

            Scopul competitiilor de Sei Budokai Karate este acela de a oferi practicantilor ocazia de a-si verifica aptitudinile tehnice, spiritul de lupta si determinarea. Aceste reguli sunt concepute pentru a oferi practicantilor posibilitatea de a-si testa tehnicile in lupta la un nivel maxim de intensitate cu un risc minim de a cauza sau suferi accidentari grave. Concurentii trebuie sa arate respect pentru adversari si pentru oficialii competitiei.

**Categorii de varsta (masculin/feminin)**

**Art. 1.** Competitiile de Sei Budokai pot fi organizate pe urmatoarele categorii de varsta (*se ia in considerare data nasterii)*:

1. copii 8-10 ani;
2. copii 10-12 ani;
3. copii 12-14 ani;
4. juniori mici 14-16 ani;
5. juniori mari 16-18 ani;
6. seniori peste 18 ani;

**Categorii de greutate**

**Art. 2.** Competitiile de Sei Budokai (seniori) pot fi organizate pe urmatoarele categorii de greutate:

1. - 70 kg;
2. - 80 kg;
3. - 90 kg;
4. + 90 kg.

**Art. 3.** Pentru competitiile de Sei Budokai (copii - masculin si feminin, juniori - masculin si feminin si senioare) organizatorii competitiei vor stabili categoriile de greutate in functie de numarul participantilor si media greutatii acestora, cu acordul antrenorilor si instructorilor competitorilor.

**Suprafata de lupta**

**Art. 4.** Dimensiunea si forma suprafetei de lupta va fi hotarata de organizatori si va fi obligatoriu comunicata din timp participantilor la competitie, pentru conceperea strategiei de lupta corespunzatoare.

**Art. 5.** Suprafata de lupta trebuie sa permita atat deplasarea in bune conditii a competitorilor, cat si amortizarea caderilor pentru evitarea accidentarilor in cazul proiectarilor sau luptei la sol.

**Durata meciului**

***Varianta 1:***   
**Art. 6.** Fiecare meci este organizat pe durata a unei reprize de trei minute. Daca dupa expirarea celor trei minute de lupta arbitrii judecatori acorda egalitate, se va acorda o extensie de trei minute. Daca egalitatea persista si dupa cea de-a doua repriza, se acorda ultima extensie de trei minute, dupa care arbitrii judecatori trebuie sa acorde victoria unuia dintre competitori.

***Varianta 2:***  
**Art. 7.** Fiecare meci este organizat pe durata a trei reprize a cate trei minute fiecare, cu pauza de un minut intre ele. Daca dupa expirarea celor trei reprize de lupta arbitrii judecatori acorda egalitate, se va acorda o extensie de trei minute, dupa care arbitrii judecatori trebuie sa acorde victoria unuia dintre competitori.

**Art. 8.** Organizatorii vor stabili si anunta in prealabil durata meciurilor, in functie de numarul competitorilor si natura competitiei (campionat, turneu piramidal, meci demonstrativ, super-fight, gala, etc.).

**Art. 9.** Organizatorii competitiei pot opta si pentru combinatii intre cele doua variante privind durata meciurilor (ex.: pana in sferturi de finala – inclusiv – se aplica varianta 1, iar pentru semifinale si finale se aplica varianta 2).

**Art. 10.** Cronometrul porneste la comanda arbitrului de centru si se opreste la expirarea celor trei minute de lupta.

**Art. 11.** Arbitrul de centru poate solicita oprirea cronometrului pentru situatii speciale (ex.: ranirea unui sportiv, pauza pentru acordarea ingrijirilor medicale, recuperarea dupa o actiune nepermisa a adversarului, aranjarea echipamentului, etc.), cronometrul fiind repornit odata cu reluarea luptei; daca lupta este intrerupta pentru mai mult de trei minute, arbitrul de centru, cu acordul arbitrilor judecatori si a organizatorilor competitiei, poate amana lupta sau poate acorda decizia finala.

**Art. 12.** Pe parcursul fiecarei reprize de trei minute, sunt permise maxim trei reprize de lupta la sol (Ne-waza), a cate 30 de secunde fiecare, ce vor fi cronometrate si semnalizate separat.

**Art. 13.** O repriza de ne-waza se considera initiata, atunci cand ambii competitori ating solul cu cel putin trei puncte (ex.: ambele talpi si o mana, o talpa, un genunchi si o mana, etc.), pentru cel putin trei secunde.

**Art. 14.** Daca dupa initierea unei reprize de ne-waza cel putin unul dintre competitori se ridica in picioare in mai putin de 10 secunde, repriza de ne-waza se anuleaza.

