

RÈGLEMENTS

Boxe Libre, BRICPOL, Kick Boxing et Boxe Anglaise

Selon la réglementation du MFS SWITZERLAND

Etabli le 17.09.2026

cap.marcogarcia@me.com

Règlement
BOXE LIBRE

Selon le règlement MFS SWITZERLAND

1. CATEGORIES

EDUCATIF : enfants 6-7 ans | Force maximale : 5%
Les échanges sont exclusivement éducatifs. Les techniques doivent être réalisées sous forme de touches légères, sans aucun impact, ni coup appuyé. L'objectif est l'apprentissage technique, la maîtrise et le respect du partenaire.

LIGHT CONTACT : Force maximale : 30%
Les frappes doivent être contrôlées et maîtrisées, avec une puissance limitée. Les coups de pied à la tête sont interdits. Toute frappe excessive peut être sanctionnée.

MEDIUM CONTACT : Force maximale : 50%
Les coups peuvent être appuyés mais doivent rester maîtrisés. Le KO n'est pas autorisé et ne doit jamais être recherché. Une puissance excessive ou une frappe manifestement destinée à provoquer un KO sera sanctionnée

FULL CONTACT : Uniquement adultes entre 18 et 35 ans | Force maximale 100%
Les frappes à pleines puissances sont autorisées et le KO est toléré dans le cadre normal du combat. Toutefois la recherche délibérée et excessive du KO au détriment de la maîtrise technique et de la sécurité de l'adversaire est interdite et sera pénalisée.

2. PROTECTIONS

- Casque :
  - Enfants de 5 à10 ans : avec grille/visière obligatoire
  - Grille/visière facultative LIGHT CONTACT et MEDIUM CONTACT
  - Sans grille/visière FULL CONTACT
- Plastron (facultatif)
- Protège tibia avec retour de pied
- Coquille obligatoire
- Protège-dent obligatoire

- Gants doigts libres de sparring
  Gants de MMA de compétition interdits. Les gants doivent avoir un rembourrage minimum de 4 cm (ex : venum 2.0, Phantom athletic, gant de Boxe Libre officiel).

3. COUPS AUTORISÉS (-18 ans)

À la tête
Sont autorisées les frappes suivantes :

- pieds ;
- poings ;
- tibias ;
- genoux.

Au reste du corps
Sont autorisées les frappes suivantes :

- pieds ;
- tibias ;
- poings ;
- genoux ;
- coudes.

Balayages et projections
Les **balayages et projections sont autorisés**.
La saisie de l'adversaire est limitée à **5 secondes**.

Lutte au sol
La lutte au sol est autorisée pour une durée maximale de **10 secondes**.

Coups et techniques interdits
Sont strictement interdits :

- les coups de coude à la tête ;
- les techniques de frappe à mains ouvertes ;
- les frappes aux yeux ;
- les frappes à la gorge ;
- les frappes au rachis et à la colonne vertébrale ;
- les frappes aux parties génitales ;
- les frappes directes sur les rotules ;
- toute frappe portée sur un adversaire au sol.

4. COUPS AUTORISÉS (+18 ans)

À la tête
Sont autorisées les frappes suivantes :

- pieds ;
- tibias ;
- poings ;
- genoux ;
- avant-bras.

Au reste du corps
Sont autorisées les frappes suivantes :

- pieds ;
- tibias ;
- poings ;
- genoux ;
- coudes ;
- coups de tête.

Balayages et projections
Les **balayages et projections sont autorisés**.
La saisie de l'adversaire est limitée à **5 secondes**.

Lutte au sol
La lutte au sol est autorisée pour une durée maximale de **20 secondes**.

Coups et techniques interdits
Sont strictement interdits :

- les coups de coude à la tête ;
- les coups de tête à la tête ;
- les frappes aux yeux ;
- les techniques de frappe à mains ouvertes ;
- les frappes à la gorge ;
- les frappes au rachis et à la colonne vertébrale ;
- les frappes aux parties génitales ;
- les frappes directes sur les rotules ;
- toute frappe portée sur un adversaire au sol.

