



SINTEZĂ

Reguli pentru desfășurarea pentru competiției de luptă conform WVF

Suprafata de lupta: 9 m x 9 m

Suprafata terenului total: 11 m x 11 m

Categoriile de greutate

Juniori baieti	Juniori fete	Seniori baieti	Seniori fete
< 39 kg	< 39 kg	< 45kg	< 42kg
39kg - 42kg	39kg - 42kg	45kg - 48kg	42kg - 45kg
42kg - 45kg	42kg - 45kg	48kg - 51kg	45kg - 48kg
45kg - 48kg	45kg - 48kg	51kg - 54kg	48kg - 51kg
48kg - 51kg	48kg - 51kg	54kg - 57kg	51kg - 54kg
51kg - 54kg	51kg - 54kg	57kg - 60kg	54kg - 57kg
54kg - 57kg	54kg - 57kg	60kg - 64kg	57kg - 60kg
57kg - 60kg	57kg - 60kg	64kg - 68kg	60kg - 63kg
60kg - 64kg	60kg - 64kg	68kg - 72kg	63kg - 67kg
64kg - 68kg	64kg - 68kg	72kg - 77kg	67kg - 70kg
68kg - 72kg	> 68kg	77kg - 82kg	70kg - 75kg
> 72kg		82kg - 87kg	> 75kg
		87kg - 92kg	
		> 92kg	

***În funcție de competiție, categoriile de greutate pot fi redefinite

Durata unui meci

Grupul 2	Grup 3	Seniori
2 reprize x 1 min si 30 sec	2 reprize x 2 minute	3 reprize x 2minute

Zonele de punctare

- Zone de punctare: frunte și tâmplă, față, laterale gât, piept, abdomen (deasupra centurii)
- Zone fără puncte: brațe, sub centură, spate, ceafă

*****Pentru ca un atac să fie valid, loviturile de pumn și picior trebuie să lovească clar și cu forță zonele de punctare și fără să fie blocate.**

Acordarea punctelor

punctele sunt calculate pe fiecare serie de atac în parte (dar nu mai mult de 5 tehnici) și pot fi:

1 punct, 2 puncte, victorie absolută, knock-out, punct în minus

1 Punct

- o singură lovitură de pumn (corp sau cap) sau o singura lovitura de picior la corp.
- DCTG nr 3 daca picioarele nu sunt perfect inchise , dar adversarul este condus la sol.

2 Puncte

- când este prins piciorul adversarului *in mod corect* (în urma unei lovituri de picior a acestuia) după care se atacă cu o lovitură de pumn în urma căreia adversarul cade
- Lovitură de picior la cap

- Knock-down (acesta se consideră când începe număratoarea după 3 secunde după ce sportivul a căzut iar acesta este amețit și nu reintră în luptă în timpul acestor 3 secunde; când a început număratoarea, aceasta se continuă până la 8 în ritmul secundelor, indiferent când își revine sportivul și reintră în competiție în intervalul numărării de la 1 la 7); !!! în caz de knock-down, sportivul care a generat knock-down adversarului primește și punctele aferente atacului
- Chem Quet pe stânga sau pe dreapta
- Chem Quet în oglindă pe stânga sau pe dreapta (nu este permisă îmbrățișarea de lungă durată și tehnici de tip wrestling)
- minim 2 lovituri de pumn și picior în același atac
- autoapărare Đấm móc tay phải số 4, pe dreapta sau pe stânga
- DCTC 3 – tehnica perfect executata
- DCTC - 7, 8, 9, 10 – se dau doua puncte sau incercare valida (fara puncte)

Punct pentru victorie absolută	Knock-out
- la 3 knock-down-uri într-o singură repriză sau 4 in total meci - la o diferenta de 10 puncte intre competitori (<i>in sistemul electronic</i>)	- acesta se consideră când sportivul căzut în urma unui atac nu reintră în luptă după ce număratoarea a ajuns la 10

