

---

# Reglement Volwassenen

---

DEZE REGLEMENTEN ZIJN VAN  
TOEPASSING OP COMPETITIES  
ONDER AUSPICIËN VAN VKBMO



**December 2023**

---

**Vlaamse Kickboks en Muaythai Organisatie**

# Voorwoord

Een wedstrijd winnen start bij het kennen van de reglementen. VKBMO hoopt met dit naslagwerk een goed beeld te kunnen geven over welke regels worden toegepast en hoe binnen onze competities onder auspiciën van VKBMO.

VKBMO is de enige de Sport Vlaanderen erkende sportfederatie voor Muaythai en Kickboksen. Samen met hun Waalse tegenhanger LFKBMO die erkend is als sportfederatie door l'Adeps vormen zij de Belgische Kickboks en Muaythai en Mixed Martial arts organisatie – BKBM<sup>2</sup>O.

Bij vragen of opmerkingen kan u steeds de Sporttechnisch manager van VKBMO contacteren.

## Inhoud

Voorwoord .....	2
Overzicht wijzigingen.....	5
1. Licentieplicht.....	6
1.1. Verplichte licentie.....	6
2. Trainers & verzorgers .....	7
3. Leeftijd- en categoriebepaling.....	11
3.1. Leeftijdsbepalingen.....	11
3.2. Categoriebepaling.....	11
4. Algemene regels (alle stijlen) .....	12
4.1. Algemeen toegestane technieken.....	12
4.2. Algemeen verboden raakvlakken.....	14
4.3. Algemeen verboden technieken en handelingen .....	15
4.4. Gevolgen bij verboden technieken of handelingen .....	17
4.5. Scoringsysteem.....	19
4.6. 8-count (telling) .....	20
4.7. Mogelijke resultaten.....	21
4.8. Verschil tussen knock-out en knockdown .....	24
4.9. Algemene wedstrijd kledij en materiaal.....	24
4.10. Handen schudden .....	28
4.11. Verboden vloeistoffen .....	29
4.12. Competitie voor nationale titels .....	29
5. K1- rules.....	30
5.1. Wedstrijdduur .....	30
5.2. Sportspecifieke kenmerken .....	30
6. Muaythai .....	32
6.1. Wedstrijdduur .....	32
6.2. Sportspecifieke kenmerken .....	32
7. Full Muaythai rules .....	35

7.1.	Wedstrijdduur .....	35
7.2.	Sportspecifieke kenmerken .....	35
8.	IFMA Muaythai rules.....	37
8.1.	Wedstrijdduur .....	37
8.2.	Sportspecifieke kenmerken .....	37
9.	Weegmoment & medische controle.....	41
9.1.	Algemene informatie .....	41
9.2.	Gewichtsbepalingen .....	44
10.	Toernooien .....	45
11.	Protest aantekenen .....	46
12.	Contracten.....	46
13.	Supporters.....	47
14.	Dopingcontrole .....	48
15.	Tuchtmaatregelen .....	50
16.	Evenement aanvragen .....	51
17.	Weging op dubbele events .....	52

# Overzicht wijzigingen

Hieronder kan u het overzicht terugvinden m.b.t. wijzigingen aan het reglement.

<i>Datum van wijziging</i>	<b>Nummering</b>	<b>Verandering</b>
17-12-2023	4.3 Algemeen verboden technieken en handelingen (sociaal, educatieve verboden handelingen)	Toegevoegd: verbod op stoten met de schouder.
17-12-2023	4.4 Gevolgen bij verboden technieken of handelingen (volgorde van berisping)	Toegevoegd: 4 <sup>de</sup> dezelfde kleine overtreding (na het krijgen van een eerste officiële waarschuwing) resulteert in diskwalificatie.
17-12-2023	4.6 8-count (telling)	Saved by the bell is niet mogelijk in geen enkele ronde. De tijd blijft verderlopen wanneer de official begint te tellen.
17-12-2023	4.9 Algemene wedstrijdkledij en materiaal	Toegevoegd: enkel gebruik van stoffen tape is toegestaan. Geen ductape of andere.
17-12-2023	7.2 Sportspecifieke kenmerken (specifieke kledij FMT) 8.2 Sportspecifieke kenmerken (specifieke kledij IFMA Muaythai)	Toegevoegd: elleboogbescherming moet voorzien worden door de promotor, van hetzelfde merk en kwaliteit zijn voor beide atleten en in de kleur rood en blauw of beide zwart.
08-12-2024	8.2 Sportspecifieke kenmerken (specifiek niet toegestaan bij IFMA Muaythai)	Toegevoegd: Vegen van je tegenstander met onderkant voet, binnenkant voet of binnenkant onderbeen is verboden (IFMA international rules). Onderuit trappen met de scheen is wel toegestaan.

# 1. Licentieplicht

## 1.1. Verplichte licentie

Wie woonachtig is in België en wil deelnemen aan een competitie onder auspiciën van VKBMO of LFKBMO moet in het bezit zijn van een geldige VKBMO of LFKBMO-licentie ook als zij uitkomen voor een buitenlandse sportschool of wanneer zij in het bezit zijn van een VA nummer.

### Voorwaarden voor deelname

- Licentie op naam van de deelnemende atleet
- Afgestempelde recente foto bevatten of identiteitsbewijs kunnen voorleggen met foto
- Minimaal 3 maanden aangesloten zijn (vanaf 16 jaar)
- Licentie staat op naam van de sportschool waarmee je deelneemt aan de competitie
- Geldig medisch geschiktheidsattest + stempel federatie of geldige QR-code tonen
- Geen sprake van een schorsing – persoonlijk of in clubverband (medisch en/of disciplinair)

### *Nederlandse sportscholen*

Nederlandse sportscholen die in België willen deelnemen aan wedstrijden moeten vanaf 2023 beschikken over het 'Keurmerk Vechtsportautoriteit'. De atleten van deze sportscholen dienen een identiteitskaart en een VA-nummer voor te leggen tijdens de weging van een VKBMO-competitie.

### *Andere buitenlandse sportscholen*

Deelnemers vanuit een buitenlandse sportschool (en woonachtig in het buitenland) moeten geen VKBMO/ LFKBMO licentie afsluiten of lidgelden betalen. Zij moeten wel een identiteitskaart kunnen voorleggen op de weging en ondertekenen een [verklaring op eer](#) op de weging waarbij men verklaard verzekerd te zijn, in de juiste klasse deel te nemen en dat zij zich momenteel niet in een rust- en herstelperiode na knock-out bevinden (8 weken).

## 2. Trainers & verzorgers

Voor het begeleiden van de atleet zijn maximaal drie personen toegelaten aan de ring waarvan slechts één persoon de ring mag betreden tijdens de rustmomenten.

De hoofdcoach moet steeds meerderjarig zijn, de overige begeleiders moeten allemaal minimaal een leeftijd van 16 jaar hebben.

### *Licentie trainer & verzorgers*

Elke begeleider van atleten van een Belgische club moet aan de ring ALTIJD een geldige VKBMO/LFKBMO licentie kunnen voorleggen. Hierop worden steekproeven afgenomen. Wanneer u geen geldige licentie kan voorleggen mag een official de toegang tot de ring weigeren.

### *Kledij trainer & verzorgers*

De begeleiders van de atleet dragen verplicht sportieve kledij met een lange sportbroek + sportschoenen. Bij extreem hoge temperaturen heeft de hoofdofficial het beslissingsrecht om een sportieve short tot net boven de knie toe te staan. Deze beslissing zal men dan mededelen op de rulesmeeting.

#### **Niet toegestaan:**

- Slippers, sandalen, ...
- Haltertop, Top zonder mouwen, singlet (het moet minimaal een T-shirt zijn)
- Muaythai short
- Jeansbroek
- Jurk, rok, hotpants
- Een korte broek zonder toestemming van de hoofdofficial op de rulesmeeting

### *Verplicht materiaal aan de ring*

Welke materialen u nodig heeft aan de ring is persoonlijk te bepalen. Enkel het bij u hebben van een handdoek is te allen tijde verplicht.

**TIP:** gebruik een kleine plantensproeier i.p.v. een spons om je atleet te verfrissen.

### *Taak van de trainer*

Als trainer heeft u een grote verantwoordelijkheid.

## Kennis van het reglement

Elke organisatie of stijl heeft aparte regels. Of u nu deelneemt aan een competitie bij VKBMO of elders in het buitenland er zullen altijd verschillen zijn in toegestane technieken, verboden technieken en puntentelling.

Een groot voordeel bij een goede kennis van het reglement is in de eerste plaats dat de trainer zijn/haar atleet specifiek kan voorbereiden voor de competitie. Maar ook kan men teleurstelling vermijden, denk maar aan:

- Wedstrijd mag niet doorgaan wegens te groot gewichtsverschil
- Diskwalificatie omwille van het gebruiken van een verboden techniek
- Overrompeling door de tegenstander die goed gebruik maakt van een techniek waarvan u niet wist dat deze toegestaan was onder deze regelgeving
- Minuspunt voor het niet dragen van de juiste kledij
- Minuspunt omwille van slecht gedrag van de trainer of supporters

## Positief coachen

Bij het begeleiden van vechtsporters is positief coachen van essentieel belang.

### *Verboden handelingen voor een trainer*

Bij een overtreding op onderstaande afspraken kan eender welk lid van het officialsteam de overtreder wegsturen van de ring, de betrokken atleet een officiële waarschuwing geven of diskwalificeren.

