PANCRACE

LES REGLES DU PANCRACE

2025

COMMISSION NATIONALE DE PANCRACE ET SUBMISSION

Siège social : FFKMDA – 38, rue Malmaison – 93170 BAGNOLET

Arrêté de délégation ministérielle : NOR SPOV2209971A

SIRET : 507 458 735 00028 – CODE APE : 9312Z

Téléphone : 33 (0)1 43 60 53 95 – Courriel : contact@ffkmda.fr

Site : www.ffkmda.com

Table des matières

PREAMBULE 3
1. LA DEFINITION DU PANCRACE 4
2. LA COMPETITION DE PANCRACE 4
2.1. Les différentes formes de compétition 4
2.1.1. La compétition 4
2.1.2. L'assaut 4
2.1.3. Le combat 4
2.2. Les différentes formes de victoires 4
2.3. Les catégories de compétition 5
2.3.1. Le Pancrace assaut éducatif 5
2.3.2. Le Pancrace assaut technique 5
2.3.3. Le Pancrace amateur junior 5
2.3.4. Le Pancrace amateur classe B 5
2.3.5. Le Pancrace amateur classe A 5
2.3.6. Le Pancrace pro 5
2.4. Les catégories d'âges et de poids (kg) 6
2.5. Les durées des assauts et des combats 6
2.6. Le nombre maximum d'assauts ou de combats 6
3. LES TECHNIQUES DE PANCRACE 7
3.1. Les définitions des techniques de combat 7
3.1.1. Les techniques de percussions 7
3.1.2. Les techniques de préhensions 7
3.2. Les techniques autorisées en compétition 7
3.3. Les techniques et actes interdits 9
4. LES PANCRATIASTES 11
4.1. L'hygiène des Athlètes 11
4.2. La tenue et les équipements de protection individuels 11
4.2.1. La tenue 11
4.2.2. Les équipements de protection individuels 11
4.2.3. Les bandages des mains et des poignets 12
4.2.1. Le protège poitrine pour les femmes 12
4.2.2. Les protections des chevilles 12
4.3. Les prérequis techniques 12
4.4. Les prérequis médicaux 13
4.4.1. Les prérequis médicaux en assaut 13
4.4.2. Les prérequis médicaux en combat 13
4.5. Les autorisations parentales pour les mineurs 13
5. LES COACHS 14
5.1. La tenue des Coachs 14
5.2. Le nombre de Coach 14
5.3. L'obligation de licence et de qualification des Coachs 14

5.4. Les prérogatives des Coachs 14
5.4.1. Durant la compétition 14
5.4.2. Avant le combat 14
5.4.3. Pendant le combat 15
5.4.4. Après le combat 15
5.4.5. Sanction 15
6. LES SURFACES DE COMBAT 16
6.1. Le Tatami 16
6.2. Le Ring 16
6.3. La Cage 16
6.4. L'équipement des surfaces de combat 16
7. LES PERSONNES HABILITEES 17
8. LES REGLES DE LAICITE DANS LE SPORT 17

PREAMBULE

Au cœur de la Fédération Française de Kickboxing, Muaythai, et Disciplines Associées (FFKMDA), les règles du Pancrace transcendent la simple réglementation sportive ; elles incarnent l'essence même de cette discipline millénaire. Le Pancrace, première discipline d'arts martiaux mixtes de l'histoire européenne, trouve sa grandeur dans la fusion des Boxes et des Luttes. Les règles du jeu, au sein de ce sport de contact, sont la toile sur laquelle se dessine l'œuvre que représente chaque combat.

Les règles du jeu du Pancrace sont un héritage culturel et sportif précieux. Elles reprennent la tradition ancienne de l'art martial tout en restant dynamiques et évolutives pour s'adapter aux besoins contemporains. Elles sont l'expression ultime de l'équité sportive et du fair-play, faisant du Pancrace un exemple de ce que les sports de contact peuvent offrir en termes de compétition, de discipline et d'épanouissement personnel. Ces règles sont le fondement sur lequel repose le Pancrace au sein de la FFKMDA.