Minus 1 punct	Minus 2 puncte
- când un sportiv este în afara careului cu ambele picioare sau un picior in afara careului si celalalt ridicat - cind sportivul atinge suprafata de lupta cu orice parte a corpului in afara talpilor – se considera cadere - cind sportivul incearca un DCTC in repriza a treia a meciului - se va da cadere la fiecare incercare	- când pe durata primelor doua reprize din meci un sportiv nu aplicat/incercat nici o tehnică DCTC - la avertisment de la arbitru primit ca urmare a : • 3 abateri • Lovitura in zona nepermisa cu intentie sau intensitate mare

Situații fără puncte minus	Cazuri care nu includ puncte
- atunci când un sportiv a căzut sau a ieșit din careu în urma unei tehnici DCTC din partea adversarului - urmărirea adversarului în timp ce acesta a ieșit din careu în timpul atacului	- îmbrățișare, - tehnici de tip wrestling, - împingeri care determină căderea adversarului si ieșirea acestuia din careu - sportivul care ataca cade și el după adversarul căzut în timpul atacului

Definirea căderii dintr-o lovitură	Definirea stării de amețală
atunci când adversarul, în urma unei lovituri primite, atinge solul cu oricare parte a corpului, în afară de picioare	atunci când în urma unui atac din partea adversarului, sportivul cade și nu se poate controla și nu își revine nici după 2 secunde pentru a putea continua competiția

Abateri care pot genera avertismente
- Atacarea adversarului în zona gâtului, cefei, pelviană, patelă - Folosirea cotului, genunghiului în atacarea adversarului - Îmbrățișarea, wrestling-ul, încătușarea sau tragerea adversarului - Prinderea piciorului adversarului prin înfășurare din exterior spre interior și încercarea de a provoca căderea adversarului - Atacarea adversarului după ce acesta este căzut - Continuarea atacului după ce arbitru a dat comanda de oprire sau continuarea atacului înainte de comanda arbitru de reîncepere - Când sportivul nu a făcut un pas înapoi și a început să atace fără ca arbitru să dea comanda de (re)începerea luptei - Comportamentul necivilizat și cuvintele nepoliticoase - Simularea accidentării, abordarea unei posturi defensive, fără dorință de participare la maxim în competiție - Folosirea dopajului - Tehnici de secerare prin întinderea corpului pe sol - Folosirea loviturii de picior tip „topor” pentru atacarea adversarului - Lovirea cu piciorul a piciorului adversarului (low kick)

Avertismente și descalificări
Pentru abaterile de mai sus făcute de un sportiv, în funcție de gravitatea lor, arbitru le anunță și poate acorda avertismente și descalificări: - la 3 abateri de mai sus se va calcula 1 avertisment care reprezintă minus 2 puncte - la 3 avertismente sportivul este descalificat -
Un sportiv poate fi avertizat sau descalificat de către arbitru atunci când: - are un comportament necivilizat prin nerespectarea comenzilor arbitru - are un comportament necivilizat față de adversar, arbitri, comitetul de organizare și spectatori - a încălcat intenționat regula de mai sus privind abaterile - dacă a lovit adversarul ilegal și l-a făcut knock-out, acesta este descalificat. Sportivul care câștigă meciul după reguli ilegale nu poate participa la meciul următor.

TEHNICA	PUNCTE ACORDATE	CINE PUNCTEAZA
Lovitura pumn	1	arbitru de colt
Lovitura de picior la corp	1	arbitru de colt
Lovitura de picior la cap	2	arbitru de colt
Knocked Down - ul oponentului	2	arbitrul central va incepe numaratoarea pina la 8, arbitrii de colt vor da 2 puncte aferente KD +punctele conform atacului ce a generat KD
Chem Quet	2	arbitrul central indica mesei centrale sa acorde punctele pe foia de arbitraj
Phan Don Chan	2	arbitrul central indica mesei centrale sa acorde punctele pe foia de arbitraj
Secventa de max 5 lovituri de pumn	1	arbitru de colt
Secventa de max 5 lovituri de picior	1	arbitru de colt
Secventa de max 5 lovituri de picior si pumn	2	arbitru de colt
Secventa de max 5 lovituri de picior la cap si pumn	2+1	arbitru de colt
KO	2	arbitrul central va arata KO dupa ce numaratoarea a ajuns la 10, arbitrii de colt vor da 2 puncte aferente KO +punctele conform atacului ce a generat KO
DCTC 3,6,7,8,9,10 - bine facut	2	arbitrul central indica mesei centrale sa acorde punctele pe foia de arbitraj
DCTC 3,6, - cu picioarele deschise	1	arbitrul central indica mesei centrale sa acorde punctele pe foia de arbitraj
Knock down mai mult de 3 sec si revenire in picioare inaintea terminarii celor 8 sec	2	arbitru de colt
Lesire din terenul de lupta cu ambele picioare sau un picior si celalalt ridicat	-1	arbitrul central
Cadere	-1	arbitrul central indica mesei centrale sa acorde punctele pe foia de arbitraj
Neincercarea unui DCTC in timpul celor 2 reprize	-2	arbitrul central
Avertisment arbitru	-2	arbitrul central

