

Opomba:

Starostne kategorije so določene v Tekmovalnem pravilniku SFKO.

KUMITE K.O. – OPREMA IN PRAVILA (SFKO)

kategorija	kontakt	čelada	rokavice	ščitnik za zobe	shinpad (nogavica)	dodatna oprema	posebnosti
U10 (7–9 let)	kontroliran	z vizirjem	obvezne	obvezen	obvezen	telovnik + suspensor	✗ roke v glavo ✓ noge v glavo (kontrola) ✗ udarci po nogah
U12 (10–11 let)	kontroliran	odprta	obvezne	obvezen	obvezen	telovnik + suspensor	✗ roke v glavo ✓ noge v glavo (kontrola) ✓ noge po nogah (semi)
U14 (12–13 let)	kontroliran	odprta	obvezne	obvezen	obvezen	telovnik + suspensor	✗ roke v glavo ✓ noge v glavo (kontrola) ✓ noge po nogah (semi)
U16 (14–15 let)	kontroliran	odprta	MMA rokavice	obvezen	obvezen	suspensor + ščitnik za prsa (ženske)	✓ večja intenzivnost ✓ noge po nogah (nad kolenom)
U18 (16–17 let)	kontroliran	odprta	MMA rokavice	obvezen	obvezen	suspensor + ščitnik za prsa (ženske)	✓ večja intenzivnost ✓ noge po nogah (nad kolenom)
U21 (18–20 let)	kontroliran	odprta	brez / opcijsko	obvezen	obvezen	suspensor + ščitnik za prsa (ženske)	✓ prehod v full contact ✓ noge po nogah
21+	full contact	brez	brez	obvezen	neobvezno	suspensor + ščitnik za prsa (ženske)	✓ KO dovoljen ✓ polna moč

OPOMBE

- ščitnik za genitalije (suspensor) je obvezen za vse moške kategorije
- ščitnik za prsi je obvezen za ženske od U16 dalje
- ščitnik za zobe je obvezen za vse kategorije

KAZNI (DISCIPLINSKI UKREPI)

Kazni se izrekajo za kršitve pravil, nevarne tehnike ali nešportno vedenje.

Sistem kazni:

- opozorilo
- CHUI (opomin)
- GENTEN (kazen)
- SHIKAKU (diskvalifikacija)

Vsaka naslednja kršitev pomeni višjo stopnjo kazni.

TOČKOVANJE

7–13 let:

- udarec v telo → 1 točka
- udarec v glavo (kontrola) → 2 točki
- knockdown → 2 točki
- KO → 4 točke (IPPON – zmaga)

14–20 let:

- WAZA-ARI → knockdown ali udarec v glavo
- 2x WAZA-ARI = IPPON (zmaga)

21+:

- WAZA-ARI → knockdown
- IPPON → KO ali 2x WAZA-ARI

DOVOLJENE TEHNIKE

- ✓ roke v telo
- ✓ noge v telo
- ✓ noge v glavo (kontrolirano do 20 let)
- ✓ noge po nogah (glede na kategorijo)
- ✓ kolena in spinning tehnike
- ✓ rušenja (Ashi Barai)

PREPOVEDANE TEHNIKE

- ✗ roke v glavo
- ✗ udarci v genitalije
- ✗ udarci v hrbet
- ✗ udarci v koleno (spredaj)
- ✗ napadi po prekinitvi
- ✗ držanje, vlečenje, metanje

TRAJANJE BORBE

kategorija čas borbe podaljšek

7–13 let 1:30 – 2 min 1 min

14–20 let 2 min 1–2 min

21+ 3 min 2 min

PODALJŠEK IN TEHTANJE

V primeru neodločenega rezultata:

✓ podaljšek

✓ tehtanje

✓ sodniška odločitev

Minimalna razlika:

- mlajši: 1–2 kg
- starejši: 3 kg

SFKO – Slovenska Fullcontact Karate organizacija