



REGULAMIN ROZGRYWANIA KONKURENCJI TUISHOU
2026

WERSJA 1.0

Spis Treści

REGULAMIN ROZGRYWANIA KONKURENCJI TUISHOU 2026	1
ROZDZIAŁ 1: PRZEPISY OGÓLNE	1
1.1 Rodzaje konkurencji.....	1
1.2 Rodzaje zawodów	1
1.3 Metoda rozgrywania zawodów	1
1.4 Kategorie wiekowe i wymagania startowe	1
1.5 Kategorie wagowe.....	2
1.6. Ważenie.....	3
1.7. Losowanie	3
1.8. Strój zawodnika	4
1.9. Etykieta zawodów	4
1.10.Walkower (Rezygnacja)	4
1.11.Sposób prowadzenia walki	5
1.12.Inne postanowienia	5
ROZDZIAŁ 2: KOMISJA ODWOŁAWCZA I JEJ OBOWIĄZKI	5
2.1. Skład Komisji Odwoławczej	5
2.2. Obowiązki Komisji Odwoławczej.....	5
2.3. Procedura i wymagania dotyczące odwołań	6
ROZDZIAŁ 3: SĘDZIOWIE I ICH OBOWIĄZKI	6
3.1. Skład komisji sędziowskiej	6
3.2. Skład personelu pomocniczego	7
3.3. Obowiązki sędziów	7
ROZDZIAŁ 4: DOZWOLONE I ZABRONIONE ATAKI ORAZ KRYTERIA PUNKTACJI – DINGBU TUISHOU	10
4.1. Dozwolone ataki	10
4.2. Niedozwolone ataki	10
4.3. Dozwolone pola ataków	10
4.4. Niedozwolone pola ataków	10

4.5. Kryteria punktacji	10
ROZDZIAŁ 5: DOZWOLONE I ZABRONIONE ATAKI ORAZ KRYTERIA PUNKTACJI – HUOBUTUISHOU	11
5.1. Dozwolone ataki	11
5.2. Niedozwolone ataki	11
5.3. Dozwolone pola ataków	11
5.4. Niedozwolone pola ataków	11
5.5. Kryteria punktacji	12
ROZDZIAŁ 6: FAULE I KARY ORAZ PRZERWANIE WALKI	12
6.1. Faule techniczne	12
6.2. Faule osobiste	12
6.3. Kary	13
6.4. Przerwanie walki	13
ROZDZIAŁ 7: ROZSTRZYGANIE O ZWYCIĘSTWIE I KLASYFIKACJA	13
7.1. Wyłonienie zwycięzcy i przegranego	13
7.1.1. Zwycięstwo w walce przez absolutną przewagę	13
7.1.2. Wyłonienie zwycięzcy rundy	14
7.1.3. Wyłonienie zwycięzcy walki	14
7.2. Klasyfikacja	15
ROZDZIAŁ 7: ORGANIZACJA ZAWODÓW I ZAPISYWANIE WYNIKÓW	15
7.1. Planowanie harmonogramu	15
7.2. Protokółowanie i zapisywanie wyników	16
ROZDZIAŁ 8: KOMENDY I GESTY SĘDZIEGO PLATFORMY ORAZ SĘDZIÓW BOCZNYCH	16
8.1. Komendy i gesty sędziego platformy	16
8.2. Gesty sędziów bocznych	28
ROZDZIAŁ 9: POLE WALKI I WYPOSAŻENIE	29
9.1. Pole walki (Lei Tai)	29
9.2. Wyposażenie sędziowskie	32
9.3. Pozostałe wyposażenie	32

ROZDZIAŁ 1: PRZEPISY OGÓLNE

1.1 Rodzaje konkurencji

- 1.1.1 Dingbu Tuishou – zawody rozgrywane w formule bez wykonywania kroków.
- 1.1.2 Huobu Tuishou – zawody rozgrywane w formule umożliwiającej swobodne przemieszczanie się po polu walki.

1.2 Rodzaje zawodów

- 1.2.1 Zawody drużynowe
- 1.2.2 Zawody indywidualne

1.3 Metoda rozgrywania zawodów

- 1.3.1 System kołowy (round robin/każdy z każdym) lub system pucharowy (eliminacja bezpośrednia).
- 1.3.2 Dingbu Tuishou: Każda walka składa się z jednej rundy po 2 minuty (w przypadku dzieci i młodzieży można przyjąć 1 minutę i 30 sekund na rundę). Wygrywa zawodnik, który zdobędzie więcej punktów w ciągu walki, lub którego wygrana zostanie ogłoszona po spełnieniu innych warunków opisanych w Rozdziale 7.
- 1.3.3 Huobu Tuishou: Każda walka składa się z trzech rund po 2 minuty (w przypadku dzieci i młodzieży można przyjąć 1 minutę i 30 sekund na rundę). Wygrywa zawodnik, który wygra dwie z trzech rund, lub którego wygrana zostanie ogłoszona po spełnieniu innych warunków, opisanych w Rozdziale 7.

1.4 Kategorie wiekowe i wymagania startowe

- 1.4.1 Kategorie wiekowe:
 - Dzieci: 9–11 lat
 - Juniorzy młodsi: 12–14 lat
 - Juniorzy starsi: 15–17 lat
 - Seniorzy: 18–39 lat
 - Weterani: 40 – 59 lat
- 1.4.2 Zawodnik musi posiadać ważny dowód osobisty lub – jeśli nie jest obywatelem polskim - paszport kraju/regionu, który reprezentuje.
- 1.4.3 Każdy zawodnik musi posiadać ważne ubezpieczenie NNW.
- 1.4.4 Każdy zawodnik musi przedstawić ważne zaświadczenie o stanie zdrowia, zawierające wyniki badania EEG (elektroencefalogram), EKG (elektrokardiogram), ciśnienia krwi i tętna, wystawione przez wykwalifikowanego lekarza w ciągu 30 dni przed datą rejestracji na zawody.

