

NORGES KICKBOXING FORBUND
KAMPREGLEMENT FOR RINGSPORTER
FULLKONTAKT, LOW- KICK OG K-1



pbj/tos – v5

Gjeldende fra sesongen 2014/2015

INNHold

§ 1	ALLMENT	2
§ 2	DELTAGELSE I STEVNER	2
§ 3	KAMPBOK	3
§ 4	HELSEATTEST	4
§ 5	KAMPEGE	4
§ 6	MEDISINSKE KARANTENEBESTEMMELSER OG SKADEREGISTRERING	4
§ 7	SIKKERHETSUTSTYR	5
§ 8	KAMPANTREKK	5
§ 9	VEKTKLASSER OG ALDERSGRENSER	6
§ 10	VEKTKONTROLL/INNVEIING	6
§ 11	RINGEN	6
§ 12	TREFFPUNKT	7
§ 13	KAMPTEKNIKKER	7
§ 14	FORBUDTE OG UREGLEMENTERTE TREFFPUNKT, TEKNIKKER OG OPPTREDEN	8
§ 15	POENGGIVENDE TREFFERE	8
§ 16	KAMPLENGDE	8
§ 17	KAMPLEDER	8
§ 18	KAMPLEDELSE	9
§ 19	POENGDOMMERE	12
§ 20	KAMPLEDERE, DOMMERE OG FUNKSJONÆRER	13
§ 21	POENGDØMMING/POINTS	13
§ 22	AVGJØRELSER	14
§ 23	PROTESTER	15
§ 24	STEVNEANSVARLIG	15
§ 25	HOVEDDOMMER	16
§ 26	TIDTAKER	16
§ 27	SEKRETÆR	17
§ 28	SEKUNDANT/COACH	17
§ 29	UTENLANDSKE UTØVERE	17
§ 30	ANTIDOPING	18
§ 31	FERDIGHETSMERKET I KICKBOXING	18
§ 32	RINGSPORTKAMPER FOR JUNIOR OG VETERAN	19

Vedlegg:

LOV OM ORGANISERT KAMPAKTIVITET SOM TILLATER KNOCKOUT	20
KNOCKOUTFORSKRIFTEN	21

Reglementet er sist revidert 291014 av NKBF Dommerkomite ved Roger Ramstad og Pål Bye Jensen.

NORGES KICKBOXING FORBUND

KAMPREGLEMENT FOR RINGSPORTER

FULLKONTAKT, LOW- KICK OG K-1



pbj/tos – v5

Gjeldende fra sesongen 2014/2015

§ 1 ALLMENT

Norges Kickboxing Forbund (NKBF) er medlem av Norges idrettsforbund (NIF) og World Association of Kickboxing Organizations (WAKO), og er underlagt de til enhver tid gjeldende lover og bestemmelser for disse. Etter samtykke fra WAKO kan NKBF tilpasse reglene til norsk lov.

Ringsportene Fullkontakt, Low-kick og K-1 er underlagt samme lovverk og bestemmelser, og omhandles derfor i ett felles reglement – Ringsportreglementet - der avvikene omtales fortløpende under de gjeldende paragraferne.

Senior ringsport (18 år inntil fylte 35 år) tillater knockout og er regulert av og skal oppfylle krav inntatt i 'Lov om organisert kampaktivitet som tillater knockout', med tilhørende forskrift om sikkerhetsbestemmelser (Knockout-forskriften). Disse er innarbeidet i det foreliggende reglementet.

Ungdom (13 år inntil fylte 16 år), Junior (16 år inntil fylte 19 år) og Veteran (35 år +) ringsport tillater IKKE knockout og er ikke underlagt samme lov og forskrift, men vil likevel følge de samme sikkerhetsbestemmelsene med målsetting om maksimal sikkerhet for utøverne.

Kickboxing er å sammenligne med boksing, men hvor også beinteknikker er en like viktig del av sporten. Det legges like mye vekt på spark- som slagteknikker.

I ringsportgrenene skal alle teknikkene være kontante og kraftfulle, og skal utføres med full fokus på tillatte treffpunkt. Kampene foregår i boksering og med fullt sikkerhetsutstyr, som bl.a. inkluderer hansker, hjelm og fotbeskyttere. Kampen ledes av en kampleder som ivaretar utøvernes sikkerhet og ser til at reglementet overholdes. Selve dømmingen utøves av tre poengdommere som registrerer godkjente treff. Utøvere går normalt 3 runder à 2 minutter.

Low-kick skiller seg fra Fullkontakt ved å utvide det poenggivende treffområdet fra hode og kropp til også å gjelde lår.

K-1 skiller seg fra Fullkontakt med mer allsidig og alternative treffpunkter og teknikkalternativer ved at både lår og legger inngår som treffområde og bruk av kne som poenggivende teknikk. I tillegg kan en også klinsje, dvs. holde motstander mens en utøver teknikk, men ikke i mer enn fem sekunder og kun med én kneteknikk.

K-1 (WAKO/NKBF) har sin opprinnelse fra tradisjonell siamesisk kampform. Forskjellen er:

- Albueteknikker og kastteknikker med lår, hofta, ankel, fot eller bein, er ikke tillatt, heller ikke å holde motstanderens fot.
- Klinsj kan bare vare inntil 5 sekunder, der det er lov å holde motstanderens nakke med begge hender for kun å bruke én kneteknikk
- Det er videre forbudt å:
 - utføre WAI KHRUU ved start av kamper
 - bære MON KONG, PRATCHAT eller annen form for tradisjonelle symboler for MUAY THAI
 - spille MUAY THAI musikk under kamper

For å kunne delta i ringsportkamper må utøveren inneha ferdighetsmerket i Gull (jfr.§ 31) og vise fram gyldig kampbok med helseattest. Aldersgrensen i fullkontakt ringsport er 18 år inntil fylte 35 år.

All konkurranse og kamper skjer på frivillig basis, i samsvar med gjeldende regler og i god sportsånd. Aktiviteten bygger på gjensidig respekt, ære, ærlighet og fair play. Alle involverte i sporten må søke å fremme utviklingen og omdømmet, og høyne kvaliteten på kickboxingen som sport og NKBF som organisasjon. De skal til enhver tid opptre som verdige representanter for sporten.

§ 2 DELTAGELSE I STEVNER

Generelt krav til deltagelse og arrangering av aktiviteter

NKBF-medlemmer kan ikke som amatør delta i eller konkurrere innenfor andre verdensorganisasjoner enn WAKO. Dette gjelder for utøvere, trenere/coach'ere, arrangører/promotører og dommere. Videre inkluderer dette VM/EM, verdens- og europacuper og tittelkamper innen alle WAKO-disipliner i verdensorganisasjoner utenfor WAKO.

NORGES KICKBOXING FORBUND

KAMPREGLEMENT FOR RINGSPORTER

FULLKONTAKT, LOW- KICK OG K-1



pbj/tos – v5

Gjeldende fra sesongen 2014/2015

Brudd på ovennevnte bestemmelser vil automatisk resultere i utestenging i 2 år fra WAKO-aktiviteter fra den dato bruddet ble begått. Brudd ift. å varsle WAKO kan føre til inntil 2 års utestenging for vedkommende utøvers nasjonale organisasjon.

Alle WAKO-stevner, turneringer eller internasjonale kamper arrangert av NKBF-medlemmer i Norge skal godkjennes av NKBF, selv om stevnet er arrangert på privat basis. NKBF skal ha hoveddommer og godkjenne øvrige dommerne. Brudd på reglene kan føre til eksklusjon eller andre administrative forføyninger og i ytterste konsekvens politianmeldelse, spesielt der det er brudd på 'Lov om organisert kampaktivitet som tillater knockout' og tilhørende forskrift om sikkerhetsbestemmelser (Knockoutforskriften).

Vedrørende deltagelse i profesjonelle stevner nasjonalt eller internasjonalt henvises til NKBF-reglement for proffdeltagelse (2009-10).

Ferdighetskrav

Det stilles ingen beltekrav i ringsportene, men det kreves bestått og gyldig ferdighetsmerke i Gull (jfr. § 31) for å kunne delta i ringsportkamper.

Deltagelse i NKBFs norgesmesterskap

For deltagelse i norgesmesterskapet kreves i tillegg til ferdighetskravet at utøveren kvalifiserer seg i henhold til utarbeidede kriterier for NM-deltagelse i ringsportgrenene. Disse finnes på forbundets nettsider.

Norgescupen

Ringsportgrenene utøves som cup hvis det er mer enn to deltagere i en vektklasse eller kategori. Oppsatte kamper kan likevel velges selv om det skulle være flere enn to i en vektklasse. Det utropes ikke vinner i Norgescupen i ringsportgrenene.

Deltagelse i ulike disipliner på samme stevne

- En utøver som deltar i ringsportgrenene, kan ikke også delta i Lett- eller Pointfight samme dag.
- Han kan imidlertid delta i Musical Forms, da det er en ikke-kontaktdisiplin.

§ 3 KAMPBOK

Enhver utøver skal ha egen kampbok. Den skal være utfylt med:

- Navn, signatur, bilde og alder
- Graderinger, ferdighetsmerker og kamputfall
- Lisensnummer og gyldig legeattest

I kampboka skal innføres:

- Hver knockout, RSCH og annen skade av betydning for kampaktivitet
- Hver karantene og karantenetiden
- Resultater av pålagte medisinske undersøkelser etter karanteneslutt
- Tillatelse til å fortsette kampaktivitet etter karantene eller skade

Kamplederen har ansvar for at kamputfall, skader og karantene blir registrert, legen for medisinske resultater og tillatelse til å gå kamp igjen. Klubbleder/graderingsansvarlig har ansvaret for at gullmerket er bestått.

Alle utøvere skal ha kampboka med på stevnene. Denne vil også fungere som legitimasjon ved innveiing. Kan den ikke forevises får ikke utøveren delta. Kampboka leveres sekretariatet og fås igjen etter siste kamp.

Merknad:

I tillegg til kampbok henstilles alle utøvere/klubbledere å legge inn og oppdatere stevnepass på NKBF web. Dersom bilde, beltegrad, reell vekt og legeattest er lastet opp og vedlikeholdt, vil innsjekk ifb. stevner gå betydelig raskere, samt at utøveren vil fortsatt få lov til å gå kamp selv om man har glemt original kampbok/legeattest.

NORGES KICKBOXING FORBUND

KAMPREGLEMENT FOR RINGSPORTER

FULLKONTAKT, LOW- KICK OG K-1



pbj/tos – v5

Gjeldende fra sesongen 2014/2015

§ 4 HELSEATTEST

Utøverne skal legge fram helseattest på stevnene. Den skal være utstedt av lege, under ett år gammel og innført i utøverens kampbok. Som helseattest skal benyttes det til enhver tid gjeldende NKBF legeskjema.

For å kunne delta i konkurranser må utøveren være i god form og uten skade eller sykdom som kan volde ham selv eller andre utøvere skade.

§ 5 KAMPLEGE

Kamplegen har ansvar for å påse at utøveren er konkurransedyktig før kampstart. Til grunn for vurderingen skal det foreligge en konsultasjon utført av kamplegen, helseattest og kampbok. Dersom deltagelse ikke er medisinsk forsvarlig, skal hoveddommeren informeres. Kamplegen skal være til stede ved ringen under hele kampen og skal kun overvære én kamp om gangen. Han har rett til å stoppe kampen ved fare for skade.

