



SUBMISSION

REGLEMENT OFFICIEL JUILLET 2026

**COMMISSION DE
PANCRACE et SUBMISSION**



FÉDÉRATION
MÉMBRE

Siège social : FFKMDA – 38, rue Malmaison 93170 BAGNOLET
Arrêté de délégation ministérielle : NOR SPOV1313107A
SIRET: 507 458 735 00028 - CODE APE : 9312Z
Téléphone : 33 (0)1 43 60 53 95 – Télécopie : 33 (0)1 43 60 04 75
Site : ffkmda.com


**MINISTÈRE
DES SPORTS,
DE LA JEUNESSE
ET DE LA VIE
ASSOCIATIVE**
Liberté
Égalité
Fraternité

SOMMAIRE:

I : REGLES GENERALES

1) Pesée et catégories de poids

- a) La pesée
- b) Catégories d'âges et poids

2) Tenues et protections autorisées

- a) Tenues de combat
- b) Les protections
- c) Les interdits

II : LE CORPS D'ARBITRAGE

1) Composition: 2 juges de table, 1 arbitre central

- a) Les fonctions générales
- b) La tenue du corps arbitral
- c) L'arbitre central
- d) Rôle spécifique de l'arbitre central
- e) Le juge de table
- f) Rôle spécifique du juge de table

2) L'autorité légitime

III: DEROULEMENT DU COMBAT

1) Surface de combat

- a) Norme (tolérée)
- b) La zone de sécurité

2) Les combats

- a) La Durée des combats
- b) Déroulement du combat
- c) Annonce et début de combat

3) Définition des différents types de victoire

- a) Victoire par soumission
- b) Victoire par disqualification
- c) Victoire par abandon
- d) Victoire par forfait
- e) Victoire à la décision



4) Les points techniques

- a) Le calcul des points techniques
- b) Mineurs
- c) Définition de la supériorité technique: hiérarchie des positions

5) Les soumissions & Cas particulier

6) Techniques et comportements illégaux

- a) Liste

7) Infractions techniques

- a) Les passivités: Définition
- b) En cas de passivité
- c) Types d'attitudes passives
- d) Contestation de l'arbitrage, du juge de table, mauvaise attitude du coach

8) Autres infractions

- a) Type d'infractions

– IV: ASPECT MEDICAL

1) Le service médical

2) Interruption du match

3) Temps pour blessure ou saignement

- V - COMPETITIONS ET CHAMPIONNATS

- 1) - Compétitions
- 2) - Equipement pour les compétitions
- 3) - Tirage au sort
- 4) - Calendrier des compétitions FFKMDA
- 5) - CHAMPIONNATS OFFICIELS ET COUPES
- 6) - Championnats et coupe, niveau France
- 7) - Championnats et coupe, niveau Régional
- 8) - Buvette
- 9) - La nationalité d'un combattant



FÉDÉRATION
M É M B R E

Siège social : FFKMDA – 38, rue Malmaison 93170 BAGNOLET
Arrêté de délégation ministérielle : NOR SPOV1313107A
SIRET: 507 458 735 00028 - CODE APE : 9312Z
Téléphone : 33 (0)1 43 60 53 95 – Télécopie : 33 (0)1 43 60 04 75
Site : ffkmda.com



– I : REGLES GENERALES

Pour participer à la compétition, tous les combattants doivent être en capacité de fournir un passeport sportif rempli et à jour, un document précisant leur identité et les documents médicaux exigés en fonction de la catégorie d'âge.

En catégorie Seniors, tout titulaire d'une licence FFKMDA Seniors (classe B, classe A ou Pro) peut participer à la compétition de Submission (catégorie unique).

1) Pesée et catégories de poids

a) La pesée:

La pesée s'effectue le matin de la compétition dans un espace dédié à cet effet.

L'accès est limité aux compétiteurs, entraîneurs, arbitres, personnel médical et personnel de pesée.

La pesée peut s'effectuer en sous vêtement ou en short de compétition et le combattant dispose de tout le temps qui est imparti à la pesée pour être au poids.

b) Catégorie d'âges et poids:

Il est nécessaire de préciser que les combats seront effectués par catégories de poids et par surface.

La catégorie d'âge est déterminée par l'année de naissance Le calcul se fait le 1^{er} septembre de l'année sportive en cours							
Pré - Poussins 6/7 ANS	Poussins 8/ 9 ANS	Benjamins 10/11 ANS	Minimes 12/13 ANS	Cadets 14/15 ANS	Juniors 16/17 ANS	Séniors 18/ 40 ANS	Vétérans +41 ANS
-15 KGS	-15 KGS	- 20 KGS	- 26 KGS	- 30 KGS	- 40 KGS	- 56 KGS	- 56 KGS
- 20 KGS	- 20 KGS	- 23 KGS	- 30 KGS	- 35 KGS	- 45 KGS	- 61 KGS	- 61 KGS
- 23 KGS	- 23 KGS	- 26 KGS	- 35 KGS	- 40 KGS	- 50 KGS	- 65 KGS	- 65 KGS
- 26 KGS	- 26 KGS	- 30 KGS	- 40 KGS	- 45 KGS	- 55 KGS	- 70 KGS	- 70 KGS
- 30 KGS	- 30 KGS	- 35 KGS	- 45 KGS	- 50 KGS	- 60 KGS	- 77 KGS	- 77 KGS
- 35 KGS	- 35 KGS	- 40 KGS	- 50 KGS	- 55 KGS	- 65 KGS	- 84 KGS	- 84 KGS
- 40 KGS	- 40 KGS	- 45 KGS	- 55 KGS	- 60 KGS	- 70 KGS	- 93 KGS	- 93 KGS
- 45 KGS	- 45 KGS	- 50 KGS	- 60 KGS	- 65 KGS	- 77 KGS	- 120 KGS	- 120 KGS
- 50 KGS	- 50 KGS	- 55 KGS	- 65 KGS	- 70 KGS	- 84 KGS	+ 120 KGS	+ 120 KGS
+ 50 KGS	- 55 KGS	- 60 KGS	- 70 KGS	- 77 KGS	- 93 KGS		
	- 60 KGS	- 65 KGS	- 77 KGS	- 84 KGS	- 120 KGS		
	- 65 KGS	- 70 KGS	- 84 KGS	- 93 KGS	+120 KGS		
	+ 65 KGS	+ 70 KGS	+ 84 KGS	+ 93 KGS			

2) Tenues et protections autorisées

a) Tenues de combat



Tous les combattants doivent se présenter sur la surface de combat, revêtus d'un Rash Gard à manches courtes et/ou longues, un short de Pancrace.

