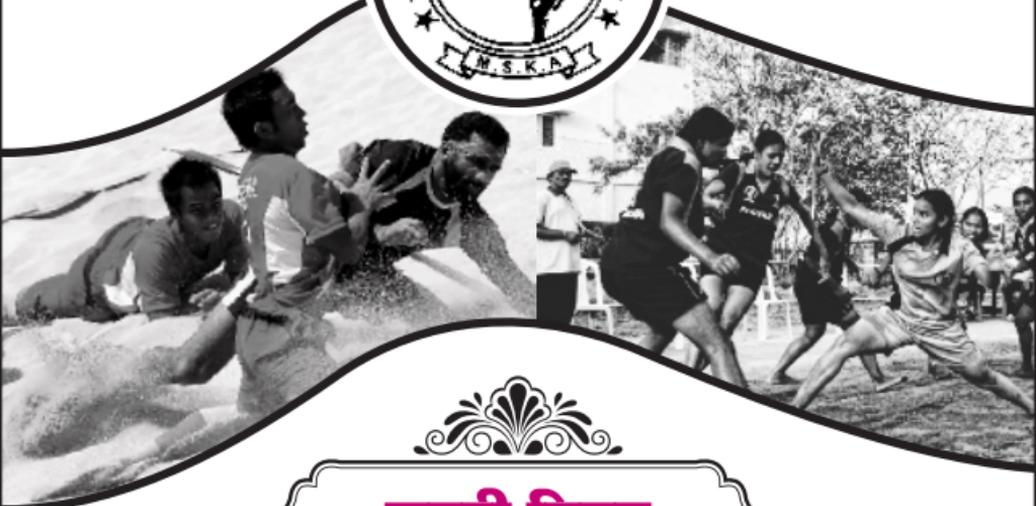


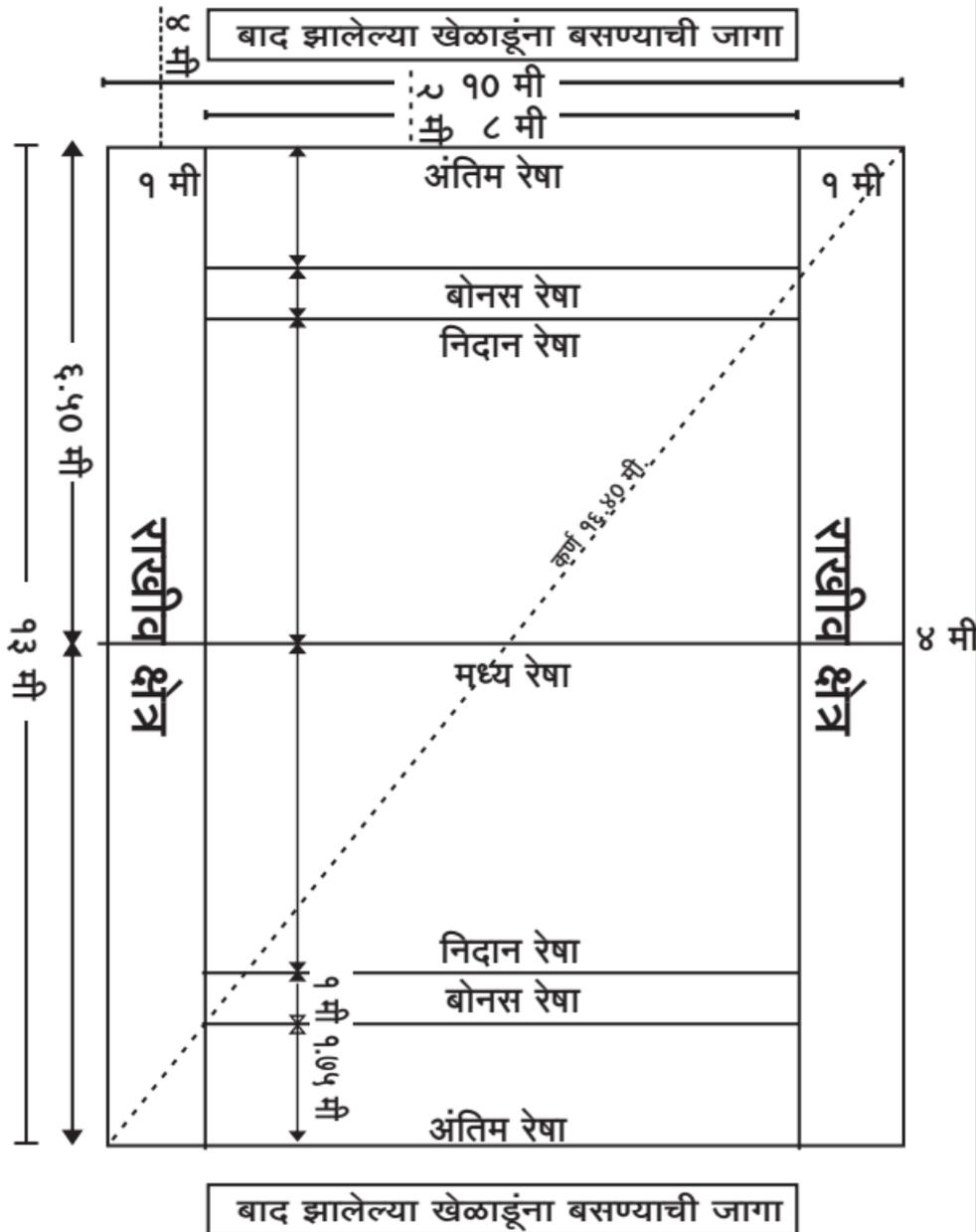
महाराष्ट्र राज्य कबड्डी असोसिएशन

(अखिल भारतीय कबड्डी फेडरेशनची संलग्न संस्था)



कबड्डी नियम

[पुरुष गट वजन ८५ किलो, क्रीडांगणाचे मोजमाप]
 कुमार गट ७० किलो वजन वय २० वर्ष १३X१० मी



महाराष्ट्र राज्य कबड्डी असोसिएशन

कबड्डीचे नियम

कबड्डी हा खेळ भारतीय हौशी कबड्डी संघटनेच्या (A.K.F.I.) अधिपत्याखाली खालील नियमानुसार खेळला गेला पाहिजे.

१) **क्रीडांगण मैदान (Ground)** : क्रीडांगण चाळून घेतलेल्या स्वच्छ मातीचे सपाट व मऊ की जेणेकरून खेळतांना खेळाडूंना दुखापत होणार नाही अशा प्रकारचे असावे.

२) **क्रीडांगणाचे मोजमाप : (Grounds Measurements)**

अ) पुरुष व कुमार गट मुले : १३ X १० मीटर (आकृतीत दाखविल्याप्रमाणे)

पुरुष : ८५ कि. ग्रॅ. वजनाखाली

कुमार गट मुले : वय २० वर्षे व त्याखालील (वर्षाच्या शेवटच्या दिवसापर्यंत) आणि ७० किलो ग्रॅ. वजनाखालील

ब) **महिला व कुमार गट मुली** : १२ X ८ मीटर (आकृतीत दाखविल्याप्रमाणे)

महिला : ७५ कि. ग्रॅ. वजनाखालील

कुमारी गट-मुली वय : २० वर्षे व त्याखालील (राष्ट्रीय स्पर्धेच्या शेवटच्या दिवसापर्यंत) आणि ६५ कि. ग्रॅ. वजनाखालील

क) **किशोर गट मुले व मुली** : ११ X ८ मीटर (आकृतीत दाखविल्याप्रमाणे)

किशोर गट मुले : वय १६ वर्षे व त्याखालील (राष्ट्रीय स्पर्धेच्या वर्षाच्या शेवटच्या दिवसापर्यंत) आणि वजन ५५ कि. ग्रॅ. वजनाखालील.

किशोरी गट मुली : वय १६ वर्षे व त्याखालील (वर्षाच्या शेवटच्या दिवसापर्यंत) आणि ५५ कि. ग्रॅ. वजनाखालील.

टिप : प्रत्येक जिल्हा/राज्य संघटनेने वयाचा दाखला संबंधित शाळेकडील सत्य प्रत स्वरूपात सादर करावी. सोबत खेळाडूची जन्मतारीख व फोटो संबंधित शाळेच्या मुख्याध्यापकाच्या सही-शिकव्यासह पाहिजे. आधार कार्ड, वयाच्या दाखल्याची सत्य प्रत राष्ट्रीय/राज्य/जिल्हा अजिंक्यपद स्पर्धेसाठी ग्राह्य धरली जाईल. अ.भा. कबड्डी किंवा राज्य संघटनेमार्फत भाग घेतलेल्या संघातील खेळाडूंची सर्वसाधारण तपासणी संबंधित नियुक्त समितीमार्फत केली जाईल. जर एखाद्या संघटनेतील खेळाडू त्यात दोषी आढळल्यास संबंधित राज्य/जिल्हा संघटना तीन वर्षाकरिता बाद ठरविण्यात येईल. ही क्रिया त्याच वर्षापासून अंमलात येईल. त्याने या पूर्वी मिळविलेल्या विशेष श्रेणीवर त्याचा इष्ट परिणाम होईल, त्या प्रित्यर्थ मिळालेले प्रमाणपत्र (Certificates) व सन्मानचिन्ह (Trophy) अ. भा. /राज्य/जिल्हा संघटनेकडे परत करावी लागेल.

३) क्रीडाक्षेत्र : (Play Field)

पुरुष व कुमार गट मुले विभागात क्रीडांगणाच्या १३ मीटर X ०८ मीटर विभागास क्रीडाक्षेत्र म्हणतात. महिला व कुमारी गट मुली विभागात क्रीडांगणाच्या १२ मीटर X ०६ मीटर विभागास

क्रीडाक्षेत्र म्हणतात. किशोर गट मुले व मुली विभागात क्रीडांगणाच्या ११ मीटर X ०६ मीटर विभागास क्रीडाक्षेत्र म्हणतात

४) बाद खेळाडूसाठी बसण्याची जागा : (Sitting Block)

बाद झालेल्या खेळाडूंना बसण्यासाठी जागा क्रीडांगणाच्या अंतिम रेषेपासून दोन मीटर अंतरावर असावी. त्याचे क्षेत्र खालील प्रमाणे आयताकृत असावे. पुरुष व कुमार गट मुले विभागात १ मीटर X ८ मीटर, महिला व कुमारी गट मुली विभागात १ मीटर X ६ मीटर, किशोर गट मुले-मुली विभागात १ मीटर X ६ मीटर.

५) अंतिम मर्यादा (सिमा रेखा) : (Boundary)

क्रीडांगणाच्या चारही बाजूस असणाऱ्या रेषेस अंतिम मर्यादा म्हणतात. (अब, बक, कड, आणि डअ) या रेषांची रुंदी ३ ते ५ से.मी. असावी.

टिप : अंतिम मर्यादेच्या चारही बाजूस ४ मीटर जागा मोकळी सोडणे आवश्यक आहे.

६) राखीव क्षेत्र : (Lobbies)

क्रीडाक्षेत्राच्या दोन्ही बाजूस असणाऱ्या १ मीटर रुंदीच्या पट्ट्यास राखीव क्षेत्र म्हणतात. खेळाचे नियम या सदराखालील नियम नंबर ४ प्रमाणे या राखीव क्षेत्राचा उपयोग ज्या वेळी केला जातो त्यावेळी क्रीडांगणाच्या अंतिम मर्यादा म्हणजे या राखीव क्षेत्रासह मूळ क्रीडांगणाच्या रेषा होत.

७) मध्य रेषा : (Mid Line)

क्रीडांगणाचे दोन सम-समान विभाग करणाऱ्या रेषेस मध्य

रेषा म्हणतात.

८) अंगण : (Court)

मध्यरेषेने विभागलेल्या क्रीडाक्षेत्राच्या प्रत्येक विभागास अंगण असे म्हणतात.

९) निदान रेषा : (Baulk Line)

मध्यरेषेस समांतर असणाऱ्या दोन्ही अंगणातील रेषांस निदान रेषा असे म्हणतात. मध्य रेषेपासून ही रेषा पुरुष व कुमार गट मुले विभागासाठी ३.७५ मीटर व महिला, कुमारी गट मुली, किशोर गट मुले-मुली विभागासाठी ३.०० मीटर अंतरावर राहिल.

१०) बोनस रेषा : (Bonus Line)

निदान रेषेपासून एक मीटर अंतरावर अंतिम रेषेकडे समांतर असलेल्या रेषेस बोनस रेषा असे म्हणतात.

टिप :

ज्यावेळी चढाई करणाऱ्याच्या शरीराचा कोणताही भाग जोपर्यंत प्रतिपक्षाच्या अंगणातील बोनस रेषा आणि (शेवटची) अंतिम रेषा यामधील जमिनीस टेकलेला राहतो व शरीराच्या कुठल्याही भागाचा निदानरेषा व बोनस रेषा यामधील भागास स्पर्श नसतो, अशा वेळी बोनस रेषा पूर्ण ओलांडली गेली आहे असे समजावे.

११) दम : (उरपीं)

(श्वास प्रक्रिया) मान्य केलेला ' कबड्डी ' हा शब्द स्पष्ट स्वरात अखंडपणे एकाच श्वासात पुन्हा पुन्हा उच्चारित जाणे यास

‘दम’ असे म्हणतात. दम घेण्याची कालमर्यादा ३० सेकंदाची असेल.

१२) चढाई करणारा : (Raider)

प्रतिपक्षाच्या अंगणात दम घालीत जाणाऱ्या खेळाडूस चढाई करणारा असे म्हणतात. चढाई करणाऱ्याने प्रतिपक्षाच्या अंगणास स्पर्श करण्यापूर्वी दम घालण्यास प्रारंभ करावयास हवा.

१३) बचाव करणारा : (Anti or Anti Raider)

ज्या अंगणात चढाईची क्रिया सुरू असेल त्या अंगणातील प्रत्येक खेळाडूस बचाव करणारा असे म्हणतात.

१४) दम सोडणे किंवा जाणे : (Loosing The Cant)

कबड्डी कबड्डी असा शब्दोच्चार सतत एकाच श्वासात करीत असताना मध्येच श्वास घेणे या क्रियेस ‘दम सोडणे किंवा दम जाणे’ असे म्हणतात. दम घेणे व तो सुरू ठेवणे या दोन्ही क्रिया प्रथम घेतलेल्या एकाच श्वासात होणे आवश्यक आहे. दम हा एकाच श्वासात जास्तीत जास्त ३० सेकंदाचा असावा. जर चढाई करणाऱ्याने आपल्या अंगणात सुरक्षित येण्यासाठी ३० सेकंदाची कालमर्यादा ओलांडल्यास तो बाद झाला असे पंचानी घोषित/जाहिर करावे

१५) गडी बाद करणे : (To Put Out An Anti)

नियमांचे उल्लंघन न करता चढाई करणाऱ्याने बचाव करणाऱ्यास स्पर्श करणे किंवा चढाई करणाऱ्याच्या शरीराच्या कोणत्याही भागास बचाव करणाऱ्याचा स्पर्श होऊन चढाई करणाऱ्याचा स्वतःच्या अंगणास दम न सोडता स्पर्श होणे या

क्रियेस गडी बाद करणे असे म्हणतात.

१६) गडी धरणे-गडी पकडणे: (To hold a Raider)

नियमाचा भंग न करता बचाव करणाऱ्यांनी चढाई करणाऱ्यास त्याचा दम जाईपर्यंत आपल्या अंगणात धरून ठेवणे व त्यास त्याच्या अंगणात जाऊ न देणे किंवा सरपंच/पंच यांनी शिष्टी वाजविण्यापर्यंत धरून ठेवणे या क्रियेस गडी धरणे अथवा गडी पकडणे असे म्हणतात.

१७) अंगणात सुरक्षित येणे : (To Reach Court Safely)

चढाई करणाऱ्याने स्वतःच्या शरीराच्या कोणत्याही भागाने मध्यरेषा ओलांडून नियमाचे उल्लंघन न करता ३० सेकंदाच्या आत स्वतःच्या अंगणास स्पर्श करणे यास स्वतःच्या अंगणात सुरक्षित येणे असे म्हणतात.

१८) स्पर्श: (Touch)

चढाई करणाऱ्याचा बचाव करणाऱ्यास किंवा करणाऱ्यांच्या शरीराच्या कोणत्याही भागास कपड्याने, जोड्याने अथवा शरीराच्या कोणत्याही अवयवाने संपर्क झाला म्हणजे स्पर्श झाला असे म्हणतात.

१९) झटापट: (Struggle)

जेव्हा बचाव करणाऱ्याचा अथवा करणाऱ्यांचा चढाई करणाऱ्यास स्पर्श होतो त्या क्रियेस झटापट असे म्हणतात. स्पर्श अथवा झटापट झाल्यानंतर राखीव क्षेत्राचा क्रीडाक्षेत्रामध्ये समावेश होतो.

२०) चढाई: (Raid)

चढाई करणारा दम घेऊन प्रतिपक्षाच्या अंगणात प्रवेश करतो, तेव्हा त्या क्रियेस 'चढाई' असे म्हणतात. या प्रत्येक चढाईची कालमर्यादा ३० सेकंदाची असेल.

२१) यशस्वी चढाई: (Successful Raid)

चढाई करणाऱ्याने चढाई करित असताना प्रतिपक्षाच्या अंगणातील निदान रेषा एक वेळ तरी ओलांडून स्वतःच्या अंगणात दम घेत परत येणे या क्रियेस यशस्वी चढाई असे म्हणतात.

टिप:

१) चढाई चालू असताना जर चढाई करणाऱ्याचा बचाव करणाऱ्यास अथवा बचाव करणाऱ्याचा चढाई करणाऱ्यास स्पर्श होतो, अशावेळी चढाई करणाऱ्याने निदान रेषा ओलांडण्याची आवश्यकता नाही. पण त्याने आपल्या अंगणात येईपर्यंत दम चालू ठेवावयास हवा.

२) ज्यावेळी चढाई करणाऱ्याच्या शरीराचा कोणताही भाग जोपर्यंत प्रतिपक्षाच्या अंगणातील निदान रेषा आणि शेवटची अंतिम रेषा यामधील जमिनीस टेकलेला राहतो व शरीराच्या कुठल्याही भागाचा मध्यरेषा व निदान रेषा यामधील भागास स्पर्श नसतो अशा वेळी निदान रेषा पूर्णपणे ओलांडली गेली असे समजावे.

२२) पाठलाग: (Persuit)

आपल्या अंगणात परत जाणाऱ्या चढाई करणाऱ्यास बाद करण्याच्या हेतूने बचाव करणारा, नियमांचा भंग न करता दम

घेऊन प्रतिपक्षाच्या अंगणात धावून जातो या क्रियेस पाठलाग असे म्हणतात.

* खेळाचे नियम RULES OF PLAY *

१) नाणेफेक जिंकणाऱ्या संघास अंगण अथवा चढाई यापैकी एकाची निवड करण्याचा अधिकार राहिल आणि नाणेफेक हरणाऱ्यास अंगण अगर चढाई यातून राहिलेल्या एकाची निवड करता येईल. दुसऱ्या डावात अंगणाची अदला बदल करावी आणि ज्या संघाने आपला खेळाडू प्रथम चढाईस पाठविला नसेल त्या संघाने आपला खेळाडू चढाईस पाठवावा. पहिला डाव संपण्याच्या वेळी जितके खेळाडू खेळत असतील तितक्याच खेळाडूंनी दुसरा डाव सुरू करावा.

२) खेळ चालू असताना खेळाडूच्या शरिराच्या कोणत्याही भागाचा अंतिम मर्यादेबाहेर जमिनीस स्पर्श झाल्यास तो खेळाडू बाद झाला असे समजावे पण झटापटीच्या वेळी मात्र खेळाडूच्या शरीराचा कोणताही भाग क्रीडांगणाच्या मर्यादेच्या आत जमिनीस लागलेला असेल तोपर्यंत तो बाद झाला असे होत नाही.

३) अ) खेळ चालू असताना खेळाडू अंतिम मर्यादेबाहेर गेला तर तो बाद झाला असे समजावे अशा खेळाडूस सामनाधिकार्यांनी त्वरीत क्रीडांगणाबाहेर काढण्याचा प्रयत्न करावा. पंच अथवा सरपंच यांनी त्या खेळाडूचा क्रमांक सांगून बाद म्हणून मोठयाने जाहीर करावे. **चढाई चालू असेपर्यंत शिंदी वाजवू नये.**

ब) बचाव करणारा जर क्रमांक तीन अ च्या नियमान्वये

क्रीडांगणाबाहेर गेला असेल व त्याने चढाई करणारास पकडले तर चढाई करणारा नाबाद जाहीर करावा. बचाव करणारा अथवा करणारे अंतिम मर्यादेबाहेर गेले असतील तेच बाद झाल्याचे जाहीर करावे. बचाव करणारा अगर करणारे क्रीडांगणाबाहेर गेल्याने बाद होऊनही परत पकडीत सहभागी झाल्यास त्याच्या या कृत्याबाबत विरोधी संघास एक तांत्रिक गुण द्यावा.

४) झटापट सुरू झाली की राखीव क्षेत्राचा क्रीडा क्षेत्रामध्ये समावेश होतो. झटापट संपल्यानंतर झटापटीत समाविष्ट असलेल्या खेळाडूंनी आपापल्या अंगणात प्रवेश करीत असताना राखीव क्षेत्राचा उपयोग केला तरी चालेल. (हा नियम फक्त बचाव करणाऱ्याच्या अंगणातील क्रियेस ग्राह्य धरला जाईल)

५) चढाई करणाऱ्याने दम घालण्याच्या वेळी "कबड्डी" हा शब्दोच्चार स्पष्ट केला पाहिजे. जर तो "कबड्डी" असा सुस्पष्ट दम घेत नसेल तर पंचाने त्यास परत पाठवावे आणि विरुद्ध संघास एक तांत्रिक (Tech.) गुण देऊन पुन्हा त्यांनाच चढाईची संधी द्यावी.

६) चढाई करणाऱ्याने प्रतिपक्षाचे अंगणास स्पर्श करण्यापूर्वी दम घालण्यास प्रारंभ केला पाहिजे. जर त्याने उशिरा दम घालण्यास प्रारंभ केला तर पंच किंवा सरपंचाने विरुद्ध संघास एक तांत्रिक (Tech.) गुण जाहीर करून त्यास पुन्हा चढाईची संधी द्यावी.

७) आपली पाळी नसताना जर एखादा खेळाडू प्रतिपक्षाच्या अंगणात चढाईस गेला तर पंचानी अथवा सरपंचानी त्यास परत

पाठवावे व विरुद्ध संघास एक तांत्रिक (Tech.) गुण द्यावा.

८) एका वेळेस फक्त एकच खेळाडूने प्रतिपक्षाचे अंगणात चढाईस जावे. एका वेळी जर एकाहून अधिक खेळाडू प्रतिपक्षाच्या अंगणात चढाईस गेले तर पंच अथवा सरपंचाने त्यांना परत बोलवावे व विरुद्ध संघास एक तांत्रिक (Tech.) गुण जाहीर करून पुन्हा त्यांनाच चढाईची संधी द्यावी.

९) चढाई करणारा परत आपल्या अंगणात आल्यावर किंवा प्रतिपक्षाच्या अंगणात बाद झाल्यास लागलीच दुसऱ्या संघाने आपला एक खेळाडू विरुद्ध संघाच्या अंगणात पाच (५) सेकंदांच्या आत चढाईस पाठवावा. अशा तऱ्हेने आळीपाळीने चढाई करण्यास खेळाडू पाठविण्याचा क्रम खेळ संपेपर्यंत चालू ठेवावा मात्र चढाई करणाऱ्याने चढाई करण्यासाठी पाच सेकंदांपेक्षा जास्त वेळ घेतल्यास त्यांची चढाईची पाळी संपली असे जाहीर करून विरुद्ध संघास एक तांत्रिक (Tech.) गुण द्यावा व पुन्हा त्यांनाच चढाई करण्यास सांगावे.