La finalizarea celor trei reprize la seniori sau doua reprize la juniori/copii , arbitrul central cheama toti arbitri de colt la masa centrala, de unde vor primi punctele in plus sau minus ce au fost notate de catre arbitrul de la masa centrala la indicatia arbitrului central. Dupa centralizare fiecare arbitru merge catre coltul sau si ridica, la comanda arbitrului central , steguletul rosu sau albastru ce indica castigatorul luptei in viziunea sa. Dupa ce toti arbitrii de colt au ridicat steguletele, arbitrul central declara cistigatorul luptei.

Decizia privind rezultatul meciului

Victorie la puncte

- La sfârșitul meciului câștigă sportivul care primește cel mai mare număr de puncte
- În cazul în care ambii sportivi s-au accidentat în timpul meciului și nu pot continua lupta, punctajul va fi calculat până la momentul când cei doi s-au accidentat, iar sportivul cu numărul cel mai mare de puncte câștigă;
- sportivul care dorește să continue competiția trebuie să obțină un aviz medical care să dovedească că este apt să continue.

Victorie prin avantaj

În cazul în care la sfârșitul meciului cei doi sportivi au același număr de puncte, intră în calculul departajării următoarele avantaje:

- Sportivul care are mai multe puncte în ultima repriză
- *Sportivul care a atacat mai mult (a fost mai ofensiv) și a avut o apărare mai bună în comparație cu adversarul său (NU se aplica în sistemul electronic)*
- Sportivul care are mai puține avertismente și o conduită mai bună decât adversarul său
- Sportivul care greutatea mai mică
- Tragere la sorti

Victoria prin abandon

- Atunci când sportivul nu s-a prezentat în termenul stabilit la cântarul oficial
- După strigarea de 3 ori a sportivului de către comitetul de organizare și acesta tot nu s-a prezentat pentru începerea meciului
- După terminarea minutului de pauză dintre reprize și sportivul nu s-a întors pentru a continua meciul sau dacă a renunțat în timpul meciului
- Managerul de echipă a anunțat comitetul de organizare că sportivul nu va continua meciul sau competiția

Victoria prin oprirea jocului

- Căuzată de accidentarea sportivului și decizia medicului competiției că acesta nu va mai putea continua competiția
- Un sportiv este în inferioritate tehnică evidentă pentru prea mult timp

Victoria absolută

- Sportivul a fost numărat de 3 ori într-o singură repriză sau de 4 ori în total meci
- *La o diferență de 10 puncte între sportivi (în sistemul electronic)*

Knock out

- Victoria prin Knock Out este anunțată atunci când sportivul este amețit după ce a căzut în urma unui atac conform regulilor Vovinam și nu poate continua competiția după numărătoarea până la 10 a arbitrului

Victorie prin descalificare

- Atunci când unul dintre sportivi încalcă regulile care duc la descalificare, adversarul va fi anunțat câștigător prin descalificare oponentului.