5. AVERTISSEMENTS

Toute frappe non autorisée entraîne une sanction selon le barème suivant :

- **1re infraction :** avertissement ;
- **2e infraction :** disqualification du combattant.

Toutefois, si le corps arbitral estime que la frappe interdite a été portée volontairement, le combattant peut être disqualifié immédiatement, sans avertissement préalable.

Pour l'ensemble des catégories, il est strictement interdit d'effectuer toute projection susceptible de mettre en danger l'intégrité physique du combattant, notamment les cervicales.

Sont notamment interdites : les projections arrière de type **« petit pont »** ; les projections de type **« marteau-pilon »**, pouvant entraîner une chute sur la tête ou les cervicales ; toute projection ne permettant pas à l'adversaire de **se réceptionner avec les mains ou de chuter de manière contrôlée et sans danger**. Toute projection considérée comme dangereuse par le corps arbitral est interdite et peut entraîner une sanction.

6. Les catégories Boxe Libre

EDUCATIF	**LIGHT CONTACT**	**LIGHT CONTACT**	**LIGHT CONTACT**	**LIGHT CONTACT**	**LIGHT CONTACT**	**LIGHT CONTACT / MEDIUM CONTACT**	**LIGHT CONTACT / MEDIUM CONTACT**	**LIGHT/ MEDIUM/ FULL CONTACT**	**LIGHT/ MEDIUM/ FULL CONTACT**	**LIGHT CONTACT / MEDIUM CONTACT**	**LIGHT CONTACT / MEDIUM CONTACT**
POUSSINS 6/7 ans FILLE GARÇON	**PUPILLES** 8/9 ans FILLE GARÇON	**BENJAMIN** 10/11 ans FILLE GARÇON	**MINIME** 12/13 ans FILLE GARÇON	**CADETTE** 14/15 ans FEMININE	**CADET** 14/15 ans MASCULIN	**JUNIOR** 16/17 ans FEMININE	**JUNIOR** 16/17 ans MASCULIN	**SENIOR / ELITE (FULL)** 18/35 ans FEMININE	**SENIOR / ELITE (FULL)** 18/35 MASCULIN	**MASTER** 36/50 FEMININ	**MASTER** 36/50 MASCULIN
-18 kg -23 kg -28 kg -32 kg -37 kg -42 kg -47 kg +47 kg	-30kg -35 kg -40 kg -45 kg -50 kg + 50kg	-40 kg -45 kg -50 kg -55 kg -60 kg + 60kg	-45 kg -50 kg -55 kg -60 kg -60 kg -65 kg -70kg + 70 kg	-50 kg -55 kg -60 kg - 65 kg -70kg -75 kg +70 kg	-50 kg -55 kg - 60 kg -65 kg -70 kg -75 kg - 80 kg -85 kg +90 kg	-50 kg -60 kg -70kg +70 kg	-50 kg -60 kg -70kg -80 kg -90 kg +90 kg	-50 kg -60 kg -70kg +70 kg	-60 kg -70kg -80 kg -90 kg -100 kg +100 kg	-50 kg -60 kg -70kg +70 kg	-60 kg -70kg -80 kg -90 kg -100 kg +100 kg
3 rounds **1 minute** 30 sec. repos entre chaque round	3 rounds **1 minute** 30 sec. repos entre chaque round	3 rounds **1 minute** 30 sec. repos entre chaque round	3 rounds **1 minute** 30 sec. repos entre chaque round	3 rounds **1 minute** 30 sec. repos entre chaque round	3 rounds **1 minute** 30 sec. repos entre chaque round	3 rounds **1 minute** 30 sec. repos entre chaque round	3 rounds **1 minute** 30 sec. repos entre chaque round	3 rounds **1 minute** 30 sec. repos entre chaque round	3 rounds **1 minute** 30 sec. repos entre chaque round	3 rounds **1 minute** 30 sec. repos entre chaque round	3 rounds **1 minute** 30 sec. repos entre chaque round

En cas d'égalité, le plus léger l'emporte

7. VICTOIRE

Le combat peut se gagner par décision, abandon, jet de l'éponge du coach, hors combat (10 secondes).