१०) चढाई करणाऱ्यास बचाव करणाऱ्यांनी पकडले असता चढाई करणारा जर त्यांच्या पकडीच्या प्रयत्नातून सुटून सुरक्षित आपल्या अंगणात आल्यास त्याचा पाठलाग करता येणार नाही. परंतु चढाई करणारा बचाव करणारास किंवा करणाऱ्यांना केवळ स्पर्श करून आपल्या अंगणात सुरक्षित परत जात असेल. अशा वेळी त्याचा पाठलाग करता येईल.

११) चढाई करत असताना प्रतिपक्षाच्या अंगणात जर चढाई करणाऱ्याचा दम गेला तर तो बाद झाला असे समजावे.

१२) चढाई करताना पकडला गेल्यावर बचाव करणाऱ्याने बुध्दीपुरस्पर त्याच्या तोंडावर हात ठेऊन त्याच्या दमात अडथळा करू नये. तसेच कोणत्याही स्वरूपाची कैची अथवा दुखापत होईल असे आरोग्यास अपायकारक उपाय योजून पकड करू नये. तसे घडल्याचे दुष्टोपत्तीस आल्यास, चढाई करणारा बाद नसल्याचे पंचांनी अथवा सरपंचाने जाहीर करावे. (सामन्याचे अधिकारी नियम क्र. ३ आणि ४ दंड योजनेसाठी अभ्यासावा.)

१३) बचाव करणाऱ्याने स्वतःच्या शरिराच्या कोणत्याही भागाने चढाई करणाऱ्यास बुध्दीपुरस्पर अंतिम मर्यादेबाहेर ढकलू नये. तसेच चढाई करणाऱ्याने बुध्दीपुरस्पर बचाव करणाऱ्यास अंतिम मर्यादेबाहेर ढकलू अगर ओढू नये. जर चढाई करणारा अंतिम मर्यादेबाहेर ढकलला अगर ओढला गेला असेल तर पंचाने अथवा सरपंचाने अशा अंतिम मर्यादेबाहेर ढकलणाऱ्या अथवा ओढणाऱ्या खेळाडूस बाद म्हणून जाहीर करावे.

१४) चढाई करणारा खेळाडू जोपर्यंत आपल्या अंगणात परत येत नाही तोपर्यंत बचाव करणाऱ्या खेळाडूंपैकी कोणीही आपल्या शरीराच्या कोणत्याही भागाने चढाई करणाऱ्या खेळाडूच्या अंगणास मध्य रेषेपलीकडे स्पर्श करता कामा नये. तसे केल्यास ते बाद होतील व प्रतिपक्षास तितके गुण मिळतील.

१५) नियम क्रमांक १४ प्रमाणे बाद झालेल्या बचाव करणाऱ्या खेळाडूने जर चढाई करणाऱ्यास पकडले किंवा पकडण्यास मदत केली असेल तर विरुध्द संघास एक तांत्रिक (Tech.) गुण द्यावा व चढाई करणारा आपल्या अंगणात सुरक्षितपणे आला असे

समजावे आणि ज्या बचाव करणाऱ्या खेळाडू अथवा खेळाडूंचा प्रतिपक्षाचे अंगणास स्पर्श झाला असेल त्यासच बाद म्हणून जाहीर करावे.

१६) एखाद्या संघाने प्रतिपक्षाचे सर्व गडी बाद केले अथवा प्रतिपक्षाचे सर्व गडी बाद झाले व विरुद्ध पक्षाचा गडी कुणीच पुन्हा जिवंत होऊ शकत नसेल, तर त्या संघाने लोण केला असे समजावे व बाद केलेल्या खेळाडूंच्या गुणाव्यतिरिक्त लोणाचे दोन जादा गुण जाहीर करावेत. यानंतर दोन्ही संघातील खेळाडू आपापल्या अंगणात १० सेकंदात प्रवेश करतील. अन्यथा पंच अथवा सरपंच प्रतिपक्षास तांत्रिक (Tech.) गुण जाहीर करतील. त्यानंतरही एखादा संघ आपल्या अंगणात प्रवेश करित नसेल तर सरपंच अशा संघास आपल्या अंगणात येण्याची सुचना करील. या उपरही तो संघ एक मिनिटाच्या आत आपल्या अंगणात आला नाही तर तो संघ त्या सामन्यापुरता बाद करून विरुद्ध संघ जिंकल्याचे जाहीर करावे.

१७) चढाई करणारा प्रतिपक्षाच्या अंगणात चढाई करित असताना त्याला त्याच्या संघातील एखाद्या खेळाडूने अन्य प्रकारे सूचित केल्यास पंचाने अथवा सरपंचाने विरुद्ध संघास एक तांत्रिक (Tech.) गुण द्यावा.

१८) चढाई करणाऱ्या किंवा बचाव करणाऱ्या खेळाडूस अवयव अथवा धड (Limb or Trunk) याशिवाय शरिराचे इतर कोणत्याही भागाने बुध्दीपुरस्पर पकडू नये. जो या नियमांचा भंग करील तो खेळाडू बाद झाल्याचे जाहीर करावे. जर चढाई करणाऱ्या खेळाडूस बुध्दीपुरस्पर अवयव व धड याशिवाय

शरिराच्या इतर भागाने पकडले असेल तर पंचाने अथवा सरपंचाने चढाई करणारा खेळाडू बाद नसल्याचे जाहीर करावे.

टिप :

एखाद्या चढाई करणाऱ्यास जाणुनबुजून त्याचे कपडे अथवा केस धरून पकड केल्यास त्या खेळाडूस नाबाद म्हणून जाहीर करावे आणि नियम क्र. १८ चा भंग करणाऱ्या बचाव पक्षाच्या खेळाडूस बाद म्हणून जाहीर करावे.

१९) प्रतिपक्षाच्या एक किंवा अनेक खेळाडू बाद झाले म्हणजे दरवेळी बाद करणाऱ्या संघाचा खेळाडू बाद झालेल्या क्रमांकाने जिवंत होतो.

*** सामन्यासंबंधी नियम RULES OF MATCHES ***

१) संघ : (Team)

प्रत्येक संघात कमीत कमी १० खेळाडू आणि जास्तीत जास्त १२ खेळाडू असतील. एका वेळेस ७ खेळाडू क्रीडांगणात खेळावयास उतरतील आणि उरलेले ५ खेळाडू राखीव म्हणून राहतील.

२) सामन्याची कालमर्यादा : (Duration of the match)

सामन्याची कालमर्यादा पुरुष व कुमार मुलांसाठी २० मिनिटांचे (२०+५+२०) व महिला, कुमार मुली, किशोर मुले व मुली यासाठी १५ मिनिटांचे (१५+५+१५) व ५ मिनीटांचे विश्रांतीने विभागलेल्या अशा दोन भागांची असेल. विश्रांतीनंतर अंगणाची अदलाबदल करावी पहिला डाव संपण्याचे वेळी जितके

खेळाडू असतील तितक्याच खेळाडूंनी दुसरा डाव सुरू करावा.

टिप :

प्रत्येक डावाची शेवटची चढाई चालू असताना जर वर नमुद केलेली खेळाची ठराविक वेळ संपली असेल तरीही ती चढाई पूर्ण होऊ द्यावी.

३) गुणपत्रक भरण्याची पध्दत : (System of Scoring)

- अ) प्रतिपक्षाच्या बाद झालेल्या प्रत्येक खेळाडूगणिक एक गुण विरुद्ध संघाला मिळेल.
- ब) अक्वल पकड (Supper Catch) केल्यास पकडीचा एक व अधिकचा एक असे दोन गुण त्या संघास मिळतील.
- क) जो संघ प्रतिस्पर्ध्यावर लोण देईल, त्या पक्षास लोणचे दोन गुण मिळतील.

गडी बाद होणे व जिवंत होणे हा नियम सामना संपेपर्यंत लागू राहिल.

४) तृतीय काळ : (Time Out)

- अ) संघनायक, संघशिक्षक किंवा कोणताही सहभागी खेळाडू सरपंचाच्या परवानगीने खेळाच्या मध्यंतराअगोदर दोन वेळा व मध्यंतरानंतर दोन वेळा तृतीय काळ मागू शकेल. मात्र अशा प्रत्येक तृतीय काळाची मर्यादा ३० सेकंदापेक्षा जास्त नसेल.

तृतीय कालावधीत जेवढा वेळ गेला असेल तेवढाच वेळ उरलेल्या खेळात समाविष्ट करण्यात येईल.

ब) अशा तृतीत काळात खेळाडूंना आपले अंगण सोडून जाता येणार नाही. जो खेळाडू (अथवा संघ शिक्षक) या नियमांचे उल्लंघन करील त्या संघाविरुद्ध एक तांत्रिक (Tech.) गुण जाहीर करण्यात येईल.

क) वीजपुरवठा बंद पडणे, मुसळधार पाऊस पडणे, लोकांनी व्यत्यय आणणे, खेळाडू जखमी झाल्यास, क्रीडांगणाच्या रेषा पुन्हा आखाव्या लागल्यास इत्यादी कारणास्तव पंच/सरपंच अधिकृत तृतीत काळ घेऊ शकतात. तृतीत कालावधीत जेवढा वेळ गेला असेल तेवढा वेळ उरलेल्या वेळात समाविष्ट करण्यात येईल.

५) **खेळाडू बदली करणे : (Substitution)**

अ) सरपंचाच्या परवानगीने पाच खेळाडू सामन्याच्या मध्यांतर व तृतीत कालावधीत बदलता येतील.

ब) बदललेला खेळाडू पुन्हा बदली खेळाडू म्हणून घेता येईल.

क) जर एखादा खेळाडू सामन्यासाठी निलंबित अथवा सामना कालावधीसाठी बडतर्फ झाल्यास त्याचे ऐवजी बदली खेळाडू घेता येणार नाही. तो संघ तितक्या कमी संख्येने खेळ खेळेल.

ड) अधिकृत (Official Time Out) तृतीत कालावधीत खेळाडू बदलता येणार नाही.

इ) बाद झालेल्या खेळाडू ऐवजी बदली खेळाडू घेता येणार नाही.

६) **बोनस गुण : (Bonus Point)**

- अ) चढाई करणाऱ्याने बोनस रेषा ओलांडल्यास एक बोनस गुण जाहीर करावा. बोनस रेषा ओलांडल्यानंतर चढाई करणारा पकडला गेला तर तो बाद झाल्याचे जाहीर करावे व विरुद्ध संघास एक गुण द्यावा.
- ब) अंगणात कमीत कमी सहा बचाव करणारे खेळाडू असतील तर बोनस नियम लागू होईल. बोनस गुण चढाई संपल्यानंतर पंच अथवा सरपंचाने आपल्या हाताचा अंगठा वर करून जाहीर करणे.
- क) चढाई करणारा खेळाडू जर बोनस रेषा ओलांडीत असताना पकडला गेला तर बोनस गुण जाहीर करता येणार नाही. क्षेत्र रक्षण करणाऱ्या संघास एक गुण जाहीर करावा.
- ड) चढाई करणाऱ्याने बोनस रेषा ओलांडल्यानंतर जर बचाव पक्षातील एक किंवा अनेक खेळाडूंना स्पर्श करून आपल्या अंगणात आला असेल तर त्यास एक बोनस गुण द्यावा व त्याने बाद केलेल्या खेळाडूंचे गुणही द्यावेत.
- इ) चढाई करणाऱ्याने बचाव पक्षातील खेळाडू अथवा खेळाडूंना स्पर्श करण्याअगोदर अथवा बचाव करणारांनी चढाई करणाऱ्याची पकड करण्याअगोदर बोनस रेषा ओलांडली तरच बोनस गुण जाहीर करावा. स्पर्श अथवा झटापट झाल्यावर चढाई करणाऱ्याने बोनस रेषा ओलांडली तर बोनस गुण देता येणार नाही.
- फ) बोनस गुण जाहीर झाल्यास बाद खेळाडू जिवंत होऊ शकत

नाही.

ग) जर एक किंवा अनेक खेळाडू निलंबित अथवा बडतर्फ करण्यात आले असतील तरी बोनस रेषा ओलांडण्याच्या नियमानुसार ते खेळाडू अंगणात आहेत असे गृहीत धरून बोनस गुण जाहीर करावा.

७) **अव्वल पकड : (Supper Catch)**

अ) अंगणात तीन किंवा त्यापेक्षा कमी खेळाडू (बचावपटू) असताना त्यांनी पकड केल्यास ती अव्वल पकड समजावी. पकड करणाऱ्या संघास पकडीच्या गुणाबरोबर एक जादा म्हणजे एकूण दोन गुण द्यावेत. गुणपत्रिकेत या गुणांची नोंद करताना प्रथम पकडीचा गुण (1) व नंतर अधिकचा गुण (x) अशा प्रकारे नोंद करावा.

ब) अंगणात तीन किंवा त्यापेक्षा कमी खेळाडू (बचावपटू) असताना चढाईपटू स्वयंचित (Self-Out) झाल्यास ही अव्वल पकड (Supper Catch) समजावी.

क) अंगणात चार बचावपटू असताना त्यातील एक स्वयंचित (Self-Out) झाला व उर्वरीत तीन खेळाडूंनी चढाईपटूची पकड केली तर ती अव्वल पकड समजावी.

ड) जेव्हा एक किंवा त्यापेक्षा जादा खेळाडू निलंबित असतील तर जेवढे खेळाडू निलंबित असतील ते खेळाडू अंगणात गृहीत धरून अव्वल पकड हा नियम अंमलात आणावा.

ई) अव्वल पकड (Supper Catch) हा नियम चढाईपटू व बचावपटू दोघेही बाद (Both Out) असतानाही ग्राह्य मानला

जाईल.

८) **निर्णायक चढाई : (Do-Or-Die)**

अ) चढाईमध्ये गुण मिळविणे अगर गुण गमाविणे या क्रीया घडविणारी प्रत्येक चढाई 'निर्णायक चढाई' समजली जाईल. पहिल्या दोन सलग चढाया अनुत्पादित (Unproductive) झाल्यास तिसरी चढाई ही निर्णायक असावयास हवी. या चढाईत गुण न नोंदविल्यास ती चढाई अनुत्पादीत समजून चढाईचा खेळाडू बाद दिला जाईल व विरुध्द संघास एक गुण दिला जाईल. प्रत्येक डावाच्या सुरुवातीची चढाई हि त्या-त्या संघाची पहिली चढाई समजावी.

ब) एखाद्या संघाचे सर्व गडी बाद होऊन त्या संघावर लोण झाला तर त्यानंतर त्या संघाची होणारी चढाई ही पहिली चढाई समजावी हा नियम फक्त ज्या संघावर लोण होईल त्या संघास लागू राहिल.

क) खेळाडू, प्रशिक्षक किंवा व्यवस्थापक यांना पिवळे किंवा लाल कार्ड दाखवुन विरुध्द संघास तांत्रिक गुण जाहिर केल्यास हा गुण निर्णायक चढाईसाठी ग्राह्य धरता येणार नाही.

९) **अंतिम निकाल : (Result)**

संपूर्ण खेळ संपल्यानंतर ज्या संघाची गुणसंख्या अधिक असेल तो संघ विजय झाल्याचे जाहीर करावे.

१०) **बाद पध्दतीत समान गुण झाल्यास : (Tie in knock out)**

- १) दोन्ही संघात क्षेत्ररक्षणाकरिता सात खेळाडू अंगणात असतील आणि दोन्ही संघांना प्रत्येकी पाच चढायांची संधी आळी पाळीने दिली जाईल.
- २) अशावेळी निदान रेषेवर क्षेत्ररक्षण करून खेळ खेळविला जाईल.
- ३) यावेळी निदान रेषा ही बोनस रेषेच्या नियमाप्रमाणे गृहीत धरली जाईल आणि बोनस रेषेचे सर्व नियम अंमलात येतील.
- ४) चढाई करणाऱ्याने बोनस रेषा सम निदान रेषा ओलांडल्यास एक गुण दिला जाईल.
- ५) चढाई करणारा जर बोनस रेषा सम निदान रेषा ओलांडून बचाव पक्षातील एक किंवा अनेक खेळाडूंना स्पर्श करून आपल्या अंगणात सुरक्षित आला तर त्यास एक बोनस गुण द्यावा व त्याने बाद केलेल्या खेळाडूंचे गुणही द्यावेत.
- ६) अशावेळी खेळाडू बाद किंवा जिवंत होणे ही प्रक्रिया अंमलात न आणता फक्त गुण मिळाल्याचे गृहीत धरले जाईल.
- ७) पाच-पाच चढाया सुरू करण्यापूर्वी दोन्ही संघाच्या संघनायकाने पाच चढाई करणाऱ्या खेळाडूंचा क्रमांक व नाव क्रमवारी चढाई करण्यासाठी देणे आवश्यक आहे. अशा वेळी क्षेत्ररक्षण करताना सात खेळाडूंपैकी खेळाडू बदलता येणार नाही.
- ८) सरपंच, दिलेल्या क्रमवारीनुसार आळीपाळीने चढाई

करण्यास सांगेल.

९) चढाईसाठी दिलेल्या यादीतील पाच खेळाडूंपैकी जर एखाद्या खेळाडूस त्याची चढाईची पाळी येण्यापूर्वी दुखापत झाल्यास उर्वरीत दोन खेळाडूंपैकी एकास चढाईची पाळी देता येईल.

१०) ज्या संघाने खेळ सुरु करताना प्रथम चढाई केली असेल त्याच संघास या वेळी पहिली चढाई दिली जाईल.

११) यानंतर ही समान गुण झाल्यास सुवर्ण चढाई (Golden Raid) या नियमाचा आधार घेतला जाईल.

टिप :

या पध्दतीच्या खेळामध्ये एक किंवा अनेक खेळाडू बडतर्फ किंवा निलंबित ठरल्यास तितके खेळाडू संख्येने कमी धरून खेळ खेळविला जाईल. बोनस गुण मिळण्याच्या क्रियेत अशा खेळाडूंची संख्या गृहीत धरली जाईल.

*** सुवर्णचढाई : (Golden Raid)**

पाच-पाच चढाई नंतरही जर सामना समान गुणांवर असेल तर चढाई करिता नव्याने नाणेफेक केली जाईल. जो संघ नाणेफेक जिंकेल त्या संघास सुवर्ण चढाई (Golden Raid) करण्याची संधी दिली जाईल.

* सुवर्ण चढाई नंतरही सामना समान गुणांवर असेल तर प्रतिपक्षास (संघास) सुवर्ण चढाई करण्याची संधी दिली जाईल.

* सुवर्ण चढाईत जो संघ निर्णायक गुण मिळविल तो संघ विजयी ठरविला जाईल. याउपरही सामना समान गुणावर संपला तर

नाणेफेक करून सामना निर्णायक करावा.

११) साखळी पध्दत: (League System)

साखळी पध्दतीने खेळविण्यात येणाऱ्या सामन्यात विजयी संघास दोन गुण व हरणाऱ्या संघास शुन्य गुण देण्यात येतील आणि दोन्ही संघाचे समान गुण झाल्यास प्रत्येकी एक-एक गुण देण्यात येईल.

* साखळी सामन्यातील निर्णायक पध्दत: (Tie in League)

साखळी पध्दतीतील सामन्यात विभागातील संघाचे समान साखळी गुण झाल्यास त्या संघानी मिळविलेले गुण व गमाविलेले गुण यांची सरासरी काढून गुणानुक्रमे विजयी व उपविजयी संघ ठरविण्यात यावे. असे करताना खालील प्रमाणे सुत्र वापरावे.

- अ) गुणांची सरासरी काढताना ज्या संघाने २५% साखळी गुण प्राप्त केले नसतील त्या संघाचे गुण या सुत्रासाठी ग्राह्य धरले जाणार नाहीत.
- ब) ज्या संघांनी २५% किंवा त्यापेक्षा जास्त साखळी गुण प्राप्त केले असतील अशा संबंधीत संघांचे साखळी गुणांचा मिळविलेले गुण व गमाविलेले गुण या सुत्रानुसार फरक काढावे आणि ज्या संघाने मिळविलेले गुण व गमाविलेले गुण यातील गुण फरकानुसार विभागात जास्त गुण मिळविणारा संघ गट विजेता ठरवावा.
- क) यानंतरही समान गुण झाल्यास ज्या संघाची एकूण मिळविलेल्या गुणांची संख्या जास्त तो संघ अनुक्रमे विजयी उपविजयी ठरवावा.

- ड) यानंतरही समान गुण झाल्यास दोन संघातील लढतीत जो संघ जास्त गुणांच्या फरकाने विजयी झाला असेल तो संघ विजयी ठरेल.
- इ) यानंतरही समान गुण झाल्यास विभागात मिळविलेले गुण व गमाविलेले गुण यांची सरासरी काढून ठरवावी. यावेळी ज्या संघाने २५% पेक्षा कमी साखळी गुण मिळविले असतील त्याही संघांचे गुण सरासरी काढताना ग्राह्य धरावे.
- फ) यानंतरही समान गुण झाल्यास नाणेफेक करून विजयी व उपविजयी संघ ठरवावेत.

टिप :

एखादा संघ गटात गैरहजर राहिल्यास अगर एखाद्या संघाने न खेळता पुढे चाल दिल्यास अथवा वेळेपूर्वी डाव सोडून पुढे चाल दिल्यास सरासरी काढताना त्या संघाचे गुण ग्राह्य धरले जाणार नाहीत व अशा संघास त्या स्पर्धेतून बाद ठरविले जाईल. जो संघ गैरशिस्तीच्या कारणाने बडतर्फ केला जाईल त्या संघास देखील हा नियम लागू केला जाईल.

१२) वीजपुरवठा बंद पडला किंवा मुसळधार पाऊस पडला अथवा अन्य तत्सम परिस्थितीमुळे सामना त्याच सत्रात पूर्ण होऊ शकला नाही, तर तो सामना पुढच्या सत्रात पुन्हा संपुर्ण वेळ खेळवावा. पुन्हा सुरु होणाऱ्या खेळाचे वेळी पुर्वीचेचे खेळाडू क्षेत्ररक्षणासाठी असावेत असे नाही.

१३) नैसर्गिक कारणास्तव सामना तात्पुरता कालावधीसाठी थांबला असेल तर तो सामना त्याच गुणाने व उरलेल्या वेळेत

त्याच सत्रात सुरु करता येईल. या तहकुबीच्या कालावधीमध्ये सरपंचाच्या पूर्व परवानगीशिवाय खेळाडूंना आपले अंगण सोडून जाता येणार नाही. जो संघ या नियमाचे उल्लंघन करील त्या संघाविरुद्ध एक तांत्रिक गुण देण्यात येईल.

१४) खेळाडूंची नखे योग्य प्रमाणात कापलेली असणे आवश्यक आहे त्याच बरोबर कोणताही धातू शरीरावर धारण केलेला असता कामा नये.

१५) सर्व खेळाडूंच्या पाठीवर कमीत कमी सहा इंच लांबीचे व छातीवर चार इंच लांबीचे क्रमांक असले पाहिजेत. खेळाडूंचा पोषाख (गणवेश) नियमाला धरून असणे आवश्यक आहे.

१६) शरीराला किंवा इतर अवयवांना तेल किंवा तत्सम निसरडी वस्तु लावलेली असता कामा नये.

१७) मॅटवरील सामन्याच्या वेळी बुट (शुज) असणे/वापरणे आवश्यक आहे.

*** सामन्यांचे तांत्रिक अधिकारी : (Technical Officials)**

अखिल भारतीय कबड्डी संघटनेने सामनाधिकार्यांची वयोमर्यादा ५८ वर्षे केलेली आहे. तोपर्यंत ते सामने खेळवू शकतात. वयाची ५० वर्षे पूर्ण झाल्यानंतर अशा सामनाधिकार्यास अ. भा. कबड्डी संघटनेच्या अधिपत्याखाली २ वर्षातून एकदा शारीरिक क्षमता चाचणी परीक्षेस उतरणे आवश्यक राहिल. अ. भा./राज्य/जिल्हा कबड्डी स्पर्धेकरिता सामनाधि-कार्यांची जेव्हा नेमणूक केली जाईल. तेव्हा खालील वस्तु त्याच्याजवळ असणे अत्यंत आवश्यक आहे.

