

心技館 JOF 総合 B ルール

試合時間

2分 1R

試合コスチューム

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・ラッシュいずれも可とする

※男子と女子が試合する場合、男子選手はTシャツ。ラッシュガードの装着を義務付ける

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（オープンフィンガーグローブ可）
- ・ 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
- ・ フェールカップ（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
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
寝技で20秒間、相手を抑え込んだ場合
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
寝技で15秒間、相手を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、肘、かかと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瞬間の両者のあらゆる打撃
- ・ 指先、足先への打撃行為
- ・ 全ての関節技、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
- ・ 体を浴びせての大外刈りで相手を投げる行為
- ・ スタンドから飛びついてガードポジションをとる行為
- ・ 相手の体に触れずグラウンド状態になり、引き込む行為
- ・ 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、さば折り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(スタンドでのツイスターフックの禁止)
- ・ 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

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
- ・頭部以外の前蹴りは可
- ・後回転系の打撃技は禁止
- ・膝、肘、かかと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、両者のあらゆる打撃の禁止
- ・一方がグラウンド状態からスタンドに移行する瞬間、両者のあらゆる打撃の禁止

※ハイキックによる KO 負けをした祭は、その後の試合を不可とします

【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

抑込の基準

抑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込とする。

主な抑込は、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抑込みとする。

抑込み時、柔道のように片足をフックし、ハーフガードの状態になったとしても、しっかりと相手の動きを制し、ポジションをキープしていれば抑込とします。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

B ルールは全ての関節技、絞め技は禁止です。