

試合時間

ジュニア（中学生まで）

ビギナークラス（胴プロテクターあり）	1分30秒×1R	
チャレンジクラス	1分30秒×1R	
ルーキークラス	1分30秒×2R	インターバル45秒
選抜&エキスパートクラス	1分30秒×2R	インターバル45秒

高校生・一般・マスターズ（51歳以上は1R1分30秒）

ビギナークラス	2分×1R	
チャレンジクラス	2分×1R	
ルーキークラス	2分×2R	インターバル60秒
選抜&エキスパートクラス	2分×2R	インターバル60秒

選抜クラストーナメントは参加人数によりラウンド数を決める。トーナメントは基本的には決勝戦のみ2ラウンドとなる。勝ち上がっても試合中にダウンがあった場合は、ドクターの指示により次の試合が出来ない場合もある。勝敗はKO、TKO、採点によって決められる。全ての試合において10カウント2ノックダウン。2ノックダウンとは完全なKOが求められているわけではない。1回のダウンでもレフリーが危険と判断すればTKOとなる。反則の判断はレフリーに委ねられ選手・セコンドの抗議は一切受け付けない。

有効技



- A. ナックル部分を使用したストレート、フック、アッパー（バックハンドブローは反則）
 - B. 認められたターゲットエリアへの膝打ち
 - C. ベルトラインより上、脚の付け根より下のすべてのキック攻撃
 - D. 足またはすねを使って実行されるすべてのキック
前ゲリ、ミドルキック、ハイキック、ローキック、膝蹴り、バックキック、アックスキック（カカト落とし）
- 膝関節に向けた屈曲方向と反対方向への打撃は反則
- 認められた攻撃箇所とは**
- a) 頭の前部と側面（顔面膝蹴りは反則）
 - b) フロントとベルト部分より上の胴体の側面
 - c) ローキックによる膝関節を除く脚全体

反則行為



顔面への膝蹴り



金的、下腹部への攻撃



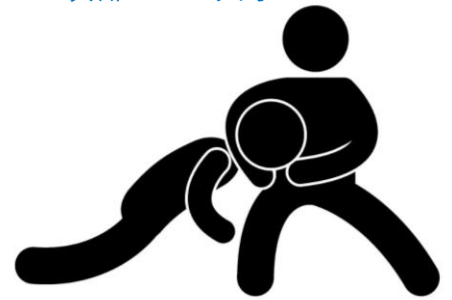
サミング、バタイング
バックブロー、ヒジを使った
頭部への攻撃



相手を投げる
タックルも禁止



倒れた相手への攻撃
(相手を踏みつける事も禁止)



関節技、締め技
掌を使って抑える行為

※蹴り足・腕・首・肩を掴む、抑える、引っ掛ける行為は反則 (掌を使い動きを抑制する行為)
クリンチの時に腰を固定し掌で喉を押す行為は反則。

レフリーの指示に従わない。

選手、セコンド、選手関係者がレフリーに抗議する。

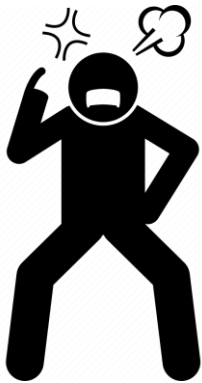
選手、セコンド、選手関係者がレフリー、対戦相手に侮辱的な言動・行為をする。試合場に唾をはく、物を投げつけるなどの行為。

セコンドが自身の選手に対し侮辱的な言動・行為をする。

試合中に選手・セコンドがレフリーに話しかける。

試合開始時に装備に不備がある場合。

故意にマウスピースを吐く、レフリーの指示なしにサポーターを直すなどの行為。



反則についてレフリーは次のアクションをとる

1回目の反則：口頭注意

2回目の反則：警告 (イエローカードかハンドサインの提示)

3回目の反則：減点1 (レッドカードかハンドサインに提示)

