

REGLAMENTO K1 STYLE



2021



Reglamento

K1

Amateur

2021

- **Historia.**
- **Equipación de los competidores.**
- **Técnicas permitidas.**
- **Particularidades de K1 amateur.**
- **Técnicas prohibidas y comportamientos.**

- **Historia.**

El K-1 tiene sus orígenes en 1980, año en el que [Kazuyoshi Ishii](#) creó el estilo de [Full Contact Seidokaikan](#) en la ciudad de [Osaka](#).

Desde 1980 hasta 1993 [Kazuyoshi Ishii](#) organizó numerosos combates de [Seidokaikan](#) contra otras escuelas de artes marciales inicialmente usando reglas basadas en las reglas del [Karate Kyokushin](#) aunque posteriormente se fueron adaptando gradualmente a las reglas del [kickboxing](#). Finalmente es en 1993 cuando [Kazuyoshi Ishii](#), aconsejado por [Akira Maeda](#), funda la organización K-1, en ese mismo año se celebra la primera edición del [K-1 World Grand Prix](#) en el [Gimnasio Nacional Yoyogi](#).

- **Equipación de los competidores.**

Los competidores llevarán la siguiente vestimenta, las cuales serán de las marcas homologadas por el Comité Nacional de Arbitraje y, por tanto, por la Federación Española de Kickboxing y MuayThai.

Los competidores vestirán ropa limpia y material de seguridad como casco, guantes, que estén también limpios y en perfecto estado para su uso, y de acuerdo con el reglamento de vestimenta.

Los competidores vestirán:

- Casco protector, con la cara abierta sin pómulos y protección superior de la cabeza.
- Bucal (De cualquier color)
- Coquilla.
- Para competidoras es obligatorio el uso protector de pecho.
- Está permitido el uso de pañuelos para cubrir el pelo de la cabeza.

- Guantes de 10 onzas con agarre de velcro.
- Espinilleras homologadas.
- Pantalón corto sin símbolos o letras en tailandés y que quede por encima de la rodilla.
- Vendaje con venda tipo gasa, con unas medidas de 250 cm de largo por 5 cm de ancho, o vendas normales de entrenamiento.
- Está permitido el uso de tobilleras y con posibilidad de vendajes ligeros en los pies.
- En el caso de usar vendajes en los pies, es obligatorio el uso de tobilleras.
- Está permitido el uso de un poco de vaselina en cara o cuerpo. No así el uso de aceites.
- El pelo largo deberá estar recogido en una coleta o trenza, y esta, deberá estar por dentro del casco.

Nota: En caso de competidoras musulmanas, se les permitirá llevar prendas de manga larga y mallas largas bajo el atuendo de competición, al igual que pañuelo bajo el casco. Esta opción deberá ser íntegra (no parcial).



- **Técnicas permitidas.**

Los combates tendrán la duración de 3 asaltos de 2 minutos, con 1 minuto de descanso entre los asaltos en los que se utilizarán técnicas de mano y pierna.

Las técnicas de mano validas serán:

- Todos los golpes de boxeo.
- Spinning back fist o puño en giro.

Las técnicas de pierna validas serán:

- Patada frontal.
- Patada circular con posibilidad de golpear con tibia.
- Patadas laterales.
- Patada de gancho. (se permite pegar con el talón).
- Patada creciente.
- Patada de hacha. (se permite pegar con el talón).
- Patada en salto.
- Patada de giro con talón al cuerpo.
- Barrido al ras de suelo, con el lateral interior del pie, no superior al tobillo, a cualquiera de las dos piernas.
- Low kick a las piernas, tanto interior como exterior con la tibia en toda la pierna, incluido los laterales de las rodillas, y por debajo de la cadera, y por encima del tobillo.
- Low kick en la parte frontal de la parte superior de la pierna, por encima de la rodilla y por debajo de la cadera, en los low kick en desplazamiento con posibilidad de golpear en ambas piernas.
- Low kick en la parte trasera de las piernas, por encima de la rodilla, y por debajo del glúteo.
- Técnica de rodilla tanto al cuerpo, como a la cabeza, como a las piernas.
- El ataque de rodilla a las piernas, será solo válido a los laterales de los muslos, tanto interior como exterior, por debajo de la cadera, y por encima de la rodilla.

- **Particularidad del K1 amateur.**

Se permite un clinch, que se deberá ejecutar en la secuencia de agarrar, golpear y soltar.

Solo en la modalidad de K1 amateur está permitido el golpeo con rodilla en el torso, piernas y cabeza.

Se permite agarrar los hombros o el cuello, con las dos manos, o con una mano, para golpear inmediatamente con la rodilla.

Con esta acción solo se permitirá golpear una rodilla, sin agarre de manos se permitirá golpear tantas rodillas como se desee.

El agarre debe ir seguido de una rodilla, tampoco se permite que el agarre no sea activo.

Por las características y estilo del K1, no habrá contador de patadas. Pero sí, que debe haber un equilibrio entre las técnicas de mano y pierna.

- **Técnicas prohibidas y comportamiento**

- Atacar la garganta, bajo abdomen, riñones, espalda, rodillas en la parte frontal, ingles y la parte trasera de la cabeza o el cuello.
- No tener en posesión las protecciones necesarias para iniciar el combate.
- Agarrar la pierna del oponente.
- No está permitido el bloqueo del middle kick con la pierna.
- Presentarse sin un entrenador.
- Golpear con el golpe frontal de pierna o con la rodilla el muslo, la rodilla, la tibia.
- Golpear con la pierna circular en la cadera.
- Girar, levantar o mover al oponente de un lado a otro.
- No estar en la esquina del ring en el comienzo del combate.
- Usar el codo, hombros, pulgares, cabeza para golpear.
- Golpear con el barrido por encima del tobillo.
- Golpear con el talón en los muslos de las piernas.

- Dar la espalda al oponente, huir, correr, tirarse al suelo, agarrar al contrario, técnicas ciegas, forcejear o bajar la cabeza al oponente.
- Atacar al oponente que está atrapado en las cuerdas.
- Atacar a un oponente que está cayendo al suelo o este caído. Esto es cuando un oponente toca con las manos o rodillas en el suelo.
- Dejar el ring durante un combate.
- Continuar golpeando después del comando STOP o BREAK, o, después de sonar el gong o campana.
- Golpear la parte superior de la cabeza.
- Aceitar el cuerpo o cara.
- Utilizar las cuerdas del ring agarrándolas, o proyectándose con ellas para golpear al oponente.
- Agarrar la cabeza para golpear con la otra mano.
- Golpear o estrangular con el antebrazo.
- Empujar al oponente.
- Golpear con el guante abierto o con la parte interna de este.
- Golpear agarrado a las cuerdas o utilizarlas inapropiadamente.
- Agarrarse al oponente innecesariamente.
- Agarrar o mantener los brazos del oponente o bajarle los brazos para golpear.
- No dar un paso atrás tras el comando BREAK.
- Escupir al oponente o escupir el bucal de forma intencionada.
- Realizar proyecciones con las manos, la cadera, rodillas, etc.
- Violación de las reglas o reglamento podría, dependiendo de la gravedad, un aviso, un punto menos, o, la descalificación.

ES DE OBLIGATORIEDAD, LEER EL REGLAMENTO GENERAL DE RING SPORT AMATEUR, ASÍ COMO, LA REGLAMENTACIÓN DE LA VESTIMENTA.