NKKO Kyokushin
Toernooireglement en scheidsrechterhandboek

Nederlandse Karate Kyokushin Organisatie

Versie 2.1, april 2015

Inhoudsopgave

1. Inleiding 2
1.1. Het doel van toernooien 2
2. Toernooi en wedstrijdleiding 3
2.1. (Hoofd-) scheidsrechters, jury en wedstrijdcomité 3
2.1.1. Toernooihoofdscheidsrechters 3
2.1.2. Jury en uitvoerend wedstrijdcomité 3
2.2. Scheidsrechterteam 3
2.2.1. Scheidsrechter (Shushin) 3
2.2.2. Hoekrechter (Fukushin) 3
3. Algemene wedstrijdregels 4
3.1. Opbouw toernooi 4
3.2. Duur wedstrijd 4
3.2.1. Aangepaste wedstrijdduur 4
3.3. Officiële afmeting en vorm mat 4
3.4. Jury en beroepsprocedure 4
3.4.1. Protest door een deelnemer 5
3.4.2. Ingrijpen door jury 5
3.5. Niet opkomen dagen (Shiai Hoki) 5
3.6. Beschermende middelen 5
3.6.1. Verplichte bescherming 5
3.6.2. Bandages en tapes 5
3.7. Gewichtsklassen 5
3.7.1. Heren 5
3.7.2. Vrouwen 5
3.8. Wegen 5
3.9. Regels voor scheids- en hoekrechters 6
3.9.1. Kleding en houding 6
3.9.2. Opkomen en verlaten mat scheidsrechterteam 6
3.9.3. Houding hoekrechters 7
4. Regels voor het gevecht 7
4.1. Opkomen en verlaten mat door deelnemers 7
4.1.1. Deelnemers komen op 7
4.1.2. Deelnemers verlaten mat 8
4.2. Commando's en handelingen scheids- en hoekrechters 8
4.2.1. Scheidsrechtercommando's 8
4.3. Scores tijdens gevecht 12
4.3.1. Half punt (Waza-ari) 12
4.3.2. Vol punt (Ippon Kachi) 12
4.3.3. Scheidsrechterprocedure bij scores 12
4.4. Overtredingen, waarschuwingen en diskwalificatie 13
4.4.1. Overtredingen 13
4.4.2. Formele waarschuwing 13
4.4.3. Diskwalificatie 13
4.4.4. Scheidsrechterprocedure bij waarschuwingen en diskwalificatie 14
4.5. Beslissing aan einde gevecht 14
4.5.1. Overwinning op scores (Yusei Kachi) 14
4.5.2. Overwinning op beslissing (Hantei Kachi) 15
4.5.3. Verlengen of beslissen 15
4.5.4. Scheidsrechterprocedure aan einde gevecht 15
5. Tameshiwari (Breektest) 17
5.1. Materiaal 17
5.2. Vastgestelde technieken 17
5.3. Minimum aantal planken en punten 17
5.4. Andere criteria 17
5.5. Scheidsrechterprocedure bij Tameshiwari 17
5.5.1. Scheidsrechterteam 17
5.5.2. Handelingen en procedure(s) 17
6. Bijlage goede en foute technieken jeugdwedstrijden 19

1. Inleiding

Dit handboek geeft voor organisatoren, jury en scheidsrechters de richtlijnen om een Kyokushin karatetoernooi in een sportieve sfeer en volgens de geldende internationale regels te laten verlopen. Het is tevens lesmateriaal voor de scheidsrechtercursus voor Shushin en Fukushin.

De inhoud is gebaseerd op het `International tournament officials handbook' en aangevuld met de recente wijzigingen op de internationale regels.

Als bijlage is opgenomen een overzicht van de goede en foute technieken voor bij de jeugdwedstrijden.

Deze versie is geredigeerd door Sensei Bas de Wit en uitgebracht onder verantwoordelijkheid van Shihan Peter Voogt. Met dank aan Shihan Paul Lorist, hoofd scheidsrechterscommissie van de NKKO, voor het toevoegen van de foto's en het aanbrengen van een aantal nuttige opmerkingen.

1.1. Het doel van toernooien

De doelstelling van toernooien die georganiseerd of goedgekeurd zijn door de Kyokushin World Federation

- het wereldwijd verspreiden van de geest en de technieken van het Kyokushin Karate Do;
- het jong en oud volgens de Budoweg te onderwijzen en de Japanse cultuur en tradities te behouden;
- de maatschappij te dienen door lokaal, regionaal en internationaal evenementen en toernooien te houden;
- het promoten van wereldvrede en universele vriendschap door de gezamenlijke beoefening van Kyokushin Karate Do.

2. Toernooi en wedstrijdleiding

2.1. (Hoofd-) scheidsrechters, jury en wedstrijdcomité

De wedstrijdleiding is in handen van de toernooihoofdscheidsrechters die tezamen de jury vormen en daarbij worden ondersteund door het uitvoerend wedstrijdcomité en de scheidsrechterteams.

2.1.1. Toernooihoofdscheidsrechters

De toernooihoofdscheidsrechter (`Supreme Judge' of Saiko Shinpan-Cho) stelt de wedstrijdleiding samen, formeert de scheidsrechterteams, bepaalt de (gewichts-) categorieën, de groepsindeling, tijdsduur en de volgorde van afhandeling van de wedstrijden. De toernooihoofdscheidsrechter heeft de supervisie over verloop van het toernooi en het laatste woord bij beslissingen en beroepszaken.

De tweede hoofdscheidsrechter (`Judge Chairman' of Shinpan-Cho) assisteert de Saiko Shinpan-Cho en neemt bij afwezigheid van de Saiko Shinpan-Cho zijn verantwoordelijkheden over.

De derde hoofdscheidsrechter (`Vice Judge Chairman' of Fuku Shinpan-Cho) assisteert de Saiko Shinpan-Cho en de Shinpan-Cho en heeft de supervisie over het toernooi bij afwezigheid van beide andere hoofdscheidsrechters.

2.1.2. Jury en uitvoerend wedstrijdcomité

De jury wordt gevormd door de drie hoofdscheidsrechters en heeft het eindoordeel over de beslissingen en protesten. Het uitvoerende wedstrijdcomité bestaat uit de officials die de scores bijhouden, de toernooiarts en toernooifysiotherapeut, de speaker en de tijdwaarnemer.
Jury en wedstrijdcomité zorgen er samen voor dat het toernooi op een vlotte en sportieve wijze verloopt.

2.2. Scheidsrechterteam

Het scheidsrechterteam bestaat uit een scheidsrechter (Referee - Shushin) en vier hoekrechters (Cornerjudge - Fukushin). Bij meerdere matten is er voor elke mat een mathoofdscheidsrechter die verantwoordelijk is voor de juiste inzet van de scheidsrechterteams. De mathoofdscheidsrechter coacht daarbij wanneer nodig de scheidsrechters en kan in afstemming met de toernooihoofdscheidsrechter een bepaalde beslissing van het scheidsrechterteam op de mat corrigeren.

