



**RESILIENCE MMA**

プロフェッショナル

**5分2R(延長1R)**

**OFFICIAL RULE**

## 『 RESILIENCE MMA 5分2R (延長1R) 』

本公式ルールは、RESILIENCE (以下、「主催者」という。) プロ公式試合 (以下、「本大会」という。) に適用される。

### 第1章 クラスとウエイト

本大会は、以下の体重別階級制で行う。ただし、対戦する双方と主催者の間で協議の上で契約体重を決めた場合はこの限りではない。

- 1 ストロー級 (52.2kg 以下)
- 2 フライ級 (56.7kg 以下)
- 3 バンタム級 (61.2kg 以下)
- 4 フェザー級 (65.8kg 以下)
- 5 ライト級 (70.3kg 以下)
- 6 ウェルター級 (77.1kg 以下)
- 7 ミドル級 (83.9kg 以下)
- 8 ライトヘビー級 (93kg 以下)
- 9 無差別級 (無差別)

### 第2章 リング

試合は RESILIENCE が認可するリング又はケージを使用する。

### 第3章 グローブ

- 1 選手は主催者の用意するオープンフィンガーグローブを着用しなければならない。
- 2 バンテージ、テーピングの使用は選手の任意とするが、検査員のチェック及びサインを必要とする。
  - (1) 手にバンテージやテーピングを巻く場合、拳の前面部 (ナックルパート) および拳骨部分にテーピングを使用してはならない。ただし、指と指の間に細く切ったテープを通すことは認められる。
  - (2) バンテージやテーピングの内部に芯、紙縊り、その他の異物を巻き込んではいない。
  - (3) 拳に装着した状態で拳骨の形が確認できない厚さに巻いてはならない。
  - (4) 肘、膝の部分をバンテージやテーピングで覆ってはならない。
  - (5) ハンドラップに使用できるバンテージは白色の柔らかいガーゼ製で、幅約 5cm (2 インチ) 以下、長さ約 13.7m (15 ヤード) 以下のものとし、使用できる長さは、片方の手に 1 本分 (1 ロール) までとする。テーピングに用いることができるテープは、白色のアスレチックタイプで、幅約 3.8cm (1.5 インチ) 以

下、長さ約 13.7m (15 ヤード) 以下のものとし、使用できる長さは、片方の手に 1 本分 (1 ロール) までとする。

- 3 選手は試合当日、グローブを着用する前に必ず検査員によるグローブチェックを受け、グローブ着用後にグローブを封印したテープにサインを受けなければならない。また、一度封印された後は、試合終了までグローブを外すことはできない。

#### 第4章 服装

- 1 選手は必ずマウスピース、ファールカップを着用する。
- 2 試合に際して、布製のサポーターは選手の任意で着用することができる。但し、ルールミーティングの際に着用する装備品を持参し、検査員のチェックを受けるものとする。
- 3 道着・シューズおよび緩衝材の入ったサポーターの着用は認められない。またサポーターを着用できる部位は下肢(膝、足首)のみとする。
- 4 選手は、顔、髪を含め身体のいかなる部分にも、オイル、ワセリン、グリース、痛み止めやマッサージ用のクリーム、滑り止め等の塗布物を塗布、使用してはならない。ただし、審判員が目のまわりに塗布するワセリンは認める。
- 5 選手はリングに上がる前及びラウンド間のインターバル中に、審判員から目のまわりにワセリンの塗布を必ず受けるものとする。
- 6 女子選手はアブドメントガードおよびチェストガードまたは胸部のパッドを着用することができる。
- 7 選手は、下記の要件を満たしたショートスパッツ、MMA ショーツ、バーリトゥードショーツ、キックボクシングショーツ等を着用する。ショーツの下にショートスパッツを履く場合、ショーツの丈を超えるものを着用してはならない。
  - ア 金属・プラスチックの部品が使用されていないもの
  - イ 着用時にずれないための加工がされているもの
  - ウ ポケットや紐に類するものが表側に付いていないもの
  - エ 膝上丈までのもの
  - オ 清潔で破損の無いもの
  - カ その他、検査員により競技上支障がないと判断されたもの

#### 第5章 計量

- 1 契約体重が設定されている選手は、試合前日の主催者指定の時間に、主催者が指定した場所へ出頭し、検査員の立会いのもと計量を行わなければならない。正当な理由なく計量に遅刻もしくは出頭しない選手は失格とする。
- 2 計量する選手のウエイトは、契約書記載のウエイトと合致しなければならない。
- 3 計量の結果、選手のウエイトが契約書記載のウエイトと合致しない場合には、当該選手には2時間の猶予が与えられ、その間に何度でも再計量を行うことができる。