Les shorts ne doivent pas être trop larges ni trop moulants. Il faut un Short de combat type bermuda. Haut : Rashguard lycra, manches longues ou courtes. Pas de T-shirt, pas de débardeur. Les cyclistes ou leggings courts ou longs seront permis en dessous du short de Pancrace. Les combattants peuvent se présenter sur la surface de combat avec des chaussures de lutte.

Le premier appelé portera à la cheville ou au bras un poignet de couleur rouge et le second à couleur bleue. À noter que les tenues de combats ne doivent avoir ni poche, ni partie métallique, ni fermeture éclair, ni cordon qui dépasse, ni bouton et ni bouton poussoir. Si un athlète se présente sur l'aire de combat avec une tenue non conforme au règlement il aura deux minutes pour changer son équipement, sous peine d'être déclaré forfait.

b) Les protections

Les protections qui seront autorisées sont les suivantes:

- ⇒ Les chevillières simples et souples et sans renfort
- ⇒ Les genouillères
- ⇒ Les coudières
- ⇒ La coquille
- ⇒ Le protège dents
- ⇒ Le protège oreilles
- ⇒ Les protèges poignets
- ⇒ Les chaussures de lutte

Tous ces éléments sont autorisés à condition qu'il n'y ait pas de partie solide ou métallique qui les compose. La coquille est une protection et ne doit en aucun cas être utilisée pour blesser l'adversaire volontairement, sous peine de recevoir une pénalité, voire même entraîner une disqualification.

Les combattants ne sont pas autorisés à porter des bandages sur les poignets, les bras ou les chevilles.

c) Les interdits

Pour des raisons de sécurité évidentes et des notions élémentaires d'hygiène, les combattants devront se présenter sur la surface de combat sans aucun bijou de quelque matière, solide ou molle comme les bracelets en cordelette par exemple ou autre fantaisie, ainsi que les piercings.

Le port des lunettes même de type sportive est interdit.



Siège social : FFKMDA – 38, rue Malmaison 93170 BAGNOLET
Arrêté de délégation ministérielle : NOR SPOV1313107A
SIRET: 507 458 735 00028 - CODE APE : 9312Z
Téléphone : 33 (0)1 43 60 53 95 – Télécopie : 33 (0)1 43 60 04 75
Site : www.ffkmda.fr



Les combattants ayant les cheveux longs seront dans l'obligation de les attacher.
Les combattants devront avoir les ongles coupés courts, sans bords tranchants.

Aucune substance huileuse ou crème chauffante ne devra être utilisée à l'appel des combattants.

Les combattants ne doivent pas être transpirants lorsqu'ils entrent sur la surface de combat, ni au début d'une éventuelle prolongation.

L'arbitre peut demander à un combattant de s'essuyer à tout moment durant le combat. Dans un souci de santé, de sécurité, d'hygiène et d'environnement sain pour les athlètes, ces règles devront être strictement observées.

Dans le cas contraire, le combattant disposera de 2 minutes pour améliorer son apparence, sans quoi il perdra le combat par forfait.

Les combattants blessés ne sont pas autorisés à combattre.

Pour les participants le port de couvre-chef est proscriit dans et autour de l'enceinte (combattant et coachs).

– II : LE CORPS ARBITRAL

1) Composition: 2 juges de table, 1 arbitre central

a) Les fonctions générales

Tous les combats sont arbitrés par un arbitre central et 2 juges de table.

Lors des finales, deux arbitres de coin peuvent être ajoutés à l'équipe d'arbitrage.

Le corps arbitral doit veiller à respecter et à faire respecter le présent règlement.

Sa mission est de faire débiter et interrompre les combats, attribuer les points et imposer des pénalités afin de déterminer le vainqueur et le perdant de façon légitime.

Pour se faire, le corps arbitral peut se consulter et doit utiliser un vocabulaire compréhensible de tous : les combattants, les coachs et le public.

Les points doivent être annoncés par un signe de la main aux juges de table, ainsi que les avertissements ou pénalités.

b) La tenue du corps arbitral

⇒ L'arbitre central et les juges de table doivent être vêtus d'un pantalon ou jogging noir et d'un polo ou t-shirt de couleur noire également

⇒ L'arbitre central peut être en chaussettes noires ou équipé de basket noires propres sur la surface de combat

⇒ L'arbitre central doit porter des brassards rouge et bleu afin d'identifier les 2 adversaires

c) L'arbitre central

L'arbitre central est responsable de la bonne conduite du match. Il doit obtenir le respect des compétiteurs et exercer sa pleine autorité sur eux afin qu'ils obéissent immédiatement à ses ordres et instructions.



Siège social : FFKMDA – 38, rue Malmaison 93170 BAGNOLET

Arrêté de délégation ministérielle : NOR SPOV1313107A

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

Téléphone : 33 (0)1 43 60 53 95 – Télécopie : 33 (0)1 43 60 04 75

Site : www.ffkmda.fr



Après l'exécution d'une prise (si elle est valide et si elle a été exécutée dans les limites de la zone de compétition), il indique avec ses doigts le point correspondant à la valeur de la technique en élevant le poignet correspondant à la couleur du coin du combattant qui a marqué (rouge ou bleu).

