
Norges Kampsportforbund

Håndbok

Fullkontakt Karate

Veiledning til medlemmer og klubber

innen fullkontakt karate

Revidert: 1.2.2022

Fullkontakt Grenkomité

NKF karateseksjonen har oppnevnt en fullkontakt grenkomité (FK) som skal utgjøre seksjonens fagorgan i for fullkontakt karate.

Utdrag fra instruks

- FK skal arbeide ut i fra plan/budsjett som er godkjent av seksjonsstyret
- FK skal sørge for ivaretagelse av stevne- og dommeraktiviteter som hører under fullkontakt
- FK kan også bidra til, støtte eller initiere andre initiativer som bidrar til aktivitet, herunder kurs, treningssamlinger, m.v.
- FK kan opprette underkomiteer etter behov, for eksempel som støtte for dommer- eller/og stevneansvarlig.
- Roller og ansvar:
 - Dommeransvarlig i FK skal holde seg kjent med NKFs stevneordning og foreslå endringer der dette er naturlig, rekruttere nye dommere og ajourføre dommerkartotek i medlemsystemet, samt besørge dommerkurs og autorisering (herunder gi eventuelle faktureringsgrunnlag til administrasjonen ved slike kurs).
 - Stevneansvarlig i FK skal holde seg kjent med NKFs stevneordning samt stevneordningens kapittel 2 vedr. ansvars- og oppgavefordeling ved stevneavvikling, rekruttere tekniske stevnearrangører og innstille arrangører til stevner og assistere stevnearrangører
- FK skal følge opp Godkjenningens krav til skaderegistrering o.a.

Regler / prosedyrer

FK har ansvar for å utarbeide og ajourholde regler og prosedyrer for gjennomføring av konkurranser innenfor fullkontakt karate. Ansvar for praktisk oppfølging av dette arbeidet er delegert til Dommerkomiteen. Medlemsklubbene i NKF kan sende inn endringsforslag med begrunnelse til FK for behandling. Det kan gjøres årlige tilpasninger, som hovedregel skjer dette ved overgang til ny sesong. Endringene må godkjennes av karateseksjonen før de blir offisielle og må publiseres på NKF's hjemmeside senest 1 mnd. før stevnet for å kunne påberopes gjort kjent.

Konkurransformer

I NKF regelverk for fullkontakt karate er det to konkurransformer for kamp; fullkontakt m/knockout (FK) og fullkontakt m/begrensninger (FB) og en konkurranseform for kata som også inkluderer kata for lag.

Fullkontakt med knockout

Fullkontakt med knockout (FK) tillater knock-out til hodet og er dermed underlagt Kulturdepartementets kriterier for kampsport som tillater knock-out til hodet, jf Forskrift om sikkerhetsbestemmelser til lov om organisert kampsport som tillater knockout (F31.08.2001 nr. 1013), -«Knockoutforskriften». FK kan selv foreslå detaljerte kampregler, innenfor begrensningene som er gitt i nevnte forskrift. Kulturdepartementet utpeker en egen nemnd; «Godkjenningensnemnda», som har ansvar for å godkjenne NKF's regelverk for en periode på inntil 3 år.

Fullkontakt m/begrensninger

Fullkontakt m/begrensninger (FB) bygger på regelverket til fullkontakt m/knockout, men inneholder tilleggsbestemmelser for å redusere kontakten til hodet (lett-kontakt). Tilleggsbestemmelsene fastsettes av FK. Regelverket åpnes for andre aldersgrupper og er mer tilrettelagt barn, juniorer og andre som vil ha en lettere variant enn fullkontakt med knock-out.

Kata

Katakonsurranser baserer seg på kata fra stilarten Kyokushinkai når det gjelder fremføring og bedømming.

Konkurranser

FK skal arbeide med å fremme aktivitetsnivået for fullkontakt karate, herunder stevneavvikling både for topp og breddeidrett.

