

FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE LUCHAS OLÍMPICAS Y  
DISCIPLINAS ASOCIADAS



**REGLAMENTO NACIONAL DE COMPETICIÓN**

**KRAV MAGA**

2024

# **CÓDIGO ÉTICO**

## **VOY A PARTICIPAR EN UNA COMPETICIÓN DE KRAV MAGA**

- Me aseguro de que estoy registrado para este evento deportivo.
- Verifico que mi licencia federativa está en vigor.
- Compruebo el estado de mi equipo.

## **TENGO QUE COMPORTARME**

- Aplico las instrucciones de los organizadores.
- Respeto a mis oponentes en el tapiz y fuera del área de competición.
- Respeto las decisiones de los jueces.
- Sigo siendo digno tanto en la derrota como en la victoria.
- Invito a los que me acompañen a animarme con la mayor deportividad.
- Doy, a través de mi comportamiento, una buena imagen del Krav Maga.

## INTRODUCCIÓN

La Federación Española de Luchas Olímpicas y Disciplinas Asociadas se complace en presentar las reglas de los Campeonatos en España de Krav Maga Técnico y de Combate.

Este folleto de reglamento y arbitraje permitirá gestionar mejor la organización de los eventos de competición en España. Aquí encontrarás toda la información que contribuirá a ayudarte para una mejor participación de tus alumnos o para participar tú mismo.

### APLICACIÓN DE LAS REGLAS DE KRAV MAGA

Para todas las modificaciones de las disposiciones que anteceden, consideradas aceptables para la mejora de las Reglas y Técnicas de Krav Maga, el Comité Ejecutivo de la FELODA es el único capacitado para tomar todas las decisiones, supeditado siempre al Krav Maga que es el único con la autoridad para tomar decisiones respecto a modificaciones en las presentes disposiciones, que se consideren anheladas con vista al mejoramiento de las reglas técnicas de competición de Krav Maga.

Este Reglamento es el único documento válido de su tipo, hasta que, en el siguiente Congreso, en el cual se pedirá que decida sobre las posibles modificaciones o interpretaciones decididas por la FELODA. En caso de un juicio, únicamente este texto es válido.

Cada árbitro en una competición debe tener una copia de este Reglamento. Estas reglas han sido adaptadas a las necesidades del Krav Maga en España por el Comité Técnico y aprobadas por la Asamblea General y seguirán en vigor hasta la siguiente Asamblea General que se ocupará de dilucidar sobre el tema.

El responsable de cada delegación deberá entregar al delegado técnico de la FEL:

- La licencia federativa del luchador valedera para el año en curso.
- Cartilla sellada en el año en curso.
- El carné de identidad o pasaporte.
- Un luchador puede participar en una competición solamente con la territorialidad que figura en su licencia. Si, en cualquier momento, la FELODA constata que la declaración es falsa y que ha habido un engaño, las medidas disciplinarias previstas a este efecto serán inmediatamente aplicadas para con la Federación Autonómica y el luchador.
- Todo luchador que participe en una competición organizada por la FELODA autoriza automáticamente a la FELODA a difundir su imagen filmada o fotografiada para la difusión y la promoción de la lucha. Si un luchador rehusara esta disposición, deberá comunicarlo en el momento de la inscripción y podrá ser, en ese caso, excluido de la competición.

## **El reglamento gira en torno a algunos puntos clave:**

### **Campeonatos en España de Combate**

Los Campeonatos en España de Combate de Krav Maga están dirigidos a competidores de las categorías infantil, cadete, junior, senior, veteranos A, B y C, divididos por categorías de peso. Pueden participar varios competidores por club.

Los Campeonatos en España de Combate Individual de Krav Maga consisten en un enfrentamiento entre dos competidores que demuestran su eficacia para defenderse de un ataque.

A su vez, los competidores realizan un ataque o varios ataques encadenados a su adversario sobre un tema y tiempo determinado. El defensor debe entonces demostrar su eficacia para protegerse y contraatacar.

Los temas de los ataques son: ataque o amenaza con arma blanca, ataque con bastón, ataque con las extremidades superiores (agarrar, estrangular, puñetazo), ataque de patada.

Después de cada intercambio, los jueces determinan el luchador que ha demostrado la mayor eficiencia en la defensa (protección y contraataque) con las técnicas autorizadas de su elección. La evaluación se realiza mediante votación de banderas. El competidor que ha ganado más rondas es declarado ganador del enfrentamiento.

La competición se lleva a cabo por eliminación con o sin repesca, dependiendo del número de inscripciones.

Los competidores deberán llevar indumentaria de Krav Maga, según lo previsto en el reglamento de estas competiciones, así como las protecciones exigidas.

### **Campeonatos Técnicos en España**

Los Campeonatos en España de Krav Maga Técnico están dirigidos a competidores de categorías infantiles, cadetes, juniors, seniors, veteranos A, B y C. Pueden participar varios equipos por club. Los Campeonatos en España de Krav Maga Técnico se dividen en varias categorías distintas que dan lugar a podios diferenciados.

La competición técnica de Krav Maga es un enfrentamiento por equipos, formado por 2 personas (dúo). Un dúo está formado (según la categoría) por una pareja masculina, una pareja femenina o una pareja mixta.

El ascenso de categoría está autorizado para un solo miembro del equipo en las categorías cadete, junior, senior, veterano A y veterano B.

Cada dúo propone y demuestra una interpretación libre de Krav Maga.

La duración de la actuación técnica es de 1 minuto y 20 segundos, como mínimo, a 1 minuto y 30 segundos, como máximo, para todas las categorías.

La demostración técnica incluye simulacros con y sin armas, a elección de los equipos. Estas armas son proporcionadas por la organización.

Durante la ejecución técnica, el atacante puede utilizar todas las técnicas de Krav Maga. Para el defensor, las defensas y respuestas serán múltiples, variadas y pragmáticas, como recomienda la práctica de Krav Maga.