L'arbitre central a pleine autorité pour arrêter le match s'il estime qu'un athlète est en danger imminent (blessure grave ou évanouissement suite à un étranglement), même si cet athlète n'abandonne pas. L'intégrité physique et morale des athlètes prévaudra en tout temps.

d) Rôle spécifique de l'arbitre central

- ⇒ Il invite les athlètes appelés à combattre à monter sur le tapis.
- ⇒ Il inspecte les combattants afin de vérifier que la tenue de combat est conforme au règlement.
- ⇒ Il inspecte la peau des athlètes (substance grasse ou chauffante)
- ⇒ Il fait saluer les combattants
- ⇒ Il donne le départ du combat
- ⇒ Il veille au bon déroulement du combat en faisant appliquer le règlement.
- ⇒ Il ne reste pas trop près des athlètes lors des phases de combat debout
- ⇒ Il se rapproche et veille à avoir une bonne visibilité lorsque le combat est au sol
- ⇒ Il se déplace durant le combat
- ⇒ Il ne gêne pas la vue du juge de table
- ⇒ Il ne tourne pas le dos aux athlètes
- ⇒ Il stimule les athlètes s'ils sont passifs
- ⇒ Il est toujours prêt à interrompre le combat lorsqu'il y a un risque de blessure
- ⇒ Il se tient prêt à siffler et interrompre le combat lorsqu'il y a une tentative de soumission
- ⇒ Lorsque le combat est terminé il replace les combattants au centre du tapis.
- ⇒ Il les fait saluer
- ⇒ Il s'assure que les deux athlètes restent sur le tapis jusqu'à la déclaration du vainqueur
- ⇒ Il donne la décision
- ⇒ Il veille à ce que les athlètes aillent saluer le coach de l'équipe adverse

e) Le juge de table

Le juge de table doit suivre le cours du match de très près sans se laisser distraire de quelque façon que ce soit. Après chaque action et sur la base des indications de l'arbitre central, il doit écrire les points correspondants sur la feuille de pointage et veiller à ce que les points soient inscrits sur le tableau de score.



Siège social : FFKMDA – 38, rue Malmaison 93170 BAGNOLET
Arrêté de délégation ministérielle : NOR SPOV1313107A
SIRET: 507 458 735 00028 - CODE APE : 9312Z
Téléphone : 33 (0)1 43 60 53 95 – Télécopie : 33 (0)1 43 60 04 75
Site : www.ffkmda.fr



f) Rôle spécifique du juge de table:

- ⇒ Contribuer au maintien de l'affichage des points et en temps voulu.
- ⇒ Informer l'arbitre central de points techniques, infractions, ou de soumissions qu'il n'aurait pas vus.
- ⇒ Confirmer le vainqueur à l'arbitre central
- ⇒ Chronométrer.

2) **L'autorité légitime**

Les arbitres centraux et les juges de tables sont des officiels diplômés en Pancrace de la FFKMDA.

De par leur formation et leur qualification, les arbitres sont les seuls juges ultimes du combat.

Toutes les décisions prises par le corps arbitral après consultation et délibération, sont irrévocables.

Toutes les tentatives ayant pour but de perturber ou d'interférer dans la décision feront l'objet de sanction immédiate.

– III: DEROULEMENT DU COMBAT

1) Surface de combat

a) Aire

L'aire de combat se divise en deux zones. Une zone centrale carrée et une zone de danger qui doit être représentée par une bande de couleur différente, d'une largeur de 1 m autour de la zone centrale. L'aire de combat réglementaire est de minimum 6 m x 6 m (enfants), de 8 m x 8 m jusqu'à maximum 10 m x 10 m pour les adultes.

b) La zone de sécurité

La zone de sécurité est située autour de l'aire de combat. Pour les compétitions, une bande de cinquante centimètres de large au minimum doit être laissée libre tout autour de l'aire de combat (à l'extérieur de la zone de danger).

2 les combats

a) La Durée des combats

5 minutes (seniors), 4 minutes (vétérans, juniors), 3 minutes (cadets et plus jeunes).

b) Annonce et début de combat

Les combattants sont appelés trois fois avec un intervalle d'au moins 30 secondes de temps entre chaque appel. Si après le troisième appel le combattant ne s'est pas présenté au bord du tapis, il sera disqualifié. À noter que les athlètes sont appelés à se présenter sur leur aire lors du combat précédent.



Siège social : FFKMDA – 38, rue Malmaison 93170 BAGNOLET
Arrêté de délégation ministérielle : NOR SPOV1313107A
SIRET: 507 458 735 00028 - CODE APE : 9312Z
Téléphone : 33 (0)1 43 60 53 95 – Télécopie : 33 (0)1 43 60 04 75
Site : www.ffkmda.fr



Lorsque son nom a été appelé, un combattant doit se tenir dans le coin correspondant à sa couleur assignée et attendre l'appel de l'arbitre central pour le rejoindre sur l'aire de combat. L'arbitre central doit inspecter leur tenue de combat et donne deux minutes pour la changer au cas où la tenue de combat n'est pas conforme au présent règlement.

Dans le cas où un athlète ne revient pas au tapis avec une tenue de combat satisfaisante au bout de 2 minutes, il perd le match par forfait. L'arbitre central doit également inspecter les combattants et s'assurer que leur peau n'est pas couverte par une substance grasse ou collante, chauffante ou de sueur. Lorsque l'arbitre central a terminé son inspection, les deux athlètes se serrent la main et entament le combat au signal de l'arbitre.

⇒ Le premier athlète appelé est le combattant rouge, le second est le combattant bleu

c) Déroulement du combat

L'athlète et le coach sont les seuls à pouvoir monter sur la surface de combat. Ils attendent au coin correspondant à la couleur qui leur a été assignée.

⇒ Le combat commence debout

⇒ En cas de sortie de la surface de combat, les athlètes sont replacés au centre du tapis, dans la même position si la position est définie (Exemple : garde fermée, demi-garde, montée, etc.). Dans le cas où la position ne serait pas définie, le combat reprend debout, au centre du tapis

⇒ Chacune des techniques permettant de marquer des points doit impérativement être stabilisée pendant au moins 3 secondes

⇒ Le comptage des points est progressif. Pour pouvoir marquer des points ayant déjà été scorés, il faut d'abord repasser par une position neutre (garde fermée, ouverte, assise etc. ou debout)

Exemple: Il est possible de marquer des points du passage de garde à la position de montée, mais pas le contraire..

3) Définition des différents types de victoire

a) Victoire par soumission:

⇒ Lorsqu'un athlète abandonne le combat en tapant clairement par terre, sur son adversaire, ou sur lui-même (deux tapes minimum)

⇒ Lorsqu'un athlète abandonne le combat en tapant par terre avec son pied, lorsqu'il lui est impossible de le faire avec ses mains

⇒ Lorsqu'un athlète abandonne en le disant verbalement

⇒ Lorsqu'un athlète pousse un cri alors qu'il est pris dans une tentative de soumission

⇒ Lorsqu'un athlète perd connaissance suite à une technique d'étranglement

b) Victoire par disqualification:



Siège social : FFKMDA – 38, rue Malmaison 93170 BAGNOLET
Arrêté de délégation ministérielle : NOR SPOV1313107A
SIRET: 507 458 735 00028 - CODE APE : 9312Z
Téléphone : 33 (0)1 43 60 53 95 – Télécopie : 33 (0)1 43 60 04 75
Site : www.ffkmda.fr



⇒ Lorsqu'un athlète n'est plus apte à continuer le combat suite à une technique illégale de la part de son adversaire, après consultation du médecin sur place et constatation d'une réelle blessure.

