

<防具付き>

【防具】

面(Kプロテクターまたは類似セーフ面) 主催者用意

胴 主催者用意

拳サポーター(小学生・中学生布製拳サポーター、高校生 主催者用意)

スネサポーター・金的サポーター

【試合時間】

小・中学生・マスターズ・一般女子 本戦 1分30秒 延長 1分 1ポイント先取り

高校生・一般男子 本戦 2分 延長 1分 1ポイント先取り

【判定】

○1本勝ち(6ポイント先取で勝ち・判定勝ち(ポイントの多い方が勝ち))

○本戦引き分けの場合は延長戦1分間、ポイント先取り勝ち

【ポイント】

突き蹴り全て1ポイント(プロテクター着用部位のみ有効、顔面はプラスチック部分)

【有効技】

上段・中段への突き蹴り(バックブロー・裏拳あり)

【反則技】

投げ、掴み、金的攻撃、ローキック、膝蹴り、掌低打ち、倒れた相手への直接攻撃、プロテクター着用部位以外への攻撃等。

<グローブ空手>

【防具】

面、グローブ、スネサポーター、膝サポーター、金的サポーター、マウスピース着用、空手衣着用。

※サポーター類は主催者用意あり(面・グローブのみ)

【試合時間】

一般部 本戦 2分、延長戦 1分30秒マスト。

壮年部 本戦 1分30秒、延長戦 1分マスト。

【判定】

○1本 1本勝ち(KO)、突き、蹴りによる攻撃で3秒以上のダウン、又は2度の技あり。

○判定 技あり→突き蹴りによる攻撃で一時的にダウンし、3秒以内に立ち上がったとき。または倒れはしないが一方的な連打をあびたとき。

ドローの場合、1分のインターバルののち2分間の延長戦。副審(2名)及びレフリーによる旗判定とする(本戦もレフリーを主審とする)

【反則】

肘による顔面殴打、金的蹴り・頭突き・投げ、ダウンした相手への攻撃、背中への攻撃、両手で掴んでの膝蹴り(首ずもう禁止)、度重なる場合。

【減点】

選手が規則に反したときはポイントを減ずる。反則を行ったとき、注意を与え、注意2回で減点1、減点2で失格となる。

【その他】

試合はトーナメント、トーナメントが組めない時はワンマッチ戦とする。

バックハンド、片手で掴んでの蹴りを認める。

<形(伝統形・極真形)>

・個人形競技の予選・決勝は以下のとおりである。

◆予選形・決勝形◆

競技種目	極真形		伝統形	
	初級	太極	初級	平安形(基本形)のみ
幼児	初級	太極	初級	平安形(基本形)のみ
	上級	ピンアン以上	上級	平安形(基本形)のみ
小中高校生 一般	初級	太極・ピンアンまで	初級	平安形(基本形)
	上級	ピンアン以上	上級	平安形(基本形)以上

<剛柔流は撃砕の形を選択できる。普及形可。創作形・中国拳法の形は不可>

○全てトーナメント試合のフラッグ制で行う。

○極真形は上級はピンアン形以上、伝統形は上級は平安形以上

【判定基準】

○技の正確さ、正しい緊張、集中力、極め、呼吸と動きの調和、滑らかな身体の移動、腰の位置と安定した重心、「芝居がかった演技」ではなく「形本来の意味の演技」を判定する。

○演武中、帯が床に落ちた者は負けとする。

○決勝において難度の高い形を使用する場合、熟練されていないと基本形に負ける場合もある。

(級位が低い少年少女がスーパーリンペイ・燕飛などを演武することはあり得ない)