1.5 Kategorie wagowe

1.5.1 Dzieci – kategorie wagowe:

$\leq 26\text{kg}$

$> 26\text{ kg} - \leq 28\text{ kg}$

$> 28\text{ kg} - \leq 30\text{ kg}$

$> 30\text{ kg} - \leq 32\text{ kg}$

$> 32\text{ kg} - \leq 34\text{ kg}$

$> 34\text{ kg} - \leq 36\text{ kg}$

$> 36\text{ kg} - \leq 39\text{ kg}$

$> 39\text{ kg} - \leq 42\text{ kg}$

$> 42\text{ kg} - \leq 45\text{ kg}$

$> 45\text{ kg} - \leq 48\text{ kg}$

1.5.2 Juniorzy – kategorie wagowe

$\leq 39\text{ kg}$

$> 39\text{ kg} - \leq 42\text{ kg}$

$> 42\text{ kg} - \leq 45\text{ kg}$

$> 45\text{ kg} - \leq 48\text{ kg}$

$> 48\text{ kg} - \leq 52\text{ kg}$

$> 52\text{ kg} - \leq 56\text{ kg}$

$> 56\text{ kg} - \leq 60\text{ kg}$

$> 60\text{ kg} - \leq 64\text{ kg}$

$> 64\text{ kg} - \leq 68\text{ kg}$

$> 68\text{ kg} - \leq 72\text{ kg}$

1.5.3 Juniorzy starsi – kategorie wagowe

$\leq 48\text{ kg}$

$> 48\text{ kg} - \leq 52\text{ kg}$

$> 52\text{ kg} - \leq 56\text{ kg}$

$> 56\text{ kg} - \leq 60\text{ kg}$

$> 60\text{ kg} - \leq 65\text{ kg}$

$> 65\text{ kg} - \leq 70\text{ kg}$

$> 70\text{ kg} - \leq 75\text{ kg}$

$> 75\text{ kg} - \leq 80\text{ kg}$

- > 80 kg – ≤ 85 kg
- > 85 kg – ≤ 90 kg

1.5.4 Dorośli – kategorie wagowe

≤ 48 kg)

- > 48 kg – ≤ 52 kg
- > 52 kg – ≤ 56 kg
- > 56 kg – ≤ 60 kg
- > 60 kg – ≤ 65 kg
- > 65 kg – ≤ 70 kg
- > 70 kg – ≤ 75 kg
- > 75 kg – ≤ 80 kg
- > 80 kg – ≤ 85 kg
- > 85 kg – ≤ 90 kg
- > 90 kg – ≤ 100 kg
- > 100 > 100 kg

1.6. Ważenie

1.6.1. Tylko zawodnicy po pozytywnej weryfikacji dokumentów mogą przystąpić do ważenia (wymagany dowód osobisty lub paszport).

1.6.2. Ważenie odbywa się pod nadzorem Komisji Odwoławczej i sędziów rejestrujących.

1.6.3. Zawodnicy ważą się nago lub w samej bieliźnie (kobiety w obcistej bieliźnie sportowej) w wyznaczonym czasie i miejscu, w osobnych pomieszczeniach dla dziewczynek, chłopców, kobiet oraz mężczyzn, pod nadzorem sędziego tej samej płci co zawodnicy.

1.6.4. Każda kategoria wagowa musi zakończyć ważenie w ciągu 1 godziny. Zawodnik, który nie zmieści się w limicie swojej kategorii w tym czasie, nie zostaje dopuszczony do zawodów.

1.6.5. Zawodnicy walczący w danym dniu muszą zważyć się przed startem zawodów, w czasie i miejscu określonym przez organizatora.

1.7. Losowanie

1.7.1. Ceremonia losowania walk odbywa się pod Sędziego Głównego Zawodów, Przewodniczącą Komisji Odwoławczej oraz trenerów lub kierowników ekip.

1.7.2. Losowanie odbywa się po pierwszym ważeniu zawodników. Jeśli w kategorii jest tylko 1 zawodnik, kategoria ta zostaje wyłączona z zawodów, lub może być połączona z

inną kategorią, jeśli przewiduje to regulamin danych zawodów. Warunki i metody ewentualnego łączenia kategorii muszą być podane w regulaminie danych zawodów.

1.8. Strój zawodnika

- 1.8.1. Obowiązuje strój zatwierdzony przez PZWushu.
- 1.8.2. Strój: Koszulka kompresyjna lub rashguard z krótkim rękawem oraz krótkie spodenki i/lub krótkie/długie legginsy, w kolorze niebieskim oraz czerwonym. Jeśli zawodnik zakłada legginsy pod spodenki, powinny one być tego samego koloru/zbliżone wizualnie co spodenki. Jeśli pozwala na to regulamin zawodów, strój zawodnika może być w dowolnym kolorze, stosuje się jednak wówczas oznaczenie zawodników za pomocą pasów, w odpowiednim kolorze.
- 1.8.3. Oznaczenie zawodników w czasie walki: Jeśli nie stosuje się strojów czerwonych i niebieskich, zawodnik reprezentujący narożnik niebieski zakłada pas niebieski. Zawodnik reprezentujący narożnik czerwony zakłada pas czerwony.
- 1.8.4. Ochraniacze: nie jest dozwolone używanie jakichkolwiek ochraniaczy.
- 1.8.5. Zawodnicy walczyć boso.

1.9. Etykieta zawodów

- 1.9.1. Podczas prezentacji zawodnik wykonuje ukłon „Dłoń i Pięść” w stronę sędziego głównego planszy oraz widowni.
- 1.9.2. Przed rundą zawodnik wykonuje ukłon w stronę swojego trenera, a następnie w stronę przeciwnika.
- 1.9.3. Po ogłoszeniu wyniku zawodnicy wykonują ukłon w swoją stronę, w stronę sędziego platformy oraz w stronę trenera przeciwnika.

1.10. Walkower (Rezygnacja)

- 1.10.1. Jeśli zawodnik nie może walczyć z powodu choroby/kontuzji (potwierdzonej przez lekarza) lub niespełnienia wymogów wagowych, uznaje się to za walkower (poddanie walki). Dotychczasowe wyniki jego walk (jeśli istnieją) zostają zachowane bez zmian.
- 1.10.2. Trener może poddać walkę, podnosząc tabliczkę rezygnacji z walki lub rzucając biały ręcznik na matę, jeśli przewaga przeciwnika jest zbyt duża. Zawodnik może poddać się, podnosząc rękę lub schodząc z platformy.
- 1.10.3. Nieobecność na wazeniu lub 3-krotne niewywołanie na start uznaje się za nieuzasadniony walkower (poddanie walki bez uzasadnionej przyczyny).
- 1.10.4. Nieuzasadniony walkower skutkuje anulowaniem wszystkich wyników zawodnika w turnieju (jeśli istnieją).