La evaluación se realiza mediante votación de banderas. La competición se desarrolla por eliminación directa, con o sin repesca, dependiendo del número de inscritos.

Los competidores deben usar ropa de Krav Maga, según lo dispuesto en las reglas de estas competiciones. El desempeño técnico del equipo debe guardar los valores y principios fundamentales del Krav Maga. Debe ser realista y cercano al espíritu de lucha.

## ÍNDICE

<b>I.</b>	<b>Reglas generales de las competiciones.....</b>	<b>8</b>
A.	El responsable administrativo .....	8
B.	El responsable de la organización de la competición.....	8
C.	Inscripciones.....	9
D.	Control de licencias.....	9
E.	Oficiales.....	9
F.	Médico.....	9
E.	Comunicación.....	9
<b>II.</b>	<b>Reglas técnicas de los Campeonatos en España de Combate.....</b>	<b>10</b>
A.	Categorías .....	10
B.	Área de competición .....	10
C.	Entrenador.....	10
D.	Video repetición .....	11

E.	Desarrollo de la competición .....	11
F.	Enfrentamiento .....	11
a)	Desarrollo del enfrentamiento .....	12
b)	Técnicas y comportamientos prohibidos.....	14
c)	El saludo y la posición de espera .....	14
d)	El traje y el equipo .....	15
e)	Protecciones.....	15
f)	Armas.....	15
<b>III.</b>	<b>Las reglas técnicas de los Campeonatos en España Técnicos .....</b>	<b>16</b>
A.	Composición de los equipos .....	16
B.	Edad requerida por categoría .....	16
C.	Área de competición .....	16
D.	Desarrollo de la competición .....	17
E.	Exhibición técnica.....	17
a)	Composición de los equipos .....	17
b)	Desarrollo de la exhibición técnica .....	18
c)	El saludo y la posición de espera .....	19
d)	Uniformidad .....	20
e)	Uso de las armas.....	20
<b>IV.</b>	<b>Arbitraje .....</b>	<b>21</b>
A.	Equipo de arbitral.....	21
B.	Los criterios de evaluación de los campeonatos en España de Combate .....	22
a)	Advertencias, sanciones y Descalificaciones .....	21
b)	Los gestos y señales de los jueces .....	23
C.	Los criterios de evaluación de los campeonatos en España Técnicos .....	25
a)	Descalificaciones y sanciones .....	25
b)	Gestos y señales de los jueces .....	25
D.	Protestas oficiales .....	26
	<b>Anexo 1 .....</b>	<b>27</b>

## **I. Reglas generales de la competición.**

### **A. Responsable Administrativo**

El responsable administrativo es designado por la Organización y se encarga de:

- Confeccionar un archivo completo de la competición, enviando copia del expediente al departamento correspondiente.
- Recibir las inscripciones de competidores enviadas por los clubes.
- Inscribir a los competidores y confeccionar las listas de inscritos.
- Realizar el sorteo para cada equipo.
- Llevar a la competición los tableros de puntuación, las listas de inscritos para su visualización y control, así como el archivo de fichas de inscripción en caso de litigio.

### **B. Responsable de la Organización de la Competición**

El responsable de la organización de la competición es designado por la Organización y se encarga de:

- Asegurar el buen desarrollo de la competición hasta el final de la misma.
- Garantizar el seguimiento del servicio de seguridad de la recepción.
- Garantizar el control de licencias e inscripción en las tablas de la competición.
- Proceder a la publicación de las listas de competidores antes de la competición y de las tablas durante el transcurso de la competición.
- Gestionar la administración de la competición.
- Asegurar el cumplimiento de los reglamentos en nombre de la organización.
- Intervenir para prevenir y resolver posibles conflictos.
- Organizar el protocolo de entrega de medallas.

### **C. Inscripciones**

Las inscripciones se realizan a través de los medios que disponga la organización, respetando la fecha fijada para la competición publicada. No se pueden realizar inscripciones in situ.

Los Campeonatos en España de Krav Maga está abierto a todos los federados de la Federación Española de Lucha.

Para evitar el exceso de competidores no presentados y poder gestionar correctamente las tablas de competición, se cobra una cuota de inscripción para las competiciones. Estas cuotas de inscripción serán anunciadas con su debida antelación previa a los campeonatos.

Los competidores deben presentar los siguientes documentos administrativos:

- Licencia federativa de la temporada en curso, para la modalidad Técnica;
- Licencia federativa para la temporada actual y la temporada anterior, para la modalidad de Combate.
- Documento Nacional de Identidad.
- Certificado médico de aptitud para la práctica de la competición de Krav Maga en competiciones internacionales, si así fuese exigido por el organizador.

Los competidores deben obtener la licencia a más tardar 30 días antes de la fecha límite de inscripción. Esta fecha consta en el programa y en el expediente de inscripción de la competición

Cualquier competidor que no tenga licencia en esta fecha no podrá pretender participar en la competición, incluso si su solicitud de licencia llega entre la fecha límite de inscripción y la fecha de la competición.

Los competidores deben inscribirse para las competiciones a través del club en el que tienen su licencia. Un club no puede negarse a inscribir a uno de sus federados que solicite participar en una competición. En tal caso, el deportista denunciante deberá informar al Comité de Competición de la negativa de su club.

## **D. Control de Licencias Federativas**

La posesión de la licencia federativa es obligatoria. El control de licencias se lleva a cabo por del director de competición.

Deberá contener el certificado médico de aptitud para la práctica de la competición Krav Maga, así como la autorización paterna para los menores de edad en las categorías correspondientes.

La licencia federativa del competidor o de los integrantes de un equipo deberá presentarse en el control administrativo en los horarios y lugares previstos.

Después de las operaciones de control de licencias, los competidores



confirmarán su presencia en las mesas habilitadas para tal efecto.

