

# WKU Técnicas de Light Contact

## Contenido

Responsabilidades de los competidores: .....	2
Equipo de seguridad obligatorio .....	2
Equipo de seguridad opcional: .....	2
Responsabilidades de los Entrenadores:.....	3
Edad y peso: .....	3
Tolerancia:.....	3
Examen medico:.....	3
Protesta:.....	4
Divisiones de peso y edad: .....	4
Competición por Equipos: .....	5
Divisiones de peso en equipo para niños:.....	5
Clases de Peso en Equipo para Juniors y Adultos:.....	5
Calificación del equipo y tiempo: .....	5
Responsabilidades del Árbitro: .....	5
Los árbitros no pueden: .....	6
Comprobación del equipo:.....	6
Tiempo de Rounds y Áreas:.....	7
Punto:.....	7
Cantidad de contacto: .....	7
Técnicas legales:.....	7
Técnicas ilegales:.....	7
Jueceo y evaluación: .....	7
Puntuación en Light contact .....	8
Comienzo de la competición:.....	9
Fin de la competencia: .....	9

## Responsabilidades de los competidores:

- Es responsabilidad del Competidor conocer las reglas y estar listo para la competencia cuando se le llama.
- Todos los Competidores deben tener en su posesión su placa de identificación en un cordón en todo momento para acceder al área de la sede y de la competencia cuando sea llamado por el juez central. También muestra quién es usted y las divisiones en las que está inscrito.
- Si un Competidor o Entrenador considera que un Árbitro debe ser removido antes del encuentro por una buena razón, deben solicitarlo antes de que éste empiece. Ellos deben pedirlo al juez central en una forma adecuada y de manera deportiva.

## Equipo de seguridad obligatorio

- Todos los competidores deben tener su propio equipo obligatorio y opcional.
- Todos los equipos de seguridad deben estar en buen estado, libres de rasgones y de cinta suelta o excesiva.
- La parte superior de los competidores debe tener mangas cubriendo desde el área del brazo superior al codo.
- Los pantalones de los competidores deben extenderse hasta los pies. Sin cierres de cremallera, bolsillos o botones.
- La cintura siempre debe ser visible, incluso si el competidor elige o no para llevar su cinta. Si un competidor lleva su parte superior en el exterior de sus pantalones deben usar su cinta.
- Los competidores no pueden usar ningún objeto metálico que pueda causar lesión a su oponente. Piercing, cadenas, relojes o pendientes no son permitidos.
- Están permitidos parches de sus respectivos clubes, asociaciones o patrocinadores junto con nombres o eslóganes siempre y cuando no sean ofensivos.
- No se permiten bandas, redecillas y bufandas, ya que pueden deslizarse. El cabello largo debe ser atado junto con una banda elástica.
- Las uñas de los dedos y las uñas de los pies deben ser recortados para evitar cortes.
- Está prohibido el uso excesivo de grasa, vaselina o sustancias similares
- Casco: debe cubrir la parte superior y posterior de la cabeza. Los cascos recomendados son Kwon Shocklite, SAP X-Fighter o Top Ten. Los competidores deberán suministrar un (1) casco rojo y un (1) casco azul. Cascos de espuma no están permitidos.
- Guarda de la boca (no se permiten correas protectoras de la boca).
- Protector de senos para las mujeres de 13 años de edad y arriba deben ser usados debajo de la parte superior del uniforme.
- Boxeo / Kickboxing guantes de 10 onzas solamente.
- Los suspensorios (hombres y mujeres) deben ser usados debajo de los pantalones.
- Las espinilleras deben ser usadas debajo de los pantalones. Protectores de empeine no están permitidos.
- Los zapatos deben cubrir los lados, el talón y la parte superior del pie incluyendo los dedos.

## Equipo de seguridad opcional:

- Vendas de mano-longitud máxima, 4.5 metros.
- Protectores de codo, antebrazo y de rodilla.

- Protector de senos-para las mujeres de 12 años de edad y menor es muy recomendable.
- Zapatos Kwon o Ring Star diseñados para point fight y light contact solamente.
- Protectores faciales: sólo se permiten en divisiones de Niños y Juniors.
- Sólo se permiten "gafas deportivas" debajo el protector facial en división de niños y Juniors solamente.

