



# FQBM

FÉDÉRATION QUÉBÉCOISE DE BOXE MIXTE AMATEUR (FQBM)  
ou QUEBEC MIXED MARTIAL ARTS FEDERATION (QAMMAF)  
1155 boul. René-Lévesque Ouest, suite 2500, Montréal, QC, H3B 2K4  
info@fqbm.ca fqbm.ca

## Fautes

1. mordre l'adversaire;
2. coup de poing marteau (hammer punch);
3. agripper les vêtements et les gants;
4. frapper ou charger avec la tête;
5. ignorer les commandements de l'arbitre;
6. coup de coude;
7. attaquer l'arbitre ou se conduire envers lui d'une façon agressive;
8. essayer de frapper l'adversaire immédiatement après que l'arbitre commande le «break» et avant de reculer;
9. frapper l'adversaire sur les parties génitales ou aux genoux;
10. faire un grappin aux parties génitales ou à la gorge;
11. attaquer les yeux, les oreilles ou la bouche de l'adversaire avec ses doigts;
12. griffer, pincer ou égratigner l'adversaire;
13. frapper l'adversaire à la gorge;
14. étrangler l'adversaire avec la rotule ou la pointe du coude;
15. tirer les cheveux de l'adversaire;
16. frapper intentionnellement aux reins, dans le dos de l'adversaire, à la nuque ou en arrière de la tête; toutefois, un coup porté à la tête, derrière l'oreille ou sur le côté du cou alors que l'adversaire tourne la tête pour l'éviter ne constitue pas une faute;
17. Pour se défaire d'une clef de bras d'un adversaire qui est sur le dos, vous pouvez le soulever en le rabattant au sol, mais le dos de celui-ci ne doit pas dépasser le niveau de votre ceinture ou la poitrine de celui-ci ne doit pas dépasser votre poitrine et en aucun cas vous ne devez faire tomber l'adversaire sur la tête ou sur la nuque.

## Suite Fautes

18. frotter le velcro du gant sur la figure de l'adversaire
19. utiliser un langage vulgaire ou déplacé dans le ring
20. poser un geste antisportif ou un geste qui est au détriment du bon renom de la boxe mixte ou arts martiaux mixte amateur
21. doigt dans les yeux;
22. lors d'échange de coups frappés en position debout, un concurrent ne peut frapper son adversaire à la tête ou au visage, avec ses pieds lorsque celui-ci appuie une autre partie de son corps au sol, excluant ses pieds. C'est-à-dire qu'aussitôt que l'adversaire appuie soit une main, un coude, un genou au sol ou qu'il se retrouve sur son fessier.
23. coup direct au visage, c'est-à-dire sur le nez avec la paume de la main ouverte
24. le combattant qui applique une clé articulaire de façon brutale ou clé articulaire en torsion et non contrôlée qui entraîne une blessure;
25. coup de genoux au sol;
26. coup de genoux au visage;
27. torsion du cou;
28. clé de doigts ou d'orteils;
29. coup de talon sur le dessus du pied lorsque vous êtes en position debout;
30. pression directe sur la trachée (pointe du coude, pouces, doigts, et pointe du poignet);
31. amener le concurrent au sol avec une clé articulaire;
32. faire tomber l'adversaire tête première sur le tapis;
33. agripper les câbles ou le grillage, sortir de la surface de combat intentionnellement;
34. se retenir aux câbles ou au treillis métallique plastifié.
35. souplesse arrière en ligne droite;
36. torsion de la cheville ou du genou;
37. refuser intentionnellement de combattre ou retarder le combat en se présentant sans l'équipement requis;



# FQBM

FÉDÉRATION QUÉBÉCOISE DE BOXE MIXTE AMATEUR (FQBM)  
ou QUEBEC MIXED MARTIAL ARTS FEDERATION (QAMMAF)  
1155 boul. René-Lévesque Ouest, suite 2500, Montréal, QC, H3B 2K4  
info@fqbm.ca fqbm.ca

## Techniques permises

### **A. en position debout:**

1. coup de poing au visage au corps et aux jambes sauf dans la région des genoux;
2. les frappes avec le pied ou le tibia sont permises au corps, aux jambes sauf dans la région des genoux et seulement sur le devant, le côté de la tête ou du visage;
3. le concurrent qui est debout peut frapper avec ses pieds, son adversaire qui est au sol aux jambes seulement;
4. coup de genoux permis au corps seulement en position debout, illégale au sol;
5. les envois au sol permis incluent les projections, les balayages, les fauchages et les « take down »;
6. les soumissions par étranglement et par clé articulaire en extension;
7. Lorsqu'un combattant se retrouve dans la "guard position", soit à genoux ou en position debout, il peut frapper son concurrent avec les poings aux jambes, au corps, au visage ou à la tête et il peut frapper avec les pieds seulement les jambes de l'adversaire;

### **B. techniques autorisées au sol;**

1. coup de poing au visage, au corps et aux jambes sauf dans la région des genoux;
2. les soumissions par étranglement et par clés articulaires en extension;
3. les immobilisations avec tentative de soumission;
4. une pression de l'avant-bras sur la trachée;
5. le combattant qui est en position défensive sur le dos (guard position), coup de talon aux côtes, aux cuisses et coup de pied poussé (push kick) au corps. Coup de poing au corps, sur le devant et le côté du visage ou à la tête; le combattant qui est en position défensive sur le dos (guard position), coup de talon aux côtes, aux cuisses et coup de pied poussé (push kick) au corps. Coup de poing au corps, sur le devant et le côté du visage ou à la tête;

### **C. Inactivité:**

si les combattants sont immobilisés et inertes au sol, sans que l'un deux soit en position monté ou en avantage pour l'un des concurrents, l'arbitre pourra arrêter le combat et le faire reprendre en position debout;