8. NOTATION DU COMBAT

Pour désigner le vainqueur il sera pris en compte (la combativité, la technicité, fairplay...) Le vainqueur sera désigné à l'aide des drapeaux tenus par les juges de coin.

Règlement
BRICPOL

1. CATEGORIES

LIGHT CONTACT : Force maximale : 30%
Les frappes doivent être contrôlées et maîtrisées, avec une puissance limitée. Les coups de pied à la tête sont interdits. Toute frappe excessive peut être sanctionnée.

MEDIUM CONTACT : Force maximale : 50%
Les coups peuvent être appuyés mais doivent rester maîtrisés. Le KO n'est pas autorisé et ne doit jamais être recherché. Une puissance excessive ou une frappe manifestement destinée à provoquer un KO sera sanctionnée

FULL CONTACT : Uniquement adultes entre 18 et 35 ans | Force maximale 100%
Les frappes à pleines puissances sont autorisées et le KO est toléré dans le cadre normal du combat. Toutefois la recherche délibérée et excessive du KO au détriment de la maîtrise technique et de la sécurité de l'adversaire est interdite et sera pénalisée.

2. FORMAT COMPÉTITION

Chaque manche dure 1 minute, avec 30 secondes de repos entre chaque manche.

Le casque de protection doit rester en place pendant toute la durée du combat, y compris pendant les temps de repos. Il est interdit de retirer son casque sans l'autorisation de l'arbitre.

3. ADOLESCENTS – 3 MANCHES

Manche 1 : Mains nues contre bâton
Manche 2 : Bâton contre mains nues
Manche 3 : Mains nues contre mains nues

Durée totale : 3 × 1 minute, avec 30 secondes de repos entre les manches.

4. ADULTES – 5 MANCHES

Manche 1 : Mains nues contre couteau
Manche 2 : Couteau contre mains nues
Manche 3 : Mains nues contre bâton
Manche 4 : Bâton contre mains nues
Manche 5 : Mains nues contre mains nues

Durée totale : 5 × 1 minute, avec 30 secondes de repos entre les manches.

5. SÉCURITÉ ET ARBITRAGE

Les armes utilisées sont exclusivement des armes d'entraînement adaptées à la compétition.

Les combattants doivent respecter immédiatement les commandements de l'arbitre.

L'arbitre peut interrompre une manche ou le combat à tout moment s'il estime que la sécurité d'un participant est compromise.

Les règles détaillées, les techniques autorisées et interdites, les critères de notation ainsi que les consignes spécifiques d'arbitrage seront présentés et expliqués aux combattants le jour même de la compétition, avant le début des combats.

