

角力竞赛规则

1. 竞赛法则

1.1 手法，严禁击打

1.2 腿法用:捌、撑、勾、绊，不许踢的方法

2. 比赛方法和进攻部位

2.1 循环赛、淘汰赛。视参赛人数定。

2.2 比赛采用计分制，每局净打 2 分钟，2 局。中间休息 1 分钟。

第一局右脚在前互搭右手；第二局互换位置，左脚在前互搭左手；运动员上同一侧脚成自然步，前脚心踩在中心点，搭好手，当场上裁判员发出开始信号后，即可进攻对方。

2.3 除面部、裆部、咽喉外均可进攻

3. 犯规

3.1 技术犯规

3.1.1 故意造成对方犯规者。

3.1.2 单、双手抓住对方衣服或双手死握对方者（顺势采、拉除外。）5 秒内不做动作者。

3.1.3 未发‘开始’口令即进攻对方或已发‘停止’口令后仍进攻对方者。

3.1.4 双方未搭手，抢先进攻对方者。

3.1.5 比赛中对裁判员不礼貌或不服从裁判者。

3.1.6 消极比赛，绕场逃避者。

3.1.7 处于不利状况时举手要求暂停。

3.1.8 运动员不遵守竞赛礼节。

3.2 侵人犯规

3.2.1 使用拳打、脚踢、头撞、掀臂、擒拿、抓头发、点穴、肘尖顶、捞裆、踢裆、扼喉、膝顶、脚踏、等动作进攻对方者。

3.2.2 攻击禁击部位者。

4. 罚 则

4.1 违反技术犯规之一者，每犯规一次，给予劝告一次，对方得一分

4.2 违反侵人犯规之一者，每犯规一次，给予警告一次，对方得二分。

4.3 一方受罚达六分时，判对方为胜方。

4.4 取消资格：

4.4.1 在比赛场上对裁判员谩骂、侮辱裁判者。

4.4.2 故意攻击对方禁击部位者。

5. 得 分

5.1 得 3 分

一方倒地并出界，站立者得 3 分。

5.2 得 2 分

一方倒地，站立者得 2 分。

受警告一次，对方得 2 分。

5.3 得 1 分

推出界。

先后倒地，后倒地者得 1 分。

受劝告一次，对方得 1 分。

5.4 不得分

同时倒地，双方互不得分。

同时出界，先后出界，不得分。

5.5 定步角力，使对方脚步移动者得 1 分；倒地德 3 分。

6. 服装与场地

6.1 服装：运动员赤脚，穿适合比赛的衣裤。

6.2 场地：比赛场地为边长为 4 米的正方形垫子（沿线内计算），

6.3 运动员不准留长指甲，不准佩戴手表及任何易伤及对方的饰品上场比赛。

7. 暂停比赛

7.1 运动员倒地或出界时。

7.2 运动员犯规受罚时。

7.3 运动员受伤时。

7.4 运动员相互抱缠没有进攻动作或无效进攻超过 5 秒时。

7.5 运动员举手要求暂停时。

- 7.6 裁判长纠正错判、漏判时。
- 7.7 处理场上问题或发现险情时。
- 7.8 因灯光、场地等客观原因影响比赛时。
- 7.9 被指定进攻超过 8 秒仍不进攻时。

8. 胜负评定

8.1 优势胜利

- 8.1.1 每场一方净胜分值超过对方 10 分者为本场优势获胜。
- 8.1.2 在比赛中，双方实力悬殊，台上裁判员征得裁判长的同意，判技术强者为该场胜方。
- 8.1.3 被重击（侵人犯规除外）倒地不起达 10 秒，或虽能站立但知觉失常，判对方为该场胜方。

8.2 每局胜负评定

- 8.2.1 在每局比赛结束时，依据双方得分结果，分高者为胜方。
- 8.2.2 一局比赛中，双方得分相等时，按本局受警告、劝告少者、体重轻者的顺序判定胜负，如上述三种情况仍相同，则加赛一局。类推。
- 8.2.3 比赛中因侵人犯规造成对方受伤，经医生检查不能继续比赛者，判受伤者为该场胜方。但不得参加经后的比赛。
- 8.2.4 比赛中运动员出现伤病，经医生诊断不能继续比赛者，判对方为该场胜方。
- 8.2.5 比赛中因一方犯规，另一方诈伤，经医生诊断后，判犯规一方为该场胜方。

8.2.6 比赛中，运动员、教练员要求弃权时，判对方为该场胜方。

9. 级别分组

重量级（80 lbs 以上）

中量级（50-180lbs）

轻量级（50lbs以下）

比赛当天视参赛人数决定最后级别分组。

10. 奖励方法

第一、二、三名参赛者有优质奖牌及证书，其他参赛者有参赛证书。第一名有优胜奖金。