

RÖVID SZABÁLYISMERTETÉS

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 KONTROLLÁLT 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. FEJVÉDŐ , VALAMINT NŐKNEK MELL, ÉS ÁGYÉKVÉDŐ, FÉRFIAKNAK SUSPENSOR. RUHÁZAT RÖVID NADRÁG MELY NEM ÉRHET A TÉRD ALÁ, ZSEBEKET, ÉS MÁS IDEGEN TÁRGYAT NEM TARTALMAZHAT!!!! PÓLÓ VAGY LÁNYOKNÁL, NŐKNÉL TOP. A KORCSOPORTOK MEGHATÁROZÁSÁNÁL BETÖLTÖTT SZÜLETÉSNAPOK SZÁMÍT!!!!!! EZT KÉREM, HOGY MINDENKI VEGYE FIGYELEMBE!!!!!!!

DOCANDO FULL

**GI FELSŐ, ÉS ÖV HASZNÁLATA KÖTELEZŐ! /MINDENKINEK
ÖNÁLLÓAN KELL HOZNI/**

ENGEDÉLYEZETT MINDEN AZ ÖKÖLVÍVÁSBAN HASZNÁLHATÓ ÜTÉS, ÉS FORGÓ ÜTÉS. TÉRD RUGÁS KIZÁRÓLAG TESTRE. ENGEDÉLYEZETT A KÜLSŐ, ÉS BELSŐ COMBRUGÁS! A FRONTÁLIS RUGÁS TILOS A LÁBAKRA! TESTRE ÉS FEJRE EGYARÁNT LEHET RUGNI FRONTÁLISAN, ÉS KÖRKÖRÖSEN EGYARÁNT. A DOBÁS ENGEDÉLYEZETT, DE TOVÁBBI TECHNIKÁK ALKALMAZÁSA TILOS!!!

K-1 B CLASS

TESTVÉDŐ PROTEKTOR HASZNÁLATA KÖTELEZŐ JUNIOR KOROSZÁLYBAN!!!

(VÉDŐFELSZERELÉS FOGVÉDŐ, AMATŐR BANDÁZS, 10 OZ ZÁRT KESZTYŰ, MELY NEM LEHET SÉRÜLT VAGY ÁTÜTÖTT! SÍPCSONTOS LÁBVÉDŐ, VAGY KÜLÖN LÁBFEJVEDŐ, ÉS SÍPCSONTVÉDŐ. KIZÁRÓLAG ARCON NYITOTT FEJVEDŐ 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!!!!!!!

A KORCSOPORTOK MEGHATÁROZÁSÁNÁL BETÖLTÖTT SZÜLETÉSNAP SZÁMÍT!!!!!! EZT KÉREM, HOGY MINDENKI VEGYE FIGYELEMBE!!!!!!!

FONTOSABB SZABÁLYOK: FEJ TÁMADÁSA ENGEDÉLYEZETT KÉZZEL FRONTÁLISAN, VALAMINT KÖRÍVES TECHNIKÁKKAL, FELÜTÉSEKSEL, TOVÁBBÁ FORDULÁSOS, 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 TÉRDDEL TÁMADHATÓ A TEST, ÉS A COMB IS. A LÁBAKAT FRONTÁLISAN, VALAMINT KÖRÍVES TECHNIKÁKKAL IS LEHET TÁMADNI!

FIGYELEM! A TÉRD TÁMADÁS MINDEN ESETBEN TILÓS!!!!!! FOGÁS KIZÁRÓLAG „EGY FOGÁS EGY TECHNIKA” ELVE ALAPJÁN.

A MÉRKŐZÉSEK IDEJE SELEJETZŐ 2X2 PERC 1 PERC SZÜNET , DÖNTŐ MINDEN ESETBEN 3X2 PERC 1 PERC PIHENŐPIHENŐVEL. EXTRA MENET MAXIMUM KÉT ALKALOMMAL LEHETSÉGES EGY MÉRKŐZÉSEN BELÜL! /ÁLTALÁBAN AZ ELSŐ EXTRÁBAN MÁR ELDÖNTIK A BÍRÓK/

LÁBSÖPRÉS „CIPŐ A CIPŐHÖZ” ELV A BOKA ALATT. SÖPÖRNI LEHET RÚGNI NEM!

TESTVÉDŐ PROTEKTOR HASZNÁLATA KÖTELEZŐ 18

ÉVES KORIG 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!

RUHÁZAT SHORT, TRIKÓ, VAGY PÓLÓ, NŐKNEK TOP. BOX BIRKÓZÓ CIPŐ, VAGY EGYÉB SPORTCIPŐ /A CIPŐK TALPÁT ELLENŐRZIK!/ CSAK VÁLTOTT SPORTCIPŐ HASZNÁLHATÓ!

MARTIAL ARTS / LIGHT BOX

AZ ORIENTAL BOXHOZ HASONL, DE LIGHT, SZPARRING RENDSZERŰ KÜZDELEM FORGÓ ÜTÉS NÉLKÜL!

POINT FIGHT

ENGEDÉLYEZETT

ÜTÉSEK: EGYENES ÜTÉSEK, KÉZHÁT CSAPÁS, UGRÓ EGYENES ÜTÉSEK, RUGÁSOK. MINDEN RUGÁS KÍVÉVE A TÉRD HASZNÁLAT. KIZÁRÓLAG AZ ÖV FÖLÖTTI TERÜLETEN LEHET KONTROLÁLT RUGÁST ELHELYEZNI! LÁBSÖPRÉS KIZÁRÓLAG A „CIPŐ A CIPŐHÖZ ELVNEK MEFELELEŐEN!

PONTOZÁS:

ÜTÉSEK: TESTRE ÉS FEJRE EGYARÁNT 1 PONT. UGRÓ FEJÜTÉS 2 PONT.

RUGÁSOK:

MINDEN TEST RUGÁS 1 PONT

LÁBSÖPRÉS 1 PONT

FEJRUGÁS 2 PONT.

UGRÁSBÓL VÉGREHAJTOTT TEST RUGÁS 2 PONT, FEJRUGÁS 3 PONT