



拳法

Kempo Associatie Nederland

Aangesloten bij de International Kempo Federation (IKF),
Lidbond van de Federatie Oosterse Gevechtkunsten (FOG), rijks erkend door NOC/NSF



Reglement Full-Contact Kempo

Korte samenvatting:

Staan en grondgevecht met bokshandschoenen.

Full-contact stoten op lichaam en hoofd, trappen en knieën, worpen, verwurgingen en klemmen zonder stoten bij grondgevecht.

Arbitrage door een hoofdscheidsrechter met 3 hoekscheidsrechters.

Toegestane technieken:

- Full-contact technieken naar lichaam en hoofd
- Trappen alleen naar de zijkant van het hoofd
- Alle trappen naar het lichaam (niet rug)
- Alleen cirkeltrappen naar de benen
- Achterkant van de knie mag alleen worden geraakt bij een worp of neerhalen van tegenstander en alleen als de aanvaller achter de tegenstander staat
- Cirkel en voorwaartse knietrappen naar het lichaam en benen (niet naar de binnenkant van de benen)
- Neerhalen en worpen binnen 10 seconden na vastpakken (clinch).
- Grondgevecht alleen met immobilisatie technieken (je tegenstander onder controle houden zodat deze niet meer kan loskomen)
- Als er binnen 10 seconden een gecontroleerde immobilisatie of verwurging plaats vindt moet deze nog 10 seconden worden vastgehouden (K.D.)

Let op !

- Als het lichaam tussen de benen van de tegenstander wordt gehouden is dit **geen** goede immobilisatie of verwurging
- Tijdens dit clinchen mogen er **geen** stoot, trap of knie technieken worden uitgevoerd!
- Body Slam is **niet** toegestaan !

Puntentelling:

1 punt - Stoten
- Trappen naar lichaam en benen
- Neerhalen met veeg of korte worp

2 punten - Trap naar hoofd
- Gesprongen trap naar lichaam
- Neerhalen met lange worp (beide benen van de grond)
- Na 10 seconden volhouden van een gecontroleerde immobilisatie of verwurging (K.D)

3 punten - Gesprongen trap naar het hoofd





拳
法

Kempo Associatie Nederland

Aangesloten bij de International Kempo Federation (IKF),
Lidbond van de Federatie Oosterse Gevechtkunsten (FOG), rijkserkend door NOC/NSF



Wedstrijdduur:

1 ronde van 3 minuten. Bij gelijke uitslag verlenging van 2 minuten waarbij er weer met een stand van 0-0 wordt begonnen. Als er hierna nog geen uitslag is wijzen alle scheidsrechters de winnaar aan.

Bestraffingen en punten:

- Bij overtredingen kan de hoofdscheidsrechter de volgende bestraffingen geven:
Waarschuwing / -1 punt / -3 punten / diskwalificatie
Hij kan de deelnemer ook direct diskwalificeren bij een grove overtreding of na een 1^e of 2^e waarschuwing, dit alles met toestemming van chairman of referees.
- Bestraffingen en punten door de hoofdscheidsrechter worden alleen op het scorebord vermeld.
- Grondgevecht, K.O., opgave, T.K.O. en K.D. worden alleen door de hoofdscheidsrechter beoordeeld.
- De hoekscheidsrechters registreren, via twee handtellers, alle trap/stoot technieken tijdens het staand gevecht. De hoofdscheidsrechter geeft aan welke score de hoekscheidsrechters moeten registreren voor een worp en voor het grondgevecht.
- Aan het eind van het gevecht maken, op teken van de hoofdscheidsrechter, de hoekscheidsrechters kenbaar welke vechter de meeste punten heeft gescoord. Hierbij staan de 3 hoekscheidsrechters naast elkaar en steken de arm op van de winnaar.
- Bij elke wedstrijd moeten de punten van de hoekscheidsrechters worden geregistreerd.

Hoe kan je winnen:

- Door beslissing
- Door Knock Out
- Door Technisch Knock Out
- Door opgave
- Bij 3 Knock Downs (worden over alle ronden bij elkaar opgeteld)

Kleding en bescherming

- Zwart Kempopak met rode of blauwe band (*afhankelijk van de plaats in het veld*)
- Bokshandschoenen 8-10oz
- Kruisbescherming (*onder kleding*)
- Borstbescherming bij vrouwen (*onder kleding*)
- Mondbescherming
- Scheen/wreef beschermers
- Hoofdbeschermer (*onder 16 jaar met doorzichtig masker, waarbij bite dan niet meer verplicht is*)

