



III. Budapest Grappling Bajnokság

G4 Grappling Liga 2014-2015 3. forduló

2015. február 7.

Lőrinci Sportcsarnok
1181 Budapest, Thököly út 5.

www.globalgrappling.hu



III. Budapest Grappling Bajnokság

G4 Grappling Liga 2014-2015 3. forduló 2015. február 7.

Versenykiírás

- Szabályzat: Meghívásos verseny hat tatamin a Global Grappling szabályai alapján
- Szervezők: Kovács Gábor főbíró, Fekete Sándor szakmai vezető,
Berkes László versenyigazgató
- Helyszín: Lőrinci Sportcsarnok, 1181 Budapest, Thököly út 5.
- Időpont: **2015. február 7. szombat**
8:00-tól mérlegelés, 10:00 Megnyitó, díjátadás folyamatosan
- Versenyszámok: 1. Gi Grappling, 2. Gi Open, 3. NoGi Grappling, 4. Combat Grappling,
5. Kesztyűs Küzdelem.
- Kategóriák: Felnőtt Férfi Kezdő és Haladó, a többieknél egységesen Haladó.
- Nevezési díj: Juniortól 4.000 Ft, alatta 3.000 Ft.
- Nev. határidő: 2015. február 4. szerda 12:00 (e-mail és banki utalás **beérkezése**).
- Díjazás: Érem az első 3 helyezettnek, oklevél az első 4 helyezettnek.
Open Férfi 1,2: 100 EUR, Open Női 50 EUR az elsőnek + kupa az I.,II.,III (2x) helyezetteknek.
- Különdíjak: Az International Jiu-Jitsu Alliance által felajánlott három különdíj a Legeredményesebb Gyermek / Női / Férfi versenyzőknek
- Információ: 30/206-7078 www.globalgrappling.hu

Budapest, 2015. január 1.

Berkes László versenyigazgató



III. Budapest Grappling Bajnokság

G4 Grappling Liga 2014-2015 3. forduló

2015. február 7.

Korosztályok és súlycsoportok leányok, nők

| Korosztály | Születési év | Súly (kg.) |
|---------------------|--------------|-----------------------------------|
| MA: Manó | 2007, 2008 | 18, 21, 24, 27, 30, 33, 36, 36+ |
| G1: Gyermek 1 | 2005, 2006 | 20, 24, 28, 32, 36, 40, 44, 44+ |
| G2: Gyermek 2 | 2003, 2004 | 24, 28, 32, 36, 40, 44, 48, 48+ |
| I1: Ifjúsági 1 | 2001, 2002 | 30, 35, 40, 45, 50, 55, 60, 60+ |
| I2: Ifjúsági 2 | 1999, 2000 | 35, 40, 45, 50, 55, 60, 65, 65+ |
| JU: Junior | 1996 - 1998 | 45, 50, 55, 60, 65, 70, 75, 75+ |
| FE: Felnőtt | 1984 - 1995 | } 50, 55, 60, 65, 70, 75, 80, 80+ |
| MS: Master | 1979 - 1983 | |
| S1: Senior 1 | 1974 - 1978 | |
| S2: Senior 2 | 1969 - 1973 | |
| ... S9: Senior 9 | - 1938 | |

Korosztályok és súlycsoportok fiúk, férfiak

| Korosztály | Születési év | Súly (kg.) |
|---------------------|--------------|--|
| MA: Manó | 2007, 2008 | 21, 24, 27, 30, 33, 36, 39, 42, 45, 45+ |
| G1: Gyermek 1 | 2005, 2006 | 24, 28, 32, 36, 40, 44, 48, 52, 56, 56+ |
| G2: Gyermek 2 | 2003, 2004 | 28, 32, 36, 40, 44, 48, 52, 56, 60, 60+ |
| I1: Ifjúsági 1 | 2001, 2002 | 35, 40, 45, 50, 55, 60, 65, 70, 75, 75+ |
| I2: Ifjúsági 2 | 1999, 2000 | 45, 50, 55, 60, 65, 70, 75, 80, 85, 85+ |
| JU: Junior | 1996 - 1998 | 55, 60, 65, 70, 75, 80, 85, 90, 95, 95+ |
| FE: Felnőtt | 1984 - 1995 | } 65, 70, 75, 80, 85, 90, 95, 100, 105, 105+ |
| MS: Master | 1979 - 1983 | |
| S1: Senior 1 | 1974 - 1978 | |
| S2: Senior 2 | 1969 - 1973 | |
| ... S9: Senior 9 | - 1938 | |

