



Kecskemét 2018

Grappling Bajnokság

G4 Grappling Liga 2017-2018 8. forduló
Kvalifikáció a Felnőtt Magyar Bajnokságra
a Közép-Magyarországi régió versenye, és

Grappling Diákolimpia

Gi Grappling és NoGi Grappling számokban
Ifjúsági 1,2 és Junior 1,2 korosztály számára



2018. május 26.

II. Rákóczi Ferenc Ált. Isk. csarnoka
6000 Kecskemét, Tóth László sétány 2.

www.globalgrappling.hu



Kecskemét 2018 Bajnokság és Grappling Diákolimpia

G4 Grappling Liga 2017-2018 8. forduló
2018. május 26.

Versenykiírás

- Szabályzat:** Meghívásos verseny négy tatamin és egy ringben a Magyar Grappling Szövetség szabályai alapján
- Szervezők:** Magyar Diáksport Szövetség, Tatami Centrum házigazda, Global Grappling Egyesület
- Helyszín:** II. Rákóczi Ferenc Ált. Isk., 6000 Kecskemét, Tóth László sétány 2.
- Időpont:** **2018. május 26. szombat**
8:00 mérlegelés/regisztráció kezdete, 10:00 Megnyitó
- Versenyszámok:** **Gi Grappling** (regisztráció vége 9:45), **NoGi Open** és **Kesztyűs Expert** (12:00), **NoGi Grappling** (13:00), **Combat Grappling**, **Kesztyűs Küzdelem** (14:00)
- Diákolimpia:** **Gi Grappling és NoGi Grappling versenyszámokban az Ifjúsági 1 (U12, U13), az Ifjúsági 2 (U14, U15), a Junior 1 (U16, U17) és a Junior 2 (U18, U19) korosztályok részére rendezzük meg.**
- Kategóriák:** Felnőtt Férfi Kezdő és Haladó, a többiekénél egységesen megjelölés nélkül. Kesztyűs Expert Junior 1,2 és Felnőtt korosztályokban.
- Nevezési díj:** **Diákolimpia 2.500 Ft / fő nevezésszámtól függetlenül**, egyébként Junior 1 korosztálytól 5.000 Ft első nevezés, 3.500 Ft a többi Ifjúsági 2 korosztályig 3.500 Ft első nevezés, 2.000 Ft a többi
- Nev. határidő:** 2018. május 23. szerda (**nevezés leadása és utalás beérkezése**)
2018. május 24. csütörtök korrekciós nap
A Diákolimpiára a nevezést a testnevelő tanároknak is le kell adni!
A nevezést a klubvezetők adják le a honlapunk nevezési oldalán.
A nevezési lehetőség 2018. május 12.-én szombaton nyílik meg.
- Díjazás:** Érem az első 3 helyezettnek, oklevél az első 4 helyezettnek. Open Női és Férfi -80 és 80+ kg: **Scitec Nutrition** csomag az elsőnek + kupa és oklevél az I., II., és a két III. helyezettnek. Az **International Jiu-Jitsu Alliance** által felajánlott három különdíj a Legeredményesebb Női / Gyermek / Férfi versenyzőknek.
- Információ:** 30/206-7078 www.globalgrappling.hu
- Kecskemét, 2018. április 1. Berkes László versenyigazgató



Kecskemét 2018 Bajnokság és Grappling Diákolimpia

G4 Grappling Liga 2017-2018 8. forduló
2018. május 26.

Korosztályok és súlycsoportok leányok, nők

Korosztály	Születési év	Súly (kg.)
MA: Manó	2011, 2012	18, 21, 24, 27, 30, 34, 34+
G1: Gyermek 1	2009, 2010	21, 24, 27, 30, 34, 38, 42, 42+
G2: Gyermek 2	2007, 2008	24, 27, 30, 34, 38, 42, 46, 50, 50+

I1: Ifjúsági 1 (U12-U13)	2005, 2006	27,30,34,38,42,46,50,55,60,66,72,72+
I2: Ifjúsági 2 (U14-U15)	2003, 2004	30, 32, 34, 37, 40, 44, 48, 52, 57, 57+
J1: Junior 1 (U16-U17)	2001, 2002	38, 40, 43, 46, 49, 52, 56, 60, 65, 65+
J2: Junior 2 (U18-U19)	1999, 2000	49, 53, 58, 64, 71, 71+