⇒ Lorsqu'un athlète obtient sa 3ème pénalité dans le même combat.

c) Victoire par abandon:

⇒ Lorsque le combat a commencé et qu'un athlète se blesse accidentellement ou suite à une technique d'attaque régulière, qu'on interrompt le combat pour faire intervenir le médecin et que le temps de soins dispensés par le médecin de la compétition excède le temps maximum prévu en cas de blessure, c'est-à-dire 2 minutes. Exemple : saignement, crampe etc.

d) Victoire par forfait:

⇒ Lorsqu'un athlète n'est pas en mesure de commencer un combat, il doit pouvoir justifier de son incapacité à combattre par un certificat médical délivré par le médecin de la compétition

⇒ Lorsqu'un athlète n'est pas en mesure de modifier une tenue non réglementaire dans les 2 minutes qui lui sont accordées.

e) Victoire à la décision:

⇒ Lorsque le combat arrive à la fin du temps réglementaire, l'athlète qui a marqué le plus de points gagne le combat

⇒ Si les deux athlètes ont le même nombre de points, l'athlète qui a obtenu le plus d'avantages gagne le combat

⇒ Si les deux athlètes ont exactement le même score et le même nombre d'avantages, celui qui aura le moins de pénalités gagne le combat

⇒ Si les deux athlètes ont une égalité parfaite (points, avantages, pénalités), l'arbitre aura le devoir de trancher et de choisir un vainqueur selon certains critères (agressivité, tentatives d'attaques qui auraient pu donner des avantages ou des points mais qui ont échouées etc.). Le perdant à la décision obtient 1 point de classement dans le cas où son score n'est pas nul à la fin du match

⇒ Si une position de contrôle est maintenue 20 secondes, l'athlète gagne le combat (pour les catégories enfants moins de 14 ans)

⇒ S'il n'y a pas eu de retour à une position neutre, elle ne peut être comptée deux fois

4) Les points techniques

a) Calcul Points techniques

⇒ L'amené au sol = **2 points**

⇒ Passage de garde = **3 points**

⇒ Le renversement = **2 points**

⇒ Le contrôle latéral = **2 points**



Siège social : FFKMDA – 38, rue Malmaison 93170 BAGNOLET

Arrêté de délégation ministérielle : NOR SPOV1313107A

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

Téléphone : 33 (0)1 43 60 53 95 – Télécopie : 33 (0)1 43 60 04 75

Site : www.ffkmda.fr



⇒ Le genou sur l'abdomen = **2 points**

⇒ La position montée = **4 points**

⇒ La prise de dos = **4 points**

A partir du moment où il y a un contact entre les 2 opposants, les athlètes peuvent tirer pour la garde, demi-garde, jump-guard, etc. sans être pénalisés de 2 points d'amenée au sol.

L'amenée au sol :

L'amenée au sol est comptabilisée lorsque le combat va au sol suite à une tentative d'attaque (attaque franche réussie, ou contre-attaque de la part de l'adversaire). Particularité : la saisie d'une partie de la jambe lorsqu'un athlète effectue un jump-guard est considérée comme une amenée au sol et donne

2 points à son adversaire. !

L'amené au sol permet de marquer 2 points en ayant contrôlé son adversaire au sol pendant **3 secondes minimum**. Lorsqu'un athlète a tenté une amenée au sol et que cette attaque a échoué en ayant entraîné une réelle mise en danger de son adversaire (ex: l'adversaire qui été déséquilibré au point de poser une main au sol), cela permet de marquer un avantage.

Le passage de garde: En Pancrace Submission, les jambes du combattant constituent sa défense, sa garde.

Dans les situations de domination sur le dos, elles lui permettent de repousser, renverser ou soumettre son adversaire.

En revanche si l'athlète qui est au-dessus, face à la garde, réussit à passer celle-ci : il se retrouve en position très avantageuse pour la réalisation d'une technique de soumission. ! L'action de « passer la garde » **permet de marquer 3 points** en ayant été contrôlée pendant 3 secondes minimum avec un contrôle latéral. Après avoir passé la garde, **le contrôle latéral** peut se faire de plusieurs manières différentes : contrôle en croix, contrôle bras/tête, contrôle nord/sud etc.

Le genou sur abdomen:

Contrôle de son adversaire par contrôle latéral avec un genou sur l'abdomen/plexus et un pied au sol. Cette position **permet de marquer 2 points** en ayant été contrôlée pendant 3 secondes minimum. Lorsqu'un athlète contrôle son adversaire en contrôle latéral avec un genou sur l'abdomen/plexus et un genou au sol, cela permet de marquer un avantage seulement.

La position montée:

Lorsque l'athlète contrôle son adversaire en étant assis sur son abdomen/torse, les deux genoux au sol entre les aisselles et les hanches ou un genou au sol et un pied au sol. Cette position est valide aussi lorsque l'adversaire dominé est sur le côté ou à plat ventre ou si l'adversaire a un bras bloqué sous la montée. Cette position



Siège social : FFKMDA – 38, rue Malmaison 93170 BAGNOLET

Arrêté de délégation ministérielle : NOR SPOV1313107A

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

Téléphone : 33 (0)1 43 60 53 95 – Télécopie : 33 (0)1 43 60 04 75

Site : www.ffkmda.fr



permet de marquer 4 points en ayant été contrôlée pendant 3 secondes minimum. Si les deux bras de l'adversaire dominé sont bloqués sous la montée, alors cette position permet de marquer un avantage seulement.

La prise de dos:

Lorsqu'un athlète contrôle son adversaire par le dos, avec le contact torse/dos, et les deux crochets à l'intérieur. La prise de dos avec un bras emprisonné par un crochet est valide. La prise de dos **permet de marquer 4 points** en ayant été contrôlée pendant 3 secondes minimum. La prise de dos avec les deux bras pris dans les crochets ne permet de marquer qu'un avantage seulement. La prise de dos avec les deux pieds croisés ne permet de marquer qu'un avantage seulement. La prise de dos en «triangle de dos » ne permet de marquer qu'un avantage seulement.

