



## Règlement pour le HANDICOMBAT UFLB

### Adaptés aux Personnes en Situation de Handicap.

**Article 1 : Objectif et valeurs** Le règlement des sports de combat UFLB adaptés vise à promouvoir l'inclusion, le respect, et la sécurité des personnes en situation de handicap, tout en leur permettant de pratiquer une activité sportive dans un environnement bienveillant et compétitif.

**Article 2 : Catégorisation des participants** Les participants sont répartis en différentes catégories en fonction de leur type de handicap (moteur, visuel, auditif, etc.) et du niveau d'autonomie, afin de garantir l'équité des combats :

- **Handicap moteur léger/modéré**
- **Handicap visuel total/partiel**
- **Handicap auditif**
- **Multi-handicap**

Des adaptations spécifiques à chaque catégorie sont appliquées pour ajuster les règles et les équipements.

### Article 3 : Mesures de sécurité

1. **Protection obligatoire** : Tous les participants doivent porter un équipement de protection adapté (casque, gants, protège-dents, plastrons, protège-tibias, etc.).
2. **Assistance médicale** : Un médecin spécialisé doit être présent sur le lieu de la compétition, avec une capacité à intervenir rapidement en cas de blessure ou de malaise.
3. **Encadrement renforcé** : Les coaches et arbitres doivent être formés aux besoins spécifiques des personnes en situation de handicap et veiller au bon déroulement des combats, tout en assurant la sécurité des pratiquants.

### Article 4 : Adaptations des règles

1. **Contact et intensité** : En fonction du handicap, l'intensité des contacts peut être adaptée (par exemple, moins de frappes directes en cas de déficience visuelle).
2. **Durée des combats** : La durée des rounds peut être ajustée pour permettre un effort plus court ou des pauses plus fréquentes, selon la condition physique des participants.
3. **Zones autorisées pour les frappes** : Certaines zones du corps peuvent être exclues des frappes en fonction du type de handicap (par exemple, protection renforcée du tronc pour les personnes avec un handicap moteur).

#### **Article 5 : Adaptation des équipements**

1. **Équipement spécialisé** : Les équipements peuvent être modifiés pour convenir aux participants (gants plus souples, supports orthopédiques, etc.).
2. **Terrains et surfaces** : La surface de combat doit être adaptée pour éviter les glissades et chutes dangereuses, avec une zone suffisamment large pour permettre des déplacements en fauteuil ou autres dispositifs.

#### **Article 6 : Arbitrage et respect**

1. **Arbitrage inclusif** : Les arbitres doivent être formés aux spécificités des sports de combat UFLB adaptés et veiller au respect des règles de sécurité et d'équité.
2. **Comportement et respect** : Tout comportement antisportif, irrespectueux ou discriminatoire sera sévèrement sanctionné. Les participants et les accompagnants doivent maintenir un esprit de fair-play.

**Article 7 : Classement et récompenses** Le classement des compétitions se fait en fonction des performances et de l'adaptation au handicap. Tous les participants sont encouragés et récompensés, que ce soit par des médailles ou des mentions honorifiques, valorisant non seulement les résultats sportifs mais aussi l'esprit de participation.

**Article 8 : Formation et sensibilisation** Les entraîneurs, arbitres et organisateurs doivent suivre des formations régulières sur les techniques d'adaptation et les spécificités des sports de combat UFLB pour les personnes en situation de handicap. Ils doivent également sensibiliser l'ensemble des participants et du public à l'inclusion et au respect des différences.

**Article 9 : Public et supporters** Les événements doivent être accessibles au public, avec des aménagements prévus pour accueillir les personnes à mobilité réduite, les malvoyants, et les malentendants. Les spectateurs doivent être sensibilisés aux valeurs d'inclusion et de respect.

**Article 10 : Droit à l'épanouissement personnel** Le règlement reconnaît l'importance pour chaque participant de pouvoir s'épanouir à travers le sport, quel que soit son niveau ou son handicap. L'accent est mis sur la progression personnelle et la satisfaction de participer, en minimisant l'aspect compétitif si nécessaire.

## Combat au Sol (Naban)

1. **Évaluation des Capacités** : Avant de commencer, évalue les capacités physiques et les besoins spécifiques de chaque participant pour adapter les techniques et les règles en conséquence.
2. **Adaptation des Techniques** : Utilise des techniques adaptées aux capacités des participants. Par exemple, des techniques de contrôle et de soumission peuvent être modifiées pour éviter des mouvements douloureux ou dangereux.
3. **Sécurité Prioritaire** : Assure-toi que les équipements de protection sont adaptés et bien ajustés. Les surfaces de combat doivent être confortables et sécurisées.
4. **Encadrement Spécialisé** : Les séances doivent être encadrées par des instructeurs formés pour travailler avec des personnes handicapées. Ils doivent être capables de modifier les techniques en fonction des besoins individuels.
5. **Communication** : Encourage une communication ouverte entre les participants et les instructeurs pour adapter les mouvements et les techniques en fonction des sensations et des besoins de chacun.
6. **Respect des Limites** : Les règles doivent respecter les limites physiques de chaque participant. Les mouvements doivent être contrôlés pour éviter toute forme de blessure.

## Boxe Birmane (Lethwei) ou Bando Kick Boxing (BKB) Adaptée

1. **Équipements de Protection** : Les gants, protège-tibias, protège-dents et autres équipements doivent être adaptés pour garantir la sécurité des participants, en tenant compte des différents types de handicap.
2. **Adaptation des Techniques** : Les techniques de frappe et de coup doivent être modifiées pour éviter des mouvements qui pourraient être inconfortables ou dangereux. Par exemple, limiter l'utilisation des coups de pied pour ceux qui ont des difficultés de mobilité.
3. **Ajustement des Règles de Compétition** : Les règles doivent permettre des ajustements selon le handicap, comme des rounds plus courts ou des pauses plus fréquentes.
4. **Entraînement Individualisé** : Les séances d'entraînement doivent être adaptées aux besoins individuels des participants. Les techniques doivent être enseignées en tenant compte des capacités physiques de chacun.
5. **Supervision et Encadrement** : Assure une supervision adéquate par des instructeurs expérimentés dans l'adaptation des sports de combat aux personnes handicapées.
6. **Accessibilité et Exclusivité** : Assure-toi que les installations sont accessibles et que l'environnement est inclusif. Les participants doivent se sentir valorisés et respectés.

## Remarques Importantes

- **Consulter les Professionnels** : Il est essentiel de travailler avec des physiothérapeutes, des ergothérapeutes ou d'autres professionnels de la santé pour élaborer des règles et des techniques appropriées.
- **Formation Continue** : Les entraîneurs et les instructeurs doivent suivre des formations continues pour rester informés sur les meilleures pratiques pour travailler avec des personnes handicapées.
- **Encourager le Respect et la Bienveillance** : Le respect mutuel et la bienveillance sont essentiels pour créer un environnement où chaque participant peut s'épanouir.

Ces règles doivent être ajustées en fonction des besoins spécifiques de chaque individu et des particularités des situations. L'objectif est de créer un environnement sûr, respectueux et inclusif pour tous les participants.

