KICK BOXING

E SUAS MODALIDADES DE LUTAS

Padrão WAKO – World Association de KickBoxing Organization

KickBoxing é um esporte de contato criado na década de 70 originalmente com o nome de KARATE FULL CONTACT. Com o passar dos anos, o esporte cresceu e organizou-se, e com a fundação da WAKO foi realizado o 1º campeonato Mundial, nos Estados Unidos, em 1974. Hoje o esporte divide-se em modalidades e está presente em uma centena de países espalhados pelos 5 continentes

Definição das Modalidades

Musical Forms:

É um ginástica olímpica marcial, onde os atletas coreografam movimentos marciais com musica, utilizando-se armas ou não.

Point Fight

É uma modalidade de contato controlado e marcado ponto a ponto. Ou seja, a cada golpe é valido, o combate é interrompido e anota-se o ponto o para o atleta que o conquistou.

Light Contact

É uma modalidade de contato controlado e contínuo. Chamado originalmente de Light Continuous Contact, o nome define tudo: LUTAR CONTINUAMENTE, porém de maneira controlada.

Full Contact

É uma modalidade de contato pleno, que permite o nocaute. Pode-se utilizar somente chutes acima da cintura e técnicas de boxe inglês.

Low Kicks

Modalidade de contato pleno que agrega todas as técnicas do KBFC além dos chutes na coxa, podendo-se atacar a parte interna e externa da mesma.

Thai KickBoxing

Modalidade de contato pleno que permite todas as técnicas do KBFC e do KBLK, agregando alguns golpes particulares a modalidade.

MUSICAL FORMS

Art. 1 – A modalidade é disputada em uma área quadrada de tatame emborrachado com as medidas entre 08 x 08 a 10 x 10 metros de cada lado.

Art. 2 – A modalidade é dividida em duas categorias por idade:

Sub 17

Até 15 anos e 16/17 anos (masculino e feminino)

Adulto

Atletas com 18 anos completos ou mais (masculino e feminino)

Art. 3 – A modalidade é dividida em 04 sub modalidades de competição, tanto no sub 17 como no adulto.

Hard Style (Estilo pesado)

Soft Style (Estilo leve)

Weapon Hard Style (Estilo pesado com armas)

Weapon Soft Style (Estilo leve com armas)

Art. 4 – Das modalidades

§1º - Hard Style *Uniforme tan que combinam o estilo*

Modalidade com movimentos mais duros e bem cadenciados. Utilizam-se movimentos de estilos de artes marciais oriundas do Japão, Coréia e Okinawa. *3:30 máximo antes de sair*

§2º - Soft Style *tan que combinam o estilo*

Modalidade com movimentos continuados e acrobáticos. Utilizam-se movimentos de estilos de artes marciais oriundas da China. *3:30 máximo depois de sair*

§3º - Weapon Hard Style

Mesma definição do Hard Style, porém com a utilização de armas. *3:30 mínimo depois de sair*

Armas utilizadas: Bo, Sai, Kama, Tonfa, Nunchaku, Bastão duro, entre outras. *-> 1 pt.*

§4º - Weapon Soft Style

Mesma definição do Soft Style, porém com a utilização de armas.

Armas utilizadas: Bastão Flexível, Espadas longa ou curta, Corrente, Chicote, Leque, Corda, Espada curvas ou duplas, entre outras.

§5º - A CBKB organiza nos eventos oficiais obedecendo somente duas divisões de modalidades do Musical Forms, tanto no adulto, quanto no Sub 17:

A – Com armas

B – Sem armas.

