

極真空手組手競技（Kyokushin Style）

競技規程

本規程は、極真空手組手競技規程（Kyokushin Style）の運営・審判・参加に関する基準を定める競技規程である。尚、以下「本競技」という。

第1章 総則（Kyokushin Style について）

競技目的と理念 第1条

- 本競技は、打撃という武技の実践を通じ、心・技・体を磨き上げ、統合することを目的とする。
- 相手の尊厳を護り、自己の尊厳を高める「礼の精神」を涵養し、無益なダメージの与え合いを避け、有効打撃による攻防により、双方の技をより善く活かすことを目標とする。
- 本競技は、オリンピック憲章（2011年制定）の根本精神に準拠し、競技を通じて平和な社会の実現を目的とする。

名称 第2条

- 本競技の名称は「Kyokushin Style」とする。
- 年齢・性別・体重等を考慮してクラス区分を設ける（細則による）。

選手の参加原則 第3条

- 選手は本規程の理念および規定を遵守し、大会事務局に選手登録しなければならない。
- 競技進行の妨げとなる「負傷」「長髪」「過長の爪」など、不潔かつ観客に不快感を与える風体の者は、出場を認めない。
- 「急性炎症性・感染性疾患等に罹患している者」「ドクターが不適と認めた者」または勧告に従わない者は、出場を認めない。
- 全力で競技を行わないことや、故意の反則、その他悪質な行為があった場合は、審議のうえ選手登録の抹消等の処分を行うこともあるものとする。

5. 試合集合時刻・開始時刻に遅刻した場合は、失格とする。
6. 足甲・脛・膝・胴・頭部・拳等を保護する防具の着用を義務付ける。防具の種類・仕様は細則で定める。

競技時間 第4条

1. 本戦は2～3分とする（大会要項で事前告知）。
2. 主審（レフリー）と副審（ジャッジ）による勝者の旗が多い方を勝者とする。
3. 「引き分け」の旗数が勝者の数を超えた場合、延長戦を行う。延長は休憩30秒～1分を挟み、原則として延長は通算3回を超えないこと。
4. 最終延長の際は、主審（レフリー）と副審（ジャッジ）は必ず優劣を付ける。
5. 少年・シニア等の大会では、IBMAの許可を得て時間等を変更できる。

競技場 第5条

1. メインスペースは、1辺6～8mの正方形とする。
2. メインスペース外に1m以上の場外スペースを設け、境界を明確に区分する。
3. マットは、安全に配慮した適切な厚みと弾性を有するものとする。
4. スコアボードを会場内2か所以上に設置し、選手・観客が視認できるようにする。

計量 第6条

1. 体重別クラスの選手は、審判委員会の指定時間内に計量を受け、承認を得なければならない。
2. 計量未了又は規定体重超過は、失格とする。
3. 競技前にドクターの診断を受け、健康状態に問題がないことの証明を要する。

服装・防具 第7条

1. 大会実行委員会が認可する競技用防具（頭部、胴部、脛・拳プロテクター、ファールカップ等）を使用する。詳細は細則による。
2. 競技を妨げる負傷・長髪・爪・風体等は、出場不可とする。

3. ドクターが不適と認定した者、勧告に従わない者は、出場不可とする。
4. 開始時刻に遅刻した場合は、失格とする。
5. 参加登録後に一方的な辞退等の不履行があった場合、将来の大会参加を許可しないことがある。

コーチ／セコンド 第8条

1. セコンドは1名以内とし、事前に氏名を大会実行委員会へ届け出る。
2. 相手選手への中傷・非礼な言動をしてはならない。所定位置に着席し、戦術的指示以外を慎む。
3. 緊急時を除き、競技中に場内へ入った場合は、当該選手を失格とする。

第2章 競技役員

構成 第9条

1. 本競技の審判体制は、「主審（レフリー）1名」「副審（ジャッジ）2名以上」「審議審判員2名以上」「計時員（タイム係）」「記録員（スコアボード係）」「大会ドクター」で構成する。
2. 「主審（レフリー）」「副審（ジャッジ）」「審議審判員」は、大会実行委員会が決定する。
3. 審議審判員は、「レフリー」「ジャッジ」が判定に映像判定などの必要性が生じた場合等、問題が生じたときにその解決を行う。その場合の最終判断は、審議委員の完全一致によって決定する。