- Verbaal en/ of fysiek agressief gedrag vertonen naar eender wie (official, arts, organisator, trainers, atleten, supporters, ...)
- Overdreven schreeuwen bij het geven van instructies
- Schelden, vloeken en verwensingen gebruiken.
- Doelbewust slecht advies geven (aansturen op een verboden handeling)
- Slaan of trappen op/ tegen de ring
- De ring betreden wanneer de atleet recuperatietijd krijgt
- De ring betreden wanneer de arts uw atleet controleert
- De ring betreden voor het einde van een ronde (signaal door de tijdwaarnemer)
- De ring niet meteen verlaten wanneer de tijdwaarnemer/speaker dit aangeeft
- Tijdens de wedstrijd zich wenden tot de juryleden of referee om te protesteren tegen een genomen beslissing
- Overdreven hoeveelheid water gooien in het gezicht van de atleet (sproeier gebruiken)
- Nalaten om uw atleet tijdig in bescherming te nemen
- Nalaten om uw atleet te helpen met zijn/haar materiaal, drinken, coaching, ...
- Eisen om op een ongezonde manier een lager competitiegewicht te bekomen
- Het publiek aanmanen om harder te roepen
- Dronken of onder invloed als trainer of verzorger optreden



## Tips voor de trainer

- De trainer en zijn/ haar gedrag heeft een grote invloed op de persoonlijke en sociale ontwikkeling van zijn/ haar atleten – wees hier bewust van.
- Om te kunnen groeien binnen de sport is het belangrijk dat atleten dit kunnen doen in gezonde omstandigheden en een veilige leeromgeving.
- Positieve ondersteuning en uitdagingen op maat stimuleert atleten om zichzelf te verbeteren. Hiermee geef je hun de kans om te groeien in hun sport.

## Verzorging/ begeleiding van de atleet

Als trainer/ verzorger staat u in voor de volledige verzorging en begeleiding van de atleet zowel voor, tijdens als na de wedstrijd.

- Kwalitatieve voorbereiding op maat in aanloop naar de wedstrijd
- Regelmatig nawegen van je atleet
- Begeleiding doorheen het wegingsproces en de medische controle
- Klaarmaken van de atleet: opwarming, controle kledij en materiaal
- Gebruik positieve coaching
- Het gebruik van een redelijke hoeveelheid water tijdens de rust is toegestaan maar mag NIET over de helm gegoten/ gegooid of gesproeid worden.
- Geef je atleet een eerlijke en realistische reflectie na de wedstrijd

## Veiligheid van de atleet bewaken

### Voor de wedstrijd

Als trainer bepaal jij wanneer iemand klaar is voor deelname aan competities. Ook ben jij als trainer verantwoordelijk voor het al dan niet aanvaarden van de tegenstander van je atleet. Kijk dus altijd de matchmaking en de updates goed na.

De trainer van de tegenstander is niet verantwoordelijk wanneer het niveauverschil te groot blijkt te zijn of wanneer de matchmaker een ongelijke match gemaakt zou hebben.

### Tijdens de wedstrijd

Als trainer ken je uw atleet beter dan eender wie. Wanneer volgens uw oordeel uw atleet de wedstrijd niet op een gezonde/veilige manier kan verderzetten is het jouw plicht/ verantwoordelijkheid om de wedstrijd stopt te zetten d.m.v. het gooien van de handdoek. U kan de handdoek niet gooien wanneer uw atleet tellen krijgt of een medische controle maar wel meteen daarna.

## Veiligheid van de ruimte bewaken

Om de veiligheid van beide atleten te bewaken dient u als trainer er steeds voor te zorgen dat uw hoek materiaalvrij is. M.a.w. zorg dat u geen drinkbussen, waterbakken, handdoeken ect. laat rondslingeren op de ring.

## Voorbeeldfunctie

Als trainer staat u in een voorbeeldfunctie t.o.v. uw atleten maar ook uw helpers en supporters. Geef het goede voorbeeld en durf hen ook op hun fouten of ongelijk te wijzen. Hou steeds in uw achterhoofd dat een wedstrijd steeds binnen een respectvolle en sportieve sfeer moet plaatsvinden voor de atleten. Ego's hebben geen plaats in onze sport.



## 3. Leeftijd- en categoriebepaling

### 3.1. Leeftijdsbepalingen

Dit reglement is van toepassing vanaf 16 jaar en ouder. Voor de jeugd bestaan er aangepaste reglementen rond 'Educatieve sparring' en 'Jeugdontmoetingen'.

### 3.2. Categoriebepaling

Atleten worden onderverdeeld in vier categorieën afhankelijk van hun ervaring.

#### Nieuwelingen

Een atleet start in de nieuweling klasse en gaat over naar de C-klasse wanneer men drie wedstrijden in totaal wint of vijf wedstrijden in totaal heeft gedaan.

#### C-klasse

In de C-klasse mag de atleet 12 wedstrijden winnen of zestien wedstrijden in totaal doen alvorens men moet overstappen naar de B-klasse.

#### B-klasse

In de B-klasse mag de atleet 12 wedstrijden winnen of zestien wedstrijden in totaal doen alvorens men overstapt naar de A-klasse. De overgang van B naar A staat vrij en is niet verplicht.

#### A-klasse

Wanneer je in de A-klasse actief was maar wegens lange inactiviteit opnieuw in de B-klasse wenst te starten dan kan hiervoor een dispensatie aangevraagd worden bij het bestuur mits een goed onderbouwde motivering. Het is niet toegestaan om dit zonder goedkeuring te doen.

## 4. Algemene regels (alle stijlen)

Het algemeen wedstrijdreglement is van toepassing bij elke competitie onder VKBMO-rules ongeacht welke specifieke competitierules (IFMA Muaythai, Muaythai of K1-rules) van toepassing zijn. M.a.w. deze gelden voor iedereen ongeacht de beoefende stijl.

Koppel aan de algemene regels ook de 'specifieke' regels per stijl. Hieronder kan je zien waar je welke regels kan terugvinden.

<input type="checkbox"/> K1-RULES .....	PAG. 30
<input type="checkbox"/> MUAYTHAI RULES .....	PAG. 32
<input type="checkbox"/> FULL MUAYTHAI RULES .....	PAG. 35
<input type="checkbox"/> IFMA MUAYTHAI RULES .....	PAG. 37

### 4.1. Algemeen toegestane technieken

Volgende basistechnieken zijn toegestaan binnen alle verschillen stijlen.

#### *Stoottechnieken*

Volgende correct uitgevoerde stoottechnieken met een gesloten vuist waarbij men de tegenstander met de knokkelrij raakt zijn toegestaan: directe stoten, hoekstoten en opstoten.

**(Spinning-) backfist is enkel toegestaan in B en A klasse.**

#### **Toegestane raakvlakken bij stoottechnieken**

- Hoofd voorkant, zijkant, onderkant en bovenkant
- Borst, buik en zijkant van het lichaam
- Armen
- Bovenbenen

## Traptechnieken

Volgende correct uitgevoerde traptechnieken zijn toegestaan: lowkick, calf kick, middeltrap, highkick, frontkick, axekick & draaitrap.

### Toegestane raakvlakken bij traptechnieken

- Hoofd voorkant, zijkant, onderkant en bovenkant
- Borst, buik en zijkant van het lichaam
- Armen
- Bovenbenen

## Knietechnieken

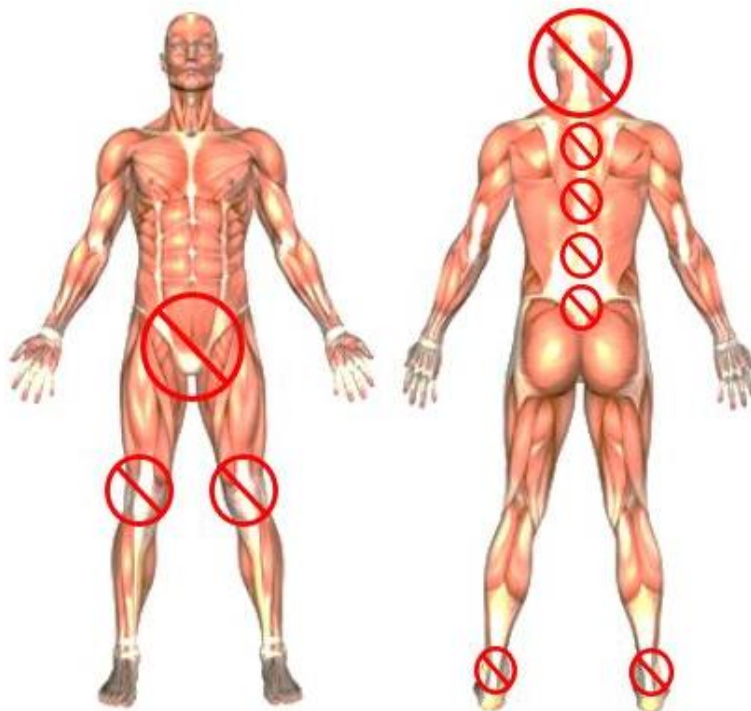
Correct uitgevoerde knietechnieken zijn toegestaan

### Toegestane raakvlakken bij knietechnieken

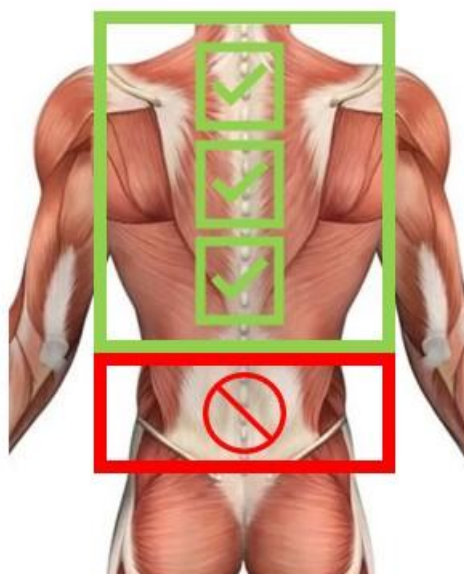
- Borst, buik en zijkant van het lichaam
- Armen
- Bovenbenen
- Knietechnieken naar het hoofd zijn enkel toegestaan in B en A klasse**

## 4.2. Algemeen verboden raakvlakken

*Verboden raakvlakken*



*Verboden clinchpositie met twee armen 'breken' onderrug*



**Nek**  
**Schouderbladen**  
**Ribbenkast**

**Onderrug**

### 4.3. Algemeen verboden technieken en handelingen

Volgende technieken en handelingen zijn niet toegestaan binnen geen enkele stijl.

