



Fédération Vo Co Truyen Vietnam de France

Siège social : 106, Boulevard de la Résistance

93460 Gournay sur Marne

<http://www.vocotruyen-france.fr>

Identification R.N.A. : W751204240

REGLEMENT COMBAT SEMI-CONTACT

1. Durée des combats

Les combats se déroulent en mode continu, en une ou deux reprises durant les phases éliminatoires, et en deux ou trois reprises pour les phases finales, selon le temps officiel de la catégorie.

2. Tableau récapitulatif

Catégorie	Durée de la reprise	Nombre de reprise		Temps de repos entre les reprises
		Éliminatoire	Finales	
Benjamins	1 minute 30s	2	2	1 minute
Minimes	1 minute 30s	2	3	1 minute
Cadets	2 minutes	2	3	1 minute
Juniors	2 minutes	2	3	1 minute
Séniors	2 minutes	2	3	1 minute
Vétérans de 1 à x	1 minute 30s	2	3	1 minute

3. Techniques et actions autorisées ou non en semi-contact (contact/touche légère sans puissance)

Toutes les actions doivent faire preuve d'un contrôle et d'une maîtrise absolus.

Le contrôle se définit par une touche (contact léger) effective sans force de pénétration.

Les techniques autorisées sont :

- les coups de pied ;
- les coups de poing ;
- les balayages ;
- les projections ;
- les ciseaux ;
- les saisies non verrouillées ;
- les coups de coudes et de genoux au corps uniquement pour les catégories seniors et vétérans ;
- à partir de la catégorie sénior les frappes dans les cuisses (low-kick, coup de pied circulaire) sont autorisées à la condition d'être suivies d'un assaut, sinon cette action est pénalisable ;
- à partir des catégories séniors, le hors combat est autorisé uniquement au tronc (des épaules à la base du ventre), le semi-contact doit rester prioritaire, et la mise hors combat ne doit pas être le **but** recherché.

Les techniques non autorisées sont :

- les techniques de percussion main ouverte ;
- les coups de pied directs dans les membres inférieurs (préservation des articulations en particulier des genoux) ;
- le coup pieds avec le talon ;
- les projections entraînant volontairement une chute sur la tête, la nuque ;
- les coups de genou ou de coude à la tête ou dans les membres inférieurs ;
- les soumissions ;
- les immobilisations ;
- la défense au sol avec les jambes ;
- les coups de tête.

Le combat au sol est strictement interdit.

En règle générale, tout ce qui n'est pas autorisé est interdit.

Les frappes sont limitées aux surfaces suivantes (zones autorisées) :

- tête (côté du visage et front uniquement) ;
- poitrine, abdomen, côtés du buste ;
- cuisses (à partir des catégories juniors) ;
- jambes, hors articulations à des fins de balayage.

Les surfaces ou zone de frappe non autorisées sont les suivantes :

- triangle du visage ;
- sommet du crâne ;
- l'arrière de la tête ;
- le cou et la nuque ;
- le dos (charnière vertébrale) ;
- l'aîne et les parties génitales ;
- les articulations telles que les genoux, chevilles, etc.

Seule, une technique de poing visant la tête (côté du visage et front) ou le buste et sans contact, est autorisée après la mise au sol de son adversaire.

Celle-ci doit être immédiate, après un balayage, une projection ou un ciseau pour qu'elle soit comptabilisé.

Une frappe valide portée en même temps que le signal de fin de combat, est prise en compte par les juges.

Aucune frappe n'est prise en compte par les juges lorsque les 2 compétiteurs sont hors de l'aire de combat.

4. Attribution des points

Points attribués	Critères d'attribution
4 points	Le compétiteur a touché son adversaire le plus grand nombre de fois par des techniques effectives, en particulier des coups de pied à la tête, coups de pied sautés, balayages ou des projections suivies.
3 points	Le compétiteur qui, pendant toute la durée de la reprise a mis son adversaire en difficulté et a initié le plus grand nombre de techniques de jambes et/ou de balayages ou de projections.
2 points	Le compétiteur qui a porté ou initié la majorité des attaques effectives en démontrant sa supériorité technique. Dans ce cas, le juge désigne le vainqueur sans hésitation.
1 point	Si aucun compétiteur ne se démarque, l'appréciation du juge se fera sur l'impression générale de domination (attitude, esprit combatif et fair-play). Dans ce cas, le juge a pu désigner le vainqueur après hésitation.

Le compétiteur (à partir des catégories séniors) ayant dominé la reprise mais qui subit un hors combat temporaire au corps, ne peut gagner la reprise qu'avec 1 point.

A la fin de chaque reprise, les juges attribuent les points à l'appel du superviseur ou de l'arbitre central à défaut.

Les pénalités concernent les actions, les techniques et les zones de frappe non autorisées. Chaque pénalité validée retire 1 point, 4 pénalités sur une reprise équivalent à une disqualification. Le retrait des points se cumule, il est noté par la table des commissaires.

Si le score d'un compétiteur pénalisé est égal à zéro, le total de ses points devient négatif.

Valeur indicative des techniques à prendre en considération dans l'ordre décroissant de leur difficulté :

- coup de pied sauté à la tête ;
- ciseau ou projection suivie d'un marquage contrôlé et maîtrisé ;
- coup de pied à la tête ;
- coup de pied sauté au buste ;
- mise au sol suivie d'un marquage contrôlé et maîtrisé ;
- balayage, ciseau ou projection non suivie ;
- coup de pied au buste ;
- coup de genou ou de coude au buste (uniquement en seniors et vétérans) ;
- coup de poing à la tête ou au buste.

5. Gain du combat

Le vainqueur est celui qui a le plus de points à l'issue de la ou des reprises.

En cas d'égalité, une reprise supplémentaire de la même durée est mise en place, après un temps de repos d'une minute.

A l'issue du temps réglementaire de la reprise de prolongation, les juges sont tenus de prendre une décision en faveur d'un compétiteur en levant le drapeau. Il ne peut donc pas y avoir de nouvelle égalité. Le jugement doit se faire uniquement sur la reprise de prolongation et non sur le combat entier.

Pendant la reprise de prolongation, un comptage validé de l'un des compétiteurs (**pour les catégories autorisées**) entraîne la fin immédiate du combat et la défaite du compétiteur compté. Le combat peut être gagné suite à l'abandon ou la disqualification d'un des deux combattants.

6. Exemple de protections :

Casque (avec protection des pommettes, du cou, du menton et du haut de la tête)



Plastron (réversible bleu/rouge obligatoire sauf seniors et vétérans)



Protège-pieds/tibias (couverture complète du pied, y compris les talons et les orteils)



Gants ouverts (exemple)



T-shirts fédéraux (rouge et bleu)

