

HJMS täyskontaktittelun SM-säännöt

Versio: 1.1 (25.9.2018)

Ottelukilpailu

Tässä dokumentissa kuvatut säännöt ovat lajin perussäännöt, joihin voidaan kuitenkin tehdä kilpailukohtaisia muutoksia. Kilpailun säännöt käydään läpi sääntöleirillä aina jokaisten kisojen alussa.

Kilpailun asetelma

Otteluaika

Otteluaika 3 x 1 min, mustilla vöillä 3 x 2 min ja erien välissä pidetään 1 min tauko.

Tasatilanteessa otteluajan jälkeen voidaan käydä puolen erän pituinen jatkoerä voittajan löytämiseksi.

Kaksi ensimmäistä erää otellaan säännöissä määritellyillä, oman sarjan mukaisilla täyskontaktittelusäännöillä. Kolmas erä kaikissa sarjoissa otellaan oman sarjan mukaisilla lukko-ottelusäännöillä. Lukko-ottelun tulee olla nopeatempoista, voimatonta ja pehmeää.

Ottelualue

Ottelu käydään kontaktivoimaa vaimentavalla alueella esimerkiksi mattojen päällä. Täyskontaktierän varsinainen kilpailualue on mitoiltaan 8 m x 8 m ja tila on avonainen. Lukko-otteluerän varsinainen kilpailu-alue on mitoiltaan 4 m x 4 m ja tila on avonainen. Varsinaisen kilpailualueen ympärillä on oltava vähintään 1 metrin turva-alue joka suuntaan. Varsinainen kilpailualue merkitään selkeästi esimerkiksi teipillä tai eri värisillä matoilla. Ottelun varsinaisella alueella tai vara-alueella ei saa olla mitään ylimääräistä tavaraa kuten esimerkiksi laukkuja tai tuoleja.

Kilpailijat

Otteluparit erotetaan otteluvyöllä: sininen tai punainen. Muuta vyötä ei saa käyttää. Kilpailijat ovat pukeutuneet lajipukuun eli dobokiin. Kilpailijoilla ei saa olla minkäänlaisia koruja, sormuksia, silmälasia tai muuta vastaavaa terävää tai irrallista materiaalia kehossa. Kynnet tulee olla leikattu riittävän lyhyeksi, jotta ne eivät aiheuta vammoja ottelun aikana. Mikäli jotain korua ei saa irrotettua tulee se peittää urheiluteipillä siten, että koru ei repeä irti tai vahingoita vastustajaa aktiivitulanteessa.

Suojat

Täyskontaktierä:

Pakolliset suojat ovat pääsuoja, kyynärvarsisuojat jotka peittävät kyynärpäähän, hanskat jotka jättävät sormet vapaiksi (Grappling- / Cobra- hanskat), jalkasuojat jotka peittävät myös jalkapöydän ja säären sekä miehillä alasuojat. Hammassuojat ovat pakolliset.

Lukko-otteluerä:

Alasuoja ja jalkasuojat (säären ja jalkaterän suojaava) sekä hammassuojat ovat pakollisia. Nilkka-, polvi ja muita niveltä tukevaa materiaalin käyttö on sallittua.

Huoltaja

Ottelijalla saa olla vain yksi huoltaja, jolla ei saa olla dobokia (harjoituspukua) päällä. Huoltajan pakollisena varusteena on pyyhe, jonka lisäksi hänellä saa olla juomapullo, jossa on vettä, mehua tai urheilujuomaa, mutta ei piristäviä aineita, eikä doping-aineita. Lisäksi huoltajalla saa olla kylmäpussi/-suihke sekä teippiä ja sidetarpeita. Huoltaja saa kannustaa tai antaa neuvoja erän aikana.

Painoluokat

-45kg, -50kg, -55kg, -60kg, -65kg, -70kg, -75kg, -80kg, -85kg, +85kg.

Painoluokkia voidaan lisätä, yhdistellä, poistaa tai pilkkoa riippuen osallistujamäärästä.