Le renversement :

Lorsqu'un athlète dominé, en garde ou en demi-garde, renverse son adversaire et se retrouve au-dessus.

Le renversement permet de marquer 2 points en ayant été contrôlé pendant 3 secondes.

b) Mineurs

Pour les catégories jusqu'à juniors, les règles sont les mêmes que celles des adultes, excepté que les techniques de soumission sont interdites pour les catégories poussins, benjamins et minimes.

Pour ces tranches d'âge le Pancrace Submission reste une discipline éducative, basée sur les formes de corps, et les contrôles de position.

Pour les catégories Cadets, sont autorisés:

- Toutes les clés de bras en extension
- Étranglement arrière
- Triangle
- Clé d'épaule (Kimura, Americana, omoplata)
- Clé de cheville dans l'axe

Pour les catégories Juniors:

Les règles sont les mêmes que celles des adultes.

Pour les juniors, l'arbitre peut arrêter le combat lorsque la technique de soumission est engagée.

c) Définition de la supériorité technique : hiérarchie des positions



Siège social : FFKMDA – 38, rue Malmaison 93170 BAGNOLET
Arrêté de délégation ministérielle : NOR SPOV1313107A
SIRET: 507 458 735 00028 - CODE APE : 9312Z
Téléphone : 33 (0)1 43 60 53 95 – Télécopie : 33 (0)1 43 60 04 75
Site : www.ffkmda.fr



Lorsqu'à la fin du combat, les 2 combattants sont à égalité de points, celui qui aura marqué des contrôles avec un nombre plus important de points sera déclaré vainqueur.

Ex: 1^{er} combattant: 2 amenées au sol = 2 X 2 points = 4 points

2^{eme} combattant: 1 position montée = 4 points

Le vainqueur dans cet exemple est le 2^{eme} combattant.

La supériorité technique, à savoir la hiérarchie des positions de contrôle se vérifie pleinement.

Toutefois, en cas d'égalité parfaite, même avec la règle de supériorité technique, une prolongations « mort subite » aura lieu, sans limite de temps.

5) Les soumissions & Cas particulier

Sont autorisés :

- ⇒ Tous les étranglements
- ⇒ Toutes les clés articulaires du haut du corps: poignets, bras, épaules
- ⇒ Toutes les clés de jambe, toutes les clés de chevilles dans l'axe
- ⇒ Toutes les compressions musculaires

Cas particulier:

Seules les soumissions à l'intérieur de la surface de combat seront validées.

Dans le cas où les 2 combattants se retrouvent à l'extérieur de la surface après une tentative de soumission, la reprise du combat s'effectuera dans la position de contrôle avant la soumission si les points ont été marqués.

6) Techniques et comportements illégaux

Certaines techniques ou actions sont susceptibles de porter atteinte à l'intégrité physique ou morale de l'adversaire. Ces techniques entraînent directement une

pénalité. Toutefois, lorsque cette technique illégale a pour conséquence l'arrêt du combat pour cause de blessure de son adversaire, l'athlète auteur de la technique illégale est disqualifié. Pour éviter des abus de simulation de blessure causée par une technique illégale, dans le but de gagner un combat par disqualification de son adversaire, lors d'une blessure nous faisons intervenir le médecin de la compétition systématiquement, celui-ci constate si la blessure est réelle, dans le cas contraire l'athlète qui aura simulé la blessure se verra attribuer une pénalité et son adversaire gagnera 1 point. Une pénalité donne à l'adversaire 1 point. Une deuxième pénalité donne 1 point à nouveau. La troisième pénalité entraîne la disqualification de l'athlète. A noter que toute technique illégale exécutée pour empêcher une tentative de soumission entraîne une disqualification immédiate.

Exemple : Slam sur une tentative de triangle.

a) Liste :



Siège social : FFKMDA – 38, rue Malmaison 93170 BAGNOLET

Arrêté de délégation ministérielle : NOR SPOV1313107A

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

Téléphone : 33 (0)1 43 60 53 95 – Télécopie : 33 (0)1 43 60 04 75

Site : www.ffkmda.fr

- ⇒ Rupture intentionnelle d'une articulation ou un os, sans laisser à son adversaire le temps d'abandonner. Une soumission doit être verrouillée, contrôlée et actionnée de manière progressive
- ⇒ Toute percussion : coups de poings, coups de pieds, coups de genoux, etc.
 - ⇒ Mordre, tirer les cheveux, doigts dans les orifices et les parties molles
 - ⇒ Les projections de son adversaire sur la tête ou sur sa nuque
 - ⇒ Slam
 - ⇒ Se jeter sur le dos, alors que l'adversaire est dans son dos
 - ⇒ Combinaison de clés et de projections
 - ⇒ Étranglements avec les doigts seulement
 - ⇒ Torsion du coude
 - ⇒ Torsion des cervicales et de la colonne vertébrale
 - ⇒ Clé de nuque désaxée
 - ⇒ Extension de colonne vertébrale
 - ⇒ Utiliser la coquille pour blesser son adversaire
 - ⇒ Clés de petites articulations : clé de pouce, clé de doigts, etc.
 - ⇒ Tenir moins de 4 doigts ou 4 orteils
 - ⇒ Main ou pied sur le visage
 - ⇒ Agripper la tenue
 - ⇒ Enduire sa peau de crème hydratante, chauffante, ou toute autre substance
 - ⇒ Ciseaux aux jambes (projection)
 - ⇒ Simuler une blessure
 - ⇒ Insultes à l'égard de quiconque, présent dans la compétition
 - ⇒ Conduite agressive à l'égard du corps arbitral

7) Infractions techniques

a) Les passivités:

Est considérée comme passivité toute action empêchant la progression du combat.
Exemple : Bloquer le combat de manière évidente en ceinturant son adversaire, prendre son temps pour se replacer au centre lorsque l'arbitre en donne l'instruction, fuir son adversaire, etc.

b) En cas de passivité

- ⇒ L'arbitre stimule l'athlète passif en lui disant « Action rouge/bleu » selon la couleur de son coin.
 - ⇒ Si le combattant persiste à être passif, il reçoit un avertissement verbal
 - ⇒ S'il continue à être passif, il reçoit une pénalité, et ainsi de suite
- Lors du même match, la première passivité d'un athlète est un avertissement verbal et inscrit sur la feuille de match. La deuxième passivité est une pénalité inscrite sur la feuille de match ainsi que sur le tableau de score et elle donne 1 point à l'adversaire. La troisième passivité est une pénalité inscrite sur la feuille de match et elle donne un



deuxième point a l'adversaire. Enfin la quatrième passivité est inscrite sur la feuille de match et elle entraîne la disqualification de l'athlète passif.

