Le seguenti parti del corpo non possono essere colpite:

Tutte le aree del collo, parte superiore delle spalle (clavicole), parte posteriore del tronco, sotto la cintura (ad eccezione della spazzata)

7. Tecniche consentite

Jab, pugno rovesciato, gancio, montante, taglio esterno della mano, taglio interno della mano (*nota: le uniche tecniche a mano aperta consentite sono: il taglio interno ed esterno della mano*),

Calci-frontali, laterali, calci circolari, gancio, ascia, mezzaluna, calci saltati,

(*si prega di notare che, eventuali calci aerei devono essere eseguiti senza alcuna altra parte del corpo che tocchi il pavimento e l'atleta deve ritornare a terra poggiando sui propri piedi*),

Spazzate: per aver assegnato un punto dopo una spazzata, l'avversario deve toccare terra con qualsiasi altra parte del corpo diverso dai propri piedi. Una spazzata può essere eseguita in piedi o cadendo e deve seguire una traiettoria dall'esterno verso l'interno o viceversa, rispetto alla gamba dell'avversario, prendendo contatto sotto la metà del polpaccio o al di sotto della caviglia.

Nota speciale n.1: E' possibile, qualora un atleta sia a terra per una spazzata, tentativo di spazzata o per perdita di equilibrio, colpirlo a terra. La tecnica deve essere "immediata" e l'arbitro concederà, due secondi prima di chiamare lo stop.

Nota speciale n.2: Per ottenere il punteggio, ogni tecnica deve essere eseguita all'interno dell'area di combattimento ed entrambi i piedi devono essere all'interno del Tatami.

Nel caso di una spazzata, il punteggio sarà valido anche se l'atleta non rimane sui propri piedi.

8. Azioni e tecniche non regolamentari

Non è regolamentare il pugno eseguito a mano aperta.

Tutte le tecniche di calcio o di pugno eseguite senza guardare l'avversario.

Qualsiasi tecnica diversa da quelle menzionate alla sezione 7. - Altre tecniche che hanno come obiettivo di colpire un qualsiasi bersaglio vietato richiamato al punto 6.

Spazzata - Qualsiasi spazzata sopra la metà del polpaccio.

Evitare o rifiutare di combattere. Uscire dalla zona consentita.
Comportamento antisportivo. Afferrare o tenere. Girare le spalle agli avversari senza eseguire una tecnica.

Nota speciale 1: se un atleta viene spinto fuori dal tatami nessuna penalità sarà applicata. Se un atleta ha un piede fuori del tatami non può fare punti, ma può subirne, e nessuna penalità sarà data se l'arbitro non fermerà il combattimento. Se entrambi i piedi sono fuori dal Tatami, allora l'incontro sarà fermato, nessun punteggio sarà attribuito, ma all'atleta verrà data una penalità.

Nota speciale 2: L'atleta, per essere considerato all'interno del tatami, deve avere almeno un piede sul tatami. Per conseguire un punteggio si deve avere entrambi i piedi sul tatami.

Speciale Nota 3: Se un atleta, volontariamente, esce dal tatami per evitare di combattere, l'incontro riprenderà con l'atleta che si dovrà posizionare a 1 metro dentro il tatami da dove è uscito. In ogni modo, gli verrà assegnata la penalità per l'uscita.

9. Criteri per l'assegnazione dei punti

Un punto viene assegnato quando una tecnica, consentita dal regolamento, va a contatto pulito e stabile ad un bersaglio valido. Tutte le tecniche, per essere valide, devono andare a contatto. Quelle che semplicemente sfiorano o spingono un avversario, non verranno considerate valide per il punteggio. Se un atleta effettua un salto in aria per mettere a segno una tecnica, deve atterrare con entrambi i piedi dentro il tatami e deve mantenere il suo equilibrio. Se un atleta perde l'equilibrio a causa della sua instabilità, proprio a seguito di aver messo a segno un punto, e tocca terra con qualsiasi altra parte del corpo diverso dai piedi, il punteggio non verrà assegnato (tranne per la **spazzata** effettuata con successo). Se un atleta perde l'equilibrio dopo aver messo a segno un punto a causa di una spinta o un presa, il punteggio sarà comunque assegnato.

