LATVIJAS KAPOEIRAS FEDERĀCIJAS SACENSĪBU TEHNISKIE NOTEIKUMI

1. VISPĀRĪGIE NOTEIKUMI

Šie noteikumi nosaka Latvijas Kapoeiras federācijas (LKF) rīkoto sacensību kārtību un drošības prasības.
Visi dalībnieki ir atbildīgi par noteikumu ievērošanu, cieņu pret pretinieku un sporta garu.

2. ATĻAUTĀS KUSTĪBAS UN TEHNIKAS

2.1. STĀJAS (GINGA)

- Ir atļautas visas "Ginga" variācijas jebkurā stilā.
- "Ginga" vai jebkuras citas kustības laikā nav atļauts izmantot dūri (sitienu ar dūri).

2.2. IZVAIRĪŠANĀS KUSTĪBAS – ESQUIVA

- Esquiva atras
- Esquiva lateral
- Esquiva baixa
- Cocorinha

(Visas izvairīšanās un to variācijas ir atļautas.)

2.3. KUSTĪBAS UZ GRĪDAS – MOVIMENTAÇÃO NO CHÃO

- Decida trocando
- Negativa
- Rolê
- Passada para as costas
- Passada para frente
- Passada lateral

(Visas kustības uz grīdas un to variācijas ir atļautas.)

2.4. PAMATA SITIENI – GOLPES RODADOS

- Meia lua de frente
- Queixada
- Meia lua de compasso
- Armada

(Visas šo tehniku variācijas un ieejas ir atļautas.)

2.5. UZBRUKUMA SITIENI – GOLPES DE LINHA

- Martelo
- Bênção
- Chapa

- Gancho
- Escorpião
- Pisão
- Vôo-do-Morcego

(Visas šo tehniku variācijas un ieejas ir atļautas.)

2.6. AKROBATISKĀS KUSTĪBAS – FLOREIOS

- Aú
- Bananeira
- Beija Flor
- Saltos (Jumps)
- Macaco
- Pião
- Queda de Rins
- S-dobrado

(Visas akrobātiskās kustības, kas izriet no šīm pamatkustībām, ar dažādām ieejām un variācijām, ir atļautas.)

2.7. GĀŠANĀS – DESEQUILIBRANTES

- Rasteira
- Vingativa
- Tesoura
- Banda
- Cruz
- Boca de calça

(Visas šo metienu variācijas un ieejas ir atļautas.)

3. AIZLIEGTĀS KUSTĪBAS UN PĀRKĀPUMI

3.1. VISPĀRĪGIE PĀRKĀPUMI

- Apzināti savainot vai mēģināt savainot pretinieku.
- Savainojuma izraisīšana nekontrolētas tehnikas dēļ.
- Tehnikas, kas rada pārmērīgu kontaktu.
- Bīstama vai bezrūpīga tehnika, neievērojot drošību.

3.2. AIZLIEGTIE SITIENI UN TEHNIKAS

- Uzbrukumi ar galvu sejā (Cabeçada, Arpão de Cabeça, Escorumelo u.c.).
- Sitieni ar galvas aizmuguri.
- Sitieni ar celi (Joelhada).
- Sitieni ar elkoni (Cotovelada).
- Sitieni ar rokām un apakšdelmu (Asfixiante, Cotovelada, Galopante, Godeme, Telefone u.c.).
- Gāšana ar rokām (Arrastão, Baiano).
- Šķērveida metiena (Tesoura) izpilde uz kakla zonu (uz ķermeņa zonu atļauta).
- Pretinieka satveršana bez tūlītējas tehnikas vai metiena.
- Frontālais spēriens (Ponteira).

3.3. PAPILDU AIZLIEGUMI

- Sitieni pa cirkšņa zonu, skrāpēšana, kodieni.
- Pretinieka turēšana vai kustību traucēšana.
- Iziešana no laukuma bez pretinieka ietekmes.
- Neaizsargāšanās pret uzbrukumu vai ritma neievērošana.
- Volta ao Mundo un Markaçao ilgstoša izpilde (pasīva spēle).
- Cīņa (wrestlinga tipa satvērieni vai grūstīšanās).
- Žņaugšanas vai sāpīgu satvērienu izmantošana.

3.4. AIZLIEGUMI NOTEIKTĀS VECUMA KATEGORIJĀS

- Tesoura jebkādā formā – kategorijās 5–7, 8–9 gadi.
- Boca de calça (pretinieka bikšu vai kāju vilkšana ar rokām) – kategorijās 5–7, 8–9 gadi.

4. SODI UN DISKVALIFIKĀCIJA

- Par katru pārkāpumu tiesnesis var izteikt brīdinājumu vai piešķirt punktu pretiniekam.
- Tūlītēja diskvalifikācija tiek piemērota, ja dalībnieks:
  - Cīkstās, tur, žņaudz, kož, skrāpē vai rauj pretinieka matus.
  - Demonstrē necieņu pret pretinieku, tiesnesi vai žūriju.
  - Rīkojas agresīvi, lieto fizisku vai verbālu vardarbību sacensību laikā vai ārpus tām.
  - Neievēro izvairīšanās (Esquiva) principus vai tos izmanto nepareizi.

5. NOBEIGUMA NOTEIKUMI

Dalībnieki un treneri ir atbildīgi par to ievērošanu un sportiskās ētikas saglabāšanu.