Les dispositions fédérales énoncées dans ce document constituent la réglementation sportive de toute compétition officielle et de toute rencontre officialisée de Pancrace organisée sur le territoire français par ou sous l'égide de la FFKMDA.

1. LA DEFINITION DU PANCRACE

Le Pancrace est un sport de combat d'opposition duelliste, dont le but est de vaincre l'adversaire en utilisant des techniques de percussion (frappe ou touche) et de préhension (projection et soumission) debout et au sol, dans un cadre spatio-temporel délimité. Ses pratiquants(es) sont appelés(es) « Pancratiastes ».

2. LA COMPETITION DE PANCRACE

2.1. LES DIFFERENTES FORMES DE COMPETITION

2.1.1. La compétition

Le Pancrace est un sport de combat où les Athlètes cherchent à dominer leur adversaire en réalisant les actions suivantes :

- Boxer son adversaire en utilisant des techniques de poing, de pied et de genou sur ses cibles corporelles avec la détermination de le déstabiliser et/ou d'obtenir le KO en combat.
- Lutter avec son adversaire en utilisant des techniques de saisie, de projection, de contrôle et de retournement pour l'amener au sol et/ou le dominer ; des techniques d'immobilisation, de clé articulaire, de compression musculaire et d'étranglement avec la détermination d'obtenir sa reddition.

La liaison de ces techniques offre des options variées pour dominer son adversaire dans toutes les phases de la confrontation pour obtenir la victoire.

2.1.2. L'assaut

En assaut, la recherche du KO est interdite. Il commence debout et peut se poursuivre au sol. Il se déroule sur une surface de combat qui est un Tatami. Il se déroule en plusieurs rounds avec des temps de repos en chaque.

Les techniques de percussions se font à la touche sans transfert d'énergie. Les techniques de projections et de soumissions considérées dangereuses sont retirées de l'arsenal à disposition des Athlètes en fonction de la catégorie d'âge.

2.1.3. Le combat

En combat, la recherche du KO est autorisée. Il commence debout et peut se poursuivre au sol. Il se déroule sur une surface de combat qui peut être un Ring ou une Cage. Il se déroule en plusieurs rounds avec des temps de repos en chaque.

Les techniques de percussions se font à la frappe avec transfert d'énergie. Les techniques de projections et de soumissions considérées dangereuses sont retirées de l'arsenal à disposition des Athlètes en fonction de leur classe de compétition.

2.2. LES DIFFERENTES FORMES DE VICTOIRES

En Pancrace la victoire peut s'obtenir aux points, par soumission, par abandon, par inaptitude, par forfait ou par disqualification. En combat la victoire s'obtient aussi par KO et KO technique.

2.3. LES CATEGORIES DE COMPETITION

2.3.1. Le Pancrace assaut éducatif

C'est une forme de compétition réservée aux catégories poussins, benjamins, minimes, cadets et juniors qui se compose des mineurs de 9 à 17 ans (U9 à U17). Le surclassement d'âge est proscrit.

2.3.2. Le Pancrace assaut technique

C'est une forme de compétition réservée aux catégories séniors et vétérans qui se compose des majeurs de 18 à 50 ans (U40 et U50). Un sénior ne peut pas combattre un vétéran.

2.3.3. Le Pancrace amateur junior

C'est une forme de compétition réservée aux catégories juniors qui se compose des mineurs de 16 à 17 ans (U17). Ils ou elles ne peuvent en aucun cas combattre des Athlètes d'autres catégories d'âge que la leur.

Ils restent dans leur catégorie d'âge respective durant la saison complète. Leurs combats se comptabilisent avec ceux réalisés en classe B pour passer en A.

2.3.4. Le Pancrace amateur classe B

C'est une forme de compétition réservée à la catégorie seniors qui se compose des majeurs de 18 à 40 ans (U40). Il s'agit des néo-combattant(e)s ne comptabilisant pas plus de 10 combats. Ces 10 combats s'apprécient au palmarès complet de l'Athlète dans toutes les disciplines où le KO est autorisé. Ces 10 combats ou 7 victoires atteint, ils doivent obligatoirement passer en classe A.