Avertissement > 1ère pénalité = 1 point > 2ème pénalité = 1 point > 3ème pénalité = Disqualification
Remarque : Le délai entre deux avertissements de l'arbitre, verbaux ou pénalisés dépend des circonstances en cause.

Exemple : Un athlète qui bloque de manière claire et franche le combat en ceinturant son adversaire, peut se voir attribuer une pénalité plus rapidement que l'athlète qui prend du temps pour passer la garde, ou qui fait semblant de travailler pour passer la garde. A noter que la fuite du tapis d'un athlète, lorsque son adversaire exécute une tentative de soumission, entraîne la disqualification immédiate.

c) Types d'attitudes passives

- ⇒ Tenter de neutraliser ou d'empêcher une action
- ⇒ Retarder l'action en communiquant avec l'entraîneur
- ⇒ Quitter la surface de combat sans permission
- ⇒ Ne pas essayer d'améliorer sa position ou d'initier une action
- ⇒ Rester dans une position de contrôle plus de 30 secondes sans proposer une soumission ou améliorer sa position
- ⇒ Fuir le combat constamment

d) contestation de l'arbitrage, du juge de table, mauvaise attitude du coach

Toutes contestations du combattant ou coach envers le corps arbitral seront sanctionnées d'un avertissement verbal. Si ces contestations persistent, l'attribution d'1 point de pénalité sanctionnera le combattant/ le coach qui conteste. L'attitude du coach et du combattant doivent être exemplaires à l'égard du corps arbitral, ceci dans un souci d'éthique, de respect et d'exemple.

Si un athlète, un entraîneur ou un spectateur va au-delà ce qui est acceptable dans ses paroles, des gestes ou des actions, il est de la responsabilité des arbitres centraux de sanctionner ce comportement. Une fois que les arbitres centraux ont déclaré la violation de comportement, ils délivrent 1 point de pénalité au combattant comme un avertissement avant d'être éjecté. Si la violation continue, l'individu en faute sera éjecté de la compétition.

Exemples de violations de conduite :

- ⇒ Contester le résultat du match de manière agressive ou bruyante
- ⇒ Injurier pendant le match
- ⇒ Être agressif envers les arbitres
- ⇒ Menacer les arbitres
- ⇒ Entrer en contact physique avec les arbitres
- ⇒ Lancer des objets



Siège social : FFKMDA – 38, rue Malmaison 93170 BAGNOLET
Arrêté de délégation ministérielle : NOR SPOV1313107A
SIRET: 507 458 735 00028 - CODE APE : 9312Z
Téléphone : 33 (0)1 43 60 53 95 – Télécopie : 33 (0)1 43 60 04 75
Site : www.ffkmda.fr



⇒ Interrompre le match

⇒ Reprendre avant le signal de l'arbitre

⇒ Refuser de rester sur le tapis pour la déclaration du gagnant

8) Autres infractions

Toutes les infractions tombent sous l'autorité du corps arbitral. Si les actions de l'un des 2 combattants violent le code de l'éthique et de la sportivité, l'arbitre peut décider de les disqualifier du combat ou de la compétition.

La 1^{ère} infraction donne 1 point à l'adversaire, la 2^{ème} donne 1 autre point à l'adversaire et le 3^{ème} conduit à la disqualification du combattant en tort.

Si un combattant se blesse à la suite d'une prise illégale et ne peut continuer le combat, le combattant ayant causé la blessure perd le combat.

a) Types d'infractions:

⇒ Fuir du combat

⇒ Sortir de la surface du combat volontairement = 1 point à l'adversaire

⇒ Sortir de la surface du combat alors que le combattant est en position de soumission conduit à la disqualification du combattant sorti volontairement.

⇒ Simulation de projection (jump garde, arm drag demi garde) = 1 point à l'adversaire

⇒ Simulation de blessure = 1 point à l'adversaire

– IV: ASPECT MEDICAL

1) Le service médical

Toute compétition de **PANCRACE** organisée sous l'égide de la FFKMDA doit voir la présence constante d'un Médecin et d'un dispositif de protection et de secours (DPS).

Le Médecin sera placé à la table des officiels. Dans tous les cas, la décision du Médecin est souveraine.

Les conditions d'exercice du médecin de la compétition sont définies dans le règlement médical fédéral.

2) Interruption du match

Si pour une raison technique, le combat doit être interrompu (consultation du juge de table, etc.), les deux combattants sont debouts ou assis sur l'aire de combat face aux juges de table, sans parler à personne ni s'hydrater. Si pour une raison médicale, le combat est interrompu, le médecin décide souverainement de la reprise ou non du combat.

3) Temps pour blessure ou saignement

L'arbitre doit arrêter le match et demander un temps de blessure si un combattant est temporairement blessé en raison d'un coup accidentel (doigt dans l'œil, choc de tête collision, etc.). Le temps de blessure/saignement par match ne peut pas dépasser 2 minutes par athlète. Si l'arbitre estime que le combattant simule une blessure pour éviter le combat, il peut déclarer une disqualification. De même, si une blessure



Siège social : FFKMDA – 38, rue Malmaison 93170 BAGNOLET

Arrêté de délégation ministérielle : NOR SPOV1313107A

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

Téléphone : 33 (0)1 43 60 53 95 – Télécopie : 33 (0)1 43 60 04 75

Site : www.ffkmda.fr



survient à la suite d'un coup illégal volontaire, l'arbitre doit disqualifier le combattant en faute.

Dans le cas de saignement d'un athlète, l'arbitre arrête le match et fait intervenir le médecin. Il est du devoir du médecin chef de déterminer si le saignement et la propagation de sang ont été effectivement stoppés et si l'athlète peut continuer la compétition.

