
Norges Kampsportforbund

Håndbok

Fullkontakt Karate

Veiledning til medlemmer og klubber

innen fullkontakt karate

Revidert: 19.12.2023

Fullkontakt Grenkomité

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

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 stevnereglement 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).
 - Stevneansvarlig i FK skal holde seg kjent med NKFs stevneguide samt stevnereglementets kapittel 2 vedr. ansvars- og oppgavefordeling ved stevneavvikling, rekruttere tekniske stevnearrangører og innstille arrangører til stevner og assistere stevnearrangører
- FK skal følge opp Godkjenningsnemdas 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. Ansvaret 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 konkurranseformer for kamp; fullkontakt (FK) og fullkontakt med begrensninger (FB). I tillegg er det en konkurranseform for kata som også inkluderer lagkata.

Fullkontakt

Fullkontakt tillater full kontakt til hodet og er dermed underlagt Kulturdepartementets kriterier for kampsport som tillater knock-out til hodet, jf Forskrift om sikkerhetsbestemmelser til lov om organisert kampaktivitet 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; «Godkjenningsnemnda», som har ansvar for å godkjenne NKF's regelverk for en periode på inntil 3 år.

Fullkontakt med begrensninger

Fullkontakt med begrensninger (FB) bygger på regelverket til fullkontakt, men inneholder tilleggsbestemmelser for å redusere kontakten til hodet. Her er det kun tillatt med lett berøring mot hodet. Klassen vil dermed ikke være underlagt «Konckoutforskriften». Tilleggsbestemmelsene fastsettes av dommerkomiteen. Fullkontakt med begrensninger åpner for andre aldersgrupper og er mer tilrettelagt barn, juniorer og andre som vil ha en lettere variant enn fullkontakt som tillater knock-out.

Kata

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

Andre stilarter bes ta kontakt med dommerkomiteen hvis det er ønskelig om å bli inkludert i kata regelverket.

Konkurranser

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

Det kan konkurreres i fullkontakt karate og fullkontakt karate med 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 inngår vanligvis som en del av felles karate NM i regi av NKF. Avholdes rundt midten av mars. Arrangementene tildeles av FK etter søknad og i samarbeid med Karateseksjonen. Klubbene oppfordres til å sende inn søknad til FK. Dette må gjøres i god tid.

I NM konkurreres det i:

- Fullkontakt: Senior (22-40 år) og U21 (18-21 år)
- Fullkontakt m/ begr.: U18 (17-18 år), U16 (15-16 år), U14 (13-14 år) og veteran (+41 år)
- Kata: Senior (+19 år), U18 (17-18 år), U16 (15-16 år) og U14 (13-14 år)
- Lagkata: Senior (+19 år) og Junior (13-18 år)

De ulike klassene gjennomføres dersom det er påmeldt minst 2 deltagere i hver klasse. Gjennomføringen skal gå etter cup-system/utslagsmetoden. I kumite skal det ikke avholdes bronsefinaler, men utdeles to tredjeplasser. Kata gjennomføres etter flagg-metoden med rekvalifisering om tredjeplass.

Norgescup

Det legges opp til at det arrangeres minimum tre nasjonale stevner per sesong, hvor hovedfokuset er på fullkontakt. Disse arrangementene inngår i en norgescup serien.

Norgescup stevner er ment for viderekommende utøvere som har deltatt på flere regionale stevner i Norge og som er på et generelt høyt nivå.

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

NM inngår som en del av norgescupen.

På norgescup stevner konkurreres det i:

- Fullkontakt: Senior (22-40 år) og U21 (18-21 år), Rekrutt (18-40 år)
- Fullkontakt m/begr.: U18 (17-18 år), U16 (15-16 år), U14 (13-14 år), Senior (19-40 år) og Veteran (+41 år).
- Kata: Senior (+19 år), U18 (17-18 år), U16 (15-16 år) og U14 (13-14 år)
- Lagkata: Senior (+19 år) og Junior (13-18 år)

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

I kumite skal det ikke avholdes bronsefinaler, men tildeles to tredjepremier.

Kata gjennomføres etter flagg-metoden med rekvalifisering om tredjeplass.