Det kan konkurreres i fullkontakt karate m/knockout og fullkontakt karate m/ begrensninger og kata etter NKF's fullkontakt regelverk. Arrangementet skal være åpent for alle medlemsklubber, uavhengig av stilart. Regionale arrangement skal ha en lavterskel profil. Gjerne som et introduksjonsstevne til fullkontakt eller barn/junior stevne innenfor egen region.

Norgesmesterskap

NM i fullkontakt karate inngår som en del av felles karate NM i regi av NKF. Karateseksjonen bestemmer hvor og når Karate NM avholdes. Det skal konkurreres i fullkontakt m/knockout i klassene Senior (18-40 år) og U21 (18-20 år), samt fullkontakt m/begrensninger i klassene yngre junior (13-14 år), junior (15-17 år) og senior (18 år og eldre). Gjennomføringen skal gå etter cup-system/utslagsmetoden. I NM skal det også konkurreres i kata for yngre junior (13-14 år), junior (15-17år), senior (18 år og eldre) og kata for lag.

Norgescup

Dersom det besluttes at det skal arrangeres Norgescup, skal det avholdes minimum tre norgescup stevner pr sesong. Norgescupen er nasjonale arrangement med hovedfokus på fullkontakt karate m/knockout. Det skal konkurreres i fullkontakt m/knockout Senior (18-40 år), fullkontakt m/knockout U21 (18-20 år), fullkontakt rekrutt (18-40 år) og fullkontakt m/begrensninger i klassene: yngre junior (13-14 år), junior (15-17 år) og senior (18 år og eldre). Norgescup er ment for viderekommende utøvere som har deltatt på flere regionale stevner i Norge.

Arrangementene tildeles av FK etter søknad. Fordeles mellom de ulike landsdelene og utover året. Det bør være minimum 4 uker mellom hvert NC-stevne.

NM inngår som en del av norgescupen.

Klassene skal gjennomføres dersom det er påmeldt minst 2 deltagere. Gjennomføringen skal gå etter cup-system/utslagsmetoden. Ved 3 deltagere, skal det arrangeres en serie der alle-møter-alle.

Bronsefinaler skal ikke avholdes i kumite. Det skal tildeles to tredjepremier.

Kata gjennomføres etter flagg-metoden med rekvalifisering om bronse plass.

Norgescup vinner

Det skal kåres norgescupvinner i alle fullkontakt med knockout klasser. Vinneren utnevnes på årets siste norgescup stevne. Norgescupvinneren er den som i løpet av en sesong har fått flest poeng. Poeng oppnås etter følgende plasseringer: 1 pl. 8 poeng, 2 pl. 6 poeng, 3 pl. 4 poeng. I tillegg deles det ut 2 poeng for hver enkelt seier. Det tildeles ikke poeng til utenlandske utøvere. Det tildeles poeng ved seier over en utenlandsk utøver. Det stilles som krav at deltagere stiller på minimum tre NC stevner i løpet av sesongen.

Dersom en utøver har deltatt på mer enn tre NC-stevner, skal resultatene fra det stevnet som har gitt lavest uttelling i form av poeng, jf. ovenfor, strykes.

Regionale stevner

FK ønsker å stimulere til økt aktivitet i regionene. Regelverket for fullkontakt karate med begrensninger (FB) eger seg godt som et tilbud til mindre erfarne utøvere og til de ønsker seg en lettere variant. Det kan konkurreres i fullkontakt m/begrensninger i klassene yngre barn (8-10 år), barn (11-12 år), yngre junior (13-14 år), junior (15-17 år) og senior (18 år og eldre). Kata arrangeres også i de samme aldersklassene.

På regionale stevner kan det søkes om å få dispensasjon for å gjøre tilpasninger i regelverket slik at man kan lage et tilbud for enda flere utøvere. Det kan f.eks. være å tillate mer beskyttelsesutstyr eller å regulere vektclasser ved liten deltagelse. Søknad om dispensasjon må sendes til FK minimum 4 uker i forkant av arrangementet.

