

JMAF アマチュア MMA ルール

1) 適用範囲 (SCOPE)

アマチュア MMA 競技は、このスポーツに新しく参加する選手に必要な経験を提供し、将来プロのキャリアに進むための道を開くものです。アマチュア MMA の主な目的は、安全な環境の中で、選手が経験と知識を積みながら、ルールに則って競技できるようにすることです。

IMMAF（国際総合格闘技連盟）は、国ごとの法律の違いを認識しており、各国のルールや文書が異なることがあります。IMMAF 世界アマチュア選手権大会は国ごとに開催されるため、それに応じて変更されることがあります。私たちは、安全性を最重視しつつ、統一された美的かつ競技的な MMA の形を目指しています。

2) 管轄権 (JURISDICTION)

レフェリーは試合において唯一の裁定者です。すべての試合・公開試合は、主催者または規制団体の監督のもとで実施されなければなりません。

3) ラウンド (ROUNDS)

各試合は 3 ラウンド制で、各ラウンドは 3 分間、ラウンド間の休憩は 1 分間です。

4) 試合の停止 (STOPPING THE CONTEST)

レフェリーおよびリングサイドのドクターのみが、試合中にリングまたはケージに入ることが許されており、レフェリーのみが試合を停止する権限を持ちます。

5) 採点 (JUDGING)

すべての試合は、3 人のジャッジにより採点されます。

6) テン・ポイント・マスト・システム (10 POINT MUST SYSTEM)

10 ポイント・マスト・システムが採用されており、ラウンドの勝者には 10 ポイントが与えられ、敗者には 9 ポイント以下が与えられます。

7) 警告 (WARNINGS)

以下の違反に対しては 1 回の警告が与えられます：

1. フェンスの掴み
2. 相手のショーツ、グローブ、シンガード、ラッシュガードの掴み
3. 手のひらを地面と平行にして指を相手の顔に向けて伸ばす行為

8) 反則行為 (FOULS)

1. 頭突き
2. あらゆる種類の日潰し
3. 相手に噛みつく、または唾を吐く行為
4. フィッシュフッキング(指を口や鼻などに引っかけて引っ張る行為)
5. 髪の毛を引っ張る行為
6. 相手の頭や首をマットに向けて突き刺すように落とす行為(パイルドライバー)
7. 脊椎または後頭部への打撃(脊椎には尾てい骨も含まれる)
8. 喉へのあらゆる打撃、および気管を掴む行為
9. 指を伸ばし、相手の顔や目に向ける行為
10. あらゆる肘打ち、前腕による打撃攻撃
11. 相手の頭部への膝蹴り
12. あらゆる種類の金的攻撃
13. グラウンド状態の相手の頭部への膝蹴りまたはキック
14. グラウンド状態の相手を踏みつける行為

【グラウンドポジション: 足先足部の他に手の指以外の体の部位がマットに設置している状態】

15. 相手のグローブ、ショーツ、シンガード、ラッシュガードを掴む行為
16. フェンスを指や足の指で掴む行為
17. 小関節(指や足の指)への攻撃・操作
18. 相手をファイティングエリアの外に投げ出す行為
19. 意図的に相手の体の穴や、傷口・裂傷に指を入れる行為
20. 皮膚をひっかく、つねる、ねじる行為
21. 戦意喪失(接触を避ける、マウスピースを何度も落とす、けがを装うなど)
22. ファイティングエリア内での乱暴な言葉遣い
23. レフェリーの指示を明確に無視する行為
24. 相手を負傷させるようなスポーツマンシップに反する行為
25. 無防備な状態でラウンド終了のゴングが鳴った後に相手を攻撃する行為
26. ブレイク中、またはブレイクの最中に相手を攻撃する行為
27. レフェリーの保護下にある相手を攻撃する行為
28. セCONDやコーナーからの不適切な干渉

29. 優位を得る目的で、頭や体に異物を塗布する行為

30. ツイスター、ネッククランク、キャンオープナーなど、首や脊椎に圧力をかけるサブミッション技

9) 反則の対処手順 (FOUL PROCEDURE)

- 重大または繰り返しの反則により失格となることがあります。
- レフェリーが反則と判断しポイントを減点した場合、すべてのジャッジおよび公式スコアキーパーがそれを記録します。
- レフェリーが反則を取らない限り、ジャッジは独自に反則を判断してはいけません。
- 反則を受けた選手は最大 5 分間の回復時間が与えられます（すべての反則に適用されるわけではありません）。

※ボトムポジションの選手が反則した場合、トップ選手に影響がなければ試合は続行されます。

10) 正当な攻撃と反則による負傷 (INJURIES BY FAIR BLOWS AND FOULS)

正当な攻撃による負傷：

- 試合続行不能な重度の負傷が発生した場合、負傷した選手は TKO 負けとなります。

反則による負傷：

▶ 故意の反則：

1. 負傷が即座に試合終了となった場合、反則した選手は失格負け。
2. 試合続行が可能な場合、反則した選手に **2 ポイント減点**。
3. 試合が後のラウンドで終了した場合、スコアで勝っていれば負傷選手の**テクニカル判定勝ち**。
4. 負けているか同点の場合は**テクニカルドロー**。
5. 自ら反則を試みて負傷した場合は、正当な攻撃による負傷と同様に扱われます。

▶ 偶発的な反則：

1. 3 ラウンド制の場合、**2 ラウンド未満で終了** → **ノーコンテスト**。
2. **2 ラウンド完了後に終了** → **スコア優勢者がテクニカル判定勝ち**。
3. 不完全なラウンドは採点されません。
4. 減点があった場合は、最終スコアから減点。

11) 体重階級 (WEIGHT DIVISIONS)

階級	体重
ストロー級	～115 ポンド (約 52.2kg)
フライ級	115～125 ポンド
バンタム級	125～135 ポンド
フェザー級	135～145 ポンド
ライト級	145～155 ポンド
ウェルター級	155～170 ポンド
ミドル級	170～185 ポンド
ライトヘビー級	185～205 ポンド
ヘビー級	205～265 ポンド
スーパーヘビー級	265 ポンド超

※アマチュア選手の計量は試合当日に行います。

12) 用具規定 (IMMAF EQUIPMENT SECTION)

JMMAF 公認大会における装備：

- グローブ (JMMAF 公認のもの)、シンガード (履くタイプのもの。アマチュアパンクラス公認のもの、アマチュア修斗公認のもの等)、ラッシュガード、ショーツ、ファールカップを着用します。

グローブ：JMMAF 公認のもの

シンガード：ネオプレーンやソックタイプなど、グラップリングに適したもの。マジックテープ式や異素材使用のものは禁止。

金のプロテクター：男性選手は必須。女性選手は任意。

マウスピース：必須。試合開始時に装着していない場合は開始されない。

ショーツ：ポケット、ファスナー、外部紐は、膝より下に長いものは禁止。素材以外の異物不可。

ラッシュガード：半袖のもの。

靴：競技中の着用は一切禁止。

装備管理手順：装備は清潔で損傷のないもの。破損や汚れがあれば交換が必要。

13) 安全要件 (SAFETY REQUIREMENTS)

バンデージの仕様：

- 各手に最大 20 ヤード（幅 2 インチ）のガーゼと 10 フィート（幅 1 インチ）のテープのみ。

身体的外見：

- 清潔で整った外見が必要。顔や体、髪にグリース・ローション等は禁止。
 - 髪は視界を妨げないように縛る。
 - ピアスやアクセサリは禁止。
-

14) 試合結果の種類 (TYPES OF CONTEST RESULTS)

勝敗の決定方法：

- サブミッション： タップアウトまたは言葉による降参
- TKO（テクニカルノックアウト）：
 1. レフェリーによる停止
 2. リングドクターやセコンドの指示による停止
- 判定（スコアカードによる）：

- ユナニマス（3人全員が同じ選手）
 - スプリット（2対1）
 - マジョリティ（2人が一方、1人が引き分け）
 - 引き分け（ユナニマス／マジョリティ／スプリット）
 - その他：
 - 失格、棄権、テクニカルドロウ、テクニカル判定、ノーコンテスト
-

15) スコアリング基準 (SCORING TECHNIQUES)

評価の優先順位：

1. 有効な打撃・グラップリング (Effective Striking/Grappling)
 - 即時または累積的に試合を終わらせる可能性のある行動。
2. 有効な積極性 (Effective Aggressiveness)
 - フィニッシュを狙った有効な攻撃を評価（逃げながら攻撃しない場合は評価されない）。
3. エリア・コントロール (Fighting Area Control)
 - 試合のペース、場所、ポジションを支配しているか。

10 ポイント・マストシステム：

- 10-10：両者互角（極めて稀）
- 10-9：僅差で勝利
- 10-8：明確に優勢
- 10-7：一方的な支配、試合停止に近い状況（非常に稀）