1.11. Sposób prowadzenia walki

- 1.11.1. Sposób rozpoczęcia walki jest taki sam w przypadku Dingbu Tuishou jak i Huobu Tuishou.
- 1.11.2. Zawodnicy ustawiają się w pozycji z prawą nogą w polu wyznaczonym przez okrąg o średnicy 50 cm. Lewa noga znajduje się w dowolnym miejscu za nogą wykroczną.
- 1.11.3. Prawe ręce zawodników stykają się w nadgarstkach, z dłońmi skierowanymi wewnątrz w stronę własnej klatki piersiowej. Lewa dłoń każdego zawodnika spoczywa na zewnętrznej części prawego łokcia przeciwnika.
- 1.11.4. Po wydaniu komendy „Yubei” („Gotów”), zawodnicy nie mogą przestawiać stóp ani zmieniać pozycji rąk.
- 1.11.5. Komenda „Kaishi” („Start”) rozpoczyna walkę.
- 1.11.6. Walka toczy się do momentu przzerwania jej przez sędziego platformy, komendą „Ting” („Stop”).
- 1.11.7. Po uzyskaniu punktu przez jednego z zawodników, następuje zmiana nogi wykroczonej na przeciwną oraz ułożenia rąk na przeciwnie.
- 1.11.8. Walka jest kontynuowana aż do zakończenia czasu trwania rundy lub do czasu zaistnienia innych okoliczności, opisanych w Rozdziale 7.

1.12. Inne postanowienia

- 1.12.1. Obowiązuje zakaz dopingu i używania tlenu podczas przerw.
- 1.12.2. Podczas walki sędziowie nie mogą opuszczać miejsc bez zgody sędziego głównego.
- 1.12.3. Trenerowi może towarzyszyć tylko jeden asystent lub lekarz i muszą oni przebywać w wyznaczonym miejscu w strojach oficjalnych lub w stroju sportowym dopuszczonym przez organizatora.

ROZDZIAŁ 2: KOMISJA ODWOŁAWCZA I JEJ OBOWIĄZKI

2.1. Skład Komisji Odwoławczej

Komisja Odwoławcza składa się z 3 lub 5 osób: przewodniczącego, zastępcy przewodniczącego oraz 1 – 3 członków.

2.2. Obowiązki Komisji Odwoławczej

- 2.2.1. Komisja pracuje pod kierownictwem Komitetu Organizacyjnego. Odpowiada za nadzór nad organizacją zawodów, w tym: kontrolę obiektów, sprzętu, harmonogramu, losowania, ważenia zawodników oraz przydziału sędziów.

- 2.2.2. W przypadku stwierdzenia w oczywisty sposób nieuzasadnionej lub błędnej oceny sędziego, Komisja ma prawo udzielić mu ostrzeżenia, a w poważnych przypadkach zarekomendować usunięcie sędziego z pełnionej funkcji.
- 2.2.3. Komisja rozpatruje odwołania dotyczące decyzji sędziego na platformie. Odwołania mogą dotyczyć wyłącznie decyzji bezpośrednio związanych z ekipą wnoszącą apelację.
- 2.2.4. Po otrzymaniu odwołania Komisja musi je niezwłocznie rozpatrzyć i powiadomić zainteresowane strony o wyniku. Decyzja Komisji Odwoławczej jest ostateczna.
- 2.2.5. Komisja przeprowadza dochodzenie (w razie potrzeby analizuje nagrania wideo). Decyzje są ważne, jeśli w głosowaniu bierze udział więcej niż połowa składu Komisji. W przypadku równej ilości głosów, głos decydujący należy do Przewodniczącego.
- 2.2.6. Członkowie Komisji nie uczestniczą w dochodzeniach dotyczących krajów lub regionów, które reprezentują.
- 2.2.7. Jeśli dochodzenie wykaże, że pierwotna decyzja sędziego była poprawna – zostaje ona utrzymana. Jeśli stwierdzony zostanie błąd – Komisja ma prawo zmienić werdykt i zawnioskować o wyciągnięcie konsekwencji wobec sędziego.

2.3. Procedura i wymagania dotyczące odwołań

- 2.3.1. Każda ekipa ma prawo do maksymalnie dwóch (2) odwołań podczas całych zawodów. Jeśli odwołanie zostanie uznane za niezasadne, jedna szansa na apelację zostaje odjęta z puli danej ekipy.
- 2.3.2. Jeśli drużyna ma zastrzeżenia do decyzji sędziego na platformie, musi złożyć odwołanie niezwłocznie, na miejscu. Komisja niezwłocznie dokona jego analizy i wyda werdykt.
- 2.3.3. Po wydaniu werdyktu przez Komisję, ekipa wnosząca apelację musi opisać swój wniosek na piśmie i opatrzyć podpisem. Jeśli odwołanie zostanie oddalone, należy uiścić opłatę w wysokości 300 PLN.
- 2.3.4. Wszystkie ekipy muszą przestrzegać ostatecznych decyzji Komisji. Próby zakłócania porządku, brak dopełnienia procedur lub odmowa wniesienia opłaty mogą skutkować karami dyscyplinarnymi.

ROZDZIAŁ 3: SĘDZIOWIE I ICH OBOWIĄZKI

3.1. Skład komisji sędziowskiej

- 3.1.1. Jeden (1) Sędzia Główny Zawodów
- 3.1.2. Zespół sędziowski na miejscu (1-2 grupy w zależności od skali zawodów):
- Jeden (1) Sędzia Główny Walk

- Jeden (1) Sędzia Platformy/Planszy
- Jeden (1) Protokolant
- Jedna (1) Osoba mierząca czas
- Jeden (1) lub dwóch (2) Sędziów Bocznych/Wspomagających

3.1.3. Jedna (1) osoba ds. Harmonogramu i Wyników.

3.1.4. Jeden (1) Kierownik Rejestracji.

3.2. Skład personelu pomocniczego

3.2.1. Do czterech (4) Sędziów ds. Harmonogramu i Wyników.

3.2.2. Do sześciu (6) Sędziów Rejestrujących.

3.2.3. Jeden (1) Kierownik Medyczny; od dwóch do pięciu (2-5) Asystentów Medycznych.

3.2.4. Jeden lub dwóch (1-2) Spikerów.

3.2.5. Od jednego do czterech (1-4) Operatorów Elektronicznego Systemu Sędziowania i Rejestracji.

3.2.6. Od jednego do czterech (1-4) Operatorów Kamer Komisji Odwoławczej.

3.3. Obowiązki sędziów

3.3.1. Sędzia Główny Zawodów:

- Organizuje kurs odświeżający dla sędziów, omawia regulamin rozgrywania konkurencji i danych zawodów.
- Odpowiada za interpretację przepisów, nadzór nad przygotowaniem miejsca rozgrywania zawodów, rozstrzyganie sporów w grupach technicznych oraz zatwierdzanie i ogłaszanie wyników końcowych.
- Dokonuje inspekcji przygotowania miejsca rozgrywania zawodów, sprzętu używanego w czasie zawodów, przygotowania do ważenia zawodników, losowania walki i innych czynności związanych z przygotowaniem zawodów.
- Odpowiada za interpretację i rozwiązywanie ewentualnych problemów związanych z interpretacją regulaminów zawodów, nie ma jednak prawa do ich zmiany.
- Pełni nadzór nad panelem sędziów w czasie zawodów i może dokonywać zmian w składzie sędziowskim w zależności od potrzeb.
- Informuje Komisję Odwoławczą, Sędziego Głównego, spikerów oraz osoby odpowiedzialne za sprawdzenie obecności zawodników o ewentualnych zmianach w harmonogramie zawodów, spowodowanych przez rezygnację lub nieobecność zawodnika.
- Ma prawo do podejmowania ostatecznych decyzji w przypadku różnicy zdań/sporów w kwestiach technicznych.

