

ルールブック
(地区大会・新人戦)

目次

- 1 はじめに
- 2 参加申込
- 3 当日受付
- 4 ツール
 - 4-1 試合の流れ
 - 4-2 競技ルール
 - 4-3 その他の注意点
- 5 マッソギ
 - 5-1 防具について
 - 5-2 試合の流れ
 - 5-3 競技ルール
 - 5-4 計量
 - 5-5 その他の注意点
- 6 パワーブレイキング
 - 6-1 競技ルール
 - 6-2 その他の注意点
- 7 スペシャルテクニック
 - 7-1 競技ルール
 - 7-2 その他の注意点
- 8 団体戦
 - 8-1 構成メンバーについて
 - 8-2 ツールの競技ルール
 - 8-3 マッソギの競技ルール
- 9 セCOND
- 10 その他

1 はじめに

以下に本大会におけるルールを説明します。参加者はご一読ください。

なお、参加する際は、必ず道着を着用して参加すること。その際は、当協会が指定するオフィシャル道着を着用のうえ参加すること。アディダス不可

男子は上道着の中に衣類の着用認めないものとする。

女子は上道着の中に白 T シャツを着用すること。

男女共通で下肢道着の中は着圧（加圧）タイプインナーの着用は認めないものとする。丈の長さは問わない。

2 参加申込

大会参加を希望する者は、協会年会費を納めたうえで大会の参加申込書にご記入の上、参加費と共に所属道場長に提出すること。所属道場長は期日までにオンライン登録システムにて選手登録を行うと共に、参加費を道場単位にて指定口座に振り込みを行います。手渡しでの現金払いは受け付けません。

参加申込書は大会当日に提出、もしくはその前に大会事務局へ郵送などで提出すること。

36歳以上の選手の成年部への参加は認めるが、その希望をする場合は所属道場の責任者と協議をしてから参加申し込みをすること。

3 当日受付

大会当日は、大会会場へ開会式開始の30分前までには到着することが好ましい。

会場へ到着後、受付を済ませれば選手登録が完了します。受付時に組手に参加する選手は計量があります。前日計量を希望される方は、その方法は本誌5-4を確認すること。

開会式終了後に試合が開始されます。

4 トウル

以下、トウルの競技について説明します。

4-1 試合の流れ

□点呼

参加選手は自分が参加するカテゴリが始まる前に、各コートにて点呼が行われます。

大会パンフレットにて、どのコートで自分の試合があるのかを確認の上、アナウンスがされた時に該当するコートに集合すること。

点呼時に集合していない場合は、一定時間の猶予は設けますが、それ以上の時間で集合が確認されなかった場合は失格となる場合があります。

□待機

選手は自分が赤か青のどちらのコーナーから入場するのかを確認したうえで、コート付近で待機すること。トーナメント表の上が赤コーナー、下が青コーナーとなります。

□入場

選手は自分の試合の順番が来たら、コートの外、後ろ（本部席と反対側）の自分のコーナー側（赤・青）にて待機します。その後、主審の指示で中に入るよう指示が出たら、コートに一礼を行い、停止線まで入場します。停止線はコーナーの色と同色の線が引かれています。

□試合開始→終了

主審の号令に従い、正面に礼、対戦相手同士お互いに礼を行います。その後、主審から演じるトウルの名前が言い渡されますので、そのトウルを演じます。

演技終了後に、審判団の旗の本数によって勝敗が決まります。

その後、始めと同じく正面に礼、対戦相手同士お互いに礼を行います。選手同士は握手をすることが好ましい。

□退場

入場した場所と同じ場所から退場します。コートから出る際は一礼を行います。

□トーナメント

勝者はそのままトーナメントに従って試合が続きます。上記と同じ手順で試合を継続してください。準決勝の

後に、3位決定戦、決勝戦という流れになります。

4-2 競技ルール

以下、競技ルールを説明します。

□演じるトウルについて

決勝戦以外は、主審から指定されたトウルを1つ演じます。決勝戦のみ、2つのトウルを演じます。どちらも主審が指定します。

なお白帯のトウルの競技はサージュチルギのチャーロとウーロの両方を演じます。

指定されるトウルは帯の色に応じて、演じることの出来る全てのトウルが指定される可能性があります。ただし色帯、黒帯にサージュチルギ・マッキが指定されることはありません。赤帯の者で2級の場合はファランまでが指定される可能性があります。1級のはチュンムまでが指定される可能性があります。