2.3.5. Le Pancrace amateur classe A

C'est une forme de compétition réservée à la catégorie seniors (U40). Il s'agit des combattant(e)s confirmé(e)s ayant soit 7 victoires ou 10 combats en junior et/ou en classe B ou détenteur(trice) du titre de champion(ne) de France classe B de la saison précédente. Les Athlètes peuvent rester dans cette catégorie toute leur carrière senior.

2.3.6. Le Pancrace pro

C'est une forme de compétition réservée à la catégorie seniors pro (U49). Il s'agit des combattant(e)s confirmé(e)s ayant au moins 5 victoires en classe A. Les Athlètes ne peuvent plus redescendre en classe A une fois le 1er combat pro réalisé.

2.4. LES CATEGORIES D'AGES ET DE POIDS (KG)

Poussins U9	Benjamins U11	Minimes U13	Cadets U15	Juniors U17	Seniors U40	Vétérans U50
- 20 KG	- 20 KG	- 26 KG	- 30 KG	- 40 KG	- 56 KG	- 56 KG
- 23 KG	- 23 KG	- 30 KG	- 35 KG	- 45 KG	- 61 KG	- 61 KG
- 26 KG	- 26 KG	- 35 KG	- 40 KG	- 50 KG	- 65 KG	- 65 KG
- 30 KG	- 30 KG	- 40 KG	- 45 KG	- 55 KG	- 70 KG	- 70 KG
- 35 KG	- 35 KG	- 45 KG	- 50 KG	- 60 KG	- 77 KG	- 77 KG
- 40 KG	- 40 KG	- 50 KG	- 55 KG	- 65 KG	- 84 KG	- 84 KG
- 45 KG	- 45 KG	- 55 KG	- 60 KG	- 70 KG	- 93 KG	- 93 KG
- 50 KG	- 50 KG	- 60 KG	- 65 KG	- 77 KG	- 120 KG	- 120 KG
- 55 KG	- 55 KG	- 65 KG	- 70 KG	- 84 KG	+ 120 KG	+ 120 KG
- 60 KG	- 60 KG	- 70 KG	- 77 KG	- 93 KG		
- 65 KG	- 65 KG	- 75 KG	- 84 KG	+ 93 KG		
- 70 KG	- 70 KG	- 80 KG	+ 84 KG			
+70 KG	- 75 KG	+ 80 KG				
	+ 75 KG					

Les seniors pros peuvent combattre jusqu'à l'âge de 49 ans inclus.

2.5. LES DUREES DES ASSAUTS ET DES COMBATS

Catégories d'âge	Nbre de reprise	Durée des rounds	Temps de repos
Poussins/Benjamins	1	2 minutes	
Minimes/Cadets	2	2 minutes	1 minute
Juniors	3	2 minutes	1 minute
Seniors/Vétérans	3	3 minutes	1 minute
Seniors pro	3	5 minutes	1 minute

2.6. LE NOMBRE MAXIMUM D'ASSAUTS OU DE COMBATS PAR JOUR

Catégories	Assaut	Combat amateur	Combat Pro
Nombres max	4	3	2

3. LES TECHNIQUES DE PANCRACE

3.1. LES DEFINITIONS DES TECHNIQUES DE COMBAT

3.1.1. Les techniques de percussions

Ce sont des attaques utilisant les techniques de poings, de pieds et de genoux pour frapper ou toucher l'adversaire. Elles sont utilisées pour marquer des points, déstabiliser ou en combat mettre KO l'adversaire.

3.1.2. Les techniques de préhensions

Les projections : Ce sont des attaques qui permettent de jeter ou de faire tomber l'adversaire. Elles sont utilisées pour amener l'adversaire au sol avec les bras, les jambes, les hanches ou en se sacrifiant afin de marquer des points, de contrôler, de déstabiliser ou d'étourdir l'adversaire.