BRICPOL – Adaptation • Maîtrise • Efficacité • Sécurité

6. Les catégories BRICPOL

LIGHT / MEDIUM MECONTACT	**LIGHT / MEDIUM CONTACT**	**LIGHT / MEDIUM CONTACT**	**LIGHT /MEDIUM CONTACT**	**MEDIUM / FULL CONTACT**	**MEDIUM / FULL CONTACT**	**MEDIUM / FULL CONTACT**	**MEDIUM / FULL CONTACT**	**MEDIUM / FULL CONTACT**	**MEDIUM / FULL CONTACT**
CADET 14/15 ans FEMININE	CADETTE 14/15 ans MASCULIN	JUNIOR 16/17 ans FEMININE	JUNIOR 16/17 ans MASCULIN	ADULTES 18/35 ans FEMININE	ADULTES 18/35 ans MASCULIN	VETERANS 36/40 ans FEMININE	VETERANS 36/40 ans MASCULIN	MASTER >40 ans FEMININE	MASTER >40 ans MASCULIN
-50 kg -55 kg -60 kg - 65 kg -70kg -75 kg +70 kg	-50 kg -55 kg - 60 kg -65 kg -70 kg -75 kg - 80 kg -85 kg +90 kg	-50 kg -60 kg -70kg +70 kg	-50 kg -60 kg -70kg -80 kg -90 kg +90 kg	-50 kg -60 kg -70kg +70 kg	-60 kg -70kg -80 kg -90 kg -100 kg +100 kg	-50 kg -60 kg -70kg +70 kg	-60 kg -70kg -80 kg -90 kg -100 kg +100 kg	-50 kg -60 kg -70kg +70 kg	-60 kg -70kg -80 kg -90 kg -100 kg +100 kg
Manche 1 Manche 2 Manche 3 **1 minute par manche** 30 sec repos entre chaque manche	Manche 1 Manche 2 Manche 3 **1 minute par manche** 30 sec repos entre chaque manche	Manche 1 Manche 2 Manche 3 **1 minute par manche** 30 sec repos entre chaque manche	Manche 1 Manche 2 Manche 3 **1 minute par manche** 30 sec repos entre chaque manche	Manche 1 Manche 2 Manche 3 Manche 4 Manche 5 **1 minute par manche** 30 sec repos entre chaque manche	Manche 1 Manche 2 Manche 3 Manche 4 Manche 5 **1 minute par manche** 30 sec repos entre chaque manche	Manche 1 Manche 2 Manche 3 Manche 4 Manche 5 **1 minute par manche** 30 sec repos entre chaque manche	Manche 1 Manche 2 Manche 3 Manche 4 Manche 5 **1 minute par manche** 30 sec repos entre chaque manche	Manche 1 Manche 2 Manche 3 Manche 4 Manche 5 **1 minute par manche** 30 sec repos entre chaque manche	Manche 1 Manche 2 Manche 3 Manche 4 Manche 5 **1 minute par manche** 30 sec repos entre chaque manche

En cas d'égalité, le plus léger l'emporte

CADETS/JUNIORS : Manche 1 : Mains nues contre bâton ; Manche 2 : Bâton contre mains nues ; Manche 3 : Mains nues contre mains nues

ADULTES/VETERANS/MASTER : Manche 1 : Mains nues contre couteau ; Manche 2 : Couteau contre mains nues ; Manche 3 : Mains nues contre bâton ; Manche 4 : Bâton contre mains nues, Manche 5 : Mains nues contre mains nus

Règlement
KICK BOXING

Selon le règlement XFC

1. CATÉGORIES

EDUCATIF : enfants 6-7 ans | Force maximale : 5%
Les échanges sont exclusivement éducatifs. Les techniques doivent être réalisées sous forme de touches légères, sans aucun impact, ni coup appuyé. L'objectif est l'apprentissage technique, la maîtrise et le respect du partenaire.

LIGHT CONTACT : Force maximale : 30%
Les frappes doivent être contrôlées et maîtrisées, avec une puissance limitée. Les coups de pied à la tête sont interdits. Toute frappe excessive peut être sanctionnée.

MEDIUM CONTACT : Force maximale : 50%
Les coups peuvent être appuyés mais doivent rester maîtrisés. Le KO n'est pas autorisé et ne doit jamais être recherché. Une puissance excessive ou une frappe manifestement destinée à provoquer un KO sera sanctionnée

FULL CONTACT : Uniquement adultes entre 18 et 35 ans | Force maximale 100%
Les frappes à pleines puissances sont autorisées et le KO est toléré dans le cadre normal du combat. Toutefois la recherche délibérée et excessive du KO au détriment de la maîtrise technique et de la sécurité de l'adversaire est interdite et sera pénalisée.

2. TECHNIQUES AUTORISEES

Les techniques autorisées sont:

- techniques de boxe ;
- coups de pied ;
- low kicks ;
- back fist et spinning back fist.

3. TEMPS DE COMBAT

Un combat se déroule **3 rounds d'1 minute** avec **30 secondes de repos** entre chaque round.
Le combattant qui remporte deux rounds remporte le combat.