Kata gjennomføres etter flagg-metoden.

Karusell

Innenfor region kan det arrangeres en karusell som går på omgang hos forskjellige klubber. Karusellen må følge regelverket for Fullkontakt karate m/begrensninger og bør være tilpasset utøvere som også ikke til vanlig driver med fullkontakt karate. Etter siste stevne, kan det kåres karusellvinnere i de ulike klassene etter samme poengsystem som for Norgescupen.

Påmelding til stevner

- All påmelding skjer via medlemssystemet til NKF.
- Vekt på alle utøvere må oppgis ved deltagelse i kumite og det må være registrert minst en coach med epost adresse og telefon nr. pr klubb.
- Påmeldinger etter påmeldingsfristen, vil ikke bli med i trekningen.
- Etteranmeldinger inntil 6 dager etter fristen kan i visse tilfeller bli godkjent. Det vil da bli krevet en ekstra avgift.
- Påmeldingslister blir oversendt fra administrasjonen til stevneansvarlig i FK etter utgått påmeldingsfrist for godkjenning av deltagerne. Det vil da vurderes om det er nødvendig å gjøre endringer i klasse oppsettet, eventuelt å slå sammen klasser med lav deltagelse.
- Administrasjonen sørger for å sende mottatte søknader om dispensasjon på alder til Godkjenningnemnda.
- Stevneansvarlig i FK oversender påmeldingslister til teknisk arrangør som står ansvarlig for trekning.

Teknisk arrangør

Teknisk arrangør av fullkontakt arrangement blir tildelt av FK etter søknad. Søknadsfrist er satt til 15 november året før stevnet skal avholdes. Tidsfristen gjelder for både nasjonale og regionale arrangement. Søknad sendes til NKF v/Fullkontakt Karate komité. Godkjente arrangement vil bli lagt ut på terminlisten på NKF sine hjemmesider.

Kriterier

- Teknisk arrangør må ha gyldig medlemskap i NKF, og må være godkjent som "ren klubb".

Oppgaver

- Teknisk arrangør får ved henvendelse til administrasjonen i NKF, informasjon om gjennomføringen av arrangementet og invitasjonssmal som fylles ut og returneres.
- Invitasjon utarbeides og sendes til administrasjonen i NKF, som legger den ut på NKF sin portal.
- Teknisk arrangør er ansvarlig for praktisk gjennomføring av stevnet, herunder booking av hall, gjøre avtale med stevnehotell (ved behov) etc.
- Teknisk arrangør står ansvarlig for at FK mottar utfylt stevnerapport etter arrangementet.
- For øvrig informasjon om arrangering av stevner, henvises til stevnehåndboken.

Utstyr

- Utøvere plikter å ha eget godkjent utstyr før kampstart. Kravene til utstyr fremkommer av konkurransereglementet.
- Teknisk arrangør plikter stille med utstyr til gjennomføringen av arrangementet.
 - Flagg, ertepose, klokke, innveiingsvekt i kumite
 - Matter, stoler, bord
- Teknisk arrangør sørger også for at diverse lister deles ut til lagledere, senest på kampdagen.

Inntekter / Utgifter

- Teknisk arrangør får alle inntekter, herunder billettsalg og kafé/servering og må dekke alle utgifter forbundet med stevnet.
- Teknisk arrangør står fritt til å bruke egne sponsorer, hvis de ikke er en konflikt med NKF's markedsbestemmelser og inngåtte sponsoravtaler.
- Ved underskudd kan det søkes om støtte fra FK.

Regionale og nasjonale treningssamlinger

For å sikre aktivitet og rekruttering og utvikling av nye konkurranseutøvere, har FK etablert regionslag som dekker alle regionene i Norge. Disse er Region Nord (Finnmark, Nordland og Troms), Midt-Norge, Vestlandet og Østlandet. På disse regionslagene deltar ungdom og voksne fra og med 15 års alder. Regionslagene består av 10-20 utøvere, avhengig av kapasitet og regionens størrelse.