Les soumissions : Ce sont des attaques qui permettent de contrôler l'adversaire en le forçant à abandonner. Elles incluent des immobilisations, des étranglements, des clés articulaires et des compressions musculaires sur le corps de l'adversaire. Elles sont utilisées pour forcer l'adversaire à se rendre et à obtenir une victoire par soumission et/ou à marquer des points.

3.2. LES TECHNIQUES AUTORISEES EN COMPETITION

Techniques	Arme	Trajectoires	Cibles	Segment
Coups de poing	Poing	Rectiligne, Circulaire, Ascendante ou Descendante	Haut ou Médian	Avant ou Arrière
Coups de pied	Pied	Rectiligne, Circulaire, Ascendante ou Descendante	Haut, Médian ou Bas	Avant ou Arrière
Coups de genou	Genou	Rectiligne, Circulaire, Ascendante ou Descendante	Haut, Médian ou Bas	Avant ou Arrière
Projections de jambe	Jambe	Rectiligne ou Circulaire	Médian ou Bas	Avant et/ou Arrière
Projections de bras	Bras	Rectiligne ou Circulaire	Haut, Médian ou Bas	Avant et/ou Arrière
Projections de hanche	Hanche	Rectiligne ou Circulaire	Médian	Avant et/ou Arrière
Projections en sacrifice	Corps	Rectiligne ou Circulaire	Haut, Médian ou Bas	Avant et/ou Arrière
Compressions musculaire	Bras	Rectiligne	Médian ou Bas	Avant et/ou Arrière
Clés de bras	Bras et/ou Jambes	Rectiligne ou Circulaire	Médian	Avant et/ou Arrière
Clés de jambes	Bras et/ou Jambes	Rectiligne ou Circulaire	Bas	Avant et/ou Arrière
Etranglements	Bras et/ou Jambes	Rectiligne	Haut	Avant et/ou Arrière

Techniques autorisées	Assaut			Combat			
	U9 et U11	U13 à U17	U40 à U50	U17	cl. B	cl. A	Pro
Coups de poing au corp debout	X	X	X	X	X	X	X
Coups de poing à la tête debout		X	X	X	X	X	X
Coups de poing au corps au sol*			X	X	X	X	X
Coups de poing au visage au sol*			X			X	X
Coups de pied aux jambes debout	X	X	X	X	X	X	X
Coups de pied au corps debout	X	X	X	X	X	X	X
Coups de pied à la tête debout		X	X	X	X	X	X
Coups de pied aux jambes au sol*			X	X	X	X	X
Coups de pied depuis le sol* sur l'adversaire debout			X		X	X	X
Coups de genou aux jambes debout	X	X	X	X	X	X	X
Coups de genou au corps debout	X	X	X	X	X	X	X
Coups de genou à la tête debout			X		X	X	X
Coups de genou aux jambes au sol*			X	X	X	X	X
Coups de genou au corps au sol*			X	X	X	X	X
Saisie avec traction de la tête vers le bas pour la frapper						X	X
Projections en arraché claquées (slam)						X	X
Projections en sacrifice (souplesses, etc.)		X	X	X	X	X	X
Clés de bras dans l'axe	X	X	X	X	X	X	X
Clés de bras en torsion		X	X	X	X	X	X
Clés de jambe dans l'axe	X	X	X	X	X	X	X
Clés de jambe en torsion							X
Clés de bras en crucifix							X
Ecartèlement des jambes			X		X	X	X
Etranglements		X	X	X	X	X	X
Compressions musculaires		X	X	X	X	X	X

Pour plus de précisions, voir la progression technique officielle du Pancrace FFKMDA.