- 4 前項の再計量の結果、契約書記載のウェイトに合致しない場合には、当該選手は失格とし、契約書記載の罰則を課される。ただし、対戦相手が合意したときは、試合に出場しなければならない。
- 5 前項により試合が行われたときは、計量に合格した選手が勝利した場合にはその結果を公式記録とするが、計量に合格した選手が負けるか、引き分けた場合にはノーコンテストとする。

## 第6章 試合ラウンド

- 1 プロ契約の試合は、1ラウンド5分の2ラウンドとし、ラウンド間のインターバルは1分間とする。
- 2 第2ラウンド終了時点で判定がドローの場合には、延長ラウンドを行う。延長ラウンドは5分間とする。

## 第7章 選手

- 1 選手は、大会当日の試合前に、必ずドクターチェックを受けなければならない。
- 2 選手は、本試合開催日の前90日以内に、あらゆる試合において、頭部へのダメージによりKO、もしくはTKOをされた場合は、適切な医療従事者による頭部のCTスキャン検査を受け、前項のドクターチェックを受ける前までに、異常がない旨の証明書または診断書を提出しなければならない。
- 3 選手は、適切な医療従事者により、HIV、B型・C型肝炎の検査を受け、第1項のドクターチェックを受ける前までに、いずれも陰性である旨の証明書又は診断書を提出しなければならない。なお、証明書又は診断書は、1年以内のものでよい。

## 第8章 セCOND

- 1 選手は、1名以上2名以下のセCondを付き添わせなければならない。
- 2 セCondは、次の事項を守らなければならない。
  - (1) ラウンド中は、自コーナーの椅子に座り、リング内に入ったり、選手に直接接触してはならない。また、試合中にリング及びリングエプロンにいかなるものも置いてはならない。
  - (2) インターバル中、選手に与えることができるのは水のみとする。ただし、リング及びリングエプロンを過度に濡らすなど試合進行を妨げてはならない。
  - (3) インターバル中、選手の競技用具の細工や身体への薬品の塗布などの行為を行ってはならない。また、インターバル中にリングに入れるセCondは2名までとする。
  - (4) 相手競技者及びレフエリへへの罵倒、侮辱、暴力行為を行ってはならない。
- 3 前項各号に違反した場合、レフエリは当該セCondに対し、1回目は注意、2回目

は退場の処分を行う。この場合、レフリーの判断で、当該セコンド側の選手に対して反則としての罰則を与える場合もある。但し、ラウンド中にセコンドが選手に直接接触した場合、レフリーは直ちに、そのセコンドの退場を命じ、又は、そのセコンド側の選手に反則としての罰則を与える。

## 第9章 試合の勝敗

- 1 試合の判定は、レフリー及びジャッジ3名によって行われる。
- 2 10ポイント・マスト・システムが採点の標準システムである。10ポイント・マスト・システムの下では、そのラウンドの勝者に10点が与えられ、敗者には9点あるいはそれ以下の点数が与えられる（まれに10-10となるイーブンのラウンドを除く）。判定においては、効果的な打撃、効果的なグラップリング、効果的な積極性、およびファイティング・エリア・コントロールを評価する。

効果的な打撃／グラップリングを、各ラウンドにおける評価の第一優先順位とする。効果的な積極性は、効果的な打撃／グラップリングが同等な場合の評価に用いられ、ファイティング・エリア・コントロールは、他の基準が同等である場合に限り考慮される。

なお、反則によりイエローカードが提示された場合、提示された選手は、イエローカード1枚につき、そのラウンド1点の減点とする。

- 3 試合の勝敗は、以下の状況で決定する。

### (1) ノックアウト (KO)

打撃によるダメージにより、試合続行が困難となった場合は、試合続行が困難となった選手を敗者とする。

### (2) テクニカルノックアウト (TKO)

#### ア レフェリーストップ

レフェリーがこれ以上の試合続行は不可能又は危険であると判断した場合、試合続行が不可能又は危険と判断された選手を敗者とする。

#### イ セコンドによるタオル投入

セコンドがタオルをリング内に投入した場合、タオルを投入したセコンド側の選手を敗者とする。

#### ウ ドクターストップ

リングドクターが、負傷した選手の試合続行を不可能と判断した場合、又はリング内にタオルを投入した場合、以下の通り勝敗を決する。

- ①負傷又はダメージ（以下、負傷等という。）の原因が、相手の正当な攻撃、または負傷等を受けた選手自身にある場合、負傷等を受けた選手を敗者とする。
- ②正当な攻撃で両者が負傷等を受けた場合は、両者ドクターストップとして引き分けとする。