減点2で→失格

悪質な反則については初回からイエローカードが出される事もある。
反則はラウンドリセット。減点は種類分けせずに累積される。

例：ローブロー+消極的クリンチ=減点2



ISKAジャパンアマチュアルール

【試合構成】

1. 試合は、それぞれ1分～最大2分間の最大2ラウンドで構成することができる。
各ラウンドの間に45秒～1分間の休憩。
予選 1Ror2R 決勝2R
全てマスト判定とする。延長は無し。
ジュニア（中学生まで）1ラウンド90秒 高校生・一般・マスターズ1ラウンド2分（51歳以上は90秒）
2. レフリーおよびリングサイドの医師のみが、試合を停止する権限を与えられている。その他の裁定については主催者に委ねられる。抗議が提出された場合、適正な手続きにより明確なルール違反を主張する事が出来る。レフリーチームには必ず1名有資格者(ISKA JAPAN有資格者)が入らなくてはならない。
3. すべての試合は、3人のジャッジによって評価され採点される。
4. 採点:
 - A. 10ポイントスコアリングシステムでおこなわれる。ラウンドの勝者には10ポイントが与えられる。
 - B. ラウンドは10-9、10-8、または10-7のポイントで判断される。
 - C. 同点の場合は総合評価（全ラウンドを振り返り）で優劣を決める。

【試合場】

1. 競技場にはボクシングリングもしくは、柔道畳、ウレタンマット（厚み1.5センチ以上）の物を使用すること。
2. ボクシングリングの内寸（ロープ内）は縦横420センチ以上であること。柔道畳、ウレタンマットの内寸（競技スペース）は縦横546センチ以上であること。満たしていない場合は連盟で安全有無を確認。

【救護環境】

試合場には必ず医師免許を持ったリングドクターを配置しなくてはならない。柔道整復師、歯科医師、鍼灸師、獣医師、整体師はリングドクターとして認められない。この条件を満たせない大会の開催は認められない。AED装置、担架の救護用品も必ず準備しなくてはならない。

【採点基準】

試合は、次の優先基準を使用して評価される。

1. ノックダウンの数。
2. 対戦相手に対するダメージ度のある有効打。
3. クリーンヒット（的確な打撃）の数・高度なディフェンス
4. リングジェネラルシップ（積極的にゲームメイクしている事）
5. ノックダウンの場合、レフェリーは立っている選手をニュートラルコーナーに送り、ダウンしたファイターを8カウントをまで数える。
ダウンは、ファイターが足の裏以外のものでマットに触れたときとして定義される。
認められた攻撃でダメージを与えた結果として体制を崩した場合、スリップかダウンが宣告される。無防備な姿勢でロープにもたれかけた場合レフリーは、ダウンを宣告する。
レフリーが「スリップ」と示した位置からレフリーの指示の後に起き上がれなかった場合、ダウンが宣告され審判はカウントを開始し、ノックダウンの手順を始める。ファイターが10カウントで立ち上がらない場合、KOと見なされる。選手が怪我をした場合レフリーは、その裁量の適切な行使において、医師を呼び怪我を治療することができる。対戦相手の有効打によって裂傷等の怪我を負った場合ノックダウン、TKOによって対戦相手の勝者を宣言する。
6. 2ノックダウンルールを採用しているが、1回目のダウンでもレフリーが危険と判断した場合は、1回目のダウンでもテクニカルノックアウトが宣告される。ダウンはカウント8までコールするが、レフリーの判断でカウントアウトとなる場合もある。
7. レフリーは「8カウント」まで数えダウンしたファイターが継続すべきかについて最善の判断を下す。
8. 最終ラウンドでダウンしたファイターは、ゴングによって救われる。
9. すべての選手は、試合中にマウスピースを着用する必要がある。着用なしで試合を開始することはできない。試合中にマウスピースが外れた場合、レフリーは試合時間を止め、マウスピースをすすぎ、最初に選手の口に戻す。マウスピースを意図的に外していると判断した場合は減点することができる。
10. ファイターがリングから落ちた（畳の試合場は仕切り線から出る）場合、ファイターは20秒以内にリングに戻らなければならない。ファイターは、観客またはセコンドを含め、誰からもサポートを受けてはならない。ファイターがアシストされた場合、ポイントが差し引かれるか、失格となる可能性がある。
ファイターが故意にリングから落下または投げ出された場合、レフリーは試合時間を止め選手にリングの戻る許可を与えなければならない。怪我があった場合、リングサイドの医師に判断を求める、落としたファイターに罰則を科す。
レフリーは、必要に応じて反則、減点のアクションを示す。