2.2.1. Scheidsrechter (Shushin)

De Shushin is de scheidsrechter op de mat en heeft de volgende taken en verantwoordelijkheden:
- het op de juiste wijze de mat laten opkomen en verlaten van het scheidsrechtersteam en de vechters;
- het volgens de juiste regels laten beginnen en beëindigen van de wedstrijd en zorgdragen voor een ordelijk en voor de vechters een veilig verloop van de wedstrijd;
- de signalen en beslissingen van de hoekrechters beoordelen en de uitslag aan de toeschouwers bekend maken met duidelijke beslissingen naar zowel de vechters als naar het publiek;
- het bijeenroepen van de hoeksrechters om een bepaalde onregelmatigheid of beslissing te bespreken;
- de beslissingen van de hoofdscheidsrechters respecteren en ondersteunen.

2.2.2. Hoekrechter (Fukushin)

De hoekrechters[1] volgen en beoordelen de wedstrijden vanuit de vier hoeken van de mat. Hun taken en verantwoordelijkheden zijn:
- het signaleren van scores, onregelmatigheden en overtredingen;
- het nemen van duidelijke beslissingen voor de deelnemers en de toeschouwers;
- Het adviseren van de hoofdscheidsrechter bij zijn beslissingen;
- de beslissingen van de hoofdscheidsrechters respecteren.

[1] Hoekrechter is de letterlijke vertaling van `corner judge'. In het spraakgebruik wordt ook wel gesproken van hoekscheidsrechter.

3. Algemene wedstrijdregels

3.1. Opbouw toernooi

Afhankelijk van het aantal deelnemers aan een toernooi, kan het noodzakelijk voorrondes te houden voordat het uiteindelijke toernooi start. Het hoofdtoernooi start met het onderdeel tameshiwari als de wedstrijdduur volgens de officiele IKO regels wordt gehouden.

In de praktijk wordt voorafgaand aan het toernooi door de hoofdscheidsrechter de wedstrijdindeling vastgesteld, hierbij kan worden afgeweken van de internationale regels. De Saiko Shinpan-Cho kan ook tijdens het toernooi het wedstrijdschema aanpassen.

3.2. Duur wedstrijd

De wedstrijd gaat over één of meer rondes van een afgesproken aantal minuten. Het wedstrijdverloop volgens de IKO toernooiregels is als volgt:

- Eerste ronde van drie minuten;
- Eerste verlenging van twee minuten indien de eerste ronde gelijk eindigt;
- Tweede verlenging van twee minuten indien de eerste verlenging gelijk eindigt;
- Wegen / aantal planken;
  Bij een onbeslist in de tweede verlenging wordt er bij de open klasse eerst gewogen; met een verschil van tien kilo of meer wint de lichtste vechter. Als er geen voldoende gewichtsverschil is voor een beslissing, dan bepaalt het aantal bij de breektest gebroken planken de winnaar[2]. Bij gewichtsklassen wordt eerst naar het aantal gebroken planken gekeken. Is het aantal planken gelijk, dan wordt er gewogen; met een verschil van drie kilo of meer wint de lichtste vechter. Als het gewicht of het aantal planken geen winnaar uitwijst, dan volgt er een laatste verlenging;
- Laatste verlenging van twee minuten. De hoekrechters en de scheidsrechter moeten nu beslissen (Encho Sen).

3.2.1. Aangepaste wedstrijdduur

In de voorronden van een toernooi is het gebruikelijk de wedstrijdduur als volgt te verkorten:

- Eerste ronde van twee minuten;
- Eerste verlenging van twee minuten;
- Beslissing op gewichtsverschil;
- Laatste verlenging, twee minuten (Encho Sen);
- Vanaf de vierde ronde t/m de finale gelden de standaard IKO Toernooiregels.

Na de voorronden start het officiële toernooi met de breektesten.

3.3. Officiële afmeting en vorm mat

De mat meet 9x9 m2, met de rode rand daaromheen is dat 10 x 10 M2. Om de mat is er een veiligheidsgrens van 13 x 13 m2, dit gebied moet in verband met de veiligheid van de vechters vrijgehouden worden. De mat heeft een ‘witte’ (Shiro) en een ’rode’ (Aka) kant, gemarkeerd door een witte en rode lijn op drie meter van elkaar in het midden van de mat. Deze zogenoemde startlijn is ongeveer een meter lang; Shiro bevindt zich aan de rechterzijde van de jurytafel, Aka aan de linkerzijde.

De plaats van de (stoelen van de) hoekrechters
In elke hoek staat net buiten de rode rand een stoel voor de hoekrechter met daarop een rode en een witte vlag.

3.4. Jury en beroepsprocedure

De jury bestaat uit de (toernooi-) hoofdscheidsrechters en heeft het laatste woord over de protesten en de beslissingen van het dienstdoende scheidsrechtersteam. Het definitieve besluit ligt bij de toernooihoofdscheidsrechter (Saiko Shinpan-Cho).

[2] Voorafgaand aan de halve finale doen de deelnemers een breektest, zie bij `Tameshiwari’

3.4.1. Protest door een deelnemer

Als een beslissing van het scheidsrechtersteam duidelijk discutabel is, mag een deelnemer na beëindiging van het gevecht via de coach bij de jury protest aantekenen. De jurybeslissing wordt direct na de beoordeling bekend gemaakt en is bindend.

3.4.2. Ingrijpen door jury

Als een beslissing van het scheidsrechtersteam duidelijk discutabel is, mag de jury het gevecht stopzetten en de beslissing bespreken. De jury kan ook na het beëindigen van het gevecht de beslissing bespreken en eventueel herroepen. De beslissing van de jury wordt onmiddellijk bekend gemaakt en het besluit is onherroepelijk.

3.5. Niet opkomen dagen (Shiai Hoki)

Een vechter die zonder geldige reden niet op de geplande wedstrijd komt opdagen, verliest uiteraard en kan op internationale toernooien een boete krijgen. Geldige redenen om niet bij het gevecht te verschijnen zijn medisch van aard die door de toernooi-dokter is vastgesteld of andere onvoorziene omstandigheden. Toestemming om zich terug te trekken uit het toernooi wordt na overleg met en door de Saiko Shinpan-Cho gegeven.

3.6. Beschermende middelen

3.6.1. Verplichte bescherming

Voor mannen is de tocque of kruisbeschermer verplicht. In Nederland is het bitje of de mondbeschermer ook verplicht. Voor vrouwen zijn de door de IKO erkende borstbeschermers verplicht; in Nederland zijn dat de zogenoemde cups, geen borstplaat. Bij bepaalde toernooien kan vooraf worden afgesproken dat ook scheenbeschermers (let op, wit materiaal en dik gepolsterd), helm en handschoenen verplicht zijn!

