



## **STEVNELEGE I FULLKONTAKT – ARBEIDSBESKRIVELSE REV.1/12**

---

Arbeidsbeskrivelse, sjekklister og opplæring for stevnelege, også kalt kamplege, ved fullkontaktsstevner i Norges kickboxingforbund (NKBF).

### **Allment**

Fullkontakt kickboxing drives i Norge i regi av NKBF, og er regulert av følgende:

- Lov om organisert kampaktivitet som tillater knockout.
- Forskrift om sikkerhetsbestemmelser til lov om organisert kampaktivitet som tillater knockout.
- Norges kickboxingforbunds kampreglement for fullkontakt kickboxing.

Norges kickboxingforbund har dispensasjon til å drive med idrett som tillater knockout, dvs. fullkontakt kickboxing. På stevner der det skal gås fullkontaktskamper, skal det være lege tilstede til enhver tid, og vedkommende skal følge kampen. Må legen av en eller annen grunn forlate lokalet, så skal evt. pågående kamp stoppes.

### **Overordnede**

NKBFs forbundslege; Faisal Butt.

Stevnets hoveddommer, som er hovedansvarlig og juridisk ansvarlig for stevnet i sin helhet.

Hoveddommer skal forsikre seg om at stevnelegen kjenner innholdet i dette dokument. Det skal skrives ut i to eksemplarer, et til legen og et til hoveddommer. Begge skal signere på siste side.

### **Krav til kvalifikasjoner**

For å opptre som kamplege, må man være ferdig utdannet lege. En turnuslege er kun autorisert til å jobbe på steder med veiledet tjeneste, dvs. at det må være en veileder (som har det overordnede ansvaret) fysisk til stede, eller fungere som bakvakt (mulig å få tak i pr. telefon, og som kan komme på stedet innen 20 min.). Stevnelegen skal ha hatt opplæring i kampteknikker og treffpunkter i kickboxing, og ha satt seg inn i kampreglementet. Reglementet i sin helhet kan fås hos hoveddommer eller hos stevnearrangør på forhånd. Det finnes også på [www.kickboxing.no](http://www.kickboxing.no). De viktigste punktene er tatt med på de følgende sidene. Hoveddommer har ansvaret for at stevnelegen har gjennomgått den nødvendige opplæringen.

### **Ansvarsområde/arbeidsoppgaver**

Stevnelegen har ansvar for å påse at utøveren er konkurransedyktig før kampstart. Til grunn for vurderingen skal det foreligge en konsultasjon utført av stevnelegen, pluss helseattest og kampbok. Dersom deltagelse ikke er medisinsk forsvarlig, skal legen informere hoveddommer.

Stevnelegen skal være til stede ved ringen under hele kampen og skal kun overvære én kamp av gangen. Han/hun har rett til å stoppe kampen ved fare for skade.

Etter stevnet skal legen fylle ut skadeskjema/stevnerapport, uansett om det har vært skader eller ikke. Denne rapporten skal leveres til hoveddommer.

### **Myndighet**

Legen kan stanse en kamp dersom han/hun mener at utøveren ikke er i stand til å fortsette. Legen kan også nekte en utøver å stille til kamp, dersom vedkommende ikke er fysisk eller psykisk i stand til å gå kamp.



## **STEVNELEGE SKAL SOM ET MINIMUM HA KJENNSKAP TIL FØLGENDE PUNKTER I FULLKONTAKTSREGLEMENTET:**

---

### **§ 3 KAMPBOK**

Enhver utøver skal ha egen kampbok. Den skal være utfylt med navn, signatur, bilde, alder, graderinger, ferdighetsmerker, kamputfall, lisensnummer og gyldig helseattest.

Hver knockout, RSCH, og annen skade av betydning for kampaktivitet, hver karantene og lengden av disse, samt resultater av pålagt medisinske undersøkelser etter karanteneslutt og tillatelse til å fortsette kampaktivitet, skal føres inn i kampboka.

Kamplederen har ansvar for at kamputfall, skader og karantene blir registrert, legen for medisinske resultater og tillatelse til å gå kamp igjen. Klubbleder/graderingsansvarlig har ansvaret for rett beltegradering.

Alle utøvere skal ha kampboka med på stevnene. Kan den ikke forevises får ikke utøveren delta. Kampboka leveres sekretariatet og fås igjen etter siste kamp.

### **§ 4 HELSEATTEST**

Utøverne skal legge fram helseattest på stevnene. Den skal være utstedt av lege, under ett år gammel og innført i utøverens kampbok. Som helseattest skal benyttes det til enhver tid gjeldende NKBF legeskjema.