FE: Felnőtt	1989 - 1998	} 53, 58, 64, 71, 71+
MS: Master	1984 - 1988	
S1: Senior 1	1979 - 1983	
S2: Senior 2	1974 - 1978	
S9: Senior 9	- 1943	

Korosztályok és súlycsoportok fiúk, férfiak

Korosztály	Születési év	Súly (kg.)
MA: Manó	2011, 2012	21, 24, 27, 30, 34, 38, 42, 46, 46+
G1: Gyermek 1	2009, 2010	24, 27, 30, 34, 38, 42, 46, 50, 50+
G2: Gyermek 2	2007, 2008	27, 30, 34, 38, 42, 46, 50, 55, 60, 60+

I1: Ifjúsági 1 (U12-U13)	2005, 2006	27,30,34,38,42,46,50,55,60,66,72,72+
I2: Ifjúsági 2 (U14-U15)	2003, 2004	32, 35, 38, 42, 47, 53, 59, 66, 73, 73+
J1: Junior 1 (U16-U17)	2001, 2002	42, 46, 50, 54, 58, 63, 69, 76, 85, 85+
J2: Junior 2 (U18-U19)	1999, 2000	58, 62, 66, 71, 77, 85, 92, 92+

FE: Felnőtt	1989 - 1998	} 62, 66, 71, 77, 85, 92, 100, 100+
MS: Master	1984 - 1988	
S1: Senior 1	1979 - 1983	
S2: Senior 2	1974 - 1978	
S9: Senior 9	- 1943	

Korosztályok és súlycsoportok NoGi Open

Korosztály	Születési év	Súly (kg.)
FE: Felnőtt	1966 - 2000	Férfiak 80, 80+ kg, Nők Abszolút

Nevezés a Diákolimpiára

- A Diákolimpiára a versenyzőket az iskolák testnevelő tanárai és a klubok is nevezik.
- Klub nevezésnél a szokott módon a weben kell leadni, a különbségek:
 - **a versenyző adatainál az iskolát is meg kell adni.**
 - A Diákolimpiára csak 1 db Gi és 1 db NoGi nevezést lehet leadni!
 - A Diákolimpiára nevezésre nem a program által számolt nevezési díjat, hanem **2.500 Ft**-ot kell utalni egy és két nevezés esetén is.
- A klubvezetők töltsék ki a Grappling Diákolimpiai adatlapot és küldjék el a tanulókkal a testnevelő tanárnak, aki az iskola részéről benevezi a tanulót. Csak azok a nevezések érvényesek a Diáksport Szövetség számára, **melyek az ő rendszerébe is beérkeztek!**

Nevezési rendszer

- Nevezni csak a www.globalgrappling.hu honlapon lehet **Versenyszrendszer** menüben a **Regisztráció és nevezés** menüpontban.
- **A nevezés regisztrációhoz kötött:** A regisztrált klubok regisztrált versenyzőit a klubvezető nevezi, betartva a nevezési, korrekciós és visszavonási határidőket.
- **Egyéni nevezés nincs!**
- A nevezési rendszer **célja az, hogy** a nevezett versenyzőknek klubján kívüli **ellenfelet biztosítsunk**, azaz minél kevesebb legyen az egy klubos kategória. **Egy klubos** az a kategória, amelyben csak egy klubból van(nak) versenyző(k). *(Az egy fős kategória természetesen egy klubos is).*
- A **nevezési rendszer elemei:** előzetes webes nevezés, előzetes utalás, átsorolás és kiegészítés, automatikus összevonás, irányított sorsolás, visszavonás.
- A nevezési díjat a határidőig Global Grappling Egyesület bankszámlájára kell utalni: **51700100-10029730** *(szerdán vagy később utalók küldjék el e-mail-ben az [info \[kukac\] globalgrappling.hu](mailto:info@globalgrappling.hu) címre az utalás igazolását is!)*
- **A versenyen sem helyszíni, sem határidőn túli nevezés nincs.** Csak azokat a nevezéseket fogadjuk, melyek a nevezési díjjal együtt a nevezési határidőig beérkeztek.