Sarjat

- Alle 1 vuotta harrastaneet
- Alle 2 vuotta harrastaneet
- 2 - 4 vuotta harrastaneet
- Yli 4 vuotta harrastaneet
- Mustat vyöt

Naisilla ja miehillä on omat sarjat.

Alle 15-vuotiaat harrastajat noudattavat harrastusvuosien ottelusääntöjä ilman pääkontaktia.

Sallitut tekniikat

Sallitut tekniikat on eritelty täyskontaktierään ja lukko-otteluerään.

Jos samassa sarjassa on eri aikaan aloittaneita henkilöitä, säännöt määräytyvät lyhyimmän ajan harrastaneen mukaan poislukien mustien vöiden sarja.

Alle 1 vuotta harrastaneet

Täyskontaktierä:

- Kontakti lyönnillä, nyrkkiin puristetun kämmenen kaikilla osilla.
- Kontakti etu-, kierto-, sivu- ja takapotkulla keskivartaloon (keskivartalo on alue solisluusta alaspäin ja vyötäröstä ylöspäin) tai kylkiin.
- Heitto jalasta, vain jos siitä saa kiinni potkun aikana.
- Kynnärpäähän ja/tai olkapäähän suunnatut nivellukot sekä lukolla horjuttaminen ja alasvienti.
- Alasvientiteknikka/pyyhkäisy, joka on suoritustasoltaan kaatotasoa. Alasvienti tekniikka yhdestä jalasta kiinni pitäen on sallittu.
- Vastustajan siirtäminen ulos ottelualueelta teknisellä suorituksella, esim. työnöllä, horjutuksella, lyönnillä, tai potkulla. Katso kohta *Ottelualueelta ulos siirtäminen*.

Lukko-otteluerä:

Täyskontaktierän tekniikat, pois lukien seuraavat:

- Kontakti lyönnillä.
- Kontakti potkulla.

Alle 2 vuotta harrastaneet

Täyskontaktierä:

Alempien sarjojen tekniikat, joiden lisäksi:

- Kaikki potkutekniikat sallittu.
- Potku päähän (leuan, korvien ja päälään rajoittamalle alueelle).

Lukko-otteluerä:

Täyskontaktierän tekniikat, pois lukien seuraavat:

- Kontakti lyönnillä.
- Kontakti potkulla.

2 - 4 vuotta harrastaneet

Täyskontaktierä:

Alempien sarjojen tekniikat, joiden lisäksi:

- Heitto- ja taklaustekniikat (maahanviennissä, jossa tekniikka kohdistuu päähän, täytyy vähintään yksi käsi olla otteen välissä pään lisäksi).
- Kuristus pystyssä sekä päähän kohdistuva alasvienti (maahanviennissä, jossa tekniikka kohdistuu päähän, täytyy vähintään yksi käsi olla otteen välissä pään lisäksi).
- Lukotus tai kuristus välittömästi maahanviennin jälkeen (ei mattokamppailua).
- Potku polven alapuolelle jalan ulko- tai sisäpuolelle (pyrkien kaatamaan vastustaja).
- Selän kautta kiertävä alakoukkupotku (pyrkien kaatamaan vastustaja).

Lukko-otteluerä:

Täyskontaktierän tekniikat, pois lukien seuraavat:

- Kontakti lyönnillä.
- Kontakti potkulla keskivartaloon tai päähän (potku polven alapuolelle sallittu).

Yli 4 vuotta harrastaneet ja mustat vyöt

Täyskontaktierä:

Alempien sarjojen tekniikat, joiden lisäksi:

- Matossa kamppailu (maassa lukottaminen sekä kuristaminen).
- Maasta potku sallituilla potkuilla seisovaan vastustajaan sallitulle alueelle.
- Alaraajoihin kohdistuvat suorat nivellukot.

Kilpailijoilla on matossa 5 + 5 sekuntia aikaa saada selkeä hallintaposition, lukko- tai kuristustekniikka. Katso kohta *Mattokokamppailu*.