#### *Sporttechnisch verboden technieken en handelingen*

- Gebruik van niet toegestane technieken binnen uw discipline
- Alle technieken naar het kruis
- Alle technieken naar de kniegewrichten
- Alle stoottechnieken met een open en/ of binnenkant van de handschoen
- Rolling thunder kicks
- Alle technieken waarbij een ander lichaamsdeel dan de voeten de grond raakt  
 Bv. wanneer je op de grond zit naar je tegenstander trappen  
 Bv. trappen wanneer één of meerdere handen de grond raken
- Alle technieken na het commando 'STOP' of 'YOOT'
- Alle technieken na het commando 'BREAK' of 'YAEK' zonder eerst een stap naar achter te zetten.
- Uw tegenstander gooien d.m.v. werptechnieken vanuit judo & worstelen ook gekend als heupwerpen, offerwerpen, ... of door de tegenstander eerst op te tillen
- Trappen op de achillespees met uw voet
- Doormiddel van 'haken' op het been uw tegenstander naar de grond brengen
- Het 'breken' in de onderrug door uw tegenstander met twee armen naar u toe te trekken ter hoogte van de onderrug
- Vastnemen van de ringtouwen om de tegenstander klem te zetten of vast te houden vanuit uw clinchpositie
- Vastnemen van de ringtouwen om een stoot- of traptechniek uit te voeren
- Opzettelijk vallen om impact te vermijden wanneer uw been vastgenomen wordt door uw tegenstander
- Vasthouden van het hoofd in een wurg- of houdgreep  
 Clinchtechnieken zijn wel toegestaan
- Te laag inkomen met uw hoofd of zelf uw hoofd naar omlaag brengen
- Het gevecht opzettelijk ontlopen

### *Sociaal, educatief verboden handelingen*

- Kopstoten, stoten met de schouder, bijten, spuwen of krabben naar uw tegenstander, official of andere personen
- Op de ogen van uw tegenstander duwen met uw duim of andere vingers
- Opzettelijk over of op je tegenstander vallen en/ of jezelf afzetten met je knie of elleboog op je tegenstander om terug recht te staan
- Met intentie slaan of trappen als iemand reeds op de grond ligt. Iemand ligt op de grond als naast de voeten ook een ander lichaamsdeel de grond raakt
- Met intentie uw tegenstander uit de ring werpen
- Met intentie slaan of trappen als iemand buiten de touwen is
- Opzettelijk vallen om het gevecht te ontwijken
- Met intentie raken van het kruis van je tegenstander
- Simuleren dat je te laag geraakt bent
- Simuleren dat er een overtreding werd begaan door uw tegenstander
- Opzettelijk uitspuwen van uw gebitsbeschermer
- Het niet opvolgen van de commando's van de official
- Beledigen van uw tegenstander, official of eender welke betrokken partij
- Mishandeling en/ of agressief gedrag t.o.v. eender welke betrokken partij
- Onsportief gedrag t.o.v. eender welke betrokken partij
- Alle overtredingen door de trainer/ verzorgers op hun specifieke richtlijnen (pag. 7)
- Alle overtredingen door ouders/ supporters op hun richtlijnen (pag. 47)

### *Medisch en ethisch verboden handelingen*

- Gebruik van ALLE verboden middelen [Lijst verboden middelen WADA](#)
- Gebruik van verboden vloeistoffen
- Gebruik van tapingstechnieken met als doel schade toebrengen aan de tegenstander
- Dragen van niet toegestane kledij
- Niet dragen van verplichte kledij/ beschermingsmaterialen
- Uw atleet dwingen om zijn/ haar gewicht omlaag te brengen op een ongezonde manier of wanneer een lager gewicht ongezond zou worden
- Uw atleet laten deelnemen aan een competitie wetende dat men ernstig geblesseerd is of fysiek/ mentaal hier niet klaar voor is



## 4.4. Gevolgen bij verboden technieken of handelingen

### Verschil tussen vermaning, waarschuwing en diskwalificatie

Een atleet, trainer, verzorger of supporter die niet gehoorzaamt aan de instructies van de officials en zo ingaat tegen het reglement, zich onsportief gedraagt of zware fouten maakt kan als gevolg een vermaning, waarschuwing of diskwalificatie voor de atleet betekenen.

#### *Vermaning*

De official wijst de atleet op een aandachtspunt zonder de wedstrijd hiervoor stop te zetten. De vermaning gebeurt snel en steeds op een veilig moment. De atleet ontvangt hiervoor geen minuspunt.

Wanneer een atleet een **derde vermaning** krijgt voor **dezelfde overtreding** volgt automatisch een **officiële waarschuwing**.

#### *Officiële waarschuwing*

Bij een officiële waarschuwing zal de official beide atleten in een neutrale hoek plaatsen. Daarna zal men in het midden van de ring duidelijk demonstreren aan de juryleden waarvoor men de waarschuwing geeft. Vervolgens zal men de gele kaart tonen in de richting van de atleet die de waarschuwing krijgt. De atleet ontvangt hiervoor een minuspunt.

Wanneer een atleet een **tweede officiële waarschuwing** krijgt voor **dezelfde overtreding** in **éénzelfde wedstrijd** volgt automatisch een **diskwalificatie**.

Wanneer een atleet een **derde officiële waarschuwing** krijgt in **éénzelfde wedstrijd** volgt automatisch een **diskwalificatie**.

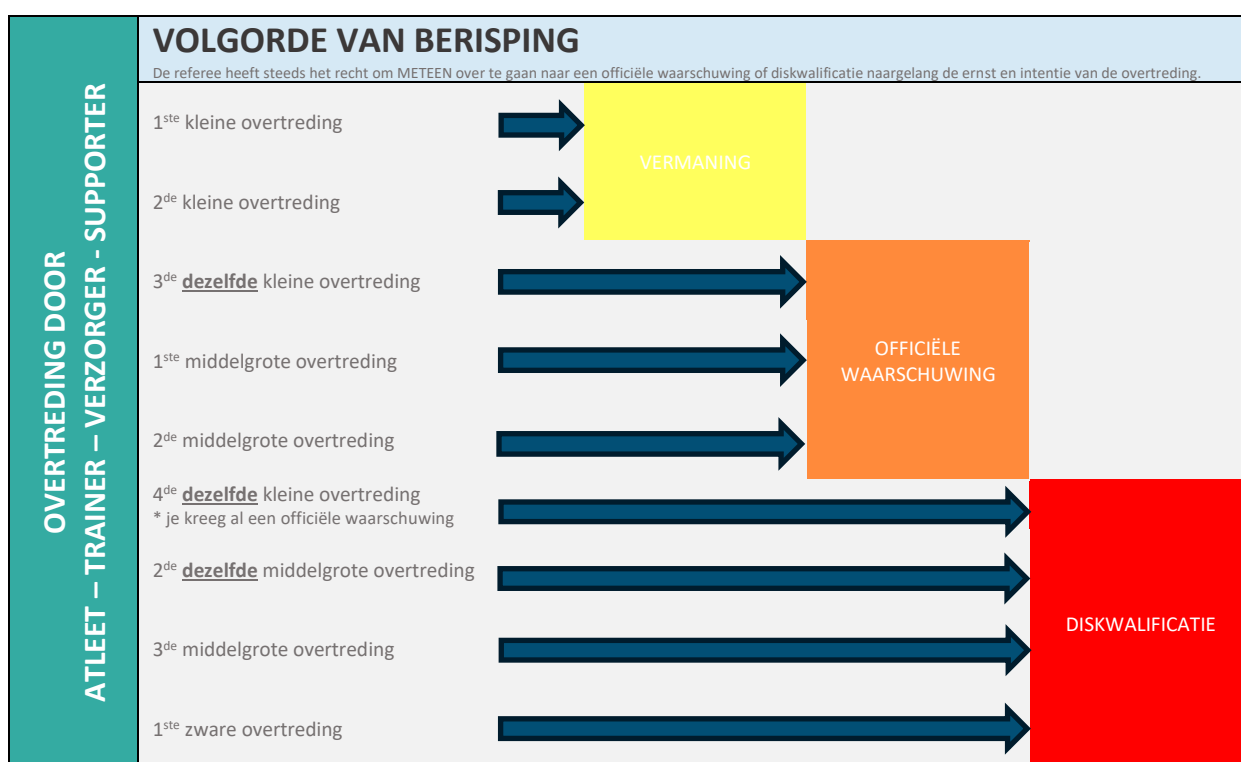
#### *Diskwalificatie*

Bij een diskwalificatie zal de official beide atleten in een neutrale hoek plaatsen (indien dit nog mogelijk is). De ringspeaker zal omroepen waarom de atleet gediskwalificeerd wordt terwijl de official een kruis maakt met zijn armen richting de atleet die gediskwalificeerd wordt.

## Volgorde van berisping

De official is niet verplicht om eerst een vermaning te geven voordat hij een officiële waarschuwing geeft. Ook is het mogelijk dat men meteen overgaat tot diskwalificatie. Om deze beslissing te maken worden volgende zaken in overweging genomen:

- Werd de overtreding opzettelijk gedaan
- Werd de kans op een overwinning voor de tegenstander geschaad
- Liep de tegenstander zware blessures op waardoor men de wedstrijd niet kan verderzetten



## 4.5. Scoringsysteem

Op het einde van elke ronde zal elk jurylid hun scoring noteren als volgt:

<b>WINNAAR</b>	Deze atleet krijgt 10 punten
<b>VERLIEZER</b>	Deze atleet krijgt 9 punten
<b>ONBESLIST</b>	Beide atleten krijgen 10 punten

### Minuspunten

Een minuspunt bij een officiële waarschuwing trekt men af van de scoring die de atleet kreeg in de ronde dat de waarschuwing gegeven werd.

<b>WINNAAR</b>	Krijgt een minuspunt	SCORE = winnaar 9 en verliezer 9
<b>VERLIEZER</b>	Krijgt een minuspunt	SCORE = winnaar 10 en verliezer 8
<b>ONBESLIST</b>	Eén van beide krijgt een minuspunt	SCORE = 10-9 of 9-10

### Scoren van punten

Je scoort een punt wanneer je de tegenstander raakt met een techniek die voldoet aan onderstaande voorwaarden.

- Het is een toegestane techniek;
- Die doel treft op een toegestane plaats;
- Uitgevoerd met impact;
- Zonder blokkade of verwerking van de tegenstander.