Nevezési feltételek

- A nevezés egyben nyilatkozat a nevezési feltételek és a nevezési rendszer elfogadásáról.
- A nevezett versenyzőnek egy évnél nem régebbi **'Versenyezhet'** orvosi igazolással és a versenyre érvényes **sportbiztosítással** kell rendelkeznie.
- E két feltétel meglétét nem ellenőrizzük, a csapatvezető nyilatkozik erről írásban.
- Mindenki a saját **korosztályába** nevez általában. De:
 - Senior-ok alacsonyabb Senior korosztályba, Master és Felnőtt korosztályba,
 - Master korosztályúak Felnőtt korosztályba,
 - Felnőtt alatti korosztályok pedig eggyel magasabb korosztályba is nevezhetnek.
- Nevezés **neme:** Fiúk csak fiúk között, lányok lányok és fiúk között is nevezhetnek.
- Nevezés **súlycsoporti feltétele:** Csak olyan súlycsoportba lehet nevezni, amely felső határa nem haladja meg a versenyző **viszonyítási súlyát** *(lásd 7. oldal).*

- A versenyző abban a kategóriában versenyez, amelybe nevezték, vagy amelyikbe az automatikus összevonás során kerül.
- Nem versenyezhet az adott kategóriában az a versenyző, akinek a helyszíni mérlegelés során a viszonyítási súlya *(lásd 7. oldal)* meghaladja a kategória felső határát.
- **Combat Grappling, Kesztyűs Küzdelem és Open kategóriákba** nevezni csak a Junior 2 - Senior 3 közötti korosztályokból lehet. Egyetlen kivétel a Kesztyűs Expert, ahol Junior 1 korosztályban is vannak kategóriák.
- Egy versenyző **egy versenyszámon belül legfeljebb kettő** nevezést adhat le. Egy versenyző **legfeljebb egy Open** versenyszámba nevezhet.

Határidők

- 2018. május 12. szombat Megnyílik a weben a nevezési lehetőség
- 2018. május 23. szerda Nevezési, utalási határidő
- 2018. május 24. csütörtök Korrekciós nap

Korrekciók: kiegészítés, átsorolás és visszavonás

- A kiegészítést, átsorolást és visszavonást a korrekciós napon lehet intézni a webes felületen.
- Kiegészítést és átsorolást olyan kategóriába lehet kérni, amely megfelel a nevezési feltételeknek, ahova van előzetes nevezés és ahova a versenyző még nem nevezett.
- A **kiegészítő nevezés** célja a meglévő kategóriákban a létszám növelése. Új versenyző nem nevezhető és új kategória sem képezhető. A kiegészítő nevezés díját péntekig kell az Egyesület számlájára utalni: **51700100-10029730** *(e-mail-ben az [info \[kukac\]@globalgrappling.hu](mailto:info@kukac.globalgrappling.hu) címre kell küldeni az utalás igazolását is).*
- **Átsorolást** az egy klubos kategóriákban lévő versenyzőre lehet kérni. Az átsorolás célja az ilyen kategóriák számának csökkentése.
- **Visszavonást** szintén az egy klubos kategóriákban lehet kérni. A visszavont kategória nevezési díját beszámítjuk a következő versenybe.
- A megmaradt egy klubos kategóriákban lévő versenyzőknek az automatikus összevonás megpróbál ellenfelet találni péntek reggel.

Automatikus összevonás

- Az automatikus összevonás nemen és versenyszámon belül történik, célja az egy klubos kategóriák számának csökkentése.
- Két kategóriát csak akkor vonunk össze, ha egyik vagy mindkét kategória egy klubos és ebbe a két kategóriába nevezett minden versenyzőre teljesül a következő kitétel:
- Egy versenyző csak olyan ellenféllel kerülhet összevonásra, aki egyébként is jogosult lett volna nevezni a kategóriájába, vagy egy súlycsoporttal fentebb nevezett *(de akkor nem lehet magasabb korosztályú)* vagy egy korosztállyal fentebb nevezett *(de akkor nem lehet magasabb súlycsoportú)*.
- Az automatikus összevonás péntek reggel a sorsolás előtt **automatikusan** történik a fenti szabályoknak megfelelően, abba belenyúlni nem lehet.

Irányított sorsolás

A kategóriákban az első forduló párosításait irányított sorsolással képezzük, azaz:

- Véletlenszerűen sorsol a számítógépes program. Azokat a sorsolásokat eldobja, ahol egy klubba tartozó versenyzők kerülnek össze az első fordulóban.
- Ha az eldobott sorsolások száma eléri a határszámot, akkor a program mindenképpen a következő sorsolás alapján képezi a kezdő párokat.
- A sorsolás péntek reggel az összevonások után **automatikusan** történik a fenti szabályoknak megfelelően, abba belenyúlni nem lehet.