Lukko-otteluerä:

Täyskontaktierän tekniikat, pois lukien seuraavat:

- Kontakti lyönnillä.
- Kontakti potkulla keskivartaloon tai päähän (potku polven alapuolelle sallittu).
- Maasta potku sallituilla potkuilla seisovaan vastustajaan sallitulle alueelle.

Pisteet

Pisteen tuovan suorituksen tulee olla selkeä. Potkussa ja lyönnissä tulee alle kaksi (2) vuotta harrastaneilla näkyä selkeä osuma ja muilla selkeästi voiman siirtyminen vastustajaan tai voiman vaikutus. Heitossa on kyettävä näkemään, kumpi on heittävä ja kumpi heitettävä osapuoli. Mattokamppailussa on kyettävä näkemään kumpi on hallitseva osapuoli.

Kaikki tekniikat ovat yhden (1) pisteen arvoisia.

1 Piste	Ottelun voitto
<ul style="list-style-type: none">• Lyönti, potku• Heitto, taklaus, joka on suoritustasoltaan kaatotasoa tai tekniikan suorittaja menee itse mattoon• Pyyhkäisy• Lukolla horjutus• Ottelualueelta ulos työntö/siirto• Polven alapuolelle suuntautuva potku, mikäli vastustaja kaatuu potkun vaikutuksesta• Matossa hallinta	<ul style="list-style-type: none">• Vastustaja taputtaa luovutuksen merkiksi• Kynärpään ja/tai olkapään kohdistuvalla nivellukolla alasvienti• Heitto- ja taklaustekniikka pystyasennossa, joka on suoritustasoltaan heittotasoa <p>* Katso lisää kohdasta <i>Voitot</i></p>

Pistesuorituksia voi tehdä oman sarjan sekä kuluvan erän sallittujen tekniikoiden rajoissa. Katso kohta *Sallitut tekniikat*.

Ottelun voittaminen

Voitto ja pisteet täyden ajan ottelussa

Ottelun voitto ratkaistaan kaikista kolmessa erässä tulleista pisteistä. Mikäli ottelu on kolmannen erän jälkeen tasatilanteessa, käydään puolen erän mittainen jatkoerä, jossa enemmän pisteitä saanut ottelija voittaa ottelun. Jos jatkoerän jälkeen pistetilanne on edelleen tasan, ratkaistaan voittaja aktiivisuuden perusteella tuomariäänestyksellä. Voitto aktiivisuudella on yhden (1) ottelupisteen arvoinen.

Voitto ja pisteet keskeytetyssä ottelussa

Ottelu voi päättyä ennen täyttä otteluaikaa joko voittoon tai häviöön johtaneella suorituksella (katso kohdat *voitto* ja *häviö*). Mikäli ottelu päättyy ennen täyttä otteluaikaa merkitään voitto ottelupöytäkirjaan pistein 5-0, eikä ottelukohtaisia muita pisteitä oteta lopputuloksissa huomioon. Kilpailun lopputuloksista lisää kohdassa *kilpailusarjan voittaminen*.

Voitot

- Pistevoitto (täysi aika)
- Tyrmäysvoitto
- Tekninen tyrmäys

- Vastustajan täydellinen hallinta, josta seuraa luovutus taputtamalla esim. tatamiin. Kenttätuomari voi päättää ottelun kilpailijan puolesta, mikäli tilanne on johtamassa taputukseen
- Ylivoimaisuus, jos piste-ero on 5 p / erä (edellisen erän pisteitä ei lasketa vaan tilanne nollautuu aina erän alussa). Pöytätuomari voi päättää ottelun myös ennen erän päättymistä, mikäli piste-ero täytyy selkeästi ylivoimaisuuden merkiksi.
- Täydellinen onnistuminen
 - Kynnärpään ja/tai olkapään kohdistuvalla nivellukolla alavienti. Tämä tarkoittaa tilannetta, missä vastustaja ottaa lukko-voimaa vastaan viemällä toisen yläraajan lattialle, tai vähintään yhden polven maahan, tai kaatuu kokonaan maahan.
 - Heitto- ja taklaustekniikka pystyasennossa, joka on suoritustasoltaan heittotasoa. Tekniikan tekijä säilyttää koko suorituksen ajan seisoma-asentonsa tasapainossa.
- Aktiivisuus tasatilanteessa