3.3. LES TECHNIQUES ET ACTES INTERDITS

Techniques interdites	Assaut			Combat			
	U9 et U11	U13 à U17	U40 à U50	U17	cl. B	cl. A	Pro
Coups de poing et de pied au visage debout	X						
Coups de poing au corps au sol*	X	X					
Coups de poing au visage au sol*	X	X		X	X		
Coups de pied dans les jambes au sol*	X	X					
Coups de pied au corps et au visage au sol*	X	X	X	X	X	X	X
Coups de pied depuis le sol* sur l'adversaire debout	X	X		X			
Coups de talon écrasant (Stomp Kick) au sol*	X	X	X	X	X	X	X
Coups de genou au visage debout	X	X		X			
Coups de genou dans les jambes au sol*	X	X					
Coups de genou au corps au sol*	X	X					
Coups de genou au visage au sol*	X	X	X	X	X	X	X
Coups de coude et coups de tête	X	X	X	X	X	X	X
Coups à l'aine, la gorge, l'arrière de la tête	X	X	X	X	X	X	X
Coups sur la colonne vertébrale	X	X	X	X	X	X	X
Saisie en double crochets avec prise de la nuque (Full Nelson)	X	X	X	X	X	X	X
Saisie avec traction de la tête vers le bas pour la frapper	X	X	X	X	X		
Projections en arraché claquées (slam)	X	X	X	X	X		
Projections en sacrifice (souplesses, etc.)	X						
Projections avec volonté de faire tomber sur la tête	X	X	X	X	X	X	X
Clés de bras en torsion	X						
Clés de jambe en torsion	X	X	X	X	X	X	
Clés de nuque	X	X	X	X	X	X	X
Clés de bras en crucifix	X	X	X	X	X	X	
Clés de doigts ou d'orteils	X	X	X	X	X	X	X
Ecartèlement des jambes	X	X		X			
Etranglements	X						
Compressions musculaires	X						

* dès qu'une partie du corps de l'adversaire autre que ses deux pieds touchent le sol

Les actes interdits pour toutes les catégories	
Mettre les doigts dans le nez, les yeux, les oreilles et/ou la bouche de son adversaire	Attaquer un adversaire après le signal sonore indiquant la fin du round ou du combat
Saisir l'oreille, les cheveux, les gants, le casque et/ou les vêtements de l'adversaire	Attaquer un adversaire qui est sous la protection de l'arbitre
Griffer, chatouiller, pincer, mordre l'adversaire	Attaquer un adversaire pendant la minute de repos
Exercer une pression sur l'œil de l'adversaire et sa périphérie directe	Se montrer incorrect envers un officiel, l'adversaire, les Coachs ou le public
Adopter une conduite antisportive causant une blessure à l'adversaire	Appliquer toute substance étrangère sur sa tête ou son corps afin d'obtenir un avantage
Attaquer l'aine de l'adversaire	Employer un langage injurieux
Tenir les cordes ou saisir la clôture de la surface de combat	Ne pas respecter ni obtempérer aux instructions de l'arbitre
Simuler en vue d'éviter l'opposition	Tendre les doigts vers le visage de l'adversaire

En général, tout comportement contraire à la morale, à l'esprit sportif et au code de déontologie de la pratique du Pancrace peut entraîner, après procédure disciplinaire, l'interdiction, momentanée ou définitive, pour l'Athlète de participer à toute compétition de Pancrace sur le territoire national.

4. LES PANCRATIASTES

4.1. L'HYGIENE DES ATHLETES

Les Athlètes doivent être propres, les cheveux et la pilosité entretenus, les ongles courts, et porter la tenue règlementaire du Pancrace, propre et en bon état. Les cheveux longs doivent être attaché avec des accessoires souples. Les bijoux et piercings sont interdits.

Seuls les officiels sont habilités à déterminer si les particularités physiques de chaque Athlète présentent un danger pour l'intégrité physique de leur adversaire.

4.2. LA TENUE ET LES EQUIPEMENTS DE PROTECTION INDIVIDUELS

4.2.1. La tenue

La tenue complète de Pancrace est obligatoire pour les Athlètes.

- 1 Rashguard (sauf Seniors pro homme)
  Maillot de corps à manches courtes fait dans un tissu extensible à coutures plates, sans poches, boutons et/ou fermetures éclair.
- 1 Fightshort
  Short d'Arts Martiaux Mixtes ou short de compression, sans poches, boutons et/ou fermetures éclair ni lacet extérieur.