### Niet scoren van punten

Je scoort geen punten (ook al raak je uw tegenstander) wanneer:

- Men de tegenstander raakt met gebrek aan vaardigheid;
- men de techniek correct blokkeert met de armen of benen;
  - tenzij met een dusdanig grote impact waardoor de tegenstander het evenwicht/ controle over zijn houding verliest
- men de techniek uitvoert zonder impact;
- men de tegenstander uit balans brengt zonder eerst een actie te maken;
- men de tegenstander raakt terwijl men in overtreding is met de regels.

## Stappenplan aanduiden van een winnaar

Als je duidelijk meer punten scoort win je de ronde, maar soms zijn beide atleten erg aan elkaar gewaagd. Volgend stappenplan geeft meer inzicht op andere mogelijke doorslaggevende factoren waarmee rekening gehouden zal worden:

- door meer te raken met MUAYTHAI OF K1 TECHNIEKEN (afhankelijk van stijl)
- door meer CONTROLE over de wedstrijd te tonen en de uitvoering van je technieken
- door een betere DEFENSE te tonen – blokken, wegzetten, opzij stappen, ontwijken ect. waardoor je tegenstander niet kon scoren
- door meer INITIATIEF te tonen
- door MINDER VERMOEIDHEID te tonen
- door MEER KRACHT te gebruiken in je technieken
- door een BETERE STIJL te gebruiken
- door MINDER INBREUKEN te doen op de regels

### 4.6. 8-count (telling)

Wanneer een atleet ‘neer’ gaat of wanneer men zich niet langer verdedigd zal de referee overgaan tot de telling. Wanneer men bij ‘acht’ is zal men de atleet aanmanen een stap voorwaarts te doen en zijn handschoenen stevig voor zich omhoog te houden om te controleren of hij verder kan.

Een telling zorgt steeds voor een minuspunt op het scoreformulier voor die ronde. De referee stopt de wedstrijd na een telling wanneer:

- Hij van mening is dat de atleet niet verder kan
- De atleet tweemaal een telling kreeg in dezelfde ronde (**driemaal voor A klasse**)
- De atleet driemaal een telling kreeg over de hele wedstrijd (**viermaal voor A klasse**)

De trainer mag de handdoek NIET gooien tijdens een telling. Wel meteen daarna om de wedstrijd alsnog stop te zetten.

Wanneer een telling is ingezet zal de tijd niet stopgezet worden wanneer de ronde ten einde is. De tijd blijft doorlopen gedurende de telling en pas stopgezet wanneer de official de wedstrijd stopzet of de instructie ‘fight’ geeft. Ook wanneer dit de laatste ronde is.

## 4.7. Mogelijke resultaten

Een wedstrijd kan op verschillende manieren een winnaar kennen. Een overzicht van de verschillende mogelijkheden kan u hieronder terugvinden.

### *Win on points of winnaar op punten (WOP)*

Op het einde van de wedstrijd benoemt elk jurylid een winnaar na toepassing van het 10-puntensysteem. De atleet met de meeste beslissingen in het voordeel wint de wedstrijd op punten. Afhankelijk van het aantal juryleden dat in uw voordeel oordeelt heb je nog volgende onderverdelingen

#### **Unanimous decision - unaniem besluit**

Wanneer alle juryleden de wedstrijd in het voordeel van één atleet beslissen.

#### **Split decision – verdeeld besluit**

Wanneer de meerderheid van de juryleden de wedstrijd in het voordeel van één atleet beslist maar er ook minstens één jurylid een onbeslist of een andere winnaar aanduidt.

### *Win by retirement (W.RET) of winnaar door opgave (W.OPG)*

Wanneer een atleet na de rust de hoek niet meer uitkomt of wanneer de trainer de handdoek in de ring gooit wint de tegenstander door opgave.

### *Win by referee stops contest (RSC)*

#### **Overklassing (RSC)**

Wanneer de official van mening is dat een atleet mentaal of fysiek overklast wordt door de tegenstander en hierdoor meer moet incasseren dan nodig heeft de official de machtiging om de wedstrijd stop te zetten. De tegenstander wint in dit geval door 'referee stops contest'.

*Bv. Tegenstander is fysiek te sterk*

*Bv. Atleet is mentaal niet weerbaar genoeg (dichtslaan, tranen, ...)*

### **Blessure (RSC MED.)**

Wanneer de official en/ of arts van mening is dat een atleet de wedstrijd niet kan verderzetten wegens het oplopen van een blessure door toegestane technieken zal men de wedstrijd stopzetten. De tegenstander wint door 'RSC medische interventie'.

*Bv. Ontwrichting van schouder, knie, ...*

*Bv. Breuk van voet, onderarm, ...*

*Bv. Overgeven*

*Bv. Ernstige aanhoudende neusbloeding*

De official mag tijdens de wedstrijd steeds een 'time-stop' toepassen om het medisch advies van de aanwezige ringarts te vragen. Wanneer de official het advies van de ringarts vraagt is men ook verplicht dit advies te volgen.

Het is niet toegestaan voor de trainer en/ of verzorgers zich naar de ringarts en official te begeven tijdens de medische controle. Zij blijven in afwachting van de beslissing zitten in de aan hen toegewezen hoek (rood/ blauw).

### **Referee stops contest for Body Injuries (RSCB) of technisch knock-out (TKO)**

Wanneer een atleet een harde impact krijgt naar eender welk lichaamsdeel door een toegestane techniek en hierdoor zichzelf niet langer kan verdedigen zal de referee de wedstrijd stopzetten. De tegenstander wint door 'RSC Body Injuries'.

### **Referee stops contest for Compulsory Count Limit (CCL)**

De official stopt de wedstrijd wanneer met het maximumaantal 'tellen' per ronde of wedstrijd bereikt heeft. De tegenstander zal als winnaar 'CCL' uitgeroepen worden.

### *Win by Knock-Out (W. KO)*

Wanneer een atleet 'neer' is en de wedstrijd niet kan hervatten binnen '8 tellen'. De tegenstander zal uitgeroepen worden als winnaar op knock-out.

### *Win by disqualification (W. DISQ.)*

Wanneer de official een atleet diskwalificeert zal men de tegenstander uitroepen als winnaar. De wedstrijdadministrator zal de nodige informatie m.b.t. de diskwalificatie noteren in het eventverslag om bij een ernstige inbreuk op het reglement eventuele sancties op te kunnen leggen.

## No Contest (NC)

Wanneer een wedstrijd niet kan plaatsvinden door overmacht die niet in de handen ligt van de atleten zoals bv. beschadiging van de ring, ontbreken van materiaal dat niet door de atleet voorzien moest worden, uitvallen van de verlichting, uitzonderlijke weersomstandigheden, ...

### Zonder afronding eerste ronde

De official zal de wedstrijd stopzetten en als een no contest noteren.

### Met afronding eerste of meerdere rondes

De official zal de wedstrijd stopzetten waarna gekeken zal worden naar de reeds voltooide rondes. De reeds genoteerde puntentelling bepaald de uitslag.

### Kampioenschap

Wanneer het een wedstrijd om een officiële VKBMO/ BKBMO betreft zal de hoofdofficial een beslissing nemen welke actie verder genomen moet worden.

*Bv. er zijn reeds voldoende rondes afgewerkt waardoor een beslissing kan genomen worden op basis van de toegekende punten.*

*Bv. er waren nog niet voldoende rondes afgewerkt waardoor de wedstrijd uitgesteld dient te worden tot een nader te bepalen moment. Dit kan op de dag zelf zijn of een andere datum naargelang de omstandigheden.*

## Walk Over (WO)

Enkel van toepassing tijdens toernooivormen. Wanneer een atleet na het afroepen van zijn naam niet tijdig de ring betreedt met alle vereiste bescherming reeds aan zal de official de juryleden instrueren om hun puntenbriefjes in te vullen met een 'Walk Over' nota. De tegenstander wint hierdoor door 'Walk Over' en gaat door naar de volgende ronde.

## A draw (DRAW)

Wanneer op het einde van de wedstrijd beide atleten hetzelfde aantal punten toegekend kregen dan eindigt de wedstrijd in een draw (onbeslist).

Wanneer dit gebeurt in een kampioenschap of toernooi dan zal het jurylid een winnaar aanduiden en dit noteren onderaan het puntenbriefje.

## 4.8. Verschil tussen knock-out en knockdown

### Knock-out

Bij een knock-out of 'KO' tref je de tegenstander zodanig **op het hoofd** waardoor men op de grond valt en niet meer in staat is om tijdig recht te staan en de wedstrijd te hervatten.

### Knockdown

Een knockdown is mogelijk door impact **op het hoofd of het lichaam**. Er is sprake van een knockdown wanneer de atleet:

- De grond raakt met eender welk ander lichaamsdeel dan de voeten na een impact
- hulpeloos in de touwen hangt als het resultaat van een impact
- na een harde impact niet valt of in de touwen hangt maar zich in een semi-bewuste staat bevindt en het volgens de official niet veilig is om de wedstrijd verder te zetten

## 4.9. Algemene wedstrijd kledij en materiaal

### Sport specifieke kledij

De kledij moet steeds aangepast zijn aan de 'stijl' van de wedstrijd waaraan u deelneemt. Voor specifieke richtlijnen per stijl verwijzen wij u door naar volgende pagina's:

- |  |         |
|--|---------|
| <input type="checkbox"/> K1-RULES .....            | PAG. 31 |
| <input type="checkbox"/> MUAYTHAI RULES .....      | PAG. 33 |
| <input type="checkbox"/> FULL MUAYTHAI RULES ..... | PAG. 36 |
| <input type="checkbox"/> IFMA MUAYTHAI RULES ..... | PAG. 38 |

### Toegestane kledij en materiaal

#### Handschoenen

10 oz wedstrijdhandschoenen met velcro sluiting worden voorzien door VKBMO voor alle nieuweling en C-klasse wedstrijden. **Voor B en A klasse wedstrijden voorziet VKBMO 10 oz handschoenen met een vetersluiting.** De knoop van de veters moet aan de bovenkant bevestigd worden. **Handschoenen** worden verplicht **getaped (stoffen tape) in elke klasse om** huid- en oogletsels te voorkomen. Enkel het gebruik van stoffen tape is toegestaan, geen ductape of andere materialen.