Korosztályok és súlycsoportok Gi Open

| Korosztály | Születési év | Súly (kg.) |
|-------------|--------------|----------------------------------|
| FE: Felnőtt | 1964 - 1998 | Férfiak 80, 80+ kg, Nők Abszolút |

Nevezési feltételek

- A nevezés egyben nyilatkozat a nevezési feltételek elfogadásáról.
- A nevezéshez egy évnél nem régebbi '**Versenyezhet**' igazolás kötelező.
- A versenyzőknek a versenyre érvényes **sportbiztosítással** kell rendelkezniük.
- E két feltétel meglétét nem ellenőrizzük, a csapatvezető nyilatkozik erről írásban.
- Mindenki a saját **korosztályában** versenyez. De: Seniorok alacsonyabb Seniorban, Masterben és Felnőttben, Masterek Felnőttben, a Felnőtt alatti korosztályok pedig eggyel magasabban is nevezhetnek.
- Nevezés **neme**: Fiúk csak fiúk között, lányok lányok és fiúk között is nevezhetnek.
- Nevezés **súlycsoporti feltétele**: Csak olyan súlycsoportban lehet nevezni, amely felső határa nem haladja meg a versenyző **viszonyítási súlyát**.
- A feltételeknek nem megfelelő versenyző kiesik a versenyből.
- Combat Grappling, Kesztyűs Küzdelem és Open számokba **csak 16 éves kortól 50 éves korig** (*harmadik évadban 1964-1998 közötti születés*) lehet nevezni!
- **Open** versenyszámba csak az nevezhet, akinek van súlycsoportos nevezése is. Open 1 versenyszámban nem indulhat az akinek a viszonyítási súlya meghaladja a 80 kg-ot.
- Aki a Felnőtt férfi haladók között nevez súlycsoportos számban, ezen és a következő versenyeken már nem nevezhet a felnőtt férfi kezdők között ebben a versenyszámban.

B (Kezdő) Liga

- A férfiak között minden versenyszámban a Felnőtt korosztályban bevezetésre került a B (Kezdő) Liga. **A szabályok ugyanazok**, csak a résztvevők köre más: A Ligában haladók, B Ligában kezdők.
- A B Ligában nem lehet rangsor pontokat kapni.
- A négy versenyszámban egymástól független a kezdő-haladó besorolás. Elképzelhető, hogy valaki pl. NoGi Grappling-ben haladó, Kesztyűs Küzdelemben pedig kezdő (ha egyébként megfelel a feltételeknek).
- A bevezetéskor (*harmadik évad kezdete, 2014 ősze*) minden felnőtt, akinek nem kötelező az A Ligában indulni, szabadon eldöntheti, hogy A vagy B Ligában nevez.
- Az A Ligában kell neveznie annak a versenyzőnek, akire bármelyik feltétel igaz:
 - brazil vagy tradicionális Ju Jitsu-ban kék öves, illetve magasabb fokozatú,
 - bármilyen harcművészeti ágban mester fokozatú,
 - az adott versenyszámban a G4 Liga első két évadának bármely fordulóján OPEN-ben dobogóra jutott, illetve megnyert egy nagyobb létszámú (legalább nyolc fős) kategóriát.
- Át kell mennie a B Ligából az A Ligába annak a versenyzőnek (azaz a következő versenyen már nem nevezhet a B Ligában), akire bármelyik feltétel igaz:
 - 12 mérkőzést megnyer a B 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.