□勝敗について

審判の旗の本数にて勝敗が決定します。

4-3 その他の注意点

試合の間近に昇級審査を受けた者で新しいトウルを覚えていないものは、試合の日より1ヶ月以内に審査を受けた場合のみ、審査を受ける前の帯にて試合の参加を許可するものとする。

これはあくまでも審査の日が基準であり、新しい帯を授与された日から1ヶ月ではありません。

昇段審査については賞状の発行が海外から送られてくるので、審査日から2ヶ月以内であれば、前の帯にて試合の参加できるものとします。

仮に審査にて再審査となり、大会当日までに審査に合格していない場合は、トウルの競技には参加できなくなります。

5 マットギ

以下、トウルの競技について説明します。

5-1 防具について

防具は競技性より安全性を重視し、以下のものを着用していただきます。なお、主催者側が用意すると記載があるもの以外は、全て選手が用意をすること。またフルフェイスのヘッドギアについては強度不足、もしくはすでに傷んでいる状態にて使用した場合の事故については自己責任とすること。

用語については以下の通りです。

- ・着用義務…必ずつけること
- ・着用任意…着用は個人の自由 となります。

□少年部（小学生以下）

手	着用義務	ITFにて認可された公式グローブ、もしくはそれに類するもの。
足	着用義務	ITFにて認可された公式グローブ、もしくはそれに類するもの。
頭部	着用義務	後頭部・側頭部を保護してあるオープンフェイスのヘッドギア、もしくは頭部前面が完全に覆われたフルフェイスのヘッドギア。 ただし、オープンフェイスのヘッドギアを使用する場合はマウスピース（透明）の着用を義務付けるものとする
胴部	着用義務	腹部前面・側面が覆われたボディプロテクター。 （硬質のものは不可。）
ファールカップ	着用義務 （男性のみ）	形状は問いません。道着の中に着用する事
シンガード	着用任意	形状は問いません。（硬質のものは不可。）

小学生以下有段者の着用義務は中学生と同じ条件でも可とする

□中学生

手	着用義務	ITFにて認可された公式グローブ、もしくはそれに類するもの。 ※オープンフィンガーのグローブの場合は必ず軍手を着用すること。
足	着用義務	ITFにて認可された公式グローブ、もしくはそれに類するもの。
頭部	着用義務	後頭部・側頭部を保護してあるオープンフェイスのヘッドギア、もしくは頭部前面が完全に覆われたフルフェイスのヘッドギア。 ただし、オープンフェイスのヘッドギアを使用する場合はマウスピースの着用を義務付けるものとする。

		※オープンフェイスのヘッドギアのみ大会主催者側にて用意します。
胴部	着用任意	腹部前面・側面が覆われたボディプロテクター。 (硬質のものは不可。)
ファールカップ	着用義務 (男性のみ)	形状は問いません。道着の中に着用する事
シンガード	着用任意	形状は問いません。(硬質のものは不可。)

□成年部・シニア

手	着用義務	ITFにて認可された公式グローブ、もしくはそれに類するもの。 ※オープンフィンガーのグローブの場合は必ず軍手を着用すること。
足	着用義務	ITFにて認可された公式グローブ、もしくはそれに類するもの。
頭部	着用義務	後頭部・側頭部を保護してあるオープンフェイスのヘッドギア、もしくは頭部前面が完全に覆われたフルフェイスのヘッドギア。 ただし、オープンフェイスのヘッドギアを使用する場合はマウスピース(透明)の着用を義務付けるものとする。 ※オープンフェイスのヘッドギアのみ大会主催者側にて用意します。
胴部	着用任意	腹部前面・側面が覆われたボディプロテクター。 (硬質のものは不可。)
ファールカップ	着用義務 (男性のみ)	形状は問いません。道着の中に着用する事
シンガード	着用任意	形状は問いません。(硬質のものは不可。)

自分の防具が適合しているか曖昧な場合や、特別な理由で他の防具類を身に付ける場合は、大会事務局まで問い合わせること。

その他

マウスピースの色は透明のみ

女子の胸当ては任意で着用して構いません(材質は問いません。)