- Jest odpowiedzialny za prawidłowe stosowanie regulaminów zawodów przez wszystkich oficjeli na danych zawodach.
- Sprawdza, podpisuje i ogłasza wyniki po zakończeniu zawodów.
- Sporządza raport pisemny dla Komitetu Organizacyjnego Zawodów (jeśli jest wymagany).

3.3.2. **Sędzia główny planszy:**

- Jest odpowiedzialny za organizację nauki sędziów w czasie kursu odświeżającego oraz za podział zadań sędziów.
- Nadzoruje pracę sędziów punktowych, protokolanta i osoby mierzącej czas.
- Daje znak sędziemu platformy za pomocą sygnału gwizdkiem w przypadku konieczności korekty jego decyzji oraz
- Może korygować wynik walki przed jego opublikowaniem, za zgodą Sędziego Głównego Zawodów, w przypadku błędów w sędziowaniu.
- Ogłasza wynik każdej rundy po jej zakończeniu.
- Nadzoruje wszystkie zdarzenia na platformie i podejmuje decyzje, które z nich bezpośrednio wynikają.
- Sprawdza i podpisuje formularz wyników po zakończeniu walki.

3.3.3. **Sędzia Platformy:**

- Sprawdza sprzęt zawodników po ich wejściu na Platformę/Planszę
- Prowadzi walkę za pomocą komend i gestów.
- Ogłasza wyniki danej akcji, takie jak przesunięcia, podparcia, upadki, faule itd.
- Zwraca się po pomoc lekarską dla zawodników, jeśli jest to konieczne.
- Ogłasza wyniki walk.

3.3.4. **Sędziowie Wspomagający:**

Wspomagają Sędziego Platformy, w przypadku braku jasności co do wyniku danej akcji.

3.3.5. **Protokolant:**

- Bierze udział w ważeniu zawodników i zapisuje ich wagę
- Zapisuje punkty zawodników, ostrzeżenia, upomnienia, faule, wymuszone liczenia itd. na podstawie gestów sędziego platformy.
- Zapisuje wyniki rund i walk.

3.3.6. **Sędzia mierzący czas:**

- Odpowiada za czas trwania rund, przerw i zatrzymań walki.
- Daje sygnał gwizdkiem/sygnałem dźwiękowym na 10 sekund przed startem rundy i uderza w gong/uruchamia sygnał dźwiękowy na jej zakończenie.

3.3.7. **Kierownik odpowiedzialny za harmonogram zawodów:**

- Jest odpowiedzialny za sprawdzenie danych zawodników oraz ich rejestracji

- Organizuje ceremonię losowania walk oraz układu program zawodów
- Przygotowuje wszystkie formularze oraz sprawdza wyniki i miejsca przyznane zawodnikom
- Archiwizuje i publikuje wyniki walk
- Przygotowuje statystyki i końcowe wyniki zawodów

3.3.8. **Pozostałe osoby odpowiedzialne za rejestrację i harmonogram zawodów:**

Wykonują zadania zlecone im przez Kierownika odpowiedzialnego za rejestrację i harmonogram.

3.3.9. **Kierownik odpowiedzialny za organizację startów:**

- Jest odpowiedzialny za ważenie zawodników.
- Jest odpowiedzialny za przygotowanie sprzętu dla zawodników.
- Sprawdza obecność zawodników na 20 min. przed rozpoczęciem walki.
- Raportuje Sędziemu Głównemu Zawodów każdy przypadek nieobecności w czasie sprawdzenia obecności zawodników.
- Sprawdza strój zawodników i jego zgodność z regulaminem.
- Sprawdza obecność zawodników w trakcie ceremonii nagradzania.

3.3.10. **Pozostałe osoby odpowiedzialne za organizację startów:**

Wykonują zadania zlecone im przez Kierownika odpowiedzialnego za organizację startów

3.3.11. **Spikerzy:**

- Wyjaśniają regulaminy zawodów i przekazują inne ważne informacje publiczności
- Przedstawiają sędziów i zawodników
- Ogłaszają wyniki zawodów

3.3.12. **Kierownik Medyczny:**

- Sprawdza certyfikaty zdrowia i dokumentację medyczną zawodników przed rozpoczęciem zawodów
- Udziela pomocy medycznej w przypadku kontuzji
- Rekomenduje Sędziemu Głównemu Zawodów, czy zawodnik może kontynuować walkę w przypadku kontuzji
- Współpracuje z personelem antydopingowym.

3.3.13. **Operatorzy Elektronicznego Systemu Rejestracji i Sędziowania:**

Są odpowiedzialni za pracę Elektronicznego Systemu Rejestracji i Sędziowania.

3.3.14. **Operatorzy kamer Komisji Odwoławczej**

Są odpowiedzialni za pracę kamer Komisji Odwoławczej oraz za archiwizację materiału wideo.

ROZDZIAŁ 4: DOZWOLONE I ZABRONIONE ATAKI ORAZ KRYTERIA PUNKTACJI – DINGBU TUISHOU

4.1. Dozwolone ataki

Dozwolone jest stosowanie wszystkich technik Tuishou, z wyjątkiem metod zabronionych w Artykule 18.

4.2. Niedozwolone ataki

- Uderzenia łokciem.
- Stosowanie technik wywierających nacisk na stawy przeciwnika w kierunku przeciwnym do naturalnego (dźwignie).
- Atakowanie powyżej linii barków oraz ataki głową.
- Atakowanie nogami oraz ataki poniżej linii bioder.
- Stosowanie rzutów powodujących upadek przeciwnika bezpośrednio na głowę lub celowe przygniatanie przeciwnika całym ciałem.

4.3. Dozwolone pola ataków

Tułów (włączając w to pas barkowy oraz biodra), ręce.

4.4. Niedozwolone pola ataków

- Strefa powyżej linii ramion (szyja, głowa).
- Strefa poniżej linii bioder (krocze, pośladki, nogi).

4.5. Kryteria punktacji

4.5.1. Przyznanie 2 punktów:

- Gdy przeciwnik upada (dotyka maty inną częścią ciała niż stopy), a zawodnik atakujący pozostaje na nogach, bez wyraźnego przesunięcia, przestawienia lub oderwania stopy. Podparcie się jest uznane za upadek.
- Gdy przeciwnik otrzyma wymuszone liczenie.
- Gdy przeciwnik otrzyma ostrzeżenie.