B (Kezdő) Liga

- Csak a Felnőtt férfiak között van B (Kezdő) Liga és A (Haladó) Liga.
- A B (Kezdő) Ligában a **szabályok könnyítettek**, kevesebb az engedélyezett technika, mint az A (Haladó) Ligában.
- A B (Kezdő) Ligában nem lehet rangsor pontokat kapni.
- Az egyes versenyszámokban egymástól független a kezdő-haladó besorolás.
- Gi és NoGi Grappling versenyszámokban nem nevezhet a B (Kezdő) Ligában az a versenyző, akire bármelyik feltétel igaz:
 - brazil vagy tradicionális Ju Jitsu-ban kék öves, illetve magasabb fokozatú,
 - bármilyen 'összekapaszkodós' harcművészeti ágban mester fokozatú,
- Nem nevezhet a Combat Grappling és Kesztyűs Küzdelem B (Kezdő) Ligában az a versenyző, aki bármilyen 'ütő-rúgó' harcművészeti ágban mester fokozatú.
- Át kell mennie a B (Kezdő) Ligából az A (Haladó) Ligába a versenyzőnek, ha rá bármelyik feltétel igaz:
 - 12 mérkőzést megnyer a B (Kezdő) Ligában
 - két különböző versenyen két különböző bírót az átlépését javasolja
 - brazil vagy tradicionális Ju Jitsu-ban kék öv fokozatot ér el
 - bármely harcművészeti ágban mester fokozatot ér el
 - már a harmadik évadban versenyezne az B (Kezdő) Ligában.

E (Szakértői) Liga

- Az Expert kategóriák közvetlen kapcsolódást jelentenek más szabályrendszerek irányába. (Kesztyűs → K-1, Gi, NoGi → JJIF, Combat → MMA)
- Az E (Szakértői) Ligában nem lehet rangsor pontokat kapni.
- A 2017-2018-as (hatodik) évadtól vezetjük be a Kesztyűs Expert kategóriákat G4 Liga fordulókra. Később mind a négy versenyszámban lesz.
- Kesztyűs Expert kategóriákat a Junior 1, 2 és a Felnőtt korosztályokban rendezünk. Korlátozott a fogás lehetőség és nincs földharc, a földön lévő ellenfél nem támadható.

Higiénia

- A papucs használata kötelező! Segítőink elküldik lábat mosni azt, aki mezítláb jön a tatamihoz. A tatamira természetesen mezítláb kell fellépni.
- Nem használható (test)ékszer, csat. Hosszú hajat gumival össze kell fogni! Körmöket rövidre kell vágni, a sebeket be kell fedni! A véres, piszkos ruházatot ki kell cserélni.

Ruházat

- NoGi ruházat: rövid vagy hosszú ujjú rashguard és rövid vagy hosszú szárú passzos grappling nadrág. A piros versenyzőnek piros bokaszorítót vagy övet kell felvennie. *(A hónalj nem lehet szabadon, trikó, birkózódressz nem megfelelő viselet, és félmeztelen sem lehet küzdeni.)*
- Gi ruházat: tiszta ju jitsu edzőruha (kabát, öv, nadrág). Nem lehet szakadt. A nadrág szára és a kabát ujjja nem hajtható fel. A piros versenyzőnek piros övet (is) kell felvennie. A kabát alatt rashguard használható. Előre nyújtott kézzel a csukló és a kabátujj vége között max. 5 cm. lehet. Ugyanígy a függőleges nadrágszár vége és a boka közötti távolság legfeljebb 5 cm lehet.
- Gi és Combat Grappling versenyszámokban a Gi ruházat, NoGi versenyszámban a NoGi ruházat, Kesztyűs versenyszámban mindkét fajta ruházat használatos.