### Responsabilidades de los Entrenadores:

- Los entrenadores también deben usar zapatos deportivos que deben estar limpios.
- No se permiten chancletas, pantalones cortos, sombreros, gafas de sol y dispositivos de música / teléfono.
- Él / Ella (entrenadores) deberán estar sentados en todo momento durante el encuentro y comportarse de manera disciplinada y deportiva.
- Cualquier entrenador que no siga las instrucciones de los jueces podrá recibir una advertencia o incluso descalificar a su competidor.
- Sólo se permite un (1) entrenador en las Eliminaciones. Dos (2) entrenadores son permitido en las finales y la competencia por equipos.
- Sólo los entrenadores pueden hacer una protesta oficial. (Véase Protesta).
- El Entrenador puede tirar la toalla para su Competidor cuando quieren retirarse de la competencia.
- Un entrenador que ha sido expulsado no puede "coachear" el resto del torneo.
- Sólo los combatientes y el juez central pueden estar presentes en el encuentro. Si alguna otra persona entra en el ring, la pelás termina inmediatamente.

### Edad y peso:

- La edad de un competidor es al 30 de junio del circuito anual y es su edad legal de la competencia para ese año.
- Sólo los Veteranos y Ejecutivos pueden bajar una (1) División de Edad.
- El pesaje debe completarse al menos dos horas antes de la primera competición.
- Siempre que sea posible, una selección de jueces voluntarios, preferiblemente de diferentes países, supervisa el pesaje en competencias internacionales el día antes de la competición.

### Tolerancia:

- Generalmente, no hay tolerancia. Solo niños se les permitirá la discrepancia de medio kilo de peso.
- Sólo 4 participantes de cada país y para cada división de peso están permitidos.
- No se permite overbooking, excepto con el consentimiento por escrito de HQ que podría darse en forma electrónica (e-mail). Cada representante aplicará para el consentimiento HQ antes mencionado mínimo 1 mes antes de la competencia, en forma escrita o electrónica (e-mail).

### Examen medico:

- Todos los competidores deben presentar un certificado medico no mayor de 12 meses desde el primer día de la competición firmado por el médico. De lo contrario, el

competidor debe someterse a una revisión médica por parte del actual médico designado por el promotor del torneo. Siempre que haya participantes masculinos y femeninos,

- Los exámenes médicos deben realizarse en salas separadas o en caso de disponibilidad de una habitación sólo en diferentes momentos.
- Si un Competidor no tiene en posesión su pasaporte de la liga con el sello de licencia anual en el momento del examen físico y el peso, no se le permitirá competir.

## Protesta:

- La puntuación de los Jueces es final.
- Las protestas contra las decisiones de un Juez sólo pueden ser aceptadas en el evento en que las reglas de competencia no se han aplicado correctamente.
- Un veredicto de los jueces dado al concluir cualquier división será vinculante y podrá ser alterado solamente en el caso que el Juez y Supervisor central considere que se ha producido una de las siguientes circunstancias:
  1. Se ha producido una conspiración o un acuerdo ilegal que altere el resultado del encuentro.
  2. La adición de los puntos es defectuosa; Un juez mezcló las tarjetas de puntuación de las esquinas, dando lugar a la victoria al competidor equivocado.
  3. Una clara violación de las normas y reglamentos directamente que afecte el resultado del encuentro.
- La protesta será dirigida al Juez central e indicará el motivo de ésta de manera respetuosa junto con cualquier prueba de que se ha tomado una decisión equivocada (el video no será aceptado). La protesta debe estar acompañados de una tasa de tramitación de cien (100) euros. La cuota será devuelta si la protesta es válida.
- La cuota de protesta será transferida a la cuenta bancaria para la formación de futuros jueces.
- El inspector de ring decidirá sobre la protesta después de escuchar las pruebas de protesta y los jueces en cuestión. (El video no será aceptado).
- Su decisión es definitiva.
- Las decisiones del médico oficial pueden estar sujetas a protestas si el segundo doctor está presente en el evento. El segundo Doctor tomará una decisión sobre

la protesta.

## Divisiones de peso y edad:

- Niñas de hasta 12 años de edad -25kg, -30kg, -35kg, -40kg, -45kg, -50kg, + 50kg
- Niños de hasta 12 años de edad -25kg, -30kg, -35kg, -40kg, -45kg, -50kg, + 50kg
- Chicas Junior 13-17 años / -40kg, -45kg, -50kg, -55kg, -60kg, + 60kg
- Niños Junior 13-17 años / -40kg, -45kg, -50kg, -55kg, -60kg, -65kg, -70kg, + 70kg.
- Mujeres adultas 18-34 años / -50kg, -55kg, -60kg, -65kg, + 65kg
- Hombres Adultos 18-34 años / -60kg, -65kg, -70kg, -75kg, -80kg, -85kg, -90kg, + 90kg.
- Mujeres veteranas 35-44 años / -60kg, + 60kg.
- Hombres veteranos 35-44 años / -75kg, -85kg, + 85kg.
- Mujeres Ejecutivas de 45 años y más / -60kg, + 60kg.
- Hombres Ejecutivos de 45 años y más / -80kg, + 80kg.