For å opptre som kamplege, må man være ferdig utdannet lege. En turnuslege er kun autorisert til å jobbe på steder med veiledet tjeneste, dvs. at det må være en veileder (som har det overordnede ansvaret) fysisk til stede, eller fungere som bakvakt (mulig å få tak i pr. telefon, og som kan komme på stedet innen 20 min.).

Det kreves dokumentert opplæring i henhold til 'Arbeidsdokument for stevnelege' (skal signeres av legen) i det aktuelle kampreglementet. Dette ansvaret tilligger hoveddommer/stevneansvarlig.

§ 6 MEDISINSKE KARANTENEBESTEMMELSER OG SKADEREGISTRERING

Medisinske karantenebestemmelser

Alle utøvere som blir slått ut til hodet under kamp eller på trening, eller hvor kamplederen eller legen har stoppet kampen pga. av støt mot hodet, skal automatisk ha karantene. Om det var en ren treff, en ulovlig teknikk eller et uhell, har ingen betydning for karantenen.

På trening eller aktiviteter utenfor NKBF-stevner, er det lege eller trener som skal ilegge karantene i henhold til NKBFs karantenebestemmelser, påføre dette i utøverens kampbok og straks innrapportere dette til NKBFs forbundskontor.

- Ved knockout (KO) skal utøveren ha karantene i minst 8 uker.
- Stoppes kampen pga. støt mot hodet (RSCH), skal utøveren ha karantene i minst 4 uker. Kamplegen bør imidlertid vurdere lengre karantene.
- Ved andre gang i løpet av 12 måneder, KO eller RSCH, er karantenen på 4 måneder.
- Tredje gang i løpet av 12 måneder er karantenen på 12 måneder.
- Karantenen starter samme dag tildragelsen fant sted.
- Kamplegen kan ut fra en medisinsk begrunnelse fastsette lengre karantene enn bestemt ovenfor. Han kan også gi karantene selv om ikke kampen har blitt stoppet, men utøveren har fått hard medfart mot hodet eller på bakgrunn av annen skade.
- Sykehuslegen kan på bakgrunn av undersøkelser eller scanning av hodet utvide karantenen ytterligere.
- Karantenetiden er en minimumsperiode og kan ikke overprøves, selv om hodescanning ikke skulle vise noen synlige skader.
- I karantenetiden skal ikke utøveren delta verken i sparring eller annen kamptrening.
- Karantenen gjelder alle grener av kickboxingen uavhengig av i hvilken gren karantenen ble ilagt.
- Ilagte karantener skal skrives i kampboka, protokollføres og innrapporteres på skaderapportskjema til NKBFs forbundskontor.
- Før en utøver som har fått karantene som følge av støt mot hodet igjen kan delta i kampaktivitet, skal han vurderes av spesialist i nevrologi eller nevrokirurgi. Til grunn for vurderingen skal det foreligge en computertomografiundersøkelse (CT) av hodet. Legen kan imidlertid kreve ytterligere undersøkelser for å kartlegge utøverens helsetilstand. Undersøkelseresultatet og eventuell tillatelse til å fortsette kampaktivitet (f.eks. ny legeattest), skal føres inn i kampboka og innrapporteres til NKBFs forbundskontor.
- Skader i internasjonale aktiviteter som kan gi karantene iht. ovennevnte definisjon, skal føres i kampboka av kamplegen. Hvis dette ikke gjøres, skal coach kommentere dette i kampboka og rapportere dette til NKBFs forbundskontor. Coach/reiseleder forplikter seg uansett til å fylle ut et eget skaderapportskjema som sendes NKBFs forbundskontor. Ved skader som gir grunnlag for karantene, vil forbundslegen utstede karantene etter vanlig stevnepraksis.

NORGES KICKBOXING FORBUND

KAMPREGLEMENT FOR RINGSPORTER

FULLKONTAKT, LOW- KICK OG K-1



pbj/tos – v5

Gjeldende fra sesongen 2014/2015

Skaderegistrering

Dersom det i forkant, ifb. innsjekk/innveiging eller i løpet av stevnet avdekkes symptomer og tegn på alvorlig skade på, eller sykdom i nervesystemet, eller det fremkommer opplysninger i anamnesen (sykehistorien) om alvorlige skader og sykdommer, plikter hoveddommeren/stevneansvarlig å påse at utøveren nektes å delta i kamp.

Trenere og andre ledere er ansvarlige for å registrere og melde fra om utøvere som får skader, alvorlig sykdom, eller som på grunn av andre uhell åpenbart ikke bør delta i konkurranser. De plikter også å få sine utøvere til å gjennomgå legekontroll. Alle skader skal innrapporteres til NKBFs forbundskontor.

§ 7 SIKKERHETSUTSTYR

I alle ringsportgrenene må utøverne bruke komplett sikkerhetsutstyr som i høy grad reduserer kraften.

Dette gjelder både amatør- og proffkamper. Hodebeskytter, hansker, fotbeskyttere og leggbeskyttere skal være godkjent i henhold til utstyrgodkjenningen, være av nyere dato, feilfritt og rengjort.

Kamplederen skal godkjenne utstyret før kampstart. Dersom utstyret ikke er i orden, kan utøveren bli ekskludert.

Dommere kan avvise konkurranseutstyr dersom de ikke finner utstyret tilfredsstillende ift. helse og sikkerhet for utøverne, om det åpenbart har for dårlig kvalitet, er slitt, er skadet eller kan forårsake skader, ikke har rett størrelse eller ikke er godt nok tilpasset utøveren med mer.

NKBF-godkjent kamputstyr forefinnes til enhver tid på forbundets nett-sider (Utstyrgodkjenning).

Dersom forbundet stiller med kamphansker, skal gummi-/plasthansker være tilgjengelig og kan nyttes av utøverne.

Obligatorisk sikkerhetsutstyr:

- *Hodebeskytter*: skal beskytte øyenbryn, tinning, ører, toppen og baksiden av hodet. Den skal ikke minske synsvinkelen, ikke stenge for hørselen og skal være individuelt tilpasset utøver.
- *Hansker*: skal være formstøpte med elastisk stopping som verken kan forskyves eller revne. De må passe til hånden, ikke skli og ikke ha skarpe/ujevne flater som kan forårsake skader. Vekten skal være minimum 10 oz (283 gr.) i alle vektklasser.
- *Fotbeskyttere*: skal passe foten og sitte på plass hele kampen. De må dekke hele foten, være ekstra beskyttende for vristen og hælen, og må ikke inneholde harde materialer.
- *Leggbeskyttere*: må ikke inneholde harde materialer, dekke størst mulig del av leggen og skal bæres innenfor kampbuksen.
- *Legg-fotbeskyttere*: i **K-1** bæres legg-fotbeskytter (shins) i ett stykke som dekker hele skinnleggen og foten.
- *Tannbeskytter*: Doble tannbeskyttere er å foretrekke.
- *Suspensorium*: skal bæres innenfor kampbuksen og er obligatorisk for både kvinner og menn.
- *Brystbeskyttelse*: er påkrevd for kvinner.
- *Bandasje*: håndbandasjer er 2.5 meter lange og 5 cm brede. De kan sikres med tape én runde rundt handledet.

§ 8 KAMPANTREKK

Utøvere

Kampantrekk i Fullkontakt:

- Lang bukse med bred strikk, ikke knyting, rundt midjen og uten gradsbelte.
- Herrene går med bar overkropp mens damene stiller i nøytral kroppsnær sportstopp.

Kampantrekk i Low-kick og K-1:

- Shorts med bred strikk, ikke knyting, rundt midjen og uten gradsbelte.
- Herrene går med bar overkropp mens damene stiller i nøytral kroppsnær sportstopp.
- Det er ikke tillatt med shorts med navnet MUAY THAI eller annen kampsport påskrevet.

For alle ringsportgrener gjelder følgende:

- Utover obligatorisk sikkerhetsutstyr må utøverne ha rent tøy, være ren/stelt og ha kortklippede tånegler.
- Utøverne må ikke bære på seg noe som kan forårsake skade, slik som ringer, halskjede, armbåndsur, øreringer, piercing o.l.
- Taping av piercing er ikke tillatt. Brillor og harde kontaktlinser er forbudt.
- Kun forbundsmerket, forbundssponsor, klubbmerke og klubbsponsor er tillatt på kampantrekket.
- Ved WAKO-stevner eller kamper i Norge skal antrekket være iht. WAKO kampreglement.

NORGES KICKBOXING FORBUND

KAMPREGLEMENT FOR RINGSPORTER

FULLKONTAKT, LOW- KICK OG K-1



pbj/tos – v5

Gjeldende fra sesongen 2014/2015

Kampledere og dommere

Kampledere og dommere skal være iført:

- Hvit NKBF-skjorte (WAKO-skjorte ved internasjonale stevner), sort/WAKO sløyfe, sorte bukser og sorte sko.
- Hoveddommer, matteleder og stevneansvarlig kan benytte WAKO-slips.
- Dommerne kan bruke godkjente NKBF-blazere.
- Kampledere skal ikke bære gjenstander som kan forårsake skade på utøverne dersom han må gå imellom dem, f.eks. armbåndsurs, beltespenne etc. Brillen er forbudt.
- Kampledere skal bruke gummihansker, som byttes ut etter kamper der det forekommer blod.

§ 9 VEKTKLASSER OG ALDERSGRENSER

Utøverne er delt inn i egne herre- og dameklasser, samt i ungdom, junior og senior og veteran. (Ungdom, junior og veteran uten knockout).

- **Ungdom** – fra den dagen en fyller 13 år, til den dagen en fyller 16 år.
- **Junior** - fra den dagen en fyller 16 år, til den dagen en fyller 19 år.
- Ungdom og Junior klassene kan slå sammen dersom det er få utøvere og hensiktsmessig.
- **Senior** - fra den dagen en fyller 19 år, til den dagen en fyller 35 år. Utøvere kan frivillig velge å gå som senior fra fylte 18 år.
- **Veteran** – fra den dagen en fyller 35 år.
- Aldersinndelingen er lik for både kvinner og menn.
- Det er ikke mulig å søke om dispensasjon fra aldersgrensen.

Utøverne er delt inn i ulike vektklasser, samt kategorier (se egne bestemmelser for ringsport). 'Utøvere skal deles inn i vektklasser med maksimal vektdifferanse mellom utøvere i samme kamp på 10 kg. Godkjenningnemnda kan gi sitt samtykke til unntak fra denne bestemmelsen'.

- I laveste og høyeste vektklasse skal det ved behov etableres 10-kilos flytende vektvindu.
- En utøver kan bare meldes på i én vektklasse, og ikke høyere enn til én klasse over sin reelle vekt, og kan kun stille i denne vektklassen. Ved A/B eller A-C kategori kan utøvere frivillig gå opp i kategori(-er).
- Hvis kun én utøver er innveid i en vektklasse, har utøveren mulighet til å gå opp en vektklasse.
- Ved internasjonale stevner følges de samme vektklassene som WAKO benytter.
- Nasjonalt benyttes de til enhver tid gjeldende vekt- og aldersklasser vedtatt av NKBF. Disse vil være oppdatert på forbundets nettsider.

§ 10 VEKTKONTROLL/INNVEIING

Alle utøvere skal være på plass ved innveiingens start/starttidspunkt.