Nevezési előírások

- Honlap: www.globalgrappling.hu, e-mail cím: [nevezes \[kukac\] globalgrappling.hu](mailto:nevezes [kukac] globalgrappling.hu)
Bankszámla: **51700100-10005154** (Berkes László Fókusz Takaréék)
- Nevezni csak az előírt nevezési lapon lehet az e-mail címre küldve. (7. oldal)
- A nevezési díjat **2015. február 4. szerda 12:00-ig** a bankszámlára kell utalni. (8. oldal)
- **A versenyen sem helyszíni, sem határidőn túli nevezés nincs.** Csak azokat a nevezéseket fogadjuk, melyek a nevezési díjjal együtt a nevezési határidőig beérkeztek.
- A versenyen a szerdáig előzetesen nevezett súlycsoportban lehet indulni, mely a csütörtöki napon bővíthető kiegészítő nevezéssel és módosítható átsorolással.
- A szerdán vagy később utalók küldjék el az utalás igazolását is!

Kiegészítés, átsorolás és visszavonás

- A kiegészítést és az átsorolást a csütörtöki napon lehet kérni az e-mail címre küldve.
- 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. Új nevezési lapon kell leadni.
- Átsorolást az egyedül lévő versenyzőre lehet kérni. Az átsorolás célja az egy fős kategóriák számának csökkentése. Példa átsorolási kérelemre: „*Kérem Csillag Áron (Kiskőrösi Budo SE.) átsorolását a Gi Grappling Felnőtt 75 kg. kategóriából a Gi Grappling Felnőtt 80 kg. kategóriába*”. A kérelem csak akkor teljesül, ha sem átsorolással, sem kiegészítéssel nem kerül mellé más versenyző.
- Az egy klubos kategóriákat lehet visszavonni (nem kötelező) a pénteki napon. A nevezési díját beszámítjuk a következő versenybe. Példa visszavonási kérelemre: „*Kérem a Gi Grappling Felnőtt 75 kg. kategória visszavonását*”.

Határidők

- | | | |
|------------------------------|--------|---|
| • 2015. február 4. szerda | 12:00. | Ez a nevezési határidő. |
| • 2015. február 5. csütörtök | 10:00. | Felkerül az előzetes csoportbeosztás. |
| • 2015. február 5. csütörtök | 22:00. | Eddig lehet kérni kiegészítést és átsorolást. |
| • 2015. február 6. péntek | 16:00. | Felkerül a végleges beosztás a sorsolással. |
| • 2015. február 6. péntek | 20:00. | Eddig lehet kérni visszavonást. |

Védőfelszerelés

- Combat Grappling-ben és Kesztyűs Küzdelemben a kötelező védőfelszerelés: fogvédő, altestvédő, lábfejevédő, lábszárvédő, ezen kívül nőknek mellvédő.
- A Kesztyűs Küzdelemben 10 unciás kesztyűt kell használni. Csak egyenletes tömörségű, sértetlen kesztyűt lehet használni. A madzagot 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!

Ruházat, higiénia

- NoGi ruházat: rövid vagy hosszú ujjú rashguard és rövid vagy hosszú szárú passzos grappling nadrág, vagy rövid thai/kick box nadrág.
- Gi ruházat: tiszta ju jitsu edzőruha (kabát, öv, nadrág). Nem lehet szakadt. A nadrág szára és a kabát ujja nem hajtható fel.
- Gi Grappling és Combat Grappling versenyszámban a Gi ruházat használatos.
- NoGi Grappling versenyszámban a NoGi ruházat használatos.
- Kesztyűs Küzdelem versenyszámban használható mindkét fajta ruházat.
- Semmilyen (test)ékszer, csat sem használható. A hosszú haját gumival össze kell fogni! A körmöket rövidre kell vágni és a sebeket be kell fedni!