## **E. Oficiales**

Los oficiales (cuadros técnicos, cargos electos, árbitros, organizadores) deberán vestir el uniforme oficial y comportarse de manera ejemplar, de conformidad con sus responsabilidades. Un miembro de la comisión deportiva indicará sus asientos reservados.

## **F. Médico**

La asistencia médica está a cargo del médico convocado por la organización.

Todas las competiciones deben contar con asistencia médica formada por un facultativo, un técnico y una ambulancia.

## **G. Comunicación**

Los contactos con la prensa y la difusión de información, están a cargo del responsable de comunicación de la organización en colaboración con la federación. Este asegurará la elaboración de carteles, la redacción de documentos promocionales, anuncios de prensa y radio.

# **II. Reglas técnicas de la competición**

## **“Campeonatos en España de Combate”**

### **A. Categorías**

Los Campeonatos en España de Combate de Krav Maga están abiertos a infantiles, cadetes, juniors, seniors, veteranos A, B y C, masculino y femenino.

- Categoría infantil: edades entre 13 y 15 años
- Categoría cadete: edades entre 16 y 17 años
- Categoría junior: edades entre 18 y 21 años
- Categoría senior: edades entre 22 y 35 años
- Categoría de veteranos A: edades entre 36 y 45 años
- Categoría de veteranos B: edades entre 46 y 55 años
- Categoría de veteranos C: edades a partir de 56 años

Las categorías de peso son:

- Infantil masculina: -35kg; -45kg; -55kg; +55kg
- Infantil femenina: -30kg; -40kg; -50kg; +50kg
- Cadete masculina: -40kg; -50kg; -60kg; +60kg
- Cadete femenina: -35kg; -45kg; -55kg; +55kg
- Junior femenina: -40kg; -55kg; -65kg; +65kg
- Senior femenina: -50kg; -60kg; -70kg; +70 kg
- Veteranos A femenina: -50kg; -60kg; -70kg; +70 kg
- Veteranos B femenina: -50kg; -60kg; -70kg; +70 kg
- Veteranos C femenina: -50kg; -60kg; -70kg; +70 kg
- Junior masculina: -60 kg; -70kg; -80kg; +80kg
- Senior masculina: -65 kg; -75kg; -85kg; +85kg
- Veteranos A masculina: -65 kg; -75kg; -85kg; +85kg
- Veteranos B masculina: -65 kg; -75kg; -85kg; +85kg
- Veteranos C masculina: -65 kg; -75kg; -85kg; +85kg

No se permitirán cambios con respecto a los requisitos de edad en cada categoría.

El administrador de la competición puede hacer reagrupaciones de categorías de peso inmediatamente superior o inferior para competidores únicos en su categoría. Es necesario el acuerdo previo de todos los competidores interesados.

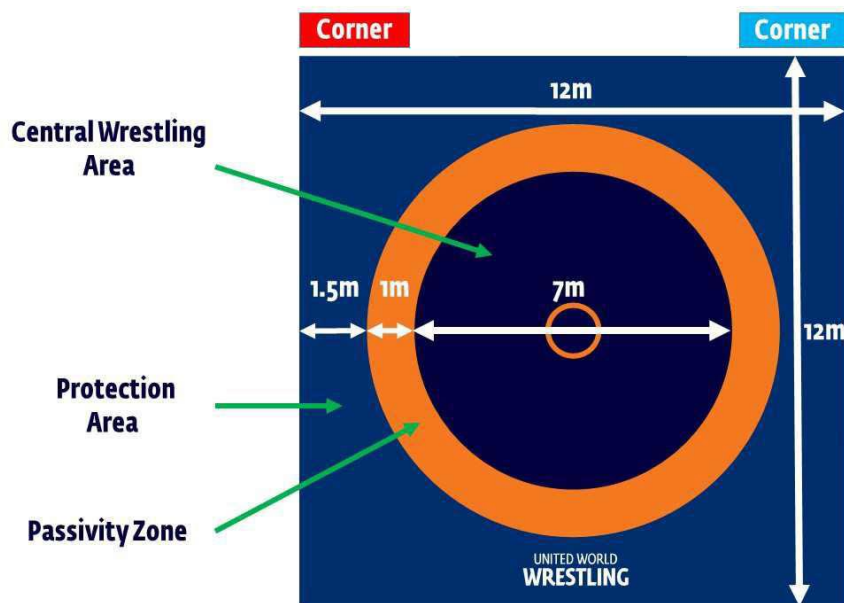
## **B. Zona de competición:**

Un tapiz del tipo homologado por la FELODA, de 9 metros de diámetro rodeado de una guarnición del mismo grosor y de 1,50 m. de anchura es obligatorio en todas las pruebas siguientes: campeonatos de España, Autonómicos y en todas las competiciones que estén bajo la tutela de la FELODA.

En el interior del círculo de 9 m. de diámetro, y a lo largo de su circunferencia, deberá trazarse una banda de color naranja de 1 m. de anchura, que será asimismo parte integrante de la superficie de combate.

Para designar los diferentes partes del tapiz, se empleará la terminología siguiente:

- En el centro del tapiz habrá un círculo de 1 m. de diámetro.
- La parte interior del tapiz situado en el interior de la banda naranja se llamará: zona central de lucha (diámetro 7 m).
- La banda naranja: zona de pasividad (anchura 1m).
- La guarnición: superficie de protección (anchura de 1,20 a 1,50 m)



El área de competición debe ser un círculo de 12 metros de diámetro (medidas exteriores). La superficie de seguridad de 1 metro de ancho alrededor de todo el perímetro del área de competición debe estar claramente delimitada.

Los jueces se sientan en el límite exterior.

Los entrenadores están sentados en una silla en el borde exterior del área de seguridad, frente a la mesa de árbitros.

Los competidores no tienen acceso a las áreas de competición antes de su turno. Los miembros de la comisión deportiva son los responsables de informarles en las áreas de calentamiento que se les asignen, que se ha anunciado su turno. Cuando los competidores se presenten en el área de competición, deberán contar con la indumentaria y equipo de protecciones reglamentarias.