Norgescup vinner

Det kan kåres norgescupvinner i alle fullkontaktklasser, med unntak av kalsen for Fullkontakt rekrutt. Vinneren utnevnes på årets siste norgescup stevne og 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. Det tildeles kun poeng til norske utøvere. I tillegg deles det ut 2 poeng for hver enkelt seier. Dette gjelder også ved seier over en utenlandsk utøver.

For å kunne vinne norgescupen, må deltakeren ha deltatt på minimum tre NC-stevner i løpet av sesongen. Dersom en utøver deltar på flere enn tre stevner, vil poengene fra det stevnet som har gitt lavest poengsum, i tråd med nevnte poengfordeling, strykes fra resultatene.

Regionale stevner

FK ønsker å stimulere til økt aktivitet i regionene. Regionale stevner er et tilbud til mindre erfarne utøvere og til de ønsker seg en lettere variant. Det konkurreres i alle fullkontakt med begrensning klassene. Derunder også i klassene: Barn U12 (11-12 år) og Barn U10 (9-10 år). Kata arrangeres i de samme aldersklassene. Det vil ikke være anledning til å konkurrere i fullkontakt klasser på regionale stevner.

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 dommerkomiteen minimum 4 uker i forkant av arrangementet.

Kata kan bedømmes med flagg eller etter poeng.

Karusell

Flere regionale stevner innenfor i region, kan danne grunnlaget en karusell. Stevnene går gjerne på omgang hos forskjellige klubber. Stevnene må følge samme retningslinjer som for regionale stevner og bør være tilpasset utøvere som 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 stevnesystemet 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.
- Hvis arrangør godtar etteranmeldinger, kan det bli krevet en ekstra avgift for påmeldingen. Etteranmeldinger utover 6 dager etter fristen, vil ikke bli akseptert.
- Etter påmeldingsfristen er utløpt, vil påmeldingslister bli oversendt fra administrasjonen til stevneansvarlig i FK 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 Godkjenningsnemnda.
- 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. Godkjente arrangement vil bli lagt ut på terminlisten på NKF sine hjemmesider. Arrangør kan da søke om tilskudd fra FK. Krever at klubben sender inn et budsjett i forkant og resultat i etterkant av arrangementet.

Søknadsfrist

Søknad må være sendt FK minimum 6 mnd i forkant av arrangementet.

Frist:

- Søknadsfrist for å arrangere stevner neste vår: 15 juni
- Søknadsfrist for å arrangere stevner neste høst: 15 november
- Fristene gjelder for både nasjonale og regionale arrangement

Kriterier

- Teknisk arrangør må ha gyldig medlemskap i NKF
- 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.
 - Flagg, ertepose, klokke, innveiingsvekt i kumite
 - Matter, stoler, bord

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 det ikke er en konflikt med NKFs markedsbestemmelser og inngåtte sponsoravtaler.
- Ved underskudd kan det søkes om støtte fra FK.

Regionale og nasjonale treningsamlinger

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 stevneordning for fullkontakt og foreslå endringer der dette er naturlig, rekruttere nye dommere og ajourføre dommerkartotek i medlemssystemet, samt besørge dommerkurs og autorisering.

Oppgaver:

- Vedlikeholde konkurranseregelverket
- Vedlikeholde oversikt over aktive dommere pr. region
- Arrangere dommerkurs
- Gi eventuelle faktureringsgrunnlag til administrasjonen ved avholdte dommerkurs
- Kalle inn dommere til nasjonale stevner, og godkjenne dommernes utlegg/reiseregninger
- Behandle eventuelle klager og disiplinærsaker knyttet til dommers 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 20 timer. Det arbeides med å få deler av dommerkurset som et e-læringskurs.

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

På NM og alle norgescup stevner avholdes det et ofte et dommermøte i forkant av stevnet. Dette må ikke forveksles med et dommerkurs. Dommermøtet har vanligvis en varighet på ca. en time og er ikke like omfattende og går ikke like mye ned i detaljene som et dommerkurs. Deltakelse i dommermøter vil dermed ikke være tilstrekkelig for å oppnå lisens.

Dommerkursansvarlig

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

Generelle krav til dommere

Det stilles generelt høye krav til dommere i fullkontakt karate. Konkurransereformen innebærer en risiko for skade, 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 også skal rapportere en stevnerapport tilbake til NKF etter stevnet.