Lebonyolítás

- A verseny meghívásos, de a határidő előtt jelentkező klubokat is meghívhatjuk!
- A verseny a G4 Grappling Liga 2014-2015 évadának 3. 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: 1. Gi Grappling, 2. Gi Open, 3. NoGi Grappling, 4. Combat Grappling és Kesztyűs Küzdelem.
- Mérlegelni 8 órától lehet és a regisztráció lezárásáig kell. 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.
- 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, helyezés nélkül: 0,5 pont.

Felelősség

- A versenyen minden résztvevő a **saját felelősségére** vesz részt.
- A versenyen használt megfelelő öltözetről, illetve védőfelszerelésről minden résztvevő saját maga gondoskodik.
- A szervezők a résztvevők értéktárgyaiért nem vállalnak felelősséget.
- A szervezők a változás jogát fenntartják!
- A hibásan leadott nevezések következményeiért 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.

Nevezési lap séma

Klub neve: Kiskőrösi Budo SE. Nevezés a **III. Budapest Grappling Bajnokságra**

| 1. Sor | 2. Név | 3. Született | 4. Korosztály | 5. Előz. testsúly | 6. Gi | 7. NoGi | 8. Combat | 9. Kesztyűs Küzdelem | 10. Open (0 Ft) | 11. 3.000 Ft db. | 12. 4.000 Ft db. |
|--------|--------------|--------------|---------------|-------------------|---------|---------|-----------|----------------------|-----------------|------------------|------------------|
| 1. | Helyes Sára | 1988.06.21 | FE | 53 | FE/55/L | | | | ON | | 1 |
| 2. | Kis Lajos | 1997.02.22 | JU | 62 | | | JU/65 | JU/65 | | | 2 |
| 3. | Szép Éva | 2005.08.18 | G1 | 30 | G1/32/L | G1/32/L | | | | 2 | |
| | | | | | G1/32 | | | | | 1 | |
| 4. | Nagy Sándor | 1972.10.10 | S2 | 89 | | S2/90 | | | O2 | | 2 |
| | | | | | | MS/90 | | | | | 1 |
| 5. | Csillag Áron | 1992.04.14 | FE | 73 | FE/75 | | FE/75 | | O1 | | 3 |
| 6. | Kezdő Béla | 1985.12.06 | FE | 69 | FE/70/B | | | FE/70/B | | | 2 |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | 3 | 3 | 11 |

Dátum: 2015.02.04

Csapatvezető: Fekete Péter

Kitöltési segédlet

Általános rész:

- Sorszám:** Általában egy sorba írunk egy versenyzőt. Ha egy versenyszámon belül több kategóriában kíván indulni, akkor további sor(oka)t használhatunk, ott csak azoknak a versenyszámoknak a cellájába kell írni, amelyekben több kategóriában indul. Egy cellába csak egy nevezést írjunk! Sorszámot csak a következő személy első sorába írunk.
 - Név.** Pontosan írjuk, ez kerül az oklevélre és a jegyzőkönyvbe!
 - Született:** Születési dátum éééé.hh.nn (év.hó.nap) formában
 - Korosztály:** Lehetséges értékek: MA, G1, G2, I1, I2, JU, FE, MS, S1-S9. (lásd 2. oldal) Születési év alapján **MANó**, **Gyermek1**, **Gyermek2**, **Ifjúsági1**, **Ifjúsági2**, **JUnior**, **FElnőtt**, **MaSter**, **Senior 1, 2, ... 9**.
 - Előzetes testsúly:** Előzetes testsúly egész kg.-ban (mérlegelés lesz a versenyen).
 - Gi:** Akkor kell ide írni, ha indul Gi Grappling versenyszámban a versenyző. Az életkori csoport és a testsúly alapján a **kiírás szerinti kategóriák** közül a megfelelőt kell beírni. Példák: **G1/30**, **I1/41**, **JU/55**, **FE/75**, **S2/85**. Azonos korosztályban magasabb súlycsoportban valamint más engedélyezett korosztályban, de nem alacsonyabb súlycsoportban is lehet nevezni. Leányoknál ugyanígy, csak utána kell írni /L. Ha felnőtt férfi és a B (kezdő) Ligában indul, akkor utána kell írni: /B.
 - 7.-9. NoGi, Combat, Kesztyűs Küzdelem:** Ugyanaz, mint a Gi.
 - Gi Open:** ON= Női Open, O1 = Férfi Open 80 kg alatt, O2 = Férfi Open 80 kg felett
 - 3.000 Ft. db.:** A 6-9 oszlopban a Junior alatti nevezések száma.
 - 4.000 Ft. db.:** A 6-9 oszlopban a nevezések száma Junior korosztálytól felfele.
- Üres sorok törölhetők, új sorok beszúrhatók a táblázatba.

