
REGULAMENTO DE COMPETIÇÃO

EM PROVAS DE COMBATE



FEDERAÇÃO PORTUGUESA
LOHAN TAO

ANEXO 7 - FULL KEMPO

ANEXO VII - FULL KEMPO

Masculinos			
Escalão etário	Categorias Peso (kg)	Duração da prova	Vestuário de competição
16/18 anos	-50; -53; -56; -59; -62; -65; -68; -72; -76; -80; -85; -90; +90	a) <u>Eliminatórias e Final</u> 1 round de 3 minutos	Uniforme completo.
19/40 anos	-50; -53; -56; -59; -62; -65; -68; -72; -76; -80; -85; -90; +90		
Femininos			
16/18 anos	-47; -50; -53; -56; -59; -62; -65; -68; -72; +72	a)	Uniforme completo.
19/35 anos	-47; -50; -53; -56; -59; -62; -65; -68; -72; +72	a)	

Equipamento de Proteção Obrigatório		
Cabeça	Tronco	Membros
Capacete aberto, com proteção no topo da cabeça, sendo proibido usar capacetes de treino que protegem o osso malar.	Proteção peitoral para as competidoras femininas .	Luvas de boxe de 10 onças com velcro.
Proteção bucal em todos os escalões.	Proteção genital em todos os escalões.	Caneleira tipo meia, sem qualquer tipo de partes rígidas, que devem proteger desde abaixo do joelho até ao topo do pé.
---//---	---//---	Proteção de pé não permitida, sendo utilizada apenas a meia de proteção até ao tornozelo.
Os competidores deverão utilizar equipamentos de proteção de cores distintas (Azul e Vermelho), consoante o canto atribuído.		

Técnicas Permitidas e Respetivas Pontuações

Cabeça	Tronco	Membros
Técnicas de Punho: Direto; Gancho; <i>Uppercuts</i> ; Reverso	Técnicas de Punho: Direto; Gancho; <i>Uppercuts</i> ; Reverso	Técnicas de Perna: Circulares exteriores e interiores
Técnicas de Perna: Circular	Técnicas de Perna: Circular; Frontal; Lateral; Costas; Semi-gancho; Descendente; Exterior; Rotativos	Pontapés com a parte interna ou externa do pé à parte de trás do joelho do adversário, apenas permitidos para “takedown” ou projecção, e apenas quando o atleta que faz a técnica está por trás do adversário.
Joelhos ao corpo e às pernas (apenas circulares e frontais mas nunca pelo lado de dentro das pernas).		
“Takedowns” e projecções têm de ser realizados num máximo de 10 segundos após iniciar o “agarre”		
Luta de chão apenas com técnicas de imobilização e chaves		
A luta de chão será permitida no máximo durante 10 segundos. No caso de a “chave” ocorrer durante este tempo, o árbitro inicia uma contagem de 10 segundos		
<i>*durante o “agarre” é permitido continuar a utilizar todas as técnicas consideradas legais</i>		
Socos tecnicamente bem executados ao tronco e cabeça		Um (1) Ponto
Pontapés ao tronco e às pernas		Um (1) Ponto
Pontapés à cabeça		Dois (2) Pontos
Pontapés ao tronco em salto		Dois (2) Pontos
Pontapés à cabeça em salto		Três (3) Pontos
Takedowns, Varrimentos e pequenas projecções (pequena amplitude)		Um (1) Ponto
Projecções maiores (grande amplitude)		Dois (2) Pontos
Boa imobilização ou chave durante a luta de chão durante 10 segs (<i>Não é considerada uma boa imobilização no chão se se ficar com o corpo entre as pernas do adversário</i>).		Dois (2) Pontos

Técnicas Proibidas e Faltas

No caso de faltas intencionais repetidas o árbitro dará: Aviso, -1 ponto, -3 pontos e desqualificação
Dependendo da gravidade da falta, o arbitro central pode desclassificar o atleta diretamente ou após o primeiro/segundo aviso ao atleta, com a aprovação do arbitro responsável pela área.
Apenas as penalidades e pontos dados pelo arbitro central serão registados na tabela de pontuação (placard).
As folhas dos arbitros (folhas de registo de pontos) contarão apenas os golpes e projecções e, no final do combate, somarão a pontuação da tabela de pontuação (placard) e será declarado o vencedor. Pontos contados nas tabelas dos arbitros (folhas) e pontos da tabela de pontos (placard) serão escritos em quadrados separados em cada uma das tabelas pertencentes a cada um dos arbitros.
<i>** qualquer técnica que não esteja especificada nas “TECNICAS PERMITIDAS” são ilegais.</i>

Arbitragem

O Arbitro Central dará a pontuação de acordo com:

a) KD: 2 pontos. Uma boa imobilização durante 10s é considerada um KD

b) 3 KD (acumulado em todos os rounds) = KO

Os juizes (arbitros auxiliares) darão a pontuação apenas para a luta em pé (socos, pontapés, takedowns e projecções).

Exemplo ilustrativo dos equipamentos

Canto Vermelho

Canto Azul