अ) इलेक्ट्रॉनिक्स स्टॉप वॉच (घडयाळ)

ब) सामनाधिकान्यासाठीचा गणवेश : काळीपॅन्ट, पिवळ्या (लेमन) रंगाचा पुर्ण बाह्यांचा शर्ट (कॉलर आणि मनगटावर काळी पट्टी) आणि त्यावर बोधचिन्ह असावे. पांढऱ्या मोज्यासह पांढरे बुट, शिटी, ताकीद कार्डस्, पेन, सुधारित नियमांचे पुस्तक या वस्तू सोबत असाव्यात.

१) सामन्याचे अधिकारी म्हणून एक सरपंच, दोन पंच, एक गुणलेखक आणि दोन सहाय्यक गुणलेखक असे राहतील.

२) सर्वसाधारणपणे पंचाचा निकाल हा क्रीडांगणावरील अंतिम निर्णय समजला जाईल. मात्र काही विशिष्ट परिस्थितीत खेळाच्या हिताच्या दृष्टीने सरपंच आपला निर्णय देऊ शकतो आणि दोन पंचात एकमत होत नसल्यास किंवा मतभेद झाल्यास सरपंच निर्णय देऊ शकतो.

३) **नियमोल्लंघन : (Gross Violations & Foul)**

खाली नमूद केलेल्या अगर क्रीडावृत्तीला विशोभित असलेल्या कोणत्याही कृत्याबद्दल सरपंच अथवा पंच आपल्या अधिकारात ताकीद देणे, गुण जाहिर करणे, तात्पुरते निलंबित करणे अगर त्या सामन्यापुरता अथवा स्पर्धेपुरता खेळाडू किंवा संघ निलंबित/बहिष्कृत करणे यापैकी काहीही करू शकेल किंवा खालील घटना घडल्यास

अ) निकालाबाबत सामनाधिकान्यांना वारंवार विचारणे.

ब) सामनाधिकान्यांबाबत प्रत्यक्ष वा अप्रत्यक्ष असभ्य अनादरणीय उद्गार काढणे.

- क) चढाई करणान्याने किंवा बचाव करणान्याने बोट दाखवून निर्णयाची मागणी करणे.
- ड) चढाई करणान्याचा दम, त्याचे तोंड बंद करून अथवा गळा दाबून अथवा अन्य मार्गाने घालविण्याचा प्रयत्न करणे .
- इ) शरीरास दुखापत होण्याची शक्यता असलेले अयोग्य उपाय.
- फ) कोणत्याही संघाने आपला खेळाडू चढाईस पाठविण्यास पाच सेकंदापेक्षा अधिक कालावधी घेतल्यास
- ग) हातापायाच्या घातलेल्या कैचीच्या सहाय्याने चढाई करणाराची पकड करणे.
- ह) कोणत्याही प्रशिक्षकाने किंवा खेळाडूने बाहेरून सूचना दिल्यास
- ज) चढाई करणान्याची चढाईची पाळी असता त्यास प्रतिबंध केल्यास पंच, सरपंच आपले अधिकार वापरू शकतात.
- ४) खेळाडू, प्रशिक्षक, संघ व्यवस्थापक, संघ यांना ताकीद देणे, तात्पुरते निलंबित करणे, सामन्यापुरते निलंबित किंवा बडतर्फ करणेसाठी पंच व सरपंच कार्ड दाखवू शकतो.

अ) हिरवे कार्ड : ताकीद देणे करिता

जर खेळाडू/प्रशिक्षक/संघव्यवस्थापक/संघ यांना हिरवे कार्ड दाखविल्यास, त्यानंतर पुढील कार्यवाहीसाठी सरळ पिवळे कार्ड दाखवावे.

ब) पिवळे कार्ड : २ मिनीटे तात्पुरते निलंबन करणे

जर खेळाडू/प्रशिक्षक/संघव्यवस्थापक/संघ यांना पिवळे कार्ड दाखविल्यास त्यानंतर पुढील कार्यवाहीसाठी सरळ लाल

कार्ड दाखवावे.

टिप :

- १) दोन मिनिटे तात्पुरते निलंबनाची वेळ खेळाडू अंगणात असता लागू होईल.
- २) बाद खेळाडू २ मिनीटांकरिता तात्पुरता निलंबित झाल्यास जो जिवंत झाल्यानंतर निलंबित काळ सुरु होईल.
- ३) दोन मिनिटे तात्पुरते निलंबित झालेल्या खेळाडूऐवजी बाद झालेला खेळाडू जिवंत होऊ शकत नाही.

क) लाल कार्ड :

सामन्यापुरते / स्पर्धेपुरते निलंबन / बडतर्फ करणे.

ड) नियमोल्लंघन अथवा गैरशिस्त:

जर खेळाडू/प्रशिक्षक/संघ व्यवस्थापक/संघ यांना पिवळे अगर लाल कार्ड दाखविल्यास त्या प्रत्येक क्रियेच्या वेळी विरुद्ध संघास एक तांत्रिक (Tech.) गुण जाहिर करावा.

५) सरपंचाची कर्तव्ये : (Duties of the Referee)

- १) नाणेफेक घेणे.
- २) दुसऱ्या डावात शेवटची पाच मिनिटे शिल्लक असता दोन्ही बाजूंचे गुण जाहीर करणे.
- ३) सर्वसाधारणपणे संपूर्ण सामन्यावर देखरेख ठेवणे.
- ४) सामना सुरु करण्याची वेळ व सामना संपल्याच्या वेळेची नोंद ठेवणे
- ५) खेळाडू बदली करणे व बदली खेळाडू आत येणे जाहीर

करणे.

६) शेवटची पाच मिनिटे शिल्लक असता प्रत्येक मिनिट जाहीर करणे.

६) **पंचांची कर्तव्ये : (Duties of Umpire)**

सरपंचाने सामना सुरु केल्यानंतर तो संपेपर्यंत सामन्यावर देखरेख ठेवणे आणि खेळाच्या नियमाप्रमाणे निर्णय देणे.

७) **गुणलेखकाची कर्तव्ये : (Duties of Scorer)**

अ) गुणपत्रक भरणे व सरपंचाच्या परवानगीने प्रत्येक डावाच्या शेवटी गुण व निर्णय जाहीर करणे.

ब) डाव सुरु झाल्याची व संपल्याची नोंद ठेवणे.

क) एखाद्या संघाच्या कोणत्याही खेळाडूने मिळविलेले सर्व गुण संबधीत बाजूस गुणपत्रकात धावत्या गुणपध्दतीने उभ्या (।) रेषेत दर्शवावेत.

ड) आडव्या रेषेने (-) लोणाचे मिळविलेले गुण नोंद करणे

इ) संघाने मिळविलेला बोनस गुण गुणपत्रकात आकड्या भोवती (Δ) त्रिकोण करून नोंदविणे.

फ) सरपंच अथवा पंचाने जाहिर केलेला अक्वल पकडीचा गुण गुणपत्रिकेत आकड्यांवर प्रथम गुण मिळाल्याची उभी खुण (।) व नंतर अक्वल पकडी करिता अधिकचा गुण (X) असा गुणाकाराची फुली करून नोंदवावा.

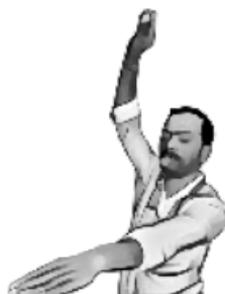
ग) सरपंच अथवा पंचाने जाहीर केलेले तांत्रिक (Tech) गुण धावत्या गुणपध्दतीत आकड्याभोवती (O) गोल दर्शवून नोंद करावे.

- ह) ज्या संघाने तृतीय काळ (Time Out) घेतला असेल त्या संघासमोर (T) अशी खुण करावी.
- ज) प्रत्येक डावाच्या सुरुवातीची व शेवटच्या वेळेची गुणपत्रकात नोंद ठेवणे, संघाने घेतलेल्या अथवा अधिकृत तृतीय काळाची नोंद आणि बदली खेळाडूची नोंद ठेवणे.
- ल) गुणपत्रक सर्व दृष्टीने परिपूर्ण भरणे व त्यावर पंच व सरपंचाच्या सहा घेणे.

८) सहाय्यक गुणलेखकाची कर्तव्ये : (Duties of the Assistant Scorer)

- १) खेळाडू ज्या क्रमांकाने बाद झाले असतील त्या क्रमांकाची नोंद ठेवणे. बाद झालेले खेळाडू योग्य ठिकाणी बसले आहेत किंवा नाहीत हे पहाणे जिवंत झालेल्या खेळाडूची नोंद ठेवणे.
- २) बाद झालेले खेळाडू त्याच अनुक्रमे बाद खेळाडूंसाठी राखीव असलेल्या जागेत बसले आहेत की नाहीत तसेच त्याच क्रमाने क्रीडांगणात जातात हे कटाक्षाने पहाणे.
- ३) एखाद्या खेळाडूचा अंतिम मर्यादेबाहेर स्पर्श झाल्यास पंच/ सरपंच यांच्या निदर्शनास आणणे.
- ४) प्रतिपक्षाने मिळविलेल्या बोनस गुण आणि तांत्रिक गुणांची नोंद ठेवणे, की जेणेकरून तो ज्या संघाचे गुण नोंदविण्यासाठी उभा असेल त्या संघाने गमविलेल्या गुणांची नोंद होऊ शकेल आणि शेवटी गुणपत्रकातील बरोबर गुणांची पडताळणी होऊ शकेल.

- १) सामना सुरु करताना एक हात सरळ रेषेत वर करणे व दुसरा हात मध्य रेषेला समांतर करणे.



- २) त्याच वेळी दुसरा हात खाली करून पहिल्या हातातील स्टॉप वॉचचे बदन दाबून खेळ सुरु करावा. एक लांब व एक आखुड शिटी वाजविणे.



- ३) अंतिम मर्यादेबाहेर गेल्याचे दर्शविण्यासाठी दोन्ही हात उंचावून, एका हाताचा पंजा छातीजवळ धरून दुसऱ्या हाताचे मर्यादा बाहेर गेल्याचे दर्शवावे एक लांब शिटी वाजविणे.



- ४) दम तुटल्याचे दर्शविण्यासाठी हाताचे एक बोट कंठाकडे नेऊन दर्शवावे. एक आखुड शिटी वाजविणे



- ५) चढाई करणाऱ्यास परत आपल्या अंगणात बोलविण्यासाठी हाताच्या बंद मुठीत अंगठा खांद्यापर्यंत उंच नेऊन चढाई करणाराच्या अंगणाकडे अंगुली निदर्शन करावे. दोन आखुड शिट्या देणे.



- ६) दोन्ही खेळाडू बाद झाल्याचे दर्शविण्यासाठी खांद्यापर्यंत दोन्ही हाताच्या मुठी वळवून फक्त अंगठे दाखविणे एक लांब शिटी वाजविणे.



- ७) बाद झाल्याचे व गुण मिळविण्याचे दर्शविण्यासाठी एक हात उंच करून बाद झाल्याचे खेळाडुच्या संख्यानुसार तितकी बोटे व करून दर्शवावे आणि दुसऱ्या हाताने ज्या संघाने गुण मिळवले त्या संघाच्या अंगणाकडे सरळ रेषेत हात दर्शविणे. एक लांब शिटी वाजविणे.



- ८) ढकलणे अगर ओढणे दर्शविण्यासाठी दोन्ही हाताचे तळवे खांद्याच्या दिशेने देऊन घडलेल्या क्रियेनुसार पुढे अगर मागे करावे. एक सारख्या शिट्या वाजविणे.



- ९) पाय कैची अथवा कैची दर्शविण्यासाठी दोन्ही हाताचे तळवे पोटापर्यंत नेऊन एकमेकांत साखळीप्रमाणे गुंतवावे. झटापट संपेपर्यंत एकसारखी आखूड शिटी वाजविणे.



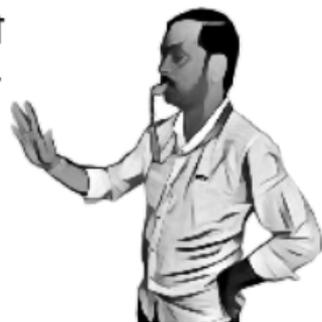
- १०) खेळाडूस अगर संघास सुचना करणेसाठी हाताची तर्जनी संबंधीत खेळाडू अथवा संघाकडे वर करून दाखविणे शिटी वाजवू नये.



- ११) तृतीय काळ दर्शविण्यासाठी हाताच्या दोन्ही तळव्यांनी इंग्रजी टी अक्षराप्रमाणे चिन्हे करून दर्शवावे. एक लांब एक आखूड शिटी वाजविणे.



- १२) झटापट अगर नियमोल्लंघन झाल्यास खेळ थांबविण्यासाठी एका हाताचा तळवा हलवून दाखविण्यासाठी क्रिया करणे. झटापट अगर नियमोल्लंघनाची क्रिया संपेपर्यंत एकसारखी आखूड शिटी वाजविणे.



- १३) ज्या संघाने बोनस गुण मिळविला आहे त्या संघाच्या दिशेने अंगठा वर करून दर्शवावा चढाई संपल्यानंतर बोनस गुण जाहीर करावा मात्र शिटी वाजवू नये.



- १४) तांत्रिक गुण (Tech.)-दोन्ही हातांच्या मुठी बंद करून फुलीच्या निशाणीप्रमाणे आकार करून दर्शवावेत. शिटी वाजवू नये.



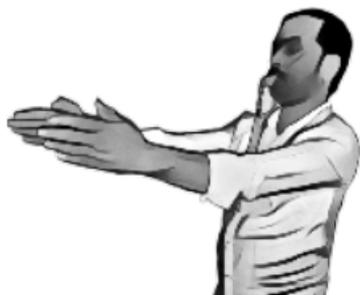
- १५) अव्वल पकड (Supper Catch) - एका हाताच्या मुठीला दुसऱ्या हाताच्या पंजाने दाबून हात वर करून दर्शवावे व दोन गुण जाहिर करावे. एक लांब शिटी वाजवावी.



१६) मध्यंतर झाल्याचे दर्शविण्यासाठी दोन्ही हातानी फुलीच्या निशाणीप्रमाणे छातीपर्यंत उंचावून धरावे. एक लांब शिटी वाजविणे.



१७) सामना संपल्याचे दर्शविण्यासाठी दोन्ही हात खांद्याच्या सरळ रेषेत समांतर आणत एक लांब शिटी वाजविणे.



उपयुक्त सूचना :-

खेळातील तज्ञांनी असे सुचविले की, सूचना देणेबाबत कार्ड दाखविण्यात यावे (पंच अथव सरपंचाने)

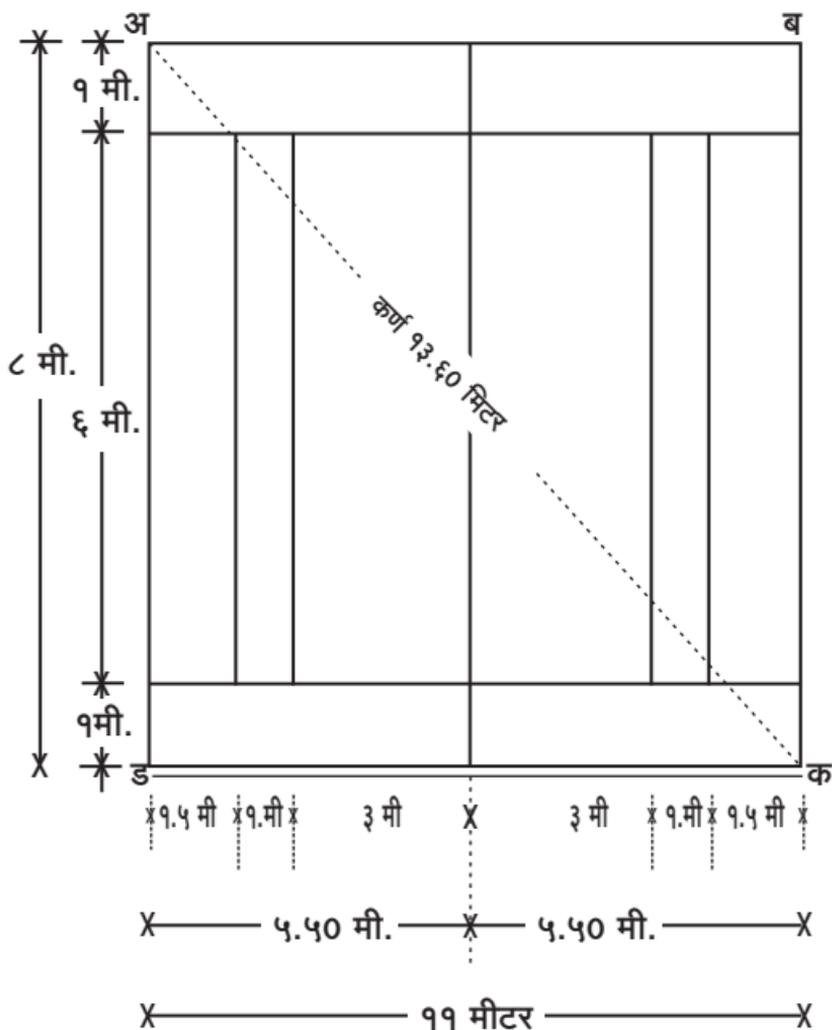
अ) हिरवे कार्ड - ताकिद देणेकरीता वापर करणे.

ब) पिवळे कार्ड - २ मिनिटासाठी निलंबन

क लाल कार्ड - त्या सामन्यापुरते किंवा स्पर्धेपुरते खेळाडूस निलंबित करणेसाठी लाल कार्ड दाखवावे

(किशोर गट ५५ किलो वजन वय १६ वर्षे)
 (किशोर गट ५५ किलो वजन वय १६ वर्षे)