### (3) タップアウト (TO)

マットまたは相手の体を2回以上叩くことにより、もしくは口頭でギブアップを宣言することにより敗北の意思表示をした場合、当該意思表示をした選手を敗者とする。

### (4) 反則失格

ア 1ラウンド中に3度目の反則として、レッドカードが提示された場合

レフェリーは、1度目の反則の際に「注意」を、2度目の反則の際に「警告」を宣告し、それぞれイエローカードを提示する。3度目の反則の際は、レッドカードを提示し、反則失格とする。

イ 悪質な反則行為があった場合

反則の回数にかかわらず、レフェリーが悪質な反則行為であると判断した場合は、直ちにレッドカードを提示し、反則失格とする。

ウ 反則行為により、相手選手の試合続行が危険又は不可能となった場合

反則行為を行った選手を反則失格とする。

エ 装備品破損の場合

マウスピース、ファウルカップ、スパッツなどのコスチュームが破損し、試合を続けられない場合は、反則失格とする。

### (5) 判定

試合時間以内に勝敗が決しない場合はジャッジ3名による判定に委ねられる。

なお延長戦が行われた場合、延長ラウンドは第3ラウンドとして行い全ラウンドの合計点で判定を行う。

### (6) ノーコンテスト (無効試合) と事故

ア 双方に不正行為があった場合、もしくは第三者介入による不正行為が試合中に認められた場合、ノーコンテストとする。

イ 偶発的な事故等により試合続行が不可能となった場合、以下の通りとする。

① 第1ラウンドが終了している場合には、その時間までの判定で勝敗を決する。

② 第1ラウンドが終了していない場合には、ノーコンテストとする。

ウ ローブローを打たれた競技者には、リングドクターが試合を続行できると判断する限りで、最長5分まで回復の時間が許容される。

## 第10章 レフェリー

- レフェリーは、本公式ルールに基づき、試合中リング内において試合を管理、支配し、かつ指揮、命令する全権を有する。また本公式ルールに規定されていない事項についても試合に関する限りは、レフェリーの裁定による。レフェリーの指揮、命令、裁定は絶対的なものであり、選手とセコンドはこれに従わなければならない。

- 2 レフェリーは、ラウンド毎に、1度目の反則の際に「注意」を、2度目の反則の際に「警告」を、3度目の反則の際に「反則失格」を宣告する権限を有する。レフェリーが「注意」、及び「警告」を宣告する場合にはイエローカードを、反則失格を宣告する場合にはレッドカードを、反則を犯した選手に対し提示する。
- 3 前項にかかわらず、悪質な反則行為があったと認めたときは、レフェリーは、直ちに反則を犯した選手に対し、反則失格とすることができる。
- 4 ロープ際の攻防で選手がリングから落ちそうになったとき、またはロープが著しく攻防の妨げになっている場合、レフェリーはブレイクを命じ、リング中央で両者スタンド状態から試合を再開する。
- 5 いかなるポジションの攻防であっても、レフェリーが膠着状態であると判断した場合、ブレイクを命じ両者スタンド状態から試合を再開する。
- 6 選手が負傷した場合、レフェリーは試合を中断してドクターの診断を受けさせることができる。ドクターの診断は、ニュートラルコーナーでレフェリー立ち会いのもとで行われ、セコンドがこれに介入することはできない。診断の対象ではない選手は、反対側のニュートラルコーナーで待機する。

#### 第11章 ジャッジ

- 1 ジャッジは、試合中ジャッジ席に着席し、試合中の選手の攻防を中立かつ公平に評価して、各ラウンド毎に採点を行って採点表に記入し、採点集計時にレフェリーに採点表を提出する。
- 2 ジャッジは、試合中にレフェリーが確認できない敗北の意思表示やファウル等をレフェリーに指摘することができる。

#### 第12章 検査員

- 1 検査員は、選手の計量に立ち会い、中立かつ公平に選手の体重を計量し、その結果を主催者及び選手に通告する。
- 2 検査員は、ルールミーティングの際に選手が着用する装備品が、本ルールに適合しているかどうかをチェックする。
- 3 検査員は、選手がグローブ着用する前に、必ずグローブチェックを行う。また、選手のグローブ着用に立会い、グローブ着用後にグローブを封印したテープにサインを行う。
- 4 検査員は、選手がバンテージ又はテーピングを使用している場合には、選手がグローブを着用する前に、本ルールに違反していないことを確認の上、バンテージ又はテーピングの上にサインを行う。