4. PROTECTIONS

Les protections obligatoires sont les suivantes:

- Casque :
  - 5-10 ans avec grille/visière obligatoire
  - Grille/visière facultative LIGHT CONTACT et MEDIUM CONTACT
  - Sans grille/visière FULL CONTACT

- Plastron (facultatif)
- Protège tibia avec retour de pied
- Coquille obligatoire pour les hommes
- Protection poitrine pour les femmes
- Protège-dent obligatoire

- Gants fermés :
    - 5-6 ans : **6 oz**
    - 7-8 ans : **8 oz**
    - 9-17 ans : **10 oz**
    - Dès 18 ans : **12 oz**

Bandages obligatoires pour les catégories MEDIUM CONTACT et FULL CONTACT.

5. COUPS AUTORISÉS

À la tête

- coups de poing directs ;
- crochets ;
- uppercuts ;
- coups de pied autorisés.

Au corps

- coups de poing ;
- coups de pied.

Low kicks autorisés :

- intérieur de la cuisse ;
- extérieur de la cuisse ;
- arrière de la cuisse.

Balayages

Balayage du pied autorisé uniquement au niveau de la cheville.

Zones autorisées

- avant et côtés de la tête ;
- avant et côtés du torse ;
- pied au niveau de la cheville pour les balayages.

En light contact, les techniques doivent rester contrôlées.

6. TECHNIQUES INTERDITES

Pour l'ensemble des disciplines, sont notamment interdits :

- coups de coude ;
- coups de genoux
- coups de tête ;
- attaques à la gorge ;
- attaques aux parties génitales ;

- attaques aux articulations ;
- attaques à l'arrière de la tête et à la nuque ;
- attaques dans le dos ;
- frapper un adversaire au sol ;
- continuer à frapper après « STOP » ou « BREAK » ;
- techniques aveugles ;
- lutte et wrestling ;
- projections non autorisées ;
- saisir et conserver la jambe de l'adversaire ;
- attaquer un adversaire pris entre les cordes.

7. NOTATION DU COMBAT

Un point est attribué lorsqu'une technique autorisée atteint clairement une zone autorisée et répond notamment aux critères suivants :

- technique correcte ;
- équilibre ;
- efficacité ;
- précision ;
- timing ;
- distance ;
- contrôle et attitude sportive.

Une technique bloquée ou qui ne touche pas clairement sa cible n'est pas comptabilisée.

8. ISSUE DU COMBAT

Le combat peut notamment être remporté par :

Victoire
Le combattant ayant gagné 2 rounds remporte le combat.

Abandon
Un combattant ou son coach peut mettre fin au combat.

Arrêt de l'arbitre
L'arbitre peut arrêter le combat lorsque la sécurité d'un combattant l'exige.

Disqualification
Un combattant peut être disqualifié à la suite de fautes graves ou répétées.

KO – FULL CONTACT
Un combattant incapable de reprendre le combat après le compte réglementaire est déclaré battu par KO. Le règlement de ring suisse prévoit notamment le compte de 10 secondes.

9. AVERTISSEMENTS ET SANCTIONS

Toute technique interdite ou comportement antisportif peut entraîner :

1. **Remarque / avertissement verbal**

puis, selon la gravité ou la répétition :

2. **Avertissement officiel**

3. **Point négatif**

4. **Disqualification**

Une faute particulièrement grave ou volontaire peut entraîner une sanction immédiate, jusqu'à la disqualification.