### C. El entrenador

El entrenador puede acompañar a un competidor siempre que cuente con la licencia federativa para la temporada deportiva en curso. Si un competidor no tiene entrenador, puede representarse a sí mismo.

Al llegar al área de combate, saluda a los árbitros y luego se dirige a su silla, cerca de su competidor. Permanece sentado durante todo el asalto.

Sólo el entrenador puede dirigirse al competidor durante la competición, velando por el cumplimiento de la ética deportiva.

Para una decisión arbitral que considere no conforme a las reglas, el entrenador puede llamar a los árbitros levantando la esponja prevista para este fin (ver repetición del video).

El entrenador es responsable del comportamiento de su competidor, pero también debe tener una actitud correcta, un comportamiento ejemplar en todas las circunstancias, respeto al oponente, al árbitro central, a los jueces ya los miembros de la organización de la competición. No puede filmar ni fotografiar.

Cualquier comportamiento no ético e incumplimiento de las reglas debe ser tenido en cuenta por los jueces y el árbitro central durante su evaluación del combate y puede resultar en la descalificación del competidor mal dirigido y la prohibición de representar a un competidor durante toda la competición.

#### **D. Reproducción de vídeo**

La repetición de video es una posibilidad que permite a los árbitros ver las acciones del combate muy rápidamente. Este sistema requiere una videoinstalación previa alrededor de las superficies de competición.

Reglas relacionadas con el uso del sistema de "reproducción de video":

- Al comienzo del combate, se entregará una esponja al entrenador o, en su caso, al deportista.
- Durante cada fase del combate, solo el entrenador puede usar el "video de repetición" para validar una técnica lanzando la esponja al área de combate. La reclamación debe presentarse inmediatamente después de cada fase de combate que la generó para evitar que comience la siguiente fase.
- Tras esta solicitud, se entregará la esponja al árbitro central y se deberá especificar el objeto de su solicitud.
- El visionado estará a cargo del director nacional de arbitraje, así como de dos personas calificadas anunciadas al comienzo de la competición.
- Si la protesta se considera válida, el árbitro contará esta acción. En este caso, el entrenador podrá volver a utilizar la esponja.
- Si la reclamación no es validada, el entrenador (o en su defecto el deportista) perderá su esponja y ya no podrá beneficiarse de ella para todas las eliminatorias y repescas. Se le puede otorgar una nueva esponja en la semifinal o en la final.
- Tras la solicitud del entrenador de la repetición del vídeo, después de verlo, si la acción no es visible, se le devolverá la esponja.

#### **E. Transcurso de la competición.**

La competición se lleva a cabo por eliminación con o sin repesca, dependiendo del número de inscripciones.

## **F. Confrontación**

El combate de Krav Maga es una confrontación de dos competidores.

Cada enfrentamiento tiene 2 intercambios ganadores para las eliminatorias y 3 intercambios ganadores para las finales.

Un intercambio consta de dos fases de combate de 10 segundos como máximo:

- Durante la primera fase de 10 segundos, como máximo, un competidor es designado atacante, el otro es designado Defensor.
- Durante la segunda fase de 10 segundos, como máximo, los roles de los competidores se invierten.

Al final del intercambio, uno de los competidores es declarado ganador del intercambio. Una fase consta de:

- Un primer ataque sobre uno de los temas mencionados a continuación, complementado o no con ataques adicionales de su elección, realizados por el atacante.
- Técnicas de defensa (protección y respuesta) realizadas por el defensor.

Los posibles temas por fase a elección de los competidores son:

- Ataques con un arma: cuchillo o palo.
- Ataques sin armas: agarrar, estrangular, puñetazos o patadas.

### **a) Desarrollo del enfrentamiento**

Los luchadores tienen las armas provistas por la organización al borde de la superficie (cuchillos, palos).

Los competidores llamados al centro del área por el árbitro central se saludan a una distancia de 1 metro a cada lado del centro.

El luchador rojo gira sobre sí mismo para darle la espalda al luchador azul. El luchador azul se acerca al borde del tapiz para coger un arma de su elección o decide ir con las manos desnudas. Luego vuelve a su ubicación original.

El árbitro central se para en el borde de la lona para ser visible para ambos competidores. A la señal del árbitro central ("Fight", gesto y voz), el competidor rojo se da la vuelta para encarar al competidor azul, que tiene 10 segundos para atacar.

El intercambio se detiene:

- si uno de los competidores es neutralizado;
- si la mayoría de los jueces declara un ataque como decisivo cruzando y levantando simultáneamente la bandera roja y azul. La mesa principal alerta inmediatamente al árbitro central de la decisión de los jueces.
- en caso de lesión, sanción, pérdida de protección.
- a más tardar después de 10 segundos.

El árbitro central separa a los competidores. Luego, los roles se invierten, al igual que las ubicaciones.

El competidor azul gira para darle la espalda al competidor rojo. El competidor rojo se acerca al borde del tapiz para coger un arma de su elección o decide ir con las manos desnudas. Luego vuelve a su ubicación original.

El árbitro central se para en el borde de la lona para ser visible para ambos competidores. A la señal del árbitro central (“Fight”, gesto y voz), el competidor azul se da la vuelta para encarar al competidor rojo, que tiene 10 segundos para atacar.

El intercambio se detiene:

- si uno de los competidores es neutralizado;
- si la mayoría de los jueces declara un ataque como decisivo cruzando y levantando simultáneamente las banderas roja y azul. La mesa principal alerta inmediatamente al árbitro central de la decisión de los jueces.
- a más tardar, después de 10 segundos.

Al final del primer intercambio, los competidores regresan al centro del área de competición. El juez central pide la decisión pitando dos veces. Todas las banderas se levantan simultáneamente. La decisión es a favor del competidor que lleva el cinturón rojo o el cinturón azul, no puede haber empate. El competidor que obtiene la mayoría de banderas es declarado ganador del intercambio.