Utalási séma

| | |
|-------------|--|
| Név: | Berkes László |
| Bankszámla: | 51700100-10005154 |
| Összeg: | 53.000 Ft. |
| Megjegyzés: | III. Budo SE Grappling Bajnokság Kiskőrösi Budo SE. 17 db. nevezési díj |

A 14 óráig indított belföldi utalások még aznap megérkeznek. Az utána indítottak csak másnap reggel. Ezért akik szerdán (2015. február 4.) vagy utána utalnak, küldjék el az utalás igazolását is.

Versenyszámok magyarázata (kivonat a Szabálykönyvből)

A küzdelem állásból indul mindegyik versenyszámban.

Menetidő:

| | | | |
|--------------------|--|--|---|
| Gi és NoGi: | Manó 2 perc, Junior 5 perc, Senior 2-3 4 perc, | Gyermek 1-2 3 perc, Felnőtt 6 perc, Senior 4-5 3 perc, | Ifjúsági 1-2 4 perc, Master, Senior 1 5 perc, Senior 6-9 2 perc |
| Combat: | Junior 3 perc, Senior 2-3 2 perc | Felnőtt 4 perc, | Master, Senior 1 3 perc, |
| Kesztyűs: | Junior 2 perc, | Felnőtt 3 perc, | Master, Senior 1-3 2 perc |
| Gi Open: | 8 perc | | |

Győzelem ténye: A küzdelem **megnyerhető** feladással, pontozással, az ellenfél leléptetésével, vagy ha az egyik versenyző nem tudja folytatni a küzdelmet. Például, ha az egyik versenyző nem harcképes: bealszik, elveszíti eszméletét, vagy a Combat Grappling ill. Kesztyűs Küzdelem számban erős ütés és/vagy rúgás [kombináció] után nem tudja folytatni a küzdelmet, vagy a bíró nem engedi tovább. Döntetlen nincs. A feladás jelezhető kézzel, lábbal vagy hanggal. A versenyző óvakodjon a feladásként értelmezhető jelzésektől!

Hosszabbítás: 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 1 perc, a többiben az első menet fele.

Ütés és rúgás: Gi és NoGi számokban tilos, a **Combat Grappling**-ben és a **Kesztyűs Küzdelemben** engedélyezett az alábbi korlátozásokkal:

- Az ütések és a rúgásokat kontrolláltan kell végrehajtani.
- A gerincet, a térdet és a lágyékot nem lehet sem ütni, sem rúgni.
- A könyökütés nem megengedett, a kalapácsütés fejre nem megengedett.
- Rúgni csak addig szabad, amíg mindkét versenyző áll.
- A fejet és a nyakat rúgni csak köríves rúgással lehet. A rúgófelület védőfelszereléssel fedett terület, vagy a talp lehet, a sarok nem.

Versenyszámok magyarázata (kivonat a Szabálykönyvből)

- A fej, nyak csak kesztyűben üthető. A kesztyűben támadható felület az arc, a fülek előtti terület, álltól a homlokig.

Combat Grappling versenyszámban értük pont nem adható, alkalmazásukkal gyöngíthető az ellenfél.

Kesztyűs Küzdelem versenyszámban minden perc végén megállítják a küzdelmet és a vezetőbíró mindkét versenyző elmúlt percben nyújtott ütő-rúgó teljesítményét pontozza.