### **§ 6 MEDISINSKE KARANTENEBESTEMMELSER OG SKADEREGISTRERING**

#### **a) Medisinske karantenebestemmelser**

Alle utøvere som blir slått ut til hodet under kamp eller på trening, eller hvor kamplederen eller legen har stoppet kampen pga av støt mot hodet, skal automatisk ha karantene. Om det var en ren treff, en ulovlig teknikk eller et uhell, har ingen betydning for karantenen.

På trening eller aktiviteter utenfor NKBF-stevner, er det lege eller trener som skal ilegge karantene i henhold til NKBFs karantenebestemmelser, og straks innrapportere til forbundet/ dommerkomiteen

- Ved knockout (KO) skal utøveren ha karantene i minst 8 uker.
- Stoppes kampen pga. støt mot hodet, skal utøveren ha karantene i minst 4 uker. Kamplegen bør imidlertid vurdere lengre karantene. (RSCH).
- Ved andre gang i løpet av 12 måneder, knockout eller RSCH, er karantenen på 4 måneder.
- Tredje gang i løpet av 12 måneder er karantenen på 12 måneder.
- Karantenen starter samme dag tildragelsen fant sted.
- Kamplegen kan ut fra en medisinsk begrunnelse fastsette lengre karantene enn bestemt ovenfor. Han kan også gi karantene selv om ikke kampen har blitt stoppet, men utøveren har fått hard medfart mot hodet. Sykehuslegen kan på bakgrunn av undersøkelser eller scanning av hodet, utvide karantenen ytterligere.
- Karantenetiden er en minimumsperiode og kan ikke overprøves, selv om hodescanning ikke skulle vise noen synlige skader.



- I karantenetiden skal ikke utøveren delta verken i sparring eller annen kamptrening. Karantenen gjelder alle grener av kickboksingen uavhengig av i hvilken gren karantenen ble ilagt.
- Ilagte karantener skal skrives i kampboka, protokollføres og innrapporteres til NKBF.
- Før en utøver som har fått karantene som følge av støt mot hodet igjen kan delta i kampaktivitet, skal han vurderes av spesialist i nevrologi eller nevrokirurgi. Til grunn for vurderingen skal det foreligge en computertomografiundersøkelse (CT) av hodet. Legen kan imidlertid kreve ytterligere undersøkelser for å kartlegge utøverens helsetilstand. Undersøkelseresultatet og eventuell tillatelse til å fortsette kampaktivitet (f.eks. ny legeattest), skal føres inn i kampboka og innrapporteres til forbundet.
- Skader i internasjonale aktiviteter som kan gi karantene iht ovennevnte definisjon, skal føres i kampboka av kamplegen. Hvis dette ikke gjøres, skal coach kommentere dette i kampboka og varsle forbundet. Coach/reiseleder forplikter seg uansett til å fylle ut et eget skaderapportskjema som sendes forbundet. Ved skader som gir grunnlag for karantene, vil forbundslegen utstede karantene etter vanlig stevnepraksis.

## b) Skaderegistrering

Dersom det avdekkes symptomer og tegn på alvorlig skade på, eller sykdom i nervesystemet, eller det fremkommer opplysninger i anamnesen (sykehistorien) om alvorlige skader og sykdommer, plikter hoveddommeren å påse at utøveren nektes å delta i kamp.

Trenere og andre ledere er ansvarlige for å registrere utøvere som får skader, alvorlig sykdom, eller som på grunn av andre uhell åpenbart ikke bør delta i konkurranser. De plikter også å få sine utøvere til å gjennomgå legekontroll.

Alle skader skal innrapporteres til NKBF.

## § 12 TREFFPUNKT

Tillatte treffpunkt:

- Hode - front og side
- Overkropp - front og side (over hoftehøyde)
- Foten - under ankel (kun for feiing)

## § 13 KAMPTEKNIKKER

Tillatte teknikker:

### Armteknikker:

- Alle bokseteknikker - med hanskens hvite slagfelt.
- Back Hand - kun med fremste arm og hanskens hvite slagfelt.

### Fotteknikker:

- Front kick
- Side kick
- Round kick – kun med nedre del av leggen og vristen.
- Hook kick
- Crescent kick – både inn og utvendig
- Axe kick – kun i front av hodet (ikke oppå hodet eller skuldrene)
- Turn kick
- Spinn kicks



- Jump kicks
- Sweep/fotfeining - kun tillatt på fotbeskytter under ankelen, inn- eller utvendig av foten. Må utføres med innsiden av foten.

