

# COUPE NAKAMURA NORD AMÉRICAINE

## Règlements Combat



### RÈGLEMENTS

1. Le comité du tournoi se réserve le droit de diviser les catégories de combat sans préavis en se basant sur le nombre de participants.
2. Il y aura 3 ou 4 juges de coins et 1 arbitre au centre de chaque atelier.
3. La mauvaise attitude, le langage inapproprié et le manque de respect du participant ou de son entraîneur amènera la disqualification du participant et l'expulsion de l'entraîneur.
4. Tous les participants devront fournir et porter les équipements suivants :
  - Semi-contact et Combat Maître
    - Protecteur pour la tête
    - Protecteur pour les pieds
    - Protecteur pour les poings
    - Support athlétique pour les garçons
    - Protège-poitrine (camisole et coquilles) pour fille de 14 ans et plus (recommandé)
    - Protège buccal (recommandé)
  - Combat Elite
    - Support athlétique pour les garçons
    - Protège-poitrine (camisole et coquilles - recommandé)
    - Protège buccal (recommandé)
5. Aucun bandage ne sera permis, à moins d'une autorisation médicale.

### DURÉE DES COMBATS

CATÉGORIE D'ÂGE	NORMALE	PROLONGATION*
5-8 .....	1 min .....	45 secs
9-15. . . . .	1 min 30.....	1 min
16 et +. . . . .	2 min .....	1 min 30
Plein contact – Elite		
18 et + .....	2 min .....	2 min
Plein contact – Maître		
35 ans et + .....	2 min .....	1 min 30

\*Maximum une prolongation.

# COUPE NAKAMURA NORD AMÉRICAINE

## Règlements Combat



### COMBAT SEMI-CONTACT

#### COUPS PERMIS

- Coup de poing au corps
- Coup de pied en ligne droite uniquement au corps
- Coup de pied circulaire au corps et figure
- Coup de pied circulaire cuisse, porté en haut du genou
- Coup de genou cuisse et corps

#### COUPS INTERDITS

*Tous les coups portés à la tête avec violence.*

- Coup de poing figure
- Coup de pied en ligne droite figure
- Coup de genou figure
- Coup de coude
- Coup aux parties
- Coup sur la colonne
- Agripper le dogi
- Coup de pied aux genoux et en bas du genou
- Pousser l'adversaire

**IMPORTANT** : Blanc et orange, 17 ans et moins : tous les coups devront être contrôlés.

### PLEIN CONTACT – ELITE/MAÎTRE

#### COUPS PERMIS

- Coup de poing au corps
- Coup de coude au corps
- Tous les coups de pied au corps et figure
- Coup de genou aux cuisses, au corps et figure
- Coup de pied circulaire au niveau de la jambe
- Coup de poing et coup de coude à la cuisse
- Balayage de la jambe

#### COUPS INTERDITS

- Coup de poing figure
- Coup de coude figure
- Coup de pied en ligne droite dans le genou
- Coup sur la colonne
- Coup aux parties
- Agripper le dogi
- Pousser l'adversaire