11. ファウル（反則）

- A. 頭突き。
- B. ローブロー（下腹部・金的への攻撃）。
- C. 膝関節に向けられた全ての打撃。
- D. 後頭部や背骨（背後から正中線）への攻撃。後頭部とは耳から後ろへの部分を指す。
- E. のどへの攻撃。（クリンチの際に喉を絞めること。ストライキングは認められる）
- F. ダウンしているファイターを攻撃する。
- G. レフリーの指示に従わない。レフリーに話しかける。
- H. ストップの後の攻撃（レフリーがストップをかけた後の攻撃が対象、全てのアクションを止める）
- I. ゴングの後の攻撃
- J. 攻防中またはクリンチ中にロープを保持または使用する。
- K. 相手との攻防を避ける消極的な行為。（反則を故意にアピールすること）
- L. 虐待的な言葉やジェスチャーの使用。相手に唾を吐く等の行為。セコンドも含む。
- M. 故意に動作を遅らせる：例えば、マウスピース口から吐き出すことを繰り返す。リングから落ちて遅延を引き起こす。
- N. サミング
- O. 蹴り足・腕・首・肩を掴む、抑える、引っ掛ける行為は反則（掌を使い動きを抑制する行為、）
- P. 認められた打撃以外の方法で選手をダウンさせようとする試み。
ネックロック、サブミッション、スweep、タックル、テイクダウン、投げを含む。
- Q. 噛む。
- R. グローブの部分以外の他の部分で打つこと。
- S. ホールディング。これは、対戦相手を繰り返すつかむ、または拘束することを定義とする。相手の攻撃を防ぐための消極的なクリンチは認めない。
- T. 相手の頭への膝打ち
- U. バックハンドブロー

反則についてレフリーは次のアクションをとる。

1回目の反則：口頭注意

2回目の反則：警告（イエローカードかハンドサインの提示）

3回目の反則：減点1（レッドカードかハンドサインの提示）減点2で失格

反則はラウンドリセット、種類分けせずに累積される。悪質とレフリーが判断した反則

例：ローブロー+消極的クリンチ=減点2

12. 有効な打撃:

- A. すべての打撃は、認められたターゲットエリアに対して行われる。
- B. 認められたターゲットエリアへの膝打ち。
- C. ベルトラインより上の許容されるターゲットへのすべてのキック攻撃。
- D. 足またはすねを使って実行されるすべてのキック、正面から膝関節に向けた打撃は反則です。

認められた攻撃箇所

- 1. 頭の前部と側面（顔面膝蹴りは反則）
- 2. フロントとベルト部分より上の胴体の側面。
- 3. ローキックによる膝関節（正面から）を除く脚全体。

13. 試合の勝者は、次の方法で決定される。

- A. ポイントの判定: 両方の競技者が予定されたラウンドを終了するとジャッジの得点により勝敗が決定する。
- B. ノックアウト: 競技者がレフリーの10カウント以内に試合を再開できない場合KOが宣告されます。
- C. テクニカル ノックアウト (TKO):

- 1. 競技者が競技を再開する意思を示さない、または競技を再開することができないとレフリーが判断した場合TKOが宣告される。
- 2. オフィシャル（主催者）が試合を続けるに値しないと判断した場合。
- 3. ラウンド開始ゴングの後、ファイターがコーナーを離れなかった場合。
- 4. レフリーが、勝敗がついていると判断した場合。
※試合を続けることはアスリートの健康と安全を危険にさらすことになります。
- 5. 正当な攻撃（反則以外）による負傷により、医療上の理由で試合が中止になった場合。
- 6. セコンドがレフリーに指示した場合（試合放棄）
選手のセコンド（コーチ/コーナーマン）がタオルをリングに投げる行為をした場合。

D. 失格:

- 1. レフリーが、故意過失にかかわらず反則行為を理由に選手を失格にすることができる。
- 2. レフリーは、試合中にコーナーからセコンドがリングに入った場合、その選手を失格とする。
- 3. 選手・セコンド・選手の関係者（応援者がレフリー、ジャッジに対し暴言・不適切な態度を表した場合、レフリーは主催者と協議し選手を失格と出来る。休憩時間以外のラウンド中に、ファイターの1人に触れたりした場合も同じ。オフィシャルの許可がある場合を除く。）