Les pantalons de compression type legging spats sont tolérés sous le short.

4.2.2. Les équipements de protection individuels

- 1 casque de sports de combat (sauf U9 et U11, classe A et pro)
  Casque en mousse EVA absorbante sans visière, mentonnière et/ou protège pommettes, avec attache velcro au menton et protection crânienne.

- 1 protège-dents simple
  Protège dents respectant la norme AFNOR XP S72-427 (Mars 2017)

- 1 paire de gants (mitaines) de Pancrace
  -Assaut et combat amateur classe B/A - *Mitaines d'Arts Martiaux Mixtes 7/8 oz avec partie bombée uniforme en mousse injectée sur le dessus sans distinction entre les phalanges, la paume ouverte, attachées au poignet par un velcro.*
  -Combat Pro - *Mitaines d'Arts Martiaux Mixtes de 4/6 oz avec partie plate uniforme en mousse injectée sur le dessus avec distinction entre les phalanges, la paume ouverte, attachées au poignet par un velcro.*

- 1 coquille
  Coquille en plastique avec porte coquille pour les hommes.
  Protège pubis en plastique pour les femmes.

- 1 paire de protèges tibia/pied enfilable (sauf pro)
  Protèges tibia/pied de sports de combat enfilables avec protections en mousse du tibia et des métatarses du pied, en coton.

4.2.3. Les bandages des mains et des poignets

L'utilisation des bandes est facultatif. Les bandes en coton (type bandes de Boxe) mesurent jusqu'à 450 cm de long et 5 cm de large et sont dépourvues de bords tranchants. Les bandes seront attachées sur le dessus du poignet de l'Athlète à l'aide de sangles en velcro. Elles peuvent être croisées. Les bandes doivent être appliquées de manière que la paume de l'Athlète soit visible et libre.

Les Athlètes pro peuvent avoir des bandages pro où sont autorisées des bandes et des compresses de gaze souples de toute longueur et de tissu adhésif médical.

Les compresses de gaze souples peuvent être replier sur elles-mêmes pour être apposées sur la tête des métacarpiens. Elles peuvent aussi être apposées sur le dos de la main.

Les bandes de gaze souples peuvent être enroulées autour de la main, du poignet et croisées entre les doigts. Les paumes doivent restées libres.

Le tissu adhésif médical (type Strap et Tape) peut être apposé en renfort des compresses de gaze souple sur la tête des métacarpiens. Découpé en bandelettes, il peut recouvrir le dos de la main, la tête des métacarpiens, l'articulation du pouce, les espaces interdigitaux de la main et/ou le poignet par-dessus les bandes de gazes souples.

L'ensemble des bandes et compresses de gaze et des tissus adhésifs ne doivent être ni mouillés, ni roulés à l'intérieur de la main. Le bandage complet ne doit pas dépasser une épaisseur de 1 cm maximum et doit rester moelleux au toucher.

Les bandages sont vérifiés par un juge arbitre avant le combat, avant la mise des gants.

4.2.1. Le protège poitrine pour les femmes

Son port est obligatoire pour les femmes à partir de la catégorie cadette.

Il s'agit d'une brassière avec deux coques anatomiques souples et solides.

4.2.2. Les protections des chevilles

Une paire de chevillières simples et souples sans renfort ni armature est autorisée.

4.3. LES PREREQUIS TECHNIQUES

Les compétitions assaut sont accessibles aux Athlètes titulaires du grade mitaine orange de Pancrace au minimum s'ils démarrent la compétition en septembre 2024.

Les compétitions combat sont accessibles aux Athlètes titulaires du grade mitaine bleue de Pancrace au minimum s'ils commencent la compétition combat à partir de septembre 2024.

Les Athlètes fournissant la preuve d'avoir déjà combattu en Pancrace lors des saisons précédentes ne sont pas soumis à cette règle.

Ces grades représentent l'expérience, les compétences et le niveau de maîtrise technique, technicotactique et théorique acquis nécessaire pour participer à des compétitions de Pancrace.

