

M-1 日本ルール

～M-1 JAPAN BYLAWS, RULES AND REGULATIONS～

第1章 使用グローブ

スーパーフェザー級（58.97kg）以下は、6oz をスーパーフェザー級超、ミドル級（72.57kg）以下は、8oz をミドル級超は、10oz を使用する。

第2章 バンテージ

綿製の包帯を使用する。

第3章 テーピング

使用部位について、手首から先以外は、基本的に禁止とする。例外は、リングドクターの許可をもらい、審判員の認可を得た上で許可される。

第4章 ユニホーム

第1項 パンツ

通常のエタイトランクスでないものは、主催者の許可を必要とする。

第2項 装備品の色

赤コーナーは、青系を主としない色を使用。青コーナーは、赤系を主としない色を使用。

第3項 禁止装備品

シャツ、シューズの使用は禁止。

第4項 ファールカップ

鉄製またはカーボン製の物を使用し、後ろで絞めテープで巻くこと。女子はアブスメントガードを着用すること。

第5項 髪の毛

長髪、ドレッド、ビーズなど試合の妨げになる可能性があるものは、主催者の許可を必要とする。

第6項 髭

唇にかかる長さは禁止。

第7項 爪

手足ともに短くすること。

第8項 モンコン（頭輪）

試合直前まで使用可能。

第9項 パープラチアット（腕輪）

金属のお守り等、硬い物を入れてはならない。

第10項 マウスピース

試合中、必ず着用。違反した場合レフェリーが試合を止めることもある。

第11項 女子のユニホーム

上半身において下着は不可。密着性の高い物を使用すること。

第12項 その他

あらゆる装備品で通常と異なると思われる場合は、主催者の許可を必要とする。

第5章 体重

フライ級	112ポンド以下	50.80 kg以下
スーパーフライ級	112～115ポンド	52.16 kg以下
バンタム級	115～118ポンド	53.52 kg以下
スーパーバンタム級	118～122ポンド	55.34 kg以下
フェザー級	122～126ポンド	57.15 kg以下
スーパーフェザー級	126～130ポンド	58.97 kg以下
ライト級	130～135ポンド	61.23 kg以下
スーパーライト級	135～140ポンド	63.50 kg以下
ウエルター級	140～147ポンド	66.68 kg以下
スーパーウエルター級	147～154ポンド	69.85 kg以下
ミドル級	154～160ポンド	72.57 kg以下
スーパーミドル級	160～168ポンド	76.20 kg以下
ライトヘビー級	168～175ポンド	79.38 kg以下
ルーザー級	175～190ポンド	86.18 kg以下
ヘビー級	190ポンド超	86.18kg 超

第6章 計量

第1項 期日

前日計量を基本とする。

第2項 計量オーバー

計量オーバーの場合、2時間以内に規定体重まで下げること。

第3項 タイトルマッチ

タイトルマッチにおいて規定以内に計量をクリアできなかった場合、チャンピオンは、そのタイトルを剥奪処分され、ファイトマネーの30%をカットし、体重差に応じたグローブハンデを負い、減点1からのスタートとする。挑戦者は、その試合で勝利すればチャンピオンとなれる。