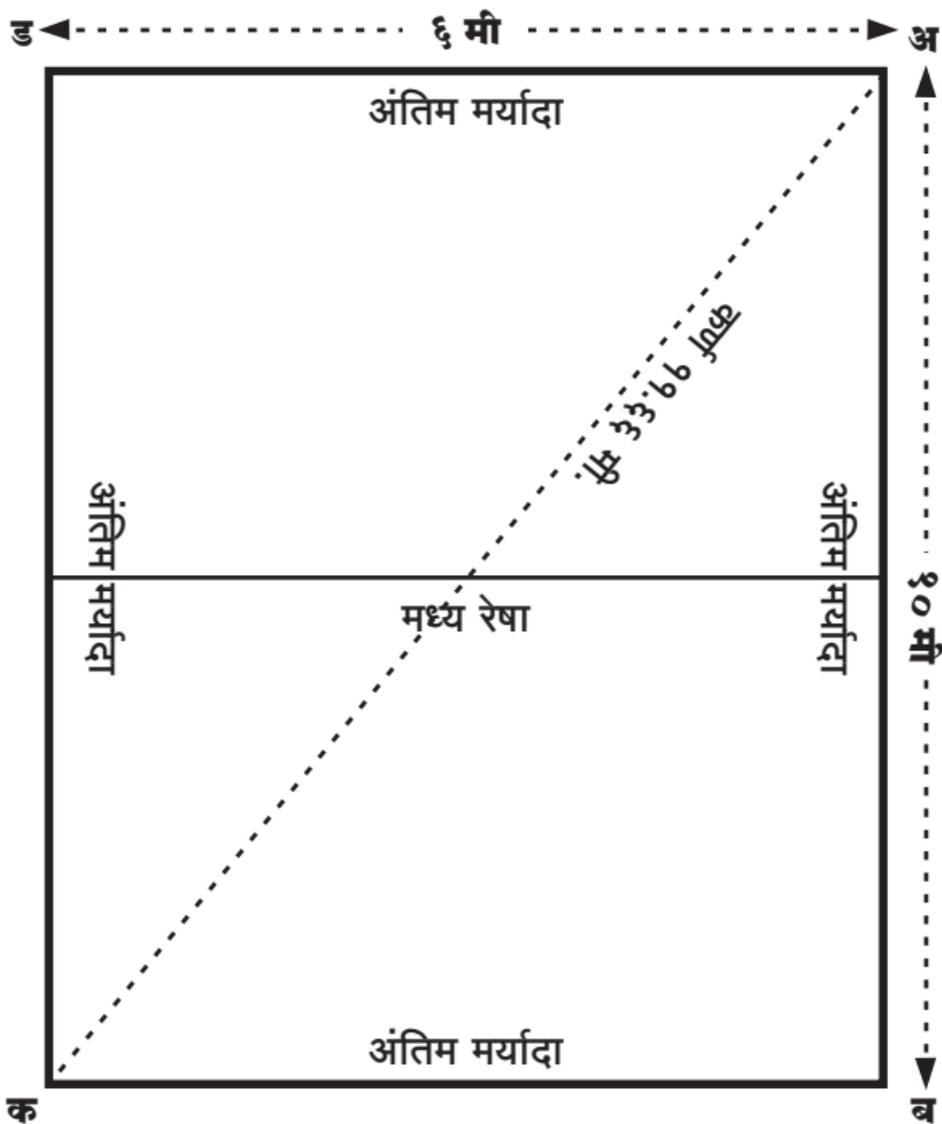
क्रीडांगण ११ मी X ८ मी



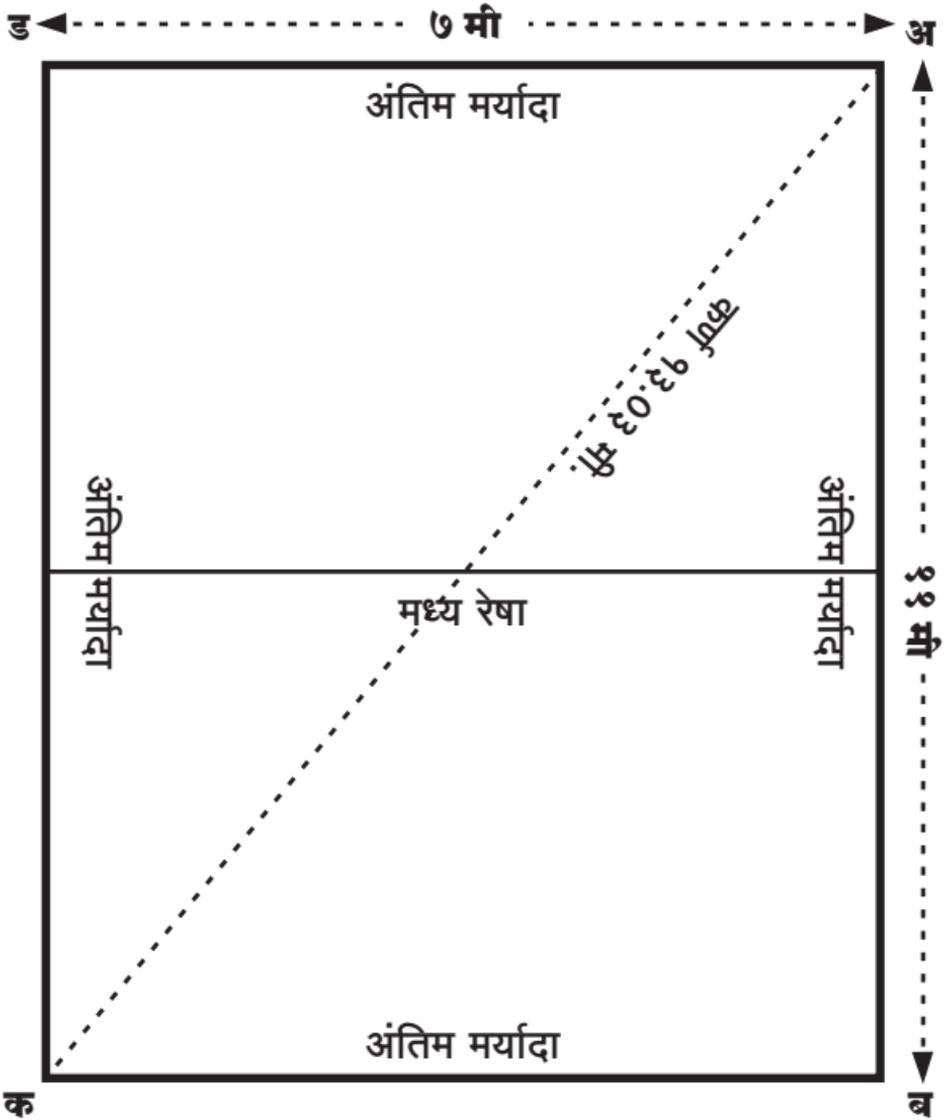


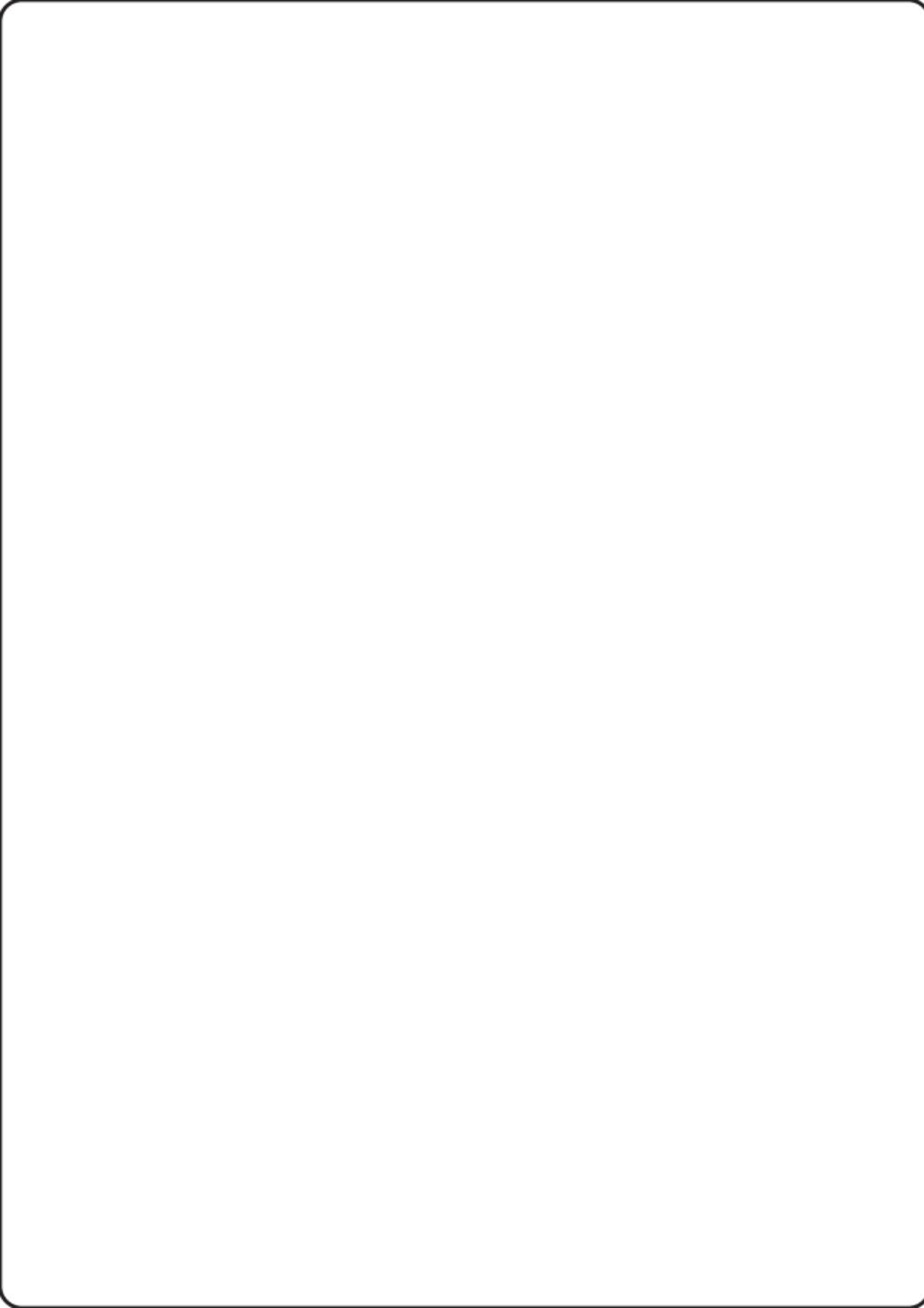
वाळूवरील कबड्डी नियम
RULES OF BEACH KABADDI

महिला गट वजन ७० किलो
कुमारी गट ६० किलो वजन वय २० वर्ष
क्रीडांगण (१० X ६)



पुरुष गट वजन ८० किलो
कुमार गट ६५ किलो वजन वय २० वर्ष
क्रीडांगण (११ X ७)





* RULES OF BEACH KABADDI *

* वाळूवरील कबड्डी नियम *

अखिल भारतीय कबड्डी संघटनेने मान्य केलेल्या खालील नियमानुसार हा खेळ खेळला गेला पाहिजे.

* क्रीडांगण : (Ground)

या खेळाचे क्रीडांगण रेंतीच्या सपाट भागावर पाहिजे त्याची खोली (Depth) कमीत कमी ३० सें. मी. पाहिजे.

१) क्रीडाक्षेत्राचे मोजमाप : (Play Field Measurement)

अ) पुरुष व कुमारगट मुले विभाग :

११ X ७ मीटर मध्ये रेषेने विभागलेले दोन सम-समान भाग (आकृतीत दाखविल्याप्रमाणे)

पुरुष : ८५ कि. ग्रॅ. वजनाखालील

कुमारगट मुले : वय २० वर्षे व त्याखालील (राष्ट्रीय स्पर्धेच्या शेवटच्या दिवसापर्यंत) आणि ७० कि. ग्रॅम वजना खालील.

ब) महिला व कुमारगट मुली :

१० X ६ मीटर मध्ये रेषेने विभागलेले दोन सम-समान भाग (आकृतीत दाखविल्याप्रमाणे)

महिला : ७५ कि. ग्रॅ. वजनाखालील

कुमारीगट मुली : वय २० वर्षे व त्याखालील (राष्ट्रीय स्पर्धेच्या शेवटच्या दिवसापर्यंत) आणि ६५ कि. ग्रॅम वजना खालील.

क) किशोरगट मुले-मुली :

९ X ६ मीटर मध्यरेषेने विभागलेले दोन समसमान भाग
(आकृतीत दाखविल्याप्रमाणे)

किशोरगट मुले :

वय १६ वर्षे व त्याखालील (राष्ट्रीय स्पर्धेच्या शेवटच्या दिवसापर्यंत) व ५५ कि. ग्रॅ. वजनाखालील

किशोरीगट मुली :

वय १६ वर्षे व त्याखालील (राष्ट्रीय स्पर्धेच्या शेवटच्या दिवसापर्यंत) आणि ५५ कि. ग्रॅ. वजनाखालील.

प्रत्येक जिल्हा राज्य कबड्डी संघटनेने वयाचा दाखला संबंधीत शाळेकडील अस्सल प्रत या मुळ स्वरूपात आणावा. सोबत खेळाडूची जन्मतारीख व फोटो संबंधीत (शाळेच्या मुख्याध्यापकाच्या सही शिक्क्यासह पाहिजे. आधारकार्ड, वयाच्या दाखल्याची अस्सल प्रत जिल्हा / राज्य / राष्ट्रीय स्पर्धेसाठी ग्राह्य धरली जाईल.

अ. भा./राज्य/जिल्हा कबड्डी संघटनेमार्फत भाग घेतलेल्या संघातील खेळाडूंची सर्वसाधारण तपासणी संबंधीत नियुक्त समितीमार्फत केली जाईल. जर एखाद्या संघटनेतील खेळाडू त्यात दोषी आढळल्यास संबंधीत राज्य/जिल्हा संघटना तीन वर्षाकरिता बाद ठरविण्यात येईल. ही क्रीया त्याच वर्षापासून

अंमलात येईल. तसेच यापूर्वी मिळालेल्या विशेष श्रेणीवर त्याचा इष्ट परिणाम होईल आणि त्या प्रित्यर्थ मिळालेले प्रमाणपत्र (Certificate) व सन्मानचिन्ह (Trophy) अ.भा./राज्य /जिल्हा संघटनेकडे परत करणे आवश्यक आहे.

२) अंतिम मर्यादा, सिमा रेखा (Boundary)

क्रीडांगणाच्या चारही बाजुस असणाऱ्या रेषेस अंतिम मर्यादा म्हणतात (अब, बक, कड, डअ) यात राखीव क्षेत्र नसल्यामुळे यालाच क्रीडाक्षेत्र असे देखील म्हणतात. या रेषांची रुंदी ३ ते ५ से.मी. असावी.

३) मध्य रेषा (Mid-Line)

क्रीडांगणाचे दोन समसमान विभाग करणाऱ्या रेषेस मध्ये रेषा असे म्हणतात (मन)

४) अंगण (Court)

प्रांगण मध्येरेषेने विभागलेल्या क्रीडाक्षेत्राच्या प्रत्येक विभागास अंगण असे म्हणतात.

५) दम (Cant)

(श्वास प्रक्रिया) मान्य केलेला 'कबड्डी' हा शब्द स्पष्ट स्वरात अखंडपणे एकाच श्वासात पुन्हा पुन्हा उच्चारित जाणे यास दम असे म्हणतात. दम घेण्याची कालमर्यादा ३० सेकंदाची असेल.

६) चढाई करणारा (Raider)

प्रतिपक्षाच्या अंगणात दम घालीत जाणाऱ्या खेळाडूस चढाई

करणारा असे म्हणतात. चढाई करणाराने प्रतिपक्षाच्या अंगणास स्पर्श करण्यापूर्वी दम घालण्यास प्रारंभ करावयास हवा.

७) बचाव करणारा (Anti-Anti Raider)

ज्या अंगणात चढाईची क्रीया चालू असेल त्या अंगणातील प्रत्येक खेळाडूस बचाव करणारा असे म्हणतात.

८) दम सोडणे किंवा जाण (Loosing The Cant)

कबड्डी-कबड्डी असा शब्दोच्चार सतत एकाच श्वासात करीत असता मध्येच श्वास घेणे या क्रीयेस दम सोडणे अथवा जाणे असे म्हणतात. दम घेणे आणि तो सुरू ठेवणे या क्रीया प्रथम घेतलेल्या एकाच श्वासात होणे आवश्यक आहे.

दम हा एकाच श्वासात जास्तीत जास्त ३० सेकंदाचा असावा. चढाई करणाऱ्यास आपल्या अंगणात सुरक्षित येण्यासाठी ३० सेकंदाची कालमर्यादा ओलांडल्यास तो बाद झाला असे घोषित करावे

९) गडी बाद करणे (To Put out an Anti)

नियमांचे उल्लंघन न करता चढाई करणाऱ्याने बचाव करणाऱ्यास स्पर्श करणे अगर चढाई करणाऱ्याच्या शरीराच्या कोणत्याही भागास बचाव करणाराचा स्पर्श होऊन चढाई करणाऱ्याचा स्वतःच्या अंगणास दम न सोडता स्पर्श होणे या क्रीयेस गडी बाद करणे असे म्हणतात.

१०) गडी धरणे-गडी पकडणे (To Hold a Raider)

नियमांचा भंग न करता बचाव करणारांनी चढाई करणारास

त्याचा दम जाईपर्यंत आपल्या अंगणात धरून ठेवणे व त्यास त्याच्या अंगणात जाऊ न देणे या क्रियेस गडी धरणे अथवा गडी पकडणे असे म्हणतात.

११) अंगणात सुरक्षित येणे (To Reach Court Safely)

चढाई करणाराने स्वतःच्या शरीराच्या कोणत्याही भागाने मध्यरेषा ओलांडून नियमांचे उल्लंघन न करता स्वतःच्या अंगणात स्पर्श करणे यास स्वतःच्या अंगणात सुरक्षित येणे असे म्हणतात मात्र यावेळी चढाई करणाऱ्याचा दम असावयास हवा. अशावेळी त्याची चढाईची पाळी संपली असे समजावे.

१२) स्पर्श (Touch)

चढाई करणाराचा बचाव करणाऱ्यास किंवा करणाऱ्यांना शरीराच्या कोणत्याही भागास कपड्याने, जोड्याने अथवा शरीरावरील कोणत्याही अन्य वस्तुने संपर्क झाला म्हणजे स्पर्श झाला असे म्हणतात.

१३) झटापट (Struggle)

जेव्हा बचाव करणाऱ्याचा अथवा करणाऱ्यांचा चढाई करणाऱ्यास स्पर्श होतो त्या क्रियेस झटापट असे म्हणतात.

१४) चढाई (Raid)

चढाई करणारा जेव्हा प्रतिपक्षाच्या अंगणात दम घेऊन प्रवेश करतो तेव्हा त्या क्रियेस चढाई असे म्हणतात. या प्रत्येक चढाईची कालमर्यादा ३० सेकंदाची असेल.

१५) पाठलाग (Pursuit)

आपल्या अंगणात परत जाणाऱ्या चढाई करणाऱ्यास बाद करण्याच्या हेतूने बचाव करणारा नियमांचा भंग न करता दम घेऊन जेव्हा प्रतिपक्षाच्या अंगणात धावून जातो, या क्रीयेस पाठलाग असे म्हणतात.

खेळाचे नियम (Rules of Play)

१) नाणेफेक जिंकणाऱ्या संघास अंगण अथवा चढाई यापैकी एकाची निवड करण्याचा अधिकार राहिल आणि नाणेफेक हरणाऱ्यास अंगण अगर चढाई यातून राहिलेल्या एकाची निवड करता येईल. दुसऱ्या डावात अंगणाची अदलाबदल करावी आणि ज्या संघाने आपला खेळाडू प्रथम चढाईस पाठविला नसेल त्या संघाने आपला खेळाडू चढाईस पाठवावा.

२) खेळ चालू असताना खेळाडूच्या शरीराचा कोणत्याही भागाचा अंतिम मर्यादेबाहेर जमिनीस स्पर्श झाल्यास तो खेळाडू बाद झाला असे समजावे. पण झटापटीच्या वेळी मात्र खेळाडूच्या शरीराचा कोणताही भाग क्रीडांगणाच्या मर्यादेच्या आत जमिनीस लागलेला असेल तोपर्यंत तो बाद होत नाही. (संपर्क असलेला शरीराचा भाग क्रीडांगणाच्या मर्यादेच्या आत असावा.)

३अ) खेळ चालू असताना खेळाडू अंतिम मर्यादेबाहेर गेला तर तो बाद असे समजावे. पंच अथवा सरपंच यांनी त्या खेळाडूचा क्रमांक सांगून बाद म्हणून मोठ्याने सांगावे.

ब) बचाव करणारा किंवा करणारे क्रमांक ३ 'अ' च्या निमान्वये

क्रीडांगणाबाहेर गेला असेल / असतील व त्यांनी चढाई करणाऱ्याला पकडले किंवा पकडण्यास मदत केल्यास चढाई करणारास बाद न देता अंतिम मर्यादेबाहेर जेवढे खेळाडू असतील तेवढ्या खेळाडूंस बाद म्हणून जाहीर करावे.

४) चढाई करणाऱ्याने दम घालण्याच्या वेळी मान्य केलेला कबड्डी हा शब्दोच्चार स्पष्ट केला पाहिजे. जर तो कबड्डी असा सुस्पष्ट दम घेत नसेल तर पंचाने अथवा सरपंचाने अशा खेळाडूस परत पाठवावे. विरुद्ध संघास एक तांत्रिक (Tech.) गुण देऊन चढाईची संधी द्यावी.

५) चढाई करणाऱ्याने प्रतिपक्षाचे अंगणास स्पर्श करण्यापूर्वी दम घालावयास प्रारंभ करावयास हवा जर त्याने उशिरा दम घालण्यास प्रारंभ केला तर पंच किंवा सरपंचाने त्यास परत पाठवावे व विरुद्ध संघास एक तांत्रिक गुण (Tech.) गुण देऊन चढाईची करण्यास सांगावे.

६) आपली पाळी नसताना जर एखादा खेळाडू प्रतिपक्षाच्या अंगणात चढाईस गेला तर पंचानी अथवा सरपंचानी त्यास परत पाठवावे आणि विरुद्ध संघास एक तांत्रिक गुण (Tech.) देऊन विरुद्ध संघास चढाई करण्यास सांगावे.

७) एका वेळेस फक्त एकाच खेळाडूने प्रतिपक्षाच्या अंगणात चढाईस जावे. एकाच वेळी जर एकाहून अधिक खेळाडू प्रतिपक्षाच्या अंगणात चढाईस जात असतील, तर पंचाने त्या

सर्वाना आपल्या अंगणात परत पाठवावे व विरुध्द संघास एक तांत्रिक गुण (Tech.) देऊन चढाईची संधी द्यावी.

८) चढाई करणारा परत आपल्या अंगणात आल्यावर किंवा प्रतिपक्षाच्या अंगणात बाद झाल्यास लागलीच दुसऱ्या संघाने आपला एक खेळाडू विरुध्द संघाच्या अंगणात पाच सेकंदाच्या आत चढाईस पाठवावा. अशा तऱ्हेने आळीपाळीने चढाई करण्यास खेळाडू पाठविण्याचा क्रम खेळ संपेपर्यंत चालू ठेवावा. मात्र चढाई करणाऱ्याने चढाई करणेसाठी पाच सेकंदापेक्षा जास्त वेळ घेतल्यास त्याची चढाईची पाळी संपली असे जाहीर करून विरुध्द संघास एक तांत्रिक गुण (Tech.) देऊन चढाईची संधी द्यावी.

९) चढाई करणाऱ्यास बचाव करणाऱ्याने पकडले असता जर तो त्यांच्या पकडीच्या प्रयत्नातून सुटून सुरक्षित आपल्या अंगणात आल्यास त्याचा पाठलाग करता येणार नाही.

परंतु चढाई करणारा बचाव करणारा अथवा करणाऱ्यांना केवळ स्पर्श करून आपल्या अंगणात सुरक्षित परत जात असेल अशा वेळी त्याचा पाठलाग करता येईल.

१०) चढाई करत असताना प्रतिपक्षाच्या अंगणात जर चढाई करणाराचा दम गेला, तर तो बाद झाला असे समजावे व विरुध्द संघास एक गुण द्यावा.

११) चढाई करणारा पकडला गेल्यावर बचाव करणाऱ्याने बुद्धि परस्पर त्याच्या तोंडावर हात ठेवून त्याच्या दमात अडथळा करू

नये. तसेच कोणत्याही प्रकारची कैची अथवा दुखापत होईल असे अयोग्य व अपायकारक उपाय योजून पकड करू नये असे घडल्याचे दृष्टीत्पत्तीस आल्यास चढाई करणारा बाद झाला नसल्याचे पंचानी अथवा सरपंचाने जाहीर करावे. (सामन्याचे अधिकारी नियम क्रमांक ३ व ४ दंड योजनेसाठी अभ्यासावा)

१२) बचाव करणाऱ्याने स्वतःच्या शरीराच्या कोणत्याही भागाने चढाई करणाऱ्यास बुध्दीपुरस्पर अंतिम मर्यादेबाहेर ढकलू नये. तसेच चढाई करणाऱ्याने बुध्दीपुरस्पर बचाव करणाऱ्यास अंतिम मर्यादेबाहेर ढकलू अगर ओढू नये. जर चढाई करणारा अंतिम मर्यादेबाहेर ढकलला गेला असेल अथवा बचाव करणारा अंतिम मर्यादेबाहेर ढकलला अगर ओढला गेला असेल तर पंचाने अथवा सरपंचाने अशा अंतिम मर्यादेबाहेर गेलेल्या खेळाडूस बाद न देता अंतिम मर्यादेबाहेर ढकलणाऱ्या अथवा ओढणाऱ्या खेळाडूस बाद म्हणून जाहीर करावे.

१३) चढाई करणारा खेळाडू जोपर्यंत आपल्या अंगणात परत येत नाही तोपर्यंत बचाव करणाऱ्या खेळाडूपैकी कोणीही आपल्या शरीराच्या कोणत्याही भागाने चढाई करणाऱ्या खेळाडूच्या अंगणास मध्यरेषेपलिकडे स्पर्श करता कामा नये. तसे केल्यास तो/ते बाद होतील प्रतिपक्षास तितके गुण मिळतील.

१४) नियम क्रमांक १३ प्रमाणे बाद झालेल्या बचाव करणाऱ्या खेळाडूने जर चढाई करणारास पकडले किंवा पकडण्यास मदत

केली असेल तर चढाई करणारा आपल्या अंगणात सुरक्षितपणे आला असे समजावे आणि ज्या बचाव करणाऱ्या खेळाडूचा अथवा खेळाडूंचा प्रतिपक्षाच्या अंगणास स्पर्श झाला असेल त्यासच बाद म्हणून जाहीर करावे.

१५) चढाई करणारा प्रतिपक्षाच्या अंगणात चढाई करीत असताना त्याला त्याच्या संघातील एखाद्या खेळाडूने अन्य प्रकारे सुचित केल्यास पंच अथवा सरपंचाने विरुद्ध संघास एक तांत्रिक गुण (Tech.) द्यावा.

१६) चढाई करणाऱ्या किंवा बचाव करणाऱ्या खेळाडूस अवयव अथवा धड (Limb or Trunk) याशिवाय शरीराच्या इतर कोणत्याही भागाने बुध्दीपुरस्पर पकडू नये. जो या नियमाचा भंग करील तो खेळाडू बाद झाल्याचे जाहीर करावे. जर चढाई करणाऱ्या खेळाडूस बुध्दीपुरस्पर अवयव व धड याशिवाय शरीराच्या इतर भागाने पकडले असेल तर पंच अथवा सरपंचाने चढाई करणारा खेळाडू बाद नसल्याचे जाहीर करावे.

टिप :

एखाद्या चढाई करणाऱ्यास जाणुनबुजून त्याचे कपडे अथवा केस धरून पकड केल्यास त्या चढाई करणाऱ्या खेळाडूस नाबाद म्हणून जाहीर करावे व नियम क्रमांक १६ चा भंग करणाऱ्या बचाव

पक्षाच्या खेळाडूस बाद म्हणून जाहीर करावे.

खेळाचे नियम (Rules of Matches)

१) संघः (Team)

प्रत्येक संघात सहा (६) खेळाडू असतील. एक वेळेस चार (४) खेळाडू क्रीडांगणात खेळावयास उतरतील आणि उरलेले दोन खेळाडू राखीव म्हणून रहातील.

२) सामन्याची कालमर्यादाः (Duration of the Match)

सामन्याची कालमर्यादा पुरुष, महिला कुमार गट मुले-मुली विभागासाठी १५ मिनिटांचे (१५+५+१५) व पाच मिनिटांचे विश्रांतीने विभागलेल्या अशा दोन भागांची असेल. किशोर गट मुले-मुली १० + ५+ १० मिनिटांची असेल. विश्रांतीनंतर अंगणाची अदलाबदल केली जाईल.

टिपः

डावाची शेवटची चढाई चालू असताना जर वर नमुद केलेली खेळाची ठराविक वेळ संपली असेल तरीही ती चढाई पूर्ण होऊ द्यावी.

३) खेळाची पध्दतः (System of Play)

गडी बाद होणे अथवा जिवंत होणे हा नियम लागू होणार नाही. फक्त मिळविलेले गुण व गमविलेले गुण यांची नोंद होईल.

४) निर्णायक चढाईः (Productive Raid)

प्रत्येक चढाई ही निर्णायकच असावयास हवी. चढाईमध्ये गुण मिळविणे, गुण गमाविणे या क्रीया घडविणारी प्रत्येक चढाई

निर्णायक चढाई (धरण्यात येईल) समजली जाईल. जर चढाई करणारा कोणत्याही प्रकारचा गुण न मिळविता परत आपल्या अंगणात आल्यास विरुद्ध संघास एक गुण मिळेल.

५) तृतीय काळ : (Time Out)

अ) संघनायक/संघशिक्षक किंवा कोणताही सहभागी खेळाडू सरपंचाच्या परवानगीने खेळाच्या मध्यंतराअगोदर तीन वेळा व नंतर तीन वेळा तृतीय काळ मागू शकेल. मात्र अशा प्रत्येक तृतीय काळाची मर्यादा ३० सेकंदापेक्षा जास्त असणार नाही. तृतीय कालावधीत जेवढा वेळ गेला असेल तेवढाच वेळ उरलेल्या वेळात समाविष्ट करण्यात येईल.

