

## 心技館交流試合 ジュニアMMAルール

試合時間は総合 A ルール、組技 A ルール 3 分 1R。総合 B ルール 2 分 1R、組技 B ルール 1 分 30 秒 1Rとする。  
服装は短パン・ハーフパンツ・スパッツいずれも可。上半身は裸・Tシャツ・ラッシュイづれも可。試合進行妨げる衣服や、金具付きなど怪我の恐れがあるものは不可とする。

レスリングシューズは着用不可とする。

### 試合用具

- ・ 拳サポーター
- ・ スネサポーター（マジックテープタイプ不可）
- ・ ヒザパッドサポーター
- ・ ファールカップ（男子のみ）
- ・ フェイスガード付きヘッドギア

※ ヘッドギアは主催側の用意をしたものを使用する。

### 勝敗

- ・ 打撃によるKO勝ち
- ・ 打撃・寝技による一本勝ち
- ・ ポイントによる優勢勝ち（有効<技有<一本）
- ・ 反則 3 回、およびレフリーが悪質と判断した場合による反則負け
- ・ 旗判定による判定勝ち
- ・ レフリーが危険と判断した場合によるレフリーストップ
- ・ レフリーが続行不可と判断した場合によるレフリーストップ

### 判定基準

- ・ レフリー 1 名、副審 2 名による計 3 名の旗判定とする
- ・ アグレッシブ>ダメージ・スタミナ>ポジショニングとする

※ 判定による選手や第三者の抗議は一切認めません

### ポイント基準

- ・ ポイントは有効<技有<一本の順に優勢とする。
- ・ 一本(KO)の基準は技がクリーンヒットしダメージが顕著に出た場合。  
寝技において技が極まり、タップアウトまたはレフリーストップによる一本勝ち。  
又は技有二つとする
- ・ 技有の基準は技がクリーンヒットしダメージが出るもしくは考えられる場合。  
絞技において形に入り、レフリーの判断によるブレイクが掛かった場合。  
B ルールにおいて、20 秒抑え込んだ場合。  
又は有効二つとする
- ・ 有効の基準は上段がクリーンヒットした場合。  
攻撃ラッシュにより一方的に相手を下がらせた場合。  
関節技において、クラッチが切れた際に技が成立する体勢でレフリーによるブレイクが掛かった場合。  
B ルールにおい 15 秒抑え込んだ場合とする

## 反則

反則は軽微な反則は口頭注意から、改善が認められない場合は注意（反則 1）、更に反則をした場合は警告（反則 2）、更に反則をした場合は失格（反則 3）となります。

### 【主な反則】

- ・ 足の甲、足首スネ以外による全ての頭部への打撃
- ・ 膝に肘によるあらゆる打撃
- ・ 脊髄、背骨へのあらゆる打撃行為
- ・ 一方がグラウンドポジションでの両者のあらゆる打撃
- ・ グラウンドから立ち上がる際、レフリーがスタンドとコールする前の両者のあらゆる打撃
- ・ 指先、足先への打撃行為
- ・ スタンド状態でのバックチョーク以外の全ての関節、絞め技
- ・ 手首、脊髄への関節技
- ・ 後頭部を強く引き、頸椎を圧迫させる絞め技
- ・ バスターの禁止、又は投げの際に頭部から落とす行為
- ・ スタンドから飛びついてガードポジションをとる行為
- ・ 相手の指、競技道具、衣類をつかむ行為
- ・ 金的、目への攻撃、又は指による付き攻撃、又は道徳上許されない行為
- ・ ダウン中への相手の攻撃
- ・ カニばさみ、かわず掛け等の怪我を誘発する投げ技
- ・ 足に足を巻き付けて投げる行為
- ・ 故意にリング、及びマットの外に出る行為
- ・ 整髪量、ワセリン、体にオイルを塗付する行為
- ・ レフリーへの抗議、罵倒、暴力行為、又は指示に従わない行為

