

Compétition ONE MATCH

2021-11-13



Informations générales

- ❖ Frais d'inscription 50\$ (paiement par virement bancaire) *
 - * Paiement par Interac, utiliser le courriel karate@m-services.ca, svp indiquer le nom du participant dans le mémo, question de sécurité "karate" et réponse "onematch"
- ❖ Visiteur \$10 (payable sur les lieux)
- ❖ 1 entraîneur (coach) par combattant
- ❖ Tous les participants doivent être âgés d'au moins 12 ans.
- ❖ Les participants doivent être de 8e Kyu et plus;
- ❖ Le passeport de vaccination et le port du masque est obligatoire pour tous les participants, entraîneurs, visiteurs.
 - Pour les 12 ans, questionnaire dépistage à remplir sur place.
- ❖ Date limite d'inscription 07 novembre 2021
- ❖ 7111 Av. des Érables, Montréal, QC H2E 2R1

Règlements CATÉGORIE JUNIOR

- ❖ Tous les participants doivent être âgés de 12 à 17 ans
- ❖ Uniquement les règlements de semi-contact s'appliquent (gants, protège-tibias, casque).
 - ✚ **Masque facial requis pendant le combat**
 - Requis : soutien athlétique (homme), soutien-gorge de sport avec bonnets (femme)
 - Recommandé : protège-dents
 - Les gants en tissu et les gants de style MMA faiblement rembourrés ne sont pas acceptés.
 - Les lunettes sont strictement interdites dans toutes les catégories de Kumite afin d'assurer la sécurité des deux participants.

Règlements CATÉGORIE ADULTE

- ❖ Tous les participants doivent être âgés de 18 ans ou plus
 - Option 1 - Semi-contact (gants, protège-tibias, casque)
 - Option 2 - Full – Contact -règlements du championnat s'appliquent (protège-tibias seulement)
 - ✚ **Masque facial requis pendant le combat**
 - Requis : soutien athlétique (homme), soutien-gorge de sport avec bonnets (femme)
 - Recommandé : protège-dents
 - Les gants en tissu et les gants de style MMA faiblement rembourrés ne sont pas acceptés.
 - Les lunettes sont strictement interdites dans toutes les catégories de Kumite afin d'assurer la sécurité des deux participants.
- ❖ **Durée des combats:** 2 minutes chacun (3 combats max), pause de 1 min d'intervalle
- ❖ **Gagnants:** doivent gagner 2 combats
- ✚ Une limite de 5 minutes pour l'arrêt d'un combat nécessitant les soins médicaux

Catégories :

- **Garçons et filles juniors (12-17 ans)**
 - Les participants seront le plus possible jumelés par poids, taille et niveau de ceinture.
- **Hommes/femmes adultes (18 ans+)**

Poids léger
Max 70 kg
Max 154 lbs.

poids moyen
max 80 kg
Max 176 lbs.

poids lourd
> 80 kg
> 176 lbs.

Kumite Semi- contact (12-17 yrs or 18+)

- Techniques autorisées - voir page 3
- Techniques interdites - voir page 4

Kumite Full Contact (only 18+)

- Identique aux règles du Kumite semi-contact sauf que les attaques directes au visage avec les pieds, les tibias, les genoux ou les talons sont autorisées.

KUMITE SEMI-CONTACT

GESTES ET TECHNIQUES PERMIS



後踢之し蹴り Axi Kick



後蹴 Back Kick



肘打ち Elbow Strike



正拳突き Fore-Flat Thrust



前蹴 Front Kick



上段蹴 High Roundhouse Kick



下段蹴 Low Kick



膝蹴 Knee Kick



足掃けから蹴りに下段突き
Leg Sweep Followed By A Strike



下突き Lower Thrust



下段蹴 Low Kick



中段蹴 Middle Roundhouse Kick



前蹴し蹴り Roll Kick



横蹴 Side Kick



後蹴し蹴り Spinning Back Kick

KUMITE SEMI-CONTACT

GESTES ET TECHNIQUES INTERDITS



会陰への攻撃
Groin Kick



頭部を下げての攻撃
Pushing With Head And Attacking



頭突き Head Butting



背後から後頭部への攻撃
Kicking Head From Behind



膝関節への攻撃 Kick To Knee



首への拳攻撃 Strike To Neck



拳で押し
Pushing With Open Hands



背後から背中への攻撃
Striking The Spine From Behind

- Attaques directes au visage avec les pieds, tibias, genoux ou talons;
- Attaques avec les mains ou les coudes au visage, au cou ou à la tête;
- Attaques directes aux genoux ou aux articulations;
- Attaque intentionnelle à l'arrière du corps, au dos ou à la colonne vertébrale de l'adversaire;
- Attaque contre un adversaire qui est tombé au sol;
- Sortir à répétition du tatami pendant un combat: "Jogai";
- Retenir son adversaire: "Tsukami";
- Empêcher son adversaire de bouger: "Kakaekomi";
- Attaque en tenant son adversaire: "KakeTsukami";
- Pousser: "Oshi";
- Coup de tête "Zutsuki";
- Coup de pied dans les "parties" de son adversaire: "Kinteki-geri";
- Reculer continuellement hors de l'aire de combat et éviter de se battre;
- Comportements irrespectueux envers les arbitres ou le Championnat

