

競技名:ビギナーMMAファイティング

英表記:Beginner MMA Fighting

#### [一]試合形式

##### 試合時間

ワンマッチ：2分2ラウンド。1分のインターバル。

トーナメント：3分1ラウンド。（決勝戦も含む）

##### 試合場

試合場は下記の条件を満たしていなければならない。

(1)主催者が承認した競技に対応できる広さを確保したリング、レスリングマット、柔道場、ケージなど。

(2)試合場の床は組技を行うのに十分な安全性を確保していること。

##### 体重制

階級はその大会の趣旨により、下記にある二種類の体重制に区分される。

##### [規定A]

ミニマム級：44kg以下

ストロー級：48kg以下

フライ級：52kg以下

バンタム級：56kg以下

フェザー級：60kg以下

ライト級：65kg以下

ウェルター級：70kg以下

ミドル級：76kg以下

ライトヘビー級：83kg以下

クルーザー級：91kg以下

ヘビー級：100kg以下

スーパーヘビー級：100kg以上

##### [規定B]

52.0キロ級：52.0kg以下（規定Aと共通）

56.7キロ級：56.7kg以下

61.2キロ級：61.2kg以下

65.8キロ級：65.8kg以下

70.3キロ級：70.3kg以下

77.1キロ級：77.1kg以下

83.9キロ級：83.9kg以下

93.0キロ級：93.0kg以下

120.2キロ級：120.2kg以下

無差別級：120.2kg以上

女子フライ級：44.0kg以下

女子フェザー級：48.0kg以下

女子ライト級：52.0kg以下  
女子ウェルター級:56.7kg以下  
女子ミドル級:61.2kg 以下  
女子ライトヘビー級:65.8kg以下  
女子クルーザー級:70.3kg以下  
女子ヘビー級:77.1kg以下

#### 計量

- (1)試合当日、主催者の指定する時刻までに規定の審査を通過する事。
- (2)審査を通過できなかった場合、指定時刻に遅刻した場合は失格となる。

#### [二]勝敗の決定

##### 1.ノックアウト（KO）、テクニカルノックアウト（TKO）

KO：2ノックダウン、10カウント制

##### 【ダウン】

打撃を受けた選手が、足の裏以外の部分を地面につける状態になる事。

##### 【スタンディングダウン】

頭部への打撃が明確に認められた場合や、  
一方的に攻撃を加えられ続けて防戦一方になった状態になる事。

##### 【テクニカルノックダウン】

攻撃によるダメージにより、試合の続行が不可能と審判が判断した場合。  
攻撃を受けている選手のセコンドがタオル投入により棄権の意思表示を行った場合。

##### TKO：

- (1)攻撃によるダメージにより、試合の続行が不可能と審判が判断した場合。
- (2)攻撃を受けている選手のセコンドがタオル投入により棄権の意思表示を行った場合。

##### ダウン：

打撃を受けた選手が、足の裏以外の部分を地面につけた状態になる事。

##### スタンディングダウン：

一方的に攻撃を加えられ続けて防戦一方になった状態になる事。

##### 2.一本（S）、テクニカル一本（見込み一本）（TS）

##### 【一本/テクニカル一本（見込み一本）】

絞技や関節技を受けている選手が降参の意思表示を行った場合。  
審判が試合の続行を危険と判断した場合、  
又は攻撃を受けている選手のセコンドがタオル投入により棄権の意思表示を行った場合。