Védőfelszerelés

- Combat Grappling-ben és Kesztyűs Küzdelemben a kötelező védőfelszerelés: fogvédő, altestvédő, lábfejevédő, lábszárvédő, ezen kívül nőknek mellvédő.
- Kesztyűs versenyszámban A, B, E Ligában is 60 kg-ig 10 unciás, 90 kg-ig 12 unciás, fölötte 14 unciás kesztyűt kell használni. **A hatodik évad fordulóin 2018 júliusáig még elfogadjuk a korábbi 10 unciás kesztyűket is.**
- Egyenletes tömötséggű, sértetlen kesztyűt lehet csak használni. A madzagot, kilógó tépőzárát le kell ragasztani.
- Fémbetét nélküli fog-, here-, fül- és ízületvédő minden versenyszámban használható.
- Gi, NoGi és Combat Grappling számokban a kezeken nem használható bandázs.
- Cipő nem használható (birkózó cipő sem) egyik versenyszámban sem!
- **Kesztyűs Expert kategóriákban kötelező a fejevédő!**

Lebonyolítás

- A verseny meghívásos, de a határidő előtt jelentkező klubokat is meghívhatjuk!
- A verseny a G4 Grappling Liga 2017-2018 évadának 7. fordulója. A belépés ingyenes!
- A tatami (pást) 6 x 6 méter, melynek a szélső 1 métere piros. Körülötte 1 méter zöld védősáv van. A tatami külső széle a piros szőnyeg külső széle.
- Az egy fős csoport is érvényes, ha hívják, akkor a pástra kell lépni, az érmet megkapja.
- Lebonyolítási sorrend a tatamin: 1. Gi, 2. Open, 3. NoGi, 4. Combat és Kesztyűs.
- Fénykép és videofelvétel szabadon készíthető.
- **Lebonyolítás:** Visszamérkőzéses rendszer, a döntőbe jutott versenyzők által legyőzött ellenfelek visszamérkőznek a bronzéremért. Egy (Open-ben kettő) bronzérmes adunk ki, a két ágon a visszamérkőzések győztesei lesznek a bronzmérkőzés résztvevői. Open-ben nem játsszuk le a bronzmérkőzést, mindketten III. helyezettek.
- Akik az A Ligában a kategóriájukban legalább kétszer győztek, **rangsor pontokat** kapnak. I. hely: 7 pont, II. hely: 4, III. hely: 2, IV. hely: 1, helyezési nélkül: 0,5 pont.

Mérlegelés

- Mérlegelni 8 órától lehet és a regisztráció lezárásáig kell. 9:45 és 11:00 között nincs mérlegelés! Próbamérés végezhető.
- A **viszonyítási súlyt** a mért súlyból a tizedesek elhagyásával és a súlykompenzáció figyelembe vételével kapjuk.
- **Súlykompenzáció:** Ha leányok fiúk között, nők férfiak között versenyeznek, 3 kg. súlykompenzációt kapnak. Ha egy versenyző magasabb korosztályban versenyez, szintén. A két fajta kompenzáció összeadható. Csak az adott nevezésre vonatkozik.

Felelősség

- A versenyen minden résztvevő a **saját felelősségére** vesz részt.
- A megfelelő öltözetről, védőfelszerelésről minden résztvevő saját maga gondoskodik.
- A szervezők a résztvevők értéktárgyaiért nem vállalnak felelősséget.
- A szervezők a változás jogát fenntartják!
- A hibásan leadott nevezések következményeierért a teljes felelősség a csapatvezetőé.
- Aki egy versenyszámon belül két kategóriában is nevez, az vállalja, hogy esetleg nem lesz meg a szükséges pihenőideje két mérkőzés között. Ugyanez vonatkozik arra is, aki Combat Grappling és Kesztyűs Küzdelem versenyszámban is nevez.

Versenyszámok magyarázata (kivonat a Szabálykönyvből)

A küzdelem állásból indul mindegyik versenyszámban.

Menetidő:

Gi és NoGi:	Manó 2 perc, Junior1-2 5 perc, Senior2-3 4 perc,	Gyermek1-2 3 perc, Felnőtt 6 perc, Senior4-5 3 perc,	Ifjúsági1-2 4 perc, Master, Senior1 5 perc, Senior6-9 2 perc
Combat és Kesztyűs:	Junior 2 3 perc, Senior2-3 2 perc	Felnőtt 4 perc,	Master, Senior1 3 perc,
Kesztyűs Expert:	Junior1-2 3x1,5 perc	Felnőtt 3x2 perc	
NoGi Open:	8 perc		

Győzelem: A küzdelem **megnyerhető** feladással, pontozással, az ellenfél leléptetésével, vagy ha az egyik versenyző nem tudja folytatni a küzdelmet. Ha pl. az egyik versenyző nem harcképes: bealszik, eszméletét veszti, erős ütés-rúgás [kombináció] után nem tudja folytatni a küzdelmet, vagy a bíró nem engedi tovább. Döntetlen nincs. A feladás jelezhető kézzel, lábbal vagy hanggal. Óvakodjunk a feladásként értelmezhető jelzésektől!