- Utøvere som ikke veier innenfor den øvre vektgrensen i den vektklassen de er påmeldt til, eller ikke er innveid innen innveiingens slutt, får ikke delta i det aktuelle stevnet.
- Innveiingen skal foregå på et på forhånd angitt tidspunkt om morgenen på kampdagen, normalt minimum to timer før kampstart.
- Utøver veies inn i den aktuelle gren hver dag han skal gå kamp.
- Under NM og WAKO-stevner vil innveiing foregå kun første dag. I landskamper og vennskapskamper kan innveiing foregå dagen før kampdagen etter avtale.
- Kun godkjente og kontrollerte vekter kan benyttes. På alle stevner skal stevneansvarlig godkjenne vekta.

§ 11 RINGEN

All konkurranse i ringsportgrenene skal foregå i en boksering.

- Ringen kan være minimum 4.9x4.9 og maks. 6.1x6.1 meter målt fra innsiden av tauene og må ikke være mer enn 1.22 m over gulvet. Ved internasjonale mesterskap skal ringen være 6.1x6.1 meter, ikke mindre enn 91 cm eller mer enn 1.22 m over gulvet.
- Ringgulvet skal være av sikker konstruksjon. Det skal være plant og fritt for hemmende framspring og skal gå minst 46 cm utenfor tauene. Det skal være 4 hjørnestolper som skal være polstret, eller på annen måte

NORGES KICKBOXING FORBUND

KAMPREGLEMENT FOR RINGSPORTER

FULLKONTAKT, LOW- KICK OG K-1



pbj/tos – v5

Gjeldende fra sesongen 2014/2015

konstruert slik at de ikke kan forårsake skade på utøverne. Sett fra sekretariatet er nærmeste venstre hjørne rødt. Hjørnet lengst borte til høyre er blått. De andre er hvite.

- Ringgulvet skal være dekket av filt, gummi eller annet passende godkjent materiale som har samme elastiske egenskaper. Materialet skal ha en tykkelse på minimum. 1.3 cm og maks. 1.9 cm. Underlaget skal være fastspent og festet i kanvasen. Filt, gummi eller annet godkjent materiale samt kanvas, skal dekke hele ringgulvet.
- Det skal være fire, unntaksvis tre tau på min. 3 cm og max 5 cm tykkelse trukket stramt fra hjørne til hjørne i 41 – 71 – 102 – 132 cm høyde.
- Der det benyttes tre tau skal tauene være i 40 – 80 – 130 cm høyde. Tauene skal trekkes med bløtt eller glatt materiale. De skal bindes sammen på hver side i samme avstand med to stykker tettvevet kanvas i 3 – 4 cm bredde. Disse må ikke gli langs tauene.
- Ringen skal være utstyrt med minimum to trapper. To av trappene skal være plassert i henholdsvis rødt og blått hjørne. Disse benyttes av utøvere og sekundanter. Den eventuelt tredje trappen skal være plassert i nøytralt hjørne til bruk for kampledere og legen.
- Spyttbakk/bøtte skal finnes i hvert ringhjørne.

§ 12 TREFFPUNKT

Tillatte treffpunkt:

- Hode - front og side
- Overkropp - front og side (over hofte høyde)
- Fot - ankel/fot (kun for feiing)

Low-kick: også Lår – kun utside og innside, som kan bli truffet av legg/vrist.

K-1: både Lår og Legg - alle deler av benet som kan treffes av legg/vrist, bortsett fra kneet.

§ 13 KAMPTEKNIKKER

Tillatte teknikker:

Armteknikker:

- **Fullkontakt:** alle bokseteknikker (rette slag, hooks og uppercuts) - med hanskens front.
- **Low-kick:** også 'backhand'.
- **K-1:** også 'backhand', 'spinning backhand' og klinsjing - begge hender rundt nakken i maks fem sekunder og kun bruke én kneteknikk.

Fotteknikker:

- Front Kick
- Side Kick
- Round Kick.
 - I **Fullkontakt** kun med nedre del av leggen og vristen
 - I **Low-kick og K-1** med hele leggen og vristen
- Knee-strike (Kun **K-1, men ikke til hode**)
- Hook Kick
- Crescent Kick – både inn og utvendig
- Axe Kick – Kun tåballen/fotsålen og treffpunkt i front av hodet/kropp (ikke oppå hodet/skuldrene)
- Turn Kicks
- Spinn Kicks
- Jump Kicks
- Sweep/Fotfeiing – kun tillatt på fotbeskytter fra ankelen og ned, inn- eller utvendig på foten. Må utføres med innsiden av foten.

NORGES KICKBOXING FORBUND
KAMPREGLEMENT FOR RINGSPORTER
FULLKONTAKT, LOW- KICK OG K-1



pbj/tos – v5

Gjeldende fra sesongen 2014/2015

§ 14 FORBUDTE OG UREGLEMENTERTE TREFFPUNKT, TEKNIKKER OG OPPTREDEN

Det er forbudt eller ureglementert å:

- Angripe oppe på hodet, baksiden av hodet, nakken, halsen, oppe på skuldrene, rygg, nyrer, underlivet, lysken, beina (tillatt i **Low-kick** og **K-1**), eller ledd.
- Bruke kne (tillatt i **K1**, **men ikke til hode**), ankler, albue, innside av hansken, håndkant, håndledd, tommel, skulder, eller spinning backhand (tillatt i **K-1**).
- Holde, ta tak i, eller dra motstanderen inn i spark eller slag (unntak er klinsj i **K-1**), dytte, bryte, holde i ringrepet idet man utfører teknikker, eller angripe en motstander som faller, eller har falt på gulvet, eller er fast i ringrepet.
- Utøve ukontrollerte og urene teknikker, uren stil, for lavt hode og dukke lavere enn motstanderens midje.
- Forholde seg passivt, snu ryggen til motstanderen, 'løpe vekk', falle med vilje eller bevisst holding/klenging.
- Fortsette kampen etter at kommando 'stop' eller 'break' er gitt, eller når runden eller kampen er over, eller å forlate ringen før kampen er over.
- Spytt ut tannbeskytteren med vilje.
- Stille til kamp dersom en blør, har sår, rifter, revner, kutt eller skader, er bandasjert eller har tamponger i nesen.
- Smøre inn kropp eller ansikt med olje.
- Unnlate å følge kamplederens ordre, opptre fornærmende, usportslig eller unødig aggressiv i ringen.

Ved brudd på reglene skal kamplederen avhengig av graden, gi tilsnakk, advarsel, minuspoeng eller diskvalifisere utøveren.

§ 15 POENGGIVENDE TREFFERE

Kun tillatte teknikker mot tillatte treffpunkt kan gi poeng.

- Slag og spark skal treffe rent; teknikkene skal være kontante, kraftfulle, kontrollerte og rene; de skal utføres med balanse og full fokus på treffpunkt, samt utføres med god timing, rett distanse og sportslig holdning, for at de skal være poenggivende.
- Det gis ikke poeng for teknikker som blokkeres helt eller delvis, som slås av eller pareres, eller teknikker som sneier, streifer eller sklir over treffpunktet. En treffer som bare tøtsjer treffpunkt, eller som skubber, puffer eller skyver motstander, er heller ikke poenggivende.
- Det gis ikke poeng dersom utøveren pga. selvforskyldt ustabilitet etter å ha truffet motstanderen, mister balansen og berører gulvet med annet enn beina.
- Fotfeiling gir bare poeng når motstanderen berører gulvet med annet enn beina.

§ 16 KAMPLENGDE

Kamptid i ringsport er normalt 3 runder à 2 minutter effektiv kamptid, mens det for ungdom er normalt 2 runder à 2 minutter. Det er 1 minutt pause mellom rundene.

- I oppsatte kamper, lagkamper eller profesjonelle kamper kan det være 3, 5 eller 6 runder à 2 minutter. Dersom det arrangeres kamper med mer enn 3 runder, skal dette være avtalt på forhånd.
- En utøver kan ha maksimalt 12 minutter effektiv kamptid pr. døgn.
- Dersom en utøver går 2 kamper i løpet av 1 døgn, skal det være minst 6 timer pause mellom kampene.
- En runde kan ha maks 3 minutter effektiv kamptid.

Vedrørende kamplengde vises det til Knockoutforskriftens § 8 (vedlagt).

§ 17 KAMPLEDER (referee)

Hver kamp skal ledes av en kampleder. Han er suveren i ringen.

- Han skal med oppførsel, tilsnakk og gester sørge for at reglene overholdes, at utøvernes sikkerhet ivaretas og at den svakere part ikke blir påført unødig hard medfart.
- Han skal være real og upartisk, og sørge for at det hersker god sportsånd i ringen.
- Kamplederen skal være til stede i ringen når utøverne entrer og ikke forlate før utøverne har forlatt ringen.
- Kamplederen er ansvarlig for at ingen kamp gjennomføres, eller fortsetter etter telling, med mindre begge utøverne er i stand til det. Dersom det er den minste tvil om en utøver kan fortsette etter et slag eller spark, en

NORGES KICKBOXING FORBUND

KAMPREGLEMENT FOR RINGSPORTER

FULLKONTAKT, LOW- KICK OG K-1



pbj/tos – v5

Gjeldende fra sesongen 2014/2015

skade eller annet, skal kampen stoppes eller telling startes. Herunder kommer også fysisk overlegenhet. Ved tredje telling skal kampen stoppes for å beskytte utøveren.

- Kamplederen kan på et hvilket som helst tidspunkt stoppe en kamp dersom han mener at en av utøverne ikke er i stand til å fortsette, eller av sikkerhetsmessige grunner ikke bør fortsette, det være seg skade, et ureglementert slag eller spark, at utøveren ikke er i stand til å forsvare seg, eller at han anser kampen for å være for ensidig. Han kan også stoppe kampen om han mener utøverne opptrer usportslig.
- Kamplederen kan diskvalifisere en utøver ved grove regelbrudd, aggressiv eller usportslig opptreden – også dersom det er coach som opptrer usportslig. Ved diskvalifikasjon uten forutgående advarsel skal han først konferere med poengdommerne og varsle ringleder/sekretariat.
- Kamplederen kan kreve at coach og andre medhjelpere til en utøver forlater hans hjørne eller lokalet.
- Kamplederen tolker reglene og tar i spesielle tilfeller avgjørelser som ikke er spesifisert i regelverket.
- Kamplederen forutsettes å ha kunnskap om skaderisiko ved tillatte kampteknikker og symptomer og konsekvenser ved hodeskader.
- For å opptre som kamplederer må en oppfylle kravene spesifisert i NKBFs lisensordning.
- Kamplederen er ansvarlig for at kampaktiviteten gjennomføres iht. Forskrift om sikkerhetsbestemmelser til Lov om organisert kampaktivitet som tillater knockout (vedlagt reglementet).

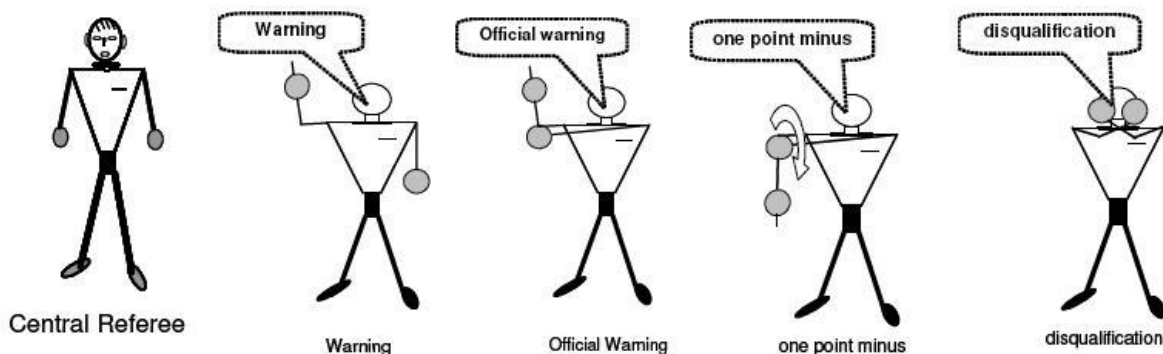
§18 KAMPLEDELSE

Kampspråket skal være norsk eller engelsk. Internasjonalt kun engelsk.