3.6.2. Bandages en tapes

Bandages en tape worden in principe niet gebruikt. Slechts in het geval van blessures zijn bandages en tapes toegestaan, mits dit door de toernooiarts is gecontroleerd (en een paraaf of een stempel op de bandage heeft gezet) en met toestemming van de Saiko Shinpan-Cho. Is de blessure al voor het toernooi opgelopen, dan meldt de vechter zich voorafgaand aan het toernooi bij de toernooiarts. Deze beslist of de vechter eventueel met bandage of tape mag beginnen.

3.7. Gewichtsklassen

De standaard gewichtsklassen zijn voor dames en heren verschillend.

3.7.1. Heren

- Lichtgewicht is 70 kg of minder;
- Middengewicht is 80 kg of minder;
- Zwaargewicht is 90 kg of minder;
- Super zwaargewicht is boven de 90 kg.

3.7.2. Vrouwen

- Lichtgewicht is 55 kg of minder;
- Middengewicht is 65 kg of minder;
- Zwaargewicht is boven de 65 kg.

3.8. Wegen

Op een toernooi waarin met gewichtsklassen wordt gewerkt, moet elke vechter onder het maximale gewicht van zijn of haar klasse zitten (er kan een mogelijkheid worden geboden om een halfuurtje extra uit te zweten), anders volgt automatisch diskwalificatie. Er wordt direct voorafgaand aan het toernooi gewogen, mogelijk een dag eerder bij de registratie. Als een beslissing door het gewichtsverschil wordt bepaald, wint bij een verschil van drie kilo of meer de lichtste vechter.

Bij de openklasse vindt er geen weging vooraf plaats. De deelnemers worden gewogen in het geval er aan het einde van de tweede verlenging geen beslissing is gevallen. Als een beslissing door het gewichtsverschil wordt bepaald, wint bij een verschil van tien kilo of meer de lichtste vechter.

3.9. Regels voor scheids- en hoekrechters

3.9.1. Kleding en houding

Scheidsrechters en hoekrechters gaan gekleed in een (marine-) donkerblauwe nette broek en een donkerblauw overhemd met korte mouwen met het IKO embleem op de linker borstzak bevestigd. Elke scheidsrechter en hoekrechter beschikt over een fluit. Scheidsrechters moeten een witte en de hoekrechters een gele vlinderstrik dragen. Het scheidsrechtersteam is blootsvoets en draagt verder geen sierraden, horloges, en dergelijke. Scheidsrechters en hoekrechters moeten zich zowel op de mat als daarbuiten fatsoenlijk gedragen en het voorbeeld van de integriteit van het Kyokushin zijn.

Scheidsrechters en hoekrechters moeten hun beslissingen duidelijk tonen en niet aarzelen of weifelen. Zij moeten eerlijk en onbevooroordeeld t.o.v. de deelnemers staan. Als ze het gevoel hebben niet volledig en eerlijk hun taak uit te kunnen voeren, moeten zij zich terugtrekken.

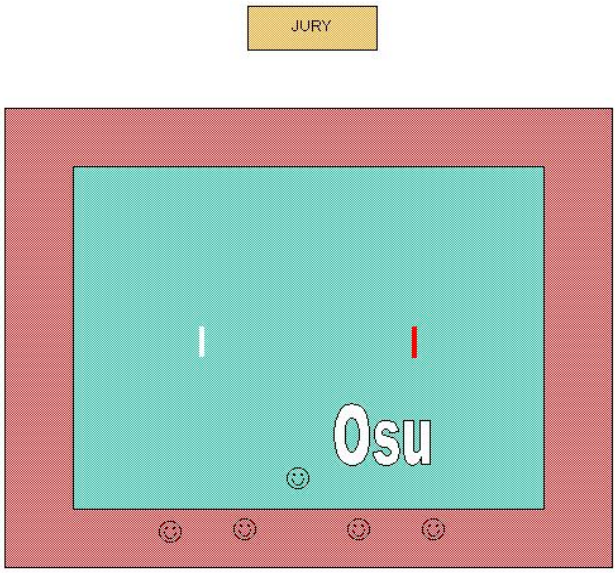
Als een vechter van de dezelfde sportschool is als de scheidsrechter, of bij internationale toernooien dezelfde nationaliteit heeft, zal de laatste zich voor de duur van het gevecht laten vervangen door een andere scheidsrechter. Eén hoekrechter van dezelfde school is toegestaan; indien er twee of meer hoekrechters van dezelfde school zijn, dan worden één of meer hoekrechters voor de duur van het gevecht vervangen. Bij internationale toernooien geldt dit niet en wordt een scheids- c.q. hoekrechter altijd vervangen als een vechter dezelfde nationaliteit heeft als een van de scheidsrechters op de mat.

3.9.2. Opkomen en verlaten mat scheidsrechterteam

Opkomen van de mat
De scheidsrechter betreedt gevolgd door de vier hoekrechters de mat aan de rechterzijde (Shiro) van de jurytafel. De teamleden groeten eerst de mat en daarna de jury. Nadat eventueel eerst het oude team is gegroet, gaat het team naar de matzijde tegenover de jurytafel en stelt zich op met het gezicht naar de jury (de scheidsrechter op de mat, de hoekrechters er net iets buiten). De scheidsrechter geeft achtereenvolgens de volgende commando's:

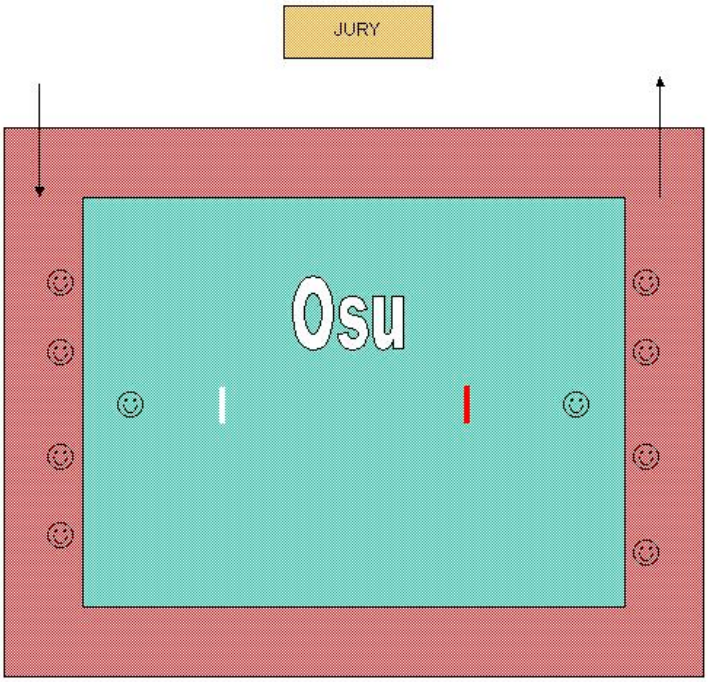
- 'Shomen Rei' (groet de jury)
- 'Mawatte' (draai door links bij te stappen en daarna ura rechts draaien), 'Rei' (groet het publiek)
- 'Mawatte' (de scheidsrechter keert nu zelf niet om) en
- (Shushin) 'Rei' (scheidsrechter groeten elkaar).