10. CATEGORIE DE KICK BOXING

EDUCATIF	**LIGHT CONTACT**	**LIGHT CONTACT**	**LIGHT CONTACT**	**LIGHT CONTACT**	**LIGHT CONTACT**	**LIGHT CONTACT / MEDIUM CONTACT**	**LIGHT CONTACT / MEDIUM CONTACT**	**LIGHT / MEDIUM / FULL CONTACT**	**LIGHT / MEDIUM / FULL CONTACT**	**LIGHT CONTACT / MEDIUM CONTACT**	**LIGHT CONTACT / MEDIUM CONTACT**
POUSSINS 6/7 ans FILLE GARÇON	**PUPILLES** 8/9 ans FILLE GARÇON	**BENJAMIN** 10/11 ans FILLE GARÇON	**MINIME** 12/13 ans FILLE GARÇON	**CADETTE** 14/15 ans FEMININE	**CADET** 14/15 ans MASCULIN	**JUNIOR** 16/17 ans FEMININE	**JUNIOR** 16/17 ans MASCULIN	**SENIOR / ELITE (FULL)** 18/35 ans FEMININE	**SENIOR / ELITE (FULL)** 18/35 ans MASCULIN	**MASTER** 36/50 ans FEMININ	**MASTER** 36/50 ans MASCULIN
-18 kg -23 kg -28 kg -32 kg -37 kg -42 kg -47 kg +47 kg	-30kg -35 kg -40 kg -45 kg -50 kg + 50kg	-40 kg -45 kg -50 kg -55 kg -60 kg + 60kg	-45 kg -50 kg -55 kg -60 kg -60 kg -65 kg -70kg + 70 kg	- 50 kg -55 kg -60 kg - 65 kg -70kg -75 kg +70 kg	-50 kg -55 kg - 60 kg -65 kg -70 kg -75 kg - 80 kg -85 kg +90 kg	-50 kg -60 kg -70kg +70 kg	-50 kg -60 kg -70kg -80 kg -90 kg +90 kg	-50 kg -60 kg -70kg +70 kg	-60 kg -70kg -80 kg -90 kg -100 kg +100 kg	-50 kg -60 kg -70kg +70 kg	-60 kg -70kg -80 kg -90 kg -100 kg +100 kg
3 rounds **1 minute** 30 sec. repos entre chaque round	3 rounds **1 minute** 30 sec. repos entre chaque round	3 rounds **1 minute** 30 sec. repos entre chaque round	3 rounds **1 minute** 30 sec. repos entre chaque round	3 rounds **1 minute** 30 sec. repos entre chaque round	3 rounds **1 minute** 30 sec. repos entre chaque round	3 rounds **1 minute** 30 sec. repos entre chaque round	3 rounds **1 minute** 30 sec. repos entre chaque round	3 rounds **1 minute** 30 sec. repos entre chaque round	3 rounds **1 minute** 30 sec. repos entre chaque round	3 rounds **1 minute** 30 sec. repos entre chaque round	3 rounds **1 minute** 30 sec. repos entre chaque round

En cas d'égalité, le plus léger l'emporte

Règlement

BOXE ANGLAISE

Selon le règlement XFC

1. CATÉGORIES

EDUCATIF : enfants 6-7 ans | Force maximale : 5%
Les échanges sont exclusivement éducatifs. Les techniques doivent être réalisées sous forme de touches légères, sans aucun impact, ni coup appuyé. L'objectif est l'apprentissage technique, la maîtrise et le respect du partenaire.

LIGHT CONTACT : Force maximale : 30%
Les frappes doivent être contrôlées et maîtrisées, avec une puissance limitée. Les coups de pied à la tête sont interdits. Toute frappe excessive peut être sanctionnée.

MEDIUM CONTACT : Force maximale : 50%
Les coups peuvent être appuyés mais doivent rester maîtrisés. Le KO n'est pas autorisé et ne doit jamais être recherché. Une puissance excessive ou une frappe manifestement destinée à provoquer un KO sera sanctionnée

FULL CONTACT : Uniquement adultes entre 18 et 35 ans | Force maximale 100%
Les frappes à pleines puissances sont autorisées et le KO est toléré dans le cadre normal du combat. Toutefois la recherche délibérée et excessive du KO au détriment de la maîtrise technique et de la sécurité de l'adversaire est interdite et sera pénalisée.

L'âge est déterminé par **l'année de naissance**.

2. TEMPS DE COMBAT

Un combat se déroule **3 rounds d'1 minute** avec **30 secondes de repos** entre chaque round.
Le combattant qui remporte deux rounds remporte le combat.