主審（レフリー）・副審（ジャッジ） 第10条

1. 主審（レフリー）は、反則・技有り・一本の判定・宣告、試合の開始・中断・再開、延長の実施宣告を行う。
2. 危険が認められる場合、主審（レフリー）は直ちに「やめ」を宣告し、競技を中断してドクター・副審（ジャッジ）の意見を求める。
3. 主審（レフリー）の宣告は、「始め」「続行」「やめ」「認めず」「口頭注意」「イエローカード」「レッドカード」「勝ち」の8種に限る。

4. 技有りの宣告は、必ず「やめ」の後に行い、選手を開始位置に戻してから宣告する。ダメージが疑われる場合は、その場でドクターの指示を仰ぐ。
5. 副審（ジャッジ）は主審（レフリー）を補佐し、反則・技有り・一本の判定を旗により行う。なを、副審（ジャッジ）は技・反則の見落としのないよう努める。また、試合中、必要と認めるときは主審（レフリー）に進言できる。

副審（ジャッジ） 第11条

1. 副審（ジャッジ）は「技あり」「一本」の判定並びに試合全般を採点する。
2. 主審（レフリー）の技有り判定に疑義があるときは、直後に異議を申し立て、合議の上、過半数で決する。

計時（タイム係）・記録 第12条

1. 計時員は「始め」で作動、「やめ」で停止し、試合時間を厳格に管理する。
2. 記録員は、主審（レフリー）の宣告および判定員の旗色に基づき、技有り・カード等をスコアボードへ反映する。

大会ドクター 第13条

1. ドクターは、選手の健康管理、定時・臨時診察、緊急時の応急処置を行う。
2. 必要と認めるときは、主審（レフリー）または大会実行委員会に試合中止を勧告できる。

第3章 判定方法

勝敗の決定 第14条

1. 勝敗の判定は、主審（レフリー）による「判定」の号令とともに、主審（レフリー）と副審（ジャッジ）が同時に旗を挙上して行う。
2. 判定の仕方は、第15条の判定基準に則り、「主審（レフリー）」と「副審（ジャッジ）」が優勢だと判断する方の旗を挙上する。
3. 勝敗は、挙上された旗の数によって判定される。
4. 主審（レフリー）と副審（ジャッジ）が両者を「引き分け」と判定した場合は、旗を挙上せず、体の前でクロスさせて示すこと。

5. 旗の数が同数、あるいは「引き分け」の判定が過半数を超えた場合は、延長戦を行う。
6. 反則以外の攻撃により続行不能となった場合は、「一本」とし、試合を終了する。
7. 技有りが2回宣告された場合は、一本とする。

判定方法 第15条

勝者の判定基準の優先順位は次のとおりとし、「採点法判定（Kyokushi Universal Stayle）」と同様、基本10対10をイメージし、そこから下記の優先順位・項目を基準に、競技の優勢者を判断する。

1. 有効打撃の多寡
2. 主導権支配（試合の支配力）
3. 積極的な攻撃姿勢
4. ディフェンス（防御技術）スキル
5. 反則の多寡（口頭注意は含まない）
6. 競技態度（参照：武道人精神）

延長 第16条

1. 延長戦は2分とし、同点の場合は再延長を行う。この場合、原則、延長戦は3回を超えないこと。
2. 最終延長は、試合全体を通じ第15条の判定基準を原則として、必ず優勢な方に旗を挙上する。
3. 延長前に30秒～1分の休憩を与え、選手は主審（レフリー）の指示に従い、所定位置で立位待機する。

場外・転倒 第17条

1. 片足が場外線の外側へ完全に出た場合、当該選手にイエローカードを宣告し、「場外」とする。足裏の一部が線上にある場合、または空中で越えた場合は、場外としない。
2. 回転廻し蹴り等の転倒を伴う打撃技の失敗は1回までとし、2回目からは反則（イエローカード）の対象となることとする。