Art. 5 – Critério de julgamento

§1º - No Hard ou Soft Style, julga-se o competidor utilizando-se quatro critérios:

1 – Equilíbrio

2 – Foco

3 – Força

4 – Montagem da apresentação

2

§2º - No Weapon Hard ou Weapon Soft Style, julga-se o competidor, observando-se quatro critérios:

- 1 - Manipulação de arma
- 2 - Sincronização
- 3 - Grau de dificuldade
- 4 - Montagem da apresentação

§3º - O árbitro deve avaliar os critérios e descontar da pontuação geral quando o atleta cometer as seguintes faltas:

- 1: Pisar fora do tatame: 0,3
- 2: Deixar cair a arma: 0,5

§4º - A - O árbitro deve julgar a apresentação num todo, visualizando e observando os quatro critérios, pontuar o atleta com notas entre 7 a 10, sendo que pode ser utilizada a pontuação decimal (exemplo: 9,4; 8,7; 7,8; etc).

B - A partir da pontuação total, deve-se descontar as faltas e aí determinar a nota final do atleta.

C - A apresentação será julgada sempre por 5 (Cinco) árbitros.

D - A nota final do atleta será obtida através da média de 3 notas, excluindo-se a menor e maior.

Art. 6 - Apresentação do Atleta

O atleta deve adotar a seguinte conduta no ritual de apresentação da coreografia:

A - Entrada sempre à frente da mesa julgadora.

B - Caminhar até a mesa julgadora e dizer: nome do atleta, academia, estado ou país, nome da música e o nome da coreografia.

C - Cumprimentar a mesa e retornar à posição para dar o início da coreografia.

D - Dar o sinal para o início da música.

E - Ao acabar a coreografia, colocar-se frente à mesa julgadora para aguardar o resultado.

F - A apresentação deverá ter a duração máxima de 2 minutos e mínima de 1 minuto e 30 seg.

O ATLETA

O atleta amador do KBSC, combate em público por puro espírito de lazer e não com o objetivo de obter lucro. Sendo associado às Federações Estaduais e a CBKB / WAKO. O atleta aceita a totalidade do estatuto e regulamento da mesma. Empenha-se também, sob pedido da CBKB, em colocar-se à disposição da mesma, para efetuar combates de caráter regional, estadual, nacional e internacional. Todos os atletas do KBSC são amadores, até se profissionalizarem.

LOCAL DE COMBATE

Art. 1 – O lugar do combate deve ser uma superfície quadrada e lisa de 6 a 8 metros de lado, constituído de tatame emborrachado, não delimitado de corda. Se por outras circunstâncias as condições descritas no artigo não puderem ser seguidas, a decisão tomada será a do comissário de reuniões.

VESTIMENTAS DOS COMBATENTES

Art. 2 – Os atletas do KBSC devem apresentar-se ao combate munidos de uniformes regulamentares compostos de calça longa até a altura do tornozelo e uma camiseta com manga da mesma cor, salvo autorização particular. Na cintura o atleta deve portar uma faixa de graduação, atestando seu nível técnico. A blusa do uniforme pode portar o nome da academia e seu responsável, além de patrocinadores. O uniforme deve estar limpo.

Art. 3 – Os materiais de proteção obrigatórios são: protetor de cabeça, protetor de dentes, luvas específicas para o semi contact, coquilha (por debaixo da calça, somente para homens), protetor de seios (por debaixo da blusa, somente para mulheres), protetor de canela e protetor de pé.

Parágrafo único – Além desse material, todos os atletas do SUB 17 (masculino e feminino), deverão usar protetor de tórax.

Art. 4 – Os atletas devem cortar suas unhas antes de participar de um combate. É proibido portar qualquer objeto metálico, como: correntes, anéis, óculos, piercing, brincos, etc, que possam causar ferimentos a si próprio ou a seu adversário.

§1º - Se o árbitro verificar que as unhas dos pés ou mãos do atleta estiverem grandes, este terá 1 minuto para cortá-las, sob pena de desclassificação.

Art. 5 – Os atletas devem apresentar-se ao combate com luvas e calçados colocados. As luvas devem ser a específica para a modalidade.