ब) अशा तृतीय काळात खेळाडूंना आपले अंगण सोडून जाता येणार नाही. जो खेळाडू अथवा संघ शिक्षक या नियमांचे उल्लंघन करील त्या संघाविरुद्ध एक तांत्रिक (Tech) गुण जाहीर करण्यात येईल.

क) खेळाडूला गंभीर दुखापत झाल्यास, लोकांनी व्यत्यय आणल्यास, क्रीडांगणाच्या रेषा पुन्हा आखाव्या लागल्यास किंवा सरपंचास योग्य वाटेल त्या अन्य कारणास्तव पंच/सरपंच अधिकृत तृतीय काळ घेऊ शकतात. तृतीय कालावधीत जेवढा वेळ गेला असेल तेवढाच वेळ उरलेल्या वेळात समाविष्ट करण्यात येईल.

६) खेळाडू बदली करणे : (Substitution)

अ) सरपंचाच्या परवानगीने दोन खेळाडू सामन्याच्या तृतीय

कालावधीत अथवा मध्यंतरात बदलता येतील.

ब) बदलेला खेळाडू पुन्हा बदली खेळाडू म्हणून घेता येईल.

क) जर एखादा खेळाडू सामन्यासाठी निलंबित अथवा बडतर्फ झाल्यास त्याच्याऐवजी बदली खेळाडू घेता येणार नाही. त्या संघास तितक्या कमी संख्येने खेळावे लागेल.

७) **अंतिम निकाल : (Result)**

सामन्याच्या शेवटी ज्या संघाने अधिक गुण मिळविले असतील अशा संघास विजयी झाल्याचे घोषित करावे.

८) **बाद पध्दतीच्या सामन्यात समान गुण झाल्यास :**

(Tie in Knock Out) - बाद पध्दतीच्या सामन्यात जर सामना समान गुणांवर संपला तर खालील पध्दतीने निर्णायक ठरविण्यात यावे.

१) दोन्ही संघात क्षेत्ररक्षणाकरिता प्रत्येकी ४ खेळाडू अंगणात असतील.

२) तीन-तीन चढाया सुरू करण्यापूर्वी दोन्ही संघानी ३ चढाई करणाऱ्या खेळाडूंचा क्रमांक व नांव क्रमवारी चढाई करण्यासाठी देणे आवश्यक आहे.

३) दोन्ही संघाना प्रत्येकी तीन चढाया आळीपाळीने करण्यास सांगितले जाईल.

४) ज्या संघाने खेळ सुरू करताना प्रथम चढाई केली असेल त्याच संघास यावेळी पहिली चढाई दिली जाईल.

५) चढाईसाठी दिलेल्या यादीतील ३ खेळाडूंपैकी जर एखाद्या

खेळाडूस त्याची चढाईची पाळी येण्यापूर्वी दुखापत झाल्यास उर्वरित एका खेळाडूस चढाईची संधी दिली जाईल.

- ६) प्रत्येकी तीन-तीन चढाया नंतरही समान गुण झाल्यास सुवर्ण चढाई (Golden Raid) या नियमाचा आधार घेतला जाईल.

टिप:

एक किंवा अनेक खेळाडू या पध्दतीत निलंबित अथवा बडतर्फ ठरल्यास तितके खेळाडू गृहित धरून खेळ खेळविला जाईल

सुवर्ण चढाई : (Golden Raid)

तीन-तीन चढायाच्या खेळानंतरही समान गुण झाल्यास अशा वेळी पुन्हा नाणेफेक करून नाणेफेक जिंकणाऱ्या संघास सुवर्ण चढाई (Golden Raid) करण्याची परवानगी दिली जाईल.

सुवर्ण चढाई (Golden Raid) नंतरही समान गुण झाल्यास विरुद्ध संघास सुवर्ण चढाईची संधी दिली जाईल.

सुवर्ण चढाईत जो संघ निर्णायक गुण मिळविल तो संघ विजयी घोषित केला जाईल. याउपरही सामना समान गुणांवर संपला तर नाणेफेकिने सामना निर्णायक करण्यांत यावा.

९) **साखळी पध्दत : (League System)**

साखळी पध्दतीने खेळविण्यात येणाऱ्या सामन्यात विजयी संघास दोन गुण व हरणाऱ्या संघास शून्य गुण देण्यात येतील आणि दोन्ही संघाचे समान गुण झाल्यास प्रत्येकी एक-एक गुण देण्यात

येईल.

साखळी सामन्यातील निर्णायक पध्दत :

(Tie in League System)

साखळी पध्दतीतील सामन्यात संघाचे समान साखळी गुण झाल्यास संघांनी मिळविलेले गुण व गमविलेले गुण या सुत्राप्रमाणे गुणानुक्रमे विजयी व उपविजयी संघ ठरविण्यात यावे.

- अ) गुणांची सरासरी काढताना ज्या संघाने २५% साखळी गुण प्राप्त केले नसतील त्या संघाचे गुण मिळविलेले गुण व गमविलेले गुण या सुत्रासाठी ग्राह्य धरले जाणार नाहीत.
- ब) ज्या संघाने २५% किंवा त्यापेक्षा जास्त साखळी गुण प्राप्त केले असतील अशा संबंधीत संघाचे साखळी गुणांची मिळविलेले गुण व गमविलेले गुण या सुत्रानुसार गुण फरक काढणे.
- क) ज्या संघाने मिळविलेले गुण व गमविलेले गुण यातील गुण फरकानुसार विभागात जास्तीत जास्त गुण मिळविणारा संघ गट विजेता ठरवावा.
- ड) या नंतरही समान गुण झाल्यास ज्या संघाची एकूण मिळविलेल्या गुणांची संख्या जास्त ती ग्राह्य धरावी.
- इ) या नंतर ही समान गुण झाल्यास दोन संघातील लढतीत जो संघ जास्त गुणांच्या फरकाने विजयी झाला असेल तो संघ विजयी ठरेल.
- फ) यानंतरही समान गुण झाल्यास विभागात मिळविलेले गुण व

गमविलेले गुण यांची सरासरी काढून ठरवावे. यावेळी ज्या संघाने २५% पेक्षा कमी साखळीगुण मिळविले असतील त्यांचे ही गुण सरासरी काढताना ग्राह्य धरावे.

ग) यानंतरही समान गुण झाल्यास नाणेफेक करून विजयी व उपविजयी संघ ठरवावे.

टिप :

एखादा संघ गटात गैरहजर राहिल्यास अगर एखाद्या संघाने न खेळता पुढे चाल दिल्यास अथवा वेळेपूर्वी डाव सोडून पुढे चाल दिल्यास सरासरी काढताना त्या संघाचे गुण ग्राह्य धरले जाणार नाहीत व अशा संघास त्या स्पर्धेतून बाद ठरविले जाईल. जो संघ गैरशिस्तीच्या कारणाने बडतर्फ झाला असेल त्या संघास देखील हा नियम लागू होईल.

१०) वीज पुरवठा बंद पडला किंवा मुसळधार पावसामुळे अथवा अन्य तस्सम परिस्थितीमुळे सामना त्याच सत्रात पूर्ण होऊ शकला नाहीतर तो सामना पुढच्या सत्रात पुन्हा संपूर्ण वेळ खेळवावा पुन्हा सुरु होणाऱ्या खेळाच्यावेळी पूर्वीचेच खेळाडू क्षेत्ररक्षणासाठी असावेत असे नाही.

११) सामना तात्पुरत्या तहकुबीच्या कालावधीसाठी थांबला असेल तर तो सामना त्याच गुणांवर व उरलेल्या वेळेत त्याच सत्रात सुरु करता येईल. या तहकुबीच्या कालवधीमध्ये सरपंचाच्या परवानगीशिवाय खेळाडूंना आपले अंगण सोडून जाता येणार नाही. जो संघ या नियमाचे उल्लंघन करील

त्या संघाविरुद्ध एक तांत्रिक गुण (Tech.) देण्यात येईल.

१२) खेळाडूंची नखे योग्य प्रकारे कापलेली असणे आवश्यक आहे आणि त्याने कोणताही धातू शरीरावर धारण केलेला असता कामा नये.

१३) सर्व खेळाडूंच्या पाठीवर कमीत कमी सहा इंच लांबीचे व छातीवर चार इंच लांबीचे क्रमांक असले पाहिजेत. खेळाडूंचा पोषाख, गणवेश नियमाला धरून असणे आवश्यक आहे.

१४) शरीराला किंवा इतर अवयवांना तेल किंवा तत्सम निसरडी वस्तु चोपडलेली असता कामा नये.

सामन्याचे तांत्रिक अधिकारी :

(Technical Officials)

अखिल भारतीय कबड्डी संघटनेने सामनाधिकाऱ्यांची वयोमर्यादा ५८ वर्षे केलेली आहे. तोपर्यंत ते सामने खेळवू शकतात. वयाची ५० वर्षे पूर्ण झाल्यानंतर अशा सामनाधिकाऱ्यास अ. भा. कबड्डी संघटनेच्या अधिपत्याखाली २ वर्षातून एकदा शारीरिक क्षमता चाचणी परीक्षेस उतरणे आवश्यक राहिल. अ.भा / राज्य / जिल्हा कबड्डी संघटनेच्या सामनाधिकाऱ्यांची जेव्हा नेमणूक केली जाईल तेव्हा खालील वस्तु आपल्या जवळ असणे अत्यंत आवश्यक आहेत.

१) इलेक्ट्रानिक्स "स्टॉप वॉच" घडयाळ

२) सामनाधिकाऱ्याचा गणवेश मान्य केलेला (काळी पॅन्ट, पिवळ्या (लेमन) रंगाचा पूर्ण बाह्यांचा शर्ट (कॉलर व मनगटाला

काळी पट्टी) त्यावर बोधचिन्ह असावे, सफेद मोज्यासह सफेद बूट, शिटी, ताकीद कार्डस्, पेन, अध्ययावत नियमाचे पुस्तक

सामन्याचे अधिकारी :

१) १ सरपंच, २ पंच, १ गुणलेखक व १ वेळाधिकारी असे राहतील.

२) सर्वसाधारणपणे पंचांचा निकाल हा क्रीडांगणावरील अंतिम निर्णय समजला जाईल. मात्र काही विशिष्ट परिस्थितीत खेळाच्या हिताच्या दृष्टीने सरपंच आपला निर्णय देऊ शकतो आणि दोन पंचात एकमत होत नसल्यास किंवा मतभेद झाल्यास सरपंच निर्णय देऊ शकतो.

३) नियमोल्लंघन अथवा गॅरवर्तन :

(Gross Violations & foul)

खाली नमूद केलेल्या अगर क्रीडावृत्तीला विशोभित असलेल्या कोणत्याही कृत्याबद्दल सरपंच अथवा पंच आपल्या अधिकारात ताकीद देणे, गुण जाहीर करणे, तात्पुरते निलंबित करणे अगर त्या सामन्यापुरता अथवा स्पर्धेपुरता खेळाडू किंवा संघ निलंबित/बहिष्कृत करणे, यापैही काहीही करून शकतो.

अ) निकालाबाबत सामनाधिकार्यांना वारंवार विचारणे

ब) सामनाधिकार्यांबाबत प्रत्यक्ष वा अप्रत्यक्ष असभ्य, अनादरणीय उद्गार काढणे.

क) चढाई करणाऱ्यांराने बोट दाखवून निर्णयाची मागणी करणे.

ड) चढाई करणाराचा दम, त्याचे तोंड बंद करून अथवा गळा

दाबून किंवा अन्य मार्गाने घालविण्याचा प्रयत्न करणे.

- ई) शरीराला दुखापत होईल असे अयोग्य उपाय
- फ) कोणत्याही संघाने आपला खेळाडू चढाईस पाठविण्यास पाच सेकंदापेक्षा अधिक कालावधी घेणे.
- ग) पायाने अथवा हाताने घातलेल्या कैचीच्या सहाय्याने चढाई करणाराची पकड करणे.
- ह) कोणत्याही प्रशिक्षकाने (Coach) किंवा खेळाडूने बाहेरून सूचना देणे.
- ज) चढाई करणाऱ्याची चढाईची पाळी असता त्यास प्रतिबंध करणे.

४) खेळाडू / प्रशिक्षक / संघव्यवस्थापक / संघ यांना ताकीद देणे तात्पुरते निलंबित करणे, सामन्यापुरते निलंबित करणे किंवा बडतर्फ करणेसाठी पंच सरपंच कार्ड दाखवू शकतो.

अ) हिरवे कार्ड : ताकीद देणे करिता

जर खेळाडू / प्रशिक्षक / संघव्यवस्थापक / संघ (एकदा) यांना हिरवे कार्ड दाखविल्यास त्यानंतर पुढील कार्यवाहीसाठी सरळ पिवळे कार्ड दाखवावे.

ब) पिवळे कार्ड : २ मिनिटे तात्पुरते निलंबन करणे

जर खेळाडू / प्रशिक्षक / संघव्यवस्थापक / संघ यांना पिवळे कार्ड दाखविल्यास त्यानंतर पुढील कार्यवाहीसाठी सरळ लाल कार्ड दाखवावे

टिप :

- १) २ मिनिटे तात्पुरते निलंबनाची वेळ खेळाडू अंगणात असता लागू होईल.
- २) बाद खेळाडू २ मिनिटेकरिता तात्पुरता निलंबित झाल्यास तो जिवंत झाल्यानंतर निलंबित काळ सुरु होईल.
- ३) २ मिनिटे तात्पुरते निलंबित झालेल्या खेळाडू ऐवजी बाद झालेला खेळाडू जिवंत होऊ शकत नाही.

क) लाल कार्ड :

सामन्यापुरते / स्पर्धेपुरते निलंबन / बडतर्फ करणे.

५) सरपंचाची कर्तव्ये : (Duties of the Referee)

- अ) नाणेफेक घेणे
- ब) सामना सुरु करणे.
- क) बदली खेळडूंची नावे व त्यांच्या जागी घेतलेल्या खेळडूंची नावे जाहीर करणे.
- ड) सर्व साधारणपणे संपुर्ण सामन्यावर देखरेख करणे.
- इ) वेळधिकाऱ्याच्या(टेबल ऑफीसियल)सहाय्याने मध्यंतराची वेळ, तृटीत काळ आणि मध्यंतरानंतर सामना पुन्हा सुरु करणे.
- फ) दुसऱ्या डावात शेवटची पाच मिनिटे असतांना दोन्ही संघाचे गुण जाहीर करणे.
- ग) शेवटची पाच मिनिटे शिल्लक असतांना प्रत्येक मिनिट जाहीर करणे.

६) **पंचांची कर्तव्ये : (Duties of the Umpire)**

सरपंचाने सामना सुरु केल्यानंतर तो संपेपर्यंत पंच सामन्यावर देखरेख ठेवतील आणि खेळाच्या नियमाप्रमाणे निर्णय देतील.

७) **गुणलेखकाची कर्तव्ये : (Duties of the Scorer)**

अ) गुणपत्रक भरणे व सरपंचाच्या परवानगीने प्रत्येक डावाच्या शेवटी गुण व निर्णय जाहीर करणे.

ब) खेळ सुरु करताना ज्या संघाने नाणेफेक जिंकल असेल त्याची नोंद ठेवणे.

क) एखाद्या संघाच्या खेळाडूने मिळविलेले सर्व गुण संबंधीत बाजूस गुणपत्रकात धावत्या गुणपध्दतीने उभ्या (।) रेषेने दर्शवावेत.

ड) पंच अथवा सरपंचाने जाहीर केलेले तांत्रिक गुण (Tech.) धावत्या गुणपध्दतीत आकड्याभोवती (O) गोल दर्शवून नोंद करावे.

इ) ज्या संघाने तृतीत काळ घेतला असेल त्या समोर (T) अशी खुण करणे. तृतीत काळाची वेळ गुणपत्रकात नोंद करणे.

फ) प्रत्येक डाव्याच्या सुरुवातीची व शेवटच्या वेळेची गुणपत्रकात नोंद ठेवणे, संघाने घेतलेला अथवा अधिकृत तृतीत काळाची नोंद आणि बदली खेळाडूची नोंद ठेवणे.

ग) गुणपत्रक सर्व दृष्टीने परिपूर्ण भरणे व त्यावर पंच व सरपंच यांच्या सहया घेणे.

८) वेळाधिकार्याची कर्तव्ये :

(Duties of the Table Official)

- अ) खेळाची सुरुवात करण्याची वेळ व संपण्याच्या वेळेची नोंद ठेवण्यास सरपंचास सहाय्य करणे.
- ब) सरपंचाने मध्यांतर, तृतीय काळ, प्रत्येक तृतीय कालावधीनंतर सामना पुन्हा सुरू करण्यासाठी सहाय्य करणे.
- क) शेवटच्या ५ मिनिटातील प्रत्येक मिनिट जाहीर करणेसाठी सरपंचास सहाय्य करणे.
- ड) बदली खेळाडू व त्याच्या जागी दुसऱ्या येणाऱ्या खेळाडूची नोंद ठेवण्यास सरपंचास सहाय्य करणे.



गोल रिंगणातील कबड्डी - नियम
RULES OF CIRCLE STYLE KABADDI

गोल रिंगण कबड्डी पुरूष व कुमार गटासाठी

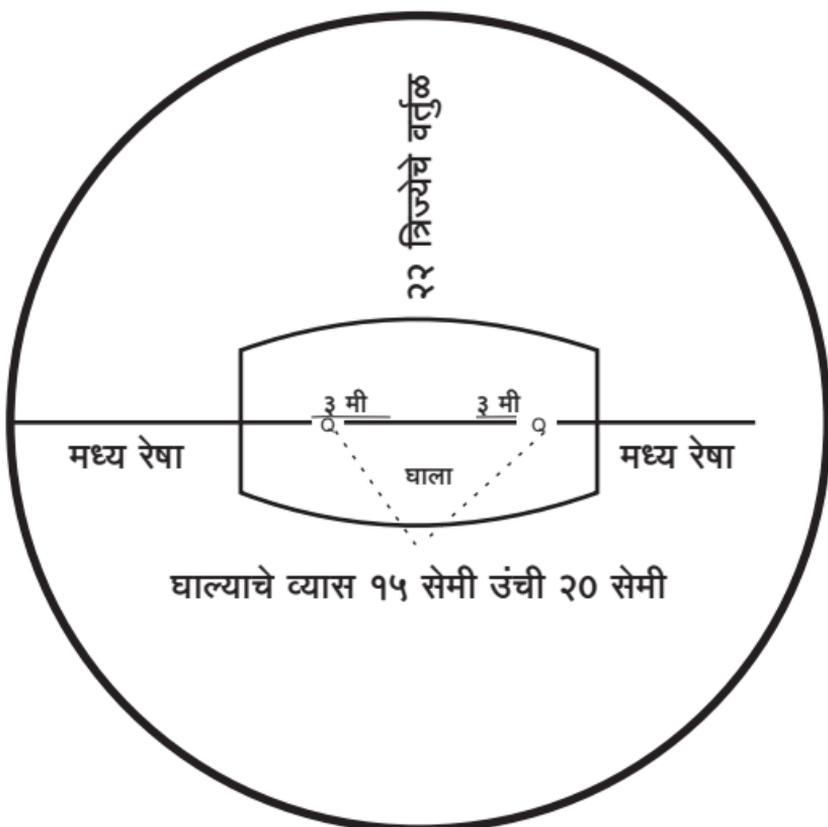
क्रीडांगण : २२ त्रिज्येचे वर्तुळ

महिला-कुमारी-मुली/किशोरी मुले/मुली यांच्या

करता १६ मी. त्रिज्येचे वर्तुळ

(आकृतीत दाखवल्याप्रमाणे)

वर्तुळाची जाडी ३ ते ५ सेमी



गोल रिंगणातील कबड्डी - नियम

RULES OF CIRCLE STYLE KABADDI

गोल रिंगणातील कबड्डी हा खेळ अखिल भारतीय हौशी कबड्डी संघटनेने मान्य केलेल्या खालील नियमानुसार खेळला गेला पाहिजे.

१) क्रीडांगण : (Ground)

या खेळाचे क्रीडांगण मऊमातीचे व सपाट असे असावे.

२) क्रीडाक्षेत्र मोजमाप : (Play Field Measurements)

अ) पुरुष व कुमारगट मुले विभाग - २२ मीटर त्रिज्येचे गोल रिंगण. मध्यरेषेने दोन समसमान भागात विभागलेले असावे (आकृतीत दाखविल्याप्रमाणे)

पुरुष : खुलागट वय-वजन यास प्रतिबंध नाही.

कुमार गट मुले : वय २० वर्षे व त्याखालील (वर्षाच्या शेवटच्या दिवसांपर्यंत) आणि ७५ कि. ग्रॅ. वजनाखाली

महिला, कुमारी गट मुली, किशोर गट मुले-मुली

१६ मीटर त्रिज्येचे गोल रिंगण, मध्यरेषेने दोन समसमान भागात विभागले असावे. (आकृतीत दाखविल्याप्रमाणे)

महिला : खुला गट वजन वय यास प्रतिबंध नाही.

कुमारी गट मुली : वय २० वर्षे व त्याखालील (वर्षाच्या शेवटच्या दिवसांपर्यंत) आणि ७५ कि. ग्रॅ. वजनाखालील.

किशोर गट मुले : वय १६ वर्षे व त्याखालील (वर्षाच्या शेवटच्या

दिवसांपर्यंत) आणि ६५ कि. ग्रॅ. वजनाखालील
किशोरी गट मुली : वय १६ वर्षे व त्याखालील (वर्षाच्या शेवटच्या
दिवसांपर्यंत) आणि ६५ कि.ग्रॅ. वजनाखालील
प्रत्येक राज्य कबड्डी संघटनेने वयाचा दाखला संबंधीत शाळेकडील
अस्सल प्रत या स्वरूपात आणावा. सोबत आधार कार्ड खेळाडूची
जन्मतारीख व फोटो संबंधीत शाळेच्या मुख्याध्यापकाच्या सही
शिकक्यानुसार पाहीजे राज्य /राष्ट्रीय स्पर्धेकरिता वयाच्या
दाखल्याची अस्सल प्रत ग्राह्य धरली जाईल.

अ.भा. कबड्डी संघटनेमार्फत भाग घेतलेल्या संघातील खेळाडूची
सर्व साधारण तपासणी, संबंधीत नियुक्त समिती (संस्था) मार्फत
केली जाईल जर एखाद्या संघटनेतील खेळाडू त्यात दोषी
आढळल्यास संबंधीत जिल्हा/राज्य तीन वर्षाकरिता बाद
ठरविण्यात येईल ही क्रिया त्याच वर्षापासून अंमलात येईल. तसेच
यापूर्वी मिळालेल्या विशेष श्रेणीवर त्याचा इष्ट परिणाम होईल
आणि त्या प्रित्यर्थ मिळालेले प्रमाणपत्र व सन्मानचिन्ह
राज्य/अ.भा. संघटनेकडे परत करणे आवश्यक आहे.

३) अंतिम मर्यादा : (Boundary)

२२ मीटर त्रिज्येचे गोल रिंगण पुरुष व कुमारगट मुले
विभागासाठी आणि १६ मीटर त्रिज्येचे गोल रिंगण महिला, कुमार
गट-मुली, किशोर गट मुले-मुली विभागासाठी क्रीडा क्षेत्राच्या
अंतिम मर्यादा राहतील. कमीत कमी ३ से.मी. व जास्तीत जास्त
५ से.मी. जाडीच्या रेषा क्रीडाक्षेत्राच्या अंतिम मर्यादेसाठी

असाव्यात.

अ) रेषेची जाडी कमीत कमी ३ से.मी. व जास्तीत जास्त ५ से.मी. असावी.

ब) गोल रिंगण सभोवताली कमीत कमी ३ मीटर मोकळी जागा सोडावी.

क) गोल रिंगण क्रीडांगणासाठी बोनस रेषा व राखीवक्षेत्र नसेल

४) **मध्यरेषा : (Mid Line)**

क्रीडाक्षेत्राचे दोन विभाग करणाऱ्या रेषेस मध्यरेषा असे म्हणतात.