El árbitro central designa al ganador del intercambio anunciando los resultados de los jueces y luego el ganador del intercambio bajando su brazo a 45° hacia abajo en dirección al ganador.

\*\*Ejemplo con 3 jueces: “2, Azul; 1, rojo, azul ganador del intercambio”

Para bajar las banderas, el juez central vuelve a pitar tras el anuncio del resultado por parte del árbitro central.

Los siguientes intercambios tienen lugar de acuerdo con el mismo protocolo.

Al final del enfrentamiento, los competidores se quitan los cascos. El luchador

que ha ganado la mayor cantidad de intercambios es declarado ganador por el árbitro central. Designa al vencedor del enfrentamiento levantando el brazo a 45° hacia arriba del lado del vencedor con el siguiente anuncio:

\*\*Ejemplo: "Ganador del combate, competidor Azul".

Después de la decisión, los competidores se saludan entre sí, luego saludan al equipo de árbitros y abandonan el área de combate.

Los competidores deben tener un mínimo de 10 minutos de recuperación entre cada ronda.

### **b) Técnicas y comportamientos prohibidos**

Las técnicas prohibidas son:

- patadas, codazos y rodillazos dirigidos a un oponente en el suelo.
- cabezazos.
- golpes dirigidos a los genitales.
- golpes dirigidos a la columna, cuello y parte posterior de la cabeza.
- golpes dirigidos a la garganta.
- golpes de rodilla directos a la cabeza del oponente.
- luxaciones de los dedos de las manos o de los pies.
- giros de cuello, luxaciones cervicales.
- luxaciones de tobillo y rodilla en giro.
- torsiones de columna.
- proyecciones con luxación.
- lanzamientos y empujones intencionados destinados a derribar al oponente sobre el cuello o la cabeza.
- defender una sumisión levantando al oponente por encima del nivel de la cintura para proyectarlo contra el suelo.
- proyecciones hacia atrás con el oponente situado a la espalda desde una posición de pie (suplex).
- golpes en la clavícula de arriba abajo (de 6 a 12).

Los comportamientos prohibidos son:

- agarre de la tráquea con los dedos.
- arañar o pellizcar intencionalmente.
- agarrar o tirar del cabello.
- agarrar la ropa del oponente.
- meter los dedos en ningún orificio del oponente.
- hacer cosquillas al oponente.
- morder al oponente.
- escupir en la cara del oponente o insultarlo.
- agarrar las protecciones.
- tomar represalias de espaldas al atacante al comienzo del combate.
- protestar las decisiones del árbitro verbalmente o con gestos.

Se prohíbe el comportamiento agresivo y deliberadamente peligroso que pueda dañar la integridad física del oponente.

#### **c) El saludo y la posición de espera**

- Saludo: pies separados, paralelos, leve inclinación del torso, brazos a lo largo del cuerpo.
- La posición de espera: los pies separados en paralelos, con las manos en la espalda.

#### **d) Ropa y equipo**

Los competidores deben usar ropa de Krav Maga:

- pantalones de kimono negros.
- solo camiseta Negra.
- zapatillas de entrenamiento o pies descalzos dependiendo de las reglas del lugar de la competición.

Tanto en el pantalón como en la camiseta, se puede llevar:

- el distintivo de KRAV MAGA;
- el logotipo con la palabra KRAV MAGA.

La organización proporcionará a los competidores cinturón rojo y azul para cada esquina.

#### **e) Protecciones**

Por razones de higiene, cada competidor debe estar en posesión de las siguientes protecciones personales (ver anexo 1):

- un casco que asegure la protección de la barbilla, los pómulos de la parte superior del cráneo y la protección de la cara (ojos, nariz).
- un protector bucal.
- un peto que proteja el tronco y los ángulos costales solo para las categorías infantil, cadete, junior, femeninas y veteranas.
- guantes de mano abierta tipo manopla (guantillas mínimo 7 onzas).
- una protección genital.
- espinilleras y protectores de pies (tipo tubulares/calzetín).
- zapatillas exclusivas de tapiz siempre que los dos competidores estén de acuerdo o pies descalzos.
- se permite solamente el uso de vendajes de tela con un largo máximo de 4,5 m.

El árbitro central verifica la equipación antes del saludo de los competidores.



Especificaciones de las protecciones en el anexo.

#### **f) Las armas**

Las armas, palo y cuchillo de espuma, corren a cargo de la organización. Están a disposición de los competidores y se colocan en el borde del tapiz antes del inicio del combate.

### **III. Reglas técnicas de la competición**

#### **“Campeonatos Técnicos en España”**

##### **A. Composición de los equipos.**

Composición de los equipos:

- **Categorías infantiles, cadetes, juniors y veteranos A, B y C:** Los equipos pueden estar compuestos por 2 hombres, 2 mujeres o ser mixtos.
- **Categoría senior femenina:** Los equipos están formados únicamente por mujeres.
- **Categoría senior masculina:** Los equipos están formados únicamente por hombres.
- **Categoría senior mixta:** Los equipos están formados por un hombre y una mujer.

No hay distinción entre cinturones de colores y/o cinturones negros. Sólo la edad determina la categoría.

##### **B. Edad requerida por categoría**

- Categoría infantil: edades entre 13 y 15 años
- Categoría cadete: edades entre 16 y 17 años
- Categoría junior: edades entre 18 y 21 años
- Categoría senior: edades entre 22 y 35 años
- Categoría de veteranos A: edades entre 36 y 45 años
- Categoría de veteranos B: edades entre 46 y 55 años
- Categoría de veteranos C: edades a partir de 56 años

Se permite el ascenso para un miembro de la pareja en las categorías Cadete, Junior, Senior, Veterano A y Veterano B:

La categoría Cadete está formada por dos cadetes o un cadete y un infantil.

