



# SVĚTOVÝ VÝBOR BOJOVÝCH UMĚNÍ

## AMATÉRSKÁ PRAVIDLA PRO TURNAJE

Verze 4.6.- 2023

### Kapitola 11: Sebeobrana



© Copyright 2014 (Harald Folladori)  
Světový výbor bojových umění

# OBSAH

KAPITOLA 11 - SEBEOBRANA .....	4
ČLÁNEK 35. KREATIVNÍ SEBEOBRANA.....	4
ČLÁNEK 36. REÁLNÁ SEBEOBRANA .....	6
ČLÁNEK 36A. SHOW - SEBEOBRANA.....	8

## Úvod:

*Tento soubor pravidel nahrazuje všechna dříve vydaná pravidla a zahrnuje oficiální pravidla WMAC - Amatérské soutěže. Tato pravidla platí pro všechny členové. V případě potřeby však mohou být zohledněny místní požadavky a okolnosti. Oficiálním jazykem IRC je angličtina. IRC může tento soubor pravidel přeložit do jiných jazyků. V případě nesouhlasu však pouze oficiální anglickou verzi. Tento soubor pravidel nesmí být kopírován, zveřejňován ani šířen bez zvláštního písemného povolení WMAC nebo IRC. být provedena. To zahrnuje elektronické, digitální, fyzické a všechny ostatní formy reprodukce. Tento soubor pravidel si můžete zdarma stáhnout ve formátu PDF z oficiálních webových stránek WMAC.*

# NÁRODNÍ VÝBOR PRO BOJOVÁ UMĚNÍ

## Mezinárodní pravidla a pokyny



leden 2023

Vážený čtenáři,

S velkým potěšením vydáváme verzi 4.6 pravidel a směrnic Světového výboru bojových umění. Jedná se rozhodně o nejpodrobnější sborník pravidel pro soutěžní turnaje, který je dnes k dispozici, a my jsme hrdí na to, že jej můžeme vydat pro vaše potřeby. Toho bylo dosaženo výhradně díky tvrdé práci a obětavosti jednotlivců z celého světa. Rádi bychom upřímně poděkovali všem jednotlivcům za jejich příspěvek k tomuto podrobnému souboru pravidel.

Všechna tato pravidla a pokyny, které jsou uvedeny v tomto dokumentu, se použijí na akcích schválených WMAC. V takovém případě se od nich nelze odchýlit, s výjimkou výjimečných okolností, a to pouze s písemným souhlasem zástupce rozhodčích (IRC) ve spolupráci s vedoucím akce. Pokyny a rozhodnutí vedoucího rozhodčích týkající se těchto pravidel jsou konečné a závazné. V případě stížností/protestů je jeho rozhodnutí konečné a závazné!

Tento soubor pravidel lze použít i pro nesankcionované akce. V takovém případě musí pořadatel akce do oznámení písemně uvést: "Tato akce je pořádána podle oficiálních pravidel WMAC".

Světový výbor bojových umění se neustále snaží rozvíjet. Neustále pracujeme na vývoji našeho souboru pravidel a jejich šíření na akcích a turnajích. Tento soubor pravidel je třeba zkontrolovat před akcí, abyste s námi mohli projednat případné změny a zapracovat je.

Mit besten Grüßen

A handwritten signature in black ink, which appears to be "Harald Folladori". The signature is stylized and written in a cursive-like script.

Harald Folladori  
Světový prezident WMAC

# KAPITOLA 11 - SEBEOBRANA

## ČLÁNEK 35. KREATIVNÍ SEBEOBRANA (SC)

**35.1 Popis** - Kurz sebeobrany je ukázkou toho, jak lze techniky bojových umění využít k účinné obraně při násilných střetech. Účelem SV není prezentovat to jako násilí, ale využít to k tomu, aby ukázal, jaké možnosti sebeobrany / pomoci v nouzi má vycvičený bojový umělec k dispozici.