Pour plus de précisions voir la progression technique officielle du Pancrace FFKMDA.

4.4. LES PREREQUIS MEDICAUX

4.4.1. Les prérequis médicaux en assaut

Les majeurs : le certificat médical de non contre-indication à la pratique du Kickboxing, du Muaythai, du Pancrace et de leurs disciplines associées pour la compétition « light, assaut » ; ce certificat est valable 3 ans s'il est complété, pour les 2ème et 3ème années, d'une attestation précisant que la réponse au questionnaire de santé a donné lieu à un ensemble de réponses négatives.

Les mineurs : l'attestation remplaçant le certificat médical ; cette attestation doit être signée des personnes exerçant l'autorité parentale et elle précise que chacune des rubriques du questionnaire relatif à l'état de santé du mineur a donné lieu à un ensemble de réponses toutes négatives.

4.4.2. Les prérequis médicaux en combat

Le certificat médical de non contre-indication à la pratique du Kickboxing, du Muaythai, du Pancrace et de leurs disciplines associées pour la compétition « combat ».

Le certificat est valable 1 an et impose un examen ophtalmologique (certificat du spécialiste à fournir) et un examen neurologique et de bonne santé mentale (examen qui peut être réalisé par le généraliste).

Pour plus de précisions voir le règlement médical FFKMDA.

4.5. LES AUTORISATIONS PARENTALES POUR LES MINEURS

Les Athlètes mineurs devront être en possession d'une autorisation parentale de pratique du Pancrace en compétition assaut ou en combat (U17) avec KO autorisé et d'une autorisation parentale de soins indiquant qu'il est autorisé à pratiquer les disciplines de la fédération en compétition, à être soigné par un Médecin si nécessaire dans le cadre des compétitions et activités fédérales et à faire l'objet d'une décision médicale d'urgence rendue nécessaire par son état de santé.

5. LES COACHS

5.1. LA TENUE DES COACHS

Les Coachs doivent suivre le code vestimentaire suivant :

- 1 Tenue de sport (short ou survêtement et tee-shirt) neutre ou au nom du club représenté.
- 1 Paires de chaussures de sport ou de claquettes/tongs.
- Les casquettes avec le nom du sponsor sont tolérées pour les pros.

Les jeans, les pantalons de ville, les chaussures de ville, les bonnets, etc. sont interdits.

5.2. LE NOMBRE DE COACH

Tout Athlète doit obligatoirement être accompagné(e) d'au moins 1 Coach.

Coach	Assaut	Combat amateur	Combat pro
Principal	1	1	1
Assistant	0	1	2

5.3. L'OBLIGATION DE LICENCE ET DE QUALIFICATION DES COACHS

Les Coachs doivent être licenciés à la FFKMDA et titulaires de la qualification minimum :

Coach	Assaut	Combat
Principal	BMF 2° Pancrace	BMF 3° Sports de Contact
Assistant		BMF 2° Pancrace

5.4. LES PREROGATIVES DES COACHS

5.4.1. Durant la compétition

- Avoir une attitude fair-play, éthique et respectueuse en tout moment ;
- Ne pas risquer la disqualification de son Athlète en cas de comportement non-sportif.

5.4.2. Avant le combat

- Accompagner son Athlète lors de la pesée ;
- Préparer son Athlète ;
- Faire les bandages de son Athlète.

5.4.3. Pendant le combat

- Rester assis dans son coin et conseiller son Athlète ;
- Jeter l'éponge en cas d'évaluation de danger pour l'intégrité physique de son Athlète ;
- Pénétrer sur la surface de combat durant les minutes de repos ;
- Porter des soins de base à son Athlète durant les minutes de repos ;
- Faire appel au Médecin si besoin durant les minutes de repos ;
- Quitter la surface de combat au commandement de l'Arbitre ;
- Ne laissez aucun objet sur la surface de combat restée propre et sèche.

5.4.4. Après le combat

- Féliciter son Athlète pour sa performance quel que soit le résultat ;
- Porter réclamation en cas de contestation de la décision des Juges.