##### 3.判定（10点満点の減点方式）

審判員2名以上の支持を得た方が勝者となる。

3-0（ユナニマス）：3人の審判員が一方の選手のみ支持した場合。

2-0（マジョリティ）：2人の審判員が一方の選手を支持し、もう1人が引き分けであった場合。

2-1（スプリット）2人の審判員が一方の選手を支持し、もう1人の審判員が相手選手を支持した場合。

#### 4.テクニカル判定

偶発的な事故等により一方または双方の選手の試合続行が不可能になった場合、試合が中断になった時点までの判定評価にて勝者を決定する。

また、試合時間の3分の2を経過していない場合はノーコンテスト（裁定なし）となる。

#### 5.旗判定（トーナメントのみ）

トーナメント戦での判定にて規定の票数を得られなかった場合、審判員3名による引き分けの旗判定を行う。

#### 4.反則失格

(1)反則を犯した場合はその程度により審判が注意し減点され、度重なる反則を犯した場合はその選手は反則負けとなる。

(2)反則行為の内容が悪質だった場合や、きわめて危険であると審判が判断した場合は即刻反則負けとなる。

(3)反則行為による負傷やコンディションの低下が原因で反則行為を受けた選手の試合続行が不可能であると審判が判断した場合、

反則を犯した選手は失格となり、反則行為を受けた選手の反則勝ちとなる。

#### 判定基準

試合の判定は10点法によるラウンド毎の採点にて行われる。

10-10：互角の勝負。両選手の攻防が同等である場合。

10-9：一方の選手に若干の差が認められた場合。（有効な打撃、または一本に近い体勢）

10-8：一方の選手に明らかな差が認められた場合。（ダウンまたはダウンに近い状態、限りなく一本に近い体勢）

10-7：圧倒的な差が認められた場合。（KO、TKOに近い状態）

10-6：明らかな差が何度も認められた場合。

#### 採点基準

採点はラウンド内での打撃や組技での攻防を総合的に評価し、以下の順におこなわれる。

※反則行為は判定評価での減点対象となる。

- 1.効果の認められた的確な攻撃。（ダメージ）
- 2.勝利に対する積極性のある有効な攻撃。（アグレッシブネス）
- 3.試合中での攻防の支配。（コントロール）

#### [三]反則

##### 禁じる攻撃

##### 1.打撃

- ・グラウンドでのあらゆる打撃
- ・裏拳や掌底など拳頭部以外での手による打撃
- ・顔面へのあらゆる蹴り
- ・頭突き
- ・前腕や肘での加撃
- ・脊髄への加撃
- ・膝関節への正面からの加撃
- ・金的・下腹部へのあらゆる攻撃

##### 2.組技

- ・相手を頭部から落とす投げ技
- ・裏投げ、反り投げなど相手を後方に投げる技（バックドロップなども同様）

- ・足を掛けない状態での鯖折り
- ・投げの途中に手を離し、放り投げるような行為
- ・自分が頭から床に突っ込んだり、相手を突っ込ませるような投げ技および行為。

### 3.絞技・関節技

- ・カニばさみ
- ・正面から相手の首を抱えて絞め上げる行為
- ・首関節を極める行為
- ・足で首だけを挟んだり捻る行為
- ・アキレス腱固め以外の足関節
- ・フェイスロック
- ・スタンドにおいて体重を浴びせて極める関節技
- ・指へのあらゆる攻撃

### 禁じる行為

- ・噛み付く・歯を押し付けたりする
- ・爪で引っ掻く
- ・目、鼻の穴、耳の穴、口の中に指を入れる
- ・目に肘や顎等を押し付ける
- ・皮膚をつまむ
- ・頭髪や喉、鼻、耳、性器をつかむ
- ・喉を指や掌で押す
- ・一度に3本未満の指を掴む
- ・着衣や装備を掴む
- ・ロープ、コーナー・マット等に顔面や喉を叩きつける
- ・ロープ、コーナー・マット等をてこの支点到、関節を極める
- ・ロープ・コーナー・マット等を掴んだり、腕や脚を掛ける
- ・ダウンしている対戦者への攻撃
- ・ブレイクやドントムーブ後、レフリーが試合続行を命じる前に攻防を再開する
- ・ラウンド中以外の攻撃
- ・対戦者を故意に試合上の外へ出す
- ・消極的な試合態度
- ・レフリーの指示に従わない
- ・奇声や大声を発する
- ・選手同士が会話を交わすこと
- ・手四つに手を組む行為
- ・マナーに反する行為
- ・全力で戦わない事
- ・試合前、試合後の挨拶を行わない事
- ・逃避行為（故意に試合場の外にでる。マウスピースを故意に吐き出す等の遅延行為）