Hosszabbítás A és B Ligában: Ha nem volt lekopogtatás, sem leléptetés és a pontszám is egyenlő, akkor hosszabbítás. A hosszabbítás előtt megnevezzük a **kedvezményezettet**, aki győzni fog, ha a hosszabbításban sincs döntés. Kedvezményezett az, aki több a magasabb pontszámot kapott, illetve, akit a vezetőbíró megnevez. A hosszabbítás ideje Kesztyűs Küzdelemben és Combat Grappling-ben 1 vagy 2 perc, a többiben az első menet fele.

A Kesztyűs Expert kategóriákban mindig három menet van.

Versenyszámok magyarázata (kivonat a Szabálykönyvből)

Ütés és rúgás engedélyezése:

- Gi és NoGi számokban tilos, a **Combat Grappling**-ben és a **Kesztyűs Küzdelemben** engedélyezett az alábbi korlátozásokkal.
- A Combat Grappling és a Kesztyűs Küzdelem A és B Liga mérkőzéseket Junior 2 és Senior 3 korosztályok között, a Kesztyűs Expert kategóriákat Junior 1,2 és Felnőtt korosztályban rendezzük meg.
- Az ütések és a rúgásokat kontrolláltan kell végrehajtani.
- **Tiltott a kifordulás!**
- A nyakat, a gerincet, a térdet és a lágyéket nem lehet sem ütni, sem rúgni.
- A könyökütés nem megengedett. A kalapácsütés csak az A Ligában földön testre engedélyezett.
- Rúgni csak addig szabad, amíg mindkét versenyző áll. Ez alól egyetlen kivétel a földön térdrúgás testre az A Ligában.
- A fejet rúgni csak köríves rúgással lehet. A rúgófelület védőfelszereléssel fedett terület, vagy a talp lehet, a sarok nem.
- A fej csak kesztyűben üthető. A kesztyűben támadható felület az arc, a fülek előtti terület, álltól a homlokig.
- **Tiltott a fejelés!**
- Felnőtt Kezdő szekcióban (B Ligában) tiltott technikák: kalapácsütés, forduló köríves rúgás, földön térd rúgás.

Grappling technikák engedélyezése:

- Gi, NoGi, Combat Grappling versenyszámokban engedélyezett és lehetséges, lévén ezek pusztakezes versenyszámok.
- A Kesztyűs Küzdelem versenyszám A és B szekciójában engedélyezett és a kesztyűben korlátozottan lehetséges.
- A Kesztyűs Expert kategóriákban:
 - o A fogások közül csak a **clinch** (*kéz a tarkón*) és a rúgó láb megfogása engedélyezett, és ezek is csak egy technika (*pl. térd rúgás, lábsöprés*) idejéig engedélyezettek.
 - o A földrevitelek közül csak a **lábsöprés** engedélyezett.
 - o A földharc és egyéb grappling technikák nem engedélyezettek.

Grappling technikák korosztályos korlátozásai az A és B Ligában:

- **Fojtás, feszítés, összehajtás, vesefogó, felugrásokos technikák** (pl. repülő karfeszítés) nincs minden korosztályban engedélyezve, bevezetése fokozatos. A magasabb életkori korosztályban minden engedélyezett, ami az alacsonyabban, a lehetőségek kibővülnek.
- **Manó** korosztályban nincs egyik sem. Nem engedélyezett a fojtás, a kar- és láb feszítés, összehajtás, vesefogó, felugrásokos technikák egyike sem.
- **Gyermek 1**-ben csak a karfeszítés engedélyezett, 3 mp után a bíró megállítja, akkor is, ha nincs kopogás. **Gyermek 2**-től csak a kopogásnál állítja meg.
- **Gyermek 1 és 2** korosztályban **nem engedélyezett** a fojtás, láb feszítés, összehajtás, vesefogó, felugrásokos technikák egyike sem.
- **Ifjúsági 1** korosztálytól engedélyezett a fojtás. A nyakra tett háromszög is fojtásnak minősül, az is csak ettől a korosztálytól engedélyezett.

