



MUAY THAI NM 2026

17.10.2026

Kongsberghallen,
Kongsberg



**KAMP
SPORT**



Norges Kampsportforbund og IL Skrim Muay Thai har gleden av å ønske alle utøvere hjertelig velkommen til NM 2026!

Sted: Kongsberg hallen

Adresse: Numedalsvegen 80, 3617 Kongsberg

Inngang: Voksne o/12 år : 150 kr

Barn u/12 år : Gratis

Tentativt program:

Lørdag 17.oktober: 07.30-09.30 Innveiing, legesjekk og registrering (Kongsberg hallen)

10.00 -10.45: Lagledermøte/dommermøte

11.00-11.30: Dørene åpnes. Offisiell åpning av Norgesmesterskapet av NKF, leder IL Skrim og ordfører

12.00-15.00: JR (innledende, semifinaler og finaler) + innledende SR + premiutdelig JR

15.00-15.30 Pause (pauseshow)

15.30-18.30 Innledende SR, Semifinaler SR, Finaler SR

18.30-19.00 Pause (pauseshow)

19.00-21.00 Finaler SR + premieutdeling

NB! Tidsskjema for program er per dags dato kun veiledende. Det vil bli oppdatert når påmeldingsfrist er utløpt. Endelig tidsskjema for kampene blir gjort tilgjengelig etter innveiing og legesjekk på lørdagen.

Mat: Kiosken i hallen vil være åpne fra kl. 08.00 til stevnet er slutt. Bredt utvalg av mat og drikke. Fukt og snop. Kaker og kaffe!

Klasser:

Kvinner Junior C 15 år: -45, -48, -51, -54, -57, -60, -63,5, -67, -71, -75, 75+,

Junior C 16-17 år: -45, -48, -51, -54, -57, -60, -63,5, -67, -71, -75, 75+,

Senior 18-40 år: -45, -48, -51, -54, -57, -60, -63,5, -67, -71, -75, 75+,

Menn Junior C 15 år: -45, -48, -51, -54, -57, -60, -63,5, -67, -71, -75, -81, -86, -91, -96, 96+

Junior C 16-17 år: -45, -48, -51, -54, -57, -60, -63,5, -67, -71, -75, -81, -86, -91, -96, 96+

Senior 18-40 år: -45, -48, -51, -54, -57, -60, -63,5, -67, -71, -75, -81, - 86, -91, -96, 96+

Regler:

Junior C NKF reglement v. 2026: full kontakt til kropp, lett kontakt til hodet (se regelverket for beskrivelse av tillatte og poenggivende teknikker)

Kamptid: 3 runder a 2 minutter, 1 minutt pause

Innledende runder og semifinaler: enkel Wai Khru (en runde rundt ringen).

Finaler: utvidet Wai Khru (men maks 2 minutter utover runden rundt ringen)

Utstyrskrav (obligatorisk): hjelm, kampvest, albueskydd, leggskinn, hansker, suspensoor, tannbeskyttelse.

For jenter under 18 år: brystbeskyttelse (anbefalt, men ikke et krav)

Ved turnering gjelder: legesjekk av utøvere som går videre og minst 1 times pause mellom kampene

Det er kun tillatt å bruke håndbandasjer av mykt stoff (ikke plastiske eller formbare stoffer). Hensikten med bandasjen er å beskytte hånd, ikke å sterke knoklene.

NB! Det er krav om kamperfaring fra D-klasse junior før en juniorutøver kan stille i denne klassen. Se videre presisering i regelverket.

Senior NKF reglement v. 2026 for fullkontakt senior.

Alle utøvere og coacher bør være godt innforstått med tillatte og poenggivende teknikker, samt ikke tillatte teknikker og atferd som ved gjentakende advarsler eller grove overtredelser kan lede til poengtrekk eller diskvalifikasjon.