५) **अंगण : (Court)**

मध्यरेषेने विभागलेल्या क्रीडाक्षेत्राच्या प्रत्येक विभागास अंगण असे म्हणतात.

६) **पाला : (Pala)**

पाला म्हणजे क्रीडांगणाच्या मध्यभागी असलेले प्रवेशद्वार मध्यरेषेच्या निम्म्या भागापासून दोन्ही बाजूस ३ मी अंतरावर रेषा आखणे. पाल्याची एकूण लांबी ६ मी असावी पाला/प्रवेशद्वार यातून चढाई करणारा आपल्या अंगणात आला तरच आपल्या अंगणात सुरक्षित आला असे समजावे, पाल्याचे खांब लाईम पावडर किंवा एखाद्या मऊ पदार्थापासून तयार केलेले असावेत त्याचा व्यास १५ से.मी. व उंची २० से.मी. असावी.

७) आवश्यक मर्यादा (निदान रेषा) : (Essential Limit Baulk Line)

पाल्याचे खांबापासून ६ मीटर त्रिज्याची मध्यरेषेपासून दोन्ही बाजुस रेषा आखणे यास डी समजवावे (१२ मी X ६ मी) म्हणजे आवश्यक मर्यादा किंवा निदान रेषा समजावी. मध्यरेषेच्या दोन्ही बाजुस असलेल्या डी एकासरळ रेषेत जोडावी जेणेकरून आयताकृत तयार होईल. (आकृतीत दाखविल्याप्रमाणे)

८) दम : (Cant)

मान्य केलेला कबड्डी हा शब्द स्पष्ट स्वरात अखंडपणे एकाच श्वासात पुन्हा पुन्हा उच्चारित जाणे यास दम असे म्हणतात दम घेण्याची कालमर्यादा ३० सेकंद असते.

९) चढाई करणारा : (Raider)

प्रतिपक्षाच्या अंगणात दम घालीत जाणाऱ्या खेळाडूस चढाई करणारा असे म्हणतात. चढाई करणाराने प्रतिपक्षाच्या अंगणास स्पर्श करण्यापूर्वी दम घालण्यास प्रारंभ करावयास हवा.

१०) बचाव करणारा : (Anti Raider or Anti)

ज्या अंगणात चढाईची क्रिया सुरू असेल, त्या अंगणातील प्रत्येक खेळाडूस बचाव करणारा असे म्हणतात.

११) दम सोडणे किंवा जाणे : (Loosing the Cant)

कबड्डी-कबड्डी असा शब्दोच्चार सतत एकाच श्वासात करीत असताना मध्येच श्वास घेणे, या क्रियेस दम सोडणे किंवा दम जाणे असे म्हणतात. दम घेणे व तो सुरू ठेवणे या दोन्ही क्रिया प्रथम

घेतलेल्या एकाच श्वासात होणे आवश्यक आहे. दम एकाच श्वासात जास्तीत जास्त ३० सेकंद असावा. जर चढाई करणाराने आपल्या अंगणात सुरक्षित येण्यासाठी ३० सेकंदापेक्षा जास्त दम घेतल्यास प्रतिपक्षास एक विशेष गुण देण्यात यावा.

१२) गडीबाद करणे : (To Put out an anti)

नियमांचे उल्लंघन न करता चढाई करणाराने बचाव करणारास स्पर्श करणे अगर चढाई करणाराचे शरीराच्या कोणत्याही भागास बचाव करणाराचा स्पर्श होणे आणि त्यानंतर चढाई करणाराचा स्वतःच्या अंगणास दम न सोडता पाल्यातून ३० सेकंदाच्या आत स्पर्श होणे म्हणजे गडी बाद केला असे समजावे.

१३) गडी धरणे-गडी पकडणे : (To hold a Raider)

नियमाचा भंग न करता बचाव करणारांनी चढाई करणारास ३० सेकंदापेक्षा जास्त वेळ, दम जाई पर्यंत आपल्या अंगणात धरून ठेवणे व त्यास त्याच्या अंगणात जाऊ न देणे किंवा सरपंच/पंच यांनी शिष्टी वाजविल्यापर्यंत धरून ठेवणे या क्रियेस गडी धरणे अथवा गडी पकडणे असे म्हणतात.

१४) अंगणात सुरक्षित येणे : (To Reach Court Safely)

चढाई करणाऱ्याने स्वतःच्या शरीराच्या कोणत्याही भागाने पाल्यातून दम चालू असता ३० सेकंदाच्या आत मध्यरेषा ओलांडून नियमाचे उल्लंघन न करता स्वतःच्या अंगणास स्पर्श करणे यास स्वतःच्या अंगणात सुरक्षित येणे असे म्हणतात त्यानंतर त्याची चढाईची पाळी संपली असे समजावे.

१५) स्पर्श : (Touch)

चढई करणारा अथवा बचाव करणाराचा एकमेकांच्या शरीराच्या कोणत्याही भागास कपड्याने जोड्याने अथवा शरीरावरील कोणत्याही अन्य वस्तुने संपर्क झाला म्हणजे स्पर्श झाला असे समजावे.

१६) चढई : (Raid)

चढई करणारा जेव्हा प्रतिपक्षाच्या अंगणात दम घेऊन प्रवेश करतो, या क्रीयेस चढई असे म्हणतात.

खेळाचे नियम : (Rules of Play)

१) नाणेफेक जिंकणाऱ्या संघास अंगण अथवा चढई यापैकी एकाची निवड करण्याचा अधिकार राहिल आणि नाणेफेक हरणाऱ्यास अंगण अगर चढई यातून राहिलेल्या एकाची निवड करता येईल. दुसऱ्या डावात अंगणाची अदलाबदल करावी, आणि ज्या संघाने आपला खेळाडू प्रथम चढईस पाठविला नसेल त्या संघाने आपला खेळाडू चढईस पाठवावा.

२) गोल रिंगण कबड्डी खेळात चढई करणारा फक्त एकच बचाव करणाऱ्यास स्पर्श करून शकतो. त्याचप्रमाणे एकच बचाव करणारा फक्त चढई करणाऱ्यास पकडण्याचा अथवा थांबविण्याचा प्रयत्न करू शकतो जर चढई करणाऱ्याने एकापेक्षा अधिक बचाव करणाऱ्यास स्पर्श केला तर त्याचे विरुद्ध एक विशेष गुण देण्यात येईल.

३) कोणताही खेळाडू सलग दोन चढाया करू शकत नाही त्याच्या चढाईत कमीत कमी एक चढाईचे अंतर पाहिजे.

४) जर एकापेक्षा अधिक बचाव करणाऱ्यांनी चढाई करणारास थांबविण्याचा अथवा पकडण्याचा प्रयत्न केल्यास चढाई करणारा आपल्या अंगणात सुरक्षित परत आला असे समजावे आणि बचाव करणाऱ्याच्या विरुद्ध एक गुण देणे.

५) खेळ चालू असताना जर एखादा खेळाडू अंतिम रेषेच्या बाहेर किंवा मध्यरेषेच्या पलिकडे गेला अथवा बाहेर ढकलला गेला तर त्याचे विरुद्ध एक गुण देणे.

६) झटापट चालू असता जर एखाद्या खेळाडूने प्रथम मध्य रेषा ओलांडली अथवा अंतिम रेषा ओलांडली तर त्याचे विरुद्ध एक गुण देण्यात यावा.

७) झटापट चालू असता जर चढाई करणारा व बचाव करणारा दोन्ही खेळाडूंनी एकाच वेळी अंतिम रेषा किंवा मध्यरेषा पाल्याच्या प्रवेशद्वारा व्यतिरिक्त ओलांडल्यास कोणत्याही संघाच्या विरुद्ध गुण देण्यात येऊ नये. अशा परिस्थितीत जर चढाई करणाऱ्याने पाल्यातून मध्यरेषा ओलांडली तर तो सुरक्षित आहे असे जाहीर करावे व एक गुण देण्यात यावा.

८) जर बचाव करणारा अंतिम रेषे बाहेर गेला व नंतर चढाई करणारास पकडले तर चढाई करणारा सुरक्षित असून बचाव करणाऱ्या विरुद्ध एक गुण देण्यात यावा.

९) मान्य केलेला कबड्डी असा दम घेऊ न तो अखंडपणे सुरू ठेवला पाहिजे जर तो दम अखंडपणे सुरू ठेऊ शकला नाही किंवा प्रतिपक्षाच्या अंगणात दम सोडला किंवा ३० सेकंदापेक्षा जास्त

दम सुरु ठेवला तर अशावेळी त्याला आपल्या अंगणात परत जाण्यास सांगणे आणि प्रतिपक्षास एक गुण देऊन चढाईची संधी प्रतिपक्षास द्यावी.

१०) चढाई करणाराने प्रतिपक्षाच्या अंगणास स्पर्श करण्यापूर्वी आपल्या चढाईस प्रारंभ करणे आवश्यक आहे, जर त्याने उशिराने दम घेतल्यास पंच किंवा सरपंच अशा खेळाडूस परत आपल्या अंगणात जाण्यात सांगतील व प्रतिपक्षास एक गुण देण्यात येईल व चढाई करण्याची संधी (मिळेल) देण्यात येईल.

११) आपली पाळी नसताना चढाई करणाराने चढाई केल्यास पंच किंवा सरपंच अशा खेळाडूस परत आपल्या अंगणात जाण्यास सांगतील व प्रतिपक्षास एक विशेष गुण देण्यात येईल.

१२) एकापेक्षा अनेक खेळाडूंनी प्रतिपक्षाच्या अंगणात चढाई करू नये. तसे घडल्यास पंच किंवा सरपंच त्या सर्वांना आपल्या अंगणात परत जाण्यास सांगतील आणि प्रतिपक्षास एक विशेष गुण देऊन चढाई करण्याची संधी देतील.

१३) चढाई करणारा आपल्या अंगणात सुरक्षित परत आला किंवा त्याची प्रतिपक्षाच्या अंगणात पकड झाली अशा वेळी प्रतिपक्षाने १० सेकंदांच्या आत चढाई करणारास चढाईसाठी पाठवावे. अशा प्रकारे खेळ संपे पर्यंत ही क्रिया चालू राहिल. जर १० सेकंदापेक्षा अधिक वेळ चढाई करण्यासाठी घेतल्यास त्या संघाची चढाईची संधी जाईल व प्रतिपक्षास एक विशेष गुण देण्यात येईल.

१४) चढाई करणारा पकडला गेल्यावर बचाव करणाऱ्याने बुध्दी पुरस्सर त्याच्या तोंडावर हात ठेऊन त्याच्या दमात अडथळा करू नये, तसेच कोणत्याही प्रकारची कैची अथवा दुखापत होईल असे अयोग्य व अपायकारक उपाय योजून पकड करू नये. तसे घडल्याचे दृष्टापत्तीस आल्यास चढाई करणारा बाद झाला नसल्याचे पंचानी अथवा सरपंचाने जाहीर करावे.

१५) चढाई करणारा जोपर्यंत आपल्या अंगणात परत येत नाही तो पर्यंत बचाव करणाऱ्या खेळाडूंपैकी कोणीही आपल्या शरीराच्या कोणत्याही भागाने चढाई करणाऱ्या खेळाडूच्या अंगणास मध्यरेषेपलिकडे स्पर्श करता कामा नये तसे घडल्यास चढाई करणाऱ्या संघास एक गुण देण्यात येईल व चढाई यशस्वी झाल्याचे समजले जाईल.

सामन्या संबंधी नियम : (Rules of Matches)

१) संघ : (Team)

प्रत्येक संघात १४ खेळाडू असतील, एका वेळी ८ (आठ) खेळाडू खेळण्यासाठी क्रीडांगणात उतरतील आणि उरलेले ६ खेळाडू राखीव राहतील.

२) सामन्याची कालमर्यादा : (Duration of the Match)

सामन्याची कालमर्यादा पुरुष, महिला, कुमार गट मुले-मुली याचेसाठी २० मिनिटाचे व ५ मि. विश्रांतीने विभागलेल्या अशा दोन विभागांची असेल. किशोरगट मुले मुली याचेसाठी १५ मिनिटाचे व ५ मि. विश्रांतीने विभागलेल्या अशा दोन भागांची

असेल. विश्रांतीनंतर अंगणाची अदला बदल केली जाईल.

टिप :

प्रत्येक डावाची शेवटची चढाई वर नमुद केल्याप्रमाणे खेळाची ठराविक वेळ संपली असेल तरीही ती पूर्ण होऊ द्यावी.

३) **खेळाची पध्दत : (System of Play)**

गडीबाद होणे व जिवंत होणे ही पध्दत नसेल फक्त मिळालेल्या गुणांची नोंद गुणपत्रकांत केली जाईल.

४) **निर्णायक चढाई : (Productive Raid)**

एक किंवा अधिक गुण मिळाले / तांत्रिक गुण मिळाला / स्वतः बाद झाल्याबद्दलचा मिळालेला गुण, चढाई करणाऱ्याची पकड झाल्याबद्दलचा मिळालेला गुण, अशी प्रत्येक चढाई निर्णायक समजली जाईल. तसेच बचाव करणारा किंवा करणारे स्वतःबाद झाल्यास, ती चढाई पूर्ण झाली असे समजावे आणि चढाई करणाऱ्याच्या बाजूस एक गुण देण्यात यावा. जर चढाई करणारा चढाईत गुण न मिळविता आपल्या अंगणात परत आला तर प्रतिस्पर्धी बाजूस एक गुण देण्यात यावा. जर ३० सेंकदापेक्षा जास्त चढाई चालू राहिल्यास प्रतिपक्षास एक गुण जाहिर करावा.

५) **तृतीय काळ : (Time Out)**

अ) संघ नायक किंवा संघ शिक्षक सरपंचाच्या परवानगीने खेळाच्या मध्यांतरा अगोदर दोन वेळा व नंतर दोन वेळा तृतीय काळ मागू शकेल. मात्र अशा तृतीय काळाची कालमर्यादा ३० सेंकदापेक्षा जास्त असणार नाही. तृतीय

कालावधीत जेवढा वेळ गेला असेल तेवढाच वेळ उरलेल्या वेळात समाविष्ट करण्यात येईल.

ब) अशा तृतीत काळात खेळाडूंना आपले अंगण सोडून जाता येणार नाही. या नियमाचे उल्लंघन झाल्यास प्रतिपक्षास एक तांत्रिक गुण जाहिर करण्यात येईल.

क) खेळाडूस दुखापत झाल्यास, लोकांनी व्यत्यय आणल्यास, क्रीडांगण पुन्हा आखावे लागल्यास किंवा अन्य कारणास्तव सरपंच-पंच अधिकृत तृतीत काळ घेऊ शकतात. तृतीत कालावधीत जेवढा वेळ गेला असेल तेवढाच वेळ उरलेल्या वेळात समाविष्ट करण्यात येईल.

६) **खेळाडू बदली करणे : (Substitution)**

अ) तृतीत काळात किंवा मध्यांतरामध्ये सरपंचाच्या परवानगीने ४ खेळाडू बदली करता येतील.

ब) बदललेला खेळाडू पुन्हा बदली खेळाडू म्हणून घेता येईल.

क) जर एखादा खेळाडू सामन्यासाठी निलंबित अथवा बडतर्फ झाल्यास त्याचे ऐवजी बदली खेळाडू घेता येणार नाही. त्या संघास तितक्या कमी खेळाडूंसह खेळावे लागेल.

७) **अंतिम निकाल : (Result)**

सामना संपल्यानंतर ज्या संघाने अधिक गुण मिळविले असतील अशा संघास विजयी घोषित करण्यात यावे.

८) बाद पध्दतीच्या सामन्यात समान गुण झाल्यास

: (Tie in Knock Out)

बाद पध्दतीच्या सामन्यात जर सामना समान गुणांवर संपला तर खालील पध्दतीने निर्णायक ठरविण्यात यावे.

- १) दोन्ही संघात क्षेत्ररक्षणाकरिता प्रत्येकी ४ खेळाडू अंगणात असतील.
- २) तीन-तीन चढाया सुरु करण्यापूर्वी दोन्ही संघानी पाच चढाई करणाऱ्या खेळाडूचा क्रमांक व नांव क्रमवारी चढाई करण्यासाठी देणे आवश्यक आहे. अशावेळी क्षेत्ररक्षण करताना ४ खेळाडूंपैकी कोणताही खेळाडू बदलता येणार नाही.
- ३) दोन्ही संघाना प्रत्येकी तीन-तीन चढाया आळी पाळीने करण्यास सांगितले जाईल.
- ४) ज्या संघाने खेळ सुरु करताना प्रथम चढाई केली असेल त्याच संघास यावेळी पहिली चढाई दिली जाईल.
- ५) चढाईसाठी दिलेल्या यादीतील तीन खेळाडूंपैकी जर एखाद्या खेळाडूस त्याची चढाईची पाळी येण्यापूर्वी दुखापत झाल्यास उर्वरीत (राखीव) एका खेळाडूस चढाईची संधी दिली जाईल.
- ६) **यानंतर ही समान गुण झाल्यास सुवर्णचढाई:**
(Golden Raid)
या नियमाचा आधार घेतला जाईल.

टिप :

एक किंवा अनेक खेळाडू या पध्दतीत निलंबित अथवा बडतर्फ झाल्यास तितके खेळाडू संख्येने कमी करून खेळ खेळविला जाईल.

७) सुवर्ण चढाई : (Golden Raid Rule)

३ - ३ चढायाच्या खेळानंतरही समान गुण झाल्यास अशावेळी पुन्हा नाणेफेक करून नाणेफेक जिंकणाऱ्या संघास सुवर्ण चढाई (Golden Raid) करण्याची संधी दिली जाईल. नंतर समान गुण झाल्यास विरुद्ध संघास सुवर्णचढाई पाळी देण्यात येईल. सुवर्ण चढाईत जो संघ निर्णायक गुण मिळविल तो संघ विजय ठरविला जाईल.

८) साखळी पध्दत : (League System)

साखळी पध्दतीने खेळविण्यात येणाऱ्या सामन्यात विजयी संघास दोन गुण व हरणाऱ्या संघास शून्य (0) गुण देण्यात येतील आणि दोन्ही संघाचे समान गुण झाल्यास प्रत्येकी एक एक गुण देण्यात येईल.

साखळी सामन्यांतील निर्णायक पध्दत :

(Tie in League Points)

साखळी पध्दततील सामन्यात संघाचे समान साखळी गुण झाल्यास, संघाने मिळविलेले गुण व गमाविलेले गुण याची सरासरी काढून विजयी व उपविजयी संघ ठरविण्यात यावे.

अ) गुणांची सरासरी काढतांना ज्या संघाने २५% साखळी गुण

प्राप्त केले नसतील त्या संघाचे मिळविलेले गुण व गमविलेले गुण या सुत्रासाठी ग्राह्य धरले जाणार नाहीत.

- ब) ज्या संघाने २५% किंवा त्यापेक्षा जास्त साखळी गुण प्राप्त केले असतील, अशा संबंधीत संघाचे साखळी गुणांची मिळविलेले गुण व गमविलेले गुण या सुत्रानुसार गुण फरक काढणे.
- क) ज्या संघाने मिळविलेले गुण व यातील गुण फरकानुसार विभागात जास्त गुण मिळविणारा संघ गट विजेता ठरवावा.
- ड) यानंतरही समान गुण झाल्यास ज्या संघाची एकूण मिळविलेल्या गुणांची संख्या जास्त तो संघ गुणानुक्रमे विजयी व उपविजयी ठरवावा.
- इ) या नंतर ही समान गुण झाल्यास दोन संघातील लढतीत जो संघ जास्त गुणांच्या फरकाने विजयी झाला असेल तो संघ विजयी ठरेल.
- फ) यानंतरही समान गुण झाल्यास विभागात मिळविलेले गुण व गमविलेले गुण यांची सरासरी काढून ठरवावे. यावेळी ज्या संघाने २५% पेक्षा कमी साखळीगुण मिळविले असतील त्याही संघाचे गुण सरासरी काढताना ग्राह्य धरावे.
- ग) यानंतरही समान गुण झाल्यास नाणेफेक करून विजयी व उपविजयी संघ ठरवावे.

टिप :

एखादा संघ गटात गैरहजर राहिल्यास अगर एखाद्या संघाने

न खेळता पुढे चाल दिल्यास अथवा वेळेपूर्वी डाव सोडून पुढे चाल दिल्यास सरासरी काढताना त्या संघाचे गुण ग्राह्य धरले जाणार नाहीत व अशा संघास त्या स्पर्धेतून बाद ठरविले जाईल. जो संघ गैरशिस्तीच्या कारणास्तव बडतर्फ झाला असेल त्या संघास देखील हा नियम लागू होईल.

१२) वीज पुरवठा बंद पडला किंवा मुसळधार पावसामुळे अथवा अन्य तत्सम परिस्थितीमुळे सामना त्याच सत्रात पूर्ण होऊ शकला नाही तर तो सामना पुढच्या सत्रात पुन्हा संपूर्ण वेळ खेळवावा पुन्हा सुरु होणाऱ्या खेळाच्यावेळी पूर्वीचेच खेळाडू असावेत असे नाही.

१३) तात्पुरत्या कालावधीसाठी सामना थांबला असेल तर तो सामना त्याच गुणाने व उरलेल्या वेळेत त्याच सत्रात सुरु करता येईल. या तहकुबीच्या कालावधीमध्ये सरपंचाच्या पूर्व परवानगीशिवाय खेळाडूंना आपले अंगण सोडून जाता येणार नाही. जो संघ या नियमाचे उल्लंघन करील, त्या संघाविरुद्ध एक तांत्रिक गुण देण्यात येईल.

१४) सर्व खेळाडूंच्या पाठीवर कमीत कमी सहा इंच लांबीचे व छातीवर चार इंच लांबीचे क्रमांक असले पाहिजेत. खेळाडूंचा पोषाख, गणवेषनियमाला धरून असणे आवश्यक आहे.

१५) खेळाडूंची नखे योग्य प्रकारे कापलेली असणे आवश्यक आहे आणि त्याने कोणताही धातू शरीरावर धारण केलेला असता कामा नये.

१६) शरीराला किंवा इतर अवयवांना तेल किंवा तत्सम निसरडी वस्तु चोपडलेली (लावलेली) असता कामा नये.

सामन्याचे तांत्रिक अधिकारी: (Technical Officials)

अखिल भारतीय कबड्डी संघटनेने सामनाधिकार्यांची वयोमर्यादा ५८ वर्षे निश्चित केलेली आहे. तोपर्यंत ते सामने खेळवू शकतात. वयाची ५० वर्षे पूर्ण झाल्यानंतर अशा सामनाधिकार्यांस अ. भा. कबड्डी संघटनेच्या अधिपत्याखाली २ वर्षातून एकदा शारिरीक क्षमता परीक्षेस उतरणे आवश्यक आहे.

जिल्हा/राज्य / अ. भा कबड्डी संघटनेच्या सामनाधि-कार्यांची जेव्हा नेमणूक केली जाईल तेव्हा खालील वस्तु आपल्या जवळ असणे अत्यंत आवश्यक आहेत.

- १) इलेक्ट्रॉनिक्स "स्टॉप वॉच" (घडयाळ)
- २) सामनाधिकार्याचा गणवेश काळी पॅन्ट, पिवळ्या रंगाचा पूर्ण बाहयांचा शर्ट (कॉलर आणि मनगटावर काळी पट्टी) त्यावर बोधचिन्ह असावे. पांढऱ्या मोज्यासह पांढरे बूट, शिटी, ताकीद कार्ड्स, पेन, अ.भा. संघटनेचे सुधारीत नियमाचे पुस्तक

सामन्याचे अधिकारी:

- १) १ सरपंच, २ पंच, १ गुणलेखक असे राहतील.
- २) सर्वसाधारणपणे पंचांचा निकाल हा क्रीडांगणावरील अंतिम निर्णय समजला जाईल मात्र काही विशिष्ट परिस्थितीत खेळाच्या हिताच्या दृष्टीने सरपंच आपला निर्णय देऊ शकतो आणि दोन पंचात एकमत होत नसल्यास किंवा मतभेद

झाल्यास सरपंच निर्णय देऊ शकतो.