3. PROTECTIONS ET ÉQUIPEMENT

Selon la catégorie et le règlement applicable :

- Casque :
  - 5-10 ans avec grille/visière obligatoire
  - Grille/visière facultative LIGHT CONTACT et MEDIUM CONTACT
  - Sans grille/visière FULL CONTACT

- Coquille obligatoire pour les hommes
- Protection poitrine pour les femmes
- Protège-dent

- Gants fermés :
  - 5-6 ans : 6 oz
  - 7-8 ans : 8 oz
  - 9-17 ans : 10 oz
  - Dès 18 ans : 12 oz

- tenue réglementaire de boxe.

4. COUPS AUTORISÉS

En boxe anglaise, seules les frappes exécutées avec la **partie avant du gant fermé** sont autorisées.

À la tête
Les coups de poing peuvent atteindre :
- l'avant de la tête ;
- les côtés de la tête.

Au corps
Les coups de poing peuvent atteindre :
- l'avant du torse ;
- les côtés du torse au-dessus de la ceinture.

Techniques principales
Sont notamment utilisées :
- direct ;
- jab ;
- crochet ;
- uppercut.

Les frappes doivent être exécutées conformément aux règles techniques de la boxe.

5. COUPS ET TECHNIQUES INTERDITS

Sont notamment interdits :
- frapper sous la ceinture ;
- frapper avec le coude ;
- frapper avec l'avant-bras ;
- frapper avec l'épaule ;
- frapper avec la tête ;
- frapper avec le genou ;
- frapper avec le pied ;
- frapper avec le gant ouvert ;
- frapper avec l'intérieur du gant ;
- frapper avec le poignet ;
- frapper avec le côté ou le revers de la main ;
- frapper derrière la tête ;
- frapper la nuque ;
- frapper le dos ;

- frapper un adversaire au sol ;
- tenir l'adversaire et le frapper ;
- faire trébucher ou projeter volontairement l'adversaire ;
- pousser volontairement l'adversaire ;
- lutter ;
- maintenir les bras de l'adversaire ;
- continuer à frapper après l'ordre **STOP** ou **BREAK** ;
- adopter un comportement antisportif.

6. CLINCH

Le clinch peut survenir durant le combat, mais il ne doit pas être utilisé pour empêcher volontairement l'adversaire de boxer.
Lorsque les deux combattants sont immobilisés dans un corps-à-corps, l'arbitre peut donner l'ordre : **BREAK**
Les combattants doivent alors se séparer avant de reprendre le combat.
Il est interdit de **tenir l'adversaire d'une main et de le frapper de l'autre**.

7. ZONES INTERDITES

Il est interdit de frapper :

- sous la ceinture ;
- derrière la tête ;
- à la nuque ;
- dans le dos ;
- un adversaire au sol.

Une frappe portée volontairement dans une zone interdite peut entraîner un avertissement, une déduction de points ou une disqualification selon sa gravité.

8. NOTATION DU COMBAT

Le combat est évalué **round par round** par les juges.
Les juges tiennent notamment compte des coups réglementaires qui atteignent clairement leur cible ainsi que de la qualité technique et tactique du combat conformément aux règles de jugement applicables.
Le combattant qui remporte le round reçoit normalement : **10 points**
Son adversaire reçoit un nombre inférieur de points en fonction du déroulement du round et des éventuelles sanctions.
Le vainqueur est déterminé à l'issue du combat par les cartes des juges.

9. COMPTAGE

Lorsqu'un combattant subit une action réglementaire qui justifie un compte, l'arbitre commence le comptage.
Le combattant doit démontrer qu'il est en état de poursuivre le combat.
L'arbitre reste seul juge de la capacité du combattant à continuer.

10. ISSUE DU COMBAT

Un combat peut notamment être remporté :

Aux points
Décision des juges à l'issue des rounds.

Par abandon
Un combattant ou son coin décide de mettre fin au combat.

Par arrêt de l'arbitre – RSC
L'arbitre considère qu'un combattant n'est plus en mesure de poursuivre le combat en sécurité.

Par KO – FULL CONTACT
Le combattant n'est pas en mesure de reprendre le combat avant la fin du compte réglementaire.

Par disqualification
À la suite d'une faute grave ou de fautes répétées.