マッソギに関して希望する選手のみ、道場責任者の許可があれば、6級(青帯)から、上位カテゴリI部への参加を可能とします

5-2 試合の流れ

基本的にトウルと同じ流れになります。ただし入場する場所はトウルとは異なり、コートの外、両サイドからの入場となります。

5-3 競技ルール

以下、競技ルールを説明します。

□階級別体重表と各カテゴリ呼称 「超」以外の上限は「以下」で計測します。

階級	キッズ (小学生以下)		ジュニアII部 (中学生)		ジュニアI部 (中学生)		成年II部		成年I部	
	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子
マイクロ級	22kg以下	22kg以下	35kg以下	35kg以下	35kg以下	35kg以下	57kg以下	50kg以下	57kg以下	50kg以下
ライト級	22~27kg	22~27kg	35~40kg	35~40kg	35~40kg	35~40kg	57~63kg	50~55kg	57~63kg	50~55kg
ミドル級	27~32kg	27~32kg	40~45kg	40~44kg	40~45kg	40~44kg	63~69kg	55~60kg	63~69kg	55~60kg
ライトヘビー級	—	—	45~50kg	44~48kg	45~50kg	44~48kg	69~75kg	60~65kg	69~75kg	60~65kg
ヘビー級	32~38kg	32~38kg	50kg超	48kg超	50kg超	48kg超	75~81kg	65~70kg	75~81kg	65~70kg
スーパーヘビー級	—	—	—	—	—	—	81~87kg	70~75kg	81~87kg	70~75kg
ハイパー級	38kg超	38kg超	—	—	—	—	87kg超	75kg超	87kg超	75kg超

□試合時間

カテゴリ	1回戦～3位決定戦	決勝戦
小学生以下	1. 5分 1ラウンド	1. 5分 2ラウンド
中学生	2分 1ラウンド	2分 2ラウンド
成年部・シニア (有級・II部)	2分 1ラウンド	2分 2ラウンド
成年部・シニア (有段・I部)	3分 1ラウンド	2分 2ラウンド

□ポイント

有効打	ポイント
手技	1ポイント
腹部への足技 (鎖骨を含む)	2ポイント
頭部への足技	3ポイント

□注意・減点

注意の対象となる行為を行った場合は、主審から『注意』と言渡されます。この注意が3回累積した場合にマイナス1ポイントとなります。

減点の対象となる行為を行った場合は、主審から『カンチョン（減点）』と言渡されます。この減点が3回累積した場合は失格となります。

注) 注意が9回累積してもマイナス3ポイントとなり試合中に得た得点から引かれるのであって、失格となることはありません。

例) ◎正解◎ → 注意9回=得点からマイナス3
◎正解◎ → 注意6回+減点1回=得点からマイナス3
◎正解◎ → 減点（カンチョン）3回= 失格

×間違い× → 注意9回=減点3点で失格

特に『顔面強打』の注意・減点については定義が曖昧ですが、以下のような場合に適用されます。

- ・威力の有無では無く、コントロールされていないパンチを指します。
例：相手を見ずに打っている（バックブロー時など）
例：打った後にパンチを引く動きが全く無い
例：パンチを打つ前に明らかに振りかぶっている

以下、対象となる行為です。

□注意

- ・場外（両足がコートから出た場合。）
- ・下段蹴り（下半身を蹴った場合。）
- ・背面への攻撃
- ・顔面強打
- ・スリップ（足の裏以外の部位がコートに付いた場合。）
- ・掴み
- ・逃げ（相手から一定時間以上目を逸らした場合。）
- ・アピール（点が入ったことをアピールした場合。）

□減点

- ・クリンチ（接近戦にて相手を抱きかかえた場合）を行った場合。
- ・顔面強打の注意を与えたにも関わらず、大ぶりの手技を出した場合。

- ・蹴りが未熟なために相手の金的を蹴り、相手のダメージが大きい場合
- ・スポーツマンらしくからぬ態度を取った場合
- ・主審が試合を止めた後に故意に攻撃をしたと判断できる場合

□失格

- ・度が過ぎる反則行為
- ・実力差が大きいため、戦意喪失した場合

□総当たり戦で同位の場合の順位決定方法

・勝敗が同位の場合は、各試合で旗が上がった本数を記録して、旗が上がった本数が多い選手の順に上位を決める。

□延長戦（サドンデス）

- ・延長戦で勝敗が決まらなかった場合は、サドンデス方式（先にポイントを取った方の勝利）で勝敗が決まります。
- ・ポイントの奪取が考えられる全てのコンタクトに対して、試合を止め、その都度ジャッジします。旗が2本以上、上がったなら勝者が決定します。