Häviö

- Huomattava myöhästyminen ottelusta (>1min)
- Diskvalifioiminen (ei ole pätevä kilpailemaan)
- Otteluvirheet (-3 pistettä / erä)
- Loukkaantuminen sallitusta tekniikasta tai omasta virheestä.
- Tahallinen, vahingoittava hyökkäys ei sallitulle osuma-alueelle.
- Hyökkäys jollain muulla kuin sallituilla tekniikoilla
- Verenvuoto, jota ei saada tyrehdytettyä 1min kuluessa vuodon alkamisesta
- Luovutus

Virheet

Ottelun aikana esiintyneistä sääntörikkomuksesta annetaan aluksi huomautus tai jos kyseessä on selkeä tai tahallinen virhe, suoraan varoitus (-1 piste).

Huomautuksen jälkeen uuden sääntörikkomuksen sattuessa annetaan varoitus, jonka vaikutuksena on yksi miinus piste säännön rikkojalle (koreaksi Kyoung Go). Kenttätuomari osoittaa selvästi Kyoung Go:n saajaa. Virhe ja pistevähennys merkitään tuomaripöytäkirjaan.

Jos ottelija jatkaa sääntöjen rikkomista varoituksen jälkeen, tuomaristo tulkitsee tilanteen kilpailusääntöjen ja tuomarin käskyjen noudattamatta jättämiseksi ja ottelija hylätään kyseisestä ottelusta. Tämä merkitään tuomaripöytäkirjaan. Tällaisessa tilanteessa rikkoja saa nolla ottelupistettä ja vastustaja saa kolme kilpailupistettä.

Jos ottelija yrittää tahallaan rikkoa sääntöjä tai toimii Moo Do -ajatusta vastaan, hylätään hänet koko kilpailusta. Tämä kirjataan tuomaripöytäkirjaan. Tällaisessa tilanteessa rikkoja saa nolla ottelupistettä ja vastustaja viisi (5) kilpailupistettä.

Jos kilpailijan tekemä vahingon laatu on laajasti merkittävä, asia tuodaan Suomen Oriental Moo Do -liiton hallituksen ja Suomen pääopettajan käsiteltäväksi.

Tekninen virhe (-1 piste)

- Lyönti solisluusta ylös- ja vyötäröstä alaspäin

- Potku reisien tai lantion alueelle joka tässä tapauksessa määritellään vyötäröstä alaspäin ja polvesta ylöspäin
 - Alle 1 vuotta harrastaneilla ja alle 15 vuotta täyttäneillä myös hartioista ylöspäin (ei pääkontaktia)
 - Alle 2 vuotta harrastaneilla lonkasta alaspäin (ei alapotkua)
- Potku kaulaan, niskaan tai takaraivoon
- Kaikki potkut tai lyönnit maahan kaatuneeseen vastustajaan
- Lyöminen tai potkaiseminen pitäen samalla kiinni vastustajasta
- Kynnärpään käyttö lyöntiin tai polven käyttö potkuun
- Vastustajan pukkaaminen päällä tai vastustajan pureminen
- Raapiminen ja silmiin kohdistuvat tekniikat
- Ranteeseen tai sormiin kohdistuvat nivellukot
- Niskan päälle maahan tuleminen sekä niskan päälle hyppääminen on kielletty
- Alaraajoihin kohdistuvat kiertävät nivellukot
- Alasviennissä, joka kohdistuu niskaan, täytyy vähintään vastustajan toinen käsi olla välissä.
- Tuomarin keskeytyksen jälkeen tehty hyökkäys

Lisäksi lukko-otteluerässä kaikki lyönneiksi ja potkuiksi luokiteltavat tekniikat (pl. kiertävät potkut polven alapuolelle sallittu yli kaksi vuotta harrastaneilla).