第4項 間隔

計量から試合までは3時間以上あけること。

第7章 資格

第1項 年齢

15歳以上の健康体であること。

第2項 病気

医師が試合を許可しない病気を持っていないこと。

第8章 ラウンド

第1項 3回戦

男性 3分3ラウンド、インターバル1分、延長なし。

女性 2分3ラウンド、インターバル1分、延長なし。

第2項 4回戦

男性 3分3ラウンド、インターバル1分、延長あり（1ラウンド）

男性 3分4ラウンド、インターバル1分、延長なし

女性 2分3ラウンド、インターバル1分、延長あり（1ラウンド）

女性 2分4ラウンド、インターバル1分、延長なし

第3項 5回戦

男性 3分5ラウンド、インターバル1分、延長なし

女性 2分5ラウンド、インターバル1分、延長なし

第9章 タイトルマッチ

第1項 ラウンド数

M-1 日本タイトルマッチは、男性 3分3ラウンド、インターバル1分、延長あり（1ラウンド）

女性2分3ラウンド、インターバル1分、延長あり（1ラウンド）

延長ラウンドはマストシステムではなく、ドロウもありうる。

第2項 勝敗

判定結果がドロウの場合、チャンピオンは防衛成功。王座決定戦の場合、そのタイトルは、主催者預かりとする。

第10章 セCOND

第1項 人数

セコンドの人数は、3名までとする。

第2項 マナー

試合前中後にかかわらず、セコンドの暴言は許されない。

第3項 反則

レフェリーの指示に従わない場合は、減点、反則負けもありうる。

第4項 タオル投入

タオル投入により試合を止めることができるが、その際は、TKO負けとなる。

第5項 ユニホーム

統一されたチームユニホームを着用すること。

第6項 リングイン人数

インターバル中、リング内に入れる人数は2名までとする。

第7項 水

水などでリングを濡らさないように注意すること。選手の体に付いた水などは、丁寧に拭き取ること。

第8項 コスチューム

選手のコスチュームの乱れをチェックし、問題がある場合レフェリーに確認すること。

第11章 レフェリー

第1項 アクセサリー

眼鏡や硬い物（時計、ブレスレット、ネックレス等）の着用も禁止。

第2項 役割

- ①ルールと公平性を重んじること。
- ②ダメージ負っている選手に必要以上の怪我を負わせない。
- ③試合中は選手との距離を近く保ってレフェリングすること。
- ④試合開始前に服装、グローブ、マウスピース、ファールカップ、のチェックを必ず行うこと。
- ⑤ストップ、ブレイク、ファイトの指示をはっきりと行うこと。
- ⑥試合中の反則行為を見逃してはならない。
- ⑦反則をした選手に対しては、適格に指示を出すこと。
- ⑧反則が著しく行われた場合、失格にする権限がある。
- ⑨その場合、主催者に説明の上、アナウンスすること。
- ⑩片方の選手に加担する行為はしてはならない。例えば、ゆっくりダウンカウントを数えるなど、同じ行為を不公平にジャッジしてはならない。

第3項 権限

- ①一方的な試合は止めることができる。
- ②片方の選手がひどく怪我で続行不可能な場合、リングドクターのチェックを受けた後、試合を止めることができる。
- ③どちらかの選手または両方の選手が試合をする意思を見せない場合、失格にする権限がある。
- ④ダウンカウント中、明らかなダメージを負ってる場合、試合を止めることができる。
- ⑤ダウンカウント中、相手がニュートラルコーナーにいない場合カウントを止めることができる。
- ⑥選手がルール違反や公平性を欠く行為をした場合、注意、警告することができる。
- ⑦レフェリーに対し暴言や攻撃的な態度、もしくは指示に従わない場合、失格にすることができる。
- ⑧警告を受けた後も著しくルール違反を犯した場合、失格にした上で一定期間の試合出場停止にすることができる。
- ⑨レフェリーは選手に対し指導、注意のもとルール違反を未然に防ぐこと。
- ⑩選手が相手選手の攻撃によりリング外に出た場合、残った選手をニュートラルコーナーに行かせ、リング外の選手はすぐに戻れない場合、10カウント数える。
- ⑪20カウントを数える場合、選手双方ともリング外に出ていれば、ポイントの減点はない。試合の遅延行為が見られる場合、カウントを止め注意すること。従わない場合、失格にすることができる。その後、継続してカウントをとること。20カウントで双方ともリング内に戻れない場合、ドロー試合となる。一方のみが戻った場合、その選手が勝者となる。

第12章 ジャッジ

第1項 アクセサリー

レフェリーと同じ。ただし、ジャッジは眼鏡使用を認める。

第2項 役割

- ①ジャッジ 3 名は、三方向の所定の場所に付き違う視点からジャッジを行なうこと。
- ②試合中は選手及び、他の人と会話をしてはならない。ただし、インターバル中は必要に応じてレフェリーと会話することができる。
- ③ジャッジはルールに従い、それぞれが採点を行い速やかにラウンド終了後ジャッジペーパーに記入すること。
- ④試合終了後は速やかに集計をし、勝者を決めサインをしたうえでレフェリーにジャッジペーパーを手渡しすること。
- ⑤ジャッジは試合開始から終了まで席を立つことを禁止する。

第13章 興行主催者

第1項 役割

- ①レフェリー、ジャッジの選定。
- ②レフェリー、ジャッジの管理とチェック。
- ③M-1 日本支局への試合結果報告。
- ④レフェリー、ジャッジで解決できない興行における問題の收拾。
- ⑤スコアカードのチェック（集計、選手の名前、勝者の確認、ジャッジのサイン）。
- ⑥ルールを犯した選手の処分決定。
- ⑦レフェリー、ジャッジが負傷や病気などにより継続できない場合を想定し、試合を継続すること。

