

REGLAS DE LIGHT CONTACT



ARTÍCULO 1. DEFINICIÓN.

La competencia en Kickboxing Light Contact (Kickboxing de Contacto Ligero) debe ejecutarse como su nombre lo indica, con técnicas de contacto ligero y bien controladas. Light Contact ha sido creado como una etapa intermedia entre Kickboxing de puntos o de semi contacto y el Kickboxing de contacto completo.

En Light Contact, los competidores pelean de manera continua hasta que el Réferi Central indica STOP (Alto) o BREAK (Rompan). Se usan técnicas similares a las de deportes de Ring, pero estas técnicas deben ser ejecutadas bien controladas. Debe ponerse igual énfasis tanto en técnicas de golpeo como en técnicas de pateo. El Réferi Central no “juzga a los Kickboxers”, pero se asegura que respeten el reglamento. Tres Jueces toman las decisiones de puntajes en un sistema electrónico de marcación o con cuenta bultos.

Artículo 1.1. Competidores de Light Contact.

En Light Contact, los Kickboxers pueden competir en las siguientes categorías de edad:

Categoría de Edad	Nomenclatura	Edades (años)
Older Cadets (Cadetes Mayores)	OC	13, 14 y 15
Juniors (Jóvenes)	J	16, 17 y 18
Seniors (Adultos)	S	19 a 40
Master Class – Veterans (Veteranos)	V	41 a 55



ARTÍCULO 2. EQUIPO DE PROTECCIÓN Y VESTIMENTA.

Artículo 2.1. Equipo de Protección Personal.

- Protección para la cabeza (Casco).
- Protector bucal.
- Protección de busto “pechera” (Solamente para Kickboxers mujeres).
- Guantes de Kickboxing.
- Vendaje para manos (obligatorio)
- Protección de genitales o protección de ingle (obligatorio para hombres y mujeres).
- Espinilleras.
- Protección de pies (zapatos).

Artículo 2.2. Vestimenta Personal.

- Camisa T (cuello redondo)
- Pantalones largos.
- No se permiten cintas indicando el grado.

ARTÍCULO 3. ÁREAS LEGALES DE CONTACTO.

Las siguientes partes del cuerpo pueden ser atacadas usando las técnicas autorizadas de combate:

- **Cabeza:** Cara, frente y parte lateral.
- **Torso:** Parte frontal y lateral.
- **Pies:** Solamente para barridas.

ARTÍCULO 4. TÉCNICAS LEGALES.

Las técnicas de mano y pie deben usarse por igual durante el período completo de la pelea.

Artículo 4.1. Técnicas de Mano (Golpes).

- Recto (Direct).
- Uppercut.
- Gancho.

Artículo 4.2. Técnicas de Pie (Pateo).

- Patada frontal.
- Patada lateral.
- Patada circular.
- Patada de gancho (solamente con la planta del pie).
- Patada ascendente.
- Patada de hacha (solamente con la planta del pie).
- Patadas saltando.
- Patadas de giro.

Artículo 4.2.1. Barrida de Pie.

- Para ganar punto con una barrida de pie el atacante debe permanecer de pie en todo momento. Si en la ejecución de una barrida de pie el atacante toca el piso con cualquier parte de su cuerpo diferente a sus pies, no se concederá el punto. El punto se concederá al atacante si su oponente toca el piso con cualquier parte de su cuerpo distinto a sus pies.

5. TÉCNICAS ILEGALES (TÉCNICAS Y CONDUCTAS PROHIBIDAS).

Está prohibido:

- Atacar de cualquier manera diferente a las mencionadas en el Artículo 3.
- Atacar de forma mal intencionada o con contacto excesivo.
- Continuar atacando después de la indicación STOP (Alto) o cuando la indicación de que el round terminó haya sonado.
- Salir del área de combate (Salida).
- No dar al menos un paso atrás con la indicación BREAK (Romper).
- Golpear la parte superior de la cabeza.
- Caer al piso sin causa debida.
- Atacar la parte posterior del torso (riñones y columna vertebral).
- Atacar la parte superior de los hombros.
- Atacar el Cuello: frente, lados y parte trasera.
- Atacar debajo de la cinta (excepto barridas de pie).
- Dar la espalda al oponente.
- Evitar la pelea (huir).
- En general todas las técnicas ciegas, sin control.
- Atacar la parte trasera de la cabeza.
- Atacar la ingle.
- Atacar con la rodilla, codo, mano de cuchillo, cabezazos, pulgar y hombro.
- Luchar y agacharse por debajo de la cintura del oponente.
- Proyectar.
- Agarrar o retener al oponente de cualquier manera.
- Atacar a un oponente que está cayendo al piso o que ya está en el piso, es decir, tan pronto como una de sus manos o rodillas toque el piso.
- Usar aceite en la cara o en el cuerpo.
- Escupir el protector bucal de manera voluntaria.
- Atacar en el piso.
- Un Kickboxer no puede atacar a un oponente en el suelo. El Réferi Central es responsable de detener la pelea de inmediato cuando uno de los dos Kickboxers toca el suelo con cualquier parte de su cuerpo diferente a sus pies. Pisar (con fuerza) *[a la cabeza o el cuerpo]*

de un Kickboxer caído puede dar lugar a puntos menos o a la descalificación (decisión de los Jueces por mayoría)].

- **CONDUCTA ANTIDEPORATIVA.** Un Kickboxer solamente podrá recibir una Advertencia, después de ésta, deberá aplicarse el procedimiento normal para penalizaciones y descalificaciones. Sin embargo, en caso de conductas antideportivas graves, el Kickboxer puede ser descalificado o deducírsele un punto desde la primera violación, dependiendo de la severidad de la infracción.

Artículo 6.3. Concesión (Otorgamiento) de Puntos usando Sistema de Marcación Electrónica.

- El trabajo de un Juez es conceder puntos por todas las técnicas legales (golpes, patadas o barridas) que claramente hayan golpeado en un área legal (permitida).
- El Juez presionará el botón de su dispositivo:
 - **Una vez** Por una técnica de pie o mano al cuerpo, y una técnica de mano a la cabeza.
 - **Dos veces** Por una patada saltando al cuerpo o una patada a la cabeza.
 - **Tres veces** Por una patada saltando a la cabeza.
- Desde el primer round los puntos serán acumulados continuamente por los Jueces y serán monitoreados por la mesa de Oficiales. Los puntos otorgados estarán visibles para los Entrenadores y el público en pantallas dispuestas para ellos. No deberá haber pantallas visibles a los Jueces (el Jueceo debe ser independiente).
- Al final de la pelea, el ganador es el competidor que haya ganado más puntos (que aparecerán en las pantallas).
- **Advertencias:** Si el Réferi Central aplica una falta o una Advertencia, lo indicará frente a los Jueces y el Réferi en Jefe. El Cronometrador debe ingresarlo en el sistema de marcación electrónica. Será mostrado en las pantallas al público.
- **Puntos Menos:** Si el Réferi Central determina un punto menos, lo indicará frente a los Jueces y el Réferi en Jefe y el cronometrador debe ingresarlo en el sistema electrónico. Será mostrado entonces en las pantallas, reduciendo 3 puntos del total marcado por cada Juez.
- El sistema electrónico muestra la marcación en tiempo real. En todo momento de la pelea, todos conocen la situación de los puntos.

Artículo 6.4. En Caso de Empate.

- Si la pelea termina, por uno o más Jueces, en empate (igualdad de puntos después de 3 rounds), para determinar al ganador, el sistema electrónico de marcación asignará automáticamente la victoria al Kickboxer con el mayor puntaje en el último round.



Reglamento WAKO - Capítulo 4 – Reglas de Light Contact

- Si hay un empate, y el último round está parejo, el Juez debe seleccionar al Kickboxer en el orden de los criterios siguientes: más activo, más patadas, mejor defensa, mejor estilo y técnicas. Los Jueces presionarán el botón correspondiente indicando al ganador cuando el Réferi en Jefe así lo indique.