4.5.2. Przyznanie 1 punktu:

- Gdy przeciwnik wyraźnie przesunie, przestawi lub oderwie całkowicie którąkolwiek ze stóp.
- Gdy obaj zawodnicy upadają – punkt otrzymuje ten, który upadł później.

- Gdy przeciwnik upadnie, a atakujący jednokrotnie przestawi/przesunie/oderwie stopę.
- Gdy przeciwnik nie wyprowadzi ataku w ciągu 5 sekund po otrzymaniu nakazu ataku od sędziego.
- Gdy przeciwnik otrzyma upomnienie.

4.5.3. Brak punktów:

- Technika nie wykonana czysto i/lub nieefektywna.
- Obaj zawodnicy przestawiają/odrywają stopę
- Obaj zawodnicy jednocześnie upadają

ROZDZIAŁ 5: DOZWOLONE I ZABRONIONE ATAKI ORAZ KRYTERIA PUNKTACJI – HUOBU TUISHOU

5.1. Dozwolone ataki

Dozwolone jest stosowanie wszystkich technik Tuishou z wyjątkiem metod zabronionych w punkcie 5.2

5.2. Niedozwolone ataki

- Kopnięcia i uderzenia, również łokciem (z wyjątkiem kao, wykonywanego barkiem lub przedramieniem na korpus, biodrem na biodro lub kolaniem na udo/kolano)
- Stosowanie technik wywierających nacisk na stawy przeciwnika w kierunku przeciwnym do naturalnego (dźwignie).
- Atakowanie powyżej linii barków oraz ataki głową.
- Stosowanie rzutów powodujących upadek przeciwnika bezpośrednio na głowę lub celowe przygniatanie przeciwnika całym ciałem.

5.3. Dozwolone pola ataków

- Tułów, ręce, nogi.

5.4. Niedozwolone pola ataków

- Strefa powyżej linii ramion (szyja, głowa).
- Krocze

5.5. Kryteria punktacji

5.5.1. Przyznanie 2 punktów:

- Gdy przeciwnik upada (dotyka maty inną częścią ciała niż stopy), a zawodnik atakujący pozostaje na nogach. Podparcie się jest uznane za upadek.
- Gdy przeciwnik zostanie wypchnięty poza planszę. Wypchnięcie oznacza jakąkolwiek część ciała zawodnika wspierającą się o podłoże poza polem walki.
- Gdy przeciwnik otrzyma wymuszone liczenie.
- Gdy przeciwnik otrzyma ostrzeżenie.

5.5.2. Przyznanie 1 punktu:

- Gdy obaj zawodnicy upadają – punkt otrzymuje ten, który upadł później.
- Gdy przeciwnik nie wyprowadzi ataku w ciągu 5 sekund po otrzymaniu nakazu ataku od sędziego.
- Gdy przeciwnik otrzyma upomnienie.

5.5.3. Brak punktów (0 punktów):

- Technika nie wykonana czysto i/lub nieefektywna.
- Obaj zawodnicy wychodzą poza pole walki.
- Obaj zawodnicy upadają jednocześnie.

ROZDZIAŁ 6: FAULE I KARY ORAZ PRZERWANIE WALKI

6.1. Faule techniczne

- Pasywne trzymanie/klinczowanie.
- Pasywna ucieczka (unikanie walki).
- Prośba o przerwę (podniesienie ręki) będąc w niekorzystnej sytuacji.
- Celowe opóźnianie walki.
- Brak szacunku lub nieposzanowanie wobec sędziów.
- Celowe rozwiązywanie elementów stroju uniemożliwiające walkę.
- Nieprzestrzeganie etykiety zawodów.

6.2. Faule osobiste

- Atak przed komendą „Kaishi” (Start) lub po komendzie „Ting” (Stop).
- Atak na niedozwolone pole ataku.
- Atak przy użyciu niedozwolonego ataku.

- Celowe dążenie do kontuzjowania przeciwnika.

6.3. Kary

- Za każdy faul techniczny: upomnienie
- Za każdy faul osobisty: ostrzeżenie.
- 3 faule osobiste w jednej walce skutkują dyskwalifikacją z danej walki.
- Celowe kontuzjowanie przeciwnika skutkuje dyskwalifikacją z całych zawodów i anulowaniem wszystkich wyników zawodnika.

6.4. Przerwanie walki

Walka zostaje wstrzymana, gdy:

- Zawodnik upada lub wypada/zostaje wypchnięty z maty.
- Na jednego z zawodników nakładana jest kara.
- Jeden z zawodników jest kontuzjowany
- Klincz trwa dłużej niż 5 sekund bez wyraźnej akcji.
- Brak ataku po komendzie sędziego (5 sek.).
- Gdy zawodnik podnosi rękę prosząc o przerwanie walki.
- Sędzia główny koryguje błąd sędziego platformy lub inny błąd sędziowski.
- Jeśli na platformie wystąpi nagły problem lub niebezpieczna sytuacja
- Jeśli wystąpi awaria techniczna (oświetlenie, elektroniczny system sędziowania itp.).

ROZDZIAŁ 7: ROZSTRZYGANIE O ZWYCIĘSTWIE I KLASYFIKACJA

7.1. Wyłonienie zwycięzcy i przegranego

7.1.1. Zwycięstwo w walce przez absolutną przewagę

- Jeśli podczas walki występuje duża dysproporcja sił między zawodnikami, Sędzia Platformy, za zgodą sędziego głównego (Head Judge), może ogłosić silniejszego zawodnika zwycięzcą całej walki.
- Jeśli zawodnik zostanie powalony silnym atakiem i nie wstanie w ciągu 10 sekund (z wyłączeniem sytuacji po faulach osobistych) lub wstanie, ale wykazuje zaburzenia świadomości, i nie jest w stanie kontynuować walki, jego przeciwnik zostaje ogłoszony zwycięzcą walki.

- Jeśli podczas jednej walki zawodnik zostanie trzykrotnie (3) poddany wymuszonemu liczeniu po silnych atakach (z wyłączeniem fauli), przeciwnik wygrywa walkę.
- Jeśli podczas rundy różnica punktowa między zawodnikami wynosi 12 punktów lub więcej, zawodnik z wyższą liczbą punktów wygrywa walkę.

7.1.2. Wyłonienie zwycięzcy rundy

- Zwycięzca rundy jest ustalany na podstawie zapisów protokolanta, po przyznaniu punktów przez Sędziego Platformy.
- Jeśli podczas rundy zawodnik zostanie dwukrotnie (2) poddany wymuszonemu liczeniu po silnych rzutach lub kao (z wyłączeniem fauli), jego przeciwnik wygrywa rundę.
- Jeśli zawodnik został dwukrotnie wypchnięty poza pole walki, jego przeciwnik wygrywa rundę.
- 24.2.4 W przypadku remisu punktowego w rundzie, o zwycięstwie decyduje następująca kolejność:
 1. Mniejsza liczba otrzymanych ostrzeżeń.
 2. Mniejsza liczba otrzymanych upomnień.
 3. Mniejsza waga ciała w dniu zawodów.