**Art. 15.** Daca dupa initierea unei reprize de ne-waza cel putin unul dintre competitori se ridica in picioare dupa mai mult de 10 secunde, repriza de ne-waza se considera consumata.

**Art. 16.** Cronometrarea reprizei de ne-waza porneste la semnalul arbitrului de centru si se opreste la expirarea celor 30 de secunde.

**Echipament**

***Clasa A - Free-fight***

**Art. 17.** Concurentii vor purta in timpul luptei urmatorul echipament:

1. gi alb;
2. cochilie (baieti), protectie pentru san (fete);
3. manusi tip MMA;
4. casca de protectie cu grilaj (obligatoriu pentru copii si juniori, optional pentru seniori);
5. proteza dentara;
6. protectii pentru tibie (doar pentru copii si juniori).

***Clasa B***

**Art. 18.** Concurentii vor purta in timpul luptei urmatorul echipament:

1. gi alb;
2. cochilie (baieti), protectie pentru san (fete);
3. manusi tip MMA (obligatoriu pentru copii si juniori, optional pentru seniori);
4. casca de protectie fara grilaj (doar pentru copii si juniori);
5. proteza dentara;
6. protectii pentru tibie (doar pentru copii si juniori).

**Art. 19.** Echipamentul folosit in timpul meciurilor de Sei Budokai trebuie verificat si aprobat in prealabil de organizatorii competitiei; se interzice folosirea de substante iritante, halucinogene, sau urat mirositoare pe echipament sau suprafata corpului, in scopul reducerii capacitatii de lupta a adversarului. Medicul si oficialii competitiei vor verifica aceste aspecte inaintea inceperii luptei.

**Art. 20.** Folosirea bandajelor de orice tip sau a gleznierelor, cotierelor, etc., nu este permisa decat cu aprobarea organizatorilor si a medicului competitiei.

**Art. 21.** Concurentii vor purta in mod suplimentar semne distinctive, astfel:

1. primul competitor anuntat, se va aseza in dreapta mesei oficiale, purtand centura alba (Shiro);
2. al doilea competitor anuntat se va aseza in stanga mesei oficiale, purtand centura rosie (Aka).

**Oficiali**

**Art. 22.** Fiecare suprafata de lupta dispune de urmatorii oficiali:

1. un arbitru de centru;
2. trei arbitri judecatori;
3. un cronometror;
4. un speaker.

**Criterii de decizie**

**Art. 23.** Meciul poate fi castigat inainte de limita prin:

1. knock-out (KO);
2. knock-out tehnic (TKO);
3. abandonul sau descalificarea adversarului.

**Art. 24.** Meciul poate fi castigat dupa expirarea timpului de lupta, prin decizia majoritara a arbitrilor judecatori (minim doua decizii din trei), bazata pe urmatoarele criterii:

1. dominare clara a luptei;
2. eficienta tehnicilor;
3. combativitate, dorinta de a invinge;
4. tehnicitate;
5. rezistenta/anduranta fizica;
6. incalcari repetate ale regulamentului competitiei de catre adversar.

**Art. 25.** Se considera knock-out (***Ippon***):

1. situatia in care, in urma unei lovituri aplicate de adversar si resimtita in mod vizibil, arbitrul numara zece secunde, timp in care competitorul nu se poate aseza in garda si nu poate relua lupta;
2. situatia in care unul din competitori bate in mod repetat (cel putin trei batai executate succesiv pe suprafata de lupta sau pe adversar), in urma unei tehnici articulare sau de strangulare;
3. situtia in care arbitrul judecator hotareste incetarea luptei, in cazul unei tehnici articulare sau de strangulare in urma careia un competitor isi pierde cunostinta sau se afla in imposibilitate de a semnaliza abandonul.

**Art. 26.** Se considera knock-out tehnic:

1. situatia unei superioritati tehnice evidente a adversarului;
2. situatia in care se afla un competitor atunci cand acesta nu poate bloca loviturile adversarului pentru mai mult de zece secunde;
3. situatia in care se afla un competitor atunci cand acesta nu se mai afla in garda si primeste mai mult de trei lovituri succesive;
4. situatia in care un competitor sufera al treilea knock-down in decursul aceleiasi reprize;
5. situatia in care antrenorul competitorului solicita incetarea luptei prin aruncarea prosopului in interiorul suprafetei de lupta.

**Art. 27.** Se considera knock-down:

1. situatia in care un competitor resimte vizibil tehnica adversarului, este numarat de arbitru, dar se poate aseza in garda si poate relua lupta in intervalul de zece secunde.

**Art. 28.** Descalificarea unui competitor poate aparea in urmatoarele situatii:

1. la incalcarea grava a regulamentului de competitie;
2. la cumulul a trei avertismente in timpul unui meci ;
3. in cazul unei atitudini extrem de agresive sau lipsite de respect fata de adversar, de oficialii competitiei sau de public.

**Art. 29.** In cazul in care victoria nu poate fi acordata pe baza criteriilor mentionate la art. 23 si art. 24, se poate acorda decizia finala de egalitate.

**Art. 30.** O decizie finala de egalitate nu poate fi acordata in cazul turneelor piramidale sau campionate care presupun selectia succesiva a competitorilor.

**Art. 31.** In cazul turneelor piramidale sau campionatelor care presupun selectia succesiva a competitorilor, sportivul declarat invingator in meciul precedent, dar care nu se mai poate prezenta pe suprafata de lupta in meciul urmator, este inlocuit de ultimul sau adversar; exceptia de la aceasta regula apare in situatia in care sportivul a castigat meciul precedent prin descalificarea adversarului sau prin knock-out.

**Tehnici permise**

***Clasa A - Free-fight***

**Art. 32.** Zone ale corpului ce pot fi atacate in timpul luptei in picioare:

1. partea din fata si lateral a capului;
2. umerii si bratele;
3. pieptul ;
4. abdomenul;
5. coastele;
6. coapsele;
7. tibiile;
8. gambele.

**Art. 33.** Zone ale corpului ce pot fi atacate cu lovituri in timpul luptei la sol:

1. partea laterala a trunchiului;
2. umerii si bratele;
3. picioarele.

**Art. 34.** Tehnici suplimentare ce pot fi aplicate in lupta la sol:

1. tehnici de secerare/proiectare ce nu implica caderea peste adversar sau accidentarea capului/coloanei adversarului;
2. tehnici de strangulare;
3. tehnici de luxare aplicate asupra umerilor, coatelor, genunchilor sau gleznelor adversarului.

***Clasa B***

**Art. 35.** Zone ale corpului ce pot fi atacate in timpul luptei in picioare:

1. partea din fata si lateral a capului – numai cu tehnici de picior;
2. umerii si bratele;
3. pieptul ;
4. abdomenul;
5. coastele;
6. coapsele;
7. tibiile;
8. gambele.

**Art. 36.** Zone ale corpului ce pot fi atacate cu lovituri in timpul luptei la sol:

1. partea laterala si din fata a trunchiului;
2. umerii si bratele;
3. picioarele.

**Art. 37.** Tehnici suplimentare ce pot fi aplicate in lupta la sol:

1. tehnici de secerare/proiectare ce nu implica caderea peste adversar (ex.: makikomi-naghe) sau accidentarea capului/coloanei adversarului (ex.: kata-guruma);
2. tehnici de strangulare;
3. tehnici de luxare aplicate asupra umerilor, coatelor, genunchilor sau gleznelor adversarului.

**Art. 38.** Pentru ambele regulamente, in timpul luptei la sol competitorul aflat deasupra poate folosi doar tehnici de lovire laterale (circulare), in timp ce competitorului aflat dedesubt ii sunt permise si tehnicile de lovire directe (drepte).

**Art. 39.**  Pentru ambele regulamente, in timpul luptei la sol competitorul aflat deasupra poate simula o combinatie de lovituri asupra capului adversarului, executate fara contact, in distanta utila si fara sa poata fi blocate de adversar, acest lucru constituind un avantaj privind dovada de dominare a luptei.

**Actiuni si tehnici nepermise**

***Clasa A - Free-fight***

**Art. 40.** Urmatoatele tehnici nu sunt permise si vor fi sanctionate in concordanta cu gravitatea lor:

1. atacuri cu mana deschisa, pumnul sau orice alta parte a bratelor asupra partii din spate a capului adversarului sau asupra gatului acestuia;
2. atacuri de cot asupra capului adversarului, daca acesta a renuntat la folosirea castii;
3. apucarea castii adversarului;
4. loviturile in testicole;
5. impingeri si lovituri cu capul;
6. lovituri frontale contra articulatiilor;
7. atacuri asupra spatelui adversarului;
8. atacuri directe executate in timpul luptei la sol, de catre competitorul aflat deasupra;
9. loviturile de genunchi executate in timpul luptei la sol;
10. accidentarea deliberata sau neintentionata a capului adversarului atunci cand se executa o proiectare;
11. accidentarea deliberata folosind greutatea corpului in timpul unei proiectari;
12. tehnicile de luxare aplicate asupra incheieturilor mainilor sau degetelor adversarului;
13. orice tehnica aplicata sau finalizata dupa semnalul arbitrului de terminare a luptei;
14. lovirea din picioare a adversarului cazut la sol;
15. aplicarea de lovituri folosind priza pe adversar, pentru mai mult de cinci secunde consecutive;
16. loviturile folosind priza pe capul adversarului, daca acesta a renuntat la folosirea castii;
17. inactivitatea prelungita timp de 15 secunde sau mai mult;
18. apucarea si tinerea adversarului la lupta in picioare, mai mult de cinci secunde fara a executa nicio tehnica;
19. orice alta tehnica sau practica pe care arbitrul de centru al luptei o considera nepotrivita sau necinstita.