O COMBATE

Art. 6 – Os combatentes devem estar na posição em pé, separados cerca de 2 metros, no centro do quadrado do combate, face a face e devem se saudar com uma indicação ligeira ou podem tocar as luvas significando um aperto de mão. O combate deverá começar logo após o anúncio, por parte do árbitro central através das palavras: combate, contato ou FIGHT.

Art. 7 – Ao final do tempo regulamentar do combate, os atletas deverão retornar à posição inicial, fazendo novamente a saudação e depois da proclamação de vencedor, deixarão o quadrado segundo a indicação do árbitro central.

E – Quando ele achar oportuno por qualquer razão;

Parágrafo único – Em caso de acidentes, o árbitro deve cessar o tempo e pedir por intervenção médica. Cabe ao médico decidir se o atleta deve continuar ou não o encontro. Verificando o acidente, o árbitro deve conferir com os juizes e decidir qual atleta deve ser penalizado, desclassificado ou concedendo à vitória.

Art. 26 – Saída da Área de Luta (tatame)

Considera-se saída quando um atleta tocar com os dois pés, ou outras partes do corpo, fora do tatame demonstrando que está fugindo do combate. Se o atleta usa deste artifício para se esquivar de uma técnica e contra-golpear em seguida, é valido desde que esteja dentro do tatame.

§1º - Quando ocorrer a saída do tatame de um dos atletas, o árbitro deverá interromper o combate e notificar a mesa de controle com gestos claros, para que o público também entenda. O mesário deverá anotar a saída do(s) atleta(s) na plaqueta em cima da mesa.

§2º - Quando um atleta receber uma técnica válida e ocorrer o descrito no Art. 26, será considerado somente ponto.

§3º - A cada três saídas do quadrado, o atleta é penalizado em 1 ponto. Se o atleta cometer 9 saídas na luta, será desclassificado. As saídas não serão zeradas ao final dos rounds.

§4º - O árbitro deve se movimentar no tatame de forma que sua visão esteja sempre atenta à mesa julgadora, e principalmente se posicionando com a visão para os dois atletas, nunca estando às costas de um deles.

Art. 27. – Faltas e Ações Proibidas

§1º - O árbitro deve advertir visivelmente o atleta sempre que este utilizar técnicas inválidas.

§2º - Após 3 advertências deve penalizá-lo com 1 ponto. Na quarta falta, perderá mais um ponto. Na quinta falta será desclassificado. Atenção: As faltas não zeram no final dos rounds.

§3º - No caso de uma falta grave, o árbitro deve consultar os jurados e se necessário, imediatamente punir com 1 ponto negativo ou até desclassificar o atleta.

AÇÕES PROIBIDAS

Art. 28 – São tidas como proibidas as seguintes ações:

- A – Golpear sem controle.
- B – Atacar com a cabeça, joelhos, cotovelos ou canela.
- C – Atacar ou simular um ataque aos olhos.
- D – Morder ou arranhar.
- E – Golpear a garganta, nuca e parte posterior da cabeça.
- F – Executar torções articulares.
- G – Atacar abaixo da cintura.
- H – Passar uma rasteira em sentido contrário à articulação.
- I – Gritar sem razão, fazer gestos que desacatem o adversário ou os árbitros..
- J – Esquecer em qualquer momento a ética esportiva;
- L – Perder tempo voluntariamente e assim evitar o combate;
- M – Sair do lugar do combate (Art. 26);
- N – Colocar o uniforme em ordem sem a autorização do árbitro;

O ATLETA

O atleta amador do KBLC, combate em público por puro espírito de lazer e não com o objetivo de obter lucro, sendo associado à Federação Estadual e a CBKB/WAKO. O atleta aceita a totalidade do estatuto e regulamento da mesma. Empenha-se também, sob pedido da CBKB, em colocar-se à disposição da mesma, para efetuar combates de caráter regional, estadual, nacional e internacional. Todos os atletas do KBLC são amadores, até profissionalizarem-se.