De hoekrechters gaan vervolgens naar de hen toegewezen stoelen.



Verlaten van de mat
Als hun taak erop zit, gaat het team naar de matzijde tegenover de jurytafel en de scheidsrechter geeft dezelfde commando´s als bij het opkomen van de mat. Nadat eventueel eerst het nieuwe team is gegroet, verlaat het team vervolgens de mat en groet daarbij eerst de jury en vervolgens de mat.

Wisselen van teams
Bij het wisselen van de teams stelt het oude team zich op aan de Aka zijde en het nieuwe team aan de Shiro zijde van de mat. De scheidsrechter van het vertrekkende team geeft het commando 'Otagai Rei'; de twee teams buigen (Osu) naar elkaar.



3.9.3. Houding hoekrechters

De hoekrechters gaan na het groeten naar de stoelen en nemen plaats. De hoekrechters zitten tijdens het gevecht, met het fluitje in de mond en de vlaggen in de neutrale positie (in het verlengde van de knieën) met de kleuren naar de juiste hoek.

Bij punten en waarschuwing de juiste kleur vlag gebruiken. Het fluiten wordt gedaan om de scheidsrechter te attenderen dat de hoekscheidsrechter is heeft gezien. De hoekscheidsrechter stopt met aangeven totdat de scheidsrechter duidelijk aangeeft het te hebben gezien

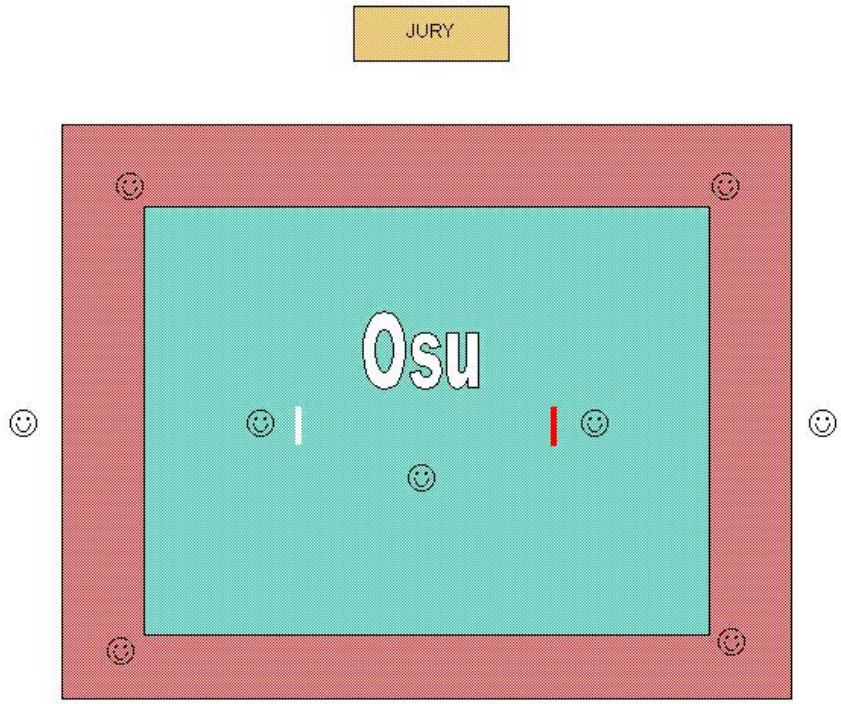
4. Regels voor het gevecht

4.1. Opkomen en verlaten mat door deelnemers

4.1.1. Deelnemers komen op

De deelnemers staan klaar aan de rand van de mat. De scheidsrechter roept met het commando 'Shiro' en 'Aka' de vechters op de mat. De vechters groeten (Osu) bij het opkomen van de mat en stellen zich in Shizen Dachi op voor hun startlijn. De scheidsrechter controleert bij de vechters de verplichte bescherming en de eventueel aanwezige bandage of tape op handen en gewrichten (met

de paraaf of stempel van de toernooiarts). De coaches (één per deelnemer) nemen plaats buiten de mat en zitten.



De scheidsrechter geeft achtereenvolgens de volgende commando's:

- 'Shomen Rei' (Groet de jury: scheidsrechter heeft rechterarm gestrekt naar jury, hand shotei en groet mee met de vechters);
- 'Shushin Rei' (Groet de scheidsrechter: de scheidsrechter beweegt de onderarmen (met de vuisten) van buitenaf naar zichzelf toe; de vechters draaien zich om; vechters en scheidsrechter groeten);
- 'Otagai Rei' (Groet elkaar; scheidrechter beweegt de armen met de vuisten van buitenaf naar elkaar toe; de vechters draaien naar elkaar toe en groeten elkaar (scheidsrechter groet niet).
- 'Kamaete' (Gevechtshouding; de scheidsrechter geeft dit ook `actief' aan; controleert de tijdwaarnemer en de hoekrechters; vechters blijven achter de startlijn).
- 'Hajime' (Begin het gevecht!).

4.1.2. Deelnemers verlaten mat

Als de wedstrijd is afgelopen (en de beslissing is aangegeven) groeten de vechters achtereenvolgens de jurytafel, de scheidsrechter en elkaar op dezelfde wijze als aan het begin van de wedstrijd. De scheidsrechter geeft de vechters opdracht om handen te schudden (Akushu) en de mat te verlaten.

4.2. Commando's en handelingen scheids- en hoekrechters

4.2.1. Scheidsrechtercommando's

Hierna volgt enkele algemene commando's die (tijdens het gevecht) gegeven kunnen worden. Overige commando's worden beschreven bij de specifieke situaties.

- *Shomen Muite* – Gezicht naar de jury (wijs met een gestrekte arm (hand Shotei) naar de jury).
- *Kamaete* – Kom in de gevechtshouding.
- *Hajime* – Begin met vechten.

- *Yame* – Stop het gevecht. De scheidsrechter komt tussen de vechters en stopt het gevecht.

- *Shiro / Aka No Kai* – Deelnemers naar de startlijn.

- *Zokko* – Zet het gevecht voort! Nadat de wedstrijd tussentijds is stopgezet. Maar ook als er geen activiteit bij de deelnemers is te bespeuren wordt zokko gebruikt. (Hier kan ook " fight" gebruikt worden).

- *Tori Masen* – Niets aan de hand.