Innledende runder og semifinaler:

Kamptid: C-klasse, 3x2 minutter 1 minutt pause, enkel Wai Khru (en runde rundt ringen)

Finaler:

Kamptid: B-klasse, 5x2 minutter 1 minutt pause, utvidet Wai Khru (men maks 2 minutter utover runden rundt ringen)

Utstyrskrav (obligatorisk): hjelm (C-klasse), albueskydd, leggskinn, hansker, suspensoor, tannbeskyttelse, brystbeskyttelse (for kvinner)

Ved turnering gjelder: legesjekk av utøvere som går videre og minst 1 times pause mellom kampene

NB! Det er kun tillatt å bruke håndbandasjer av mykt stoff (ikke plastiske eller formbare stoffer). Hensikten med bandasjen er å beskytte hånd, ikke å sterke knoklene.

Kampantrekk:

For alle: Muaythai shorts med bred strikk rundt livet

Herrer: Bar overkropp

Kvinner: kroppsnaer sportstopp eller singlet

Junior: singlet eller t-skjorte benyttes under vesten i klasser med kampvest

- Mongkon: skal bæres på hodet inn i ringen frem til kampen starter (men aldri når en utøver går under tauene inn i ringen)
- Praijiad :kan kun benyttes rundt armen mellom skulder og biceps.
- Ingen elastiske ankelbeskyttere
- Ingen ringer, øreringer, piercinger og lignende som kan forårsake skade (taping av piercing ikke tillatt)
- Ingen briller/kontaktlinser
- Utøvere må bruke rent tøy
- Utøveren er ren/stelt og har kortklippede tånegler
- Utøvere kan ha skjegg/bart så fremt det ikke påvirker sikkerheten.
- Ringdommer avgjør.

Deltakelse:

Aldersgrensedato: 17.oktober 2026

Det er utøveren sin alder på stevnedagen som er avgjørende for hvilken klasse utøveren skal stille i.

- Junior 15 år: må være fylt 15, men ikke være fylt 16 år
- Junior 16-17 år: Må være fylt 16 år, men ikke fylt 18 år
- Senior: Må være fylt 18 år, men ikke fylt 41 år

Utøvere skal gå i riktig vektklasse. Se regelverket for beskrivelse av prosedyre hvis en utøver bommer på vektkravet ved innveiing.

Generelt:

Alle utøvere må være medlem av et idrettslag organisert under NKF. Medlemskap/kontingent må være betalt og utøvere meldt opp i riktig idrettsgren (muay thai) når idrettslaget melder på sin utøver.

Utenlandske utøvere: Kun utøvere som har vært bosatt i Norge i de siste 12 månedene kan konkurrere i et norgesmesterskap. Disse må representere et norsk idrettslag, ha trent der i minimum 6 måneder og må ha gått minst en kamp for dette idrettslaget i forkant av mesterskapet. Utøveren kan ikke ha deltatt i et annet lands nasjonale mesterskap samme år.

NB! Kun norske statsborgere vil kunne representere Norge på internasjonale stevner.

Det må stille minimum 2 utøvere til start i alle klasser for at disse skal kunne bli avviklet.

Alle seniorutøvere må ha med gyldig legeattest, kampbok og legitimasjon (Pass, nasjonalt id eller førerlisens) og kunne fremvise disse ved innveiing, helsesjekk og registrering.

Alle juniorutøvere må ha med kampbok og legitimasjon (pass eller nasjonalt id) og kunne fremvise disse ved innveiing, helsesjekk og registrering.

Utøvere som ikke har med ovennevnte dokumentasjon, som ikke er registrerte medlemmer i et idrettslag under NKF, eller som ikke vurderes konkurransedyktige av kamplegen, vil strykes fra deltakerlisten.

Trekning: Vil kun foregå i klasser med mer enn to deltakere. Trekningslister og tidsskjema vil bli delt ut til påmeldte idrettslag på stevnet

Registrering:

Idrettslag/utøvere som ikke er registrert i NIF sitt medlemssystem tas ikke med i trekningen.

Gyldig legitimasjon for utøver skal forevises ved registrering, legesjekk og innveiing.

Påmelding:

Påmelding Registrering er åpen, og påmelding kan gjøres på nettside i [SportData](#).