5-4 計量

計量は下が道着、上が道着、もしくはTシャツにて体重計に乗ること。

またその際に道着の重さを考慮して、小学生以下は300g、中学生以上は500gまでの超過を認めるものとする。

例：成年男子マイクロ級57kg以下 → 57.5kgはOKです。

また計量は試合当日の選手受付時、もしくは前日の正午（12時）から18時の間に前日計量を行えるものとします。

前日計量を行う場合の方法は以下の通りです。

道場長、もしくは道場長に依頼された責任者（以下、責任者）が立ち合いの元、以下の手順にて行います。

方法は、実際に体重計に乗って、所定の体重条件を責任者が確認したうえで、クリアしたことを確認できる写真を証拠として撮影し、大会事務局へメールにて送信することで行われます。

体重計に本人が乗っている写真と、体重計の数値の写真（帯に名前が書いてあるようであれば、体重計と一緒に撮影する事）を、（合計2枚）を、前日計量用のアドレスまで責任者がまとめて送信してください。件名・本文・ファイル名のいずれかで所属道場と選手名がわかるように明記すること。

体重測定からデータ送信までを12時～18時の間に行うこと。

なお、メールが万が一受信できないことも想定して、データは大会当日まで保管しておくこと。

前日計量用のメールアドレス zenjitu@hotmail.com

なお、以下の場合は受理されません。

- ・個人単位で送信した場合。
- ・時間外の撮影、もしくはデータ送信。

5-5 その他の注意点

- ・エントリーした階級の制限体重に対して、体重が足りない場合は、参加可能とします。
例：少年部男子ライト級 22kg～28kg 未満 → 21kg でも参加可能です。
- ・参加人数が3名の場合は総当たり戦となります。その場合は決勝として扱うものではありませんので、決勝ルール（例えば決勝のみ2Rなど）は適用されません。
- ・参加人数が2名の場合は決勝のみという扱いとなりますので、決勝ルールが適用されません。

6 パワーブレイキング

以下、パワーブレイキングの競技について説明します。

6-1 競技ルール

パワーボードを使用します。

足技による割れた板の枚数で勝敗を決めます。

特に指定が無い場合は、全ての足技にて競技を行えるものとします。

所定の枚数の撃破に成功したものが、次の枚数の試技に挑むことができます。

この作業を繰り返し、最後まで残った者が勝者となります。

ある枚数の撃破に全員が失敗した場合は、改めて同じ枚数で試技を行います。

6-2 その他の注意点

- ・ 試技に入る前に必ずパルモチビマッキにて気合を入れ、試技に入ること。なお終わった後も必ずパルモチビマッキにて残身を行うこと。(残身は気合は不要)
なお、白帯が試技を行う場合は何となく上記の行為を主審が教えただけで試技に挑むものとする。
- ・ 残身無くその場を立ち去った場合は撃破していても失敗として扱われます。

7 スペシャルテクニック

以下、スペシャルテクニックの競技について説明します。

7-1 競技ルール

目印となる板状のものを使用します。

所定の高さに、指定された足技にて到達した高さによって勝敗を決めます。

所定の高さへの到達に成功したものが、次の高さの試技に挑むことが出来ます。

この作業を繰り返し、最後まで残った者が勝者となります。

ある高さの到達に全員が失敗した場合は、改めて同じ高さで試技を行います。

なお、高さの初期値の設定は、前年までの優勝者の成績を考慮して設定されます。

以下、指定される足技の種類です。

カテゴリ	予選	決勝
小学生以下	無し	ノピチャギ
中学生	無し	ティミョトルリョチャギ
一般・シニア女子	ノピチャギ	ティミョトルリョチャギ
一般・シニア男子	ノピチャギ	ティミョバンデトルリョチャギ

7-2 その他の注意点

- ・ 試技に入る前に必ずパルモテビマッキにて気合を入れ、試技に入ること。なお終わった後も必ずパルモテビマッキにて残身を行うこと。(残身は気合不要。)
- ・ 残身無くその場を立ち去った場合は到達していても失敗として扱われます。

8 団体戦

以下、団体戦の競技について説明します。

8-1 構成メンバーについて

団体を構成するメンバーの数は以下の通りです。

種目	性別	人数
トゥル	男子	4～5名
	女子	4～5名
マツソギ	男子	3～5名
	女子	3名

構成するメンバーは同一の所属道場によって構成されること。

ただし、同一都道府県連盟（以下、県連）内において、複数の道場があり、なおかつ一つの道場ではチームの編成が出来ない場合に限り、県連単位でのチーム編成が出来るものとします。その場合は1つの県連から1チームのみの参加が可能となるものとし、複数のチームの参加は認められません。

