

КОМПЛЕКСНЫЕ ЕДИНОБОРСТВА

1. Спортивная подготовленность

(максимальное количество – 60 баллов)

1. Демонстрация техники ударов руками – 20 баллов.
2. Демонстрация техники ударов ногами. – 20 баллов.
3. Демонстрация комплексов (ката) - 20 баллов.

2. Специальные требования

Вольный бой – 2 минуты – 20 баллов.

Специальные требования оцениваются по количественному показателю эффективности (КОПЭ), который определяется как отношение числа оцененных приемов к числу попыток их выполнения (КОПЭ определяется экспертами).

3. Физическая подготовленность

Физическая подготовленность определяется по результатам теста сгибание рук в упоре лежа за 20 с (кол. раз).

Мужчины

Баллы	До 60 кг	60-84 кг	свыше 84 кг
	Кол-во	Кол-во	Кол-во
20	25	25	23
19	24	24	22
18	23	23	21
17	22	22	20
16	21	21	19
15	20	20	18
14	19	19	17
13	18	18	16
12	17	17	15
11	16	16	14
10	15	15	13
9	14	14	12
8	13	13	11
7	12	12	10
6	11	11	9
5	10	10	8
4	9	9	7
3	8	8	6
2	7	7	5
1	6	6	4

Женщины

Баллы	До 60 кг	60-84 кг	свыше 84 кг
	Кол-во	Кол-во	Кол-во
20	20	20	20
19	19	19	19
18	18	18	18
17	17	17	17
16	16	16	16
15	15	15	15
14	14	14	14
13	13	13	13
12	12	12	12
11	11	11	11
10	10	10	10
9	9	9	9
8	8	8	8
7	7	7	7
6	6	6	6
5	5	5	5
4	4	4	4
3	3	3	3
2	2	2	2
1	1	1	1