

Questionnaire en vue passages ceintures DE FULL-CONTACT

Où a été créé le Full Contact ?

Réponse : *Etats-Unis*

En quelle année ?

Réponse : *1970*

Par qui a t-il été importé ?

Réponse : *Dominique VALERA*

En quelle année ?

Réponse : *1975*

Que signifie FFKMDA ?

Réponse : *Fédération Française de Kick-Boxing, Muay Thai et Disciplines Associées*

Que signifie WAKO?

Réponse : *World Association of KickBoxing Organizations*

Définition de Light - Semi - Full Contact ?

Full : Forme de boxe Pieds-Poings autorisant les coups à pleine puissance, incluant le KO.

Semi : Forme de boxe Pieds-Poings autorisant les coups à pleine puissance, sur 1 seul coup avant séparation de l'arbitre

Light : Forme de boxe Pieds-Poings autorisant uniquement les coups contrôlés et légers, à la touche.

Les protections

Réponse : *Casque, Protège-dents, Gants, Coquille, Protège-tibias, Protège-pieds couvrant tous les orteils, Plastron poitrine (femmes)*

LES CIBLES AUTORISEES

Les parties du corps qui peuvent être attaquées en utilisant les techniques de combats autorisées sont les suivantes : La tête Face, côtés. Torse Tronc et Flancs, Pieds En dessous de la cheville (Uniquement pour le balayage intérieur et extérieur).

LES TECHNIQUES AUTORISEES

Toutes techniques de poing : directs, crochets, uppercuts, techniques de pieds : Avant, latérale, circulaire, revers, croissant, retombant (plante du pied uniquement), coup de pied sauté, coup de pied retourné. Toutes les frappes doivent se faire avec le coup de pied (les attaques avec le tibia ne sont pas autorisées). Les balayages (au niveau du chausson uniquement), de l'extérieur vers l'intérieur et vice et versa, sont autorisés pour déséquilibrer l'adversaire.

Nombre de coups de pieds par round en Full-Contact :

Chaque Fullieur est obligé de produire un minimum de 6 coups de pieds par round. Il doit montrer clairement son intention de frapper son adversaire avec les coups de pieds.

Les coups interdits

Réponse : *Coups sous la ceinture, Balayages au-dessus de la cheville, Coups à l'arrière (Nuque et dos), Coups à la gorge, Coups aux parties génitales, Coups de coude, Coups de genoux, Coups avec le tibia, Backfist avec retournement complet, Coups lorsque l'adversaire est à terre, Coups alors que l'arbitrage a arrêté le combat, Pouces dans les yeux.*

Les commandements de l'arbitre

"En garde" (TOUCHEZ-VOUS LES GANTS) : Préparation au combat, avant le début de chaque rencontre, et entre les reprises.

"Fight" : Pour commencer la rencontre

"Break" : Pour séparer une position de corps à corps, après quoi chaque boxeur doit reculer d'un pas avant de reprendre le combat.

« STOP » : L'assaut est interrompu immédiatement et ne peut reprendre que lorsque l'arbitre donne à nouveau l'ordre FIGHT.

« STOP TIME » (en formant un T avec les mains) : Lorsqu'il veut donner l'ordre au chronométreur d'arrêter le temps et l'assaut pour toutes raisons importantes.

Les sanctions :

Avertissement verbal (rappel à l'ordre)

Avertissement officiel

Point négatif Disqualification (sur 3ème point négatif)

Le hors combat (KO) :

"Un fullieur est considéré hors combat lorsqu'il présente des signes manifestes d'un affaiblissement physiologique tel qu'il n'a plus les possibilités physiques ou psychiques de continuer le combat. "