なお、学生連盟については各大学単位にて参加すること。

8-2 トゥルの競技ルール

□演じるトゥルについて

自由に選択できるものとします。選択したトゥル1つを演じます。決勝戦まで1つで行われます。

□進行について

まず両チームがコート内に入り、審判団と直角方向にて向かい合って整列し、チーム同士が主審の号令で正面とお互いに礼を行います。

赤コーナーから演技を始めます。演技を行うチームは配置に付きます。配置に付く際の入場などの演技は無しとします。

主審が演技を始めることを許可した後に、チーム内のリーダーの号令にて演技を始めます。

例：リーダーが『〇〇トゥル準備』→『シージャ』で演技スタート。終了後『パロ』→『シオ』にて演技終了。

次に青コーナー側も同様に演技を行い、終了後に両チームが最初と同じように整列をし、主審の号令により副審を含む審判の旗が上がります。上がった本数の多い方が勝者となります。

□振り付けについて

- ・配置についてはコート内であれば各人が自由な向き、位置を選択できます。ただし演技中にコートから両足が出た場合は失格となります。
- ・トウルの順番や向きを変えることは出来ません。例：左右対称に演技を行う。
- ・時間差を付けた演技が得点となります。時間差を付ける回数に指定はありません。
- ・演技始終の号令、終了時のトウルの名前以外で演技途中に、気合などを叫ぶことは禁止とする。

□採点基準について

団体戦としての採点されるポイントの目安は以下の通りです。

- ・チームワーク（揃っているかどうか）
- ・振り付けの精度
- ・振り付けの難易度
- ・選択したトウルの難易度

8-3 マッソギの競技ルール

□勝敗について

チームの勝ち星の多い方が勝者となります。ただし、競技の途中でも、勝ち星が相手を上回れない状況になった時点で競技終了となります。

例：(A) 5人対5人 (B) でAチームが3勝した場合。→Aチームの勝利。

例：(A) 5人対3人 (B) でBチームが1敗した場合。→Aチームの勝利。

□試合時間について

1. 5分にて行われます。

□進行（先攻と後攻の決定）

開始時に両チームのリーダーがじゃんけんを行い、勝った方が先攻か後攻を選択する。

先攻となった側のチームが選手を先に選出し、後攻のチームは相手選手を確認して選手を選出することが出来る。

次戦は勝敗に関係なく後攻側が選手を出しその後も引き続き勝敗に関係なく交互に選手を出していきます。

次の選手を選出する時間について、先攻側は前の試合が終了後1分以内に選出をする事とし、後攻側は先行の選手決定後1分以内に選出する事とする。

9 セCOND

マツギの競技については、全試合に対して1名セCONDを付けることを許されるものとする。(義務ではありません。)セCONDに付ける者の条件は以下の通りです。

- ・本会の会員であること。
- ・セCONDに付く際の服装は、スポーツウェア、もしくは道着であること。(靴については特に規定しないものとする。)
- ・原則セCONDは同じ道場の会員とする
(※但し、同じ道場でセCONDに付ける者が居ない場合にセCONDを指定するには、以下の優先順位の通りとする※)
1. 同道場→2. 同都府県→3. 同エリア (関東・関西・中部)
上記の優先順位でもセCONDが居ない場合のみ大会実行委員長にセCONDの申告し承認を得るものとします。
- ・大学生の選手は同大学OBもセCONDに付けるものとする

10 その他

- ・階級の廃統合により、希望するカテゴリに参加できないことを理由に棄権をされる場合、もしくは対戦相手がいなくて参加できない場合、参加費を全額返金します。トゥル、マツギの両方にエントリーして、いずれか片方のみでもその事態が起きた場合は、もう片方に参加しても、費用は全額返金いたします。

例：マツギライト級にエントリーしたが、統合でミドル級になり、棄権した場合。
→返金対象となります。

- ・申込後のキャンセルについては、費用は返金しかねます。ご了承ください。
- ・イベントの様子を伝えるため会場内で写真/動画撮影をし、Youtube や、Web 上での公開をします。
- ・撮影につきましては、故意に来場者の顔を大きく撮影することはありませんが、写真や動画内に写りこむ可能性があります。ご了承ください。
- ・ブログや SNS への投稿は大歓迎ですが、写真を公開する際、他人の顔が大きく写っている場合には、問題がないかどうか事前にご本人の承諾を取ってください。

制定 2018年6月15日
改定 2019年6月27日
改訂 2019年9月2日
改訂 2022年6月30日
改訂 2023年6月11日
改訂 2024年2月29日
改訂 2024年10月28日
改訂 2024年12月2日