### 35.2 Věkové skupiny

Popis	Věková skupina
Děti	U13
Junioři	U15
Kadeti	U18
Dospělí	+18
Mistr	+ 35

**Upozornění:** pro účastníky tříd U13/15 = žádné útoky nožem nebo pistolí.

### 35.3 Třídy opasků

Popis	Zkušenosti s bojovými uměními v letech	Opasek WMAC
Začátečníci	1 až 3 roky	Žlutá - modrá
Pokročilé	Více než 3 roky	Červená, hnědá
Černý pásek	Různé	Černá

**35.4 Uniforma** - na všech uniformách by měla být uvedena reprezentovaná země nebo styl. O stylu uniformy rozhoduje vysílající země. Název země by měl být vytištěn nebo vyšíť na zadní straně. Rodové jméno by mělo být viditelné výšivkou na pravém rukávu.

Soutěžícím není dovoleno nosit kostýmy / divadelní šaty, masky nebo jakékoli jiné předměty, včetně šperků, které nejsou v souladu s tradičními bojovými uměními.

Zbraň, kterou soutěžící používá, je považována za součást uniformy a musí být bez vad nebo ostrých hran.

**35.5 Výkonnost** - Je třeba se bránit 4 útokům. Pořadí a typ útoků jsou volitelné a rozhodčí je nebudou oznamovat. Každou techniku lze provést pouze jednou pomalu (nepovinně) a poté maximální rychlostí.

### 35.6 Typ a posloupnost útoků:

1. Svírání zezadu
2. Choking
3. Sweatbox
4. Útok pěstí
5. Útok nohou
6. Útok hokejkou
7. Útok nožem
8. Útok pistolí

**35.6.1 Partner** - Sportovec může pro svou ukázkou využít jednoho nebo více partnerů. Během představení nesmí být nikdo zraněn.

**35.6.2 Užitečné předměty:** Účastníci mohou během ukázky používat předměty (např. cvičné nože apod.). Všechny tyto předměty musí být předem předloženy rozhodčím ke kontrole. Pokud soudci považují některý předmět za nebezpečný, může být nařízena jeho výměna.

**35.7 Oblast výkonu:** Oblast výkonu by měla být provedena na modré podložce o rozměrech 6 x 6 m, která je obklopena červenou bezpečnostní zónou o šířce 2 m. Místa rozhodčích jsou v řadě po stranách nebo v příslušných rozích.

**35.8 Počet rozhodčích:** Rozhodují 3 rozhodčí. Udělují se body v rozmezí 6 - 8 (možné jsou i desetiny). Možné je následující umístění:

1. v řadě před povrchem
2. jeden zastupující rozhodčí a 2 v rozích areálu.

Pokud jsou umístěny podle č. 2, musí se závodník hlásit pouze rozhodčímu.

**35.9 Vstup do soutěžního prostoru a výstup z něj** - Soutěžícím bude ukázáno, na kterém místě mají vstoupit a pouze na tomto místě mohou vstoupit a vystoupit.

Soutěžící se musí dvakrát řádně uklonit nebo zasalutovat. Jeden do prostoru před vstupem do prostoru a jeden k rozhodčím. První soutěžící na podlaze se ukloní pouze podlaze. Po vstupu do soutěžního prostoru se soutěžící dostaví do středu ringu a oznámí rozhodčímu následující:

1. Jméno bojovníka
2. zemi, kterou představuje

Poté jsou zbraně podrobeny kontrole rozhodčích. Pokud nejsou z hlediska bezpečnosti spokojeni, lze požádat o úpravu zbraní.

Pokud si sportovec bude muset vyměnit zbraň, bude mu z celkového skóre odečten 1 bod.

Než soutěžící zahájí svou formu, rozhodčí zkontroluje, zda jsou všichni rozhodčí připraveni a zda v prostoru nejsou žádné překážky.