### Competición por Equipos:

- Los Equipos Femeninos consisten en tres (3) miembros de (niños, jóvenes y adultos).
- Los Equipos Masculinos constan de cinco (5) miembros de (niños, jóvenes y adultos).
- Se permite a cada equipo un (1) competidor suplente, en caso de que un miembro del equipo se lesiona durante la competencia.
- El entrenador del equipo que sea el ganador del sorteo de monedas tendrá la opción de decidir si quieren enviar su primer competidor o si tienen la oposición, después de la primera pelea, los entrenadores del equipo deben turnarse para enviar a su próximo competidor.

### Divisiones de peso en equipo para niños:

- El entrenador del equipo tiene la opción de elegir entre dos (2) divisiones de peso separadas para llenar un lugar. (Por ejemplo, un entrenador de equipo de las niñas puede elegir ya sea un -25kg o -35kg.

Divisiones de niñas: 1x -25kg o -35kg / 1x -40kg o -45kg / 1x -50kg o +50kg.

Divisiones de niños: 1x -25kg o -30kg / 1x -35kg o -40kg / 2x -45kg o -50kg / 1x +50kg.

- Los entrenadores de equipo no tienen que seguir un orden específico cuando deciden qué división de peso quieren enviar. Pero una vez que un Entrenador del Equipo envía a su competidor, el entrenador contrario deberá igualar a su competidor de la misma división de peso.

### Clases de Peso en Equipo para Juniors y Adultos:

- No hay divisiones de peso en la competición Junior y Adulto.
- Los entrenadores de equipo elegirán a sus competidores alternativamente igualando las divisiones de peso de ambos equipos.

### Calificación del equipo y tiempo:

- La puntuación del equipo se basa en las victorias.
- La duración de cada pelea por equipos es de dos (2) minutos.
- Todas las advertencias son para la pelea individual solamente y no se transfieren al próximo encuentro.

### Responsabilidades del Árbitro:

- Los Árbitros Centrales deben hacer que el Doctor inspeccione las lesiones de los competidores incluso si son menores y tratarán de supervisarlos a lo largo del torneo.
- Los árbitros no pueden decidir cuán grave está un competidor lesionado.
- Si un competidor se lesiona. El Competidor, Doctor o Entrenador puede detener la pelea.
- Para casos que no sean lesiones del Competidor, sólo el juez central y el Supervisor tienen la capacidad de detener el partido.
- El juez central debe ser el juez más experimentado en el ring y tener pleno conocimiento en las reglas y el orden de la competencia. Promueve la seguridad de los competidores, hace cumplir las reglas y garantiza el juego limpio.
- El juez Central inicia y detiene la pelea, toma las decisiones de amonestación, administra la puntuación de los otros jueces, comunica claramente con el cronometrador, y anuncia al ganador de cada pelea.
- Poderes Agregados del Árbitro: 1) El partido empieza y termina solo con su orden (no la del cronometrador). 2) Tiene la decisión final sobre cualquier disputa sobre la puntuación. 3) Tiene el poder de emitir avisos y otorgar puntos de penalización sin una decisión mayoritaria al Competidor o Coach. 4) Automáticamente tiene poder para

descalificar a un Competidor que reciba cuatro (4) Puntos de advertencia. 6) Tiene poder para emitir tiempos de espera.

