

REGULAMENTO DE COMPETIÇÃO

SEMI KEMPO

CHALLENGE ⚡ CUP 2022



SEMI KEMPO - TAG TEAM

SEMI KEMPO - TAG TEAM

Masculinos	
Escalão Etário	Categorias de Peso (Kg)
8 / 10 anos	Peso aberto
11 / 14 anos	
15 / 17 anos	
+ 18 anos	

Femininos	
Escalão Etário	Categorias de Peso (Kg)
8 / 10 anos	Peso aberto
11 / 14 anos	
15 / 17 anos	
+ 18 anos	

Regulamento:

Nesta Prova não existe divisão de categoria por pesos, ou seja, as categorias são abertas.

Para participar nesta prova são necessários dois elementos do mesmo género (Masculino ou Feminino) que estejam dentro da mesma categoria de idades, referidos na tabela acima.

Ao longo da prova, os atletas podem trocar com o colega de equipa sempre que quiserem e as vezes que entenderem, para tal troca, basta tocar na luva do colega. Se não houver este contacto entre os colegas de equipa e se estes conseguirem efetuar um ponto, este não será contado como tal.



Semi Kempo: Regulamento de competição TAG TEAM

Duração da Prova:

A prova tem uma duração de 3 minutos corridos, apenas com 1 round, onde os atletas podem trocar entre si as vezes que quiserem.

Equipamento de Proteção Obrigatória:

Os atletas têm de utilizar cintos com cores distintas (Azul e Vermelho), consoante o canto atribuído.

Cabeça:

Utilização de bocal para todos os escalões.

É obrigatório em todos os escalões o uso do capacete aberto, com proteção no topo da cabeça, sendo proibido usar capacetes de treino que protegem o osso malar.

Tronco:

Colete de proteção para os escalões dos 8 aos 14 anos.

Proteção peitoral obrigatória para as competidoras femininas a partir dos 15 anos.

Proteção genital Feminina e Masculina obrigatória em todos os escalões.

Membros:

Luvas de boxe ou luvas abertas com os dedos totalmente protegidos

- Luvas de 8/10 onças no escalão 8/10 anos;

-Luvas de 10 onças a partir dos 11 anos inclusive.

Caneleiras tipo meia, sem qualquer tipo de partes rígidas, que devem proteger desde abaixo do joelho até ao topo do pé.

Bota com proteção de calcanhar, com a sola do pé aberta, tudo numa peça única.



Técnicas Permitidas:

Cabeça:

- Técnicas de punho:
Direto; Gancho; Reverso
- Técnicas de perna:
Circular; Semi-gancho; Exterior; Rotativo

Tronco:

- Técnicas de punho:
Direto; Gancho; Uppercuts; Reverso
- Técnicas de perna:
Circular; Semi-gancho; Frontal; Lateral; Costas; Descendente; Exterior;
Rotativos

Membros:

Varrimentos à perna da frente, do tornozelo para baixo.

Técnicas Proibidas e Faltas:

- Qualquer tipo de golpe à zona genital
- Golpes com o intuito de cegar o adversário
- Desferir golpes à nuca, garganta ou coluna
- Joelhadas, cotoveladas e cabeçadas
- Morder/Agarrar ou projetar
- Atacar o adversário quando este ainda se encontra no chão
- Rotativos de braço
- Técnicas de perna efetuadas com o calcanhar



Semi Kempo: Regulamento de competição TAG TEAM

Pontuações:

Socos tecnicamente bem executados ao tronco e cabeça	Um (1) Ponto
Socos em salto à cabeça	Dois (2) Pontos
Pontapés ao tronco	Um (1) Ponto
Varrimentos tecnicamente bem executados	Um (1) Ponto
Pontapés à cabeça	Dois (2) Pontos
Pontapés ao tronco em salto	Dois (2) Pontos
Pontapés à cabeça em salto	Três (3) Pontos

Equipamento:

