

## **Combat contact léger (kickboxing)**

### **Règlements Combat de point**

Pour les ceintures de couleur, le combat est d'une durée de deux minutes ou se termine lorsqu'un des deux combattants obtient 10 points ;

Pour les ceintures noires, le combat est d'une durée de deux minutes (total des points) ou se termine lorsqu'il y a une différence de 10 points entre le pointage des deux combattants;

S'il y a une égalité après les deux minutes réglementaires, le premier point obtenu déterminera le gagnant ;

Pour toutes les techniques légales avec les mains, un point est accordé ;

Pour toutes techniques légales avec les pieds, deux points sont accordés ;

Trois points sont accordés pour un coup de pied retourné sauté à la tête;

Le revers de la main au corps (Back Fist) est refusé, mais le coup de poing (Body Jab) au corps est accepté ;

Un léger contact à la tête (au casque) est permis, et ce, dans toutes les catégories ;

Pour que le point soit valide, il doit y avoir un contact rigoureux entre les deux combattants, et ce, avec une technique martiale ;

La demi-finale des Grands-Champions est d'une durée d'une ronde de deux minutes et mène le combattant à la victoire. La grande finale des Grands-Champions en combat au point (18 ans et plus) est d'une durée de deux rondes de deux minutes. Une minute de repos est accordée entre chaque ronde. Si le combat est égal après la 2e ronde, le combat continue jusqu'à ce qu'un des combattants marque 1 point. Dans ce cas, la valeur du pointage reste la même pour les coups donnés à l'adversaire.

### **Au sol et hors limites**

Un point de pénalité est automatiquement attribué lorsqu'un compétiteur sort volontairement de la zone de combat, se laisse tomber au sol ou évite de se battre;

Si un compétiteur place une partie de son corps au sol, autre que la plante de ses pieds ou une seule main pour éviter le combat, le règlement « Au sol » est appliqué et un point est accordé au combattant debout;

Si un pied du compétiteur sort de la zone de combat, car celui-ci tente d'éviter de se battre, son adversaire recevra automatiquement un point;

Un compétiteur pourra être pénalisé s'il bouscule ou pousse son adversaire au sol ou hors de la zone de combat.

Un compétiteur peut marquer en ayant une main et un pied au sol.

### **Équipement de combat**

Casque	Gants	Protège-coudes
Protecteur buccal	Protège-pieds	Protège-tibias
Plastron (17 ans et moins)	Visière (17 ans et moins)	

### **Combat continu léger contact**

Match de 2 minutes, en continu et avec contact léger.

Celui qui dominera et contrôlera le match, en donnant le plus de coups, dans les zones permises, avec un impact clair et contrôlé, sera élu gagnant.

Le gagnant sera déterminé avec la majorité des juges qui pointeront le compétiteur qu'il considère le meilleur, à la fin du match.

### **Équipement**

Casque	Gants de boxe de 10 oz (fournis aux tatamis)	Protège-tibias
Protecteur buccal	Protège-pieds	