第2項 権限

ルールと異なる判定や計算間違いによるミスなどに抗議訂正を促すことができる。

第14章 タイムキーパー

第1項 位置

リングサイドの所定の位置につくこと。

第2項 役割

- ①ラウンド数を把握しインターバルやタイムストップなど適格に管理すること。
- ②ラウンドの始まりと終わり、試合終了時にゴングを鳴らすこと。
- ③インターバル終了 5 秒前に告知すること。
- ④レフェリーの指示によりタイムストップ及び再開の時間を記録すること。
- ⑤正確な時間を計る為にストップウォッチを使用すること。
- ⑥ラウンド終了間際にダウンを期した場合、カウントを継続しレフェリーのファイトと同時にゴングを鳴らすこと。

第15章 アナウンサー

第1項 員数

リングアナウンサーは、複数名置くことができる。

第2項 役割

- ①選手のリングネーム、ジム名、計量時の体重などをアナウンスすること。
- ②タイムキーパーの指示によりインターバルの終了前にセコンドアウトを促すアナウンスをすること。

- ③ラウンド開始、終了のアナウンスをすること。
- ④試合勝者及び試合結果のアナウンスをすること。

第16章 判定基準

第1項 判定

試合終了後、ジャッジの集計によって決定すること。

第2項 KO

10 カウント以内に立ち上がれない場合。

第3項 TKO

- ①試合が明らかに一方的な場合。
- ②インターバル終了後、一方の選手が試合に臨めない場合。
- ③一方の選手が著しく負傷して続行不可能の場合。
- ④1 ラウンド中に 3 回もしくは、試合全体を通して 5 回ダウンがあった場合。
- ⑤一方の選手がリングに戻れない場合。
- ⑥一方の選手が試合続行の意思がない場合。

第4項 失格

- ①ドクターチェックを受けない場合、または、パスできなかった場合。
- ②計量を受けなかった場合、または、時間厳守できなかった場合。
- ③警告、注意によりルール違反をし、試合全体を通して減点が 3 点に達した場合。
- ④悪質な反則によりレフェリーが即反則負けを専攻した場合。

第5項 ドロー

- ①判定において 2 名以上の支持が得られなかった場合。
- ②両選手が同時にダウンし、二人とも 10 カウントで立ち上がれなかった場合。
- ③両選手がリング外に出た時、双方とも 20 カウント以内に戻れなかった場合。
- ④両選手ともに負傷が激しい場合。

第6項 ノーコンテスト

- ①両者による度重なる遅延行為があった場合。
- ②天変地異など不可抗力により試合が行えなくなった場合。
- ③リングの故障や、試合会場の暴動などで試合が継続できない場合。
- ④1 ラウンド内のアクシデントで試合続行不能となった場合。

第7項 負傷判定

- ①2 ラウンド以降、アクシデントにより試合続行不能となった場合、そのラウンドを含むそれまでの採点で判定結果を集計し勝敗を決する。
- ②1 ラウンド内でアクシデントにより試合続行不能となった場合、その試合はノーコンテストとなる。

第8項 判定基準

- ①基本的に拳、足、膝、肘を武器とし、相手に対し力強く正確に、また相手が防御できない攻撃を第一とする。
- ②より相手にダメージをあたえた選手。
- ③重く、力強く、はっきりとした攻撃。
- ④攻撃的でアグレッシブな選手。

- ⑤攻撃数が多い選手。
- ⑥より攻撃的な技、ディフェンス、カウンターなどに優れている選手。

第9項 スコアシステム

- ①1 ラウンド 10 点からの減点システムで採点する。
- ②互角な場合、10 対 10 とする。
- ③一方が有利な場合、10 対 9 とする。
- ④一方が圧倒的に有利な場合、10 対 8 とする。
- ⑤一方が 1 ダウンを奪取した場合、10 対 8 とする。
- ⑥一方が 2 ダウンを奪取した場合、10 対 7 とする。
- ⑦一方が 1 ダウンを奪取し、更に圧倒的に有利な場合、10 対 7 とする。
- ⑧ダウンを取りあう、また、ダウンを取られながらも有利だった場合で、9 対 9 や 9 対 8 などになった場合、点数を繰り上げて 10 対 10 や 10 対 9 に改める。
- ⑨警告（レッドカード）により減点された場合、点数は繰り上げることなく反映される。