VIII – COMPETITIONS ET CHAMPIONNATS

Le titre de champion de France pourra être délivré à un compétiteur (athlète unique) même en cas de forfait de dernière minute de son adversaire lors des phases finales. Dans ce cas, aucun remboursement du compétiteur titré n'est possible. Toutefois la délivrance du titre est soumise à l'obligation d'avoir réalisé 1 combat dans la saison.

1) Compétitions

Les compétitions officielles de la FFKMDA, sont :

Championnats, Coupes, Open, trophées et Galas pour les catégories d'âges autorisées.

Les inscriptions aux championnats se font via la plateforme compétition fédérale.

Lors des championnats et coupes de France se déroulant sur deux jours, si le programme prévisionnel indique plus de 9h de compétition par aire de combat et par jour, la décision de réduire la durée ou/et le nombre de rounds, peut être prise. Cette décision doit être validée conjointement par le responsable de la CNJA, le responsable de la CN concernée et par la direction technique nationale.

- Forfait abusif au championnat de France

Pour participer aux phases finales des championnats de France de la FFKMDA, un ou plusieurs chèques de caution du club à l'ordre de la FFKMDA sont obligatoires.

Ces chèques de caution concernent les combattants qualifiés aux phases finales nationales. Les clubs ayant des combattants qualifiés aux phases finales des championnats de France doivent remettre le ou les chèques à la ligue lors des phases qualificatives. La ligue devra impérativement transmettre les chèques des clubs (attention chèque de l'association obligatoire) à la fédération en même temps que la liste des qualifiés. Les chèques, établis à l'ordre de la FFKMDA, ne sont pas encaissés et suivent les compétiteurs qualifiés.

Les clubs qui n'auront pas versé les chèques de caution ne seront pas autorisés à participer aux phases finales des championnats de France.



Siège social : FFKMDA – 38, rue Malmaison 93170 BAGNOLET
Arrêté de délégation ministérielle : NOR SPOV1313107A
SIRET: 507 458 735 00028 - CODE APE : 9312Z
Téléphone : 33 (0)1 43 60 53 95 – Télécopie : 33 (0)1 43 60 04 75
Site : www.ffkmda.fr

***Modalités de production des chèques et d'encaissement**

Le chèque sera encaissé si le club n'informe pas la fédération des compétiteurs forfaits au moins 96h avant la pesée de la compétition nationale (sauf cas de force majeure tels que : accident, décès ou maladie importante justifiés par un certificat médical et/ou factures).

- Pour les championnats de France en assaut sur tatami : 1 chèque de 300 euros du club pour l'ensemble des compétiteurs qualifiés. Ce chèque concerne tous les compétiteurs du club qualifiés en assaut (tatami) par championnat. Il est encaissé quel que soit le nombre de forfait, si et seulement si le club n'a pas informé la fédération de l'absence des combattants avant le délai légal de 96h, sauf cas de force majeure.

Tous les chèques de caution non utilisés seront détruits à l'issue de la saison sportive.

***Modalités d'indemnisations forfaitaires**

La fédération pourra, avec le chèque de caution du club défaillant et à hauteur du préjudice mais avec comme plafond le montant du chèque, indemniser un club ayant un combattant lésé qui se serait retrouvé seul dans la catégorie de poids du fait de forfaits injustifiés du ou des adversaires le jour de la pesée et sans en avoir informé la fédération durant la période légale (96h).

Mode de réparation : le club demandeur du combattant lésé doit envoyer à la fédération une lettre de demande (ou par email) d'indemnisation des frais engagés en rappelant les faits (nom, prénom, licence, catégorie d'âge et de poids et championnat). La demande doit être accompagnée des factures (originales ou copies) justifiant des sommes dépensées. Les indemnisations pourront être effectués sur la base des frais réels engagés concernant un ou des combattants en particulier (nominatif).

Exemple d'indemnisation accordée : billet de train nominatif 2ème classe / chambre d'hôtel.

Exemple d'indemnisation refusée : tickets de péage et d'essence dans un véhicule comprenant d'autres personnes du club ayant effectivement participé au championnat.

Les chèques de caution encaissés par la fédération qui n'auraient pas été utilisés pour indemniser les clubs victimes de l'absence non déclarée des adversaires, seront reversés à des associations nationales reconnues par l'Etat luttant contre les discriminations et les violences dans le sport.



Siège social : FFKMDA – 38, rue Malmaison 93170 BAGNOLET
Arrêté de délégation ministérielle : NOR SPOV1313107A
SIRET: 507 458 735 00028 - CODE APE : 9312Z
Téléphone : 33 (0)1 43 60 53 95 – Télécopie : 33 (0)1 43 60 04 75
Site : www.ffkmda.fr



2) Equipement pour les compétitions

Les organisateurs des compétitions (championnats, coupes, galas, trophées et open) doivent fournir l'équipement nécessaire pour déroulement du tournoi :

- Des balances mécaniques ou électroniques (minimum deux)
- Un amplificateur avec un nombre suffisant de microphones
- Des équipements pour nettoyer et sécher le sol
- Pour chaque tatami une éponge couleur vive (pour matérialiser la fin d'un round) ou un gong.
- Des minuteurs pour toutes les tables des officiels.
- Chaque aire de combat doit être numérotée
- Un affichage adéquat du numéro du combat en cours
- Un affichage adéquat du temps

Art.8.3 Tirage au sort

Un logiciel de tirage au sort et de compétitions sera proposé par la fédération aux organisateurs.

Si dans une catégorie, il y a un nombre impair de combattants, le tenant du titre sera qualifié d'office dans le premier tour. Si aucun tenant du titre n'est présent, un tirage au sort sera effectué pour définir le combattant qui passera directement au tour suivant.

Chaque liste de tirage au sort doit comporter les éléments suivants : nom du tournoi, date et lieu, sexe, âge, catégorie de poids, nom du compétiteur, club et nombre de combats. Chaque liste de tirage au sort doit être imprimée en trois exemplaires – une pour le délégué officiel responsable de toute la compétition, une pour le superviseur de la surface de combat et une pour l'affichage.

4) Calendrier des compétitions FFKMDA

Le calendrier des compétitions de la FFKMDA sera disponible sur le site officiel à tout moment. Le calendrier des compétitions de la FFKMDA comportera:

- Les dates et lieux des championnats de France
- les dates et lieux des coupes de France
- les dates et lieux des éventuels open ou autres compétitions organisés par la FFKMDA
- Une période imposée, figurera sur le site fédéral, pour les organisations des championnats régionaux et des coupes régionales.