Jeśli powyższe trzy punkty są identyczne, runda zostaje uznana za remis.

7.1.3. Wyłonienie zwycięzcy walki

- Walkę wygrywa zawodnik, który otrzyma większą ilość punktów w trakcie trwania rundy (Dingbu Tuishou) lub w czasie co najmniej dwóch rund (Huobu Tuishou).
- Jeśli zawodnik dozna kontuzji lub zachoruje i lekarz potwierdzi niezdolność do kontynuowania walki, jego przeciwnik zostaje ogłoszony zwycięzcą walki.
- Jeśli zawodnik symuluje kontuzję po faulu przeciwnika (co zostanie wykazane przez lekarza), zwycięzcą walki zostaje zawodnik, który dopuścił się faulu.
- Zawodnik kontuzjowany w wyniku faulu przeciwnika, który nie może kontynuować walki (decyzja lekarza), zostaje ogłoszony zwycięzcą walki, ale nie może brać udziału w kolejnych walkach.
- W systemie kołowym (round-robin): Jeśli liczba wygranych rund u obu zawodników jest taka sama, ogłaszany jest remis.
- W systemie pucharowym (knock-out): W przypadku równej liczby wygranych rund, zwycięzcę walki wyłania się według kolejności:
 1. Mniejsza liczba otrzymanych ostrzeżeń.

2. Mniejsza liczba otrzymanych upomnień.
3. Mniejsza waga w dniu zawodów.

Jeśli w dalszym ciągu pozostaje remis, zawodnicy walczą w dodatkowej rundzie, która decyduje o wyniku walki.

7.2. Klasyfikacja

7.2.1. Klasyfikacja indywidualna:

- W systemie pucharowym: Ranking ustalany jest bezpośrednio na podstawie wyników walk (drabinka).
- W systemie kołowym: Wyżej klasyfikowany jest zawodnik z większą liczbą wygranych walk. W przypadku remisu punktowego decyduje kolejność:
 1. Mniejsza liczba przegranych rund.
 2. Mniejsza liczba otrzymanych ostrzeżeń.
 3. Mniejsza liczba otrzymanych upomnień.
 4. Mniejsza waga ciała (z dnia losowania).
 - Jeśli wszystko jest identyczne, zawodnicy zajmują to samo miejsce.

7.2.2. Klasyfikacja drużynowa:

- Punkty za miejsca: Za zajęcie pierwszych ośmiu miejsc w kategorii przyznaje się punkty: 9, 7, 6, 5, 4, 3, 2 i 1. (Jeśli punktowane jest top 6: 7, 5, 4, 3, 2, 1).
- Rozstrzygnięcie remisów w klasyfikacji drużynowej: Jeśli dwie lub więcej drużyn ma tyle samo punktów, decyduje:
 1. Większa liczba indywidualnych pierwszych miejsc (następnie drugich itd.).
 2. Mniejsza liczba ostrzeżeń otrzymanych przez całą drużynę/ekipę.
 3. Mniejsza liczba upomnień otrzymanych przez całą drużynę/ekipę.

ROZDZIAŁ 7: ORGANIZACJA ZAWODÓW I ZAPISYWANIE WYNIKÓW

7.1. Planowanie harmonogramu

- 7.1.1. Harmonogram powinien być opracowany na podstawie regulaminu zawodów, liczby zarejestrowanych uczestników oraz całkowitego czasu przewidzianego na turniej.
- 7.1.2. Walki w obrębie tej samej kategorii wagowej i tej samej rundy powinny być planowane w sposób skoncentrowany (blisko siebie w czasie) i możliwie równomierny w odniesieniu do poszczególnych sesji.

- 7.1.3. Jeden zawodnik może stoczyć maksymalnie pięć (5) walk w ciągu jednego dnia zawodów.
- 7.1.4. W obrębie pojedynczej sesji walki powinny rozpoczynać się od lżejszych kategorii wagowych i przechodzić kolejno do kategorii cięższych.

7.2. Protokółowanie i zapisywanie wyników

- 7.1.1. Protokolant zapisuje punkty przyznane każdemu zawodnikowi na podstawie komend i gestów sędziego na platformie. Rejestruje on odpowiednio: upomnienia, ostrzeżenia oraz wymuszone liczenia.
- 7.1.2. System punktacji w systemie kołowym (round-robin):
Zespół ds. harmonogramu i wyników wpisuje rezultaty każdej walki do formularza w następujący sposób:
- 2 punkty dla zwycięzcy walki.
 - 0 punktów dla przegranego.
 - 1 punkt dla każdej ze stron w przypadku remisu.
- W przypadku zwycięstwa przez walkower:
- zwycięzca otrzymuje 2 punkty.
 - nieobecny otrzymuje 0 punktów.

ROZDZIAŁ 8: KOMENDY I GESTY SĘDZIEGO PLATFORMY ORAZ SĘDZIÓW BOCZNYCH

8.1. Komendy i gesty sędziego platformy

8.1.1. Ukłon (Bào Quán Lǐ):

Stopy złączone, lewa dłoń oparta o prawą pięść na wysokości klatki piersiowej, w odległości 20–30 cm od ciała.



8.1.2. Wejście na platformę (Shàng Táí):

Sędzia stoi na środku platformy, ramiona wyciągnięte na boki, dłonie skierowane w górę, wskazujące na zawodników. Przy komendzie ramiona uginają się w łokciach pod



kątem prostym, dłonie skierowane do siebie.

8.1.3. Wzajemny ukłon zawodników:

Lewa dłoń położona na prawej pięści w dole i z przodu sędziego to sygnał dla zawodników do wykonania ukłonu.



8.1.4. Pierwsza runda (Dì yī jǔ):

W pozycji Gōng bù, sędzia ramię wyciąga ramię do góry z wyprostowanym palcem wskazującym, pozostałe palce zaciśnięte.



8.1.5. Druga runda (Dì Èr jú):

Podobnie jak wyżej, ale wyprostowane są dwa palce (wskazujący i środkowy).



8.1.6. Trzecia runda (Dì Sān jú):

Podobnie jak wyżej, ale wyprostowane są trzy palce (kciuk, wskazujący i środkowy).