LOCAL DE COMBATE

Art. 1 – O lugar do combate deve ser uma superfície quadrada e lisa de 6 a 8 metros de lado, constituído de tatame emborrachado, não delimitado de corda. Se por outras circunstâncias as condições descritas no artigo não puderem ser seguidas, a decisão tomada será a do comissário de reuniões.

VESTIMENTAS DOS COMBATENTES

Art. 2 – Os atletas do KBLC, devem apresentar-se ao combate munidos de uniformes regulamentares, compostos de calça longa (específica do KickBoxing) até a altura do tornozelo, camisa (sempre com manga), blusão ou camiseta específica, que represente a sua Associação, e também, pode portar o nome do responsável, além de patrocinadores (salvo autorização especial). O uniforme deve estar limpo. Deve também ostentar na cintura, a faixa de graduação, confirmando seu nível técnico.

Art. 3 – Os materiais de proteção obrigatórios são: protetor de cabeça, protetor de dentes, luva 12 onça, coquilha (somente para homens), protetor de seios (somente para mulheres), protetor de canela, protetor de pé e atadurá.

Parágrafo único – E além desses materiais, todos os atletas do SUB 17 (masculino e feminino), deverão usar protetor de tórax.

O COMBATE

Art. 4 – Os atletas devem cortar suas unhas antes de participar de um combate. É proibido portar qualquer objeto metálico, como: correntes, anéis, óculos, piercing, brincos, etc, que possam causar ferimentos a si próprio ou a seu adversário.

§1º - Se o árbitro verificar que as unhas dos pés ou mãos do atleta estiverem grandes, este terá 1 minuto para cortá-las, sob pena de desclassificação.

Art. 5 – Os combates de KBLC, sempre serão de 3 rounds de dois minutos de duração, por 1 de intervalo entre eles. Sempre deve obedecer a essa duração nos combates classificatórios ou finais, salvo autorização especial da CBKB.

Art. 6 – Ao iniciar o combate, os atletas devem posicionar-se em pé, distantes no mínimo 2 metros, entre si, no centro da área de KBLC, frente a frente, quando farão um cumprimento inclinando-se e tocando as luvas com o braço estendido.

FULL CONTACT

CATEGORIA DE PESO / NORMAS DA ATIVIDADE

Art. 7 – As categorias de peso são fixadas em número de 12 no masculino e 07 no feminino, nível nacional e internacional, são eles:

Masculino – até 51 – 54 – 57 – 60 – 63,500 – 67 – 71 – 75 – 81 – 86 – 91 e + 91 kg

Feminino – até 48 – 52 – 56 – 60 – 65 – 70 e + 70 kg

Art. 8 – Antes de cada encontro, torneio ou campeonato, é obrigatório o controle do peso e passagem por médico. Essa operação tem que ser fixada pelos organizadores.

Art. 9 – O torneio só pode ter início quando o comissário de reuniões declarar que todos os atletas estão aptos à participação.

Art. 10 – O controle de peso deverá ocorrer com um mínimo de 02 horas e um máximo de 24 horas de antecedência ao início da competição.

Art. 11 – Na operação da pesagem: só participarão o atleta e seu técnico ou responsável da equipe. Se no momento da pesagem o atleta estiver fora do peso, este terá somente um único controle de peso posterior para estar no peso correto. O prazo deverá ser fixado no regulamento da competição. O atleta que não estiver na sua categoria, será retirado do torneio.

Art. 12 – Se dois atletas que irão confrontar-se na mesma categoria estiverem acima do peso, os dois serão eliminados do torneio.

PROTEÇÕES

Art. 13 – Os atletas de KBFC deverão usar para o combate luvas de 10 onças oficiais e iguais para ambos os atletas. O árbitro do encontro, a seu juízo, poderá ordenar a substituição das luvas caso essas lhe pareçam irregulares.

Art. 14 – A bandagem para os atletas de KBFC é OBRIGATÓRIA, devendo medir de 4 a 5 metros de comprimentos e 5 centímetros de largura.