Pokud je vše k jeho spokojenosti, zvedne ruku, aby ukázal, že sportovci mohou začít, jakmile budou připraveni. Nyní by se měli dostat do výchozí pozice.

**35.9 Bodování** - Sportovci budou hodnoceni podle následujících kritérií:

- 1) Technická kvalita předvedených technik
- 2) Obtížnost útoku (realističnost)
- 3) Účinnost
- 4) Výkon

**35.9.1 Odečtení bodů** - 1 bod musí být odečten, pokud dojde k následujícímu:

- 1) Demonstrace netrvá ani jednu minutu nebo přesáhne 3 minuty.
- 2) Sportovec nebo partner opustí oblast
- 3) Partner je zraněn druhým partnerem (aktivním partnerem).
- 4) Fantasy představení, které nemá žádný vztah k realitě
- 5) Sportovec musí začít znovu

**35.9.2 Remíza** - V tomto případě má každý soutěžící k dispozici další dvě techniky. Porotci poté rozhodnou o vítězi zvednutím ruky.

## ČLÁNEK 36. REALISTICKÁ SEBEOBRAHA (SR)

**36.1 Popis:** Zde byl vytvořen soubor pravidel, který umožňuje provést téměř realistický scénář sebeobrany. Soutěžící sportovec má možnost vybrat si partnera podle svého výběru. Sportovec ani útočník nemají možnost se na útočné techniky připravit.

### 36.2 Věkové skupiny:

Popis	Věková skupina
Děti	U13
Junioři	U15
Kadeti	U18
Dospělí	+18
Mistr	+ 35

**Upozornění:** pro účastníky dětských tříd U13/15 = žádné útoky nožem nebo střelnou zbraní

### 36.3 Třídy opasek:

Popis	Zkušenosti s bojovými uměními v letech	Opasek WMAC
Začátečníci	1 až 3 roky	Žlutá - modrá
Pokročilé	Více než 3 roky	Červená, hnědá
Černý pásek	různé	Černá

**36.4 Uniforma:** Na všech uniformách by měla být uvedena země, která má být reprezentována, nebo její styl. O stylu uniformy rozhoduje vysílající země. Název země by měl být vytištěn nebo vyšíť na zadní straně.

Soutěžícím není dovoleno nosit kostýmy / divadelní šaty, masky nebo jakékoli jiné předměty, včetně šperků, které nejsou v souladu s tradičními bojovými uměními.

**36.5 Prezentace:** Každému útočníkovi je bezprostředně před útokem ukázána karta s vyobrazením příslušného útoku. Obránce nemá možnost se na něj připravit, protože stojí zády k útočníkovi. Provedou se 4 útoky (jako zbraně jsou povoleny pouze nože, hole a pistole) Všechny možnosti jsou zahrnuté pro útoky beze zbraně.

Postup: Vedoucí žíněnky vyzve soutěžícího a útočníka, aby přišli na žíněnku. Oba soutěžící se na pokyn vedoucího žíněnky ukloní takto:

Vedoucí podložky - rozhodčí - navzájem

Poté, co se oba sportovci navzájem ukloní, otočí se tak, aby stáli zády k sobě, a každý udělá jeden krok vpřed. Vzdálenost mezi oběma sportovci **nesmí přesáhnout 2 m** (větší vzdálenost dává obránci příliš mnoho času na přípravu). Nyní rozhodčí vytáhne kartu a ukáže ji útočníkovi, který k němu přistoupí a kývnutím hlavy naznačí, že útok porozuměl. Rozhodčí pak ukáže kartu rozhodčím a divákům tak, že ji podrží a nechá začít.

Na povel "HAJIME" (začátek soutěže), který vydá žíněnkový rozhodčí, se oba závodníci okamžitě otočí čelem k sobě. Komunikace mezi sportovci i mezi diváky a obránci je přísně zakázána!

Nyní, když jsou sportovci tváří v tvář, je útok zahájen BEZ prodlení. Útočník musí okamžitě **vrazit na obránce** příslušným útokem v reálné rychlosti útoku.