- *Jikan* (wo tomete kudasai) – Stop de klok! Melding aan de officiële tijdwaarnemer(s). Zonder dit commando gaat het aftellen gewoon door. Als bijvoorbeeld de Gi van een van de vechter losraakt of er is er een vechter geblesseerd en de dokter wordt er bij geroepen; de tegenstander gaat in Seiza zitten met het gezicht naar de coach.

- *Fukushin Shugo* – Scheidsrechter roept de hoekrechter bijeen om een bepaalde situatie te bespreken. De scheidsrechter stopt de klok en zet de deelnemers in Seiza achter hun startlijn met het gezicht naar de coach. Fukushin Shugo moet snel en efficiënt gebeuren, daarna nemen de hoekrechter weer vlot hun plaatsen in.

  Als er een beslissing door de hoekrechters moet worden herzien of voor de duidelijkheid nog moet worden aangegeven, dan vraagt de scheidsrechters de hoekrechters één voor één de beslissing aan te geven. Ook hier vanaf de rechterkant beginnen en duidelijk met de rechterarm (hand Shuto) aanwijzen krachtig op de fluit blazen.

- *Dogi Gi* – Maak de kleding in orde. Het gevecht wordt gestopt, de vechters gaan naar hun startlijn en maken daar hun Gi op orde.Houding, vlag- en fluitsignalen hoekrechters

Houding

Houding – De hoekscheidsrechter zit rechtop de stoel en maakt gebruik van de rugleuning. De hoekscheidsrechter heeft een actieve houding waarbij de hielen tegen de voorpoten van de stoel staan. De vlaggen worden horizontaal in het verlengde van de benen gehouden.

De vlaggen en de fluit zijn het middel waarmee fukushin en shushin met elkaar mee communiceren. Elke keer als shushin de wedstrijd stil legt, moeten de hoekscheidsrechters hun vlaggen gebruiken.

De fluit is het middel van de hoekscheidsrechter om zijn advies onder de aandacht te brengen van de hoofdscheidsrechter.

Als de tijd om is, en het bonenzakje wordt gegooid, fluiten de hoekscheidsrechters.

Ippon

Ippon *(vol punt) – Steek de juiste vlag met uitgestrekte arm recht omhoog boven de schouder en geef een luid fluitsignaal. Let wel, bij Ippon altijd eerst Waza-ari aangeven. Na drie volle seconden, tel voor jezelf `eenentwintig, tweeëntwintig, drieëntwintig' en bij vierentwintig, gaat de vlag omhoog voor Ippon (als de vlag teruggaat geeft de hoekrechter een rustig `afnemend' fluitsignaal).*

Waza ari

Waza-ari *(half punt) – Steek de juiste vlag met gestrekte arm horizontaal naar opzij en geef een luid fluitsignaal (als de vlag teruggaat geeft de hoekrechter een rustig `afnemend' fluitsignaal).*

Hantei Kachi

Shiro / Aka Yusei, Hantei Kachi (wit / rood wint op beslissing) – *De witte / rode vlag als bij Ippon en een luid fluitsignaal geven*

Hiki wake

Hikiwake (gelijk) – *De vlaggen gekruist voor de knieën houden en eenmaal een luid fluitsignaal geven.*

Hansoku

Hansoku (overtreding) – *Beweeg de juiste de vlag met de onderarm actief op en neer en geef zeer nadrukkelijk korte felle fluitsignalen.*

Jogai

Jogai – Komt een vechter in het verboden gebied, tik dan met de vlag een aantal malen op de vloer een geef een aantal korte fluitsignalen.

Mitomezu

Mitomezu (niet erkend, niets aan de hand) – *De vlaggen horizontaal voor de knieën zwaaien (niet fluiten!).*

Miezu

Miezu (niet gezien) – De vlaggen gekruist voor het gezicht houden zo dat je tussen de vlaggen door kunt kijken zonder te fluiten.

4.3. Scores tijdens gevecht

Tijdens het gevecht kunnen scores, waarschuwingen en andere beslissingen alleen ontstaan door aangeven van minimaal twee hoekrechters. Een score of een officiële waarschuwing kan alleen worden gegeven bij een meerderheid van drie hoekrechters of twee hoekrechters en de scheidrechter.

4.3.1. Half punt (Waza-ari)

Een vechter krijgt een half punt (Waza-ari) als de tegenstander:

- door een toegestane techniek zichtbaar is aangeslagen, maar binnen drie seconden het gevecht weer kan voortzetten[3];
- zichzelf blesseert of het gevecht om de een of andere reden binnen drie seconden niet kan voortzetten.

Een vechter kan een half punt krijgen als de tegenstander:

- door een toegestane techniek volledig de balans verliest en een aantal meter naar achteren op de grond valt;
- door bijvoorbeeld met een voetveeg (Ashi Barai) neer wordt gehaald, direct gevolgd door een Gedan Tsuki (let op: geen contact en in een correcte houding / balans);

Als een vechter zelf struikelt of anderzijds door eigen toedoen het evenwicht verliest, dan hoeft dat geen consequenties te hebben.

Twee halve punten vormen samen een vol punt en de overwinning (Awasete Ippon Kachi).

4.3.2. Vol punt (Ippon Kachi)

Een vechter krijgt een vol punt (Ippon) als (bij) de tegenstander:

- door een toegestane techniek, bijvoorbeeld stoot (Tsuki) of schop (Geri) zichtbaar is aangeslagen en het gevecht niet binnen drie seconden kan voortzetten;
- de wil ontbreekt om de partij verder uit te vechten of binnen drie seconden niet door kan gaan, bijvoorbeeld als een vechter door conditiegebrek naar lucht staat te happen of zichzelf ernstig blesseert.

4.3.3. Scheidsrechterprocedure bij scores

De scheidrechter stopt op aangeven van de hoekrechters het gevecht en zet de vechters op de startlijn. Vechters blijven elkaar aankijken tot het eind van het gevecht. Als de vechter zwaar is neergegaan moet de scheidsrechter eerst nagaan of de vechter geen ernstige blessure heeft, en roept eventueel de toernooiarts er bij (de tegenstander gaat in Seiza zitten met het gezicht naar zijn coach). Nadat dit is gebeurd kan de beslissing worden aangegeven (de vechters staan weer op de startlijn!).

De scheidsrechter loopt naar de rand van de mat (heeft dan overzicht op alle hoekrechters), noemt de hoekkleur van de vechter en telt hardop het aantal vlaggen inclusief de (eventuele) eigen beslissing. Het tellen begint met de dichtstbijzijnde hoek vanaf de rechterkant; geef elke tel duidelijk aan met een beweging van de rechterarm (hand Shuto) richting de betreffende hoek.

Het tellen gaat op de volgende wijze:

- de kleur van degene die de score of de straf krijgt,
- tellen van het aantal vlaggen
- de reden voor de score
- de score.