Comenzile arbitrului de centru

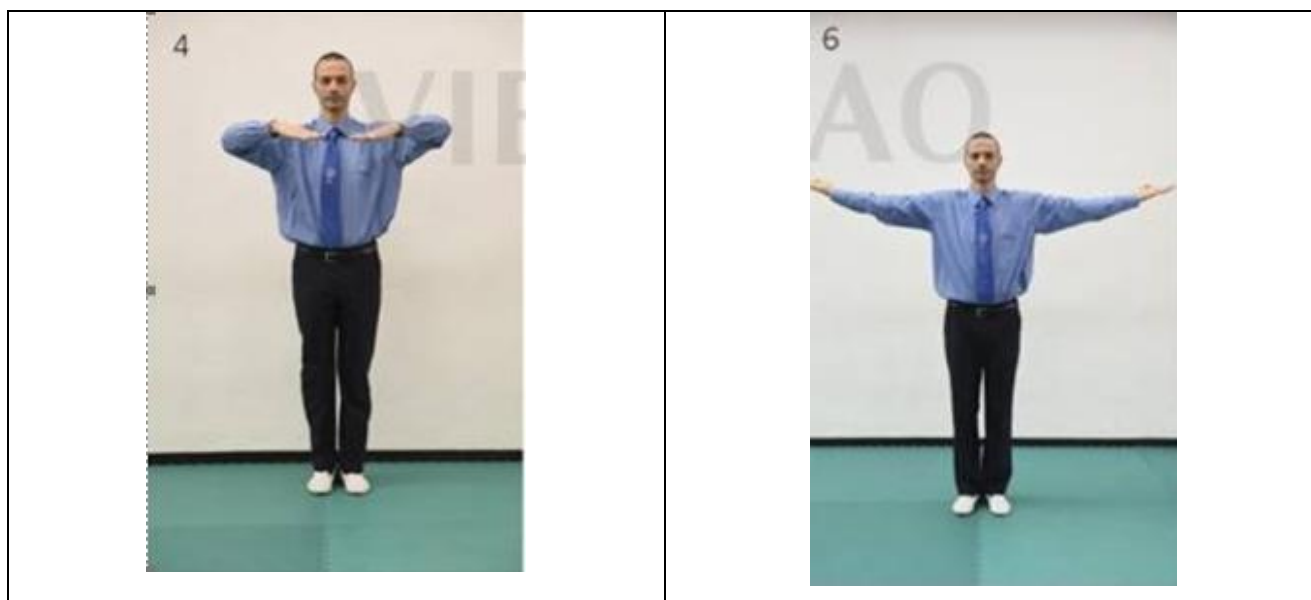
Comanda în lb. vietnameză	Comanda în lb. engleză	Comanda în lb. română
vào sân	come	Veniți
Đấu	fight	Luptați
ngưng	stop	Stop
y tế	medicul	Medicul

Gesturile arbitrului de centru sunt pentru:

- Pregătirea pentru începerea meciului
- A comanda celor doi sportivi să intre în careu (vào sân)
- Salutarea comitetului de organizare de către cei doi sportivi
- Pozitionarea sportivilor față în față
- Salutarea între cei doi sportivi
- Pregătirea de începere a luptei
- Începerii luptei (Đấu)
- Oprirea luptei (ngưng)
- Oprirea meciului / timpului
- Chemarea medicului (y tế)
- Anuntarea abaterilor
 - pentru noncombat
 - low kick
 - lovitura de cot
 - lovitura de genunchi
 - lovitura în ceafa
 - tehnici de secerare
 - prinderea ilegală a loviturii de picior
 - lovitura de picior tip topor
 - impingeri
 - prinderi și tineri repetate ale adversarului
 - neascultarea comenzii arbitrului de oprire)
 - numărarea până la 10
 - Acordarea avertismentelor
 - Descalificare
 - Anunțarea deciziei (rezultatului)

Semnele arbitrului central la inceperea luptei

- Arbitrul central se deplaseaza catre centrul terenului , pozitionindu-se cu fata catre masa centrala , intinde mainile in lateral , paralele cu solul, cu palmele in sus si da comanda celor doi sportivi sa vina in careu - **vào sân**
- Dupa pozitionarea sportivilor , arbitrul indica sportivilor sa salute masa centrala prin aducerea miinilor intinse in fata si comanda – **“Nghiem “ “Le”**.
- Dupa salutul mesei centrale , arbitrul central retrage piciorul sting catre spate ,mainile fiind in fata , paralele cu solul facind o miscare in care degetele mainilor se vor atinge , urmind ca sportivii sa salute intre ei la comanda - **“Nghiem “ “Le”**.
- Dupa salut , arbitrul central intra in pozitia Dinh Tan cu piciorul stang in fata si da comanda - **“Dao”**



Gesturile arbitrului central pentru indicarea unei greseli

- **Non combat:** Arbitrul mișcă mâna din exterior în interior și cei doi pumni se ating reciproc.



