



Milano - Maggio 2013

Sport da Cobattimento

Regolamenti

CONTATTO LEGGERO



CATEGORIE DI PESO

MASCHILE E FEMMINILE

• Minimosca	fino a	45 kg
• Mosca	fino a	50 kg
• Piuma	fino a	55 kg
• Leggeri	fino a	60 kg
• Welter Junior	fino a	65 kg
• Welter	fino a	70 kg
• Medio	fino a	75 kg
• Medio Massimi	fino a	80 kg
• Massimi Leggeri	fino a	85 kg
• Massimi	fino a	90 kg
• Super Massimi	oltre	90 kg

REGOLAMENTO

NORME GENERALI

Art. 1 Vale tutto quello stabilito per il Contatto Pieno a esclusione di:

- **colpi affondati** (le tecniche devono essere controllate)
- **tecniche difficilmente controllabili** quali:
 - pugno saltato
 - calcio ad ascia
 - calci girati di qualsiasi tipo
 - qualsiasi tecnica in salto

Art. 2 In particolare:

- **Light Contact** fa riferimento al regolamento di Full Contact;
- **Free Boxing Light**: sono ammessi i colpi di braccia (diretti, ganci e montanti); vietati i colpi portati con l'interno, la parte laterale e la parte del dorso del guantone. Vietato calciare e colpire con le gambe.
- **Kick Boxing Light** fa riferimento al regolamento di Kick Boxing;
- **K 1 Light** fa riferimento al regolamento di K 1;
- **Thai Boxe Tecnica** fa riferimento al regolamento di Thai Boxe;
- **MMA Light** fa riferimento al regolamento di MMA;
- **Submission Light** fa riferimento al regolamento di Submission Grappling.



Art. 3 Non sono previsti conteggi pertanto sono da escludersi i verdetti per:
K.O. - K.O.T. - K.O.T.C.

Art. 4 Nel caso in cui un atleta sia impossibilitato a continuare l'incontro a causa di un colpo portato senza controllo, il verdetto sarà di squalifica dell'avversario.

PROTEZIONI

Art. 5 Le protezioni **obbligatorie** per tutte le discipline sono:

- caschetto
- paradenti
- guantoni da 10 once

Art. 6 In aggiunta sono **obbligatorie** anche:

- scarpette ginniche (con suola liscia) - *Free Boxing Light*
- calzari e parastinchi - *Light Contact* e *Kick Boxing Light*
- parastinchi e para-piede unito - *Thai Boxe Tecnica* e *K 1 Light*

Art. 7 Le protezioni **facoltative per i minori** sono:

- caschetto con griglia o parazigomi
- corpetto

TEMPO DI COMPETIZIONE

Art. 8 Le gare si disputeranno sui tre rounds da 1 minuto o 1 minuto e trenta secondi con una pausa di 30" o 1 minuto.



Sede legale: via Grandi, 59 - 20834 Nova Milanese - MB - cell: +39 338 70 59 641
e-mail: francoscorrano@libero.it - www.francoscorrano.it