Rövidítés: Ha nincs aktivitás, technikára törekvés, a vezetőbíró 10 mp.-es rövidítést rendel el. Ha ez alatt a 10 mp. alatt sincs aktivitás, a versenyző(ke)t figyelmeztetik és a mérkőzés állásban folytatódik.

Korosztályos korlátozások: Fojtás, feszítés, vesefogó, összehajtás és felugrásos technikák (pl. repülő karfeszítés) engedélyezettek Junior korosztálytól. Értük pontszám nem adható, de alkalmazásukkal lekopogtatható az ellenfél.

Junior korosztály alatt az alábbi korlátozások érvényesek:

- **Manó** korosztályban nincs egyik sem.
- **Gyermek 1** korosztályban engedélyezett a karfeszítés, 3 mp után a bíró megállítja, akkor is, ha nincs kopogás. **Gyermek 2** korosztálytól csak a kopogásnál állítja meg.
- **Ifjúsági 1** korosztálytól engedélyezett a fojtás is. A nyakra tett háromszög is fojtásnak minősül, így az is csak a ettől a korosztálytól engedélyezett.
- **Ifjúsági 2** korosztálytól engedélyezett a lábvesztés. A Global Grappling csak az egyenes lábvesztést engedélyezi, a csavarásost nem.
- **Manó** és **Gyermek 1, 2** korosztályokban tilos az ellenfél összehajtása. Ez azt is jelenti, hogy ha állásban felülről fog az ellenfélre, akkor nem tolhatja, csak húzhatja!

További tiltott technikák:

- Az ellenfél földről felemelése után a földhöz ütése, a fejre, nyakra dobás.
- A torok, a lágyék markolása, nyomása.
- A bőrfogás, a csípés, a harapás, a karmolás, a hajhúzás, a fejelés.
- A kéz-, lábujjak feszítése, csavarása, a csuklóvesztés, a térd vagy könyök ízület nyitása.
- A gerincvesztés (*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.
- A csavarásos lábvesztés, a forgásos, hempergéses kar- és lábvesztés. Egy teljes körbefordulás után számít hempergésnek.

Pontozás: Pontok adhatók akciókért és reakciókért (*a végrehajtónak*), illetve büntetésből (*az ellenfélnek*).

- **Akciópontként** 1-4 pontot lehet adni, az alább részletezettek szerint.
- **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.

Versenyszámok magyarázata (kivonat a Szabálykönyvből)

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. Ha az egyik versenyző összkapaszkodás nélkül a földre megy (ül, fekszik stb.), az ellenfél 2 pontot kap.
- Minden egyéb (akár részleges) földrevitel, akkor is, ha az ellenfél ugrik guard-ba: 1 pont. Szükséges, hogy kontaktus, fogás legyen és felülre kerüljön a földrevitel végén.

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 tiltott, azaz a 2, 3, 4 pontos technikából is csak egy pontozható addig, amíg az ellenfél pontot szerez, vagy újakezdési 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, vége a leszorításnak és középütt állásból kell folytatni.

D. Akció pontok járnak a **Kesztyűs Küzdelemben az ütésekért és rúgásokért:**

- Az időmérő minden perc végén megállítja a küzdelmet.
- A vezetőbíró mindkét versenyző előző percben nyújtott ütő-rúgó teljesítményét 0-4 pont között értékeli.
- A küzdelem az értékelés után állásban folytatódik.