### Hoofdbeschermer

Enkel verplicht voor wedstrijden in de nieuweling klasse **met uitzondering van 'IFMA Muaythai regels'** zie pag. 39 De hoofdbeschermer zal voorzien worden door VKBMO.

### Scheenbeschermers

Enkel verplicht voor wedstrijden in de nieuweling klasse. Deze moet de atleet/ club zelf voorzien. Enkel goed **aansluitende 'kous'-model scheenbeschermers** zijn toegelaten. De scheenbeschermers moeten de **volledige scheen** bedekken en **voldoende vulling** bevatten.



De scheenbeschermer mag geen verharding hebben. Het is toegestaan om de scheenbeschermers te fixeren met een stuk tape (voet, enkel en/of bovenkant) om ervoor te zorgen dat deze niet verschuift.

### Gebitsbeschermer

Verplicht in alle wedstrijden. De atleet voorziet dit zelf.

We raden aan om een gebitsbeschermer van een degelijke dikte en kwaliteit aan te kopen met een goede pasvorm in de mond.

### Kruisbeschermer

Omwille van hygiënische redenen voorziet u zelf in uw eigen kruisbeschermer. Het dragen van een **metalen kruisbeschermer is verplicht** vanaf de nieuwelingen klasse. Het is sterk aangeraden om de uitvoering met touwen te nemen zodat de bescherming voldoende bescherming kan bieden.



Voor de dames gebruikt men een platte kruisbeschermer uit schuim.



### *Borstbescherming voor dames*

Omwille van hygiënische redenen voorziet u zelf in uw eigen borstbescherming. De beschermer moet bestaan uit een verharde bescherming bv. schelpen. Het dragen van een **borstbeschermer voor dames** is **verplicht** vanaf de nieuwelingen klasse.

Het dragen van borstbescherming is niet verplicht wanneer een bodyprotector gedragen wordt bv. tijdens het Belgisch kampioenschap 16-17 jaar.

### *Enkelkousen*

Het is toegestaan om enkelkousen te dragen. Een verdikking ter bescherming van de enkels moet zacht zijn. Het is verboden om verhardingen aan te brengen.

### *Bandages*

Het is toegestaan om uw eigen bandages (één paar) te gebruiken tijdens de wedstrijd. Het is niet toegestaan om meerdere bandages te gebruiken of 'binnen handschoenen'.

### *Taping van de handen*



Het is toegestaan om de handen te tappen over de eigen bandages of d.m.v. het gebruik van gaasjes waarover de tape aangebracht wordt. De knokels moeten hierbij zacht blijven. Het aanbrengen van verhardingen is verboden. Bij een overtreding die na de wedstrijd vastgesteld wordt riskeert u een diskwalificatie.

### *Bedekkende kledij*

Het dragen van bedekkende kledij is toegestaan voor elke sporter in het kader van religie, medische en/ of politieke redenen onder volgende voorwaarden:

- De kledij heeft één neutrale kleur zwart of wit;
- de kledij heeft geen zakken, ritsen of knopen;
- de bedekkende broek is aansluitend en reikt tot aan de enkels;
- het bedekkende bovenstuk is aansluitend en reikt tot aan de nek en polsen;
- de sporthijab bestaat uit één stuk en sluit aan rond gelaat en hals.

Het is toegestaan om ervoor te kiezen om enkel een bedekkende broek, bovenstuk of sporthijab te dragen. Deze kledij draagt men altijd onder de verplichte (muaythai-) short en indien gewenst een toegestaan bovenstuk.

Het is toegestaan om onder een Muaythai short een aanspannende korte broek te dragen om 'inkijk' te voorkomen mits deze niet over de knie komt en één neutrale kleur zwart of wit heeft.



### Verboden kledij en materialen

- Kledij met zakken, ritsen, gaten of knopen
- Kledij met provocerende teksten of afbeeldingen
- Bedekkende kledij in een andere kleur dan zwart of wit
- Scheenbeschermers anders dan de 'kous'-modellen
- Eigen handschoenen en/ of hoofdbescherming gebruiken
- Plastieken kruisbeschermer voor heren
- Gebruik van extra (harde) materialen onder bandages en/ of taping
- Gebruik van verhardingen gemaakt van tape over de knokels
- Zwembroeken of andere vrijetijdskledij die niet passend is voor onze sporttak

### Haartooi

Voor atleten met lang haar is het verplicht om deze goed vast te maken d.m.v. 1 of meerdere vlechten, dot of een stevige paardenstaart. Het gebruik van volgende zaken is verboden:

- Speldjes en klemmetjes
- Haarbanden
- Diadeem

## 4.10. Handen schudden

Uit veiligheidsoverwegingen beperken we de momenten waarop het schudden van handen toegestaan is.

### Doelstelling

Handen schudden is een teken van sportiviteit, respect en vriendschappelijke rivaliteit. Dit gebaar mag in geen geval misbruikt worden als 'tool' voor extra rustmomenten in te lassen of de tegenstander te misleiden.

### Toegestane momenten voor het schudden van handen

Handen schudden tijdens een wedstrijd is enkel toegestaan:

- Voor aanvang van de eerste ronde
- Uit respect na een ongewilde overtreding maar **VOOR** het signaal 'fight' of 'chok'
- Voor aanvang van de laatste ronde

Op alle andere momenten is het **NIET** toegestaan om handen te schudden.

#### **4.11. Verboden vloeistoffen**

Het gebruik van vet, vaseline (overdreven hoeveelheid) en alle (verdovende) producten die schadelijk kunnen zijn voor de atleet of de tegenstander zijn verboden zowel op het lichaam als op het beschermingsmateriaal.

Vaseline is enkel toegestaan in een redelijke hoeveelheid op het gelaat. Wanneer de atleet te veel vaseline op het gezicht heeft zal de official dit meteen verwijderen met de handdoek van de atleet.

#### **4.12. Competitie voor nationale titels**

Het is mogelijk om voor volgende titels een aanvraag te doen:

- VKBMO - Vlaamse titel C klasse
- BKBMO - Belgische titel B klasse
- BKBMO - Benelux titel B klasse
- BKBMO - Belgische titel A klasse
- BKBMO - Benelux titel A klasse

Een wedstrijd voor één van bovenstaande titels moet steeds aan de **vereisten** opgelegd door de federatie voldoen. Enkel volledige aanvragen via de **aanvraaglink** worden behandeld. Het is niet mogelijk om telefonisch, per e-mail of via sociale media een aanvraag in te dienen.

Voor meer informatie of bij vragen kan u steeds terecht bij de sporttechnisch manager van VKBMO.

#### **Titelverdediging**

Wanneer de titel verdedigd wordt en de scoring op een 'onbeslist' eindigt dan zal de kampioen zijn titel behouden.

## 5. K1- rules

Naast de hieronder omschreven specifieke regels is ook het algemene VKBMO-reglement van toepassing bij competities onder K1 regels.

### 5.1. Wedstrijdduur

N KLASSE	3 x 2 minuten	60 seconden rust
C KLASSE	3 x 2 minuten	60 seconden rust
B KLASSE	3 x 3 minuten	60 seconden rust
A KLASSE	3 x 3 minuten	60 seconden rust
A KLASSE	5 x 3 minuten	90 seconden rust
VLAAMSE TITEL C KLASSE	4 x 2 minuten	60 seconden rust
BELGISCHE TITEL B KLASSE	5 x 2 minuten	60 seconden rust
BENELUX TITEL B KLASSE	5 x 2 minuten	60 seconden rust
BELGISCHE TITEL A KLASSE	5 x 3 minuten	90 seconden rust
BENELUX TITEL A KLASSE	5 x 3 minuten	90 seconden rust

### 5.2. Sportspecifieke kenmerken

Een overzicht van ‘aanvullend op het algemene reglement’ toegestane en verboden handelingen specifiek voor de stijl K1-rules.

#### Specifiek toegestaan bij K1-rules

- Actieve clinch – drie seconden met onmiddellijke actie
- Vastnemen van het been van de tegenstander is toegestaan wanneer het been meteen weer losgelaten wordt of maximaal één stap + één actie en weer loslaten  
*Bv. Neem been vast – stap voorwaarts – stoot – los*  
*Bv. Neem been vast – knie – los*

#### Specifiek niet toegestaan bij K1-rules

- Passieve clinch positie aannemen
- Ellebogen naar het lichaam of hoofd
- Vegen van je tegenstander
- Vasthouden van een been zonder onmiddellijke actie
- Vasthouden van een been en meer dan één stap en/ of meer dan één actie uitvoeren

## Specifieke kledij bij K1-rules

Met betrekking tot de specifieke kledij en materiaal gelden volgende afspraken.

### Boven kledij heren

Heren dragen geen boven kledij. Voor toegestane afwijkingen op deze regel verwijzen wij naar het 'algemene reglement' rond 'bedekkende kledij' op pag. 27.

### Boven kledij dames

Dames dragen een singlet (mouwloos shirt), top zonder mouwen of aansluitende T-shirt. Heel losse T-shirts met losse halflange mouwen zijn niet toegestaan. Een normaal model van sport T-shirt wel. Algemeen genomen moet het risico op 'blijven haken' in de kledij zo klein mogelijk zijn. Het is mogelijk om deze kledij te combineren met bedekkende kledij zie pag. 27.



### Shorts

Naast een 'Muaythai' short is het bij K1-rules ook toegestaan om een sportieve (MMA-) short of aanspannende short te dragen mits deze aan onderstaande voorwaarden voldoet. Het is mogelijk om deze kledij te combineren met bedekkende kledij zie pag. 27.

- Mag niet over de knie komen
- Mag geen ritsen, knopen, zakken of loshangende touwtjes hebben
- Een 'hotpants' is niet toegestaan





## 6. Muaythai

Naast de hieronder omschreven specifieke regels is ook het algemene VKBMO-reglement van toepassing bij competities onder Muaythai regels.