#### § 14 FORBUDTE OG UREGLEMENTERTE TREFFPUNKT, TEKNIKKER OG OPPTREDEN

Det er forbudt eller ureglementert å:

- Angripe oppe på hodet, baksiden av hodet, nakken, halsen, oppe på skuldrene, rygg, nyrer, underlivet, lysken, bena eller ledd.
- Bruke kne, ankler, albue, innside av hansken, handkant, håndledd, tommel, skulder eller hodestøt.
- Holde eller dra motstanderen inn i spark eller slag, dytte, bryte, holde i ringrepet idet man utfører teknikker, eller angripe en motstander som faller, eller har falt på gulvet, eller er fast i ringrepet.
- Utøve ukontrollerte og urene teknikker, uren stil og for lavt hode.
- Forholde seg passivt, snu ryggen til motstanderen, 'løpe vekk', falle med vilje eller bevisst klenging.
- Fortsette kampen etter at kommando 'stop' er gitt, eller når runden eller kampen er over, eller å forlate ringen før kampen er over.
- Smøre inn kropp eller ansikt med olje.
- Spytt ut tannbeskytteren med vilje.
- Unnlate å følge kamplederens ordrer, opptre fornærmende eller unødige aggressiv i ringen.

Ved brudd på reglene skal kamplederen avhengig av graden, gi tilsnakk, advarsel, minuspoeng eller diskvalifisere utøveren.

#### § 16 KAMPLENGDE

Kamptid er 3 runder à 2 minutter effektiv kamptid. Det er 1 minutt pause mellom rundene.

- I oppsatte kamper, lagkamper eller profesjonelle kamper kan det være 3, 5 eller 6 runder à 2 minutter.
- En utøver kan ha maksimalt 12 minutter effektiv kamptid pr. døgn.
- Dersom en utøver går 2 kamper i løpet av 1 døgn, skal det være minst 6 timer pause mellom kampene.
- Har en utøver gått 2 kamper i løpet av 1 døgn, må han hvile i minimum 12 timer før han igjen kan gå kamp.
- En runde kan ha maks 2 minutter effektiv kamptid.



## SJEKKLISTE

---

### FØR KAMP - VURDERE:

1. **Allmenntilstand** (Slapphet, pareser, tale, klar og orientert, febril, etc.)
2. **Gange** (Stødig? Dersom i tvil undersøk tå- og hælgang, evt. Rombergs test.)
3. **Blikk** (Kontakt, motilitet, pupiller etc.)

Dersom legen er i tvil eller mistenker noe skal det suppleres med utvidet medisinsk klinisk undersøkelse (*orienterende neurologisk undersøkelse, cor, pulm, abdomen, thorax, columna, bekken og ekstremiteter*). Kampansvarlig leder (hoveddommer) informeres dersom deltakelsen er medisinsk uforsvarlig.

**HUSK!** Utøveren skal legge frem helseattest (under 1 år gammel) og startbok før kampstart.

### SYMPTOMER/REAKSJONER PÅ HODESKADE:

Symptomer på at utøver har tatt imot harde eller mange slag mot hodet hvor fare for skade forekommer:

- Ustø ganglag
- Sløret blikk
- Klarer ikke feste blikket

Kampleder er trent for å se etter disse symptomene og skal hvis de forekommer stoppe kampen, og straks foreta en telling av utøveren. Hvis ikke symptomene opphører innen kampleder har talt til 8 skal kampleder telle ut utøveren og stanse kampen.

- K.O. slag/spark mot hakeparti vil få utøver til å falle med helt stiv kropp.
- K.O. slag/spark mot tinning vil medføre at beina vil svikte og utøveren ramler sammen i en synkende bevegelse.
- K.O. slag/spark mot nakke hvor hovedpulsåre blir truffet vil føre til plutselig økt blodstrøm til hjernen og utøver visner momentant og blir borte fra 10-30 sekunder. Dette slaget/sparket trenger ikke være utført med stor styrke, det er den plutselige blodstrømmen som forårsaker hjernens "shut down".

### Underskrift

Det bekreftes med dette at stevnelege har mottatt og lest denne arbeidsbeskrivelsen, og at hoveddommer har sørget for en generell briefing i fullkontakt kickboxing.

Sted: \_\_\_\_\_

Dato: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
Legens underskrift

\_\_\_\_\_  
Hoveddommers underskrift

Lege og hoveddommer beholder et eksemplar hver.