Dommerlisens

Dommerlisenser i fullkontakt karate blir tildelt av NKF's dommerkomité i fullkontakt karate. Det er kun dommerkomiteen som kan tildele eller inndra nasjonale dommerlisenser på et faglig grunnlag. Å inneha en dommerlisens i fullkontakt karate betyr at man kan dømme på fullkontakt stevner i regi av NKF. Lisensen er gyldig i to år. Det er kun stevner som er oppført på NKF's terminliste, som teller for å oppnå praksiskravet på de forskjellige lisensene nivåene. Dommere som ikke opprettholder kravene til lisens, vil bli degradert.

Det må sendes 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 dommerlisenser kreves det:

- Medlemskap i NKF
- 18 års aldersgrense
- Gjennomgått «Ren utøver»
- Bestått E-kurs: Dommerattesten
- 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.

For å ivareta dommerlisensen må det hvert 2. år:

- Tas et oppfriskningskurs (e-kurs) (under arbeid)
- Avsluttes med en test (under arbeid)
- Fremvise gyldig politiattest
- Fremvise «Ren utøver» bevis

Det er ikke bare tilstrekkelig å gjennomføre de pålagte praksisperiodene, det er også avgjørende at kandidaten vurderes som egnet til å avansere til et nytt nivå. Enhver uønsket adferd fra dommere eller spesielle forhold rundt dømmingen vil bli tatt i betraktning når en dommers vurdering for opprykk gjennomføres.

Mattedommer A

Får mulighet til å dømme på NM og norgescup stevner.

Kan være hoveddommer på nasjonale stevner.

Kan bli bedt om å bidra ved avvikling av dommerkurs.

Krav som stilles:

- Inneha minimum 1. Dan i en fullkontakt stilart, eller tilsvarende grad godkjent 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 dømmingen.

- Bestått E-kurs for dommere innen knockout-idretter (Sikkerhetskurs - Kampsport og hodeskader)
- 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 B

Får mulighet til å dømme på norgescup stevner.

Krav som stilles:

- Inneha minimum 1. dan i en fullkontakt karate stilart eller tilsvarende godkjent av NKF.
- Gjennomgått mattedommer kurs (20 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.
- Bestått E-kurs for dommere innen knockout-idretter (Sikkerhetskurs - Kampsport og hodeskader)
- For å beholde lisensen må man dømme på minst 2 nasjonale stevner i løpet av de 2 siste årene.

Hjørnedommer A

Får mulighet til å dømme på NM og norgescup stevner.

Krav som stilles:

- 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.
- 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

Får mulighet til å dømme på norgescup stevner.

Krav som stilles:

- Inneha minimum 1. dan i en fullkontakt karate stilart eller tilsvarende godkjent av NKF.
- Gjennomgått hjørnedommer teori kurs (20 timer) i løpet av de 2 siste årene
- Bestått teoretisk eksamen.
- Bestått praktisk eksamen på et norgescup stevne.
- Dømt på minimum 3 norgescup stevner de siste 2 årene som aspirant.
- 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 stilart eller tilsvarende godkjent av NKF, kan man delta på dommerkurs og dømme som aspirant på fullkontakt stevner.

Dommerinnkalling og påmelding

Dommerkomiteen sender ut innkalling til alle aktive dommere med lisens og registrerte aspiranter innenfor gitt region for stevnet.

Dommerkomiteen inviterer dommere til NM, hvor dommere med A-lisens vil bli prioritert til å dømme. Klubber med flere A-lisensierte dommere, bes begrense antall dommere til to stk fra hver klubb.

Påmelding av dommere til stevner gjøres vanligvis via Sportdata. Unntaksvis gjøre det ved å sende mail til dommerkomiteen. Hva som gjelder, vil det bli informert om i dommerinnkallingen.

Antall dommere på stevner 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 Norgescup 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 ivaretatt.

Påmelding dommer - Sportdata

Påmeldingsansvarlig i hver klubb, registrerer dommere til et stevne. Klubben har eget brukernavn og passord til Sportdata. 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 - Sportdata

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 kunne 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 (vanligvis på mail) 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 utstyrgodtgjørelse. 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

Kortermet blå dommerskjorte (med kampsport logo og norsk flagg) og hvit sløyfe kan bestilles via administrasjonen i NKF.