



## KICK BOXING

### Saison 2024/2025

EMETTEUR : Ligue Paris- Île-de-France du Sport U  
 DESTINATAIRES : Associations Sportives IDF  
 DATE : 17 octobre 2024  
 OBJET : Règlement sportif du Kick Boxing

## 1 REGLE DE COMPETITION DU CHAMPIONNAT D'ILE DE FRANCE

### 1.1 REGLEMENT TECHNIQUE

#### 1.1.1 COMPETITION EN « ASSAUT » (KICK LIGHT) SUR TATAMI

Les rencontres se déroulent en assaut sur tatami. Les participants ont l'interdiction d'utiliser des techniques de percussion avec puissance à l'impact. Le jugement des rencontres se fait en comptabilisant les touches et les techniques contrôlées.

Ce championnat s'adresse prioritairement à des étudiants.es ne pratiquant pas les sports de combat de percussion en combat (toutes formes de boxes confondues)

#### 1.1.2 COMPETITION EN COMBAT ESPOIR KICKBOXING LOW-KICK (KBLK)

Cette formule est réservée aux combattants justifiant d'un niveau de pratique suffisant et ayant déjà une expérience en combat plein contact de 5 combats maximum (toutes formes de boxes confondues).

**Nb : Compétition ouverte aux combattant.es âgé.es de 18 à 35 ans lors de la saison en cours.**

- Pour les licenciés FFKMDA Présentation lors du CFU, avant la pesée, du passeport sportif fédéral de la saison en cours.
- Pour les non licenciés FFKMDA Justifier avant la pesée d'une aptitude médicale comprenant un examen ophtalmologique (valable 1 année) identique à celui de la FFKMDA et un certificat médical de non-contre-indication à la pratique du K1 combat en compétition disponible.
- Les documents médicaux sont consultables sur : <https://sport-u.com/sportsind/kick-boxing-muaythai/>.

Les règlements techniques, sportif et d'arbitrage sont identiques à la réglementation officielle amateur du low kick de la Fédération Française de Kickboxing - Muaythai & DA.

### 1.1.3 COMPETITION COMBAT ELITE K1 STYLE

Cette formule est réservée aux combattants justifiant d'un niveau de pratique suffisant et ayant déjà une expérience en combat plein contact de 6 combats minimum (toutes formes de boxes confondues).

**Nb : Compétition ouverte aux combattant.es âgé.es de 18 à 35 ans lors de la saison en cours.**

**Attention :** Ce championnat est interdit aux combattants titulaires d'une licence pro. Toutefois afin de participer aux compétitions EUSA, ces étudiants pourront demander une qualification exceptionnelle, sur justificatif de palmarès, auprès du directeur national adjoint : [lbelkhir@sport-u.com](mailto:lbelkhir@sport-u.com)

- Pour les licenciés FFKMDA présentation, avant la pesée :
  - du passeport sportif fédéral de la saison en cours
- Pour les non licenciés FFKMDA justifier avant la pesée :
  - [d'une aptitude médicale comprenant un examen ophtalmologique \(valable 1 année\) identique à celui de la FFKMDA et un certificat médical de non-contre-indication à la pratique du K1 combat en compétition.](#)
- Tous les participants devront obligatoirement remplir et présenter [l'attestation de palmarès et l'autorisation de combattre validées par leur coach.](#)

Ce CFU pourra être qualificatif pour les championnats **d'Europe EUSA 2025** uniquement en K1 style. Les règlements techniques, sportif et d'arbitrage sont identiques à la réglementation officielle amateur du K1 style de la Fédération Française de Kickboxing - Muaythai & DA.

### 1.2 CATEGORIES DE POIDS

---

<b>F</b>	- 50 kg	De 50 kg à 55 kg inclus	De 55 kg à 60 inclus kg	De 60 kg à 65 kg inclus	De 65 kg à 70 kg inclus	+70 kg	
<b>M</b>	- 60 kg	De 60 kg à 65 kg inclus	De 65 kg à 70 kg inclus	De 70 kg à 75 kg inclus	De 75 kg à 80 kg inclus	De 80 kg à 85 kg inclus	+ 85 kg

### 1.3 ORGANISATION

---

**Sur place le jour de la compétition :** Pesée et Contrôle médical

Les participants devront présenter obligatoirement :

- La **carte d'étudiant 2024/2025**  
&
- La **licence FFSU 2024/2025, avec obligatoirement la mention boxe(es) combat, plein contact (Anglaise, Kickboxing, K1 rules) au niveau du sport principal ou des activités à risque, uniquement si vous faites du combat.**

### 1.3.1 DUREE DES ASSAULTS & DES COMBATS

ÉLIMINATOIRES	J.F. J.G.	3 reprises de 2 minutes avec 1 minute de repos entre chaque reprise. <i>(Si forte affluence 3 reprises de 1 minute 30).</i>
FINALES	J.F. J.G.	3 reprises de 2 minutes avec 1 minute de repos entre chaque reprise.