18 a) Kommandoord

- Shake hands: Utøverne hilser ved å berøre hverandres hansker før kampstart.
- Fight: For å starte kampen eller fortsette etter avbrudd.
- Stop: Kampen avbrytes umiddelbart og kan bare startes av ny kommando 'fight' fra kamplederen.
- Break: Begge utøverne tar minst ett steg tilbake før de fortsetter kampen.
- Stop-Time: Kampen avbrytes umiddelbart og tiden stoppes inntil ny kommando 'fight' fra kamplederen blir gitt.
- Time: Klokken stoppes eller startes.
- Seconds out/ringen klar: Det gjenstår 10 sekunder av pausen.

18 b) Tegn



18 c) Kampgangen

Utøverne stiller kampklar ved ringen ved opprop.

Hanskene tas ikke på før etter at kamplederer har sjekket håndbandasjene.

- Kamplederen skal før kampen påse at utøverne har det påkrevde sikkerhetsutstyr og påkledning, bl.a. sjekke at utøverne har susp, at leggbeskytter ikke inneholder noen harde materialer, at utøverne ikke bærer smykker, piercing etc. og at de har kortklippede tånegler.
- Han beordrer utøverne til midten av ringen og gir dem sine instruksjoner før han beordrer 'shake hands'.
- Etter å ha sjekket at poengdommerne og tidtakeren er klare, starter han kampen ved først å si 'time' samtidig som han gjør T-tegn med hendene til sekretariatet om å starte tiden, og så 'fight' til utøverne.

NORGES KICKBOXING FORBUND

KAMPREGLEMENT FOR RINGSPORTER

FULLKONTAKT, LOW- KICK OG K-1



pbj/tos – v5

Gjeldende fra sesongen 2014/2015

- Han nytter kommandoordene 'fight', 'stop' og 'break'. Når kommandoen 'stopp' blir gitt, skal utøverne med en gang stoppe kampen og avvente ny ordre fra kamplederen. Dersom utøverne ikke hører stopp-kommando, skal kamplederen varsle dette ved å klappe utøverne på skulderen eller fysisk skille dem. Ved kommandoen 'break' tar begge utøverne minst ett steg tilbake og fortsetter kampen umiddelbart.
- I pausen mellom rundene skal utøverne stå/sitte i sine respektive hjørner med fronten vendt inn mot ringen. Etter pausen kommanderer kamplederen utøverne til midten av ringen før han starter kampen.
- Han beordrer utøverne 'shake hands' kun før første runde.
- Dersom han diskvalifiserer en utøver eller stopper kampen, må han først gi beskjed til sekretariat slik at grunnene for at kampen er stoppet blir annonsert, før han løfter vinnerens arm i været.
- Etter kampen takker utøverne hverandre og motstanderens coach for kampen i god sportsånd.

Elektronisk dømming:

- Når kampen er ferdig viser den elektroniske scoringen automatisk hvem som har fått flest resultatpoeng og vunnet kampen. Dersom en eller flere poengdommere har uavgjort skal denne/de velge vinnere ut fra vurderingskriteriene ved å trykke på rød/blå del av den elektroniske klikkeren.
- Kampleder kaller begge utøverne til midten av ringen og holder i armen til begge, før han løfter vinnerens arm i været.

Manuell dømming:

- Kamplederen samler eventuelle dommerskjema, vurderer dommernes forståelse av kampen og ser til at eventuelle advarsler og minuspoeng er tatt i betraktning. Hvis han mener det er uriktig dømt, bør poengdommer konsulteres, ev. ringleder/hoveddommer underrettes.
- Kamplederen må ikke antyde avgjørelsen før den annonseres. Når vinneren annonseres oppgis det samtidig resultatpoeng. Da skal kamplederen ha kalt begge utøverne til midten av ringen og holde i armen til begge, før han løfter vinnerens arm i været.

18 d) Ved regelbrudd

Hvis regler brytes kan kamplederen, avhengig av graden, gi veiledning, tilsnakk/advarsel, 'official warnings', minuspoeng eller diskvalifisere utøveren. Kamplederen kan gi advarsler og minuspoeng uten konsultasjon med poengdommere eller matteleder.

- Ved første gangs forseelse eller et mindre regelbrudd, kan kamplederen først gi veiledning til utøveren uten at han stopper kampen, eller stoppe kampen og gi tilsnakk/advarsel. Gir han tilsnakk/advarsel påpeker kamplederen regelbruddet og gjør klart at flere regelbrudd vil gi konsekvenser.
- Ved første 'official warning' stopper han kampen og tiden, holder pekefingeren løftet rett foran vedkommende utøver og sier høyt og klart 'official warning' og gir klar beskjed om hva advarselen gjelder. Det er viktig at også poengdommerne og sekretariatet kan se og høre hva forseelsen gjelder.
- En kampleder som én gang har gitt 'official warning' for en overtredelse, kan ikke deretter gi tilsnakk/advarsel for samme type overtredelse, med mindre det dreier seg om en mildere forseelse og det kan gis tegn uten at kampen stoppes. En andre 'official warning' og minuspoeng vil følge, så en tredje 'official warning' og minuspoeng, og deretter diskvalifikasjon.
- Er det gitt 'official warning' for én type overtredelse, kan han likevel gi tilsnakk/advarsel for en hvilken som helst annen type, så lenge det er snakk om en mindre forseelse. I motsatt fall skal det gis nok en 'official warning' og minuspoeng.
- Ved andre 'official warning' gis samtidig minuspoeng (1-). Kampen og tiden stoppes. Kampleder tar vedkommende utøver i armen og sier 'official warning, 1 minus point', samtidig som han viser tegnet for minuspoeng, og henvendt til hver av poengdommerne og sekretariat angir grunnen til minuspoenget.
- Ved tredje 'official warning' gis nok et minuspoeng. Samme prosedyre som ovenfor, men han viser tre fingre når han tiltaler utøveren.
- Fjerde 'official warning', eller tredje minuspoeng, fører til diskvalifikasjon (Disq). Kamplederen viser tegnet for "disqualification" iht. samme prosedyre som ovenfor for å vise at utøveren er ute og kampen over, mens han annonserer grunnen til diskvalifikasjonen.
- Ved grove regelbrudd, aggressiv eller usportslig opptreden, samt ved utførelse som kan sette utøverne i unødige fare, kan kamplederen også gi direkte minuspoeng eller diskvalifisere en utøver direkte, uten at tilsnakk/ advarsel eller 'official warning' er gitt tidligere.

NORGES KICKBOXING FORBUND
KAMPREGLEMENT FOR RINGSPORTER
FULLKONTAKT, LOW- KICK OG K-1



pbj/tos – v5

Gjeldende fra sesongen 2014/2015

- I tilfelle direkte diskvalifikasjon, skal kamplederen først konferere med poengdommerne og varsle ringleder/sekretariat. Ved avgjørelse om fjerde påfølgende 'official warning', kan kamplederen diskvalifisere utøveren uten forutgående konferering.

18 e) Følger av advarsler eller 'official warning'

Advarslene trenger ikke å gjelde samme forhold. Advarslene følger med gjennom alle rundene i kampen.

1. 'official warning' = 'Official warning'
2. 'official warning' = 'Official warning' og minuspoeng
3. 'official warning' = 'Official warning' og minuspoeng
4. 'official warning' = 'Disqualification'

18 g) Oppmøte til kamp

Utøverne skal i god tid gjøre seg klar slik at de ved opprop er kampklar.

- Dersom utøveren ikke er klar etter tredje opprop, startes klokken.
- Dukker han ikke opp innen to minutter, annonseres motstanderen som vinner på 'walk over'.
- Dukker utøveren opp, men ikke er kampklar innen tidsfristen, skal kampleder gi minuspoeng.

18 h) Time-out

Det er kun kamplederen som kan stoppe tiden. Når advarsler deles ut skal tiden stoppes. All tid-stopp skal holdes på et minimum.

- Grunner til time-out:
 - Ifb. skade, sikkerhet og fair play
 - Rette på utstyr hos fighter
 - Kampleder for å konferere med poengdommere, sekretariat eller ringleder
 - Kampleder for å snakke med en fighter eller trener/coach
- Utøverne kan be om time-out ved å løfte en arm i været, for å sjekke en skade eller ordne sikkerhetsutstyret. Kamplederen trenger ikke etterkomme en utøvers ønske om time-out dersom han mener det vil ta bort fordelene til den andre utøveren, med mindre det dreier seg om utøverens helse og sikkerhet.

18 i) Antall spark pr. runde

Arm og fotteknikker benyttes gjennom hele kampen. Sparkene skal klart være ment for å treffe og skal være kontante.

I Fullkontakt skal hver utøver ha minimum 6 spark pr. runde, dvs. minimum 18 spark totalt i treunders-kamper.

- Har utøveren for få spark i første runde, skal han få beskjed og mulighet til å ta igjen de manglende sparkene i andre runde. Klarer han ikke det, gis et minuspoeng.
- Har utøveren nok spark i første runde men for få i andre runde, skal han få beskjed og mulighet til å ta igjen de manglende sparkene i tredje runde. Klarer han ikke det, gis et minuspoeng.
- Har utøveren tilstrekkelig antall spark i de to første rundene men for få spark i tredje runde, gis et minuspoeng.
- Totalt kan utøveren få 2 minuspoeng for manglende spark.
- Minuspoeng for manglende spark vil bli lagt til minuspoeng for andre forseelser, og ved tredje minuspoeng, uansett grunn, vil utøveren bli diskvalifisert.

Low Kick/K-I: pga. kampgrenenes karakter og stil skal det ikke telles spark slik som i Fullkontakt.

Sparktellere: Det bør benyttes sparktellere i fullkontakt, dvs. egne dommere som har i oppgave kun å telle antall spark og som etter hver runde informerer kampleder om eventuelle manglende spark. Sparktellerne bør bruke flippover eller skilt/plakat slik at utøver og sekundant kan se antall spark.

18 j) Skade

- I tilfelle skade skal kamplagen øyeblikkelig kalles til ringen. Tiden stoppes til legen har avgjort om utøveren kan fortsette kampen eller ikke. Avbrekket skal ikke vare mer enn 2 minutter fra ankomst av legen.

NORGES KICKBOXING FORBUND

KAMPREGLEMENT FOR RINGSPORTER

FULLKONTAKT, LOW- KICK OG K-1



pbj/tos – v5

Gjeldende fra sesongen 2014/2015

- Bare kamplederen og legen skal være i ringen, ingen sekundanter. Legen tilkaller hjelp etter behov.
- Det er legen og ingen andre, som har det siste ordet, dersom han mener kampen skal stoppes.
- Skader kan bare behandles i pauser eller etter kampen.

