

# 日本国際空手協会試合規約「日本国際空手協会ルール」

## 1. 1本勝ち（技あり2で1本）

- ①反則箇所を除いた場所に「突き」「蹴り」「肘打ち」等を瞬間的に決め、相手を3秒以上ダウンさせた場合。
- ②主審の判断でダウンした選手が試合続行不可能と判断した場合。

## 2. 技あり

- ①反則箇所を除いた場所に「手に依る突き」「蹴り」「肘打ち」等が瞬間的に決まり、相手をダウン（2秒以内）させた場合。
- ②相手の動きが止まって（2秒以内）しまったが試合続行可能な場合。（但し、本人に戦う意思が有っても危険と審判が判断した場合は、一本となる。）

## 3. 有効（有効2で技あり） ※一般の部での有効が中学生以下の部では技ありとなります。

- ①ノーガードの顔面（頭部）に的確に「蹴り」が決まった場合全て有効となる。ただし乗ったような蹴りに関しては認めない。
- ②足技の攻撃技により倒れた相手や胴回し回転蹴り等の失敗に倒れた相手対し、瞬時に「決め・斬新」を決めた場合。  
（例：下段廻し蹴り又は、足払いから等からの下段突き）
- ③軸足が床に付いてない胴回し回転蹴りなどの技や、蹴り技が決ったが、蹴った方のバランスが崩れ転倒した場合は認めない。（相手がダウンまたはダメージのある場合は、技あり、または一本となります）
- ④反則行為をして、「反則減点1（注意2）」を取られると、自動的に相手方に「有効1」が与えられる。  
※中学生以下の場合はそのまま「減点1」として判定に入ります。

## 4. 審判による判定

- ①判定基準は、相手に対して、「1. 打撃のダメージ」「2. 技の適格性」「3. 手数」の順で裁定する。
- ②5審判員制で「1本」「技あり」「有効」「反則」等全ての判定に3人以上の支持がある事。

## 5. 反則

以下の行為で、「注意1」が与えられ、「注意2」で「減点1（相手方に、有効1）」（中学生以下の場合はそのまま「減点1」）「注意4」で失格。

- ①手拳・肘による顔面殴打（手先が軽く触れても反則）、首への攻撃。
- ②「ダウンした相手」「場外に出た時」「主審が完全に制止（止め）した時」に攻撃した時。
- ③「金的攻撃」「投げ」「掴み」「相手に顔面及び頭部付けての攻撃」「掌底押し」
- ④選手本人が相手や審判員に暴言を吐いたり、セコンドが悪質な行動（例：ヤジ・床を叩く等）をした場合。
- ⑤以上の他に審判判断に寄り、悪質な試合態度や不適切な行為と見なした場合。（通常は、一度警告する。）
- ⑥突き、蹴り等、有効な技で相手が場外に出た場合（掌底押し、肩押し等は除く）

※場外注意は一般部のみとし中学生以下にはありません。

- ⑦ヒザ関節への前からの中足または足刀による攻撃。
- ⑧上段への膝蹴りは中学生以上の一般の部で有効、小学生以下の一般の部、全ての新人の部で反則となります。
- ⑨以上の他に審判判断により、悪質な試合態度や不適切な行為と見なした場合。（通常は1度警告する。）  
反則は悪質なものを除き注意が与えられ、注意2で減点1（減点1は相手方に有効1）。注意4で失格となる。  
例：場外注意1、顔面殴打注意1あわせて注意2、減点1。

## 6. 失格（注意4で失格となります。）

- ①試合中に審判員の指示に従わない等、粗暴な振る舞い・悪質な試合態度や行為と見なされた時。
- ②大会規約を遵守せず、大会役員の指示に従わない場合。
- ③出場時刻に遅れたり、出場しない時。  
\*但し、以下の場合は、例外とする。
- ◎大会医師の診断により、「試合続行不可能」と判断した場合。
- ◎大会参加時に本人に関する不慮の事故（家族に何らかの不幸が生じる等）が発生し、審判長・審議委員が協議の上、退場を許可した時。