E. Hosszabbítás esetén a pontozás folytatódik.

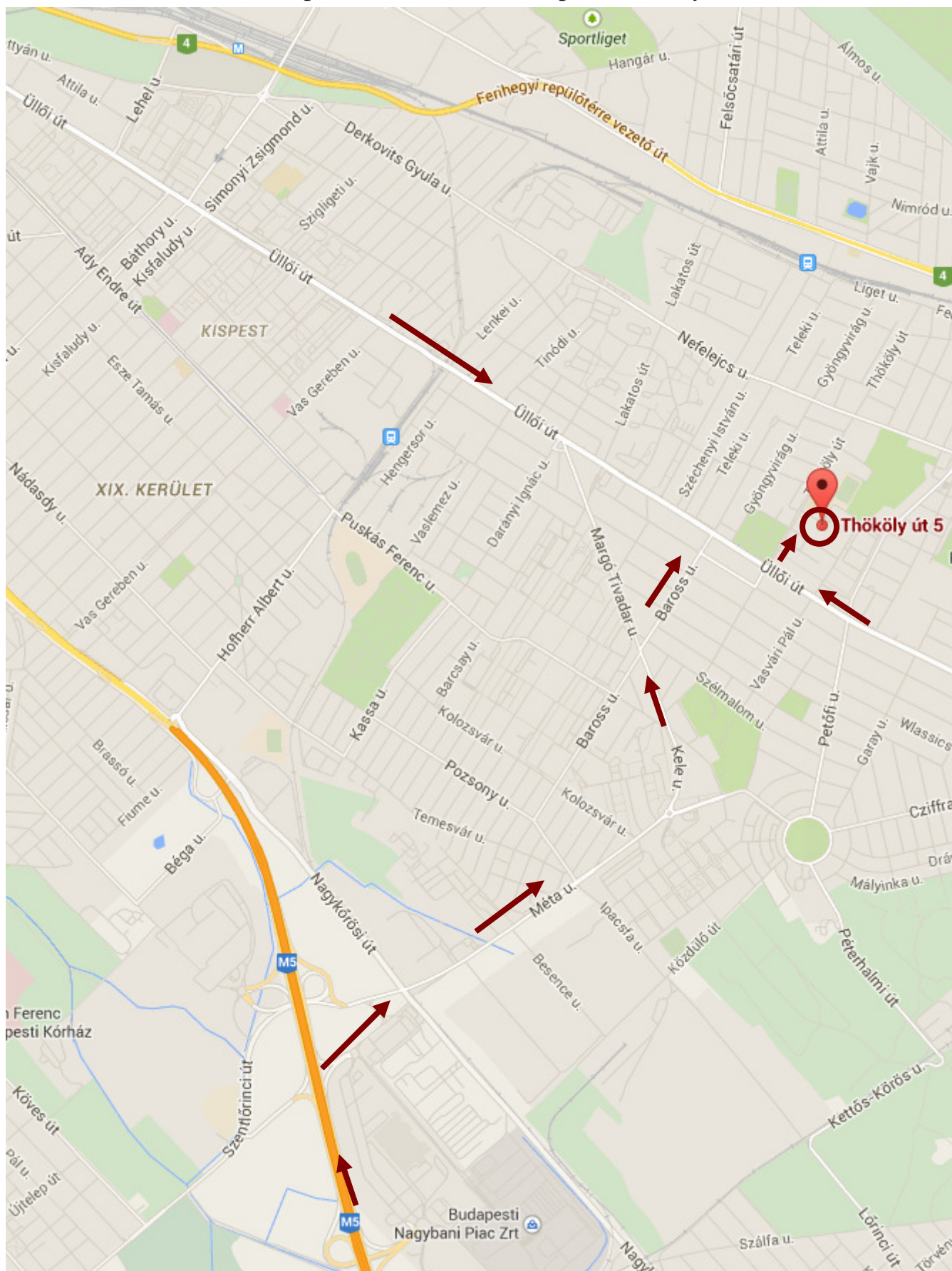
Intés: Intés adható passzivitásért, menekülésért, komolytalan, félbehagyott küzdelemért, pástra nem illő viselkedésért, a szabályok be nem tartásáért.

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!

Térkép

A verseny helyszíne:
Lőrinci Sportszarnok, 1181 Budapest, Thököly út 5.





III. Budapest Grappling Bajnokság

G4 Grappling Liga 2014-2015 3. forduló

2015. február 7.

Lőrinci Sportcsarnok

1181 Budapest, Thököly út 5.

www.globalgrappling.hu