8.1.7. Yùbèi! – Kāishǐ! (Gotów! – Start!):

Sędzia staje między zawodnikami w pozycji Gōng bù. Przy „Yùbèi” ramiona wyciąga na boki, dłonie zwrócone w górę. Przy „Kāishǐ” dłonie gwałtownie zbliżają się do siebie na wysokości brzucha (bez stykania się).



8.1.8. **Tíng! (Stop!):**

Komenda zatrzymania walki. Sędzia wykonuje krok w pozycję Gōng bù i wsuwa wyciągniętą dłoń (ustawioną pionowo, kciuk na górze) między zawodników.



8.1.9. **5 sekund pasywności (Wǔ Miǎo):**

Jedno ramię wskazuje danego zawodnika, drugie uniesione w górę, z rozpostartymi pięcioma palcami.



8.1.10. **Liczenie:**

Sędzia staje przodem do zawodnika, ramiona ugięte, dłonie zaciśnięte w pięści, a



następnie prostuje palce jeden po drugim od kciuka do małego palca w odstępach jednosekundowych.

8.1.11. Pasywny klincz: Sędzia ręką wskazuje zawodnika, następnie wykonuje gest „objęcia” ramionami, przed swoją klatką piersiową.



8.1.12. Pasywny klincz – zwrócenie uwagi

Sygnał skierowany w stronę klinczującego zawodnika: Sędzia prostuje jedną rękę kierując środek dłoni ku górze, a następnie zgina ramię przed ciałem, jak w ruchu obejmowania, po czym naturalnie unosi jedną rękę, kierując palec wskazujący w górę, pozostałe trzy palce i kciuk zaciskając w pięść.



8.1.13. Wymuszone liczenie do 8:

Sędzia staje przodem do stołu sędziowskiego, kciuk uniesiony w górę, pozostałe palce zaciśnięte.



8.1.14. Nakaz ataku:

Sędzia ustawia swoje ramię między zawodnikami, kciuk wyprostowany, dłoń skierowana poziomo. Ruch dłonią w stronę zawodnika, który ma atakować, przy komendzie „**Hong Fang**” (Czerwony) lub „**Lan Fang**” (Niebieski).



8.1.15. Upadek zawodnika:

Jedno ramię sędziego wskazuje zawodnika, który upadł, drugie ramię zgięte przy boku z dłonią skierowaną w dół.



8.1.16. Zawodnik upadł pierwszy:

Sędzia wskazuje zawodnika, który upadł jako pierwszy, a następnie krzyżuje przedramiona przed brzuchem (dłonie w dół).



8.1.17. Widoczne przesunięcie/przestawienie/uniesienie stopy:

Jedno ramię wskazuje zawodnika, drugie ramię zgięte przy boku z dłońią skierowaną w górę.



8.1.18. Jednoczesny upadek:

Sędzia wyciąga ręce w przód, po czym cofa je w tył i w bok, jednocześnie naciskając obiema dłońmi w dół.



8.1.19. Zawodnik poza planszą:



8.1.20. Obaj zawodnicy poza planszą:



8.1.21. Niedozwolone kopnięcie/uderzenie w krocze:



8.1.22. Niedozwolony atak na głowę lub szyję



8.1.23. Niedozwolony atak łokciem



8.1.24. Niedozwolony atak kolaniem lub kopnięcie



8.1.25. Ostrzeżenie:

Ramię wskazuje zawodnika, drugie ramię ugięte w łokciu pod kątem prostym, dłoń zaciśnięta w pięść skierowaną tyłem do przodu.



8.1.26. **Upomnienie:**

Podobnie jak ostrzeżenie, ale dłoń jest **otwarta** (pionowo).



8.1.27. **Dyskwalifikacja:**

Sędzia krzyżuje obie pięści przed klatką piersiową.



8.1.28. **Nieważne / Brak punktu:**

Ramiona wyprostowane, skrzyżowane raz przed brzuchem ruchem wahadłowym.



8.1.29. Pierwsza pomoc:



8.1.30. Odpoczynek/przerwa:



8.1.31. Zmiana stron:



8.1.32. Remis:

Sędzia staje między zawodnikami i podnosi obie ich dłonie w górę, trzymając za nadgarstki.

8.1.33. **Zwycięzca:**

Sędzia staje między zawodnikami i unosi w górę dłoń zwycięzcy walki.

8.2. Gesty sędziów bocznych

Gesty sędziów bocznych ograniczają się do potwierdzania decyzji sędziego platformy, na jego prośbę.

8.2.1. **Upadek lub wyjście poza planszę/platformę:**



8.2.2. **Noga widocznie przesunięta, podniesiona lub przestawiona:**



8.2.3. **Brak upadku, wyjścia za planszę, brak przesunięcia, podniesienia lub przestawienia nogi**