Regionene skal avholde inntil fire samlinger pr. år. Antallet utøvere på fellessamlingene begrenser seg til maksimalt 20-30 utøvere på hver samling. For at utøverne skal kunne tilegne seg ønsket kompetanse, er det avgjørende med dyktige trenere som kan lede de regionale og nasjonale samlingene.

Gjennom de ansvarlige i regionene vil de beste utøverne fra hver region bli invitert til inntil to felles sentrale samlinger der utøverne kan få muligheten til å utvikle seg videre. Dette gjelder utøvere som ligger på høyt nasjonalt nivå; medaljer i nasjonale stevner og mesterskap og medaljekandidater i internasjonale stevner.

FK har avsatt budsjettmidler til reisestøtte for utøvere og trenere. Hele regionmodellen er beskrevet i mer detalj her ([link](#))

Dommere

Dommerkomité

Dommerkomiteen skal holde seg kjent med NKFs stevnerreglement og foreslå endringer der dette er naturlig, rekruttere nye dommere og ajourføre dommerkartotek i medlemssystemet, samt besørge dommerkurs og autorisering (herunder gi eventuelle faktureringsgrunnlag til administrasjonen ved slike kurs).

- Vedlikeholde oversikt over aktive dommere pr. region
- Vedlikeholde konkurranseregelverket
- Arrangere dommerkurs
- Kalle inn dommere til nasjonale stevner, og godkjenne dommernes utlegg/reiseregninger
- Behandle eventuelle klager og disiplinærsaker knyttet til dommeres opptreden eller handlinger på, eller i forbindelse med stevner

Dommerkurs

Det vil bli satt opp to dommerkurs hvert år (så langt det lar seg gjøre). Kurset vil være en blanding av teori og praksis. Kurset danner grunnlag for en teoretisk prøve som er krav for å få hjørnedommer og mattedommer lisens. Kurset har en varighet på 6 timer. Det arbeides med at deler av dommerkurset går som e-læringskurs.

Pris for deltagelse på dommerkurs pr 1.1.2022 er satt til kr 400.

I forkant av NM og alle norgescup stevner avholdes det et obligatorisk kalibreringsmøte for de dommerne og dommeraspiranter som skal dømme på stevnet. Dommermøtet har vanligvis en varighet på ca en time. Her vil man gå gjennom mye av det samme som på dommerkurset, men man vil ikke komme like langt ned i dybden som det kreves for å få en lisens og vil derfor ikke være tilstrekkelig til å oppnå lisens.

Dommerkursansvarlig

Dommerkursansvarlig må ha gyldig A-lisens i fullkontakt karate med min. 5 års praksis som A-lisensdommer. FK dommerkomite utnevner kandidater til kursansvarlig.

Generelle krav

Det stilles generelt høye krav til dommere i fullkontakt karate. Konkurransereformen innebærer en forhøyet risiko for skader, og dette gjelder på alle nivåer; fra barn til senior. Både matte- og hjørnedommere må derfor holde et faglig høyt nivå, herunder demonstrere at de kan forstå kampbildet og gripe inn dersom en utøvers sikkerhet er truet. Enhver dommer må være seg sitt ansvar bevisst og utøve sin rolle med profesjonalitet, integritet, respekt og verdighet.

Under alle stevner vil det være en ansvarlig hoveddommer til stede, som skal forfatte en stevnerapport. Uønsket adferd fra dommere eller spesielle forhold rundt dømming av kamper vil bli notert og formidlet til dommerkomiteen og vil bli tatt i betraktning når en dommer vurderes for et opprykk. Således vil det ikke være tilstrekkelig bare å gjennomføre de påkrevde praksisperiodene; det er avgjørende at kandidaten også anses skikket for å gå opp til et nytt nivå...