### 6.1. Wedstrijdduur

N KLASSE	3 x 2 minuten	60 seconden rust
C KLASSE	3 x 2 minuten	60 seconden rust
B KLASSE	3 x 3 minuten	60 seconden rust
B KLASSE	5 x 2 minuten	60 seconden rust
A KLASSE	3 x 3 minuten	60 seconden rust
A KLASSE	5 x 3 minuten	90 seconden rust
VLAAMSE TITEL C KLASSE	4 x 2 minuten	60 seconden rust
BELGISCHE TITEL B KLASSE	5 x 2 minuten	60 seconden rust
BENELUX TITEL B KLASSE	5 x 2 minuten	60 seconden rust
BELGISCHE TITEL A KLASSE	5 x 3 minuten	90 seconden rust
BENELUX TITEL A KLASSE	5 x 3 minuten	90 seconden rust

### 6.2. Sportspecifieke kenmerken

Een overzicht van ‘aanvullend op het algemene reglement’ toegestane en verboden handelingen specifiek voor de stijl Muaythai.

#### Specifiek toegestaan bij Muaythai

- Actieve clinch
- Elleboogtechnieken naar het lichaam (niet naar het hoofd).
- Vegen van je tegenstander is toegestaan direct NA het uitvoeren van één actie  
*Bv. Vanuit de clinch eerst een knie plaatsen en direct daarna vegen*  
*Bv. Uitvoeren van een lowkick en direct daarna vegen*
- Vastnemen van het been van je tegenstander is toegestaan MAAR na elke twee stappen voorwaarts moet minimaal één actie volgen  
*Bv. Neem been vast – (2) stap(pen) voorwaarts – stoot (2) stap(pen) voorwaarts – stoot – los*  
*Bv. Neem been vast – stoot – (2) stap(pen) voorwaarts – knie – los*

#### Specifiek niet toegestaan bij Muaythai

- Elleboogtechnieken naar het hoofd
- Passieve clinch positie aannemen
- Vegen van je tegenstander ZONDER voorafgaande actie
- Vastnemen been en meer dan twee stappen zetten alvorens een actie toe te passen



## Specifieke kledij bij Muaythai

Met betrekking tot de specifieke kledij en materiaal gelden volgende afspraken.

### Boven kledij heren

Heren dragen geen boven kledij. Voor toegestane afwijkingen op deze regel verwijzen wij naar het 'algemene reglement' rond 'bedekkende kledij' op pag. 27.

### Boven kledij dames

Dames dragen een singlet (mouwloos shirt), top zonder mouwen of aansluitende T-shirt. Heel losse T-shirts met losse halflange mouwen zijn niet toegestaan. Een normaal model van sport T-shirt wel. Algemeen genomen moet het risico op 'blijven haken' in de kledij zo klein mogelijk zijn. Het is mogelijk om deze kledij te combineren met bedekkende kledij zie pag. 27.



### Shorts

Enkel een 'Muaythai' short is toegestaan. Het is mogelijk om deze kledij te combineren met bedekkende kledij zie pag. 27 .



## Traditionele aspecten Muaythai

Volgende afspraken hanteren we onder 'Muaythai' regels.

### Betreden van de ring

- Het dragen van een bloemenkrans is toegestaan
- De atleet mag de ring betreden zowel onder, tussen als over de touwen
- Indien gewenst plaatst de trainer de mongkol op het hoofd van de atleet
- De trainer zal de ring NIET betreden voor het einde van de eerste ronde.

### Mongkol

De mongkol draagt men indien gewenst op het hoofd bij de uitvoering van de Wai Kru, hij staat symbool voor geluk en bescherming.



### Prajied

De prajied draagt men aan één of beide bovenarmen. Deze zijn toegestaan maar niet verplicht. Ze staan symbool voor bescherming tegen gevaar en blessures.

### Wai Kru

De verkorte versie (4-hoeken) voor aanvang van de eerste ronde is optioneel.

*WAI = RESPECT*

*KRU = TRAINER*

*= Dankbaarheid en respect tonen aan de trainers, gym, trainingspartners en familie die de atleet geholpen hebben in hun weg naar de wedstrijd.*

Wanneer de atleet of promotor een langere versie van de Wai Kru wil laten uitvoeren moet men dit voor aanvang van de competitie aanvragen bij de hoofdofficial.

## 7. Full Muaythai rules

Naast de hieronder omschreven specifieke regels is ook het algemene VKBMO-reglement van toepassing bij competities onder Full Muaythai regels.

### 7.1. Wedstrijdduur

N KLASSE	3 x 2 minuten	60 seconden rust
C KLASSE	3 x 2 minuten	60 seconden rust
B KLASSE	5 x 2 minuten	60 seconden rust
A KLASSE	5 x 3 minuten	90 seconden rust
VLAAMSE TITEL C KLASSE	4 x 2 minuten	60 seconden rust
BELGISCHE TITEL B KLASSE	5 x 2 minuten	60 seconden rust
BENELUX TITEL B KLASSE	5 x 2 minuten	60 seconden rust
BELGISCHE TITEL A KLASSE	5 x 3 minuten	90 seconden rust
BENELUX TITEL A KLASSE	5 x 3 minuten	90 seconden rust

### 7.2. Sportspecifieke kenmerken

Een overzicht van ‘aanvullend op het algemene reglement’ toegestane en verboden handelingen specifiek voor de stijl Full Muaythai.

#### Specifiek toegestaan bij Full Muaythai

- Actieve clinch
- Ellebogen naar het lichaam en het hoofd **gedraaide technieken zijn enkel toegestaan in de B en A klasse wedstrijden.**
- Vegen van je tegenstander is toegestaan direct NA het uitvoeren van één actie  
**Bv. Vanuit de clinch eerst een knie plaats en direct daarna vegen**  
**Bv. Uitvoeren van een lowkick en direct daarna vegen**
- Vastnemen van het been van je tegenstander is toegestaan MAAR na elke twee stappen voorwaarts moet minimaal één actie volgen  
**Bv. Neem been vast – (2) stap(pen) voorwaarts – stoot (2) stap(pen) voorwaarts – stoot – los**  
**Bv. Neem been vast – stoot – (2) stap(pen) voorwaarts – knie – los**

#### Specifiek niet toegestaan bij Full Muaythai

- Passieve clinch positie aannemen
- Vegen van je tegenstander ZONDER voorafgaande actie
- Vastnemen been en meer dan twee stappen zetten alvorens een actie toe te passen

### *Specifieke kledij bij Full Muaythai*

Voor de specifieke kledij bij 'Full Muaythai' verwijzen wij naar de specifieke kledij bij 'Muaythai' op pag. 33.

### *Bijkomende beschermingsmaterialen bij Full Muaythai*

#### **Elleboogbescherming**

In de alle lagere klassen 'Full Muaythai' is het dragen van elleboogbescherming verplicht. In de A klasse 'Full Muaythai' vecht men zonder elleboogbescherming.

Deze beschermingsmaterialen worden niet door de federatie voorzien. Het is aan de promotor om deze zelf te voorzien.

- Hetzelfde merk voor beide atleten
- Dezelfde kwaliteit voor beide atleten
- Rood en blauw of beide zwart

Wanneer de elleboogbescherming niet voldoende bescherming kan bieden zal de wedstrijd op 'Muaythai' regels, zonder ellebogen, doorgaan.

### *Traditionele aspecten Full Muaythai*

Voor de traditionele aspecten bij 'Full Muaythai' verwijzen wij naar de traditionele aspecten bij 'Muaythai' op pag. 34.

## 8. IFMA Muaythai rules

Naast de hieronder omschreven specifieke regels is ook het algemene VKBMO-reglement van toepassing bij competities onder IFMA Muaythai regels. Deze stijl wordt voornamelijk in toernooivorm georganiseerd.

### 8.1. Wedstrijdduur

JEUGD 16-17 jaar	3 x 2 minuten	60 seconden rust
U23 17-23 jaar	3 x 3 minuten	60 seconden rust
Elite 17-40 jaar	3 x 3 minuten	60 seconden rust

### 8.2. Sportspecifieke kenmerken

Een overzicht van ‘aanvullend op het algemene reglement’ toegestane en verboden handelingen specifiek voor de stijl ‘IFMA Muaythai’. **Let op enkel van toepassing bij officiële IFMA-rules.**

#### Specifiek toegestaan bij IFMA Muaythai

- Actieve clinch
- Ellebogen naar het lichaam en het hoofd
- Spinning backfist
- Vastnemen van het been van je tegenstander is toegestaan MAAR na elke twee stappen voorwaarts moet minimaal één actie volgen  
**Bv. Neem been vast – (2) stap(pen) voorwaarts – stoot (2) stap(pen) voorwaarts – stoot – los**  
**Bv. Neem been vast – stoot – (2) stap(pen) voorwaarts – knie – los**

#### Specifiek niet toegestaan bij IFMA Muaythai

- Passieve clinch positie aannemen
- Vegen van je tegenstander met onderkant voet, binnenkant voet of binnenkant onderbeen.
- Vastnemen been en meer dan twee stappen zetten alvorens een actie toe te passen

## Specifieke kledij bij IFMA Muaythai

Met betrekking tot de specifieke kledij en materiaal gelden volgende afspraken.

### Boven kledij heren en dames

Heren en dames dragen een singlet (mouwloos shirt). Het is mogelijk om deze kledij te combineren met bedekkende kledij zie pag. 27.



### Shorts

Enkel een 'Muaythai' short is toegestaan. Het is mogelijk om deze kledij te combineren met bedekkende kledij zie pag. 27.



## *Bijkomende beschermingsmaterialen bij IFMA Muaythai*

### **Elleboogbescherming**

In alle klassen van IFMA Muaythai is het dragen van elleboogbescherming verplicht.

Deze beschermingsmaterialen worden niet door de federatie voorzien tenzij het om een toernooi gaat georganiseerd vanuit VKBMO. Het is aan de promotor om deze zelf te voorzien.

- Hetzelfde merk voor beide atleten
- Dezelfde kwaliteit voor beide atleten
- Rood en blauw of beide zwart

Wanneer de elleboogbescherming niet voldoende bescherming kan bieden zal de wedstrijd op 'Muaythai' regels, zonder ellebogen, doorgaan.