- Un competidor puede pedir un Time-out (para fijar el equipo de seguridad o una posible lesión), pero es la decisión del juez central emitir uno.
- Una vez que el juez central llame a un Competidor y no están en el lado del ring y listo para la competencia, se aplica la regla de cuatro (4) minutos.
- Una vez que el juez central llame a un Competidor que no está listo o no tiene el equipo adecuado, la regla de los cuatro (4) minutos se aplica.
- La regla de cuatro (4) minutos: El Árbitro Central le dirá al Cronometrador que inicie el conteo y después de cada minuto si el competidor no está junto al ring o con el equipo adecuado recibirán una (1) advertencia. Después de los 2 minutos Recibirá otra advertencia, después del tercer minuto un (-1) punto en contra será concedido. Después de los cuatro (4) minutos el competidor automáticamente será descalificado.
- Si un Competidor es lesionado y la pelea termina debido a la lesión, el competidor lesionado es declarado ganador. En el caso de un accidente, se declara ganador al competidor con el mayor número de puntos. Si la puntuación es un empate, el competidor no lesionado es declarado ganador.
- Si un Competidor está fuera de condición, el juez central parará el reloj y consultará a los jueces su opinión y pueda detener la competencia con un RSC (Concurso de Detención de Árbitros).
- Si un competidor sale de los límites a propósito o se niega al contacto, el juez central tiene la opción de añadir diez (10) segundos al reloj. Esto está separado de otras violaciones.
- Si un competidor no está listo para continuar la pelea debido a que su equipo de protección no funcione correctamente o por otras razones, deberá retirarse y levantar un brazo.
- En caso de que un competidor reciba una advertencia o de cualquier otra manera, sea incapacitado, el competidor contrario se retirará a la esquina neutral más cercana y esperará que el juez central señale que el partido puede continuar de nuevo.
- Cuando un competidor recibe una advertencia o una amonestación del juez central debe inclinarse o reconocer que ha entendido lo que se indica.
- Al final del encuentro. Los competidores se colocarán a cada lado del juez central para esperar el anuncio. El juez central levantará el brazo del ganador y ambos competidores se felicitarán por su esfuerzo.

#### Los árbitros no pueden:

- Descalificar a un Competidor por cualquier motivo que no sea el indicado en el capítulo anterior o mencionado aquí.
- En cualquier momento imponer, cambiar o alterar cualquiera de las reglas.

#### Comprobación del equipo:

- El juez central revisará el equipo de seguridad de los competidores de la cabeza a los pies.
- Los competidores que no permitan a los jueces comprobar cualquier equipo, o equipos cubiertos tales como una rodilla de plástico o metal duro, tobillo y muñeca, serán automáticamente descalificados.
- Las mujeres que usan protección de pecho y de ingle se comprueban con previo consentimiento.
- En caso de lesión, si se encontró que el competidor no tenía el equipo de seguridad será descalificado.

## Tiempo de Rounds y Áreas:

- Eliminatorias - Niños & Juniors: una (1) ronda de dos minutos
- Finales - Niños & Juniors: dos (2) rondas de dos minutos
- Adultos dos (2) rondas de dos minutos (eliminatorias y finales)
- Las áreas de punto son: Los lados y la cara, (incluyendo el protector facial). No la nuca. El torso, los costados del cuerpo y los riñones son áreas de punto.
- El contacto debe realizarse con el extremo de los guantes o el área del pie.

## Punto:

- Un punto (s) es una técnica de Artes Marciales que es anotada por el Competidor, en posición vertical, con buen equilibrio, técnica controlada y hacer contacto visual en el área objetivo.
- El competidor todavía puede anotar puntos si los jueces sienten que fueron lanzados o empujado al suelo.
- Todas las técnicas de mano = 1 punto
- Barrido del pie = 1 punto (un barrido de pie o una patada de barrida debe ser en posición vertical y hacer contacto con el pie de sus oponentes por debajo del tobillo en el interior del pie o el talón al talón. El oponente es barrido si su equilibrio está comprometido y al menos tres (3) partes de su cuerpo tocan el piso.
- Patear al cuerpo = 1 punto
- Patear a la cabeza = 2 puntos
- Patear el cuerpo = 2 puntos
- Patear la cabeza = 3 puntos

## Cantidad de contacto:

- Sólo se permite el contacto ligero a moderado en las áreas de puntuación.

## Técnicas legales:

- Jab, golpe de revés, gancho, upper cut, patada de frente, patada lateral, patada reversible, patada de abanico, patada de gancho, patada ascendente, patada descendente, patadas saltando (lateral, reversible, de gancho, medio trompo, trompo completo)

## Técnicas ilegales:

Golpe de palma, garra, spinning back fist, back fist, golpe de cuchillo, codazos y rodillazos, empujar con manos o guantes, low kicks (patada a las piernas) y golpes debajo de la cintura o detrás del cuerpo, arañazos, morder, escupir, ataques verbales hacia los jueces u oponente. contacto excesivo, empujar, comportamiento agresivo, huir del ring, barridas arriba del tobillo.

## Jueceo y evaluación:

Los jueces basarán su evaluación del encuentro en las siguientes pautas:

- Número de puntos anotados
- Patadas eficaces
- Defensa y mantener la guardia

- Mejor técnica
- Paradas efectivas y contraataques eficaces
- Mejores combinaciones
- Espíritu de combate y la iniciativa
- Acondicionamiento y mantenimiento del protector bucal
- Buen espíritu deportivo y juego limpio
- Número de puntos en contra
- Los encuentros tienen un máximo de 10 puntos y un puntaje de 6 puntos por juez.
- En Light contact no se permiten los knock-outs.