#### 第13章 審判員

- 1 審判員は、選手がリングに上がる前に、選手の服装や装備品が本ルールに適合しているかどうかをチェックする。
- 2 審判員は、選手がリングに上がる前及びラウンド間のインターバル中に、選手の目のまわりにワセリンの塗布を行う。

#### 第14章 ドクター

- 1 ドクターは、大会当日の試合前に、全ての出場選手の医事検査を行い、試合出場が不適と判断した場合は、主催者に報告する。
- 2 ドクターは、試合中に選手が負傷した場合には、負傷箇所等を診断し、試合続行の可否を判断の上、レフェリーに通告する。
- 3 ドクターは、試合中であっても、試合続行が危険であると判断したときは、リングにタオルを投入し、試合を中止させることができる。

#### 第15章 反則

反則に係るポジションの定義は次の各項のとおりとする。

##### (1) スタートポジション

試合開始時やレフェリーが「ブレイク」をコールした後などのポジション。

##### (2) グラウンドポジション

片手と両足以外のからだの部位が床に着いたポジション（グラウンドポジションであるためには、両手の掌／手首、またはその他のからだの部位が床に着いていなければならない）。

##### 【参考1】グラウンドポジションになる場合

- i) どちらか一方でも膝が床に着いている。
- ii) 背中や尻が床に着いている。
- iii) どちらか一方でも肘が床に着いている。
- iv) 両足と両掌が床に着いている。

##### 【参考2】グラウンドポジションにならない場合

- i) 両足と片手が床に着いている。
- ii) 両足と両手の指先が床に着いている（両手であっても、掌／手首まで接地しなければグラウンドポジションとは見なされない）。

##### (3) スタンドポジション

グラウンドポジションではないあらゆるポジション。

本条に定める行為は反則であり、これらを犯した場合、審判員の裁量により、相応のペナルティが課される。



- (1) 頭突き
- (2) 目潰し
- (3) 噛み付く
- (4) 相手に唾を吐く
- (5) 髪を引っ張る
- (6) フィッシュフッキング
- (7) 股間へのあらゆる攻撃
- (8) 相手の体の開口部や傷口、裂傷部に指を入れる
- (9) 小さな関節（手足の指）を巧みに操る攻撃（small joint manipulation）
- (10) 肘の先端を下に打ち落とす行為（肘を縦に振り下ろす打撃攻撃）
- (11) 脊椎や後頭部への打撃攻撃
- (12) 喉へのあらゆる打撃、気管を掴む行為
- (13) 相手の顔や目に向けて広げた指を向ける行為
- (14) 皮膚を掴む、つまむ、ひねる
- (15) グラウンドポジションの相手の頭部への蹴り
- (16) グラウンドポジションの相手の頭部への膝打撃
- (17) グラウンドポジションの相手への踏みつけ
- (18) フェンスや試合場を構成する部位を掴む
- (19) 相手のコスチュームやグローブを掴む
- (20) 試合場内で口汚い言葉を吐く
- (21) 相手の負傷の原因となるようなあらゆる非スポーツマン的行為
- (22) ブレイク中の相手への攻撃
- (23) レフェリーのチェックを受けている最中の相手への攻撃
- (24) ラウンド終了の合図が鳴らされたあとの相手への攻撃
- (25) 相手との接触を避けるあらゆる消極的な姿勢（意図的または継続してマウスピースを落としていたり、怪我のふりをするなど）
- (26) 試合場外に相手を投げる
- (27) 審判員の指示を著しく無視する
- (28) 相手の頭や首をキャンバスに突き刺す（いわゆるスパイクング）
- (29) 審判員から塗布されるワセリン以外の塗布物を塗布する行為
- (30) 試合前に審判員によるチェックを受けていないテーピングや競技用具の着用
- (31) 審判員に対する虚偽のアピール、言動
- (32) 試合用コスチューム、マウスピース、ファウルカップ等の競技用具を破損し、試合続行を不可能にする行為

## 第16章 雑則

選手、セコンドが、レフェリーの裁定に異義がある場合には、試合終了後2週間以内に文書で主催者宛てに異議申立てをすることができる。リング上を含め、直接抗議することは禁止する。

また当該オフィシャルルールに記載のない事象については主催者が決定するものとする。

グラップリングマッチも本ルールの打撃系規則以外の部分に準ずることとする。

・2015.11.01 制定

・2015.11.16 施行

・2017.08.23 改定

改定箇所：第2章、第4章3、第5章4、第9章2、第9章3(3)、第15章

・2018.02.04 改定

改定箇所：第9章3(5)

・2018.05.22 改定

改定箇所：第3章2、第4章6、第4章7、第8章2(3)、第9章2、第9章3(5)  
第9章3(6)ウ、第16章、