※ その他、反則細事はレフリーの判断とする

※ 質問がある場合は必ず心技館、遠藤までお問合せ下さい

## ポイント反則の積み重ね

ポイント順番は有効<技有<一本とする。ポイントは有効二つで技有、技有二つで一本となります。

反則は注意（反則 1）が有効と同じポイント、警告（反則 2）が技有と同じポイント、失格（反則 3）が一本と同じポイントとする。

ポイントと反則は独立した関係となる為、たとえ有効ポイントと注意（反則 1）を取ったとしても技有にはならない。

ポイントと反則で優劣が拮抗した場合、判定となるが反則を考慮した上での旗判定とする。

## 試合進行

- ・ 試合は原則としてランニングタイムで行われます
- ・ 開始、終了はレフリーのコールによって行われる
- ・ レフリーのストップコールで時間をいったん停止する

※原則としてレフリーの試合進行を妨げるような行動をさせない

## レフリーコール

- |               |                |
|---------------|----------------|
| ・ファイト（始め）     | 試合開始、又は試合再開時   |
| ・ブレイク         | 試合をいったん止める時    |
| ・ドントムーブ（動かない） | 両者の動きを止める時     |
| ・ストップ         | 試合の時間終了        |
| ・タイムストップ      | 何らかの事で試合を中断する時 |
| ・アクション（攻める）   | 両者の動きを促す時      |
| ・抑え込          | 抑え込が成立した時      |
| ・解けた          | 抑え込が解除された時     |

※ 試合中レフリーのコールは速やかに従う

※ この他にもレフリーは自分の自己判断で様々なコールをしていく

## 打撃注意点

- ・パンチはナックルパート部分を当てる事、手の甲などでの打撃は不可
- ・頭部への打撃は足の甲、足首スネ部分のみとし、それ以外は一切禁止
- ・首から下による前蹴り、後蹴りは可能
- ・後回転系は有効ですが、頭部を当てる際は、足の甲以外は不可
- ・膝や肘による攻撃は一切禁止
- ・関節を故意に、逆関節に過撃する行為
- ・一方、もしくは両方がグラウンド状態になった場合の打撃は一切禁止

### 【有効な打撃】

- ・首から下へのパンチによる攻撃
- ・足の甲、足首スネによるハイキック、ミドルキック、ローキック
- ・首から下への前蹴り
- ・後廻し蹴り(頭部へは足の甲のみ)
- ・首から下への後蹴り

## 抑え込基準

抑え込は基本的には柔道と同一で、他にバックポジションも含みます。

バックポジションは両足をフックして抑え込とする。

主な抑え込は、袈裟固め、横四方固め、縦四方固め、上四方固め、バックポジションの5種類、その他で相手の動きを制した状態を押え込みとする。

柔道の抑え込と違うのは、片足が絡まれている状態でもしっかりと相手の上に乗るポジションをキープしていれば抑え込とします。

ポイントは15秒で有効、20秒で技有りとします。

## 関節技注意点

- ・立関節技や体重を浴びせての関節技は全面禁止です。
- ・後頭部を強く圧迫し頸椎を伸ばす絞め技は禁止です。
- ・足関節技はアキレス腱固め、膝十字固めのみとなります。
- ・関節技に関しましては、形になった時点で基本見込み一本勝ちとします。
- ・足による腕がらみ(アームロック)等の腕への関節は一切禁止です。
- ・関節や絞技中に相手に担がれた場合はブレイクとします。その際ポイントは入りません。

### 【関節・絞め技でのポイント】

関節技や絞技の際中でも、膠着した場合はレフリーの判断でブレイクとします。

その際、クラッチが切れれば技が成立する状態での関節技は有効ポイント、絞め技が入っているが相手が耐え、見込み一本とされずブレイクとなったものは技ありポイントする。

その他、裁量はレフリー判断とします。

### 【有効な関節、絞め技】

- ・腕十字
- ・アームロック(腕で決める場合のみ)
- ・アキレス腱固め
- ・膝十字
- ・三角絞め
- ・チョーク(頸椎を強く圧迫するフロントチョークは禁止)

その他わからない事があれば、遠藤までご連絡いただきますようお願い致します。

心技舘 046-266-4266

遠藤携帯 090-3511-7489