有効打撃の定義 第18条

1. 有効打撃の判定は、定められた「ヒットポイント」に対する打撃技の(1)正確性、(2)スピード、(3)衝撃、(4)タイミング（機会）、(5)気合（意志）の5要素を充すものとする。ただし、競技においては5要素の内「正確性」を充し、かつ他の2つ以上の要素を充たせば、「有効打撃」として認定することも可とする。
2. 身体的ダメージは「有効打撃」の判定に含まれるが、「技あり」が認められない場合は、それ以上ではないものとする。
3. 有効打撃の種類は、上段蹴り（顎・こめかみ周辺への蹴り技）、中段蹴り（みぞおち・左右脇腹周辺部分への蹴り技）、中段突き（みぞおち・左右脇腹周辺部分への突き技）、下段回し（大腿部の内側と外側への蹴り技）とする。
4. 有効打撃とは、18条1項の5要素を満たさない「決め技（有効打撃）」を生み出すための連絡技の中の「崩し技」「囷技」「その他の技」を除くものとする。

技有り・一本の宣告 第19条

1. 反則に該当しない攻撃により一時的反撃不能・戦意喪失と認めた場合、主審（レフリー）は、まず競技者の状態に気を配りつつ「やめ」を宣告し、試合を一時中断する。
2. 「やめ」の宣告の後、競技者の状態を判断し、5秒未満の戦意の喪失が見られた時、「技有り」の宣告を行うこととする。
3. 「やめ」の宣告の後、競技者の状態を判断し、5秒以上の戦意の喪失が見られた時、「1本」の宣告を行うこととする。
4. 「技有り」2回の宣告によって「一本」とし、試合を終了する。
5. 主審（レフリー）の技有り・一本判定に対し、判定員は直後に限り異議申立てができ、「主審（レフリー）」「副審（ジャッジ）」「審議審判員」で協議して、過半数で最終決定する。
6. 技あり、一本の判定に関して「対象年齢」「クラス」によって内容の変更もあるものとする。

第4章 反則行為

反則に対する宣告と制裁 第20条

1. 反則に対する宣告は「口頭注意」「イエローカード」「レッドカード（失格）」とし、「口頭注意」は同一種の反則につき2回までとする。
2. 主審（レフリー）は旗色（反則側の色）で告知し、必要に応じカードを掲示して宣告する。
3. イエローカードは採点法の場合1点減点であるが、「レフリー」「ジャッジ」は、旗判定であっても採点法と同様の意識でイエローカードを捉えること。
4. 故意またはダメージが大きい反則は、即時「レッドカード」又は所定の所作により「失格」を宣告する。
5. イエローカードの宣告は2回目までとし、3回目以降の反則は失格（レッドカード）とする。
6. 主審（レフリー）の「やめ」後の攻撃は、一律に反則とする。

危険な行為 第21条

次の行為は、重大なダメージの恐れが高い危険行為として、原則イエローカード（状況により直ちにレッドカード）を宣告する。

- ・頭部への突き・肘打ち
- ・喉・頸部・鎖骨への打撃
- ・金的・目への攻撃、頭突き、噛みつき、引っ掻き
- ・脚を取っての頭部への打撃
- ・背後からの打撃、背部への打撃
- ・膝関節への攻撃、膝頭中心から上下左右10cmの範囲への打撃
- ・頭部・頸部を手で掴む・押さえる行為、頸部を掴んでの頭部打撃（中段は可）
- ・脚部への「かにばさみ」
- ・空手着の掴み）を利用した打撃、頸部を掛ける・押さえる行為
- ・乳腺付近・鎖骨等への執拗な攻撃（流れの中で偶発的に当たった場合を除く）
- ・主審（レフリー）の「やめ」後の攻撃

その他の反則 第22条

次の行為は、状況に応じ口頭注意又はイエローカードとする。

- ・奇声を発すること。
- ・主審（レフリー）の指示に従わないこと（やめ後の攻撃を含む）。
- ・場外（片足が場外線外へ完全に出た場合）にでること。
- ・反則の軽微性に比して大げさなアピールをすること。