La categoría Junior está formada por dos juniors o un junior y un cadete.

La categoría Senior está formada por dos seniors o un senior y un junior o un senior y un veterano A.

La categoría de Veteranos A está formada por dos veteranos A o un veterano A y un veterano B.

La categoría de Veterano B está formada por dos veteranos B o un veterano B y un veterano C.

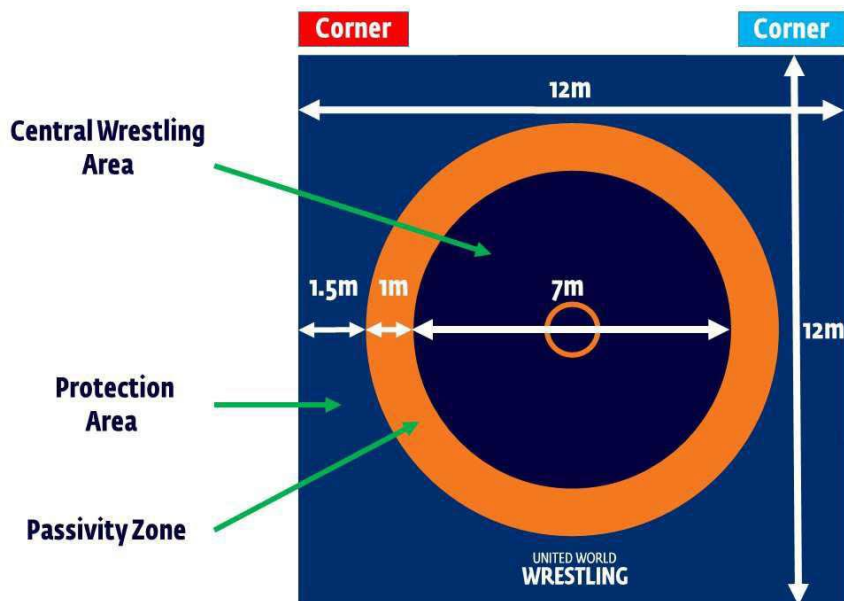
### **C. Zona de competición:**

Un tapiz del tipo homologado por la FELODA, de 9 metros de diámetro rodeado de una guarnición del mismo grosor y de 1,50 m. de anchura es obligatorio en todas las pruebas siguientes: campeonatos de España, Autonómicos y en todas las competiciones que estén bajo la tutela de la FELODA.

En el interior del círculo de 9 m. de diámetro, y a lo largo de su circunferencia, deberá trazarse una banda de color naranja de 1 m. de anchura, que será asimismo parte integrante de la superficie de combate.

Para designar los diferentes partes del tapiz, se empleará la terminología siguiente:

- En el centro del tapiz habrá un círculo de 1 m. de diámetro.
- La parte interior del tapiz situado en el interior de la banda naranja se llamará: zona central de lucha (diámetro 7 m).
- La banda naranja: zona de pasividad (anchura 1m).
- La guarnición: superficie de protección (anchura de 1,20 a 1,50 m).



El área de competición debe ser un círculo de 12 metros de diámetro (medidas exteriores). La superficie de seguridad de 1 metro de ancho alrededor de todo el perímetro del área de competición debe estar claramente delimitada.

Los jueces se sientan en el límite exterior.

Los entrenadores están sentados en una silla en el borde exterior del área de seguridad, frente a la mesa de árbitros.

Los competidores no tienen acceso a las áreas de competición antes de su turno. Los miembros de la comisión deportiva son los responsables de informarles en las áreas de calentamiento que se les asignen, que se ha anunciado su turno. Cuando los competidores se presenten en el área de competición, deberán contar con la indumentaria y equipo de protecciones reglamentarias.

## D. El desarrollo de la competición

La competición se desarrolla por eliminación directa, con o sin repesca, dependiendo del número de inscritos.

## E. Exhibición técnica

La competición de Krav Maga es un enfrentamiento por equipos.

### a) Composición de los equipos.

Cada equipo está formado por 2 personas (dúo). Para todas las categorías, la duración de la actuación técnica es de 1 minuto, 20 segundos mínimo a 1 minuto, 30 segundos máximo (1'20" a 1'30"). Un primer gong avisará al equipo diez

segundos antes de que finalice el tiempo asignado. Un segundo gong, seguido de un pitido largo del árbitro de mesa, indicará el final de la actuación técnica. Cualquier acción iniciada antes del segundo gong puede finalizar.

Los competidores que componen un dúo son obligatoriamente los mismos durante toda la competición, no se autoriza sustitución alguna.

Cada dúo propone y demuestra una interpretación libre puesta en escena.

Los equipos tienen la opción de presentar la misma presentación técnica o presentar una nueva en cada ronda.

### **b) Desarrollo del ejercicio técnico**

La exhibición técnica puede incluir:

#### para el atacante:

- Golpe con los miembros superiores (manos abiertas o puños cerrados).
- Golpe con los miembros inferiores.
- Agarre.
- Empujón.
- Tracción.
- Presa.
- Estrangulación.
- Llevar al suelo.
- Proyección.
- Inmovilización en el suelo.
- Amenaza con palo.
- Amenaza con cuchillo.
- Ataque de palo.
- Ataque con cuchillo.

#### para el defensor:

Las defensas y respuestas serán múltiples, variadas y pragmáticas, recomendadas por la práctica de Krav Maga.

Durante la actuación técnica, los integrantes del equipo pueden ser "atacante" o "defensor" por iniciativa propia en un orden no impuesto, independientemente de la categoría y el género.

Los movimientos serán libres y el posicionamiento frente a su compañero durante la ejecución también (de frente, de lado o detrás de cada cual).

El dúo puede presentar libremente una actuación técnica diferente o la misma hasta la final, inclusive.