## Puntuación en Light contact

- En contacto ligero, no se permiten los golpes deliberados.
- Las decisiones se tomarán de acuerdo con las siguientes directrices:
- Victoria en puntos (P) Cuando ningún competidor domina al otro y una ronda es par: 10:10 puntos.
- Después de estos puntos se suman o restan de la puntuación de cada competidor
- Según el número de puntos que hayan sido señalados por el juez
- El competidor ganador de una ronda obtiene 10 pts, su oponente 9 pts.
- Si se da una advertencia oficial debido a una "falta", los jueces otorgan a este competidor "primera advertencia". Si un competidor tiene una "segunda advertencia"
- Debido a una falta no se debe deducir ningún punto, pero los jueces otorgarán inmediatamente al competidor una "segunda advertencia". Los jueces marcarán siempre las advertencias con la letra w (para advertencia) bajo "faltas" en las tarjetas para indicar que el competidor ha recibido una advertencia.
- Si un punto negativo oficial fue dado debido a una "falta" por un contacto brutal y no sólo una advertencia o simultáneamente con la tercera advertencia, cada juez debe deducir 1 punto de la tarjeta de puntuación del competidor involucrado, inmediatamente cuando el round termine. (Es decir, 10: 9) Los jueces deberán marcar siempre estos puntos con la letra M (para menos Punto) bajo "faltas" en las tarjetas de puntuación para indicar que el competidor ha recibido un punto menos
- Si un segundo punto menos oficial fue dado que el combatiente es descalificado.
- En caso de mal estado físico se permite otorgar al competidor tiempo para recuperarse, pero cada juez debe deducir 1 punto de la puntuación cuando termine el round. (Es decir, 10: 9) Los jueces marcarán siempre este conteo con la letra C (para contar) bajo "KD" en la tarjeta de puntuación para indicar que el competidor recibió un conteo.
- Si se cuenta por una falta (es decir, golpe fuerte), no se debe deducir ningún punto, pero en ese caso el oponente debe ser penalizado con un punto negativo.
- En caso de un golpe excesivo que maree al competidor, el juez primero tiene que parar el tiempo, él tiene que preguntarle a sus jueces "¿Hubo una falta o no?". Si la mayoría de los jueces deciden por "falta", el juez penalizará al infractor. Si deciden sobre "accidente" no hay penalización y no cuenta.
- Las decisiones de: DOD - SUR - RSC - NC y WO en Light - Contact son similares a las otras
- Disciplinas.
- ¡En Light-Contact, el juez debe estar siempre atento a los ataques controlados!
- ¡Todas las técnicas deben ser ejecutadas con un buen control, contacto ligero es obligatorio!
- Puntos menos o descalificaciones se dan de acuerdo con las siguientes pautas:



- A) Para todas las técnicas ilegales (faltas) o para contacto excesivo, golpes o patadas ejecutadas sin el control, el juez dará advertencias y puntos menos.
- B) Si un competidor ejecuta una técnica que envía al oponente al piso para contar, el juez dará un punto negativo o descalificar al competidor.
- C) Si un competidor muestra agresividad o mala conducta en el ring, el juez dará un punto negativo o descalificará al competidor

### Comienzo de la competición:

- El juez central tomará su lugar en el centro del ring
- Frente a la mesa de puntuación. Una vez que los competidores hayan pasado por la revisión de equipo de seguridad, la pelea está lista para comenzar.
- El juez central verificará que los Entrenadores estén sentados y en las esquinas, Jueces y Cronometrista están haciendo contacto visual con el juez central.
- El juez central pedirá a los competidores que toquen los guantes y luego de vuelta a sus líneas de salida rojas o azules.
- El juez central grita "tiempo dentro" y decir inmediatamente "pelea".
- El reloj debe continuar funcionando durante todo el encuentro hasta que el juez central le dice al Cronometrador que "detenga el tiempo". (Normalmente para que un competidor arregle su equipo o cuando el juez central emita una advertencia.)

### Fin de la competencia:

- La pelea termina cuando el tiempo ha expirado y sólo cuando el juez central dice "detener" o "tiempo". El Cronometrador también lanzará la bolsa cerca de los pies de los competidores cuando expire el tiempo.
- El Árbitro Central todavía puede otorgar menos puntos o advertencias después de que el tiempo haya terminado, sólo cuando ha habido un intercambio de segundos antes.
- Cuando una pelea termina, el juez central tomará una mano de cada competidor y levantar la mano del ganador.