- ・ 場外線1m以内での体当たり、掌底押し、相手の体に胸をつけること。
- ・ 5～10秒以上、攻撃をしないこと。
- ・ 頭を下げたまま間合いを詰める等の危険な戦い方をすること（状況により口頭注意またはイエローカード）。
- ・ 試合前後に定められた礼法（試合作法）を行わないこと（初回は口頭注意、2回目以降はイエローカード）。
- ・ 相手に体を密着させたり、体で相手を押すこと。
- ・ 場外に逃げることや場外に出ること。

レッドカード・失格 第23条

次の場合は、レッドカードにより失格とする。

- ・ 審判・相手選手への暴言、非紳士的態度をとること。
- ・ 主審（レフリー）の指示に従わず、危険又は悪質と認められるとき。
- ・ 両手又は両膝が床に着いている相手への打撃（極め突きを除く）を行ったとき。
- ・ 反則の反復、又は悪質と認められるとき。
- ・ イエローカード（又は注意）2回後の更なる反則行為をみられたとき。
- ・ 礼法の重大な不履行により、主審（レフリー）が失格相当と認めたとき。
- ・ 失格が宣告された場合、試合は直ちに終了し、相手を勝者とする。
- ・ 失格選手は、定められた退場作法に従い退場しなければならない。
- ・ 失格に関する最終処分は、審議審判員により決定する。

第5章 選手と審判の所作

選手の所作 第24条

1. 入場：選手は所定のコーナー（正面から赤＝左、青＝右）から立礼（礼法は大会実行委員会で予め取り決めた方法で行う）を行い入場する。場外スペースを進み、各サイド中央で立礼の後、メインスペースへ入る。
2. 開始：中央で1.5～2mの間合いで直立し、「主審（レフリー）」の「お互いに礼」で立礼、次に「構えて」を経て「始め」で開始する。
3. 終了：終了後は開始位置で正対し、「不動立ち」で勝敗宣告を受ける。各サイド中央で立礼のうえ、コーナーから退場する。試合場を出る場合も「立礼」を行うこと（礼法は大会実行委員会で予め取り決めた方法で行う）。

審判の所作 第25条

1. 入場：主審（レフリー）を先頭に赤サイドから入場し、中央に主審（レフリー）、左右に「副審（ジャッジ）」が整列し、「主審（レフリー）」の号令で正面に立礼し、所定位置に就く。
2. 退場：整列・立礼の後、主審（レフリー）を先頭に赤サイドから退場する。詳細は別記による。

主審（レフリー）の宣告動作 第26条

1. 主審（レフリー）は所定位置で直立し、選手を正確に位置付ける。
2. 技有り・反則等の告知は、必ず「やめ」で中断後に行い、選手を開始位置に戻して「続行」で再開する。
3. 一本の判断は、選手の安全確認を最優先に行う。膠着時は「やめ」で開始線に戻し、「続行」で再開する。

勝敗の宣告 第27条

1. 終了ブザー後、主審（レフリー）は「やめ」を宣告し、選手を開始位置に正対させる。
2. 勝者側の色旗を90度上方に示し、明瞭に「赤（又は青）の勝ち」と宣告する。動作の詳細は別記による。

第6章 その他の特記事項

不服申立ての禁止 第28条

「選手」「所属団体」及び関係者は、本規程を遵守し、競技に対する不服の申立てを行わないことを誓約する。

改訂 第29条

本規程は、「理念」「目的」の実現に必要と認めるときは改訂できる。細則を設ける場合は別紙に記載する。

備考

施行日・改訂履歴：2025年9月7日 制定。

作成者：IBMA 極真会館／増田章。

細則・別紙。

オリンピズムの根本精神とは → 「オリンピズム（オリンピック精神）」は、スポーツを通して心身を向上させ、文化・国籍など様々な違いを乗り越え、友情、連帯感、フェアプレーの精神をもって、平和でよりよい世界の実現に貢献すること。

補足

技ありとイエローカードの効力の差

- ・イエローカード2枚 → 技あり＝従来の判定方法の2点減点に相当。
- ・イエローカード1回 → 反則した選手は1点減点に相当。
- ・技あり → イエローカード2枚（従来のルールの減点2）に相当。