Voorbeelden hiervan:

- Aka, Ichi, Ni, (Shushin) San; Jodan Mawashi Geri, Waza-ari.
- Shiro, Ichi, Ni, San, Shi; Shita tsuki, Waza-ari, Awasete Ippon.
- Aka, Ichi, Ni, San, Shi, Go; Ushiro Mawashi Geri, Ippon.

Bij Waza-ari wijst de scheidsrechter met gestrekte arm (Shuto, handpalm naar beneden) op borsthoogte naar de vechter), bij Ippon idem alleen schuin omhoog! Bij Waza-ari wordt het gevecht voortgezet (Zokko!), bij Ippon groeten de vechters af.

[3] Bij een Geri op het hoofd ook als de vechter licht uit balans is geraakt.

4.4. Overtredingen, waarschuwingen en diskwalificatie

4.4.1. Overtredingen

De volgende handelingen worden beschouwd als een overtreding (Hansoku).

- Stoten en slagen op nek en gezicht (zelfs licht, met de hand of een elleboog raken: Ganmen Ouda*)*;
- Schop in het kruis (Kinteki Kogeki);
- Kopstoten (Zu Tsuki);
- Schop direct naar voren gericht op het kniegewricht (Mawashi is toegestaan);
- Aanvallen van een tegenstander die al is neergegaan;
- Een tegenstander van achter aanvallen waarbij de ruggegraat wordt geraakt;
- Vastpakken (pak, armen en benen; Tsukami);
- Duwen (Shotei Oshi);
- Zich herhaaldelijk ontrekken aan het gevecht bijvoorbeeld door te vallen na een techniek te hebben gemaakt of anderszins een contactloze techniek te hebben gemaakt;
- Geen wil of kracht meer tonen om te vechten (Kakenige);
- Bij herhaling opzettelijk buiten de lijnen/ring stappen;
- Inactiviteit, weinig of geen technieken maken;
- Zich onbehoorlijke wijze gedragen zoals; spugen, smerig taal uitslaan, de band (Obi) losmaken of zich opzettelijk ontkleden;
- Elke andere actie die de scheidsrechters als overtreding kunnen beschouwen;
- Onsportief gedrag.

4.4.2. Formele waarschuwing

Een overtreding leidt tot een formele waarschuwing als deze wordt aangegeven door minimaal twee hoekrechters. De scheidsrechter kan de met geconstateerde overtreding meegaan en de vechter een waarschuwing geven (er is dan een meerderheid van drie!). De scheidrechter kan de overtreding op dat moment ook wegwuiven.

Wordt de overtreding door minimaal drie hoekrechters aangegeven, dan moet de scheidsrechter de wedstrijd stoppen (Yame) en de vechters op hun plek neerzetten (Shiro / Aka No Kai) en de overtreder een waarschuwing geven. Dat kan een informele waarschuwing zijn als het gaat om een lichte overtreding en er geen opzet in het spel is.

De eerste formele terechtwijzing is een officieuze waarschuwing (Chui), die overigens niet meeweegt in de beslissing aan het einde van het gevecht. Als de vechter al een Chui heeft, dan geeft de scheidsrechter bij een volgende overtreding een eerste officiële waarschuwing (Genten Ichi); na een Genten Ichi volgt de tweede officiële waarschuwing (Genten Ni).
De officiële waarschuwingen wegen mee in de beslissing aan het einde van het gevecht (zie hierna bij `beslissing aan einde gevecht'). Na de derde officiële waarschuwing volgt automatisch diskwalificatie.

De scheidsrechter kan bij zeer grove opzettelijke overtredingen de Chui overslaan en meteen een officiële waarschuwing geven.

4.4.3. Diskwalificatie

Iemand wordt op grond van de volgende handeling(en) gediskwalificeerd:

- Automatisch na drie officiële waarschuwingen;
- Zich gedurende het gevecht niet houden aan de aanwijzingen van de scheidsrechter;
- Gedrag wat als puur gewelddadig kan worden beschouwd, het maken van opzettelijk zware overtredingen, onsportief gedrag vertonen;
- Meer dan een minuut tegenover elkaar staan zonder iets te doen (wordt beschouwd als gebrek aan de wil om te vechten);
- Zonder toestemming van de scheidsrechter contact te hebben met de coach, zoals iets te drinken krijgen;
- Zich zonder toestemming van de scheidsrechter om wat voor reden dan ook buiten de ring begeven.
- (te) Laat opkomen voor een gevecht of helemaal niet op komen dagen.

4.4.4. Scheidsrechterprocedure bij waarschuwingen en diskwalificatie

Als een overtreding is geconstateerd door een meerderheid van het scheidsrechterteam is stopt de scheidsrechter het gevecht en stuurt de deelnemers terug naar hun startlijn[4].

De scheidsrechter loopt naar de rand van de mat (heeft dan overzicht op alle hoekrechters), noemt de kleur van de overtreder, telt hardop het aantal vlaggen inclusief de (eventuele) eigen beslissing. Het tellen begint met de dichtstbijzijnde hoek vanaf de rechterkant; geef elke tel duidelijk aan met een beweging van de rechterarm (hand Shuto) richting de betreffende hoek. Vervolgens begeeft de scheidrechter zich weer richting de vechters, noemt de naam van de verboden techniek en het soort waarschuwing (dan wel diskwalificatie). Voorbeelden hiervan:

- Shiro, Ichi, Ni, San; Tsukami, Chui (Wit, 1,2,3, vastpakken, officieuze waarschuwing).
- Shiro, Ichi, Ni, San Shi; Ganmen Ouda, Genten Ichi (Wit, 1,2,3,4, aanval; naar het gezicht, eerste officiële waarschuwing).
- Shiro, Ichi, Ni, San, Shi, Go; Kinteki Kogeki, Genten San; Shikkaku (Wit, 1,2,3,4,5, schop in het kruis, derde officiële waarschuwing, diskwalificatie).

De Chui wordt aangegeven met de arm gestrekt (hand Shuto) op borsthoogte naar de overtreder. Bij Genten het aantal (Ichi, Ni, San) aangeven met de vingers (respectievelijk de wijsvinger, wijs- en middenvinder, dan wel wijs-, middelvinger en duim) omhoog, richting de overtreder.

Nadat de waarschuwing is gegeven, wordt het gevecht voortgezet met het commando ‘Zokko’.

Een diskwalificatie geeft de scheidsrechter aan met ‘Shikaku’ en wijst hierbij met de arm 45 graden naar beneden (hand Shuto) richting de kant de overtreder. Tenslotte noemt de scheidsrechter de winnende kant (gestrekte arm schuin omhoog richting winnaar; Shuto handpalm naar beneden). Na diskwalificatie groeten de vechters af.