### **Scheenbescherming**

In alle klassen van IFMA Muaythai is het dragen van scheenbescherming verplicht. Enkel het 'kousmodel' is hierbij toegestaan.

### **Body-protector**

In alle klassen 'met uitzondering van de elite' is het dragen van een body protector bij IFMA Muaythai verplicht. Deze beschermingsmaterialen worden niet door de federatie voorzien tenzij het om een toernooi gaat georganiseerd vanuit VKBMO. Het is aan de promotor om deze zelf op te halen uit het VKBMO-magazijn na afspraak.

### **Hoofdbeschermer**

Bij 'IFMA Muaythai' regels draagt men een hoofdbeschermer in alle klassen. De hoofdbeschermer zal voorzien worden door de federatie.

## *Traditionele aspecten IFMA Muaythai*

Voor de traditionele aspecten bij 'IFMA Muaythai' verwijzen wij naar de traditionele aspecten bij 'Muaythai' op pag. ... We geven enkele afwijken hieronder mee:

- Het dragen van een bloemenkrans is NIET toegestaan
- De atleet gaat tussen de touwen door om de ring te betreden ongeacht het geslacht
- De trainer plaatst de mongkol op het hoofd van de atleet (verplicht)

### **Mongkol**

De mongkol draagt men op het hoofd bij de uitvoering van de Wai Kru, hij staat symbool voor geluk en bescherming.



## **Prajied**

De prajied draagt men aan één of beide bovenarmen. Deze zijn toegestaan maar niet verplicht. Ze staan symbool voor bescherming tegen gevaar en blessures.

## **Wai Kru**

De verkorte versie (4-hoeken) voor aanvang van de eerste ronde is **verplicht** tenzij anders gecommuniceerd binnen een toernooicontext.

***WAI** = RESPECT*

***KRU** = TRAINER*

*= Dankbaarheid en respect tonen aan de trainers, gym, trainingspartners en familie die de atleet geholpen hebben in hun weg naar de wedstrijd.*



## 9. Weegmoment & medische controle

Voor aanvang van elke competitie is een officiële weging en medische controle **verplicht** voor alle deelnemende atleten. Beide gebeuren steeds twee uur voor aanvang van het event en neemt maximaal één uur in beslag.

**Bv.** Evenement start om 19.00 uur

dan zal de weging en medische controle tussen 17.00 en 18.00 uur plaatsvinden.

*\*Let op bij dubbele events! Hier kan de weging voor het avondprogramma in sommige gevallen reeds in de ochtend doorgaan.*

### 9.1. Algemene informatie

#### *Documenten op de weging*

Op het weegmoment moet een atleet onderstaande documenten kunnen voorleggen, zonder deze documenten kan er niet ingewogen worden.

#### **Deelnemers uit België of een ander land uitkomend voor een Belgische sportschool**

- Geldige VKBMO/ BKBMO verzekering met boekje
- Identiteitskaart

#### **Deelnemers uit België uitkomend voor een Nederlandse sportschool**

- Geldige VKBMO/ BKBMO verzekering met boekje
- Identiteitskaart
- Keurmerk van de sportschool

#### **Deelnemers uit België uitkomend voor een sportschool uit een ander land (m.u.v. NL)**

- Geldige VKBMO/ BKBMO verzekering met boekje
- Identiteitskaart

#### **Deelnemers uit Nederland uitkomend voor een Nederlandse sportschool**

- Identiteitskaart
- VA nummer
- Keurmerk van de sportschool

#### **Deelnemers uit een ander land uitkomend voor een ander land (m.u.v. NL)**

- Identiteitskaart
- Verzekeringbewijs met boekje uit eigen land is optioneel

## *Verklaring op eer voor buitenlandse deelnemers*

Alle deelnemers uit het buitenland moeten verplicht een verklaring op eer ondertekenen waarin zij verklaren dat zij de laatste 8 weken geen ernstige letsels of een KO opgelopen hebben. Voor NL moeten zij hierop hun VA nummer noteren.

## *Gegevenscontrole*

### **Naam en sportschool**

De naam van de atleet zal gecontroleerd worden alsook de naam van de sportschool. Het is niet toegestaan om voor een andere sportschool (of onder begeleiding van trainers van een andere sportschool) uit te komen dan degene die vermeld staat in je licentie.

Voor het aanvragen van een transfer verwijzen wij u door naar de transferdocumenten op [www.vkbmo.be/downloads](http://www.vkbmo.be/downloads). Bij vragen kan u steeds contact opnemen met onze algemeen manager.

### **Verzekering**

De official zal controleren of de licentie van de atleet nog geldig is. Bij deelnemers uit Nederland zal men ook het VA nummer opvragen en steekproeven uitvoeren op het keurmerk voor sportscholen.

### **Geboortedatum**

De atleet moet minimaal 16 jaar zijn op de dag van het event om te mogen deelnemen in de competitie voor volwassenen. Er kan geen dispensatie aangevraagd worden o.b.v. leeftijd.

### **Gewicht**

De weging gebeurt in ondergoed of lichte kledij zonder sokken. De official controleert tijdens de weging of de teennagels geknipt zijn.

Voor het goedkeuren van het wedstrijdgewicht hanteert de official de vooropgestelde richtlijnen rond maximale gewichtsverschillen en de maximale gewichten bij titelkampen die je kan nalezen op pag. 44. Bij afwijkingen op afspraken (binnen de vooropgestelde richtlijnen) gemaakt tussen trainers en/ of promotors onderling is het aan hen om hierin een akkoord te bereiken.

### *Medische controle*

De coach mag niet aanwezig zijn bij de medische controle (enkel toegestaan bij minderjarigen). Wij raden aan om steeds te werken met een arts vanop de [lijst toezichthoudende artsen](#).

### *Aanwezigheid rulesmeeting*

Wanneer het officialsteam een rulesmeeting organiseert voor aanvang van het event is het verplicht om aanwezig te zijn met minimaal één coach die meerderjarig is.

# Know the rules!



### *Voorweging A-gala*

Een voorweging is enkel (**optioneel**) mogelijk bij een A-gala. Zowel B en A klassers mogen op een voorweging gewogen worden. Voor jeugd, nieuweling en C-klasse is een voorweging verboden. Bij een voorweging is het verplicht om ook meteen de medische controle door een arts te laten uitvoeren. Alle deelnemers moeten op het aanvangsuur aanwezig zijn. Als de laatste atleet aanwezige atleet gewogen is dan eindigt de voorweging. Een voorweging duurt dus **geen volledig uur**.

## 9.2. Gewichtsbepalingen

### Gewichtsverschillen

Atleten uit aangrenzende gewichtscategorieën mogen tegen elkaar geplaatst worden op voorwaarde dat het gewichtsverschil binnen onderstaande voorwaarden valt.

Tot min 72,5 kg	Verschil mag niet meer dan 3,0 kg zijn
Tot min 86 kg	Verschil mag niet meer dan 4,0 kg zijn
Tot min 95 kg	Verschil mag niet meer dan 9,0 kg zijn
Vanaf +95 kg	Geen beperking van toepassing

\*Voor de toepassing van deze regel kijk je altijd naar de lichtste atleet.

### Gewichtscategorieën bij titelgevechten

Wanneer een atleet voor een Vlaamse, Belgische of Benelux titel VKBMO/ BKBMO vecht moet steeds het maximaal toegestane gewicht gerespecteerd worden. Wanneer één van beide atleten te veel weegt mag het titelgevecht doorgaan wanneer er geen overschrijding is van het maximale gewichtsverschil. De atleet die te veel woog krijgt de titel niet bij winst.

Junior flyweight	Min 49,0 kg
Flyweight	Min 51,0 kg
Bantamweight	Min 53,5 kg
Junior featherweight	Min 55,5 kg
Featherweight	Min 57,0 kg
Junior lightweight	Min 59,0 kg
Lightweight	Min 61,0 kg
Junior welterweight	Min 63,5 kg
Welterweight	Min 67,0 kg
Junior middleweight	Min 70,0 kg
Middleweight	Min 72,5 kg
Super middleweight	Min 76,0 kg
Light heavyweight	Min 79,5 kg
Super lighthouseweight	Min 82,5 kg
Junior heavyweight	Min 86,0 kg
Heavyweight	Min 95,0 kg
Super heavyweight	+95 kg

## 10. Toernooien

Bij de organisatie van toernooien moeten volgende regels nageleefd worden.

### Nieuwelingen

Niet toegestaan met uitzondering van de interne organisatie van BKBMO-kampioenschappen.

### C-klasse

Niet toegestaan met uitzondering van de interne organisatie van BKBMO-kampioenschappen. Wel toegestaan wanneer de toernooiwedstrijden verspreid worden over meerdere weken/ maanden met minimaal één week tussen twee wedstrijden.

### B-klasse

Toegestaan, volgende rondetijden zijn van toepassing:

<b>VOORRONDES</b>	3 x 2 minuten	60 seconden rust
<b>FINALE K1</b>	3 x 3 minuten	60 seconden rust
<b>FINALE MT</b>	3 x 3 minuten	60 seconden rust
<b>FINALE FMT</b>	5 x 2 minuten	60 seconden rust

Een extra ronde is mogelijk in de voorrondes.

### A-klasse

Toegestaan, volgende rondetijden zijn van toepassing:

<b>VOORRONDES</b>	3 x 3 minuten	60 seconden rust
<b>FINALE K1</b>	3 x 3 minuten	60 seconden rust
<b>FINALE K1</b>	5 x 3 minuten	90 seconden rust
<b>FINALE MT</b>	3 x 3 minuten	60 seconden rust
<b>FINALE MT</b>	5 x 3 minuten	90 seconden rust
<b>FINALE FMT</b>	5 x 3 minuten	90 seconden rust

Een extra ronde is mogelijk in de voorrondes.

### *Toernooi met als inzet BKBMO-titel*

Alle deelnemers moeten voldoen aan de voorwaarden om te mogen vechten voor een titel. Voor de finalewedstrijd moeten de rondetijden voor een titelkamp gerespecteerd worden.