V případě útoků zbraněmi se použijí zbraně poskytnuté pořadatelem na okraji žíněnky. Upozorňujeme, že zbraně, které mají být použity, musí být co nejdéle ukryty (až do doby bezprostředně před výzvou k útoku).

**36.6 Plocha výkonu:** Plocha nesmí být menší než 6 x 6 metrů. Rozhodčí musí být umístěni po stranách hrací plochy v řadě zády ke stolku rozhodčích. Židle rozhodčích musí být od sebe vzdáleny nejméně 1 metr.

**36.7 Počet rozhodčích:** V řadě před oblastí jsou rozmístěni 3 rozhodčí.

**36.8 Vstup do soutěžního prostoru a výstup z něj** - Soutěžícím bude ukázáno, na kterém místě mají vstoupit a pouze na tomto místě mohou vstoupit a vystoupit.

Po vyzvání sportovec vstoupí do prostoru a seřadí se se svým partnerem.

Soutěžící se musí dvakrát řádně uklonit nebo zasalutovat. Jeden pro oblast před vstupem do oblasti a jeden pro rozhodčí.

Po vstupu do soutěžního prostoru oznámí soutěžící rozhodčímu následující:

1. Jméno bojovníka
2. zemi, kterou představuje

Když je vše k jeho spokojenosti, zvedne ruku, aby ukázal, že sportovci mohou začít, jakmile budou připraveni. Nyní by se měli dostat do výchozí pozice a určení útoku provede rozhodčí a útočník.

**36.9 Hodnocení:** Bodování 6-8 bodů - používají se desetinná místa.

V případě nerozhodného výsledku musí být oba soutěžící vyhodnoceni přímo zvednutím ruky po posledním vystoupení.

Při rozhodování musí porotci zohlednit následující kritéria:

- 1) Účinnost
- 2) Reality-based
- 3) Rychlost útoku
- 4) Rychlost / dynamika obrany
- 5) Časová prodleva / doba přípravy
- 6) Provádění technik

**36.10 Ochranné pomůcky:** - Útočník **musí** mít na sobě chrániče dásní, třísel a může nosit ochranu hlavy. Obránce může nosit lehké chrániče pěstí (např. Virtus by KWON) a chrániče loktů.

**Kontakt:** Bezpečnost sportovců je na prvním místě! Ochranné pomůcky slouží pouze ke zvýšení bezpečnosti. Pro dosažení realističnosti musí být zásahy lehké. Je třeba se vyhnout tvrdým úderům do hlavy. Páčky lze pouze přikládat, nikoliv protahovat!  
Je třeba se vyhnout tlakovým hodům.

**Forma:** Techniky zabíjení jsou zakázány! (Diváci). Je nutné nosit sportovní oblečení a žádné pouliční oblečení. Zbraně musí být po odzbrojení zajištěny.

## ČLÁNEK 36A. SHOW - SEBEOBRAHA (SHS)

**36A.1 Popis-** Tato hodina sebeobrany ukazuje, jak lze techniky bojových umění využít k účinné obraně při násilných střetech. Účelem SV není prezentovat ho jako násilí, ale ukázat, jaké možnosti sebeobrany / pomoci v nouzi má vycvičený bojový umělec k dispozici. V případě show sebeobrany je žádoucí prezentovat kreativní prvky z oblasti show i akrobacie.

### 36A.2 Třídy

Pohlaví	Kategorie
Muži	Třída otevřená
Ženy	Třída otevřená

**36A.3 Uniforma** - Na všech uniformách by měla být uvedena reprezentovaná země nebo styl. O stylu uniformy rozhoduje vysílající země. Název země musí být vytištěn nebo vyšíť na zadní straně. Rodové jméno musí být viditelné výšivkou na pravém rukávu.

Soutěžícím není dovoleno nosit kostýmy / divadelní šaty, masky nebo jakékoli jiné předměty, včetně šperků, které nejsou v souladu s tradičními bojovými uměními.

