

アンダージュニアボクシング

演技競技規則

1. 体重区分(小中学生共通)

超軽量級	～40kg 迄
軽量級	～50kg 迄
軽中量級	～59kg 迄
中量級	～71kg まで
重量級	～71kg 超過

2. 健診項目

原則として実戦競技と同様である。但し視力検査と CT 検査は必要としない。

3. 年齢区分

小学1年生以上中学3年生以下の男子又は女子。(小学生の部と中学生の部と分けることも可とする)

※今年度 UJ 規則の変更点

4. 採点法

各演技種目の内、チェックポイントごとに 10 点法で採点。
他に独自の種目を加える事も可とする。

5. 認定

A 級：採点が 81 パーセント以上の選手。

但し、日本連盟主催に於ける演技の場合に限る。

B 級：採点結果が 61 パーセント以上の選手。

但しブロック連盟又は日本連盟主催に於ける演技の場合に限る。

C 級：採点が 41 パーセント以上 60 パーセント以下の選手。

D 級：採点が 21 パーセント以上 40 パーセント以下の選手。

E 級：採点が 20 パーセント以下の選手。

6. 演技種目と採点ポイント

イ 体力

(1)ロープ 2分、1 ないし 2R (10 点)

(2)腹筋 10 ないし 30 回、1 回当たり 2 秒程度 (10 点)

(3)腕立て伏せ 10 ないし 30 回、1 回当たり 2 秒程度 (10 点)

ロ 打撃

(1)前の手のストレート (10 点)

(2)後ろの手のストレート (10 点)

(3)ワン・ツー (10 点)

(4)ワン・ツー・スリー (10 点)

採点ポイント

①スピード、②腰の回転、③肩の重み、④他方の手の防御、⑤ナックルパートで打っているか、⑥打撃後の基本体勢の維持等

ハ シャドウボクシング 自由に2分、1ないし3R

- (1)フットワーク (10点) ①体重移動の適正, ②すり足等
- (2)防御(ガード) (10点) ①防御の構えの保持
- (3)スピード (10点) ①打撃やフットワークの素早さ
- (4)よく考えて動いているか (10点) ①攻撃と防御のコンビネーション等
- (5)全体のバランス (10点) ①移動の円滑, ②移動後の攻撃と防御の体勢のバランス等

ニ 防禦から攻撃

攻撃する人は、選手同志又は審判員若しくは審判員が指定する人も可。
攻撃に際し審判員がグローブでなくミットを用い、ミットで受ける事も可。

- (1)前の手のストレートに対し
 - ① パーリングして前の手のストレートで攻撃 (10点)
 - ② バックステップして2~3発のストレートで攻撃 (10点)
- (2)ワン・ツーに対して
 - ① パーリングして2~3発のストレートで攻撃 (10点)
 - ② バックステップして3~4発のストレートで攻撃 (10点)
- (3)前の手のストレートに対し後ろの手のカウンター (10点)

ホ サンドバック (ミット打ちも可とする)

自由に2分2R, 下記注意点毎に採点する。

途中1R毎に15秒ダッシュを2回入れる。1回目、45秒~1分・2回目、1分45秒~2分

- (1)正しく打っているか (10点) 口の打撃のチェックポイント参照
- (2)強く打っているか (10点) ①身体や肩の重みを加えているか
- (3)よく考えているか (10点) ①コンビネーション ②上下左右の打分け③フットワークとの連動等
- (4)スタミナはあるか (10点) ①手数を出しているか②息切れや身体のブレが無いか