***Clasa B***

**Art. 41.** Urmatoatele tehnici nu sunt permise si vor fi sanctionate in concordanta cu gravitatea lor:

1. atacuri cu mana deschisa, pumnul sau orice alta parte a bratelor asupra capului adversarului sau asupra gatului acestuia;
2. apucarea castii adversarului;
3. loviturile in testicole;
4. impingeri si lovituri cu capul;
5. lovituri asupra oricarei parti a genunchilor;
6. lovituri frontale contra articulatiilor;
7. atacuri asupra spatelui adversarului;
8. atacuri directe executate in timpul luptei la sol, de catre competitorul aflat deasupra;
9. loviturile de genunchi executate in timpul luptei la sol;
10. accidentarea deliberata sau neintentionata a capului adversarului atunci cand se executa o proiectare;
11. accidentarea deliberata folosind greutatea corpului in timpul unei proiectari;
12. tehnicile de luxare aplicate asupra incheieturilor mainilor sau degetelor adversarului;
13. orice tehnica aplicata sau finalizata dupa semnalul arbitrului de terminare a luptei;
14. lovirea din picioare a adversarului cazut la sol;
15. aplicarea de lovituri folosind priza pe adversar, pentru mai mult de cinci secunde consecutive;
16. loviturile folosind priza pe capul adversarului;
17. inactivitatea prelungita timp de 15 secunde sau mai mult;
18. apucarea si tinerea adversarului la lupta in picioare, mai mult de doua secunde fara a executa nicio tehnica;
19. orice alta tehnica sau practica pe care arbitrul de centru al luptei o considera nepotrivita sau necinstita.

**Art. 42.** In mod suplimentar, pentru ambele regulamente de lupta, vor fi interzise urmatoarele:

1. loviturile de cot si genunchi pentru copii si juniori pana la varsta de 16 ani;
2. loviturile de cot pentru juniori intre 16 si 18 ani;

**Art. 43.** Urmatorul comportament este interzis si se sanctioneaza in concordanta cu gravitatea lui:

1. nerespectarea instructiunilor arbitrului pe durata luptei;
2. exagerarea vadita a efectelor unei lovituri nepermise ale adversarului ;
3. atitudinea de non combat;
4. comportamentul lipsit de respect;
5. persistenta comportamentului necorespunzator sau violenta;
6. folosirea unor tehnici nepermise de regulamentul competitiei.

**Sanctiuni**

**Art. 44.** Pentru incalcari minore si neintentionate ale regulamentului, ce nu au repercusiuni asupra capacitatii de lupta a adversarului, arbitrul de centru poate avertiza sau atentiona neoficial un competitor.

**Art. 45.** In functie de gravitatea si repercusiunile actiunilor sau atitudinilor unui competitor, arbitrul de centru poate acorda avertisment oficial (***Chui***) sau poate hotari descalificarea acestuia:

**Art. 46.** Avertismentul oficial este anuntat in mod explicit de catre arbitrul de centru, prin indicarea competitorului penalizat si numirea avertismentului:

1. primul avertisment acordat este numit „***Chui ichi***”;
2. al doilea avertisment acordat este numit „***Chui ni***” si are semnificatia unui avertisment deosebit de grav (***Ghenten***);
3. al treilea avertisment acordat este numit „***Chui san***” si atrage in mod automat descalificarea competitorului (***Shikaku***);
4. pentru o incalcare deosebit de grava a regulamentului competitiei sau pentru un comportament ce contravine onoarei si disciplinei luptatorului de Sei Budokai, arbitrul de centru poate dispune descalificarea  directa a competitorului, dupa consultarea prealabila a arbitrilor judecatori.

**Art. 47.** Un competitor poate fi penalizat si/sau descalificat atat pentru faptele sau atitudinilor proprii, cat si pentru faptele sau atitudinile sustinatorilor sai (antrenori, instructori, public, etc.).

**Art. 48.** In situatii neclare arbitrul de centru este obligat sa se consulte cu arbitrii judecatori, inainte de a acorda decizia finala.

**Art. 49.** Deciziile arbitrului de centru sunt definitive si irevocabile, neputand fi contestate decat in conformitate cu procedura de contestatie stabilita de forul tutelar superior (F.R.A.M.C.).