

FIRSTMATCH & FIRSTMATCH CLASSIC 競技規則

2026年12月10日改訂版

		ファーストマッチルール	アマフィックルール
試合時間		1分 × 2ラウンド、インターバル30秒、延長なし	1分30秒 × 2ラウンド、インターバル30秒、延長なし
出場資格		高校生以上 (FIRSTMATCH CLASSICの場合は40歳以上) キックボクシング歴満2ヶ月以上 はじめて試合に出場される方にはファーストマッチルールを強くオススメしております。	
勝敗		3ポイント先取による勝利、もしくは試合終了時に多くのポイントを所持していた選手の勝利	5ポイント先取による勝利、もしくは試合終了時に多くのポイントを所持していた選手の勝利
ルール概要	勝敗	全ラウンドを合計してのポイント制による勝敗決定	
	ポイントの基準	「3回連続のクリーンヒットな打撃」、「クリーンヒットなカウンター」、「クリーンヒットなハイキック」、「クリーンヒットな腹部への膝蹴り」のいずれかの場面が見られた場合に1ポイントを与える。	
	試合続行不能となった場合	どちらかが強烈な打撃や打撃によるダメージで試合続行不可能とレフリーが判断した場合は、勝者無しで引き分けとする (打撃の強度を勝敗の基準としない)。	どちらかの選手がポイントを取る過程で強烈な打撃や不慮のアクシデントで試合に復帰不可能となった場合は、原則続行可能な選手を勝者とするものの、最終的な判断はジャッジによって行われる (故意にKOを狙った攻撃と見做された場合は、続行可能な選手を勝者判定しない)。
	その他	一方の選手の頭か肩がもう一方の選手の頭もしくは肩に継続して接している場合は試合を一時中断し、審判の指示に従い速やかにお互いの距離をスタートの地点にリセットする。	
	トーナメントの際の引き分けの場合	ポイント同数による引き分けの場合、延長1分で1ポイント先取した方の勝利。 ※お互い0ポイントで延長を終えた場合は判定決着。	
	有効技	パンチ: ストレート、フック、アッパー、ボディブロー キック: 前蹴り、廻し蹴り、横蹴り、内股への蹴り、頭部と顔面以外へのヒザ蹴り	
選手	反則行為	(1) 相手選手への度重なる抱きつき行為 (クリンチ)、密着する行為 (2) 相手選手の首に、両手および片手を引っ掛けする行為 (首相撲を含む) (3) 相手選手の手足を掴む行為 (4) 射打ち (5) 頭突き (バッティング) (6) 故意による金的攻撃 (ロープロー) (7) 投げ技 (タッカルやサバ折りを含む) (8) 関節技 (9) 咂み付き (10) 倒れた相手選手に対する攻撃、背後からの攻撃 (11) ロープを掴んでの攻撃 (12) 顔面・頭部へのヒザ蹴り (13) 「ブレイク」、「ストップ」後、レフェリーが試合続行を命じる前の攻撃 (14) セコンドや関係者による罵声や暴言、相手選手・相手陣営・自選手・審判・大会関係者に対する敬意を欠いた言動が見受けられた場合は、会場をご退場いただく場合がございます	
	注意・減点	(1) 反則行為を行った場合、レフェリーは減点1で「警告」(イエローカード)とし、減点2で「失格」(レッドカード)とする。 (2) 悪質な反則行為を行った場合、即「失格」(レッドカード)となる場合もある。 (3) 呼び出しへも関わらず試合時間に選手が選ばれた場合は減点1から試合開始。現れなかった場合は「失格」となる場合もある。 (4) 試合用コスチューム不備・防具不備があった場合、不備を解消を解消した上「減点1」(イエローカード)での試合出場、不備が解消されない場合は「失格」になる場合もある。	
	ギブアップ	選手本人による自己申告、並びに相手選手に背を向けた場合は即座に審判が試合を一時停止。試合続行の意思が確認されない場合はギブアップとみなしその場で試合を終了し、相手選手の勝利とする。	
	ヘッドギア		
	膝パッド	各自用意	
	すねパッド		
	マウスピース		
	グローブ	各自用意 (14オンス以上)	
	パンテージ	各自用意 (布製パンテージ、もしくは簡易パンテージによる拳の保護を必ず行うこと)	
	ファールカップ	男性: 着用必須、各自用意 (金属、プラスチック製、サポートータイプ、アブスマントガード可) 女性: 任意の着用としますが、着用を強く推奨します。一般的のフィットネスショップの店頭などでは手に入りにくい場合がございますので、「女性用ファールカップ」「アブスマントガード」などのワードでお探し下さい。	
衣装	トップス	Tシャツ、ラッシュガード、タンクトップのいずれか (半袖・長袖自由)	
	パンツ	ボケットのないもの	
	上下共通	上下ともにダボつきのないサイズ感のもの、装飾品のないもの (スパンコールなどの装飾は相手選手に怪我が及ぶ可能性があるため大変危険です) アクセサリーの類は全て禁止のため試合前に全て外していること	
その他注意事項		会場周辺での迷惑行為 (特にゴミの不法投棄や駐車禁止区域での違法/迷惑駐車) や地域住民の方からのクレームが出た場合、該当する選手並びにセコンド、選手関係者は、場合によって会場への入場を禁止またはご退場いただく場合がございます。予めご了承下さい。	