## 11. Protest aantekenen

Een protest kan uitsluitend ingediend worden d.m.v. het invullen van het **online protest formulier** binnen vijf dagen na datum van de wedstrijd. Volgende richtlijnen moeten hierbij gevolgd worden:

- De wedstrijd moet volledig in beeld aangeleverd worden (goede kwaliteit)
- Het betalingsbewijs voor de behandelingskost voeg je toe bij uw aangetekend schrijven
  - 150 euro voor een reguliere wedstrijd
  - 200 euro voor een titelkamp
  - Wanneer u in uw gelijk gesteld wordt zal dit bedrag terugbetaald worden
- Wedstrijden waarbij de uitslag unaniem was worden niet behandeld
- De uitspraak na de behandeling van het protest is bindend

## 12. Contracten

Contracten tussen de organisator en één of meerdere atleten mogen nooit in strijd zijn met de reglementen van VKBMO/ LFKBMO.

## 13. Supporters

Supporters kunnen een negatieve invloed hebben op de sfeer in de zaal of op het resultaat van uw atleet. Als trainer en atleet zijn jullie de meest aangewezen personen om hen te wijzen op hun verantwoordelijkheden en het belang van sportief gedrag.

### *Verboden handelingen voor supporters*

- Verbaal en/of fysiek agressief gedrag naar eender wie toe (official, arts, organisator, trainers, atleten, supporters, ...)
- Schelden, vloeken en verwensingen gebruiken
- Doelbewust slecht advies geven (aansturen op een verboden handeling)
- Zich wenden tot de juryleden of referee om te protesteren tegen een genomen beslissing.
- De ring betreden op eender welk moment
- Gooien met eender welk voorwerp of vloeistof richting de ring

Bij overtredingen kan de betrokken supporter(s) verwijderd worden uit de zaal zonder recht op een financiële compensatie, de betrokken atleet kan een minuspunt krijgen of zelfs gediskwalificeerd worden.

## 14. Dopingcontrole

Elke vorm van doping is verboden. Een dopingcontroleur kan op eender welk evenement onder auspiciën van VKBMO/ BKBMO aanwezig zijn. Een dopingcontrole kan niet geweigerd worden zonder verregaande gevolgen voor de atleet en de betrokken club zoals een schorsing en geldboetes.

### *Verboden stoffen*

Raadpleeg de lijst van geneesmiddelen en verboden stoffen op [de dopinglijst](#). Ook kan u hier meer informatie terugvinden i.v.m. risico's bij het gebruik van voedingssupplementen.

### *Toestemming wegens therapeutische noodzaak (TTN)*

Vanaf 1 januari 2020 moeten minderjarige sporters ook in Vlaanderen, net zoals elders in de wereld, een TTN hebben om het gebruik van een verboden (dat is een stof op de dopinglijst) stof te kunnen rechtvaardigen. De TTN wordt beoordeeld aan de hand van de internationale standaard.

### *Elitesporters*

Elitesporters zijn verplicht een TTN aan te vragen (zodra hen een verboden stof wordt voorgeschreven). Pas wanneer ze de toestemming ontvangen hebben, mogen ze het geneesmiddel met de verboden stof(fen) gebruiken.

### *Breedtesporters*

Breedtesporters maken een keuze.

#### **Proactief aanvragen**

Je vraagt op voorhand je toestemming aan alvorens het geneesmiddel op doktersvoorschrift te nemen.

- Als je een toestemming hebt gekregen, weet je dat je de verboden stof zonder zorgen mag gebruiken (zolang de toestemming geldt én in de dosis die bij aanvraag opgegeven is).
- Als je geen toestemming hebt gekregen, weet je dat je een (groot) risico loopt om een dopingovertreding te begaan als je ondanks de negatieve beslissing de verboden stof toch gebruikt of blijft gebruiken in combinatie met sporten.



### Retroactief aanvragen

Je vraagt een toestemming aan na een dopingcontrole waarbij je tijdens de controle ALLE recent genomen geneesmiddelen (waaronder het gebruik van puffers, zalven en inspuitingen) hebt gemeld. Deze aanvraag houdt wel meer risico's in dan een proactieve aanvraag. Je riskeert nog steeds een schorsing als je effectief een dopingovertreding bent begaan.

### *E-learning Anti-doping*

Wij raden elke atleet, trainer & betrokken ouder aan om de [onlinecursus ADeL](#) van WADA te volgen om meer inzicht te krijgen binnen dit thema.

### *Tips: hoe omgaan met verboden middelen*

- Spreek steeds met je arts voor de behandeling start en zeg dat je sport (en dus op dopinggebruik gecontroleerd kan worden), vraag om geneesmiddelen voor te schrijven die geen verboden stoffen bevatten.  
 Eén van de criteria die de TTN-commissie aftoetst bij de beoordeling van een TTN-aanvraag is of er al dan niet toegelaten alternatieven bestaan. Is dit het geval, dan zal de TTN-commissie je geen toestemming voor het gebruik van de verboden stof geven.
- Als je een TTN aanvraagt, zorg dat het aanvraagformulier volledig en duidelijk leesbaar is ingevuld, ondertekend door sporter en de behandelende arts. Bezorg het aanvraagformulier samen met een zo gedetailleerd mogelijk bewijs (medische verslagen, waaronder een recent medisch verslag met daarin je huidige toestand en medicatie) dat de diagnose aantoont, per e-mail of per post aan de TTN-commissie van NADO Vlaanderen.
- Laat tijdens een dopingcontrole steeds ALLE recent genomen geneesmiddelen noteren op het dopingcontroleformulier.

### *Doping preventieverantwoordelijke VKBMO*

Heeft u een specifieke vraag of advies nodig, we verwijzen u graag door naar onze dopingpreventieverantwoordelijke:

**Eric Van Vaerenbergh**

**Telefonisch: 0477/68.37.94**

**E-mail: [vkbmo.federatieapi.eric@gmail.com](mailto:vkbmo.federatieapi.eric@gmail.com)**

## 15. Tuchtmaatregelen

VKBMO beschikt over een apart tucht- en orde reglement. Elke deelnemer van een VKBMO-evenement valt onder deze reglementering.

Onder [‘downloads’ op onze website](#) kan u steeds de meest recente versies terugvinden van het intern reglement, algemeen tuchtreglement, tuchtreglement grensoverschrijdend gedrag en het tuchtreglement dopingpraktijken.

# 16. Evenement aanvragen

## *Event aanvraag*

Een event kan maximaal één jaar voor aanvang en ten laatste twee maanden voor aanvang aangevraagd worden via het [aanvraagformulier](#) op onze website. Enkel volledige aanvragen worden behandeld.

Er worden maximaal twee events op dezelfde datum in Vlaanderen goedgekeurd. Wanneer een 'uitzonderlijk' event gepland staat is het vaak niet mogelijk om een event aan te vragen bv. wanneer het Belgisch kampioenschap doorgaat of een officialsmeeting.

Voor meer informatie kan u steeds terecht bij onze sporttechnisch manager.

## **Gegevenscontrole**

Als organisator bent u verantwoordelijk om de gegevens op de beide kalenders [www.vkbmo.be/kalender](http://www.vkbmo.be/kalender) en [www.bkbmo.be/overzicht-events](http://www.bkbmo.be/overzicht-events) na te kijken.

## *Event organisatie*

Voor de organisatie van uw event verwijzen wij naar het VKBMO-stappenplan voor organisatoren m.b.t. alle verplichte voorzieningen, aanvraagprocedures, tips en tools. Deze informatie zal beschikbaar zijn in de loop van 2024.

## *Event matchmaking*

Voor het opmaken van een correcte en evenwichtige matchmaking kan u de richtlijnen nalezen in onze infobundel voor matchmakers. Een blanco sjabloon voor matchmaking kan je hier terugvinden. Dit sjabloon zal beschikbaar zijn in de loop van 2024.

## 17. Weging op dubbele events

Deze info komt in het VKBMO-stappenplan maar nemen we hier voorlopige even mee in afwachting van de definitief afgewerkte versie.

### Dubbel evenement

Het is mogelijk om een 'dubbel' event aan te vragen. Hierbij moet wel rekening gehouden worden met de timing rond het weegmoment. U kiest uit één van onderstaande opties.

#### Twee weegmomenten met éénzelfde weegteam

Je event (weging) begint ten laatste om 10.00 uur en de laatste wedstrijd start voor 00.00 uur.

<input type="checkbox"/>	Weging 1	1 uur	10.00 – 11.00 uur
<input type="checkbox"/>	Buffer	1 uur	
<input type="checkbox"/>	Competitie	5 uur (incl. 20 min. pauze)	12.00 – 17.00 uur
<input type="checkbox"/>	Weging 2	1 uur	17.00 – 18.00 uur
<input type="checkbox"/>	Buffer	1 uur	
<input type="checkbox"/>	Competitie	5 uur (incl. 20 min. pauze)	19.00 – 00.00 uur

#### Twee weegmomenten met een apart weegteam

Je event (weging) begint ten laatste om 11.00 uur en de laatste wedstrijd start voor 00.00 uur.

Aan deze optie is een meerkost verbonden.

<input type="checkbox"/>	Weging 1	1 uur	11.00 – 12.00 uur
<input type="checkbox"/>	Buffer	1 uur	
<input type="checkbox"/>	Competitie	5 uur (incl. 20 min. pauze)	13.00 – 18.00 uur
<input type="checkbox"/>	Weging 2	1 uur	17.00 – 18.00 uur
<input type="checkbox"/>	Buffer	1 uur	
<input type="checkbox"/>	Competitie	5 uur (incl. 20 min. pauze)	19.00 – 00.00 uur

#### Eén weegmoment

Je event (weging) begint ten laatste om 11.00 uur en de laatste wedstrijd start voor 00.00 uur.

Aan deze optie is een meerkost verbonden.

<input type="checkbox"/>	Weging	1,5 uur	11.00 – 12.30 uur
<input type="checkbox"/>	Buffer	1 uur	
<input type="checkbox"/>	Competitie	5 uur (incl. 20 min. pauze)	13.30 – 18.30 uur
<input type="checkbox"/>	Pauze	30 minuten (minimaal)	18.30 – 19.00 uur
<input type="checkbox"/>	Competitie	5 uur (incl. 20 min. pauze)	19.00 – 00.00 uur