18 k) Nede for telling

En utøver regnes som nede for telling dersom han etter en treffer eller serie treffere

- berører gulvet med annet enn føttene
- henger hjelpeløst i ringrepene
- er helt eller delvis utenfor ringrepene
- etter en voldsom treffer men uten å ha blitt slått ned, likevel befinner seg i en semi-bevisst tilstand og etter kampleders vurdering ikke er i stand til å fortsette kampen, eller utøveren av annen grunn er ute av stand til å forsvare seg.
- Hvis en utøver spytter ut tannbeskytteren, skal kampleder øyeblikkelig stoppe kampen og starte telling.

Ved tredje telling skal kamplederen stoppe kampen for å beskytte utøveren.

Når en utøver er nede for telling skal kamplederen umiddelbart begynne å telle i sekundrytme fra 1 til 10.

- Under tellingen skal ikke kamplederen berøre utøveren.
- Han skal vise hvert sekund med fingrene slik at utøveren kan oppfatte tellingen.
- Kampen kan ikke fortsette før det er talt til 8, selv om utøveren måtte være klar til å fortsette før.
- Dersom utøveren ikke holder hendene opp for å vise at han er klar til å fortsette før det er talt til 8, skal tellingen fortsette til 10, hvorpå kamplederen sier 'out'.
Kampen er over og motstanderen har vunnet, med mindre han har utført en ulovlig teknikk og dermed blir diskvalifisert.
- Etter en hard utslagning kan kamplederen si '1-out, doctor' umiddelbart etter å ha talt til 1, slik at utøveren kan undersøkes eller skade behandles øyeblikkelig.
- Er utøveren fortsatt uklar på 8 selv om han er i guard, telles videre. Det er kamplederen som bestemmer om utøveren er i stand til å fortsette kampen eller om han bør telles ut.
- Fortsettes en kamp etter telling til 8, men utøveren er nede for telling igjen uten å ha fått nye treffere, skal kamplederen gjenoppta tellingen fra 8 og telle ut utøveren.
Er en utøver nede for telling ved rundens slutt, skal tellingen fortsette selv om runden er over.
Det gjelder også om det er siste runde. Teller kamplederen til 10, er utøveren ute.
Er utøveren klar når det er talt til 8, beordrer kamplederen 'fight-stop' for å markere at utøveren ikke ble talt ut og at runden er over.
- Dersom begge utøverne er nede for telling samtidig, vil tellingen fortsette så lenge en av dem er nede. Er begge nede etter at det er talt til 10, stoppes kampen og seieren går til den utøveren som hadde flest poeng før de gikk ned for telling.

18 l) Motstanders plikter ved telling eller skade

Når motstanderen er nede for telling eller ved skade, skal utøveren straks gå til nøytralt hjørne anvist av kamplederen. Dersom en utøver unnlater dette, skal det gis 'official warning'. Han må under ingen omstendigheter starte kampen igjen før kamplederen har gitt ordre om å gjenoppta kampen.

18 m) Sikkerhetsvurdering

En utøver som er slått ut, er blitt talt ut, skadet eller på annen måte har vært utsatt for ekstra hard medfart, skal umiddelbart etter kampen undersøkes av legen, som tar de nødvendige forholdsregler for å sikre utøverens helse. Legens avgjørelse er udiskutabel.

§ 19 POENGDOMMERE (Judge)

Hver kamp skal dømmes av tre poengdommere.

- Dommerne skal sitte atskilt på hver sin side av ringen. De skal ikke snakke med noen mens kampen pågår og skal ikke forlate plassen før avgjørelsen er blitt annonsert. De kan imidlertid etter rundeslutt kontakte kampleder for å gjøre han oppmerksom på et forhold han ikke har registrert.

NORGES KICKBOXING FORBUND

KAMPREGLEMENT FOR RINGSPORTER

FULLKONTAKT, LOW- KICK OG K-1



pbj/tos – v5

Gjeldende fra sesongen 2014/2015

- Dommerne må hver for seg og uavhengig av hverandre, bedømme utøverne i henhold til reglene, være upartiske og dømme hver utøvers prestasjon så godt de kan ifølge sine kunnskaper og sin samvittighet.
- Dommerne registrerer fortløpende alle poenggivende treffere, og kun disse. For at de skal registreres må dommeren klart se trefferen og se at den er ren, kontant og kraftfull. Dersom en bare hører eller antar det var en treffer, eller er usikker på om den var poenggivende, skal den ikke registreres.
- Ved lengre slagserier ved 'in fight' og klenging skal ikke alle teknikkene medregnes.
- Dersom scorepaper benyttes må resultatene nedskrives for hver runde. 'Official warnings' og minuspoeng må noteres. Resultatene fra hver runde skal summeres, og dommeren setter ring rundt vinnerens navn.
- Ved registrering av poeng skal dommerne bruke klikkere/eventuelt elektronisk klikkere.
- I turneringer kan ingen kamp ende uavgjort. Det er kun tillatt i oppsatte kamper, lagkonkurranser og vennskapskamper/landskamper.
- Benyttes dommerskjemaer, skal ikke disse vises til uvedkommende. Utøvere/trenere kan ikke kreve tilgang til disse.
- Kun skjemaer fra NKBF/WAKO kan benyttes.

For å opptre som poengdommer må en oppfylle kravene spesifisert i NKBFs lisensordning.

§ 20 KAMPLEDERE, POENGDOMMERE OG FUNKSJONÆRER

Kampledere, poengdommere og funksjonærer skal opptre korrekt og upartisk slik at ingen utøvere eller team skal ha grunn til å føle at de blir eller kan bli forskjellsbehandlet. De må ikke i løpet av en turnering, verken i eller utenfor tjeneste, på noen måte engasjere seg til fordel for sitt eget lag, eller opptre på en partisk måte, verken som coach eller støttespiller. Det bør ikke tillates å bytte rolle fra kampleder, poengdommer eller funksjonær, til lagleder eller sekundant i løpet av det samme stevnet.

En bør unngå at kampleder eller poengdommere kommer fra samme klubb som utøverne, i alle fall at ikke to av dem representerer én av utøverne i en og samme kamp. Hoveddommer kan i spesielle tilfelle gjøre unntak fra reglene.

§ 21 POENGDØMMING/POINTS

Alle poenggivende treffere og feiing utført på godkjent måte, teller 1 poeng.

Poenggiving

Utøverne vurderes på bakgrunn av antall treffere, eventuelt også effektiviteten i angrep og forsvar, samt renhet i stil og teknikker. Det gis fortløpende poeng gjennom alle rundene for godkjente treffere.

Vinner er den som har fått flest poeng hos et flertall av dommerne etter endt kamp.

Ved lik poengsum etter endt kamp vurderes utøverne etter følgende kriterier i nevnte rekkefølge/prioritet:

- **Best siste runde:** Den som fikk flest poeng i sisterunden settes som vinner.
- **Vurdering:** Dersom ellers likt avgjøres vinneren ut fra aktivitet, forsvar eller renhet i stil og teknikker. Eventuelle advarsler og minuspoeng skal vektlegges ift. valg av vinner.

Det krysses av på dommerskjemaet (WAKO/NKBF-scorepaper) for hvilke kriterier som er benyttet.

Dommerne må notere seg poenggivingen etter hver runde slik at de vet hvem de ga flest poeng i sisterunden, samt inntrykk av kampen slik at de om nødvendig kan utpeke vinneren ut fra vurderingskriteriene.

Elektronisk dømming

Ved elektronisk dømming avgir dommerne poeng på en elektronisk klikker, og resultatene fra den enkelte dommer vises fortløpende på en elektronisk skjerm slik at alle kan se kampens utvikling og poengstillingen til enhver tid. Også løpende tid, advarsler og minuspoeng, som administreres av tidtakeren, vises på skjermen.

Ved lik poengsum hos en eller flere dommere etter endt kamp, vil det elektroniske systemet sette den utøveren som fikk flest poeng i sisterunden som vinner. Dersom fortsatt likhet må den enkelte poengdommer utpeke vinner ut i fra WAKO/NKBF vurderingskriterier ved å klikke på rød/blå del av den elektroniske klikkeren, på ordre fra sekretariatet. Ved minuspoeng vil sekretariatet sørge for elektronisk å trekke fra 3 poeng fra hver av poengdommerne.

NORGES KICKBOXING FORBUND

KAMPREGLEMENT FOR RINGSPORTER

FULLKONTAKT, LOW- KICK OG K-1



pbj/tos – v5

Gjeldende fra sesongen 2014/2015

Manuell dømming

Dommerne registrerer poeng med klikkere og noterer advarsler og minuspoeng og endelig resultatet på dommerskjema (WAKO/NKBF-scorepaper). De setter ring rundt navnet til vinneren.

Ved lik poengsum hos en eller flere dommere etter endt kamp, må den enkelte dommer sette den utøveren som fikk flest poeng i siterunden som vinner. Dersom fortsatt likhet må den enkelte poengdommer utpeke vinner ut i fra WAKO/NKBF vurderingskriterier.

Ved minuspoeng skal alle 3 poengdommerne klikke 3 ganger i favør av motstanderen.

§ 22 AVGJØRELSER

Poengavgjørelse (P)

Vinneren er den utøveren som flertallet av dommerne har som vinner på bakgrunn av antall gitte poeng.

Dersom begge utøverne blir skadet eller slått ut samtidig og ikke kan fortsette kampen, vil den utøveren som har fått flest poeng blant dommerne så langt, bli tilkjent seieren.

Knockout - utslagning (KO)

En KO-seier oppnås dersom en utøver blir slått ut til hodet. (Automatisk karantene).

- Når kampleder teller til 10, er det å anse som KO.
- Ved alvorlige KO's teller kampleder '1-out, doctor'.

Kampleder stopper kampen - (RSC eller RSCH)

- **RSCH**- seier dersom kamplederen eller legen stopper kampen etter treffere til hodet. (Automatisk karantene).
- **RSC**-seier dersom kampleder stopper kampen pga. hard treffer til kroppen, herunder uttelling til 10, eller av andre grunner. Det kan være at en utøver ikke kan fortsette, forsvare seg eller at motparten er totalt overlegen.
- Ved tredje telling i en kamp, skal kampen stoppes for å beskytte utøveren:
 - **RSCH** dersom det telles pga. treffere til hodet. (Automatisk karantene)
 - **RSC** dersom tellingen skyldes treffere til kroppen eller andre grunner.

Kampleder stopper kampen ved skade - (RSC eller DISQ)

- **RSC** - Dersom en kamp må stoppes på grunn av skade eller kampleder anser en utøver for ikke å kunne fortsette pga. skade eller annen fysisk årsak, da erklæres motstanderen som vinner dersom skaden er selvforskyldt eller uforskyldt.
- **DISQ** – Dersom skaden skyldes regelbrudd, blir motstanderen diskvalifisert.

Kampleder kan rådføre seg med legen om kampen skal stoppes og skal følge hans råd.

Ingen sekundanter har da tilgang til ringen.

Diskvalifikasjon (DISQ)

Ved 3. minuspoeng skal kampen stoppes. Likeså ved fjerde 'official warning'. Utøveren diskvalifiseres og motstanderen utnevnes som vinner.

- Ved grove tilfeller av regelbrudd eller ved usportslig opptreden, som f.eks. å fornærme kamplederen, dommere, motstanderen eller publikum, kan kamplederen diskvalifisere en utøver uten på forhånd å ha gitt 'official warning'. Kampleder skal da først konferere med poengdommerne og varsle ringleder/sekretariat før avgjørelsen annonseres.
- En utøver som er diskvalifisert pga. regelbrudd, mister retten til plassering, medalje, grad eller tittel.