※重大な反則行為が認められた場合、当該選手は失格となる。

### [四]審判員

試合の審判員は下記のいずれかの体制に構成される。

(1)1名の主審（レフリー）、2名の副審（サブレフリー）の計3名。

試合の採点は主審と副審の三者によって行われる。

(2)1名の主審（レフリー）、3名の副審（サブレフリー）の計4名。

試合の採点は副審の三者によって行われる。

#### 審判の主な指示内容

- 「ファイト」 試合開始、試合再開。
  - 「アクション」 膠着時に一方、又は両選手に攻防を即す。
  - 「ブレイク」 試合の一時中断。
  - 「ストップ・ドント・ムーブ」 攻防を中断し、そのままの体勢を維持。
  - 「ストップ」 ラウンド及び試合の終了。または中断。
  - 「スタンド」 「グラウンド」 両者がスタンド時にスタンド。
- 一方、又は両選手がグラウンドに移行した場合にグラウンド。

#### 【スタンドとグラウンド】

スタンド：足の裏以外の部位が床に触れていない状態。

グラウンド：足の裏以外の部位が床に触れている状態。

#### [五]出場選手

##### 防具

- (1)ヘッドガード:主催者が用意。十分な安全性を確保したものを使用する。
  - (2)グローブ：主催者が用意。拳頭部に厚みのあるクッションを用いたものを使用する。  
※拳へのバンテージの使用は不可、テーピングは可。  
※テーピングはナックルおよび身体の保護を目的とする場合のみ使用可。  
その場合は試合前に主催者または審判のチェックを必ず受けること。
  - (3)膝当て：選手が持参。色は白または黒。打面に十分なクッション性があり、競技に支障のないものを用いること。
  - (4)脛当て：選手が持参。色は白または黒。筒状の履くタイプのものを使用すること。
  - (5)マウスピース：選手が持参。
  - (6)ノーファウルカップ（アブスメントガード）：選手が持参。
- ※(1)～(6)膝当て、脛当て、マウスピース、ノーファウルカップを試合までに用意できなければ失格となる。

##### 服装

- (1)ショーツ類：ポケットや金具のないスパッツ、短パン、ファイトショーツなど。裾が膝当てに触れない程度の長さのもの。
  - (2)シャツ類（女子のみ）：ポケットや金具のないラッシュガードなど攻防の妨げにならないもの。袖に隙間のないもの。
- (1)、(2)共に色は自由。ただし、赤や青など相手コーナーと同じ色は禁止。  
足は素足。松脂など、足の裏への滑止め類の塗布は認めない。

##### 衛生

- (1)身体へのあらゆる油分類の塗布は認めない。
- (2)対戦相手を不快に思わせない十分な清潔感を維持すること。
- (3)刺青をした選手は試合前に血液検査報告書を提出する。  
陽性反応があった場合は、試合出場を認めない。  
また報告書の提出無しで試合を行う場合、  
当該選手に出血が認められれば、直ちに試合を停止する。

#### [六]セコンド

- (1)1名の選手につきセコンドは3名まで。必ず1名は用意すること。

(2)試合を棄権する為に用いる白いタオルを必ず持参すること。＊用意できない場合は失格。

#### セコンドの禁止事項

- (1)ラウンド開始の10秒前に「セコンド・アウト」とアナウンスされた場合、速やかに試合場外へ退出すること。
- (2)試合中に選手に触れる、試合場内に入るなど攻防の妨げになる行為は一切禁止。
- (3)マナーや道徳に反する言動は一切禁止とする。

2014/05/13改正

2013/10/31改正