Durante los controles de registro de cada ronda, el entrenador de cada equipo se acercará a la mesa oficial. El equipo que no se presente al pase de lista será descalificado.

En cada ronda, dos equipos opuestos presentan su desempeño técnico.

Al comienzo de cada ronda, cuando se anuncia el número de equipos y los apellidos y nombres que componen cada dúo, los dos equipos se presentan ante el juez central.

Los dos competidores (dúo) de un equipo llevan un cinturón rojo y los miembros del otro equipo un cinturón azul. Se alinean en el perímetro del área de competición de cara al juez central.

Después de haber saludado al juez central, el dúo del cinturón azul se retira del área de competición y espera su turno. El dúo del cinturón rojo avanza hacia el área de competición y comienza su actuación después de otro saludo al equipo de árbitros.

Durante la actuación técnica del equipo, los dos competidores deben iniciar su actuación de cara al juez central:

Las armas a disposición de los competidores se colocarán en una esquina del tapiz.

Cuando finaliza la actuación, los competidores recogen sus armas y ambos equipos regresan al área de competición y esperan la decisión del equipo arbitral.

Cuando finalizan las dos actuaciones técnicas, los dos equipos avanzan en el área de competición y permanecen uno al lado del otro, de cara al juez central. El juez central pide la decisión pitando dos veces. Todas las banderas se levantan simultáneamente.

Para bajar las banderas, el juez central vuelve a silbar.

La decisión es a favor, bien del equipo que lleva el cinturón rojo o bien del que lo lleva azul, no puede haber empate. El equipo que obtiene la mayoría de banderas es declarado ganador.

Después de la decisión, los competidores se saludan entre sí, luego saludan al equipo de árbitros y abandonan el área de competición. El equipo debe tener un mínimo de cinco minutos de recuperación entre cada vuelta.

Durante la competición de sus alumnos, los profesores deberán adoptar una

actitud digna y en todos los sentidos respetuosa con los oficiales, los árbitros y los competidores. No se permite el entrenamiento.

#### **c) El saludo y la posición de espera.**

- Saludo: pies separados, paralelos, leve inclinación del torso, brazos a lo largo del cuerpo.
- La posición de espera: los pies separados en paralelo y las manos en la espalda.

#### **d) la ropa**

Los competidores deben usar ropa de Krav Maga:

- pantalones de kimono negros.
- solo camiseta Negra.
- zapatillas exclusivas de tapiz o pies descalzos.

El equipo (dúo) debe tener un atuendo idéntico.

Tanto en el pantalón como en la camiseta, se puede llevar:

- el distintivo de KRAV MAGA;
- el logotipo con la palabra KRAV MAGA.

Un equipo está formado por dos competidores que visten ropa idéntica de Krav Maga. Un equipo usa un cinturón rojo y el otro usa un cinturón azul. Estos cinturones deben tener aproximadamente 5 cm de ancho y una longitud suficiente para sobresalir 15 cm a cada lado del nudo. Los cinturones son proporcionados por la organización.

Los pasadores y horquillas para el Cabello deben ser discretos.

Está prohibido el uso de cualquier otra ropa o equipo.

Cuando un equipo o uno de los competidores llega al área de competición con un atuendo no conforme, no hay descalificación inmediata, pero se le concede un minuto para remediarlo.

#### **e) El uso de armas**

La exhibición técnica incluye simulacros con y sin arma.

Solo se admitirán armas simuladas de goma y/o acolchadas, que serán supervisadas previo a la actuación por el juez central.

La actuación técnica de cada equipo debe incluir, al menos una vez, el uso de un palo y un cuchillo.

Las armas utilizadas durante el ejercicio técnico son:

- colocadas en el área de competición a conveniencia de la pareja.
- llevadas encima.

Para todas las categorías se debe utilizar palo y cuchillo. Cada equipo (rojo y azul) tiene a su disposición 2 palos y 2 cuchillos (si fuera necesario).

## IV. Arbitraje

La comisión Nacional de Competición, o su representante, designa el grupo directivo de la competición (responsable del arbitraje, responsable de la organización y responsable de la logística) y valida la lista de nombres del cuerpo arbitral.

El director de arbitraje vela por el buen desarrollo técnico de la competición con los árbitros designados. Un miembro del arbitraje podrá asistir al sorteo de las mesas.

### A. El equipo de árbitros

Se requiere vestimenta formal. Los jueces deben vestir el uniforme oficial adoptado por la Comisión de Arbitraje y en la muñeca izquierda manguito rojo, en la muñeca derecha manguito azul.

Para cada ronda, el equipo arbitral está formado por tres jueces, un anotador-cronometrador y un árbitro central:

- con **3 jueces**: el juez central se sienta en el borde del área de competición de cara a los competidores. Los otros dos jueces permanecen sentados a cada lado del tapiz a derecha e izquierda. Los tres jueces tienen una bandera azul y una bandera roja.

Para las finales de cada categoría, el equipo arbitral está compuesto (opcionalmente) por cinco jueces, un anotador-cronometrador y un árbitro central:

- con **5 jueces**: el juez central se sienta en el borde del área de competición, de cara a los competidores. Los otros dos jueces permanecen sentados en cada esquina del tapiz. Los cinco jueces tienen una bandera azul y una bandera roja.

Cualquier juez o miembro de la organización convocado para arbitrar una competición no podrá, en ningún caso, tomar parte en la misma como competidor.

## **B. Criterios de evaluación del Campeonato de España de Combate.**

Los competidores deben demostrar su eficacia para defenderse de uno o muchos ataques francos.

Los jueces evalúan en el siguiente orden:

- la efectividad de la protección del defensor: el defensor no ha sido golpeado en áreas vitales (bloqueando, esquivando ataques o contrarrestando).
- la eficacia de la respuesta: neutralización del atacante (fuera de combate, inmovilización, etc.).

Los jueces pueden declarar un ataque como decisivo teniendo en cuenta su potencia, el arma utilizada y el área afectada: golpe fuerte realizado con el palo en la cabeza, puñaladas repetidas en el hígado...

