第１０回　全宮古中学校夏季空手道大会「細則」

１　選手の服装など

（１）空手着は白無地一色とし、落書きやふちどりのあるものは禁止とする。
（２）団体名が左胸にあること。(形や色については、団体で統一すること)
（３）上着の袖の長さは、手首より長くてはならない。また前腕の半分以上の長さであること。
（４）ズボンは、少なくとも脛の３分の２を覆う長さで、踝（くるぶし）よりも下に達してはならない。
（５）競技者は手足の爪を短くし、相手に傷を与えるような物を身につけてはならない。
（６）髪留めのゴムバンドは黒か茶のみとする。その他の装飾品は認めない。
（７）女子の肌着は白無地のＴシャツとする。(ワンポイント、校名・メーカーロゴは認める)
（８）競技者の服装が正しくなかった場合、服装を正すために１分間が与えられる。
（９）空手着のヒモは結ぶこと。ヒモなしの空手着は不可とする。
（10）帯の長さは、大腿部の３／４を超えない程度とする。また、帯留めは使用してはならない。

２　形競技

（１）「(公財）全日本空手道連盟指定形」とは以下の形である。

	【第１指定形】	【第２指定形】
糸東流	セイエンチン、　バッサイダイ	マツムラローハイ、　ニーパイポ
剛柔流	サイファ　、　セーパイ	セイサン　、　クルルンファ
松濤館流	カンクウダイ、　ジオン	エンピ　、　カンクウショウ
和道流	セイシャン　、　チントウ	クーシャンクー　、ニーセイシー

（２）団体形の演武において発声が認められるのは「形の呼名」と「演武中の気合い」のみとする。
（３）形名を呼称しない、間違った形を呼称する、演武開始の礼と終了の礼をしなかった場合、違反となる。

３　組手競技

（１）得点部位は、骨盤の上から鎖骨までが中段、肩を除く鎖骨より上の部位が上段である。
（２）得点の種類は、次のとおりとする
　「１本」＝３ポイント、「技あり」＝２ポイント、「有効」＝１ポイント
（３）次を基準に得点部位への技に対し点が与えられる
　「良いフォーム」、「スポーツマンらしい態度」、「気力」、「残心」、「良いタイミング」、「正確な距離」
（４）禁止行為は、次のとおりとする
①得点部位への過度の接触技、および喉への接触技
②腕、足、股間部、関節、または足の甲への攻撃
③開手による顔面への攻撃
④「分かれて」の後、「続けて」の前に技を出すこと
⑤危険または禁止されている投げ技
⑥負傷を装うこと、または誇張すること
⑦原因が相手によるものでない場外、または攻撃した競技者が得点とならず、その後場外に出た場合
⑧負傷にさらされるような行為、自己を危険にさらすこと、又は自己防衛ができなかった場合（無防備）
⑨相手に得点の機会を与えないために、格闘を避けること
⑩不活動-戦おうとしない（試合時間が残り 15 秒を切った後、又は得点や先取でリードしている競技者には与えられない）
⑪得点技または倒すことを試みず、組合い、押し合い、又は胸をつき合わせたりすること
⑫相手の蹴り足を掴み倒す場合を除き、両手で相手を掴むこと
⑬相手の腕または空手着を片手で掴み、即座に得点技または倒そうとしなかった場合
⑭相手の安全を損なう技、または危険でコントロールされていない攻撃
⑮頭部、膝、肘で攻撃するふりをした場合、または実際の攻撃
⑯対戦相手に話しかけること、煽ること、主審の命令に背くこと、審判団に対する無礼な態度、又はその他道徳に反する行為
⑰**倒した、あるいは倒れた相手に対しての蹴り（空振りした場合も同様）**　**※中体連ルール**

４　競技別得点（男女共通）

順位	１位	２位	３位	４位
団体形	１０	8	6	4
個人形	6	5	4	3
団体組手	１０	8	6	4
個人組手	6	5	4	3

※同点の場合は個人戦でベスト４に入った選手の人数が多い団体を上位とする。