### 1.3.2 TENUE ET PROTECTIONS

#### ☞ Tenue :

- **Kick Light:** Short de kickboxing sans legging et tee shirt de sport manches courtes ou débardeur. Le combattant doit porter les couleurs de son coin ou une couleur neutre.
- **K1 et Kick Low Kick:** Short de kickboxing sans legging.

#### ☞ Protections :

Les combattants(es) doivent se munir **obligatoirement** des protections suivantes :

- Gants à scratch
- Casque
- Protège –tibiais pieds (sous forme de chaussette souple)
- Protège-dents
- Coquille
- Protège poitrine obligatoire pour les femmes

Les boxeurs utilisent leurs gants s'ils sont en bon état (contrôle par l'arbitre).

Les bandages amateurs (souples) sont les seuls autorisés.

Pour des questions de sécurité les ongles des orteils doivent être coupés très court.

Aucun prêt de matériel n'aura lieu. Chaque étudiant doit venir avec son propre matériel en bon état, avec vérification sur place. **Seuls les plastrons seront prêtés.**

- **Poids des gants** pour les trois disciplines, toutes catégories : Kickboxing LowKick et K1: Pour les hommes : 12 oz ; pour les femmes : 10 oz
- **Poids des gants pour le Kick Light, toutes catégories : 10 oz pour les hommes ET les femmes**

## 2 CALENDRIER DES COMPÉTITIONS

Ouvert uniquement aux licenciés FFSU 2024/2025

EPREUVE	DATE/HORAIRES	LIEUX	ENGAGEMENT
CHAMPIONNAT D'ILE DE FRANCE "Kick Light" (assaut tous niveaux) + Kick-Low kick + K1 Combat  <b>FINALES</b>	Jeudi 19 décembre 2024  <b>Pesée 11 h à 12 h</b>  <b>1<sup>ère</sup> rencontre à 12h30</b>	Gymnase Biancotto 75017 PARIS	Inscription KICK LIGHT  en ligne <a href="#">ICI</a>  <b>jusqu'au 12/12/24 (23h59)</b>
			Inscription KICK LOW KICK et K1 en ligne <a href="#">ICI</a>  <b>jusqu'au 05/12/24 (23h59)</b>
CHAMPIONNAT DE FRANCE	31/01 au 2/02 2025	BREST	SUR QUALIFICATION

## 3 CONDITIONS DE PARTICIPATION AUX COMPÉTITIONS

Un compétiteur ne peut s'inscrire que dans une seule discipline et une seule catégorie de poids.

### 3.1 CHAMPIONNAT D'ILE DE FRANCE KICK LIGHT

#### 3.1.1 REGLEMENT GENERAL KICK LIGHT

Cette formule est réservée aux étudiant(e)s justifiant d'une 1<sup>ère</sup> expérience compétitive en sports de combat de percussion.

Les inscriptions se font **UNIQUEMENT** en ligne [Cliquez ici](#)

Les participants devront présenter obligatoirement :

- La **carte d'étudiant 2024/2025**  
&
- La **licence FFSU 2024/2025**
- Une attestation de niveau signée par l'enseignant et l'étudiant, justifiant de son expérience, est possible.

Lieu : Gymnase Biancotto - 6 avenue de la Porte de Clichy - 75017 PARIS

**Toute personne ne présentant pas l'intégralité de ces documents ne sera pas autorisée à s'inscrire.**

## 3.2 CHAMPIONNAT DE CONFERENCE ILE DE FRANCE – KICK LOW KICK ET K1

---

### 3.2.1 REGLEMENT GENERAL

Les inscriptions se font **UNIQUEMENT** en ligne [Cliquez ici](#)

**Sur place le jour de la compétition :** Pesée et Contrôle médical

Les participants devront présenter obligatoirement :

- La **carte d'étudiant 2024/2025**  
&
- La **licence FFSU 2024/2025**, avec obligatoirement la mention **boxe(es) combat, plein contact (Anglaise, Kickboxing, K1 rules) au niveau du sport principal ou des activités à risque.**
- Pour les licenciés FFKMDA présentation du passeport sportif fédéral de la saison en cours.
- Pour les non licenciés FFKMDA justifier d'une aptitude médicale comprenant un examen ophtalmologique identique à celui de la FFKMDA et un certificat médical de non-contre-indication à la pratique du K1 combat en compétition.
- Tous les participants devront obligatoirement remplir devront obligatoirement présenter l'attestation de palmarès et l'autorisation de combattre validées par leur coach.

**Lieu :** Gymnase Biancotto - 6 avenue de la Porte de Clichy - 75017 PARIS

**Toute personne ne présentant pas l'intégralité de ces documents ne sera pas autorisée à s'inscrire**

**Nb :** *Compétition ouverte aux combattant.es âgé.es de 18 à 35 ans lors de la saison en cours.*

### 3.2.2 REGLEMENTS SPORTIFS

Le règlement précis du championnat se trouve sur le site indiqué suivant : <https://sport-u.com/sports-ind/kick-boxing-muaythai/>

**Pour toutes questions complémentaires merci d'écrire à l'adresse suivante :** [nguerin@sport-u.com](mailto:nguerin@sport-u.com)