Versenyszámok magyarázata (kivonat a Szabálykönyvből)

- **Ifjúsági 1** korosztálytól engedélyezett, az alatt pedig tilos az ellenfél összehajtása. Ez azt is jelenti, hogy ha a **Manó és Gyermekek 1, 2** korosztályokban a versenyző állásban felülről fog az ellenfélre, akkor nem tolhatja, csak húzhatja!
- **Ifjúsági 1 korosztályban nem engedélyezett** a lábvesztés, vesefogó, felugrásos technikák, Guillotine fojtás és a fej ráhúzása a háromszögre.
- **Ifjúsági 2** korosztálytól engedélyezett a lábvesztés. A Global Grappling csak az egyenes lábvesztést engedélyezi, a csavarásost nem. Ettől a korosztálytól engedélyezett a Guillotine fojtás és a fej ráhúzása a háromszögre.
- **Ifjúsági 2 korosztályban nem engedélyezett** vesefogó, felugrásos technikák.
- Csak a **Junior 1 korosztálytól** engedélyezettek a vesefogó és a felugrásos technikák!

Korcsoportok	Földrevitel	Karfeszítés Karkulcs	Fojtás		Vesefogó Felugrásos technikák
	Pozíció Leszorítás		Háromszög Összehajtás	Lábvesztés	
Manó	√	-	-	-	-
Gyermekek1	√	√ (!)	-	-	-
Gyermekek2	√	√	-	-	-
Ifjúsági1	√	√	√ (!)	-	-
Ifjúsági2	√	√	√	√	-
Junior 1,2	√	√	√	√	√
Felnőtt kezdő	√	√	√ (!)		√ (!)
Felnőtt haladó	√	√	√	√	√
Felnőtt	√	√	√	√	√
Master	√	√	√	√	√
Senior	√	√	√	√	√

Minden korosztályban tiltott grappling technikák:

- Az ellenfél földről felemelése után a földhöz ütése, a fejre, nyakra dobás (*slam*).
- A torok, a lágyék markolása, nyomása.
- A bőrfogás, a csípés, a harapás, a karmolás, a hajhúzás.
- A kéz-, lábujjak feszítése, csavarása, a csuklófeszítés, a térd vagy könyök ízület nyitása.
- A gerincfeszítés (*fej mellre lenyomása, konzervnyitó, gerinc hátra feszítése stb*).
- A fojtások, feszítések hirtelen rántása (*időt kell adni a lekopogásra*).
- Az ellenfél arcába (*szemébe, orrába, szájába*) nyúlni, száját, orrát befogni, a fülét tépni, az öklöt az arcba nyomni.
- A térd csavarása, kívülről nyomása. Minden olyan lábvesztés, ahol csavarodik, törik a térd, pl. a bokacsavar (*heel hook, toe hold*). Egyenes lábvesztésnél tilos a kívül lévő lábat keresztbe tenni, egyenes lábvesztés közben befelé fordulni.
- A hempergéses lábvesztés. Egy teljes körbefordulás után számít hempergésnek.
- A felnőtt haladó szekcióban engedélyezett, de a **kezdő szekcióban tiltott** grappling technikák: **Guillotine fojtás, lábvesztés, felugrásos technikák** (pl. repülő karfeszítés).

Rövidítés: Ha nincs aktivitás, a vezetőbíró 10 másodperces rövidítést rendel el. Ha ez alatt a 10 másodperc alatt nincs technika, a versenyző(ke)t figyelmezteti, és a mérkőzés állásban folytatódik.

Versenyszámok magyarázata (kivonat a Szabálykönyvből)

Pontozás: A Kesztyűs Expert kategóriákban két pontozóbíró a 10-9-es pontozás szerint pontoz, döntetlen nincs, a vezetőbíró mindenképpen hirdet győztest. Ezen oldal többi pontja a Kesztyűs Expert kategóriákra így nem vonatkozik.

Pontok adhatók (*a végrehajtnak*), illetve büntetésből (*az ellenfélnek*).

- **Akciópontként** 1-4 pontot lehet adni, az alábbi négy területen (A.-D. pont).
- **Reakció pontként** 1 pont adható, ha **aktív részvételünkkel** kiszabadulunk olyan kontroll pozícióból, leszorításból, amelyért az ellenfelünk kapott pontot.
- **Büntetés pontot** kapunk, ha megintik az ellenfelünket.