Art. 15 – A bandagem ou gaze deve ser colocada nas mãos e bem fixada para que não saia das luvas. É absolutamente proibido endurecer a bandagem ou aplicar qualquer outro material.

Art. 16 – As bandagens serão colocadas nos vestiários e deverão ser controladas pelo árbitro antes de serem colocadas às luvas no início do combate.

Art. 17 – Poderá acontecer em torneio, que a organização peça aos atletas para se apresentarem já com as luvas, nesse caso, haverá um responsável para fazer a inspeção no vestiário.

UNIFORME DO ATLETA NO KBFC

Art. 18 – Os atletas de KBFC deverão apresentar-se ao árbitro, vestindo calça longa de material que permita a liberdade de movimento, não se pode utilizar calças de artes marciais oriundas do Japão, Coréia, China, etc., somente calça de KickBoxing. A calça pode ser apresentada em qualquer cor, contanto que esteja limpa e bem apresentada.

Parágrafo único – O atleta de KBFC, não pode lutar com faixa na cintura, e camiseta.

O ATLETA

O atleta amador do KBLK, combate em público por puro espírito de lazer, até profissionalizar-se. Os atletas terão que aceitar na totalidade o estatuto e o regulamento da CBKB/WAKO e serem filiados a Federação Estadual e a CBKB/WAKO. O atleta se empenhará em colocar-se a disposição da CBKB/WAKO para efetuação de combate de interesse regional, estadual, nacional e internacional. O atleta de KBLK é amador enquanto não infringir as normas que regulamentam o amadorismo internacional, ou até completar 18 anos quando poderá se profissionalizar.

Art. 1 – Para o KBLK, são idênticas as regras do KBFC (Full Contact) quanto a todos os atos competitivos e diretivos.

Art. 2 – As categorias de peso utilizados no KBLK são as mesmas do KBFC, tanto no masculino quanto no feminino.

Art. 3 – Os atletas de KBLK devem combater de calção apropriado para a modalidade e peito nu.

Art. 4 – As proteções obrigatórias no KBLK são: protetor de pé, protetor de canela, coquilha, bandagem, luvas de 10 onças, protetor bucal e de cabeça.

JULGAMENTO DE COMBATE

Art. 5 – Para o KBLK, são idênticos todos os critérios de julgamento do KBFC (Full Contact).

PARTES DO CORPO USADAS PARA GOLPEAR

Art. 6 – Este é o único artigo que se diferencia do Full Contact. No KBLK, é permitido o contato com chutes na coxa, somente acima do joelho nas partes externas, internas ou posteriores da coxa. Não é permitido o ataque com chute nas pernas, ou seja, joelho e tibia.

Parágrafo Único – É considerado falta o ataque na coxa em direção contra-articular.

Art. 7 – O atleta de KBLK pode utilizar bloqueios de canela (tibia) para defender-se dos ataques de Low Kicks de seu adversário.

Parágrafo único – No caso da utilização de bloqueio e o contato ocorrer na perna, não é considerado falta.

K1- RULES

O ATLETA

O atleta amador do K1-R, combate em público por puro espírito de lazer, até profissionalizar-se. Os atletas terão que aceitar na totalidade o estatuto e o regulamento da CBKB/WAKO e serem filiaados a Federação Estadual e a CBKB/WAKO. O atleta se empenhará em colocar-se a disposição da CBKB/WAKO para efetuação de combate de interesse regional, estadual, nacional e internacional. O atleta de K1-R é amador enquanto não infringir as normas que regulamentam o amadorismo internacional, ou até completar 18 anos quando poderá se profissionalizar.

Art. 1 – Para o K1-R são idênticas às regras do KBFC quanto a todos os atos competitivos e lretivos.

A- Para o K1-R não haverá contagem de chutes obrigatórios por round.

Art. 2 – GOLPES PERMITIDOS

A – Todos os golpes do boxe Inglês.

B – Socos giratórios, atacando com dorso da mão.