4.5. Beslissing aan einde gevecht

Op het moment dat de tijd is verlopen geeft de tijdwaarneming een signaal (bel of zoemer en een zakje wordt op de mat gegooid). De scheidrechter stopt (Yame) het gevecht en zet de deelnemers op de startlijn (Shiro / Aka No Kai). Indien nodig zal de scheidsrechter hen vragen de kleding te fatsoeneren.

Als er tijdens het gevecht geen beslissing is gevallen, geven de hoekrechters en de scheidsrechter aan wat de beslissing is. Daarbij hebben de Shushin en de Fukushin elk één stem. De Shushin stelt beslissingen vast op basis van aanwijzingen van de Fukushin en telt daarbij zijn eigen stem mee. Een winnaar kan alleen worden aangewezen door een meerderheid van drie hoekrechters of twee hoekrechters en de scheidsrechter. De Saiko Shinpan-Cho kan een beslissing corrigeren.

Als het gevecht is beëindigd aan het einde van de reguliere tijd, kunnen zich twee situaties voordoen:

- Yusei Kachi: een van de vechters heeft voordeel en het scheidsrechterteam moet dit honoreren.
- Hantei Kachi geen van beide vechters heeft voordeel en de scheidsrechters moeten oordelen.

4.5.1. Overwinning op scores (Yusei Kachi)

Als aan het einde van het gevecht één van de vechters voordeel heeft vanwege een Waza-ari of een officiële waarschuwing voor de tegenstander, dan moeten de hoekrechters en de scheidsrechter het voordeel in de eindbeslissing honoreren.

[4] Als er sprake is van een blessure dan roept de scheidsrechter de dokter en zet de tegenstander in Seiza met het gezicht naar de coach.

Bij scores en fouten is de volgende puntentelling de leidraad:

Puntentelling	Punten
Chui	0
Genten ichi	1 aftrekpunt
Genten ni	2 aftrekpunten
Waza ari	2
Genten san	Disqualificatie

Mogelijke varianten zijn dan:

Shiro	Aka	Winnaar
Geen score of Chui	Geen score	0/0: Aka, Shiro of Hikiwake
Geen score of Chui	Waza-ari	0/2: Aka
Genten Ichi / Ni, Geen score	Geen score of Waza-ari	-2/0: Aka
Genten Ichi, Waza-ari	Geen score	1/0: Shiro
Genten Ni, Waza-ari[5]	Geen score	0/0 Aka, Shiro of Hikiwake
Genten Ichi / Ni, Waza-ari	Waza-ari	0,1/2: Aka
Genten Ni, Waza-ari	Genten Ichi, Waza-ari	0/1: Aka
Genten Ni, Waza-ari	Genten Ni, Waza-ari	0/0: Aka, Shiro of Hikiwake

4.5.2. Overwinning op beslissing (Hantei Kachi)

Indien er geen is voordeel voor een van de vechters, dan moeten de hoekrechters en de scheidsrechter op eigen oordeel een beslissing nemen. In het geval de hoekrechters en scheidsrechter op een onbeslist (Hikiwake) uitkomen, zal in sommige situaties het gewicht dan wel het aantal planken de winnaar bepalen. Criteria voor het nemen van een beslissing zijn:

1) Toegebrachte schade;
2) Gebruik van effectieve technieken;
3) Aantal technieken.

Voorbeelden van mogelijke situaties, waarbij overigens verlenging mogelijk is:

Hoek 1	Hoek2	Hoek 3	Hoek 4	Scheidsrechter
Shiro	Shiro	Aka	Aka	Aka, Shiro of Hikiwake
Shiro	Aka	Aka	HiWa	Aka of Hikiwake
Shiro	Aka	Aka	Aka	Aka
Shiro	Shiro	Shiro	Aka	Shiro
HiWa	HiWa	Shiro	Shiro	Hikiwake of Shiro
HiWa	HiWa	HiWa	Aka	Hikiwake

4.5.3. Verlengen of beslissen

Bij Encho Sen moet aan het einde van het gevecht een beslissing vallen; de hoekrechters en scheidsrechter moeten dan kiezen voor Shiro of Aka en mogen geen Hikiwake geven.

4.5.4. Scheidsrechterprocedure aan einde gevecht

Aan het einde van de wedstrijd stopt de scheidsrechter het gevecht (Yame) en zet de vechters op hun startlijn. De vechters staan in Shizen Dachi met het gezicht naar de jury (Shomen).

De scheidsrechter loopt naar de rand van de mat (heeft daar zicht op alle hoekrechters) en geeft met ‘Hantei Torimasu’[6] aan dat de hoekrechters zich moeten gereedmaken voor de beslissing. Als de scheidsrechter op zijn plek staat, volgt na één of twee tellen het commando ‘Hantei’ (‘beslis’; eventueel voorafgegaan door ‘Encho Sen’, in het geval er geen onbeslist gegeven mag worden).

[5] Volgens de internationale regels telt Waza-ari even zwaar als Genten Ni.
[6] Voorheen werd Hantei Onegai Shimasu gebruikt; dit is een meer formele vorm.

De hoekrechters geven daarop direct met de vlag hun beslissing aan (Shiro, Aka of Hikiwake). De hoekrechters houden rekening met de scores en waarschuwingen die tijdens gevecht zijn gevallen.

De scheidsrechter telt eerst de beslissingen van de hoekrechters. De Shushin begint bij de eerste hoekrechter aan de rechterkant, noemt hardop de beslissing (bijvoorbeeld Shiro) en telt van rechts naar links het aantal hoekrechters met dezelfde beslissing (Ichi, Ni, etcetera) en wijst hierbij de hoekrechter aan (hand Shuto). Vervolgens benoemt de scheidsrechter indien van toepassing de volgende beslissing (bijvoorbeeld Hikiwake) en telt wederom het aantal hoekrechters. Zo ook voor een eventuele laatste beslissing.

Als de scores van de hoekrechters zijn geteld, beweegt de Shushin zich weer richting vechters. Daar geeft hij aan wie de winnaar is, of dat er nog geen beslissing is gevallen. Hierbij zegt de scheidsrechter eerst ‘Shushin’ (met de rechterhand Haito op de borst) direct gevolgd door het benoemen (Shiro of Aka) en aanwijzen (met gestrekte arm, schuin omhoog, Shuto handpalm naar beneden) van de winnaar. In het geval er geen winnaar is roept de Shushin ‘Hikiwake’ en geeft dit aan met Shuto Gedan Jiju Uke. Het kan voorkomen dat in het geval de hoekrechters geen meerderheid hebben gevormd de Shushin aldus (als laatste) met zijn oordeel de uitslag bepaalt.

Als de partij wordt voortgezet geeft de scheidsrechter de commando’s ‘Kamaete’ en ‘Hajime’. De scheidsrechter let op dat zowel tijdwaarneming als de hoekrechter alert zijn.