Oppgivelse (AB)

Kampen kan frivillig oppgis av utøveren selv ved at han løfter en arm i været, eller av treneren som da kaster inn håndkleet. Om utøveren unnlater å fortsette etter pausen mellom rundene, anses også det som oppgivelse.

Motstanderen erklæres da som vinner.

NORGES KICKBOXING FORBUND

KAMPREGLEMENT FOR RINGSPORTER

FULLKONTAKT, LOW- KICK OG K-1



pbj/tos – v5

Gjeldende fra sesongen 2014/2015

Motstander uteblir (WO)

En utøver blir automatisk erklært som vinner dersom motstanderen ikke stiller innen 2 minutter etter siste opprop og start av klokken, det være seg på grunn av skade eller annen grunn - seier på 'walk over'.

Utøveren kalles til midten av ringen og kamplederen løfter vinnerens arm i været når seieren annonseres.

Plassering

Vedrørende plassering og medaljer gjelder følgende:

- I ringsport må det stille minimum 2 utøvere i en vektklasse for at det skal bli kamp og tildeling av plassering/medaljer.
- Dersom motstanderen uteblir, vil den som stiller kampklar likevel få plassering/medalje.
- De fire beste utøverne i hver vektklasse får medaljer (gull, sølv og 2x bronse). Normalt gjennomføres ikke bronsefinale i ringsport, men 1 bronsemedaljer kan deles ut dersom det er mulig å avvikle bronsefinale.

§ 23 PROTESTER

Avgjørelse fra dommer er udiskutabel og endelig med mindre det er begått formelle feil, som for eksempel regnefeil, blanding av dommerskjemaer, eller at reglementet ikke er fulgt på tilfredsstillende vis.

- Protester må leveres skriftlig og underbygges med bevisførsel for hvilke regler som er brutt.
- Klagen leveres Hoveddommeren senest 15 minutter etter at avgjørelsen ble tilkjennegjort sammen med et behandlingsgebyr på kr.1000. Tas klagen til følge tilbakebetales gebyret.
- Klagen behandles av Appellkomiteen som består av hoveddommeren og dommerne på vedkommende ring.
- Avgjørelse etter behandling av protest/klage er endelig.

Dersom det oppstår problemer med tolking av regler i forbindelse med, eller under en kamp, skal en avgjørelse tas av hoveddommeren. Spesielle tilfeller som ikke er nevnt i regelverket bør behandles med sunn dømmekraft og sportslig innstilling.

Video-bevis: Video-opptak kan ikke brukes som bevis i klagesak eller som moment i en tvist eller uoverensstemmelse.

§ 24 STEVNEANSVARLIG (Tournament Director)

Stevneansvarlig er ansvarlig for planlegging, gjennomføring og etterarbeid ifb. stevnet, herunder:

- Budsjett og regnskap - både oppsett og oppfølging, herunder å avklare reise og opphold for dommere, kontroll av reiseregninger, honorarskjema og andre forbundsfinansierte utgifter.
Han samrår seg med leder av dommerkomiteen og generalsekretæren.
- Dommeruttak i samråd med leder av dommerkomiteen.
- Påmelding og kampoppsett.
- I samråd med promotor/arrangørklubb avklarer behov for personell til sekretariat, annonsør/speaker, kafé /kioskdrift og mat/forfriskninger til dommere, samt sted for salgsboder/stands/sponsorer etc.
- Koordinert med generalsekretær og arrangørklubb, sørge for forsendelse, mottak og klargjøring av stevneutstyr
- Koordinere med og støtte arrangørklubb ift. sjekkeliste NC/NM, herunder forbundskrav til arrangør, lokale med mer.
- Tids- og kjøreplan – både oppsett og gjennomføring, inkludert innveiing, lagledermøte, dommermøte, kampoppsett og stiger, samt ajourføring av kamp- og resultatlister.
- Gjennomføre lagledermøter koordinert med hoveddommer.
Han samrår seg med leder av dommerkomiteen og arrangør.
- Stevnerapportering - resultatlister, stevnerapport, dommerrapport, skaderapport og regnskapsrapport, som sendes NKBFs forbundskontor ved generalsekretæren, samt registreres på nett-sidene.

Normalt oppnevnes det en/flere assisterende stevneansvarlige, samt ev. en annonsør/speaker, for å støtte stevneansvarlig med administrative og tekniske oppgaver før, under og etter stevnet.

NORGES KICKBOXING FORBUND
KAMPREGLEMENT FOR RINGSPORTER
FULLKONTAKT, LOW- KICK OG K-1



pbj/tos – v5

Gjeldende fra sesongen 2014/2015

Ifb. gjennomføring av stevner oppnevnes det en Stevnekomité (3 medlemmer) som ledes av stevneansvarlig. I tillegg deltar normalt leder av dommerkomiteen (ev. hoveddommer), samt høyest rangerte fra styret eller assisterende stevneansvarlig. Stevnekomiteen behandler og beslutter i saker innenfor stevneansvarliges ansvarsområde.

Kampoppsett.

I en turnering kan de to antatt beste utøverne bli plassert på hver side i kampstigen, såkalt seeding.

Dersom det er ulikt antall utøvere i en vektklasse, kan den antatt beste settes på 'walk over' i første kamp. Resten av kampene blir satt opp ved fri trekking.

Stevneansvarlig kan seede utøverne iht. resultater i siste NM, inneværende sesong eller internasjonale resultater. En bør unngå at klubbene møter hverandre i de innledende kampene.

For å opptre som stevneansvarlig må en oppfylle kravene spesifisert i NKBFs lisensordning.

§ 25 HOVEDDOMMER (Chief Supervisor)

Hoveddommer er øverste fagperson ift. stevne- og kampreglementer, samt dommere, under stevnet, herunder:

- Arbeidsfordeling - fordele matte/ringledere, kampledere og poengdommere, samt øvrige dommeroppgaver i forbindelse med stevnet. Dette gjøres i samarbeid med stevneansvarlig og ift. de dommerne som stevneansvarlig har tatt ut på forhånd.
- Kontrollere stevnearena og oppsett, ring/kampflater, stevneutstyr, samt opplæring/bruk av dette.
- Gjennomføre dommerseminar/dommermøte koordinert med stevneansvarlig.
- Evaluering og oppfølging av både stevnegjennomføring, dømming og dommere.
- Oppsyn og oppfølging av dømmingen, samt gjeldende reglement og bestemmelser. Han kan også selv hjelpe til med dømmingen ved behov.
- Myndighet - både sekretariatet, dommere, ring/matteledere, kampledere, utøvere og deres støtteapparat, er underlagt hoveddommerens ordrer.
- Mottak og behandling av protester, herunder lede Appellkomiteen.
- Beslutninger og tolking av regelverk i forbindelse med, eller under en kamp.

Normalt oppnevnes det ring- og matteledere som hoveddommer bruker som delansvarlige på sin ring/matte under gjennomføringen av stevnet.

Normalt er leder av dommerkomiteen hoveddommer på alle stevner, men i dennes fravær oppnevner dommerkomiteen en annen hoveddommer for terminfestede stevner.

Ifb. gjennomføringen av stevnet oppnevnes det en Appellkomité under ledelse av hoveddommeren som behandler alle protester (ref. § 23).

For å opptre som hoveddommer eller ring-/matteleder må en oppfylle kravene spesifisert i NKBFs lisensordning.

§ 26 TIDTAKER

Tidtakeren skal passe tiden under en kamp - rundetider og pauser.

- Han skal stoppe tiden midlertidig når han blir bedt om det av kamplederen ved ordren og tegnet for 'stop-time', og passe på at avbruddet legges til rundetiden.
- Han skal ringe med klokken ved begynnelsen og slutten av hver runde. Dersom utøverne og kamplederen ikke hører klokken ved slutten av runden, skal han rope 'time' og eventuelt kaste en liten sandpose inn i ringen.
- 10 sekunder før pauseslutt skal han klargjøre ringen ved ordren 'ringen er klar' eller 'seconds out' og annonsere hvilken runde som starter.
- Dersom en utøver er nede for telling, skal det ikke ringes med klokken, selv om runden er slutt, før umiddelbart etter at tellingen er over og kampleder setter i gang kampen igjen.

NORGES KICKBOXING FORBUND

KAMPREGLEMENT FOR RINGSPORTER

FULLKONTAKT, LOW- KICK OG K-1



pbj/tos – v5

Gjeldende fra sesongen 2014/2015

- Ved elektronisk dømming skal han administrere den elektroniske tavlen, som fortløpende viser kampens gang og resultater, herunder runde, tid, poeng, advarsler og minuspoeng.

§ 27 SEKRETÆR

Sekretæren bistår med å holde orden på kampoppsett, kampstiger, resultatføring og eventuell føring av kampbøker.

- Manuell dømming: brukes scorepaper for å kåre vinneren av hver kamp. Resultatet av kampen skal føres på kampstigen bak de respektive utøveres navn (3-0, 2-1 etc.) og kampresultatet rapporteres til stevneansvarlig. Sekretær ajourfører kampstigene og fyller ut scorepaper for videre kamper.
- Elektronisk dømming: skal sekretær klargjøre kampoppsett i WAKO-systemet på egen PC og signalisere klar til kampleder og poengdommere. Under kampen legge inn minuspoeng gitt av kampleder, samt når resultatet av kampen er klart, føre dette inn i NKBFs stevneprogram på egen PC. Sekretær ajourfører manuell kampstige som backup.
- Sekretæren ajourfører utøvernes kampbøker og sørger for utlevering av disse gjennom hele stevnet.
- Sekretæren sørger for at neste kamps utøvere annonseres i god tid.
- Først annonseres utøveren i rødt hjørne, så utøver i blått hjørne.

I turneringer skal det bare benyttes skjemaer fra NKBF/WAKO.

§ 28 SEKUNDANT/COACH

Hver utøver skal ha minimum én, maks to sekundanter med seg i ringhjørnet. Bare én kan være innenfor ringen av gangen, og ingen av dem kan være på plattformen i løpet av kampen. De skal sitte/være på sine respektive plasser mens kampen pågår.

- Sekundanten deler ansvaret for at utøveren fyller de fysiske og tekniske krav for å delta i stevnet.
- Han kan når som helst gi opp kampen på vegne av utøveren ved å kaste håndkleet inn i ringen, bortsett fra når kamplederen tar telling.
- Sekundanten skal ikke rope til utøveren eller kommentere motstanderen under selve kampen, og heller ikke oppmuntre publikum hertil. Instruering skal foregå i pausen mellom rundene.
- Han skal ikke blande seg inn i gjennomføring av kampen, kommentere kampleder eller dommere, eller disses avgjørelser og poenggiving.
- Sekundanten må ikke fornærme eller trakassere kampleder, dommere, utøvere, funksjonærer eller andre personer.
- Utøveren kan bli straffet med advarsler/minuspoeng og eventuelt bli diskvalifisert på grunn av sekundantens usportslige opptreden.
- Sekundanten kan bli pålagt å forlate sin plass ved ringen eller arenaen dersom han bryter reglene eller opptrer usportslig. Dersom han blir utvist kan han ikke returnere under resten av turneringen. Bortviste sekundanter kan erstattes, men kampen stoppes ikke.

§ 29 UTENLANDSKE UTØVERE

Stevner med utenlandske utøvere skal følge NKBF/WAKO- reglement, eller regler i henhold til avtale mellom NKBF/WAKO og deltagende nasjoner.