- **Lovitura joasă:** Arbitrul folosește mâna stângă să arate către competitorul care face mișcări ilegale, mâna dreaptă împinge drept în jos cu palma întinsă.



- **Atacul cu cotul:** arbitrul folosește mâna stângă să arate către competitorul care face mișcări ilegale și mâna dreaptă face o mișcare cu cotul către fata, semnalizând un atac cu cotul.



- **Atacul cu genunchiul:** Arbitrul folosește mâna stângă să arate către competitorul care face mișcări ilegale și trage genunchiul drept și pune mâna dreaptă pe genunchiul drept în același timp.



- **Atacul la ceafă:** arbitrul folosește mâna stângă să arate către competitorul care face mișcări greșite și pune mâna dreaptă la ceafă.



- **Prinderea piciorului greșit:** Arbitrul folosește mâna stângă să arate către competitorul care face mișcări ilegale și mâna dreaptă pentru a face o mișcare de prindere din exterior în interior.



- **Lovitura despicăță:** arbitrul folosește mâna stângă să arate către competitorul care face mișcări ilegale și mâna dreaptă pentru a face o mișcare de despicare de sus în jos.



- **Îmbrățișarea corp la corp:** Arbitrul folosește mâna stângă pentru a arăta către competitorul care face mișcări greșite și apoi face cu mâna o mișcare circulară în fața pieptului cu direcția palmelor în interior.



- **Împingerea:** arbitrul folosește mâna stângă să arate către competitorul care face mișcări ilegale și apoi răsfirează și împinge mâinile către față.
- **Secerarea:** arbitrul folosește mâna stângă să arate către competitorul care face mișcări ilegale și apoi cu piciorul drept simulează o lovitură de low kick sau secerare.



- **Neascultarea comenzii de oprire:** Arbitrul folosește mâna stângă să arate către competitorul care face mișcări greșite și mâna dreaptă arată urechea dreaptă.



Gesturile arbitrului central in timpul luptei

- **Oprirea luptei** : Arbitrul intinde mana dreapta in fata si striga tare comanda - „Ngung” (STOP)



- **Caderea** – Arbitrul folosește mâna stângă să arate către competitorul care a cazut sau a atins suprafata de lupta cu orice alta parte a corpului in afara de talpi și mâna dreaptă se pozitioneaza in lateral in 45 grade fata de sol .



- **Iesirea din suprafata de lupta :** Arbitrul folosește mâna stângă să arate către competitorul care a ieseit suprafata de lupta și mâna dreaptă se poziționează în lateral în 90 grade față de sol .



- **Indicarea unei abateri :** Arbitrul folosește mâna stângă să arate către competitorul care a executat o mișcare interzisă, mâna dreaptă indicând a câta abatere este (poate fi 1, 2 sau 3) .



- **Avertismentul** - Arbitrul folosește mâna stângă să arate către competitorul care a facut 3 abateri si a primit avertismentul ,mâna dreaptă se pozitioneaza in fata in 90 de grade fata de sol cu pumnul in sus .