नियमोल्लंघन अथवा गैरवर्तन : (Gross Violations & Foul)

खाली नमुद केलेल्या अगर क्रीडावृत्तीला विशोभित असलेल्या कोणत्याही कृत्याबद्दल सरपंच अथवा पंच आपल्या अधिकारात ताकीद देणे, गुण जाहीर करणे, तात्पुरते निलंबित करणे अगर त्या सामन्यापुरता अथवा स्पर्धेपुरता खेळाडू किंवा संघ निलंबित/बहिष्कृत करणे, यापैकी काहीही करू शकेल.

- अ) निकालाबाबत सामनाधिकार्यांना वारंवार विचारणे.
- ब) सामनाधिकार्यांबाबत प्रत्यक्ष वा अप्रत्यक्ष असभ्य, अनादरणीय उद्गार काढणे.
- क) चढाई करणाराने किंवा बचाव करणाऱ्याने बोट दाखवून निर्णयाची मागणी करणे.
- ड) चढाई करणाराचा दम, त्याचे तोंड बंद करून अथवा गळा दाबून किंवा अन्य मार्गाने घालविण्याचा प्रयत्न करणे.
- ई) शरीरास दुखापत होण्याची शक्यत असलेले अयोग्य उपाय
- फ) कोणत्याही संघाने आपला खेळाडू चढाईस पाठविण्यास पाच सेकंदापेक्षा अधिक कालावधी घेणे.
- ग) हातापायाच्या घातलेल्या कैचीच्या सहाऱ्याने चढाई करणाराची पकड करणे.
- ह) कोणत्याही प्रशिक्षकाने (Coach) किंवा खेळाडूने बाहेरून सूचना देऊ नये.

४) खेळाडू / प्रशिक्षक / संघव्यवस्थापक / संघ यांना ताकीद देणे तात्पुरते निलंबित करणे, सामन्यापुरते निलंबित करणे किंवा बडतर्फ करण्यासाठी पंच-सरपंच कार्ड दाखवू शकतो.

अ) हिरवे कार्ड : ताकीद देणे

जर खेळाडू/प्रशिक्षक/संघव्यवस्थापक/संघ (एकदा) यांना हिरवे कार्ड दाखविल्यास त्यानंतर पुढील कार्यवाहीसाठी सरळ पिवळे कार्ड दाखवावे.

ब) पिवळे कार्ड : २ मिनिटे तात्पुरते निलंबन करणे.

जर खेळाडू/प्रशिक्षक/संघव्यवस्थापक/संघ (एकदा) यांना पिवळे कार्ड दाखविल्यास त्यानंतर पुढील कार्यवाहीसाठी सरळ लाल कार्ड दाखवावे.

टिप :

- १) २ मिनिटे तात्पुरते निलंबनाची वेळ खेळाडू अंगणात असता लागू होईल.
- २) बाद खेळाडू २ मिनिटेकरिता तात्पुरता निलंबित झाल्यास तो जिवंत झाल्यानंतर निलंबित काळ सुरू होईल.
- ३) २ मिनिटे तात्पुरते निलंबित झालेल्या खेळाडू ऐवजी बाद झालेला खेळाडू जिवंत होऊ शकत नाही.

क) लाल कार्ड : सामन्यापुरते / स्पर्धेपुरते निलंबन / बडतर्फ करणे.

५) सरपंचांची कामे / कर्तव्ये (Duties of the Referee)

१) नाणेफेक घेणे.

- २) सामना सुरु करणे
- ३) बदली खेळाडूंची नावे व त्यांचे जागी घेतलेल्या खेळाडूंची नावे जाहीर करणे.
- ४) सर्व साधारणपणे संपुर्ण सामन्यावर देखरेख ठेवणे.
- ५) मध्यंतराची वेळ, तृतीय काळ आणि मध्यांतरानंतर सामना पुन्हा सुरु करणे व त्याची नोंद ठेवणे.
- ६) शेवटी पाच मिनिटे शिल्लक असता प्रत्येक मिनिट जाहीर करणे.

६) पंचाची कर्तव्ये : (Duties of the Umpire)

सरपंचाने सामना सुरु केल्यानंतर तो संपेपर्यंत पंच सामन्यावर देखरेख ठेवतील आणि खेळाच्या नियमाप्रमाणे निर्णय देतील.

७) गुणलेखकाची कर्तव्ये : (Duties of the Scorer)

- अ) गुणपत्रक भरणे व सरपंचाच्या परवानगीने प्रत्येक डावाच्या शेवटी गुण व निर्णय जाहीर करणे.
- ब) खेळ सुरु करताना ज्या संघाने नाणेफेक जिंकली असेल त्याची नोंद ठेवणे.
- क) एखाद्या संघाच्या खेळाडूने मिळविलेले सर्व गुण संबंधीत बाजूस गुणपत्रकात धावत्या गुणपध्दतीने उभ्या (।) रेषेने दर्शवावेत.
- ड) पंच अथवा सरपंचाने जाहीर केलेले तांत्रिक गुण (Tech.) धावत्या गुणपध्दतीत आकड्याभोवती (O) गोल दर्शवून नोंद करावे.

- इ) ज्या संघाने तृतीय काळ घेतला असेल त्या समोर (T) अशी खुण करणे. तृतीय काळाची वेळ गुणपत्रकात नोंद करणे.
- फ) प्रत्येक डावाच्या सुरुवातीची व शेवटच्या वेळेची गुणपत्रकात नोंद ठेवणे. संघाने घेतलेला अथवा अधिकृत तृतीय काळाची नोंद आणि बदली खेळाडूची नोंद ठेवणे.
- भ) गुणपत्रक सर्व दृष्टीने परिपूर्ण भरणे व त्यावर पंच व सरपंच यांच्या सहया घेणे.

सर्कल (गोल रिंगण) कबड्डी पंच मंडळ :

(Circle Kabaddi Referees Board)

अ.भा. हौशी कबड्डी संघटनेचे अध्यक्ष सर्कल (गोल रिंगण) कबड्डी साठी वेगळे पंच मंडळ नियुक्त करेपर्यंत सर्कल कबड्डी संघटनेचे संघटन कार्यवाह आणि तांत्रिक उपसमितीचे अध्यक्ष हे काम पाहतील व सर्कल कबड्डी पंचाची शिबिरे सुध्दा आयोजित करतील.



बंदीस्त जागेतील (इनडोअर) कबड्डी नियम
RULES OF INDOOR KABADDI
राष्ट्रीय व वैयक्तिक संघाकरीता खेळाचे नियम
RULES OF NATIONAL CLUB GAMES

--: क्रीडांगण :-

पुरुष व कुमार गट मुले - ११ X ९ मीटर

महिला व कुमार गट मुली - १० X ८ मीटर

अ	म	ब
राखीव	क्षेत्र	
अंतिम मर्यादा	मध्य रेषा	अंतिम मर्यादा
क	न	क
राखीव	क्षेत्र	

बंदीस्त जागेतील (इनडोअर) कबड्डी नियम

RULES OF INDOOR KABADDI

राष्ट्रीय व वैयक्तिक संघाकरीता खेळाचे नियम

RULES OF NATIONAL CLUB GAMES

बंदीस्त जागेतील (इनडोअर) कबड्डी खेळाचे नियम अ.भा.हौशी कबड्डी संघटनेने मान्य केलेले असून खालील नियमानुसार खेळ खेळला गेला पाहिजे.

१) क्रीडांगण : (Ground)

आंतरराष्ट्रीय कबड्डी संघटना/आशियाई हौशी कबड्डी संघटना / अ.भा.हौशी कबड्डी संघटनेने मान्य केलेल्या मॅटच्या पृष्ठभागावर हा खेळ खेळला पाहिजे.

२) क्रीडाक्षेत्र मोजमाप : (Play Field Measurement)

अ) पुरुष व कुमारगट - मुले ११ X ९ मीटर मध्यरेषेने विभागलेले दोन समसमान भाग (आकृतीत दाखविल्याप्रमाणे)

ब) महिला व कुमारगट - मुली १० X ८ मीटर

३) अंतिम मर्यादा : (Boundary)

क्रीडाक्षेत्राच्या चारही बाजूस असलेल्या रेषेस अंतिम मर्यादा असे म्हणतात. (अब, बक, कड आणि डअ) सर्व रेषांची रुंदी ३ ते ५ से. मी. असावी व क्रीडा क्षेत्राच्या आतील भागापासून असावी.

* सर्व रेषांची रुंदी कमीत कमी ३ से.मी. व जास्तीत जास्त ५ से. मी., मोजमाप पट्टीच्या सहाय्याने आखलेली असावी.

* अंतिम रेषेच्या सभोवताली ३ मीटर जागा मोकळी सोडणे आवश्यक आहे.

* इनडोअर कबड्डी खेळात निदान रेषा आणि बोनस रेषा नाही.

४) क्रीडा क्षेत्र : (Play Field)

पुरुष व कुमारगट मुले विभागात क्रीडांगणाच्या ११ मीटर X ७ मीटर (अबकड) आणि महिला व कुमारीगट मुली विभागाकरीता १० मीटर X ६ मीटर विभागास क्रीडा क्षेत्र असे म्हणतात.

५) राखीव क्षेत्र : (Lobbies)

क्रीडाक्षेत्राच्या दोन्ही बाजूस असणाऱ्या १ मीटर रुंदीच्या पट्ट्यास राखीव क्षेत्र म्हणतात. खेळाचे नियम या सदराखालील नियम क्र. ४ प्रमाणे या राखीव क्षेत्राचा उपयोग ज्यावेळी केला जातो, त्यावेळी क्रीडांगणाच्या अंतिम मर्यादा म्हणजे या राखीव क्षेत्रासह मुळ क्रीडांगणाच्या रेषा होत.

६) मध्य रेषा : (Mid Line)

क्रीडाक्षेत्राचे दोन विभाग करणाऱ्या रेषेस मध्यरेषा म्हणतात.

७) अंगण : (Court)

मध्यरेषेने विभागलेल्या क्रीडाक्षेत्राच्या प्रत्येक विभागास अंगण असे म्हणतात.

८) दम : (Cant)

मान्य केलेला कबड्डी हा शब्द स्पष्ट स्वरात अखंडपणे एकाच श्वासात पुन्हा पुन्हा उच्चारित जाणे यास दम असे म्हणतात. दम

घेण्याची कालमर्यादा जास्तीत जास्त ३० सेकंद असते.

९) चढाई : (Raid)

चढाई करणारा जेव्हा प्रतिपक्षाच्या अंगणात दम घेऊन प्रवेश करतो तेव्हा त्या क्रियेस चढाई असे म्हणतात.

१०) चढाई करणारा : (Raider)

प्रतिपक्षाच्या अंगणात दम घालीत जाणाऱ्या खेळाडूस चढाई करणारा असे म्हणतात. चढाई करणाराने प्रतिपक्षाच्या अंगणास स्पर्श करण्यापूर्वी दम घालण्यास प्रारंभ करावयास हवा.

११) बचाव करणारा : (Anti Raider or Anti)

ज्या अंगणात चढाईची क्रिया सुरू असेल, त्या अंगणातील प्रत्येक खेळाडूस बचाव करणारा असे म्हणतात.

१२) दम सोडणे किंवा जाणे : (Loosing the Cant)

कबड्डी-कबड्डी असा शब्दोच्चार सतत एकाच श्वासात करीत असताना मध्येच श्वास घेणे, या क्रियेस दम सोडणे किंवा दम जाणे असे म्हणतात. दम घेणे व तो सुरू ठेवणे या दोन्ही क्रिया प्रथम घेतलेल्या एकाच श्वासात होणे आवश्यक आहे. दम एकाच श्वासात जास्तीत जास्त ३० सेकंद असावा. जर चढाई करणाराने आपल्या अंगणात सुरक्षित येण्यासाठी ३० सेकंदापेक्षा जास्त दम घेतल्यास प्रतिपक्षास एक विशेष गुण देण्यात यावा.

१३) गडीबाद करणे : (To Put out an anti)

नियमांचे उल्लंघन न करता चढाई करणाराने बचाव करणारास स्पर्श करणे अगर चढाई करणाऱ्याच्या शरीराच्या

कोणत्याही भागास बचाव करणाऱ्याचा स्पर्श होणे आणि त्यानंतर चढाई करणाराचा स्वतःच्या अंगणास दम न सोडता ३० सेकंदाच्या आत मध्य रेषेस स्पर्श होणे म्हणजे गडी बाद केला असे समजावे.

१४) गडी धरणे-गडी पकडणे : (To hold a Raider)

नियमाचा भंग न करता बचाव करणारांनी चढाई करणारास ३० सेकंदापेक्षा जास्त वेळ, दम जाई पर्यंत आपल्या अंगणात धरून ठेवणे व त्यास त्याच्या अंगणात जाऊ न देणे किंवा सरपंच/पंच यांनी शिष्टी वाजविण्यापर्यंत पकडून ठेवणे या क्रियेस गडी धरणे अथवा गडी पकडणे असे म्हणतात.

१५) अंगणात सुरक्षित येणे : (To Reach Court Safely)

चढाई करणाऱ्याने स्वतःच्या शरीराच्या कोणत्याही भागाने पाल्यातून दम न सोडता नियमाचे उल्लंघन न करता मध्यरेषा ओलांडून स्वतःच्या अंगणास स्पर्श करणे यास स्वतःच्या अंगणात सुरक्षित येणे असे म्हणतात त्यानंतर त्याची चढाईची पाळी संपली असे समजावे.

१६) स्पर्श : (Touch)

चढाई करणाऱ्याचा बचाव करणारा किंवा करणाऱ्यांच्या शरीराच्या कोणत्याही भागास कपड्याने जोड्याने अथवा शरीराच्या कोणत्याही अवयवाने संपर्क झाला म्हणजे स्पर्श झाला असे म्हणतात.

१७) झटापट : (Struggle)

जेव्हा बचाव करणाऱ्याचा अथवा करणाऱ्यांचा चढाई

करणाऱ्यास स्पर्श होतो त्या क्रीयेस झटापट असे म्हणतात. स्पर्श अथवा झटापट झाल्यानंतर राखीव क्षेत्राचा क्रीडाक्षेत्रामध्ये समावेश होतो.

१८) पाठलाग : (Pursuit)

आपल्या अंगणात परत जाणाऱ्या चढाई करणाऱ्यास बाद करण्याच्या हेतुने बचाव करणारा नियमांचा भंग न करता दम घेऊन जेव्हा प्रतिपक्षाच्या अंगणात धावून जातो, या क्रीयेस पाठलाग असे म्हणतात.

* खेळाचे नियम RULES OF PLAY*

१) नाणेफेक जिंकणाऱ्या संघास अंगण अथवा चढाई यापैकी एकाची निवड करायाचा अधिकार राहिल आणि नाणेफेक हरणाऱ्यास अंगण अगर चढाई यातून राहिलेल्या एकाची निवड करता येईल. दुसऱ्या डावात अंगणाची अदलाबदल करावी आणि ज्या संघाने आपल्या खेळाडू प्रथम चढाईस पाठविला नसेल त्या संघाने आपला खेळाडू चढाईस पाठवावा.

२) खेळ चालू असताना खेळाडूच्या शरिराच्या कोणत्याही भागाचा अंतिम मर्यादेबाहेर जमिनीस स्पर्श झाल्यास तो खेळाडू बाद झाला असे समजावे पण झटापटीचे वेळी मात्र खेळाडूच्या शरीराचा कोणताही भाग क्रीडांगणाचे मर्यादेच्या आत जमिनीस लागलेला असेल तोपर्यंत तो बाद झाला असे होत नाही.

३) जर क्षेत्ररक्षक क्रीडांगणाच्या बाहेर गेला व चढाई करणाऱ्यास पकडले तर चढाई करणारास सुरक्षित ठरवुन क्षेत्ररक्षकाविरुद्ध एक गुण देण्यात यावा.

४) झटापट सुरु झाली की राखीव क्षेत्राचा क्रीडा क्षेत्रामध्ये समावेश होतो. झटापट संपल्यानंतर झटापटीत समाविष्ट असलेल्या खेळाडूंनी आपापल्या अंगणात प्रवेश करीत असताना राखीव क्षेत्राचा उपयोग केला तरी चालेल. (हा नियम फक्त बचाव करणाऱ्याच्या अंगणातील क्रीयेस ग्राह्य धरला जाईल)

५) मान्य केलेला कबड्डी हा शब्दोच्चार करून दम घालण्यास सुरुवात करणे. जर तो कबड्डी असा सुस्पष्ट दम घेत नसेल किंवा त्याने प्रतिपक्षाच्या अंगणात दम सोडला किंवा ३० सेकंदापेक्षा जास्त वेळ दम सुरु ठेवला तर त्यास परत पाठवावे आणि विरुद्ध संघास एक गुण देण्यात यावा आणि चढाई करण्याची संधी द्यावी.

६) चढाई करणाऱ्याने प्रतिपक्षाचे अंगणास स्पर्श करण्यापूर्वी दम घालण्यास प्रारंभ केला पाहिजे. जर त्याने उशिरा दम घालण्यास प्रारंभ केला तर पंचाने किंवा सरपंचाने त्यास परत पाठवावे व विरुद्ध संघास एक तांत्रिक गुण देण्यात यावा व चढाई करण्यास सांगावे.

७) आपली पाळी नसताना जर एखादा खेळाडू प्रतिपक्षाच्या अंगणात चढाईस गेला तर पंचानी अथवा सरपंचानी त्यास परत पाठवावे व विरुद्ध संघास एक तांत्रिक (Tech.) गुण द्यावा.

८) एक वेळेस फक्त एकाच खेळाडूने प्रतिपक्षाच्या अंगणात

चढाईस जावे. एकाच वेळी जर एकाहून अधिक खेळाडू प्रतिपक्षाच्या अंगणात चढाईस जातील तर पंचाने त्यांना परत बोलवावे व विरूध्द संघास एक तांत्रिक गुण (Technical Point) जाहिर करावा व विरूध्द संघास चढाईची संधी द्यावी.

९) चढाई करणारा परत आपल्या अंगणात आल्यावर किंवा प्रतिपक्षाच्या अंगणात बाद झाल्यास लागलीच दुसऱ्या संघाने आपला एक खेळाडू विरूध्द संघाच्या अंगणात पाच सेकंदाच्या आत चढाईस पाठवावा. अशा तऱ्हेने आळीपाळीने चढाई करण्यास खेळाडू पाठविण्याचा क्रम खेळ संपेपर्यंत चालू ठेवावा. ज्यावेळी चढाई करणारा ५ सेकंदाच्या आत चढाई करू शकला नाही तर त्याची चढाईची पाळी संपेल व प्रतिपक्षास एक तांत्रिक गुण मिळेल.

१०) चढाई करण्याऱ्यास बचाव करणाऱ्यांनी पकडले असता चढाई करणारा जर त्यांच्या पकडीच्या प्रयत्नातून सुटून सुरक्षित आपल्या अंगणात आल्यास त्याचा पाठलाग करता येणार नाही.

टिप :

परंतु चढाई करणारा बचाव करणारास किंवा करणाऱ्यांना केवळ स्पर्श करून आपल्या अंगणात सुरक्षित परत जात असेल. अशा वेळी त्याचा पाठलाग करता येईल.

११) चढाई करणारा पकडला गेल्यावर बचाव करणाऱ्याने बुध्दीपुरस्पर त्याच्या तोंडावर हात ठेऊन त्याच्या दमात अडथळा

करू नये. तसेच कोणत्याही स्वरूपाची कैची अथवा दुखापत होईल असे आरोग्यास अपायकारक उपाय योजून पकड करू नये. तसे घडल्याचे दुष्टोपत्तीस आल्यास, चढाई करणारा बाद नसल्याचे पंचांनी अथवा सरपंचाने जाहीर करावे. (सामन्याचे अधिकारी नियम क्र. ३ आणि ४ दंड योजनेसाठी अभ्यासावा.)

१२) बचाव करणाऱ्याने स्वतःच्या शरिराच्या कोणत्याही भागाने चढाई करणारास बुध्दीपुरस्पर अंतिम मर्यादेबाहेर ढकलू नये. तसेच चढाई करणाराने बुध्दीपुरस्पर बचाव करणारास अंतिम मर्यादेबाहेर ढकलू अगर ओढू नये. जर चढाई करणारा अंतिम मर्यादेबाहेर ढकलला अगर ओढला गेला असेल तर पंचाने अथवा सरपंचाने अशा अंतिम मर्यादेबाहेर ढकलणाऱ्या अथवा ओढणाऱ्या खेळाडूस बाद म्हणून जाहीर करावे.

१३) चढाई करणारा खेळाडू जोपर्यंत आपल्या अंगणात परत येत नाही तोपर्यंत बचाव करणाऱ्या खेळाडूपैकी कोणीही आपल्या शरीराच्या कोणत्याही भागाने चढाई करणाऱ्या खेळाडूच्या अंगणास मध्य रेषेपलीकडे स्पर्श करता कामा नये. तसे केल्यास तो बाद होईल प्रतिपक्षास तितके गुण मिळतील.

१४) नियम क्रमांक १३प्रमाणे बाद झालेल्या बचाव करणाऱ्या खेळाडूने जर चढाई करणारास पकडले किंवा पकडण्यास मदत केली असेल तर चढाई करणारा सुरक्षितपणे आपल्या अंगणात आला असे समजावे आणि प्रतिपक्षास एक तांत्रिक गुण जाहीर

करावा आणि चढाई करण्याची संधी द्यावी.

१५) चढाई करणारा प्रतिपक्षाच्या अंगणात चढाई करीत असताना त्याला त्याच्या संघातील एखाद्या खेळाडूने अन्य प्रकारे सुचित केल्यास पंच अथवा सरपंचाने विरुद्ध संघास एक तांत्रिक गुण द्यावा.

१६) चढाई करणाऱ्या किंवा बचाव करणाऱ्या खेळाडूस अवयव अथवा धड (Limb or Trunk) याशिवाय शरीराचे इतर कोणत्याही भागाने बुध्दीपुरस्सर पकडू नये. जो या नियमाचा भंग करील तो खेळाडू बाद झाल्याचे जाहीर करावे. जर चढाई करणाऱ्या खेळाडूस बुध्दीपुरस्सर अवयव व धड याशिवाय शरीराच्या इतर भागाने पकडले असेल तर पंच अथवा सरपंचाने चढाई करणारा खेळाडू बाद नसल्याचे जाहीर करावे.

टिप :

एखाद्या चढाई करणाऱ्यास जाणूनबुजून त्याचे कपडे अथवा केस धरून पकड केल्यास त्या खेळाडूस नाबाद म्हणुन जाहीर करावे व नियमाचा भंग करणाऱ्या खेळाडूस बाद म्हणून जाहीर करावे.

सामान्यासंबंधी नियम : (Rules of Matches)

१) संघ : (Team)

प्रत्येक संघात सात खेळाडू असतील, एका वेळी पाच खेळाडू खेळण्यासाठी क्रीडांगणात उतरतील आणि उरलेले २ खेळाडू राखीव राहतील.

२) सामन्याची कालमर्यादा : (Duration of the Match)

सामन्याची कालमर्यादा पुरुष, महिला, कुमार गट मुले-मुली याच्यासाठी १५ मिनिटाचे व ५ मि. विश्रांतीने विभागलेल्या अशा दोन भागांची असेल.

टिप :

प्रत्येक डावाची शेवटची चढाई चालू असताना जर वर नमुद केल्याप्रमाणे खेळाची ठराविक वेळ संपली असेल तरीही ती चढाई पूर्ण होऊ द्यावी.

३) खेळाची पध्दत : (System of Play)

गडीबाद होणे अथवा जिवंत होणे हा नियम लागू होणार नाही फक्त मिळविलेले गुण व गमविलेले गुण यांची नोंद होईल.

४) निर्णायक चढाई : (Productive Raid)

प्रत्येक चढाई निर्णायकच असावायास हवी. गुण अगर गुणांची नोंद होणे/विशेष गुण/स्वतःबाद होणे/ चढाई करणाराची पकड झाल्यास, या क्रीया घडणारी प्रत्येक चढाई निर्णायक चढाई समजली जाईल. जरी बचाव करणारा किंवा बचाव करणारे स्वतः बाद झाले तर चढाई संपली असे समजले जाईल आणि चढाई करणाऱ्या बाजुस तेवढे गुण देण्यात येतील. जर चढाई करणारा गडी बाद न करता किंवा निर्णायक चढाई न करता आपल्या अंगणात सुरक्षित परत आल्यास प्रतिपक्षास एक गुण देण्यात येईल. तसेच ३० सेकंदापेक्षा जास्त वेळ दम घेत असेल तरी प्रतिपक्षास एक गुण देण्यात यावा.