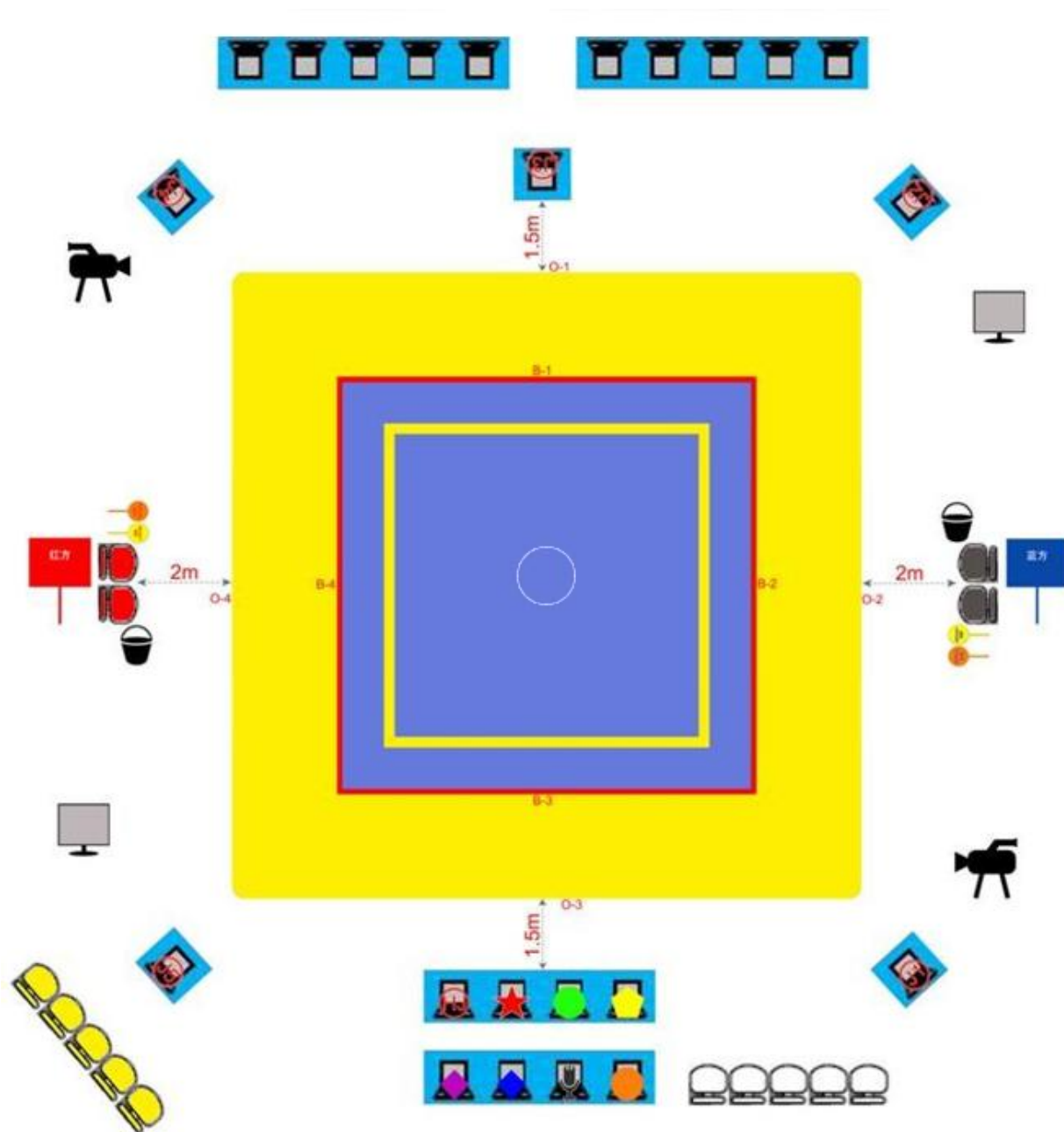
8.2.4. Nie widziałem



ROZDZIAŁ 9: POLE WALKI I WYPOSAŻENIE

9.1. Pole walki (Lei Tai)

- 9.1.1. Pole walki to platforma o wysokości 80 cm, szerokości 8 metrów i długości 8 metrów. Walki mogą również odbywać się na matach lub innym bezpiecznym, miękkim podłożu o tej samej szerokości i długości.
- 9.1.2. Platforma jest pokryta miękkim materacem oraz wytrzymałą powierzchnią z płótna (maty, plandeki itp.).
- 9.1.3. Krawędzie platformy są oznaczone białymi lub czerwonymi liniami o szerokości 5 cm. W przypadku Dingbu Tuishou, na środku platformy oznaczony jest dodatkowo okrąg o średnicy 50 cm, oznaczony białą lub czerwoną linią o szerokości 5 cm. Jeśli pozwalają na to warunki, w odległości 90 cm od krawędzi platformy wewnątrz wyznaczona jest żółta linia ostrzegawcza o szerokości 10 cm.
- 9.1.4. Jeśli walki toczą się na podwyższonej platformie, jest ona otoczona materacami ochronnymi o grubości 20–30 cm i szerokości 2 metrów, aby zapewnić bezpieczeństwo zawodnikom wypadającym poza pole walki. Jeśli walki nie toczą się na podwyższeniu, pole walki może być otoczone pasem ochronnym szerokości 2 metrów, złożonych z takich samych mat jak pole walki, w innym kolorze.



	Sędziowie wspomagający, stanowiska 1-5
D.1 - D.4	Linie ograniczające pole walki
O.1 - O.4	Linie zewnętrzne
	Operator kamery Komisji Odwoławczej
	Sędzia Główny Planszy
	Asystent Sędziego Głównego
	Sędzia mierzący czas
	Protokolant
	Sędzia Główny zawodów
	Asystent Sędziego Głównego zawodów
	Spiker
	Kierownik odpowiedzialny za harmonogram i plan startów
	Trener i lekarz teamu czerwonego
	Trener i lekarz teamu niebieskiego
	Sędziowie rezerwowi
	Personel medyczny
	Kosz na odpady
	Monitory
	Tabliczki poddania się
	Tabliczki informujące o kolorze narożnika
	Sędzia Platformy
	Tabliczki protestu

9.2. Wyposażenie sędziowskie

- 9.2.1. Elektroniczny System Punktacji i Sędziowania: Do sędziowania, rejestracji i prezentacji wyników wykorzystuje się system elektroniczny. W przypadku zawodów niższej rangi, sędziowanie odbywać się może na papierowych formularzach.
- 9.2.2. Karty punktowe dla protokolanta i arkusze protokołów walk.
- 9.2.3. Karty upomnień w kolorze żółtym, dwanaście (12) sztuk.
- 9.2.4. Karty ostrzeżeń w kolorze czerwonym, sześć (6) sztuk.
- 9.2.5. Karty wymuszonego liczenia w kolorze niebieskim, sześć (6) sztuk.
- 9.2.6. Karty wypchnięć w kolorze pomarańczowym, sześć (6) sztuk.
- 9.2.7. Pudełko/segregator na karty.
- 9.2.8. Tabliczki sygnalizacyjne (do ogłaszania wyników, jeśli system elektroniczny ulegnie awarii): czerwona, niebieska, czerwono-niebieska.
- 9.2.9. Tabliczki rezygnacji z walki (poddania), dwie (2) sztuki.
- 9.2.10. Tabliczki zgłoszenia protestu.
- 9.2.11. Dwa (2) stopery (z których jeden powinien być zsynchronizowany jako zapasowy).
- 9.2.12. Dwa (2) gwizdki (o różnej barwie dźwięku).
- 9.2.13. Cztery mechaniczne liczniki punktów (klikery)
- 9.2.14. Jeden (1) gong oraz elektroniczne urządzenie emitujące sygnał dźwiękowy.
- 9.2.15. Megafon (na wypadek awarii systemu nagłaśniającego)
- 9.2.16. Numery startowe dla zawodników (jeśli wymaga tego regulamin danych zawodów).

9.3. Pozostałe wyposażenie

- 9.3. Waga elektroniczna (do oficjalnego ważenia).
- 9.3.2. Mikrofony i system nagłaśniający.
- 9.3.3. Urządzenie do odtwarzania muzyki/nagrań audio.
- 9.3.4. Dwie (2) kamery wideo (do celów arbitrażowych/powtórek).
- 9.3.5. Wyposażenie medyczne: nosze, apteczka pierwszej pomocy, materiały opatrunkowe, lód.
- 9.3.6. Dwa (2) krzesła dla trenerów (po jednym w narożniku czerwonym i niebieskim).
- 9.3.7. Krzesła i stoły dla sędziów bocznych, protokolantów, mierzącego czas oraz Komisji Odwoławczej.
- 9.3.8. Środki do czyszczenia i dezynfekcji platformy (Lei Tai).