Påmeldingsfrist: 28.september 2026

Senere påmeldinger aksepteres ikke. Åpenbare feil i påmelding som blir oppdaget før trekning, rettes av SportData ansvarlig i samarbeid med forbundssekretær.

Hvert idrettslag skal påse at påmelding er riktig utfylt og at utøverne påmeldes i riktig(e) klasse(r).

Startavgift/kampavgift Individuelt: kr. 200,- per utøver

Startavgift/kampavgift betales av hver enkelt utøver ved registrering lørdag morgen på stevnedagen. Dette skjer etter passert innveiing og legesjekk.

NB! Utøveren leverer fra seg Kampbok til sekretariatet i forbindelse med registrering og betaling av kampavgift. Denne må hentes av utøveren etter stevnets slutt.

Hvert idrettslag kan ha med 2 coacher for 1-2 utøvere og 3 coacher for 3+ utøvere. Disse trenger ikke å betale for inngangsbillett, men må meldes inn på forhånd med Navn (fornavn og etternavn) + Fødselsdato. Individuelt adgangsbevis hentes ved innveiing/registrering ved å vise frem gyldig

legitimasjon (Pass, nasjonalt ID, eller sertifikat). Dette gir adgang til rødt/blått hjørne sine oppvarmingsrom.

Diverse:

- Streaming Stevnet vil streames av A-Media
- NKF opplyser om at det kan bli tatt bilder og film fra arrangementet med deltakere og funksjonærer som kan bli publisert i redaksjonell sammenheng på www.kampsport.no og NKF sine utvidede mediekkanaler (Instagram osv.)

Forbehold om avlysning:

NKF forbeholder seg retten til å avlyse stevnet eller klassene ved for lav påmelding eller andre forhold som ligger utenfor vår kontroll. Ved avlysning tar NKF intet ansvar for eventuelle bestilte billetter, hotell eller andre kostnader idrettslagene har hatt i forbindelse med stevnet.

NB!

Det er **kun tillatt med norske flagg og/eller klubbflagg**. Plakater eller andre typer flagg er ikke tillatt.

Dette er et **idretts- og familiearrangement**, og ikke en arena for politiske ytringer. Med tanke på situasjonen i verden ønsker vi å legge til rette for en **nøytral, trygg og konfliktfri arena hvor alle skal føle seg velkomne**.

Dersom noen velger å bryte disse bestemmelsene, vil de bli bedt om å forlate området.

Hotell:

BW Plus Gyldenløve Hotell :

NM MUAY THAI - TILBUD PÅ OVERNATTING

16.-18. Oktober 2026

I forbindelse med arrangementet NM i Muay Thai har vi følgende tilbud på overnatting:

Enkeltrom:

Kr. 995.- pr. døgn

Dobbeltrom:

Kr.1320.- pr. døgn

Tresengsrom:

Kr.1550.- pr. døgn

Firesengsrom:

Kr.1880.- pr. døgn

Prisen inkluderer frokostbuffet og fri bruk av internett.

GRATIS PARKERING! (så langt det er ledig plasser)

Bestilles på telefon: 32 86 58 00 eller email: resepsjon@gyldenlove.no

Bookingkode: Muay Thai

Norges Kampsportforbund sin avtale med Strawberry:

Home hotell 1624 og Quality Grand Hotell Kongsberg

[Link til booking av hotell via kampsport sine avtaler.](#)

Transport:

Idrettslagene er ansvarlige for egen transport. Stor gratis parkeringsplass ved hallen

Kiosk:

Det vil være mulig å kjøpe mat og drikke i hallen.

Det vil også være diverse stands i hallen, der det er mulig og kjøpe div utstyr ol.

Kontaktinformasjon:

Arrangør klubb:

IL Skrim:

daglig.leder@ilskrim.no eller ilskrim.muaythai@gmail.com

Lars Eigil Wettestad og Lena F B Hansen.

Norges KampsportForbund:

Robert Hamara

Vi gleder oss til å ta dere i mot, Velkommen!!