10. Punti

1pt Tutte le tecniche di pugno a bersaglio consentito
1pt Tutte le tecniche di calcio al corpo
1pt Ogni spazzata valida
1pt Ogni tecnica valida eseguita, entro 2 secondi, dopo la spazzata
3pts Tutti i calci alla testa
2pts Tutti i calci saltati al corpo
4pts Tutti i calci saltati alla testa

11. Penalità

Quando l'arbitro dà una penalità, deve chiedere che il tempo si fermi. In primo luogo, l'arbitro centrale, deve posizionarsi di fronte all'atleta che ha commesso una irregolarità, dare la penalità e spiegare il perché. Qualsiasi penalità deve essere data a voce alta e chiara in modo che, sia l'atleta che il coach, ne comprendano le ragioni. Poi, l'arbitro centrale, dovrà rivolgersi verso l'arbitro da tavolo per fare in modo che all'atleta venga registrata la penalità sul tabellone dei punti. Le penalità potranno essere applicate durante tutti i round della gara. Affinché una penalità possa essere assegnata, la stessa deve essere segnalata dalla maggioranza degli arbitri.

Penalità agli atleti - gli atleti possono ricevere una penalità per i seguenti motivi:

tecniche vietate, colpire bersagli vietati, uscire dal tatami, voltare le spalle o colpire sotto l'altezza della vita, tecniche con le chiare intenzioni di produrre danno all'avversario,

parlare con l'arbitro, perdere tempo, comportamento antisportivo, tecniche eseguite dopo lo 'stop' dell'arbitro e tecniche eseguite senza guardare l'avversario.

Penalità per i Coach –

Ogni penalità subita del Coach verrà aggiunta a quella dei propri atleti.

Una penalità può essere data per i seguenti motivi:

Alzarsi dalla sedia del coach (se non durante il “time out”);

per qualsiasi comunicazione verbale al proprio atleta, (solo nella categoria cintura nera) se non durante un 'time out';

per qualsiasi comunicazione verbale con un qualsiasi arbitro, quando non si utilizza il 'cartellino rosso',

Le penalità sono accumulate nel modo seguente:

- prima penalità, registrata sulla scheda di punteggio;

- seconda penalità, registrata sulla scheda di punteggio;

- terza penalità, sottrazione di un punto all'atleta.

Ogni irregolarità successiva, si tradurrà nella sottrazione di un punto;

l'atleta non sarà squalificato per infrazioni minori.

Squalifiche - un atleta può essere squalificato per le infrazioni più importanti commesse da loro stessi o dal proprio Coach. In questo caso, tutti gli arbitri discuteranno l'irregolarità e concorderanno la squalifica che verrà, chiaramente, spiegata sia all'atleta che al Coach. Non è necessario alcun avviso per le infrazioni più importanti.

L'atleta, il Coach e il resto della loro squadra possono essere squalificati per tutta la manifestazione. Questa decisione, estrema, dovrà essere definita dai giudici e dal Supervisore Federale.

Irregolarità che potrebbero essere prese in considerazione, per una squalifica, sono:

abuso verbale o fisico dell'avversario, dei coach avversari, degli arbitri, attacchi intenzionalmente cattivi, rifiutarsi di combattere, ripetute infrazioni di minore entità che possono trasformarsi in situazioni di pericolo, o un comportamento antisportivo.

12. Ruolo degli arbitri

Arbitro centrale - controlla tutto l'incontro, decide quando iniziare, quando fermarsi, per l'assegnazione di punti e penalità. Funge da tramite tra gli assistenti arbitri, l'arbitro al tavolo e l'arbitro di vigilanza.

Assistente arbitro - segnala i punti e le penalità, e comunica con l'arbitro centrale. E' responsabile, inoltre, che tutte le protezioni siano indossate all'inizio e durante il combattimento.

Arbitro al tavolo – ha il compito di rendere visibili i punti e le penalità sul tabellone. Controllare il tempo.

Deve comunicare, con l'arbitro centrale, per segnalare la fine dell'incontro attraverso il lancio, all'interno del Tatami, di un oggetto morbido e ben visibile.

Arbitro di vigilanza - chiama gli atleti che debbono combattere.

Ha il compito di verificare tutti gli aspetti delle regole di ogni incontro, tra cui il punteggio corretto, sanzioni e cronometraggio.