Zbraň, kterou soutěžící používá, je považována za součást uniformy a musí být bez vad nebo ostrých hran.

**36A.4 Výkonnost** - Obhajují se 4 útoky. Pořadí a typ útoků jsou volitelné a rozhodčí je nebudou oznamovat. Každou techniku lze provést pouze jednou pomalu (nepovinně) a poté maximální rychlostí.

### 36A.5 Typ a posloupnost útoků:

1. Svírání zezadu
2. Choking
3. Sweatbox
4. Útok pěstí
5. Útok nohou
6. Útok hokejkou
7. Útok nožem
8. Útok pistolí

**36A.5.1 Partneri** - Sportovec může při předvádění využít jednoho nebo více partnerů. Během představení nesmí být nikdo zraněn.

**36A.5.2 Užitečné předměty:** Soutěžící mohou během ukázky používat předměty (např. cvičné nože apod.). Všechny tyto předměty musí být předem předloženy rozhodčím ke kontrole. Pokud soudci považují některý předmět za nebezpečný, může být nařízena jeho výměna.

**36A.6 Výkonnostní plocha:** Výkonnostní plocha by měla být provedena na modré podložce o rozměrech 6 x 6 m, která je obklopena 2 m širokou červenou bezpečnostní zónou. Místa rozhodčích jsou v řadě po stranách nebo v příslušných rozích.

**36A.7 Počet soudců:** Soudci jsou tři. Udělují se body v rozmezí 6 - 8 (možné jsou i desetiny).  
Možné je následující umístění:

1. v řadě před povrchem
2. jeden zastupující rozhodčí a 2 v rozích areálu.

Pokud jsou umístěny podle č. 2, musí se závodník hlásit pouze rozhodčímu.



**36A.8 Vstup do soutěžního prostoru a výstup z něj** - Soutěžícím musí být ukázáno, na kterém místě mají vstoupit a pouze na tomto místě mohou vstoupit a vystoupit.

Soutěžící se musí dvakrát řádně uklonit nebo zasalutovat. Jeden do prostoru před vstupem do prostoru a jeden k rozhodčím. První soutěžící na podlaze se ukloní pouze podlaze. Po vstupu do soutěžního prostoru se soutěžící dostaví do středu ringu a oznámí rozhodčímu následující:

1. Jméno bojovníka
2. zemi, kterou představuje

Poté jsou zbraně podrobeny kontrole rozhodčích. Pokud nejsou z hlediska bezpečnosti spokojeni, lze požádat o úpravu zbraní.

Pokud si sportovec bude muset vyměnit zbraň, bude mu z celkového skóre odečten 1 bod.

Než soutěžící zahájí svou formu, rozhodčí zkontroluje, zda jsou všichni rozhodčí připraveni a zda v prostoru nejsou žádné překážky.

Pokud je vše k jeho spokojenosti, zvedne ruku, aby ukázal, že sportovci mohou začít, jakmile budou připraveni. Nyní by se měli dostat do výchozí pozice.

**36A.9 Bodování** - Sportovci jsou hodnoceni podle následujících kritérií:

- 1) Technická kvalita předvedených technik
- 2) Obtížnost útoku (realističnost)
- 3) Účinnost
- 4) Vystoupení (show efekty a akrobacie)

**36A.9.1 Odečtení bodů** - 1 bod se odečte, pokud dojde k následujícímu:

- 1) Představení netrvá ani jednu minutu nebo přesáhne 3 minuty.
- 2) Sportovec nebo partner opustí prostor.
- 3) Partner je zraněn druhým partnerem (aktivním partnerem).
- 4) Nebudou se konat žádné show.
- 5) Sportovec musí začít znovu.

**36A.9.2 Losování** - V tomto případě má každý soutěžící k dispozici další dvě techniky. Porota poté rozhodne o vítězi zvednutím ruky.