Otteluvirhe (-1 piste)

- Ottelualueelta poistuminen
- Pakoilu, jatkuva perääntyminen
- Ottelemista häiritseminen
- Puhuminen ottelun aikana
- Selän kääntäminen vastustajalle

Käytösvirhe (-1 piste)

- Ottelija tai huoltaja käyttäytyy sopimattomasti esim. kiroilu, tuulettaminen tai Moo Do -käytöstä rikkova teko tai aiheeton protesti
- Teeskentely tai valehteleminen
- Tuomarin käskyn noudattamatta jättäminen
- Epäurheilijamainen käytös

Mattokamppailu

Mattokamppailun aktiiviaika on 5+5 sekuntia. Kenttätuomari alkaa laskea matkkotilanteen viiden sekunnin aikaa siitä hetkestä, kun jompikumpi kilpailija putoaa tai pudottautuu polvelle, kontalleen tai ottelijan keskivartalo osuu tatamiin.

Matossa ottelutilanteen tulee jatkua aktiivisena. Muuten kenttätuomari keskeyttää ottelun (koreaksi Kal-Lio) viiden sekunnin jälkeen ja käskää ottelijat takaisin pystyotteluun. Aktiivinen tilanne maassa tarkoittaa sitä, että molemmat tai toinen ottelija rakentaa tilannetta piste- tai voittosuorituksen saamiseksi.

Jos selkeästi havaitaan että jompikumpi ottelija on suorittamassa tekniikkaa varsinaisen aktiiviajan jälkeen, voidaan antaa viisi sekuntia lisäaikaa nivellukon tai kuristuksen viemiseksi loppuun.

Ottelualueelta ulos siirtäminen

Ottelualueelta ulos siirtäminen vaatii teknisen suorituksen pisteen saamiseksi. Tämä tarkoittaa tilannetta, jossa ottelijalla on selkeä kontakti vastustajaan esimerkiksi lyönnillä, potkulla, työnnöllä tai horjutuksella. Muussa tapauksessa tilanne tulkitaan ulos menneen ottelijan osalta otteluvirheeksi.

Ottelualueelta ulos siirtämisestä saa pisteen, kun alueen ylittäneen ottelijan molemmat jalat ovat ulkona erässä määritellyltä ottelualueelta. Tilanteessa, jossa ulos menneen ottelijan jalat ovat ilmassa (esim. nostossa), täytyy vastustajan lantiolinjan ylittää ottelualue pisteen saamiseksi.

Molempien ottelijoiden ylittäessä ottelualueen pisteen saa se ottelija, joka selvästi ylittää ottelualueen jälkimmäisenä. Tämä edellyttää myös selkeää siirtoon käytettävää tekniikkaa. Samanaikaisista ylityksistä tai epäselvistä tilanteista, joissa ei pystytä näkemään kumpi on siirtävä ja kumpi siirrettävä osapuoli, ei kumpikaan ottelijoista saa pistettä.

Luvunlasku

Tyrmäyksen jälkeen ottelijalla on 10 sekuntia aikaa jatkaa ottelemista. Mattotuomari laskee ajan ääneen. Tuomarin tulee kuitenkin ennen luvunlaskua varmistaa vaatiiko ottelijan tilanne välitöntä keskeytystä. Tällöin lukua ei lasketa vaan ottelu keskeytyy tyrmäykseen.