E. ドロー: (選抜クラス、トーナメントを除く)

両方のファイターが同時にダウンし、どちらも試合を再開できない場合。ただしレフェリーのテンカウントは必要。(トーナメントでWノックダウンの場合はそれまでの採点判断)

F. ノーコンテスト: (選抜クラス、トーナメントを除く)

1. 1ラウンドで偶発的なファウルの結果として試合を続行できない場合。意図的なファウルによる負傷:

A. 故意のファウルにより、試合が中断するほどの深刻な怪我を負った場合

直ちに、ファウルを引き起こしたファイターは反則負けとなる。

B. レフリーがアクシデントにより競技を継続できない場合。

C. 故意の反則による負傷により、試合の途中で試合が中止された場合。

2ラウンド以降

(i) 負傷した選手が1ラウンドポイントで優位に立っている場合、反則した選手は失格と宣言され、1ラウンドのジャッジが反映され勝利が宣告される。

(ii) 負傷した選手が1ラウンドのポイントが劣っている場合、試合は無効になる。

テクニカルドローとなる。D. ファイターが対戦相手の反則で怪我をしたが、試合を続けることができた場合、レフリーは何の処置も取らないが、怪我を正当な打撃によって生じたものとして扱ってはならない。もしもレフリーが、負傷した選手が試合を続けることができないと判断した場合、その選手はTKO/KOで負ける。

有効打にかかわらず嘔吐などにより試合を中断する場合も、その選手はTKOで負ける。

14. 偶発的なファウルによる負傷

A. 故意でない反則により、試合が中断するほどの深刻な怪我を負った場合。(故意の判断はレフリー権限) 試合が完了していない場合、試合は無効試合という結果になるものとする。(トーナメントを除く)

1ラウンドが成立していない場合に限る。

B. 意図しない反則により、試合が終了した時点で試合を中止するほどの重傷を負った場合。

1ラウンド試合が成立している場合、試合はそのラウンドの採点で判断されます。判定による不成立なラウンドを含む。

2ラウンドの試合の場合、1ラウンドを完了するか、3ラウンドの試合の場合、2ラウンドを完了した時点でネクストラウンドの開催を決める。UNINTENTIONAL ファウルによる負傷が、すぐに試合を中止できるほど深刻ではない場合に限る。ラウンド開始後、反則ダメージにより試合が中止される原因となった場合、試合は没収試合とされるものとする。未完のラウンドを含め、それまでのラウンドを審議し試合公式のものであるかどうかの決定。それ以外の場合、試合は無効試合になる。(トーナメントを除く)

C. ファイターが故意に対戦相手にファウルを試みて怪我をさせた場合:

(i) 試合を継続できる場合、レフェリーは休憩以外の措置をしない。休憩は1R最大3分取る事が可能。

(ii) 選手がスポーツマンシップに反する行為をしたとレフリーが判断した場合、レフリーは試合を止め、選手を失格にすることができる。

15. 使用グローブサイズは以下の規定とする。

ジュニア (中学生まで)

8オンス (-30キロ) 10オンス (-40キロ) 12オンス (-50キロ) 14オンス (+50キロ)

一般 (高校生以上)

12オンス (-65キロ) 14オンス (-75キロ) 16オンス (+75キロ)

ヘッドギアおよびシンガード (脛あて) すねを含むプロテクターは、ISKAジャパン本部によってのみ決定される。

16. 男性の競技者は、上半身が競技に支障をきたす衣類を着用してはならない。タトゥー (刺青) がある競技者はタトゥー部分が見えないようにラッシュガードを着用する必要がある。

女性競技者は、半袖 (肘より上) のTシャツまたはスポーツブラを着用する必要がある。

タトゥー (刺青) がある競技者はタトゥー部分が見えないようにラッシュガードを着用する必要がある。

17. 試合終了前に選手はリングを離れてはならない。試合開始時にいない場合、レフリーはカウントを開始しKOを宣告する。

18. 規定体重をオーバーした選手は既定体重の4%以内であれば減点1、4%を超える体重の場合は失格となる。ただし選抜クラスにおいては、必ず体重リミットを守る事。1グラムのオーバーも認められない。

2026年1月3日改訂