ONE MATCH Competition

2021-11-13



General information

- ❖ Registration fees \$50 (payment by bank transfer) *
 - * Payment by bank transfer, use email karate@m-services.ca, please indicate the name of the participant in the memo, use security question 'karate" and answer "onematch"
- ❖ Visitors \$10 (payable at the door)
- ❖ 1 coach per fighter
- ❖ All participants must be at least 12 years of age.
- ❖ Participants must be 8th Kyu and above
- ❖ vaccination passport and face mask required for all participants, coaches, visitors.
 - For 12 yrs. old, self-assessment tool to be completed on site.
- ❖ Registration deadline November 07, 2021
- ❖ 7111 Av. des Érables, Montréal, QC H2E 2R1

JUNIOR CATEGORY regulations

- ❖ Only Semi-Contact Regulations apply (gloves, shin guards, helmet)
- ❖ All participants must be 12 to 17 years of age
 - ✚ **Face mask required during fight**
 - Required: athletic support (male), sports-Bra with cups (female)
 - Recommended - Mouth Guard
 - Cloth gloves and thinly padded MMA style gloves are not accepted.
 - Eyeglasses are strictly forbidden in all Kumite categories in order to ensure the safety of both participants.
- ❖ **Combat duration:** 2 minutes each (max 3 fights), break 1 minute interval
- ❖ **Winners:** must win 2 fights
- ✚ A limit of 5 minutes when a fight stops requiring medical attention

ADULT CATEGORY regulations

- ❖ All participants must be 18 years old or above
 - Option 1- Semi-contact (gloves, shin guards, helmet)
 - Option 2 - Full – Contact - Championship Regulations apply (shin guards only)
 - 🚦 **Face mask required during fight**
 - Required: athletic support (male), sports-Bra with cups (female)
 - Recommended - Mouth Guard
 - Cloth gloves and thinly padded MMA style gloves are not accepted.
 - Eyeglasses are strictly forbidden in all Kumite categories in order to ensure the safety of both participants.
- ❖ **Combat duration:** 2 minutes each (max 3 fights), break 1 minute interval
- ❖ **Winners:** must win 2 fights
- 🚦 A limit of 5 minutes when a fight stops requiring medical attention

Categories:

- **Junior Boys/Girls (12-17 years)**
 - Participants will be matched, when possible, by weight, height and belt level.
- **Adult Men/Women (18 years+)**

<u>light weight</u>	<u>middle weight</u>	<u>heavy weight</u>
Max 70 kg	Max 80 kg	> 80 kg
Max 154 lbs.	Max 176 lbs.	> 176 lbs.

Kumite Semi- contact (12-17 yrs or 18+)

- **Permitted** techniques – see page 7
- **Prohibited** techniques – see page 8

Kumite Full Contact (only 18+)

- Same as semi-contact Kumite rules except that direct attacks to the face with feet, shins, knees or heels are allowed.

SEMI-CONTACT KUMITE

PERMITTED TECHNIQUES AND ACTIONS



頭落とし蹴り Axe Kick



後ろ蹴り Back Kick



肘打ち Elbow Strike



正拳突き Fore-Flat Thrust



前蹴り Front Kick



上段蹴り High Roundhouse Kick



下段蹴り Low Kick



膝蹴り Knee Kick



足掛けから瞬時に下段突き
Leg Sweep Followed By A Strike



下突き Lower Thrust



下段蹴り Low Kick



中段蹴り Middle Roundhouse Kick



倒回転蹴り Roll Kick



横蹴り Side Kick



後ろ倒し蹴り Spinning Back Kick

SEMI-CONTACT KUMITE

PROHIBITED TECHNIQUES AND ACTIONS DURING



- Straight attacks to the face with feet, shins, knees, or heels
- Attacks with hand or elbow techniques, to the head, neck or face.
- Straight attacks to the knee joints
- Any intentioned attack to the opponent's spine from behind
- Attacks towards a fallen opponent
- Stepping repetitively out of the match mat area: "Jogai"
- Grappling: "Tsukami" / Holding or clinching: "Kakaekomi".
- Attacking while hook holding: "Kake Tsukami"
- Pushing: "Oshi"
- Head butting: "Zutsuki"
- Kick to the groin: "Kinteki-geri"
- Retreating continually out of the match area and to avoid fighting
- Constant bad attitude or behavior towards the referee or competition