Siège social : FFKMDA – 38, rue Malmaison 93170 BAGNOLET
Arrêté de délégation ministérielle : NOR SPOV1313107A
SIRET: 507 458 735 00028 - CODE APE : 9312Z
Téléphone : 33 (0)1 43 60 53 95 – Télécopie : 33 (0)1 43 60 04 75
Site : www.ffkmda.fr



5) CHAMPIONNATS OFFICIELS ET COUPES

CHAMPIONNATS DE FRANCE

Le championnat de France se déroule en deux temps :

- les sélections régionales (championnat de ligue) organisées au plus tard six semaines avant la date de la phase finale nationale de la ou des disciplines concernées ;
- les phases finales nationales en deuxième partie de saison (période indicative : janvier à avril).

- Qualifications aux phases finales nationales :

Quota régional :

Pour chaque catégorie d'âge et de poids pour les jeunes (pré poussin, poussins, benjamins, minimes, cadets, juniors): 1 qualifié par ligue (champion de ligue).

Bonus : dans chaque catégorie d'âge et de poids comptant 8 participants ou plus, 1 qualifié supplémentaire (finaliste). La fédération est informée des différents bonus par le CTL lors de la transmission des résultats.

- EN ASSAUT SENIOR ET VETERAN : 1 seul qualifié par ligue (le champion).

Demande de qualification d'office à la phase finale du championnat de France:

Peuvent être exemptés de participation aux sélections régionales (championnat de ligue) sur demande écrite du club adressée au directeur technique national (demande à effectuer avant le premier tour des championnats de la ligue concernée) :

- le vainqueur des championnats de France de la saison précédente, s'il s'inscrit dans la même catégorie (âge, sexe, poids, classe) que celle dans laquelle il obtenu son titre ; pour les catégories Jeunes uniquement (pré poussins à juniors), une demande de qualification dans une catégorie de poids immédiatement supérieure peut être acceptée ;

Les combattants issus d'une même ligue (quota, bonus ou qualifiés d'office) sont éloignés l'un de l'autre lors de la composition du tableau de la phase nationale.



Siège social : FFKMDA – 38, rue Malmaison 93170 BAGNOLET
Arrêté de délégation ministérielle : NOR SPOV1313107A
SIRET: 507 458 735 00028 - CODE APE : 9312Z
Téléphone : 33 (0)1 43 60 53 95 – Télécopie : 33 (0)1 43 60 04 75
Site : www.ffkmda.fr



En championnat de France, il n'est pas possible de changer de catégorie de poids en cours de saison. Le compétiteur reste dans la catégorie de poids d'engagement toute la saison dans le cadre du championnat.

- Forfait abusif au championnat de France et sanction :

Un club qui ne se présente pas au championnat de France amateur sans avoir prévenu la fédération ou le superviseur (constat d'absence à l'issue de la pesée) sera interdit de participation à la même compétition l'année suivante.

Cette interdiction vaut pour l'ensemble de ses licenciés. Elle concerne, pour la saison suivante, l'intégralité du championnat (phases régionale et nationale). Cette sanction sportive est systématique.

COUPES ET TROPHÉES DE France

Les inscriptions aux Coupes et Trophée de France, compétitions nationales sans phase de sélection régionale, se font individuellement en utilisant la plateforme d'inscription en ligne de la fédération.

6) Pour les championnats et coupe, niveau France

L'endroit pour une compétition de ces niveaux :

- Sera une salle pouvant recevoir au minimum 500 spectateurs assis
- Doit fournir un bon espace pour les tatamis (entre 3 et 6)
- Doit avoir une partie réservée à la pesée (homme et femmes séparés)
- Doit avoir une partie réservée à l'échauffement pour accueillir le nombre de participants
- Doit avoir des zones pour les arbitres, organisateurs et officiels FFKMDA
- Doit avoir des vestiaires pour les combattants
- Doit avoir une salle, équipée d'une pièce d'eau, pour le contrôle anti-dopage.

7) Pour les championnats et coupe, niveau Régional

L'endroit pour une compétition de ces niveaux :

- Sera une salle pouvant recevoir au minimum 300 spectateurs assis
- Doit fournir un bon espace pour les tatamis (entre 1 et 3)
- Doit avoir une partie réservée à la pesée (homme et femmes séparés)
- Doit avoir une partie réservée à l'échauffement pour accueillir le nombre de participants
- Doit avoir des zones pour les arbitres, organisateurs et officiels FFKMDA
- Doit avoir des vestiaires pour les combattants
- Doit avoir une salle, équipée d'une pièce d'eau, pour le contrôle anti-dopage.



Siège social : FFKMDA – 38, rue Malmaison 93170 BAGNOLET
Arrêté de délégation ministérielle : NOR SPOV1313107A
SIRET: 507 458 735 00028 - CODE APE : 9312Z
Téléphone : 33 (0)1 43 60 53 95 – Télécopie : 33 (0)1 43 60 04 75
Site : www.ffkmda.fr

8) Buvette

Une buvette sera prévue par l'organisateur de la compétition. Il devra y avoir au minimum du thé, du café et des boissons sans alcool (sauf salle dans Paris).

Art. 8.9 La nationalité d'un combattant

Pour participer aux championnats officiels organisés par la FFKMDA et ses organes déconcentrés (sélection de ligues et phase nationale du championnat de France), il faut :

- Être de nationalité française ou être de nationalité étrangère résidant en France ;
- S'inscrire aux sélections de ligues du lieu de résidence.

Pour les athlètes de nationalité étrangère, une obligation de résidence régulière sur le territoire Français sera exigée pour valider la participation au championnat. Une pièce d'identité valide indiquant le lieu de résidence (exemple titre de séjour) devra être produite.

Ce règlement ne peut être modifié que sur proposition de la commission et validation du comité directeur de la FFKMDA.



Siège social : FFKMDA – 38, rue Malmaison 93170 BAGNOLET
Arrêté de délégation ministérielle : NOR SPOV1313107A
SIRET: 507 458 735 00028 - CODE APE : 9312Z
Téléphone : 33 (0)1 43 60 53 95 – Télécopie : 33 (0)1 43 60 04 75
Site : www.ffkmda.fr