

## **Regulament KEMPO K1**

Sistem de lupta sportiva , cu lovituri executate cu forta.

### **Tehnici permise**

- Lovituri cu pumnul la cap
- Lovituri cu pumnul la trunchi
- Lovituri cu piciorul la cap , doar circulare
- Lovituri cu piciorul la trunchi
- Lovituri cu piciorul pe coapsa , doar circulare
- Lovituri cu genunchiul la trunchi ( frontale si circulare ) si la coapse ( frontale si circulare doar pe exterior)
- Secerari tinandu-se priza max. 1 secunda .

### **Timp de lupta**

- 1 repriza x 3 minute
- \* In caz de egalitate se va acorda un extra-round de 2 minute. Extra-round-ul va porni de la 0-0 . Dupa extra-round arbitrii nu vor putea da o decizie de egalitate.

### **Puncte**

- Lovitura cu pumnul la cap sau trunchi : 1 punct
- Lovitura cu piciorul la coapse sau trunchi : 1 punct
- Lovitura cu piciorul la cap : 2 puncte
- Lovitura cu piciorul prin saritura la trunchi : 2 puncte
- Lovitura cu piciorul la cap prin saritura : 3 puncte
- Secerare : 1 punct
- KD : 2 puncte
- \* 3 KD-uri = KO

### **Penalitati**

- In cazul folosirii unor tehnici in mod ilegal se va acorda : avertisment, -1 punct , -3 puncte , descalificare

### **Se castiga prin**

- Abandon
- Decizie
- TKO
- KO

### **Categorii de varsta**

- Copii : 6-8 ani , 8-10 ani , 10-12 ani , 12-14 ani
- Juniori : 14-16 ani , 16-18 ani
- Seniori : +18 ani.

**Categorii de greutate**

--25 kg., 30 kg, -35 kg, -40 kg, -45 kg, -50 kg, -55 kg, -60 kg, -65 kg, -70 kg, -75 kg, -80 kg, -85 kg, -90 kg, -95 kg, +95 kg.

**Echipament**

- Kimono Kempo ( pantalon alb , bluza neagra ) + centura rosie sau albastra functie de coltul de concurs
- Manusi de box , rosii sau albastre , functie de coltul de concurs
- Protectie sex pt barbati si piept pt femei ( purtate obligatoriu pe sub haine )
- Proteza dentara
- Orice model de protectie pentru tibie fara insertie de plastic .
- C asca si pieptar de protectie , rosii sau albastre , pentru sportivii mai mici de 16 ani .