- Reglene må ikke bryte med 'Lov om organisert kampaktivitet som tillater knockout' og tilhørende forskrift om sikkerhetsbestemmelser (Knockoutforskriften). Forbundet kan søke om dispensasjon.
- Vedkommende hjemnasjon og utøver er selv ansvarlig for at utøveren er helsemessig skikket til kamp.
- Forbundet/arrangør er ansvarlig for helsesjekk av utøvere før kampstart.
- Utenlandske utøvere må stille med WAKO/nasjonal kampbok, samt helseattest under ett år gammel. Dersom dette ikke er tilfelle skal utøveren fremstilles for stevnelegen for en kort legesjekk før kampstart.
- Forbundet er ansvarlig for at eventuelle skader og karantener blir rapportert i utøverens kampbok, til WAKO og utøverens nasjon.

NORGES KICKBOXING FORBUND

KAMPREGLEMENT FOR RINGSPORTER

FULLKONTAKT, LOW- KICK OG K-1



pbj/tos – v5

Gjeldende fra sesongen 2014/2015

§ 30 ANTIDOPING

NKBF forholder seg til en hver tid gjeldende dopingliste utgitt av Antidoping Norge. Enhver utøver har selv ansvar for å holde seg oppdatert på innholdet av dopinglisten. Han plikter å la seg fremstille for dopingtest etter forespørsel fra Antidopingkontrollen.

Dersom en motsetter seg å bli testet, vil en bli diskvalifisert, samt at en kan bli suspendert. Det samme gjelder funksjonærer som oppfordrer til slik unnlatelse.

§ 31 FERDIGHETSMERKET I KICKBOXING

31 a) Allment

For å kunne delta i ringsportkamper må utøveren inneha ferdighetsmerket i Gull.

I merkekamper er det **ikke tillatt med knockout**.

Det gjennomføres to serier (bronse, sølv og gull) med merkekamper:

- Den ene kvalifiserer til både Fullkontakt og Low-kick (det avtales om det skal gås Fullkontakt eller Low-kick).
- Den andre kvalifiserer til K-1.

Man kan gå merkekamper:

- For ungdom fra fylt 13 år inntil fylte 16 år i merkeserien FC/Low.
- For junior fra fylte 16 år inntil fylte 19 år i begge merkeserier FC/Low og K-1.

For senior fra fylte 19 år i begge merkeserier FC/Low og K-1.

Dersom en utøver med gyldig gullmerke for Fullkontakt/Low-kick eller K-1 ikke har gått sin første fullkontaktskamp i gjeldende disiplin innen to år etter at han tok merket, må gullmerket tas på nytt før han kan gå kamp.

I merkekampene skal utøveren vise at han har tilegnet seg de nødvendige ferdighetene og at han er skikket både fysisk og psykisk til å entre ringen. Derfor har kampene i stor grad karakter av framvisning.

Det blir heller ikke kåret vinner, men utøveren vurderes etter bronse, sølv eller gullmerket.

31 b) Merkekampen

Merkekamper gjennomføres etter Ringsportreglementet. I merkekamper er det ikke tillatt med knockout, men teknikkene skal være kontante og kraftfulle. Kontakten til kroppen kan være hardere, mens kontakten til hode skal være kontrollert. Kontakten i merkekamper til bronsemerket er normalt noe lettere enn til sølv- og gullmerket.

Kamptiden er 3 runder à 2 minutter med 1 minutt pause mellom rundene.

Ut fra disse forutsetningene leder kamplederen kampen på vanlig måte, og gir eventuelt advarsler og minuspoeng dersom reglene brytes. Han kan også om nødvendig diskvalifisere utøverne.

Dersom kampen stoppes pga. av støt mot hodet eller skade, følges vanlige karantenebestemmelser.

- Til gullmerket i Fullkontakt/Low-kick eller K-1 må også motstanderen gå til gullmerket i denne grenen, eller allerede inneha dette.
- En utøver kan ikke gå til gullmerket mot en utøver fra egen klubb.
- Det bør ikke være mer enn fem kilo forskjell mellom utøverne til gullmerket.

31 c) Avgjørelser

- Dersom en kamp stoppes av kampleder eller lege, får ikke den utøveren som ikke kan fortsette kampen bestått merket.
- Dersom motstanderen blir diskvalifisert pga. hard kontakt, ulovlig teknikk eller annen grunn, får heller ikke han bestått merket. Utestenging kan vurderes i tillegg hvis hendelsen er å anse som grov.
- Hvis motstanderen ikke kan lastes for forholdet, kan han bedømmes etter det han gjorde før kampen ble stoppet dersom kampen stoppes i andre eller tredje runde, og dommerne har tilstrekkelig grunnlag til å vurdere utøveren.

NORGES KICKBOXING FORBUND

KAMPREGLEMENT FOR RINGSPORTER

FULLKONTAKT, LOW-KICK OG K-1



pbj/tos – v5

Gjeldende fra sesongen 2014/2015

31d) Bedømming

Utøverne skal bedømmes strengt. De skal bedømmes etter teknikk, fotarbeid, bevegelse, unnvikelse, blokkeringer og kampforståelse, samt evnen til å få kontroll i pressede situasjoner. De skal vise at de behersker evnen til å blokkere, unnvike, tåle og kontrollere slag til kropp, hode og ev. bein (**Low-kick** og **K-1**), og skal vise evne til både angrep og forsvar. Da utøverne etter gullmerket kan delta i fullkontakt ringsportkamper, er det viktig å påse at utøveren virkelig er skikket til dette. Spesielt for **K-1** skal det bedømmes hvorvidt utøveren kjenner til og behersker denne kampgrenen.

31 e) Ikke bestått

Dersom en utøver ikke består merket, må han vente minimum 1 måned før han på nytt kan prøve seg i merkekamp innen denne serien med merkekamper (Fullkontakt/Low-kick eller K-1). Ved annen gangs stryk på samme merke må en vente minimum 2 måneder.

Kampløperen og kampløperen bør veilede coach og utøveren dersom man mener at utøveren trenger ytterligere tid til neste merkekamp.

31 f) Dommere

Dommerne skal bestå av kampløper og to sidedommere, ev. kun tre sidedommere.

- Dommerne bedømmer utøverne runde for runde og skal i sin vurdering legge vekt på alle tre rundene.
- Samtlige avgir skriftlig sin stemme, bestått eller ikke bestått.
- For at utøveren skal bestå merket, må to av de tre dommerne dømme bestått. Gullmerket krever at alle tre dommere består utøveren.

31 g) Minimumskrav for merkene

- Bronse: Utøver må være fylt 13 år (merkeserien FC/Low-kick) og 16 år (merkeserien K-1).
- Sølv: Utøver må være fylt 13 år (merkeserien FC/Low-kick) og 16 år (merkeserien K-1) og inneha NKBFs bronsemerke.
- Gull: : Utøver må være fylt 13 år (merkeserien FC/Low-kick) og 16 år (merkeserien K-1) og inneha NKBFs sølvmerke.

Merknad: det er IKKE krav til belte ifb. merkeseriene i Ringsport.

- Normalt tar en merkene suksessivt fra bronse til gull, enten innen serien som kvalifiserer for Fullkontakt/Low-kick eller innen serien som kvalifiserer for K-1.
- Man kan søke dommerkomiteen om dispensasjon for å bli vurdert for sølv eller gullmerket direkte innen en av kvalifiseringsseriene dersom en har annen relevant konkurranseerfaring å vise til.
- Dersom en utøver har bestått gullmerke i Fullkontakt/Low-kick kan utøveren vurderes direkte til gullmerke i K-1, og omvendt, men ikke i samme stevne.
- Det må gå minimum 3 uker mellom alle merker i en serie.
- En utøver kan imidlertid gå kamper i begge serier i samme stevne.
- Kampløper og kampløper bør veilede coach og utøver dersom man mener at utøver trenger ytterligere tid til neste merkekamp.

31 h) Arrangering av merkekamper

Bronse- og sølvmerket for FC og Low-kick tas normalt på lokale stevner, med dommere godkjent av NKBF.

Gullmerket kan kun tas på NKBFs terminfestede stevner, med dommere godkjent av dommerkomiteen for hvert enkelt stevne. Inntil videre skal alle merker i serien for K-1 tas på NKBFs terminfestede stevner.

§ 32 RINGSPORTKAMPER FOR UNGDOM, JUNIOR OG VETERAN

For de som har gullmerket innen kampgrenene i Ringsport, kan det arrangeres vanlig ringsportkamper for ungdom, junior og veteran (se bestemmelser for ringsport). Disse kampene tillater ikke knock-out.

NORGES KICKBOXING FORBUND

KAMPREGLEMENT FOR RINGSPORTER

FULLKONTAKT, LOW- KICK OG K-1



pbj/tos – v5

Gjeldende fra sesongen 2014/2015

For ungdom og junior i FC/Low innføres kvalifiseringskamper med A-B kategori (B: 0-9, A: 10+). For junior K-1 er det kun A kategori. For veteran er det kun A kategori i alle kampgrener.

Aldersgrenser for ungdom, junior og veteran:

- Ringsportkamper Ungdom for aldersgruppen 13 år inntil fylte 16 år (kun kampgrenene (FC/Low)).
- Ringsportkamper Junior for aldersgruppen 16 inntil fylte 19 år (alle 3 kampgrener).
- Ringsportkamper Veteran for aldersgruppen 35+ (alle 3 kampgrener).

Dette avklares/søkes om ved påmelding til stevne, herunder kampgren (Full-, Low-kick, K-1).

Ringsportkamper for Ungdom, Junior- og Veteran gjennomføres etter Ringsportreglementet, men tillater ikke knockout. Kampene går i hovedsak lik en gullmerkekamp der teknikkene skal være kontante og kraftfulle. Kontakten til kroppen kan være hardere, mens kontakten til hode skal være kontrollert.

For ungdom skal det gås lettere enn for junior og senior (mer likt lettkontakt).

For hard kontakt til hodet skal det slås ned på, og kan medføre advarsler, minuspoeng og diskvalifikasjon.

Ringsport Ungdom, Junior- og Veterankamper kan arrangeres lokalt, med dommere godkjent av NKBF.

VEDLEGG

Senior Ringsport er underlagt 'Lov om organisert kampaktivitet som tillater knockout' med tilhørende 'forskrift om sikkerhetsbestemmelser'. Disse er i all hovedsak innarbeidet i reglementet, men gjengis likevel her i sin helhet.

Lov om organisert kampaktivitet som tillater knockout [knockoutloven].

Jf. lov 12 juni 1981 nr. 68.

§ 1. Organisert konkurranse, oppvisning eller treningskamp der knockout er tillatt, kan bare finne sted etter godkjenning av Kongen. Med knockout menes at en deltaker må avbryte kampen på grunn av støt mot hodet.

I vurderingen av om godkjenning skal gis, skal det blant annet legges vekt på om kampaktiviteten i tilstrekkelig grad tar hensyn til utøverens helse og sikkerhet.

Kongen kan fastsette nærmere sikkerhetsbestemmelser som en godkjent kampaktivitet må følge.

§ 2. Med bøter eller fengsel i inntil tre måneder straffes den som uten å ha innhentet godkjenning forsettlig:

1. arrangerer, deltar, gir økonomisk støtte til eller stiller lokaler til rådighet for kampaktivitet som nevnt i § 1 første ledd,
2. inngår avtale eller medvirker til inngåelse av avtale om kampaktivitet som nevnt i § 1 første ledd, eller
3. gjør tjeneste som dommer eller sekundant ved kampaktivitet som nevnt i § 1 første ledd.