東都空手道選手権大会 防具及び試合時間

防具類(サポーター類)規定									
クラス名	防具類名	ヘッドガード	拳サポーター	パンチンググラブ	レッグサポーター	ヒザ	ファールカップ	アンダーガード	インナーブラ
<b>一般クラス</b>									
男子幼児・小学生・全クラス		●	●	×	●	4年生以上着用義務	●	×	×
女子幼児・小学生全クラス		●	●	×	●	4年生以上着用義務	×	4年生以上着用義務	4年生以上着用義務
男子中学生全クラス		●	×	●	●	●	●	—	×
女子中学生全クラス		●	×	●	●	●	×	●	●
シニアクラス38歳以上47歳以下(軽・重)		×	×	×	●	●	●	×	×
シニアクラス48歳以上54歳以下(軽・重)		×	●	×	●	●	●	×	×
シニアクラス55歳以上(軽・重)		×	×	●	●	●	●	×	×
女子シニアクラス33歳以上(無差別)		×	●	×	●	●	×	●	●
女子シニアクラス41歳以上(無差別)		×	●	×	●	●	×	●	●
一般女子クラス(軽・重)		×	×	×	●	●	×	●	●
一般男子クラス(軽・中・重)		×	×	×	×	×	●	×	×
<b>新人クラス</b>									
男子中学生クラス		●	×	●	●	4年生以上着用義務	●	×	×
女子クラス		●	×	●	●	●	●	●	●
シニアクラス38歳以上(軽・重)		●	×	●	●	●	●	×	×
初級・中級クラス(軽・中・重)		●	×	●	●	●	●	×	×

※本大会では拳を固める目的のテーピングは禁止しています。、一般の部では一切のテーピングを認めておりません。

怪我のある場合は必ず医師の診断書を持参のうえ大会ドクターの許可を得てください。

※インナーブラはイサミ製D-16と同等形状で硬質プラスチックでないものとします。

※パンチンググラブは指先のでないもの(親指のみでるのは可)を各自で用意してください。

※ヘッドガードは各自で用意して下さい。(マーシャルワールド製パーフェクトヘッドガードHG-15もしくはHG-17と同等形状の物で色は白のみとします)他の色や他の形状(スーパーセーフや日本拳法面等)の使用は一切認めません。

ただし新人初級・中級クラスのみボクシング用ヘッドガード可、色は自由とします。

その他の防具類は各自で用意(メーカー・色の指定はありませんが布製のみ使用可。レザーや合皮は使用不可)する事。

※防具類の未着用(忘れた)や極端に薄い物や主催者側で不適切と判断した物は「失格」となる場合があります。特にインナーブラの硬質性、板状のものは失格となりますので気をつけてください。

※選手の方々は赤コーナー用の赤紐を1選手1本各自で持ってきてください。赤コーナーの選手は赤紐は自分のものを自分でつけてください。(イサミP-10R、または運動会の赤たすきで大丈夫です。)

試合時間規定			
一般クラス	本戦	延長	再延長
幼児・小学生・中学生・全クラス	1分30秒	1分(マストシステム)	決勝のみ1分(マストシステム)
シニアクラス38歳以上47歳以下(軽・重)	2分	1分	1分(マストシステム)
シニアクラス48歳以上54歳以下(軽・重)	1分30秒	1分(マストシステム)	決勝のみ1分(マストシステム)
シニアクラス55歳以上(軽・重)	1分30秒	1分(マストシステム)	×
女子シニアクラス33歳以上	1分30秒	1分(マストシステム)	決勝のみ1分(マストシステム)
女子シニアクラス41歳以上	1分30秒	1分(マストシステム)	×
一般女子クラス(軽・重)	2分	1分	1分(マストシステム)
一般男子クラス(軽・中・重)※準々決勝まで	2分	1分	1分(マストシステム)
一般男子クラス(軽・中・重)※準決勝から	3分	2分	2分(マストシステム)
<b>新人クラス</b>			
男子中学生クラス(軽・重)	1分30秒	1分(マストシステム)	決勝のみ1分(マストシステム)
女子クラス、シニアクラス(軽・重)	1分30秒	1分(マストシステム)	×
初級・中級クラス(軽・中・重)	2分	1分	決勝のみ1分(マストシステム)