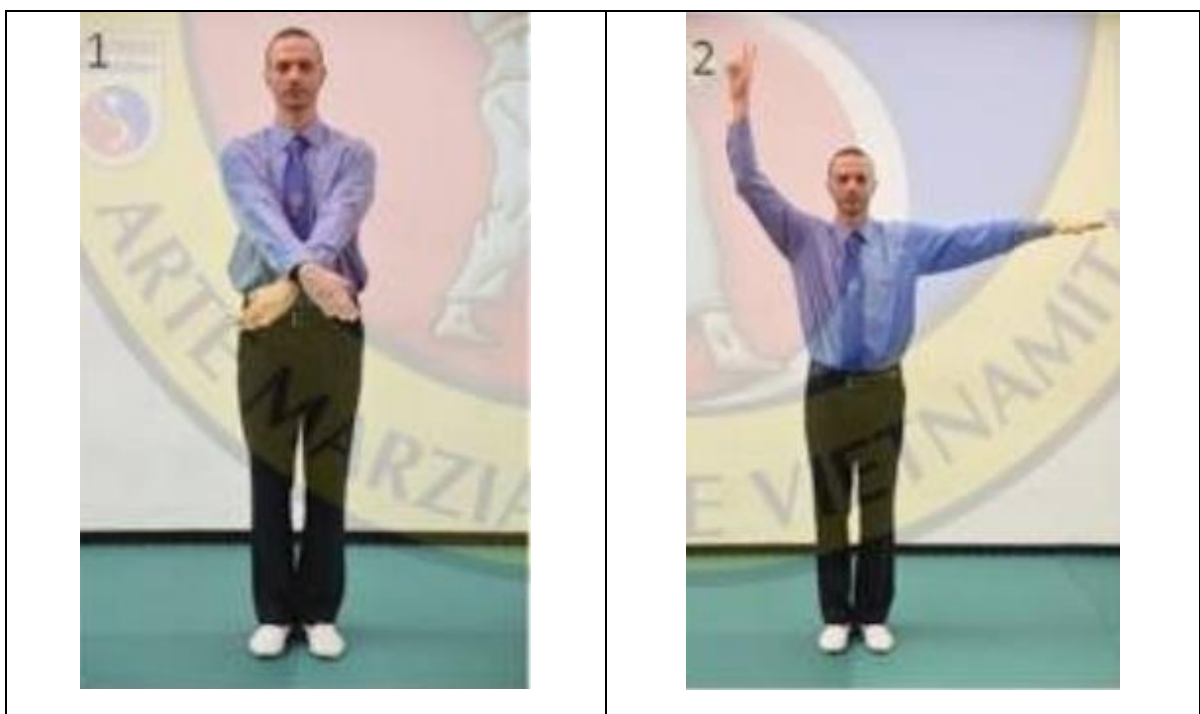
- **Descalificarea** : Arbitrul folosește mâna stângă să arate către competitorul care a facut 3 abateri si a primit avertismentul ,mâna dreaptă se pozitioneaza in fata in 90 de grade fata de sol cu palma in sus , bratul executind o miscare catre spate.



- **Tehnica de DCTC valabila** – Arbitrul se pozitioneaza cu fata catre sportivul care are DCTC valabil si duce mainile in fata, in 45 grade fata de sol , suprapunindu-le in X , cu palmele in jos , .



- **Tehnica de DCTC valabila** – Arbitrul se pozitioneaza cu fata catre sportivul care are DCTC valabil si duce mainile in fata, in 45 grade fata de sol , suprapunindu-le in X , cu palmele in jos , dupa care indica cu mana dreapta ridicata in sus ,numarul de puncte pe care le acorda (1 sau 2 puncte)



- **Chem Quet / Chem Triet / Tat ma da got / Phan Don :**



- **Cererea de interventia a medicului :** arbitrul se pozitioneaza cu fata catre masa centrala si pune mainile in X pe piept



- **Necesitate targa** - arbitrul se pozitioneaza cu fata catre masa centrala si ridica bratele paralel cu corpul si pumnii orientati catre sol



- **Sfirsitul luptei – anuntarea rezultatului-** arbitrul se pozitioneaza in mijlocul suprafetei de lupta , avindu-l in stnga pe sportivul albastru si in dreapta pe sportivul rosu. Ambele mâini ale arbitrului prind mâinile celor doi competitori. După ce radiodifuziunea anunță câștigătorul, arbitrul ridică drept mână câștigătorului, controlează salutul competitorilor cu prioritate către comisia de organizare și între ei mai târziu și dau mâna înainte de a pleca de pe salteaua de competiție.

