

Rövid szabályismertetés

WFL K1 light

## K-1 Light

Kick light szabályrendszer térd rúgással / **felső testre** / kiegészítve.

**Térd engedélyezett a testre, fejre nem. Fogás egyáltalán nem engedélyezett!!!!** Engedélyezett minden az ökölvívásban használatos ütésekkel kiegészítve az ugrásból végre hajtott kontrolált ütéssel!

**Mérkőzések ideje 12 éves korig selejtező , és döntő 2x1,5, 12 éves kor felett 2x 1, 5 selejtező 45 mp szünet, 2x2 perc a döntő 1 perc szünet.**

**12 éves kor alatt a testprotektor használata kötelező!!!!** Védőfelszerelés fogvédő, amatőr bandázs, 10 oz zárt kesztyű, mely nem lehet sérült vagy átütött! Sípcsontos lábvédő, vagy külön lábfejjvédő, és sípcsontvédő. Fejvédő , valamint nőknek mell, és ágyékvédő, férfiaknak suspensor. Ruházat rövid nadrág mely nem érhet a térd alá, zsebket, és más idegen tárgyat nem tartalmazhat!!!! Póló vagy lányoknál, nőknél Top. **A korcsoportok meghatározásánál betöltött születésnap számít!!!!!! Ezt kérem, hogy mindenki vegye figyelembe!!!!!!!**

## K-1 b Class

### **TESTVÉDŐ PROTEKTOR HASZNÁLATA KÖTELEZŐ!!!**

(Védőfelszerelés fogvédő, amatőr bandázs, 10 oz zárt kesztyű, mely nem lehet sérült vagy átütött! Sípcsontos lábvédő, vagy külön lábfejjvédő, és sípcsontvédő. Kizárólag arcon nyitott fejvédő használható, valamint nőknek mell, és ágyékvédő, férfiaknak suspensor. Ruházat rövid nadrág mely nem érhet a térd alá, nem lehet rajta zseb vagy egyéb idegen tárgy, póló vagy lányoknál, nőknél Top. A korcsoportok meghatározásánál betöltött születésnap számít!!!!!! Ezt kérem mindenki vegye figyelembe!!!!!!!

**Szabályismertető**

**K-1**

## **A fej térdel nem támadható!**

A korcsoportok meghatározásánál betöltött születésnap számít!!!!!! Ezt kérem, hogy mindenki vegye figyelembe!!!!!!!

Fontosabb szabályok: Fej támadása engedélyezett kézzel frontálisan, valamint köríves technikákkal, felütésekkel, továbbá fordulós, és ugró ütéssel! Minden kéztechnika kizárólag a kesztyű ütőfelületével (ököl, ill. kézhát) hajtható végre. **Rugás:** Engedélyezett a fejtámadása frontális, és köríves technikákkal. **A térd használata tilos fejre.**

A test támadható kézzel, és lábbal egyaránt frontális, és köríves technikákkal, valamint térdel támadható a test, és a comb is. A lábakat frontálisan, valamint köríves technikákkal is lehet támadni!

**FIGYELEM!** A térd támadás minden esetben tilos!!!!!! Fogás kizárólag „egy fogás egy technika” elve alapján.

A mérkőzések ideje selejtező 2x1,5 perc 45 mp szünet, döntő minden esetben 3x1,5 perc 45 mp pihenővel.

Lábsöprés „cipő a cipőhöz” elv a boka alatt. Söpörni lehet rúgni nem!

**TESTVÉDŐ PROTEKTOR HASZNÁLATA**

**KÖTELEZŐ!!! Mindenki hozzon magával!**

**Súlycsoportok**

15 életévét betöltött versenyző szülői, és edzői külön nyilatkozattal részt vehet bajnokságon!

## **Oriental Box**

A hagyományos ökölvívó technikák mellett engedélyezett az ugrásból, és fordulásból végrehajtott ütések is! **KIZÁRÓLAG A KESZTYŰ BÉLELT FELÜLETÉVEL!**