Dommerlisens

Dommerlisenser i fullkontakt karate blir tildelt av NKFs dommerkomité i fullkontakt karate. Det er kun dommerkomiteen som kan tildele eller inndra nasjonale fullkontakt karate dommerlisenser på et faglig

grunnlag. Å inneha en dommerlisens i fullkontakt karate betyr at man kan dømme på fullkontakt karate stevner i regi av NKF. Lisensen er gyldig i to år. Det er kun stevner i regi av NKF og som er oppført på NKF's terminliste, som teller for å oppnå praksiskravet på de forskjellige lisensene nivåene. Internasjonale stilartsstevner må innrapporteres til FK før de evt. kan godkjennes. Dommere som ikke opprettholder kravene til lisens, vil bli degradert.

Det må sendes en skriftlig søknad for å gå opp til ny lisens. Søknaden må inneholde oversikt over all dommeraktivitet i minimum de 2 siste årene. Søknaden sendes dommeransvarlig i FK senest 1 mnd. før eksamen.

For alle fullkontaktdommer lisenser kreves det:

- 18 års aldersgrense
- Medlemskap i NKF
- Gjennomgått «Ren utøver»
- Politiattest
- Deltatt på et dommerkurs (20t)
- Avlagt teoretisk og praktisk prøve på et norgescup stevne

Prøvene må avholdes innen to år etter at dommerkurset er påbegynt.

Pris for å gå opp til dommereksamen er pr 1.1.2022 er satt til kr 400.

Mattedommer A

- Inneha minimum 2. Dan i en fullkontakt karate stilart, eller tilsvarende gradgodkjent av NKF.
- Inneha mattedommer B lisens i minst to år.
- Dømt på minimum 4 stevner de to siste årene med Mattedommer B lisens.
- Må dømme på et høyt nivå og vise stort engasjement rundt dømming av fullkontakt karate.

- Har mulighet til å dømme på NM.
- Kan være hoveddommer på nasjonale stevner.

- For å beholde lisensen forventes at man deltar på alle regionale fullkontaktstevner innen sin region og de fleste nasjonale fullkontaktstevnene som arrangeres hvert år.

- Mattedommer A kan også bli bedt om å bidra ved avvikling av dommerkurs.

Mattedommer B

- Inneha minimum 1. dan i en fullkontakt karate stilart eller tilsvarende godkjent av NKF.
- Gjennomgått mattedommer kurs (6 timer)
- Bestått teoretisk eksamen.
- Bestått praktisk eksamen på et norgescup stevne.
- Dømt på minimum 3 norgescup stevner de siste 2 årene med hjørnedommer A eller B lisens.

- Mulighet til å dømme på norgescup stevner.

- For å beholde lisensen må man dømme på minst 2 nasjonale stevner i løpet av de 2 siste årene.

Hjørnedommer A

- Inneha minimum 1. dan i en fullkontakt karate stilart eller tilsvarende godkjent av NKF.
- Inneha hjørnedommer B lisens i minst to år.
- Dømt på minimum 4 stevner de to siste årene med Hjørnedommer B lisens.
- Må dømme på et høyt nivå og vise stort engasjement rundt dømming av fullkontakt karate.

- Mulighet til å dømme på NM.

- For å beholde lisensen forventes at man deltar på de fleste regionale fullkontaktstevner innen sin region og de fleste nasjonale fullkontaktstevnene som arrangeres hvert år.

Hjørnedommer B

- Inneha minimum 1. dan i en fullkontakt karate stilart eller tilsvarende godkjent av NKF.
- Gjennomgått hjørnedommer teori kurs (6 timer)
- Bestått teoretisk eksamen.
- Bestått praktisk eksamen på et norgescup stevne.
- Dømt på minimum 3 norgescup stevner de siste 2 årene som aspirant.

- Mulighet til å dømme på norgescup stevner.

- For å beholde lisensen må man dømme på minst 2 nasjonale stevner i løpet av de 2 siste årene.