Aan het einde van de wedstrijd geeft de scheidsrechter achtereenvolgens de volgende commando’s:
- ‘Shomen Rei’ (vechters en scheidsrechter groeten de jury);
- ‘Shushin Rei’ (de scheidsrechter beweegt de armen met Shotei hand van buitenaf naar zichzelf toe; de vechters draaien zich om; scheidsrechter en vechters groeten);
- ‘Otagai Rei’ (scheidrechter beweegt de armen met de vuisten van buitenaf naar elkaar toe; de vechters draaien naar elkaar toe en groeten elkaar (scheidsrechter groet niet);
- ‘Akushu (de vechters schudden de hand aan verlaten de mat met `Uso’.

5. Tameshiwari (Breektest)

5.1. Materiaal

De standaardafmeting van de houten planken is 33 cm lang, 2l cm breed en 2,4 cm dik. In Nederland zijn de maten 27 cm, 24 cm en 1,9 cm gebruikelijk (de planken zijn van vurenhout en zodanig gezaagd dat de nerf meeloopt met de kortste zijde).

De scheidsrechter en de jury moeten er zorg voor dragen dat de gebruikte materialen bij het tameshiwari aan de IKO/standaarden voldoen.

5.2. Vastgestelde technieken

Elke deelnemer moet de volgende 4 technieken gebruiken:

- Seiken Gedan Tsuki;
- Kakato Gedan Geri;
- Shuto Sakotsu Uchi;
- Hiji Oroshi Uchi.

Het totaal aantal gebroken planken bepaalt de score.

5.3. Minimum aantal planken en punten

De deelnemer moet tenminste een stapel van twee planken met elke techniek breken (dames één plank). Aan de eerste poging is geen maximum aan het aantal planken verbonden. Op het commando van de scheidsrechter mag de deelnemer slechts één breekpoging doen. De hele stapel moet met succes gebroken zijn om de punten (één per plank) te verdienen.

Bij een mislukte poging (Shippai) mag de deelnemer een tweede poging wagen, met het minimum aantal planken van twee (voor dames één).

Faalt de deelnemer ook bij de tweede poging, dan wordt er een ‘nul’ voor die techniek opgenomen.

5.4. Andere criteria

De planken moeten op twee stabiele blokken worden geplaatst. Het is de deelnemers niet toegestaan de blokken, noch de planken aan te raken of te verplaatsen. De scheidsrechters leggen de planken op aangeven van de deelnemers op hun plaats en controleren deze (eerst) op scheuren, kwasten en andere onregelmatigheden.

Er mag een dunne doek (bijvoorbeeld zakdoek of handdoek), die recentelijk is gecontroleerd en goedgekeurd door de scheidsrechter en de jury, op de planken worden gelegd. De Tameshiwari wordt volgens de instructies van de scheidsrechter uitgevoerd. De limiet voor de Tameshiwari is gesteld op twee minuten per techniek. Wordt de Tameshiwari niet binnen de tijdslimiet volbracht, dan is deze ongeldig.

5.5. Scheidsrechterprocedure bij Tameshiwari

5.5.1. Scheidsrechterteam

Het dienstdoende team bestaat uit minimaal vijf leden inclusief de hoofdscheidsrechter. Er is een scheids- of hoekrechter per deelnemer.

5.5.2. Handelingen en procedure(s)

Tameshiwari vindt plaats om of op de rand van de mat. De hoofdscheidsrechter zet de deelnemers op hun plaats. De deelnemers groeten eerst de jury, ‘Shomen Rei’, ‘Mawatte’ en vervolgens de hoofdscheidsrechter ‘Shushin Rei’. Met het commando ‘Ichini Tsuite’, gaan de deelnemers klaar staan en zijn `stand by'.
De breekstest begint met ‘Kamaete’ en ‘Hajime’. Na elke techniek gaan de deelnemers die slagen (Kansui), zitten terwijl de anderen blijven staan.

Elke scheids- of hoekrechter noemt het resultaat van zijn of haar deelnemer. Bij een geslaagde poging is dat het aantal planken, geef dit ook met de vingers aan. Bij een mislukt poging roept de scheids- of hoekrechter ‘Shippai’.

Wanneer een deelnemer de tweede poging doet, is de procedure gelijk aan die zoals boven beschreven.

Als de Tameshiwari is afgelopen, laat de scheidsrechter alle deelnemers opstaan, en geeft daarop het volgende commando ‘Shomen Rei’, ‘Mawatte’, ‘Shushin Rei’. Tenslotte geeft de scheidsrechter alle deelnemers opdracht de mat te verlaten.

6. Bijlage goede en foute technieken jeugdwedstrijden

Foute, niet toegestane technieken bij de leeftijdscategorie van 12 tot en met 17 jaar

- Alle technieken naar het hoofd.
- Vastpakken van de tegenstander (bijvoorbeeld armen en benen).
- Duwen met de open hand.
- Schoppen naar het kruis.
- Schoppen op gewrichten, knieën, enkels.
- Schoppen of stoten naar de rug, wervelkolom.
- Schoppen of stoten naar een tegenstander die op de grond ligt.
- Vallende roltrap.

Foute technieken in de leeftijd van 12 tot en met 15 jaar

- Schoppen waarbij 360 graden gedraaid wordt (Mawashi met doorhalen, Ushiro Mawashi)
- Hakschoppen en knieën.
- Springende schoppen (Tobi Geri).
- Elleboog technieken

Goede technieken bij de leeftijdscategorie 12 tot en met 15 jaar

- Alle stoten (rechte, hoek en korte stoten) op het lichaam.
- Alle schoppen naar het lichaam (Gedan en Chudan Mawashi Geri, Chudan Mae Geri, Yoko Geri,Ushiro Geri).
- Vegen of lage Gedan Mawashi Geri, waarbij een goede balans wordt behouden met een stoot naar het lichaam dat niet geraakt mag worden.

Goede technieken bij de leeftijdscategorie 16 en 17 jaar

- Alle bij 12 tot 15 genoemde toegestane technieken.
- Alle springende schoppen.
- Rechte schop naar het hoofd, hakschoppen.
- Ellebogen, knieën naar het lichaam.

De puntentelling

- Een halve punt wordt gegeven als de aanvaller een geoorloofde techniek (bijvoorbeeld Chudan Tsuki) uitvoert en de tegenstander binnen 3 seconden weer verder gaat met vechten.
- Heeft de tegenstander na een goede techniek (bijvoorbeeld mawashi geri chudan) langer dan 3 seconden nodig om verder te gaan met vechten dan wordt een hele punt gegeven. Dit heet een Ippon.
- Bij een hele punt, Ippon, of twee halve punten, ´2x Waza-ari = Ippon)- is de wedstrijd gewonnen.
- Indien een wedstrijd door het tijdsignaal eindigt en er niet is gescoord, wordt scheidsrechtersbeslissing genomen.
- De strafpunten bij overtredingen zijn hetzelfde als bij de volwassenen