

LA COMPETITION KUMITE

Les combats sont divisés en catégories d'âges et de poids (cf. le tableau des catégories).

La durée des combats :

- pour les seniors masculin : 3 min (éliminatoires), 4 min (1/2 finales et finales)
- pour les seniors féminines : 2 min (éliminatoires), 3 min (1/2 finales et finales)
- pour les juniors et cadets : 2 min
- pour les poussins, pupilles, benjamins : 1 min 30

Le décompte du temps commence quand l'arbitre donne le signal de début « HAJIME » et s'arrête chaque fois que l'arbitre dit « YAME ».

Le chronométreur signalera clairement au moyen d'une sonnette qu'il reste encore 10 secondes de combat (l'arbitre donnera alors le signal « ATOSHI BARAKU ») et le signal de « fin de temps » qui marque la fin du combat.

Les scores :

SANBON = Trois points

NIHON = Deux points

IPPON = Un point

Un **SANBON** peut être accordé pour :

- Coups de pieds jodan (à la tête)
- Toutes techniques valables sur un compétiteur au sol (après une projection ou un balayage ou après avoir chuté par sa propre faute)

Un **NIHON** peut être accordé pour :

- Coups de pieds chudan (au corps)

Un **IPPON** peut être accordé pour :

- Toutes techniques de poing

Une technique effective compte quand elle est effectuée selon les critères suivants :

- Bonne forme
- Attitude sportive
- Grande vigueur d'application
- Vigilance (Zanshin)
- Bon « Timing »
- Distance correcte

Les attaques sont limitées aux surfaces suivantes :

- Tête
- Visage
- Cou
- Abdomen
- Poitrine
- Dos
- Côtés

Distance de frappe :

Jusqu'à la catégorie junior les touches devront être contrôlées à la tête et au corps

Pour les séniors les touches devront être contrôlées à la tête

La victoire est donnée :

- Soit à la fin du temps au combattant ayant le plus de points
- Soit au compétiteur ayant creusé un écart de huit points avec son adversaire

Les pénalités sont réparties en deux catégories :

Catégorie 1 :

- Les contacts excessifs en fonction de l'endroit attaqué ainsi que les techniques à la gorge
- Les attaques au bras, aux jambes, à l'aîne et aux articulations
- Les projections par-dessus la hanche

Catégorie 2 :

- Feindre d'être blessé
- Les sorties de l'aire de compétition (jogaï)
- Mettre en danger sa propre sécurité en adoptant des comportements qui expose aux blessures
- Fuir le combat
- Saisir l'adversaire sans exécuter une technique dans les deux secondes
- Les corps à corps inutile (lutter, pousser,...)
- Les attaques de tête, de genou, ou de coude
- Tout comportement injurieux (provoquer, parler,...)

Seules les pénalités d'une même catégorie sont cumulables entre elles :

1 pénalité = 1 avertissement (chukoku)

2 pénalités = 1 pt pour l'adversaire (keikoku)

3 pénalités = 2 pt pour l'adversaire (hansoku-chui)

4 pénalités = disqualification (hansoku)

Equipement et protections :

Pour toutes les catégories d'âges : gants et protèges pieds homologués

De poussins à pupilles : casque et plastron (prêtés), coquille (masculins)

Minimes : casque et plastron (prêtés), protège dents, coquille (masculins), protège poitrine (féminines)

Cadets : protège dents, coquille (masculins), protège poitrine (féminines)

Juniors et séniors : protège dents, coquille (masculins), protège poitrine (féminines)