L'arbitro di vigilanza, comunica solo con l'arbitro centrale e può chiedere di fermare il tempo, per una discussione, in qualsiasi momento durante l'incontro, tranne durante il vivo di un azione.

Nota speciale 1: un punto o una penalità sarà attribuito solo se la decisione degli arbitri è a maggioranza. Per assegnare il punto o la penalità, la maggioranza deve segnalare la stessa tecnica o irregolarità.

Nelle situazioni in cui ci sono lo stesso numero di segnalazioni arbitrali, ad entrambi gli atleti saranno aggiudicati dei punti. Nessun punto può essere assegnato ad un atleta, contestualmente ad una penalità. Comunque gli arbitri debbono avere una particolare attenzione nell'assegnare i punti, piuttosto che dare penalità all'altro atleta.

Nota speciale 2: quando l'arbitro centrale dice "stop", ogni arbitro deve mostrare un giudizio, immediatamente, e non cambiare idea, anche se non è, di avvertimento punteggio o penalità.

Ogni arbitro deve "vedere" che una tecnica regolare ha colpito un bersaglio consentito per segnare un punto e non può segnalare una tecnica o una penalità alla cieca o per intuizione. Se un assistente dell'arbitro si accorge di un punteggio, avviso o penalità, deve segnalarlo immediatamente e, l'arbitro centrale, deve fermare il combattimento per vedere se c'è una decisione a maggioranza. L'arbitro o assistente, che porta entrambe le mani davanti agli occhi, segnala di non aver visto e quindi, auto annulla il proprio giudizio.

13. Arbitri centrali: comandi verbali. Tutti i comandi devono essere forte e chiari, in modo che tutti gli atleti, coach e assistenti possono sentire.

"Fight" - all'inizio di ogni round, e dopo ogni interruzione per riprendere l'incontro.

"Stop" - per interrompere il match per qualsiasi motivo, dopo un punteggio o penalità o, se in caso di necessità



"Stop Time" – indica all'arbitro di tavolo di fermare il tempo. Il tempo verrà ripreso quando l'arbitro dirà "fight".

Comandi per assegnare i punti:

1 punto rosso/blu - per attribuire il punteggio all'atleta che lo ha messo a segno

2 punti rosso/blu - per attribuire il punteggio all'atleta che lo ha messo a segno

3 punti rosso/blu - per attribuire il punteggio all'atleta che lo ha messo a segno

4 punti rosso/blu - per attribuire il punteggio all'atleta che lo ha messo a segno

Prima penalità rosso/blu – per attribuire la prima penalità o irregolarità.

Seconda penalità rosso/blu - per attribuire la seconda penalità o irregolarità.

Meno 1 punto rosso/blu- si toglie un punto all'atleta, dopo la 3^a irregolarità.

Squalifica rosso/blu – per squalificare un atleta per infrazioni, come da regolamento

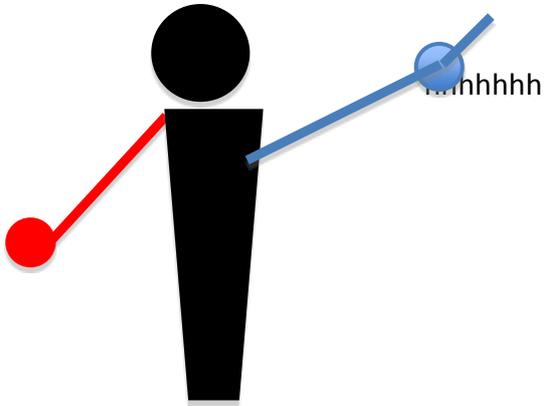
Nota speciale:

tutti gli avvisi verranno comunicati in maniera chiara, sia all'atleta che al Coach.

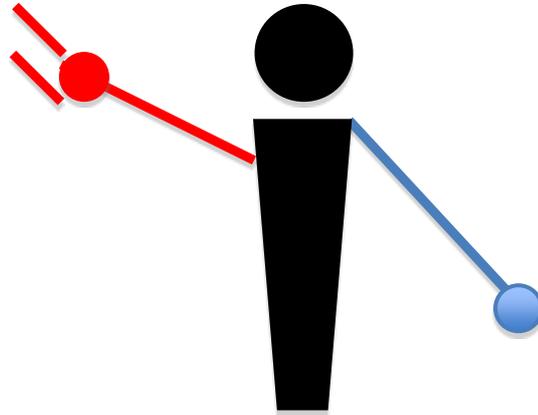
Contestazioni:

In riferimento ad eventuali contestazioni, non si accetterà la visione di video privati.