Tuomarit ja voittajan julistaminen

Tuomariston tehtävänä on löytää ottelun ja kilpailun voittaja. Tuomariston tehtävänä on myös valvoa sääntöjen noudattamista ja puuttua välittömästi sääntörikkomuksiin. Tuomaristo myös vastaa siitä, että otteluparina on ottelulistan mukaiset henkilöt. Tuomareiden tulee edistää yleisesti ymmärrettyä reilupeli-ajatusta ja myös moodo-harrastajan (koreaksi Moo Do In) periaatteita, joissa korostetaan erityistä hyvää käytöstä sekä kunnioitusta toista ihmistä kohtaan. Tuomarit ovat puolueettomia ja oikeudenmukaisia päätöksessään.

Kenttätuomari

Kenttätuomari ohjaa ottelun kulkua siten, että se on mahdollisimman turvallista ja sujuvaa ja siinä on mahdollisimman vähän katkoja.

Kenttätuomari julistaa voittajan. Tämän jälkeen tulosta ei voida muuttaa, ellei jälkeenpäin tule esille sellaisia asioita, jotka ovat selvästi vaikuttaneet lopputulokseen, kuten virheitä pisteiden laskennassa tai muita inhimillisiä virheitä.

Pöytätuomari

Pöytätuomarin tehtävänä pitää kirjaa ottelupisteistä sekä varmistaa, että kilpailualue on turvallinen koko ottelun ajan. Mikäli kenttätuomari ei huomaa mahdollisia korjattavia asioita, pöytätuomari ohjaa kenttätuomaria vaikuttamaan asiaan välittömästi.

Pöytätuomari valvoo, että kenttätuomarin sekä kulmatuomarien esille tuomat pisteet ovat säännönmukaisia ja oikeudenmukaisia. Tuomaripöytäkirjaan merkitään kaikki tapahtumat, jotka vaikuttavat

otteluvoittajan selvittämiseen. Pöytäkirjaan merkitään piste- tai virhesuoritus vasta, kun kenttätuomarin ja pöytätuomarin näkemys on samanlainen.

Kilpailusarjan voittaminen

Kilpailusarja voidaan otella sarjan osallistujamäärästä riippuen suorana sarjana tai turnausmuotoisena sarjana.

Suorassa kilpailusarjassa jokainen sarjan kilpailija ottelee kerran tai useammin toisiaan vastaan. Suoran kilpailusarjan voitto ratkaistaan ensisijaisesti otteluvoittojen määrällä. Mikäli kilpailijoilla on sarjassa sama määrä otteluvoittoja, etsitään voittaja keskinäisten otteluvoittojen perusteella. Keskinäisten otteluvoittojen ollessa tasan, voittaja ratkaistaan kaikkien otteluista saatujen pisteiden perusteella siten, että eniten ottelupisteitä saanut ottelija voittaa. Ottelupisteiden ollessa tasan julistetaan kilpailusarjan voitto tasapeliksi.

Turnausmuotoisessa kilpailusarjassa kilpaillaan ensin yhdessä tai useammassa alkulohkossa, josta voittajat selviytyvät jatko-otteluihin kilpailemaan loppusijoituksista ja kilpailun voitosta. Alkulohkosta jatkoon selviytyjät määräytyvät samalla pistekaavalla kuin suorassa kilpailusarjassa. Jatko-ottelut käydään joko yhden tai useamman kierroksen pudotusotteluina tai suoraan alkulohkosta selvinneiden kesken mitaliotteluina. Pudotusotteluissa ja mitaliotteluissa voittaja määräytyy aina keskinäisen ottelun perusteella.

Sarjoihin voidaan tehdä kilpailukohtaisia muutoksia ennen sarjan alkamista ja niistä sovitaan aina ottelijoiden kesken. Ennen kilpailua päätetty kilpailusarja ja siihen tehdyt muutokset ovat pysyviä, eikä niitä voi muuttaa kilpailun aikana tai sen jälkeen.

Muutoshistoria

- Versio 1.0 (21.9.2018): Ensimmäinen puhtaaksikirjoitettu versio julkaistavaksi.
- Versio 1.1 (25.9.2018): Täsmennykset - sallitut tekniikat, ottelualueelta ulos siirtäminen, ottelun voittaminen ja kilpailusarjan voittaminen