### **a) Advertencias, sanciones y descalificaciones**

El árbitro central puede decidir sobre advertencias, penalizaciones, descalificaciones y “fuera de combate”.

El árbitro central puede pronunciar una advertencia por técnicas prohibidas, golpes peligrosos o comportamiento inapropiado con la interrupción del intercambio.

La segunda advertencia conduce a la pérdida del intercambio actual. La tercera advertencia resulta en la pérdida del combate.

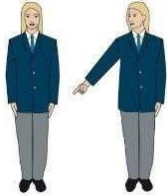
Un competidor que ejecute una técnica prohibida o un golpe voluntario prohibido puede ser descalificado automáticamente por el árbitro central.

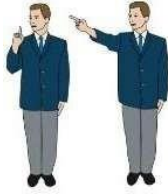

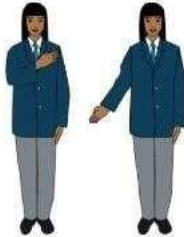
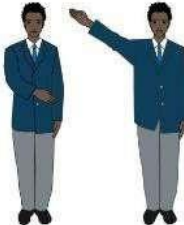
La salida voluntaria del área de competición conlleva la pérdida del intercambio. La salida voluntaria se define como una situación en la que un competidor tiene el cuerpo completamente fuera de los límites del área de combate sin intercambios.

Abandonar el área de combate durante el intercambio, manteniéndose dentro de la zona de seguridad de 1 metro no da lugar al cese del combate ni a sanción.



**b) Los gestos del árbitro central y las señales de los jueces**

<p>Bienvenida a los competidores</p>	 <p>El árbitro anuncia “Azul” “Rojo”</p>
<p>Hola competidores</p>	 <p>El árbitro anuncia “Saludo”</p>
<p>Advertencia por técnicas o golpes prohibidos</p>	 <p>El árbitro señala con su dedo índice hacia el abdomen del infractor, anuncia “Advertencia azul” o “Advertencia roja” especificando la técnica prohibida o el comportamiento prohibido.</p>
<p>Salida del área de competición</p>	 <p>El árbitro señala con el dedo índice hacia el borde del área de competición, del lado del infractor y anuncia “Salida azul” o “Salida roja”.</p>

<p>Descalificación</p>	 <p>El árbitro señala con su dedo índice hacia la cara del infractor y anuncia Descalificación Azul” o “Descalificación Roja” luego anuncia la victoria del oponente “Ganador azul” o “Ganador rojo”.</p>
<p>Designación del ganador del intercambio por los jueces</p>	
<p>Designación del ganador del intercambio</p>	 <p>El árbitro extiende el brazo a 45º hacia abajo, del lado del ganador y anuncia “Ganador del intercambio azul” o “Ganador del intercambio rojo”</p>
<p>Designación del ganador del combate</p>	 <p>El árbitro extiende el brazo a 45º hacia arriba, del lado del ganador y anuncia “Ganador del combate azul” o “Ganador del combate rojo”</p>

### C. Criterios de evaluación de los Campeonatos de España

## **Técnicos**

La exhibición técnica del equipo debe ejecutarse con habilidad y debe demostrar un buen conocimiento de los principios de Krav Maga.

La exhibición técnica no se basa en una apreciación estética sino en los valores y principios fundamentales del Krav Maga, como son la eficacia, el pragmatismo, la sencillez y la rapidez.

Para marcar la actuación del equipo, los jueces tienen en cuenta los siguientes criterios:

- realismo de la exhibición técnica.
- originalidad de la exhibición técnica.
- variedad técnica y dificultad tanto en defensa como en ataque o amenaza.
- comportamiento.
- dominio de la técnica que implica el control de los movimientos y la seguridad.
- determinación, concentración y espíritu de lucha.
- proporcionalidad en la respuesta.

Los dos compañeros de equipo son evaluados independientemente del rol o roles definidos en la elección de su actuación (atacante/defensor).

Durante la actuación técnica del equipo, los dos competidores deben iniciar su actuación de cara al juez central.

Los miembros del equipo deben demostrar su competencia en todos los aspectos de la realización de las secuencias.

### **c) Descalificaciones y Sanciones**


El equipo es descalificado por el juez central después de consultar al jefe de arbitraje o consultar al médico, si la exhibición técnica se interrumpe debido a una lesión, o si la seguridad de uno de los competidores está en peligro.

Si un equipo es descalificado, el juez central levanta la bandera correspondiente al color (rojo o azul) luego cruza y descruza las banderas. Después de que ambos equipos hayan pasado en la misma vuelta, el equipo no descalificado es declarado ganador.

Durante las eliminatorias y semifinales, en la misma ronda, es posible descalificar a los 2 equipos.

En la final, el equipo de árbitros debe tomar una decisión para determinar la clasificación final.

#### d) Los gestos y señales de los jueces

Designación del equipo ganador	
--------------------------------	---

### D. Las protestas oficiales

Es responsabilidad del juez central asegurarse de que la ronda se haya desarrollado de acuerdo con el procedimiento de organización y las reglas de la competición.

En caso de protesta, el jefe de tapiz debe ser notificado por el entrenador del equipo antes del próximo encuentro. Inmediatamente toma las medidas necesarias. Su decisión es apelable ante el responsable del arbitraje y éste inmediatamente después del paso de los competidores.

Cuando el jefe de arbitraje considera que la queja está fundada, se toman las medidas correspondientes. Su decisión no puede ser apelada. Las rondas subsiguientes no se posponen incluso si se va a presentar una protesta oficial. Las decisiones de los jueces después de la actuación de un equipo durante la valoración de la bandera, no pueden ser impugnadas.

## V. Anexo 1

### Casco de seguridad



### Protector bucal



### Peto



### Guantillas



### Coquilla



### Protección de espinillas y pies