A. Akciópont adható **dobásokért, földrevitelekért:**

- Pont nem minden földre kerülésért jár. Csak azokért a földrevitelekért, ahol van kezdeményező, végrehajtó fél, a földrevitel tudatos és eredményes.
- Tiszta, nagyívű dobás: 3 vagy 4 pont.
- Földrevitel felismerhető dobástechnikával: 2 pont..
- Minden egyéb földrevitel: 1 pont. Szükséges, hogy kontaktus, fogás legyen és felülre kerüljön a földrevitel végén.
- Ha az egyik versenyző a földre megy, az ellenfél pontot kap. Ha összekapaszkodással megy földre, akkor 1, ha összekapaszkodás nélkül, akkor 2 pontot kap az ellenfél.

B. Akciópont adható **kontroll (teljes ellenőrzési) pozíció** megszerzésért:

- A bíró kb. 3 másodperc után adja meg a pontot.
- Oldalsó pozíció: 2 pont.
- Szemből felső (*mount*) pozíció: 3 pont.
- Hátsó (*back mount*) pozíció: 4 pont.
- A kontroll pozíció megszerzéséhez nem szükséges az ellenfélnek a földön feküdnie, pl. 4 pontos kontroll pozíció érhető el, ha békában van az ellenfél, vagy a másik ölében ül.
- A csiki-csuki nem pontozott, azaz a 2, 3, 4 pontos technikából is csak egy pontozható addig, amíg az ellenfél pontot szerez, vagy újrakezdési pozícióba kerülnek.

C. Akció pontok járnak a földön elért kontroll pozíció megtartásáért (**leszorítás**):

- A leszorítás ténye akkor áll fenn, ha a pozíciót tartó versenyző felül van, az ellenfél háton, a mellkasok érintkeznek. Szükséges, hogy a leszorító mindkét lába érintse a talajt és egyik lába se legyen befogva.
- A pozíció tartásáért 1 pont jár 10 ill. 5 másodpercenként. Manó, Gyermekek, Ifjúsági korosztályokban 5 mp, Junior, Felnőtt és Senior korosztályokban 10 mp.
- A pozíció tartást jelzi a vezetőbíró és a kijelző is mutatja a leszorítás idejét.
- Ha elérjük a 4 pontot (akár több részletben, mert a csiki-csuki itt sem pontozott), vége a leszorításnak és középütt állásból kell folytatni.

D. Akció pontok járnak az **ütésekért és rúgásokért:**

- Az ütő-rúgó teljesítményért járó 0-4 pontot minden perc végén külön pontozóbíró adja meg a mérkőzés megállítása nélkül.
- Felnőtt haladó (A) szekcióban a tiszta fejrúgásért a vezetőbíró azonnali 2 pontot ad mindkét versenyszámban.

Versenyszámok magyarázata (kivonat a Szabálykönyvből)

Intés: Intés adható passzivitásért, menekülésért, komolytalan, félbehagyott küzdelemért, pástra nem illő viselkedésért, a szabályok be nem tartásáért.

A fokozatosságot be kell tartani és a versenyzővel tudatni kell a fokozatokat:

- A mérkőzést a bíró megállítja (*akár akció után*) és közli, miért figyelmeztet vagy int.
- 1. alkalom: **figyelmeztetés** (*pont nem jár az ellenfélnek*).
- Ugyanazért a 2. alkalom: figyelmeztetés vagy **intés** (*ekkor 1 pont jár az ellenfélnek*).
- További alkalmak: intés (*ekkor 2 pont jár az ellenfélnek*) vagy **leléptetés**.
- Lehetséges azonnali leléptetés is!

Akció-kényszer: A folyamatosan háritó, menekülő versenyzőt, aki nem hajlandó felvenni a küzdelmet, a bíró figyelmezteti, majd inti. A háritáshoz, meneküléshez nem feltétlenül kell a helyváltoztatás, 'elfutás', lehet a fölön ülő ellenfél is háritó, menekülő, miközben a körülötte mozgó folyamatosan támadja.

Térkép

A verseny helyszíne:

II. Rákóczi Ferenc Ált. Isk., 6000 Kecskemét, Tóth László sétány 2.

