

EXPLOSIONルール（抜粋）

- 試合出場者は、レフェリーの指示に従うこと。
- 試合中は、レフェリーの許可無くリングを去らないこと。
- グローブは以下の通りとする。
 - 小学生低学年クラス：12オンス
 - 小学生高学年クラス：12オンス
 - 中学生クラス：12オンス
 - 女性クラス：12オンス
- 試合時間は以下の通りとする。
 - 小学生低学年クラス：1分×2R（インターバル30秒）
 - 小学生高学年クラス：1分30秒×2R（インターバル30秒）
 - 中学生クラス：1分30秒×2R（インターバル30秒）
 - 女性クラス（中学生～）：1分30秒×2R（インターバル30秒）
- バンテージを固定するためにのみ最小限のテーブの使用は許されるが、ナックルパートにテーブが掛かってはならない。
- 着衣について
 - 上半身はTシャツ着用の義務は無い、下半身は膝上のポケットや金具のないキックパンツ
- グローブ、ヘッドギアは公認のものを使用する。（ヘッドギアはサイズが合わない場合、持参でも可）
- レッグガード、ヒザパットはコットン製のもので、各自用意する。
- ジャッジは3人とし、準決勝は旗により2名以上の指示で勝者となる。
 - 決勝はジャッジ3名の採点で2名以上の支持で勝者となる。
- 採点は次の基準に基づいて行う。
 - ①有効打 ②アグレッシブさ ③攻撃、防御の技術 ④リングジェネラルシップ
- 次の反則行為を犯した選手は、レフェリーの判断により注意、警告を受け、又は失格となる。
 - 1) ヒジ打ち、頭部による攻撃
 - 2) 下腹部、後頭部への攻撃
 - 3) ヒザによる顔面への攻撃
 - 4) バックハンドブローによる攻撃
 - 5) 投げ、サバ折り、相手選手の腕をロックする、柔道やレスリングの技を使用する
 - 6) 倒れた相手への攻撃
 - 7) 噛みつく、目を突く、相手選手に唾を吐く、また相手選手を挑発する行為
 - 8) 攻撃の意思のないクリンチ（首相撲は5秒以内は許される）
 - 9) ロープをつかむ、ロープの反動を利用する行為
 - 10) 相手選手に背を向ける行為、故意にリング外に出ること
 - 11) レフェリーの指示に従わないこと
- ダウンは5カウントでKOとなる
- 選手はスポーツマンシップに則り、相手選手への敬意を忘れず試合を行い
 - 最初のラウンドの開始時、最後のラウンドの開始時にお互いグローブを合わせる。