0 Endres ved lov 20 mai 2005 nr. 28 (ikr. fra den tid som fastsettes ved lov) som endret ved lov 19 juni 2009 nr. 74.

§ 3. Loven gjelder her i riket, herunder Svalbard.

§ 4. Loven trer i kraft fra den tid Kongen bestemmer. ¹

1 Fra 1 jan 2002 iflg. res. 15 juni 2001 nr. 667.

NORGES KICKBOXING FORBUND
KAMPREGLEMENT FOR RINGSPORTER
FULLKONTAKT, LOW- KICK OG K-1



pbj/tos – v5

Gjeldende fra sesongen 2014/2015

Forskrift om sikkerhetsbestemmelser til lov om organisert kampaktivitet som tillater knockout. (Knokckoutforskriften).

Hjemmel: Fastsatt ved kgl.res. 31. august 2001 med hjemmel i lov av 15. juni 2001 nr. 73 om organisert kampaktivitet som tillater knockout § 1. Fremmet av Kulturdepartementet.

Endringer: Endret ved forskrifter 7 feb 2003 nr. 130, 24 sep 2004 nr. 1281, 3 okt 2014 nr. 1254.

§ 1. Godkjenning

Kultur- og kirkedepartementet oppnevner godkjenningnemnd til å behandle søknader om godkjenning jmfør lov 15. juni 2001 nr. 73 om organisert kampaktivitet som tillater knockout § 1 første ledd. Nemnda kan på bakgrunn av søknad gi godkjenning til organisert kampaktivitet som tillater knockout, dersom kampaktiviteten utøves i overensstemmelse med sikkerhetsbestemmelse i § 3 til § 14. Som godkjente kampaktiviteter etter denne forskrift regnes organiserte kampaktiviteter som er oppført på særskilt liste (kampaktivitetslisten).

Kampaktivitetslisten fastsettes av godkjenningnemnda.

0 Endret ved forskrift 24 sep 2004 nr. 1281.

§ 2. Godkjenningnemnda

Godkjenningnemnda skal bestå av leder og to medlemmer med personlige varamedlemmer oppnevnt for fire år av gangen. Samlet må nemndas medlemmer ha kompetanse om medisinske og kamptekniske forhold. Nemndas leder skal være jurist.

Alle nemndas medlemmer skal delta i avgjørelser om godkjenning. I tilfelle av uenighet, treffes avgjørelsen med alminnelig flertall.

Godkjenningnemnda kan gi godkjenning til organisert kampaktivitet som tillater knockout, dersom kampaktiviteten utøves i overensstemmelse med bestemmelsene i denne forskrift.

Lov av 10. februar 1967 om behandlingsmåten i forvaltningssaker skal gjelde for godkjenningnemndas virksomhet. Nemndas vedtak skal som hovedregel foreligge senest innen tre måneder etter at søknad er mottatt.

Godkjenningnemnda meddeler søker og Kulturdepartementet om vedtak. Kulturdepartementet har ansvar for å holde kampaktivitetslisten oppdatert.

Godkjenningnemnda skal føre protokoll over nemndas vedtak. Protokoll oversendes Kulturdepartementet til orientering.

Godkjenningnemndas medlemmer godtgjøres etter satser for statlige utvalg fastsatt i statens personalhåndbok.

§ 3. Kampansvarlig leder

Enhver organisert kampaktivitet skal ledes av en kampansvarlig leder som skal påse:

- a. at den organiserte kampaktivitet foregår i tråd med denne forskrift
- b. at den organiserte kampaktiviteten stoppes dersom en utøver anses som så underlegen at fortsettelse av den organiserte kampaktiviteten kan medføre fare for skade
- c. at kamputfall og eventuell skade og karantene føres inn i utøverens startbok.

For å opptre som kampansvarlig leder kreves dokumentert kunnskap om:

- d. den enkelte kampaktivitet
- e. symptomer og konsekvenser ved hodeskader
- f. skaderisiko ved tillatte kampteknikker.

§ 4. Kamplege

Ved utøvelse av organisert kampaktivitet etter denne forskrift skal det være kamplege til stede. Kamplegen skal kun overvære en organisert kampaktivitet av gangen. Kamplegen skal være til stede ved kamparealet når organisert kampaktivitet utøves. Godkjenningnemnda kan gi samtykke til at kamplegen overværer flere organiserte kampaktiviteter samtidig.

Ansaret for å påse at utøveren før kampstart er konkurransedyktig påhviler kamplegen. Til grunn for vurderingen skal det foreligge en legekonsultasjon av kamplege før kampaktivitet utøves, helseattest og startbok. Kamplegen skal informere kampansvarlig leder dersom deltakelse ikke er medisinsk forsvarlig.

Kamplege har rett til å stoppe organisert kampaktivitet ved fare for skade.

NORGES KICKBOXING FORBUND
KAMPREGLEMENT FOR RINGSPORTER
FULLKONTAKT, LOW- KICK OG K-1



pbj/tos – v5

Gjeldende fra sesongen 2014/2015

For å opptre som kamplege, kreves dokumentert opplæring i det aktuelle kampreglement, kampteknikker og tillatte treffpunkt.

§ 5. Helseattest

Utøver skal legge frem helseattest for kamplege. Helseattesten skal være utstedt av lege, under ett år gammel og innført i utøverens startbok. Helseattesten skal baseres på følgende:

- a. en fullstendig klinisk undersøkelse
- b. en nevrologisk undersøkelse
- c. opplysninger om tidligere skader og sykdom av betydning for deltakelse i organisert kampaktivitet som tillater knockout.

Før en utøver som har fått karantene som følge av støt mot hodet igjen kan delta i organisert kampaktivitet, skal utøveren vurderes av spesialist i nevrologi eller nevrokirurgi for å avdekke om vedkommende er påført skade av betydning for videre deltakelse i organisert kampaktivitet som tillater knockout. Til grunn for vurderingen skal det foreligge en computertomografiundersøkelse (CT) av hodet. Spesialist i nevrologi eller nevrokirurgi kan i tillegg kreve at ytterligere undersøkelser utføres for å kartlegge utøverens helsetilstand. Undersøkelseresultatet skal føres inn i utøverens startbok.

Dersom det avdekkes symptomer og tegn på alvorlig skade på - eller sykdom i - nervesystemet eller fremkommer opplysninger i anamnesen (sykehistorien) om alvorlige skader og sykdommer, plikter kampansvarlig leder å påse at utøveren nektes å delta i kamp.

Godkjenningnemnda kan fastsette nærmere retningslinjer for hva som bør inngå i medisinske undersøkelser.

§ 6. Startbok

Enhver utøver skal ha egen startbok. Resultatet av medisinske undersøkelser med tilknytning til deltakelse i kampaktivitet skal føres inn i utøverens startbok. Kampansvarlig leder skal føre kamputfall og eventuell skade og karantene inn i utøverens startbok.

§ 7. Karantenebestemmelser

En utøver som må gi opp kampen som følge av støt mot hodet, eller hvor kampansvarlig leder har stanset kampen pga. støt mot hodet, kan ikke delta i organisert kampaktivitet i en periode på minst fire uker.

En utøver som må gi opp kampen som følge av støt mot hodet to ganger i løpet av tolv måneder, kan ikke delta i organisert kampaktivitet i de påfølgende fire måneder.

En utøver som må gi opp kampen som følge av støt mot hodet tre ganger i løpet av tolv måneder, kan ikke delta i organisert kampaktivitet i de påfølgende tolv måneder.

Kamplege kan ut fra en medisinsk begrunnelse fastsette lenger karantenetid enn bestemt ovenfor.

§ 8. Kamplengde

Utøvelse av kamp, bestående av runder, skal begrenses oppad til maksimalt tolv minutter effektiv kamptid pr. døgn pr. utøver. En utøver kan maksimalt delta i to kamper av seks minutter effektiv kamptid pr. døgn. Dersom det arrangeres to kamper pr. døgn, skal det være minst seks timers pause mellom kampene. Varigheten av én sammenhengende runde skal begrenses oppad til tre minutter effektiv kamptid. Det skal være minst ett minuts pause mellom hver runde.

Godkjenningnemnda kan gi samtykke til unntak fra denne bestemmelsen, begrenset oppad til gjeldende internasjonale kamptidsbestemmelser for de enkelte kampaktiviteter for:

- kampaktiviteter med lav til moderat skaderisiko eller
- tittelkamper for erfarne utøvere, samt internasjonale mesterskap.

0 Endret ved forskrift 3 okt 2014 nr. 1254.

NORGES KICKBOXING FORBUND
KAMPREGLEMENT FOR RINGSPORTER
FULLKONTAKT, LOW- KICK OG K-1



pbj/tos – v5

Gjeldende fra sesongen 2014/2015

§ 9. Vektklasser

Utøvere skal deles inn i vektklasser med maksimal vekt differanse mellom utøvere i samme kamp på 10 kg. Godkjenningnemnda kan gi sitt samtykke til unntak fra denne bestemmelsen.

0 Endret ved forskrift 7 feb 2003 nr. 130.

§ 10. Aldersgrense

Utøvere skal ikke være under 18 år eller over 34 år. Godkjenningnemnda kan på grunnlag av søknad gi individuell dispensasjon for utøvere over 34 år.

0 Endret ved forskrift 3 okt 2014 nr. 1254.

§ 11. Beskyttelsesutstyr

Utøverne skal benytte individuelt tilpasset beskyttelsesutstyr som reduserer risikoen for skade. Hjelmer er ikke obligatorisk beskyttelsesutstyr. Godkjenningnemnda kan fastsette vilkår til beskyttelsesutstyr som må benyttes for den enkelte kampaktivitet.

0 Endret ved forskrift 3 okt 2014 nr. 1254.

§ 12. Kampareal

Kamparealet med tilhørende utstyr skal dekke av mykt og støtdempende materiale som reduserer risikoen for skade. Godkjenningnemnda kan fastsette nærmere vilkår til den enkelte kampaktivitets kampareal.

§ 13. Antidopingbestemmelser

Godkjenning kan bare gis når det dokumenteres at søker driver et antidopingarbeid i overensstemmelse med World Anti-Doping Code.

0 Endret ved forskrift 3 okt 2014 nr. 1254.

§ 14. Utenlandske utøvere

Bestemmelsene i § 5 første ledd og § 6 gjelder for utenlandske utøvere som skal delta i et enkelt arrangement i Norge forutsatt at bestemmelsene eller deler av bestemmelsene kreves i utøverens eget land eller i den nasjonale eller internasjonale organisasjon som utøveren er medlem av. Bestemmelsen i § 5 andre og tredje ledd og § 7 gjelder også for utenlandske utøvere under opphold i Norge.

§ 15. Høringsuttalelse

Til vurderingen av om søker tilfredsstillende vilkårene i denne forskrift, skal uttalelse fra Norges Idrettsforbund og Olympiske Komité (NIF) innhentes. Godkjenningnemnda kan fastsette tidsfrist for NIFs uttalelse.

§ 16. Godkjenningens varighet

Det kan gis godkjenning for inntil tre år for utøvelse av organisert kampaktivitet som tillater knockout. Godkjenningnemnda kan til enhver tid trekke godkjenningen tilbake dersom søker ikke etterkommer vilkårene i forskrift eller forskriften endres.

§ 17. Klageadgang

Godkjenningnemndas vedtak kan påklages til Kulturdepartementet.

§ 18. Ikrafttreden

Denne forskrift trer i kraft 1. januar 2002.