Aspirant

- Etter oppnådd 2 kyu. i en fullkontakt karate stilart eller tilsvarende godkjent av NKF, kan man delta på dommerkurs og dømme som aspirant på regionale stevner.
- Etter oppnådd 1 dan. i en fullkontakt karate stilart eller tilsvarende godkjent av NKF, kan man delta på dommerkurs og dømme som aspirant på nasjonale stevner.

Dommerinnkalling og påmelding

Dommerinnkalling sendes ut av dommerkomiteen til alle aktive dommere og registrerte aspiranter innenfor gitt region for stevnet. Dommerkomiteen inviterer dommere til NM, hvor dommere med A-lisens vil bli prioritert.

Påmelding av dommere gjøres via Sportdata.

Antall dommere må sees i sammenheng med antall påmeldte utøvere. Ved for mange påmeldte dommere i forhold til antall deltagere, kan dommerkomiteen gjøre en prioritering av hvem som får anledning til å delta. Generell anbefaling er at det er 8 dommere på hver matte på NM og NC stevner. Aspiranter vil ha mulighet til å dømme på regionale og norgescup stevner. Majoriteten av dommere under kamp, må ha nasjonal dommerlisens. Dommerpanelet bør fordeles på flere klubber, slik at kravet om ikke å dømme egne utøvere blir ivarettatt.

Påmelding dommer

Påmeldingsansvarlig i hver klubb, registrerer dommere til et stevne. Klubben har eget brukernavn og passord. Hvis ikke, kontakt administrasjonen i NKF. Påmelding gjøres på samme måte som ved påmelding av utøvere til et stevne.

Påmelding stevne

1. Åpne nettside: kampsport.no
2. Velg: Meny | Stevnekalender | Karate | Fullkontakt
3. Velg: Stevne
4. Logg inn med påmeldingsansvarlig for klubb
5. Velg: Registration
6. Velg: Referee

Påmelding dommer til e-stevne

For å registrere seg som dommer til et e-stevne for eksempel (kata), trenger man en personlig E-referee konto i Sportdata. For dommere som ikke har konto, kan de opprette ny E-referee konto online. Brukere som allerede har en konto, logger seg på og registrerer seg på gitt stevne.

Velg e-stevne

7. Åpne nettside: kampsport.no
8. Velg: Meny | Stevnekalender | Karate | Fullkontakt
9. Velg: e-tournament (nedtrekklister oppe til høyre)
10. Velg: e-stevne

Opprette e-referee konto

1. Velg e-stevne
2. Velg: Registration
3. Fyll inn all informasjon det bes om i skjemaet og trykk «Save»

Registrer dommer til e-stevne

1. Velg e-stevne
2. Logg inn med e-referee konto i Sportdata
3. Registrer ny dommer

Reiseregning

FK vil i begrenset grad være hjelpe arrangørklubb med å dekke utgifter til reise og opphold for dommere. Dommere med A-lisens vil bli prioritert. De det gjelder vil få beskjed og kan sende inn reiseregning.

Ved dømming på regionale og nasjonale fullkontakt stevner, vil dommere med nasjonal dommerlisens (A og B lisens) ha krav på å få dekket kr 400 pr stevne dag i utstyrsgodtgjørelse. Dette inngår som egen post i reiseregningsskjemaet.

Reiseregning sendes dommerkomiteen senest en uke etter stevne dato. Dommerkomiteen godkjenner og videresender reiseregningene samlet til arrangørklubb, før arrangørklubb utbetaler godtgjørelsen til dommerne.

Stevnerapport

Hoveddommer skal utfylle en stevnerapport om dommere og deres funksjon på arrangementet. I tillegg skal det rapporteres evt. karantene på utøvere i fullkontakt karate med knockout. Stevnerapporten sendes til dommerkomiteen.

Dommerbekledning

Blå dommerskjorte (med Kampsport logo og norsk flagg) og hvit sløyfe kan bestilles via administrasjonen i NKF.