第10項 ルール違反の定義

- ①反則事項は、かみつき、サミング、相手に唾を吐く行為、舌を出しての挑発行為、頭突き、投げ技、関節技、さば折り、転倒した相手への攻撃、ロープを掴んでの攻撃、女性選手の肘打ち、暴言や悪態、レフェリーの指示に従わないこととする。
- ②故意でない攻撃により下腹部にダメージを負った場合、5 分間まで休憩を取ることができる。5 分を過ぎても続行不可能な場合、試合を止め勝敗は、そこまでの判定を取る。ただし、1 ラウンドの場合、ノーコンテストとなる。
- ③蹴り足を取っての移動は 2 歩までとする。
- ④同じ事を 2 回注意された場合は、減点される。
- ⑤足を取られた方が転ぶ行為を自ら行った場合、1 回目は注意、2 回目は減点される。
- ⑥両選手がリング外に出た場合の遅延行為。
- ⑦武器を使用した場合。

第11項 ダウンの定義

- ①足の裏がリングにつかず倒れている状態、またはグローブがリングについた状態。
- ②立ち上がりはしたものの、寄りかからないと立ってられない状態。
- ③連続で攻撃され、立ってはいるがディフェンスができない状態。
- ④ダウンを取った場合、速やかにニュートラルコーナーで待つこと。ニュートラルコーナーに着いた時点からコールを開始する。従わない場合、ダウンコールされない。
- ⑤立ち上がった場合でもダウンコールは 8 まで数えること。立ち上がれない場合は 10 まで数える。
- ⑥両選手者が同時にダウンし、10 カウント以内に一方のみ立ち上がった場合、その選手が勝者となる。
- ⑦両者とも立ち上がれない場合はドローとなる。
- ⑧両者が同時にダウンし、折り重なった状態の場合、レフェリーが双方を離してからダウンコールをとること。
- ⑨インターバル終了後のラウンドで速やかに試合に臨めない場合。
- ⑩選手がラウンド終了間際にダウンした場合、全ラウンドゴングに救われることはなく、レフェリーの力

ウントが終了後、ゴングを鳴らす。

第 12 項 礼儀

スポーツ競技であることを重んじ、1 ラウンドと最終ラウンドは、お互いにグローブを合わせること。

第17章 リングドクター

第 1 項 位置

リングサイドの所定の位置につくこと。リングドクターがリングサイドに控えていない試合は許されない。リングドクターが選手の治療などでリングサイドを離れる場合、補佐役の看護師が代役を務めることは短時間につき認められる。

第 2 項 資格

- ①日本の医師免許を所有し、医師としての活動を現行していること。
- ②日本の看護師免許を所有し、看護師としての活動を現行している者は、リングドクターの補佐を行うことができる。ただし、看護師のみでリングドクターの役割を果たすことはできない。

第 3 項 役割

- ①試合前のドクターチェック。
- ②試合中の怪我の診断。
- ③試合中選手が意識を失った場合、まずドクターがリングに入り、ドクターの指示があり次第、セコンドもリング内に入ることができる。
- ④試合後、必要に応じて負傷選手への応急処置を行う。

第18章 次回出場規定

第 1 項 5 ラウンド戦った選手

21 日間以上、空けること。

第 2 項 1 ラウンドで勝利した選手

7 日間以上、空けること。

第 3 項 2、3 ラウンドで勝利した選手

14 日間以上、空けること第

4 項 KO 負けをした選手

頭部以外のダメージは、30 日間以上、頭部へのダメージは、45 日間以上、空けること。

第 5 項 裂傷による TKO 負けした選手

ドクターの指示による。

第 6 項 2 試合連続で頭部へのダメージによる KO 負けをした選手

90 日間以上、空けること。

第19章 禁止薬物

第 1 項 定義

財団法人日本体育協会の定める禁止薬物は、厳禁とする。

第 2 項 痛み止め

薬剤による痛み止めの使用は、リングドクターの許可が必要。

第 3 項 通報義務

日本の刑法に違反した薬物を摂取した選手及びそれを与えた者が発覚した場合、主催者は速やかに警察に通報すること。

第4項 永久追放処分

禁止薬物選手により失格した選手は永久追放処分となる。

第5項 メディカルチェック義務

メディカルチェックの拒否はルール違反となり出場ができない。

第20章 ルール制定

第1項 認定

このルールは、M-1 より認定された M-1 日本支局長が認定する。

第2項 管理

このルールは、M-1 日本支局により管理され、同支局の認定試合に関してのみ適用される。

第3項 改訂

このルールは、必要に応じて、M-1 日本支局により改訂される。



2021年8月1日制定