

## TEKNIK & PERATURAN BARU

### Antara Teknik Menarik Yang Dbolehkan

#1 - Angkat dan menghempas ke tepi atau 'lift and side throw'



### Teknik yang Tidak Dibenarkan - "mengakibatkan penyingkiran"

#2 - Menghempas ke belakang atau 'Suplex'

#3 - Menghentak kepala ke bawah dengan kaki di atas atau 'Pile Driving'



### Kesalahan Serious

- libatkan acara tanding
- dilaksanakan buat julung kali dalam Kejayaan Pencak Silat SEA di Singapura Februari lalu
- akan dilaksanakan dalam Sukan SEA Hanoi Mei ini dan pertandingan seterusnya



#4 - Tendangan tepat ke lutut

Penjelasan: Tendangan tepat ke lutut adalah satu kesalahan serious - kerana ia satu serangan pada bahagian tubuh yang tidak dibenarkan yang akan mengakibatkan atlet diberi Amaran (-5 mata)

### Teknik yang Dibenarkan



#5 - Mengunci Lengan atau 'Standing Ambar'

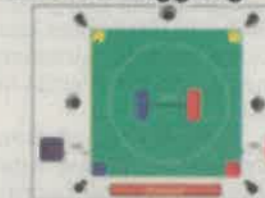


#6 - Mengunci Buku Lali atau 'Ankle Lock'

Penjelasan: Atlet dibenarkan melakukan teknik kunci ke atas lawan dalam tempoh 5-saat. Jika atlet yang dikunci menyerah kalah secara lisan atau dengan menepuk tangan (tap), atlet itu akan disingkirkan (dikira kalah) dengan keputusan TKO\*. Atlet yang melakukan kunci tidak akan diberi amaran lisan atau diberi teguran.

### Kelengkapan

#### Tikar Gelanggang

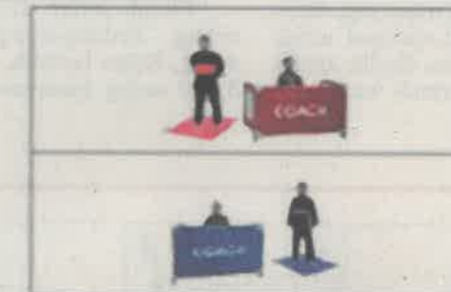


Baru (Tanding)

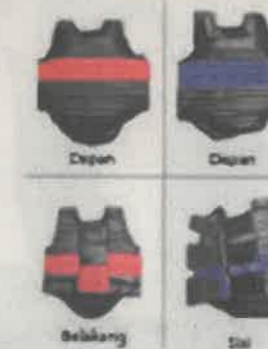


Baru (Seni)

#### Kotak Jurulatih



Pelindung tubuh atau jaket  
Jaket pelindung tubuh berlapis penuh baru



#### Alat Kira Masa 5-Saat

Wasit perlu menguatkuasakan peraturan 5-saat apabila menyaksikan atlet dalam proses melakukan teknik jatuhan (termasuk menarik, menyentak dan menguno)