५) तृतीय काळ : (Time Out)

अ) संघनायक/संघशिक्षक किंवा कोणताही सहभागी खेळाडू सरपंचाच्या परवानगीने खेळाच्या मध्यांतरा अगोदर दोन वेळा नंतर दोन वेळा तृतीय काळ मागू शकेल. मात्र अशा प्रत्येक तृतीय काळाची मर्यादा ३० सेकंदापेक्षा जास्त वेळ नसणार. तृतीय कालावधीत जेवढा वेळ गेला असेल तेवढाच वेळ उरलेल्या वेळेत समाविष्ट करण्यात येईल.

ब) अशा तृतीय काळात खेळाडूंना आपले अंगण सोडून जाता येणार नाही. जो खेळाडू अथवा संघ शिक्षक या नियमाचे उल्लंघन करील त्या संघाविरुद्ध एक तांत्रिक गुण जाहीर करण्यात येईल.

क) वीजपुरवठा बंद पडणे, मुसळधार पाऊस पडणे, लोकांनी व्यत्यय आणणे, खेळाडू जखमी झाल्यास, क्रीडांगणाच्या रेषा पुन्हा आखाव्या लागणे, या कारणास्तव पंच / सरपंच अधिकृत तृतीय काळ घेऊ शकतात. तृतीय कालावधीत जेवढा वेळ गेला असेल तेवढा वेळ उरलेल्या वेळात समाविष्ट करण्यात येईल.

६) खेळाडू बदली करणे : (Substitution)

अ) सरपंचाच्या परवानगीने दोन खेळाडू सामान्याच्या तृतीय कालावधीत किंवा मध्यांतरात बदलता येतील.

ब) बदलेला खेळाडू पुन्हा बदली खेळाडू म्हणून घेता येईल.

क) जर एखादा खेळाडू सामान्यासाठी निलंबित अथवा सामना कालावधीत बडतर्फ झाल्यास त्याच्या ऐवजी बदली खेळाडू घेता येणार नाही. तो संघ तितक्या कमी संख्येने खेळ खेळेल.

७) अंतिम निकाल : (Result)

सामन्याच्या शेवटी जो संघ जास्त गुण मिळवेल तो संघ विजयी घोषित करण्यात यावा.

८) बाद पध्दतीतील निर्णायक पध्दत (Tie in knock out)

बाद पध्दतीच्या सामन्यात जर सामना समान गुणांवर संपला तर खालील पध्दतीने निर्णायक ठरवावा.

१) दोन्ही संघात क्षेत्ररक्षणाकरिता पाच खेळाडू अंगणात असतील.

२) चढाया सुरु करण्यापूर्वी दोन्ही संघानी ३ चढाया करणाऱ्या खेळाडूंचा क्रमांक व नाव चढाई करण्यासाठी देणे आवश्यक आहे. अशावेळी क्षेत्ररक्षण करित असलेल्या ५ खेळाडूंपैकी खेळाडू बदलता येणार नाही.

३) दोन्ही संघाना प्रत्येकी तीन चढाया आळीपाळीने करण्यास सांगितले जाईल.

४) चढाईसाठी दिलेल्या यादीतील ३ खेळाडूंपैकी जर एखाद्या खेळाडू त्याच्या चढाईची पाळी येण्यापूर्वी जखमी झाल्यास उरलेल्या दोन पैकी एकास चढाईची संधी दिली जाईल.

५) ज्या संघाने खेळ सुरु करताना प्रथम चढाई केली असेल त्याच संघास यावेळी पहिली चढाई दिली जाईल.

६) तीन चढायानंतरही समान गुण झाल्यास सुवर्ण चढाई (Golden Raid) या नियमाचा आधार घेतला जाईल

टिप :

एक किंवा अनेक खेळाडू निलंबित अथवा बडतर्फ ठरवल्यास, तर तितके खेळाडू संख्येने कमी धरून खेळ खेळविला जाईल.

९) सुवर्ण चढाई नियम : (Golden Raid Rule)

१) तीन-तीन चढायाच्य खेळानंतरही समान गुण झाल्यास अशावेळी पुन्हा नाणेफेक करून नाणेफेक जिंकणाऱ्या संघास सुवर्ण चढाई (Golden Raid) करण्याची परवानगी दिली जाईल.

२) सुवर्ण चढाई : (Golden Raid)

नंतर समान गुण झाल्यास विरुद्ध संघास चढाईची संधी दिली जाईल.

३) सुवर्ण चढाईत जो संघ निर्णायक गुण मिळवेल तो संघ विजयी घोषित केला जाईल.

१०) साखळी पध्दत : (League System)

साखळी पध्दतीने खेळविण्यात येणाऱ्या सामन्यात विजयी संघास दोन गुण व हरणाऱ्या संघास शून्य गुण देण्यात येतील आणि दोन्ही संघाचे समान गुण झाल्यास प्रत्येकी एक-एक गुण देण्यात येईल.

१) साखळी सामन्यातील निर्णायक पध्दती : (Tie in League Points)

साखळी पध्दतीतील सामन्यात संघाचे समान साखळी गुण झाल्यास, संघांनी मिळविलेले गुण व गमविलेले गुण या सुत्राप्रमाणे

गुणानुक्रमे विजयी व उपविजयी संघ ठरविण्यात यावे.

अ) गुणांची सरासरी काढताना ज्या संघाने २५% साखळी गुण प्राप्त केले नसतील त्या संघाचे मिळविलेले गुण व गमविलेले गुण या सुत्रासाठी ग्राह्य धरले जाणार नाहीत.

ब) ज्या संघांनी २५% किंवा त्यापेक्षा जास्त साखळी गुण प्राप्त केले असतील अशा संबधित संघाचे साखळी गुणांची मिळविलेले गुण व गमविलेले गुण या सुत्रानुसार गुणफरक काढणे.

क) ज्या संघाने मिळविलेले गुण व गमविलेले गुण यातील गुणफरकानुसार विभागात जास्तीत जास्त गुण मिळविणारा संघ गट विजेता ठरवावा.

ड) या नंतरही समान गुण झाल्यास ज्या संघाची एकूण मिळविलेल्या गुणांची संख्या जास्त ती ग्राह्य धरावी.

इ) या नंतरही समान गुण झाल्यास दोन संघातील लढतीत जो संघ जास्त गुणांच्या फरकाने विजयी झाला असेल तो संघ विजयी ठरेल.

फ) यानंतरही समान गुण झाल्यास विभागात मिळविलेले गुण व गमविलेले गुण यांची सरासरी काढून ठरवावे. यावेळी ज्या संघाने २५% पेक्षा कमी साखळी गुण मिळविले असतील त्यांचेही गुण सरासरी काढतांना ग्राह्य धरावे.

ग) यानंतरही समान गुण झाल्यास नाणेफेक करून विजयी व उपविजयी संघ ठरवावेत.

टिप:

एखादा संघ गटात गैरहजर राहिल्यास अगर एखाद्या संघाने न खेळता पुढे चाल दिल्यास अथवा वेळेपूर्वी डाव सोडून पुढे चाल दिल्यास सरासरी काढतांना त्या संघाचे गुण ग्राह्य धरले जाणार नाहीत व अशा संघास त्या स्पर्धेतून बाद ठरविले जाईल. जो संघ गैरशिस्तीच्या कारणाने बडतर्फ झाला असेल त्या संघास देखील हा नियम लागू केला जाईल.

११) वीजपुरवठा बंद पडला किंवा मुसळधार पावसामुळे अथवा अन्य तत्सम परिस्थितीमुळे सामना त्याच सत्रात पुर्ण होऊ शकला नाही, तर तो सामना पुढच्या सत्रात पुन्हा संपूर्ण वेळ खेळवावा. पुन्हा सुरु होणाऱ्या खेळाच्या वेळी पूर्वीचेच खेळाडू क्षेत्ररक्षणासाठी असावे असे नाही.

१२) तात्पुरत्या कालावधीसाठी सामना थांबला असेल, तर तो सामना त्याच गुणाने व उरलेल्या वेळेत त्याच सत्रात सुरु करता येईल. या तहकुबीच्या कालावधीमध्ये सरपंचाच्या पूर्व परवानगीशिवाय खेळाडूंनी आपले अंगण सोडून जाता येणार नाही. जो संघ या नियमांचे उल्लंघन करील त्या संघाविरुद्ध एक तांत्रिक गुण देण्यात येईल.

१३) खेळाडूंची नखे योग्य प्रकारे कापलेली असणे आवश्यक आहे. त्यांनी कोणताही धातू शरीरावर धारण केलेला असता कामा नये.

१४) सर्व खेळाडूंच्या टी-शर्टच्या मागील बाजूवर कमीत कमी

सहा इंच लांबीचे व पुढील बाजूवर चार इंच लांबीचे क्रमांक असले पाहिजेत. खेळाडूचा पोशाख-गणवेश नियमाला धरून असणे आवश्यक आहे.

१५) मॅट पृष्ठभागावरील खेळात सर्व खेळाडूंना बूट घालणे बंधनकारक असेल.

सामन्याचे तांत्रिक अधिकारी : (Technical Officials)

अखिल भारतीय हौशी कबड्डी संघटनेने सामनाधिकारी यांची वयोमर्यादा ५८ वर्षे निश्चित केलेली आहे. तोपर्यंत ते सामना खेळवू शकतात. वयाची ५० वर्षे पूर्ण झाल्यावर अशा सामनाधिकार्यास अ.भा./राज्य/जिल्हा कबड्डी संघटनेच्या अधिपत्याखाली दोनवर्षातून एकदाशारिरीक क्षमता/चाचणी परीक्षेस उतरणे आवश्यक आहे.

अ.भा./राज्य/जिल्हा कबड्डी संघटनेच्या सामनाधिकार्यांची जेव्हा नेमणूक केली जाईल तेव्हा खालील वस्तु आपल्याजवळ असणे अत्यंत गरजेचे आहे.

१) इलेक्ट्रानिक्स स्टॉप वॉच (घडयाळ)

२) सामनाधिकार्याचा मान्य केलेला गणवेश : काळी पॅन्ट, पिवळ्या रंगाचा पुर्ण बाहयांचा शर्ट (कॉलर व मनगटावर काळी पट्टी) बोधचिन्हासह, सफेद मोज्यासह सफेद बुट, शिटी, ताकीद कार्डस्, पेन (अ.भा.संघटनेचे) सुधारीत नियमांचे पुस्तक

१) सामन्याचे अधिकारी म्हणून एक सरपंच, दोन पंच, एक गुणलेखक आणि एक वेळाधिकारी असे राहतील.

२) सर्वसाधारणपणे पंचाचा निकाल हा क्रीडांगणावरील अंतिम निर्णय समजला जाईल. मात्र काही विशिष्ट परिस्थितीत खेळाच्या हिताच्या दृष्टीने सरपंच आपला निर्णय देऊ शकतो. दोन पंचात एकमत होत नसल्यास किंवा मतभेद झाल्यास सरपंच निर्णय देऊ शकतो.

३) **नियमोल्लंघन अथवा गॅरवर्तन :**

(Gross Violations & Foul)

खाली नमुद केलेल्या अगर क्रीडावृत्तीला विशोभित असलेल्या कोणत्याही कृत्याबद्दल सरपंच अथवा पंच आपल्या अधिकारात ताकीद देणे, गुण जाहीर करणे अगर त्या सामन्यापुरता खेळाडू किंवा संघ बहिष्कृत करणे यापैकी काहीही करू शकेल, किंवा

खालील घटना घडल्यास

- अ) निकालाबाबत सामनाधिकार्यांना वारंवार विचारणे.
- ब) सामनाधिकार्यांबाबत प्रत्यक्ष व अप्रत्यक्ष असभ्य, अनादरणीय उद्गार काढणे.
- क) चढाई करणाऱ्याने बोट दाखवून निर्णयाची मागणी करणे.
- ड) चढाई करणाऱ्याचा दम, त्याचे तोंड बंद करून अथवा गळा दाबून किंवा अन्य मार्गाने घालविण्याचा प्रयत्न करणे.
- इ) शरीरास दुखापत होण्याची शक्यता असलेले अयोग्य उपाय अवलंबणे.
- फ) कोणत्याही संघाने आपला खेळाडू चढाईस पाठविण्यास दहा

सेकंदापेक्षा अधिक कालावधी घेणे.

- ग) कोणत्याही प्रशिक्षकाने किंवा खेळाडूने बाहेरून सूचना देणे.
ह) चढाई करणाऱ्याची चढाईची पाळी असता त्यास प्रतिबंध करणे.

४) खेळाडू / प्रशिक्षक / संघव्यवस्थापक / संघ यांना ताकीद देणे, तात्पुरते निलंबित करणे, सामन्यापुरते निलंबित करणे किंवा स्पर्धेपुरते बडतर्फ करणेसाठी पंच-सरपंच खालीलप्रमाणे कार्ड दाखवू शकतो.

अ) हिरवे कार्ड : ताकीद देणे

जर खेळाडू/प्रशिक्षक/संघव्यवस्थापक/संघ यांना दोन वेळा हिरवे कार्ड दाखविल्यास, त्यानंतर पुढील कार्यवाहीसाठी सरळ पिवळे कार्ड दाखवावे.

ब) पिवळे कार्ड : २ मिनीटे तात्पुरते निलंबन करणे

जर खेळाडू/प्रशिक्षक/संघव्यवस्थापक/संघ यांना दोन वेळा पिवळे कार्ड दाखविल्यास त्यानंतर पुढील कार्यवाहीसाठी सरळ लाल कार्ड दाखवावे.

टिप :

- १) दोन मिनिटे तात्पुरते निलंबनाची वेळ खेळाडू अंगणात असता लागू होईल.
- २) बाद खेळाडू २ मिनिटांकरिता तात्पुरता निलंबित झाल्यास
- ३) निलंबित झालेल्या खेळाडूऐवजी बाद झालेला खेळाडू जिवंत होऊ शकत नाही.

क) लाल कार्ड : सामन्यापुरते/स्पर्धेपुरते निलंबन/बडतर्फ करणे.

४) सरपंचाची कर्तव्ये : (Duties of the Refree)

१) नाणेफेक घेणे.

२) सामना सुरु करणे.

३) प्रत्येक चढाईच्या वेळेची नोंद ठेवणे.

४) बदली खेळाडूंची नावे व त्यांचे जागी घेतलेल्या खेळाडूंची नावे जाहीर करणे.

५) सर्वसाधारणपणे संपूर्ण सामन्यावर देखरेख करणे.

६) वेळाधिकान्याच्या (टेबल ऑफिशियल) सहाय्याने मध्यंतराची वेळ तृटीत काळ आणि मध्यंतरानंतर सामना पुन्हा सुरु करणे.

७) दुसऱ्या डावात शेवटची पाच मिनिटे असताना दोन्ही संघाचे गुण जाहीर करणे.

८) शेवटची पाच मिनिटे शिल्लक असता प्रत्येक मिनिट जाहीर करणे.

५) पंचाची कर्तव्ये : (Duties of the Umpire)

सरपंचाने सामना सुरु केल्यानंतर तो संपेपर्यंत पंच सामन्यावर देखरेख ठेवतील आणि खेळाच्या नियमाप्रमाणे निर्णय देतील व बोनस जाहीर करतील.

६) गुणलेखकाची कर्तव्ये : (Duties of Scorer)

अ) गुणपत्रक भरणे व सरपंचाच्या परवानगीने प्रत्येक

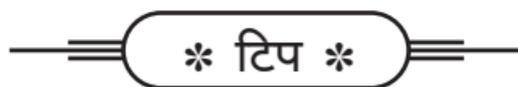
डावाशेवटी गुण व निर्णय जाहीर करणे.

- ब) खेळ सुरु करताना ज्या संघाने नाणेफेक जिंकली असेल त्याची नोंद ठेवणे.
- क) एखाद्या संघाच्या कोणत्याही खेळाडूने मिळविलेले सर्व गुण संबंधित बाजूस गुणपत्रकात धावत्या गुणपध्दतीने उभ्या (1) रेषेत दर्शवावेत.
- ड) पंच अथवा सरपंचाने जाहीर केलेले तांत्रिक गुण धावत्या गुणपध्दतीत आकडयाभोवती गोल (O) दर्शवुन करावे.
- इ) ज्या संघाने तृतीत काळ (Time Out) घेतला असेल त्या समोर (T) अशी खुण करणे. तृतीत काळाची वेळ गुणपत्रकात नोंद करणे.
- फ) प्रत्येक डावाच्या सुरुवातीची व शेवटच्या वेळेची गुण पत्रकात नोंद ठेवणे. संघाने घेतलेल्या अथवा अधिकृत तृतीत काळाची नोंद व बदली खेळाडूची नोंद ठेवणे.
- ग) गुणपत्रक सर्व दृष्टीने परिपूर्ण भरणे व त्यावर पंच व सरपंचाच्या सहया घेणे.
- ७) **वेळाधिकार्याची कर्तव्ये :**
(Duties of the Table Official)
- १) खेळाची सुरुवात करण्याची वेळ व संपण्याच्या वेळेची नोंद ठेवण्यास सरपंचास सहाय्य करणे.
- २) सरपंचाला मध्यंतर, तृतीतकाळ, प्रत्येक तृतीत कालावधी-नंतर सामना पुन्हा सुरु करणेसाठी सहाय्य करणे.

- ३) शेवटच्या ५ मिनिटातील प्रत्येक मिनिट जाहीर करण्यासाठी सरपंचास सहाय्य करणे.
- ४) बदली खेळाडू व त्याचे जागी दुसऱ्या येणाऱ्या खेळाडूची नोंद ठेवण्यास सरपंचास सहाय्य करणे.

राष्ट्रीय व वैयक्तिक संघाकरिता खेळाचे नियम : (Rules of National Club Games)

समाजाच्या तळागाळातील स्तरापर्यंत खेळाची आवड निर्माण होण्यासाठी भारतीय ऑलिंपिक संघटनेने भारत सरकारचे क्रीडामंत्री, राष्ट्रीय क्रीडा संघटना आणि भारतीय क्रीडा प्राधिकरण यांच्या सहकार्याने राष्ट्रीय वैयक्तिक खेळाचे पंचायत गट स्तर किंवा त्यापुढील स्तरापर्यंत संघटन करणे हा दृष्टीकोन ठेवला आहे. कबड्डी हा खेळ प्रामुख्याने ठरवून राष्ट्रीय वैयक्तिक खेळ स्पर्धा आयोजनाचे धोरण ठरविले आहे. इनडोअर कबड्डी खेळासाठी जे नियम आहेत, तेच नियम राष्ट्रीय वैयक्तिक संघ खेळाला लागू होतील फक्त खेळ स्वच्छ मातीच्या सपाट जागेवर खेळविला जाईल व तो खुल्या मैदानावर खेळविला जाईल.



हे नियम अखिल भारतीय कबड्डी संघटनेने प्रकाशित केलेल्या मूळ इंग्रजी नियमांचे भाषांतर असून विशिष्ट समयी नियमांचा अर्थ लावण्यासाठी मूळ इंग्रजी प्रतच आधारभूत मानली जाईल.

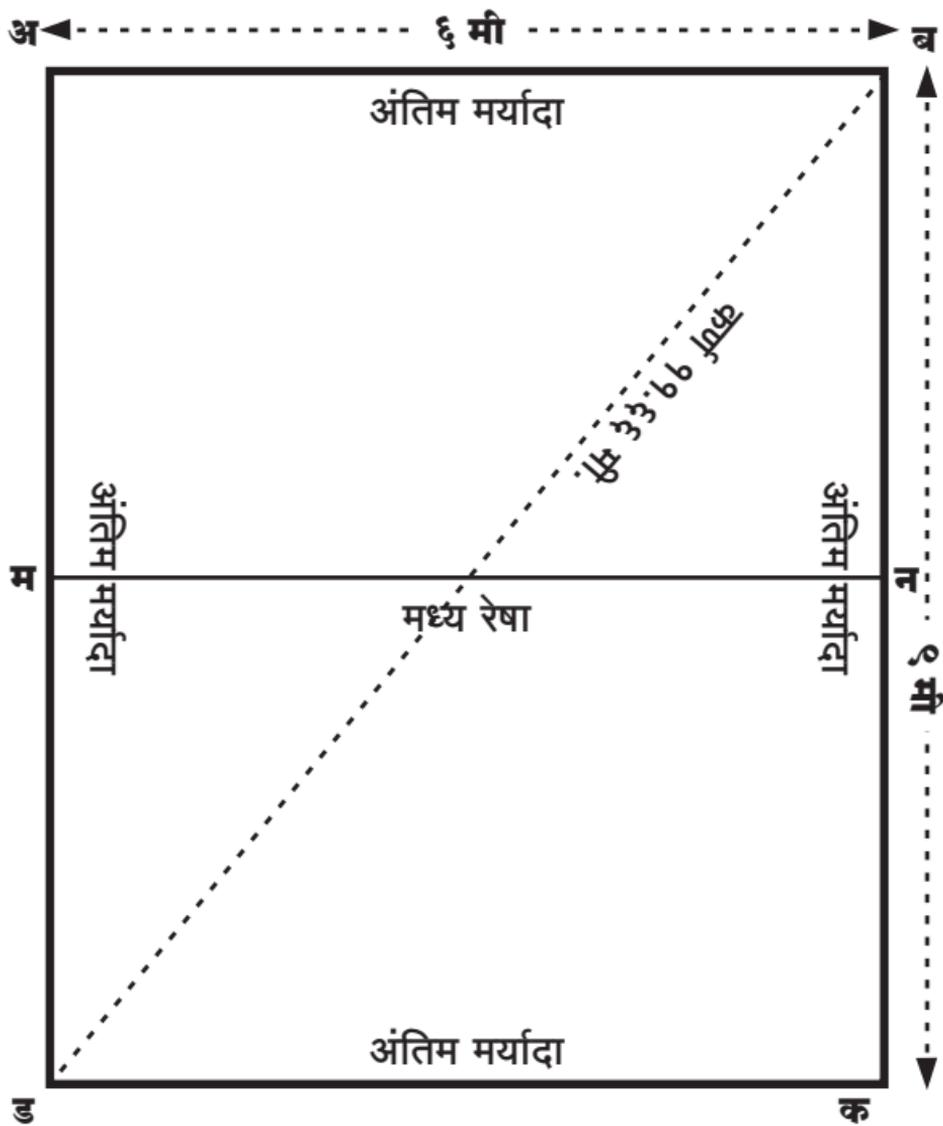
क्रीडांगण

पुरुष व कुमार गट मुले - ११ X ९ मीटर

महिला व कुमार गट मुली - १० X ८ मीटर

अ	म	ब
राखीव	क्षेत्र	
अंतिम मर्यादा	मध्य रेषा	अंतिम मर्यादा
ब	न	क
राखीव	क्षेत्र	

किशोर गट मुले ५५ किलो वजन वय १६ वर्षे
 किशोरी गट मुली ५५ किलो वजन वय १६ वर्षे
 क्रीडांगण (१X६)



हे पुस्तक किंवा हया पुस्तकावरील मजकुर
महाराष्ट्र राज्य कबड्डी असोसिएशनच्या
सरकार्यवाहांच्या लेखी परवानगीशिवाय
छापल्यास नैर्बधिक इलाज केला जाईल.

—: मुद्रांक प्रकाशक:—

दि. १ ऑगस्ट २०१९

अॅड. आस्वाद पाटील

सरकार्यवाह

महाराष्ट्र राज्य कबड्डी असोसिएशन

वीर सावरकर रोड, शिवाजी पार्क,

दादर, मुंबई - ४०० ०२८

दुरध्वनी क्र. : २४४४८४९४, २४४४२३३०

मुद्रण स्थळ : युनिटी प्रिंटिंग प्रेस, भायखळा(पूर्व)

मोबा. ९८२०४६०३१४