Par forfait
Un combattant ne se présente pas ou n'est pas en mesure de combattre.

11. AVERTISSEMENTS ET SANCTIONS

Une infraction au règlement peut entraîner :
1. Remarque de l'arbitre
2. Avertissement officiel
3. Déduction de point(s)
4. Disqualification
Une faute particulièrement dangereuse, grave ou intentionnelle peut entraîner une disqualification sans devoir nécessairement passer par l'ensemble des étapes précédentes.

12. ARRÊT DU COMBAT

L'arbitre peut arrêter immédiatement le combat lorsqu'il considère qu'un combattant :

- ne se défend plus intelligemment ;
- est manifestement dominé ;
- est blessé ;
- ne peut plus poursuivre le combat sans danger ;
- ne répond plus correctement aux instructions ;
- présente un risque pour sa sécurité.

La protection de la santé du combattant prime sur le résultat sportif.

13. CATEGORIE DE BOXE ANGLAISE

EDUCATIF	**LIGHT CONTACT**	**LIGHT CONTACT**	**LIGHT CONTACT**	**LIGHT CONTACT**	**LIGHT CONTACT**	**LIGHT CONTACT / MEDIUM CONTACT**	**LIGHT CONTACT / MEDIUM CONTACT**	**LIGHT / MEDIUM / FULL CONTACT**	**LIGHT / MEDIUM / FULL CONTACT**	**LIGHT CONTACT / MEDIUM CONTACT**	**LIGHT CONTACT / MEDIUM CONTACT**
POUSSINS 6/7 ans FILLE GARÇON	**PUPILLES** 8/9 ans FILLE GARÇON	**BENJAMIN** 10/11 ans FILLE GARÇON	**MINIME** 12/13 ans FILLE GARÇON	**CADETTE** 14/15 ans FEMININE	**CADET** 14/15 ans MASCULIN	**JUNIOR** 16/17 ans FEMININE	**JUNIOR** 16/17 ans MASCULIN	**SENIOR / ELITE (FULL)** 18/35 ans FEMININE	**SENIOR / ELITE (FULL)** 18/35 ans MASCULIN	**MASTER** 36/50 ans FEMININ	**MASTER** 36/50 ans MASCULIN
-18 kg -23 kg -28 kg -32 kg -37 kg -42 kg -47 kg +47 kg	-30kg -35 kg -40 kg -45 kg -50 kg + 50kg	-40 kg -45 kg -50 kg -55 kg -60 kg + 60kg	-45 kg -50 kg -55 kg -60 kg -60 kg -65 kg -70kg + 70 kg	-50 kg -55 kg -60 kg - 65 kg -70kg -75 kg +70 kg	-50 kg -55 kg - 60 kg -65 kg -70 kg -75 kg - 80 kg -85 kg +90 kg	-50 kg -60 kg -70kg +70 kg	-50 kg -60 kg -70kg -80 kg -90 kg +90 kg	-50 kg -60 kg -70kg +70 kg	-60 kg -70kg -80 kg -90 kg -100 kg +100 kg	-50 kg -60 kg -70kg +70 kg	-60 kg -70kg -80 kg -90 kg -100 kg +100 kg
3 rounds **1 minute** 30 sec. repos entre chaque round	3 rounds **1 minute** 30 sec. repos entre chaque round	3 rounds **1 minute** 30 sec. repos entre chaque round	3 rounds **1 minute** 30 sec. repos entre chaque round	3 rounds **1 minute** 30 sec. repos entre chaque round	3 rounds **1 minute** 30 sec. repos entre chaque round	3 rounds **1 minute** 30 sec. repos entre chaque round	3 rounds **1 minute** 30 sec. repos entre chaque round	3 rounds **1 minute** 30 sec. repos entre chaque round	3 rounds **1 minute** 30 sec. repos entre chaque round	3 rounds **1 minute** 30 sec. repos entre chaque round	3 rounds **1 minute** 30 sec. repos entre chaque round

En cas d'égalité, le plus léger l'emporte