5.4.5. Sanction

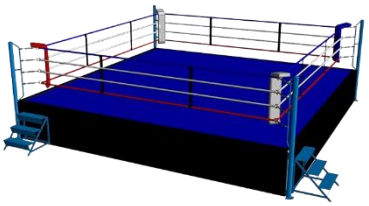
Si le comportement d'un Coach voir de son public est propice à troubler la compétition, l'Arbitre peut décider, avec accord du Superviseur, de disqualifier son Athlète. Cette sanction vaut pour l'ensemble de la compétition.

6. LES SURFACES DE COMBAT

6.1. LE TATAMI

Le Tatami est une surface carrée type Tatami de Judo de 5x5m à 6x6m. Il est utilisé pour les compétitions assaut.

6.2. LE RING



Le Ring est surface de combat carrée type Ring de Boxe de 6x6m. Il est utilisé pour les compétitions combat.

6.3. LA CAGE*

La Cage est une surface de combat grillagée type Cage de MMA de 6x6 m minimum à 10x10m. Elle est utilisée pour les compétitions combat.

6.4. L'EQUIPEMENT DES SURFACES DE COMBAT

L'équipement des surfaces de combat de toute compétition est constitué de :

- Tables des Officiels : 2 tables + 4 chaises + 1 chronomètre + 1 gong + 1 micro
- Tables des Juges : 3 tables + 3 chaises (1 par Juge)
- Coins des Coachs : 2 à 6 chaises (1 à 3 par coin) + 2 tabourets (1 par coin)

**Protocole Sanitaire pour l'Utilisation des Cages grillagées en Pancrace*

Paillasson pour les chaussures : Un paillasson est placé à l'entrée de la cage pour permettre à toutes les personnes entrant (à l'exception des combattants) de frotter leurs chaussures. Ce paillasson vise à réduire le risque d'introduire des agents physiques extérieurs, tels que des échardes, cailloux, ou autres débris, qui pourraient compromettre la sécurité des combattants.

Chaussures adaptées : Obligation pour toutes les personnes, à l'exception des combattants, de porter des chaussures lisses adaptées dès leur arrivée au bord de la cage. Les sponsors et invités entrant dans la cage doivent utiliser des sur-chaussures à usage unique.

Nettoyage de la cage : Après chaque combat, un nettoyage de la surface de combat avec un balai éponge désinfectant est réalisé par un membre de l'équipe technique. Le désinfectant utilisé doit être efficace contre une large gamme de micro-organismes et sûr pour la peau.

Gants spécifiques pour les arbitres : Les arbitres doivent porter des gants en vinyle ou nitrile pour réduire le risque de transmission de maladies, à changer et à jeter après chaque combat de manière sécurisée.

Station de désinfection : Mise en place de stations de désinfection des mains autour de la cage et dans les zones fréquentées, pour permettre une hygiène des mains constante parmi les combattants, le personnel et potentiellement les spectateurs.

Ce protocole sanitaire est mis en place pour garantir un environnement de combat sûr et hygiénique, minimisant les risques de transmission de maladies et de blessures dues à des agents physiques extérieurs.

7. LES PERSONNES HABILITEES

La surface de combat où se trouve l'Arbitre et les 2 Athlètes n'est accessible aux Coachs qu'avant et après l'assaut ou le combat et durant les minutes de repos inter-round.

Autour de la surface de combat se trouvent les autres Officiels, le Médecin et les Coachs. Un présentateur, des reporters et des techniciens (photographe, etc.) peuvent être aussi présents.

Il est interdit à toute personne non-habilitée de se trouver sur la surface de combat ou dans son entourage proche. Cette situation pourrait entrainer la disqualification de l'Athlète concerné ou l'annulation du combat.

8. LES REGLES DE LAICITE DANS LE SPORT

Aucun signe ostentatoire arboré par les Athlètes et/ou leurs Coachs, ni aucune pratique en lien avec une religion n'est autorisée dans les enceintes de pratiques sportives et compétitives.

Le port de drapeau ou de nom de pays est réservé aux équipes nationales.