C – Todos os chutes do KBFC e do KBLK.

D – Chutar as pernas do adversário.

E – Chutar as articulações do joelho, observando-se somente os ataques laterais.

F – Giratória de calcanhar nas pernas ou coxa, observando-se os ataques laterais.

G – Joelhadas nas coxas, abdômen ou cabeça, inclusive saltada.

H – Segurar a cabeça no clinch e aplicar joelhadas ou esporões.

I – Segurar a perna do adversário por um tempo máximo de 3", para chutar, socar ou aplicar joelhada. Neste caso é permitido somente uma técnica e após isto deve soltar imediatamente a perna do adversário, se não o fizer será considerado falta.

Art. 3 – CLINCH

O atleta pode executar o clinch, a fim de atacar o adversário com joelhadas ou Low Kicks, durante um tempo máximo de 5". Após este tempo, mesmo com ação de golpes, o árbitro interrompe o combate com a palavra STOP (pare), fazendo os atletas afastarem-se para a seguir dar continuidade ao combate através da palavra FIGHT!

O atleta poderá ainda aplicar esporões nas pernas do adversário, no entanto estes não serão considerados como golpes efetivos e/ou pontos.

Art. 4 – GOLPES PROIBIDOS

A – Atacar a coluna do adversário.

B – Desferir chutes frontais contra articulações.

C – Utilizar o clinch para não usar técnicas e sim para parar o combate.

D – Atacar a nuca.

E – Atacar o testículo, olhos ou garganta.

F – Executar torções ou chaves.

G – Utilizar cotoveladas.

H – Atacar com a cabeça.

I – Projeter o adversário utilizando-se de quadril ou alavanca de perna.

Art. 5 – É PARTICULARMENTE PROIBIDO

- A – Subir ao ringue com qualquer adereço nos braços ou cabeça.
- B – Executar qualquer dança ou ritual.
- C – Clinchar segurando braços ou tronco. O clinch é válido somente no pescoço.
- D – Executar torções de tronco durante o clinch a fim de desequilibrar ou derrubar o adversário.
- E – Qualquer tipo de música durante o combate.
- F – Ao segurar a perna do adversário, fazer rotações de tronco, empurrar, puxar ou levantar a perna.
- G – Executar mais de um golpe (chute, soco ou joelho) segurando a perna do adversário.

VESTIMENTAS E EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO

Art. 6 – O atleta de K1-R, deve lutar de calção e sem camiseta (peito nu). O calção não deverá conter nenhuma inscrição que não seja **KICKBOXING** ou o nome da modalidade.

Art. 7 – O atleta K1-R deve utilizar obrigatoriamente as seguintes proteções: coquilha (sempre por debaixo do calção), bandagem, luvas de 10 onças, protetor bucal e de cabeça e protetor elástico de pé e canela:

§1º - O Protetor elástico de pé e canela (elastano), deve ser composto de material não rígido. O atleta não poderá utilizar o protetor de pé e canela, como o utilizado no KBFC ou KBLK.

§2º - O atleta não pode lutar com brincos, correntes, anéis ou quaisquer materiais metálicos, que possa ferir o adversário.

O ATLETA E SEUS AUXILIARES

Art. 8 – O atleta de K1-R pode ter duas pessoas acompanhando-o no combate, sendo 1 técnico e 1 auxiliar.

Parágrafo único – O técnico e o auxiliar, devem obedecer ao mesmo regulamento dos combates de KBFC e KBLK.

Art. 9 – O atleta de K1-R deve obedecer ao mesmo regulamento disciplinar do KBFC e do KBLK.

CRITÉRIO DE JULGAMENTO

Art. 10 – Os árbitros e jurados devem utilizar os mesmos conceitos do KBFC e do KBLK.

§1º - Os golpes desferidos com os joelhos também valem 01 ponto.

Art. 11 – Todos os outros regulamentos disciplinares, técnicos e médicos, devem ser iguais ao KBFC e KBLK.