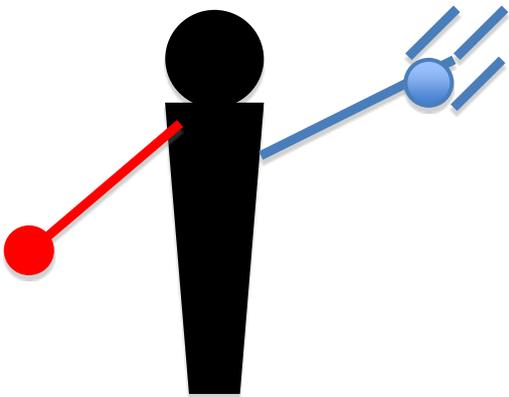
14. Arbitri: *segnali visivi*



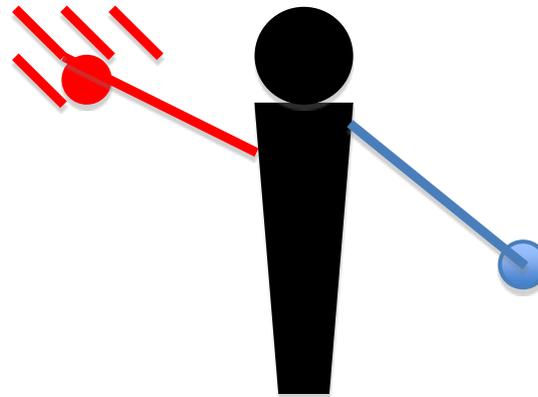
1 punto blu



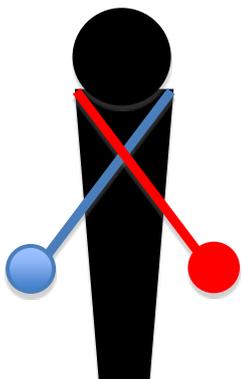
2 punti rosso



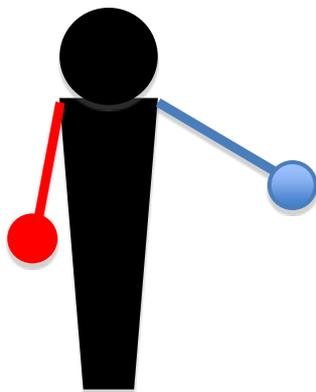
3 punti blu



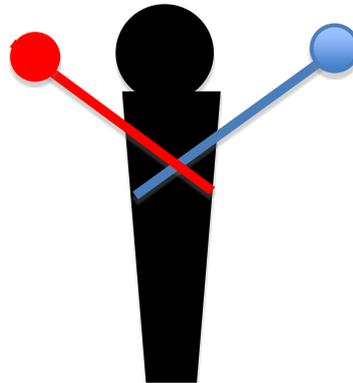
4 punti rosso



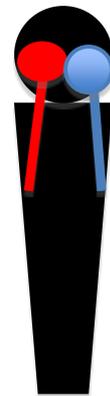
Nessun punto



Ammonizione blu



Squalifica



Non visto

15.Infortuni

Se un atleta ha un infortunio, l'incontro può essere fermato per un massimo di 2 minuti. Entro questo tempo, il medico deciderà se l'atleta ferito può continuare o meno l'incontro. Il medico è l'unica persona che può decidere se l'atleta può continuare la gara o meno. La sua decisione è definitiva.

Se l'atleta può continuare, la gara riprenderà normalmente.

Se l'incontro terminerà a causa dell'infortunio, gli arbitri devono decidere chi ha causato il danno e a chi dovrà essere aggiudicata la vittoria. Se non ci saranno violazioni del regolamento da parte dell'atleta illeso, gli sarà aggiudicata la vittoria.

Se il danno è stato causato da una violazione delle norme del regolamento, allora l'atleta infortunato sarà dichiarato vincitore.