



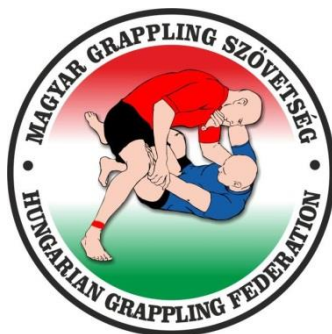
Debrecen 2018 Grappling Bajnokság

G4 Grappling Liga 2017-2018 5. forduló
Kvalifikáció a Felnőtt Magyar Bajnokságra
A Kelet-Magyarországi régió versenye

2018. március 3.

Egyetemi Agrár Centrum
4032 Debrecen, Böszörményi út 138.

www.globalgrappling.hu





Debrecen 2018

Grappling Bajnokság

G4 Grappling Liga 2017-2018 5. forduló
2018. március 3.

Versenykiírás

- Szabályzat:** Meghívásos verseny négy tatamin a Magyar Grappling Szövetség szabályai alapján
- Szervezők:** ZR Team Debrecen és Szöllősi László házigazda, Global Grappling Egyesület, Kovács Gábor főbíró, Berkes László versenyigazgató
- Helyszín:** Egyetemi Agrár Centrum, 4032 Debrecen, Böszörményi út 138.
- Időpont:** **2018. március 3. szombat**
8:00 mérlegelés/regisztráció kezdete, 10:00 Megnyitó
- Versenyszámok:** **Gi Grappling** (regisztráció vége 9:45), **Gi Open** (12:00), **NoGi Grappling** (13:00), **Combat Grappling, Kesztyűs Küzdelem** (14:00)
- Kategóriák:** Felnőtt Férfi Kezdő és Haladó, a többieknél egységesen.
- Nevezési díj:** 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. február 28. szerda (**nevezés leadása és utalás beérkezése**)
2018. március 1. csütörtök korrekciós nap
A nevezést a klubvezetők adják le a honlapunk nevezési oldalán.
A nevezési lehetőség 2018. febr. 17.-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.
- Különdíjak:** Az International Jiu-Jitsu Alliance által felajánlott három különdíj a Legeredményesebb Gyermekek / Női / Férfi versenyzőknek
- Információ:** 30/206-7078 www.globalgrappling.hu

Debrecen, 2018. január 1.

Berkes László versenyigazgató



Debrecen 2018

Grappling Bajnokság

G4 Grappling Liga 2017-2018 5. forduló

2018. március 3.

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	2005, 2006	27, 30, 34, 38, 42, 46, 50, 55, 60, 66, 72, 72+
I2: Ifjúsági 2	2003, 2004	30, 32, 34, 37, 40, 44, 48, 52, 57, 57+
J1: Junior 1	2001, 2002	38, 40, 43, 46, 49, 52, 56, 60, 65, 65+
J2: Junior 2	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	2005, 2006	27, 30, 34, 38, 42, 46, 50, 55, 60, 66, 72, 72+
I2: Ifjúsági 2	2003, 2004	32, 35, 38, 42, 47, 53, 59, 66, 73, 73+
J1: Junior 1	2001, 2002	42, 46, 50, 54, 58, 63, 69, 76, 85, 85+
J2: Junior 2	1999, 2000	58, 62, 66, 71, 77, 84, 92, 92+
FE: Felnőtt	1989 - 1998	62, 66, 71, 77, 84, 92, 100, 100+
MS: Master	1984 - 1988	
S1: Senior 1	1979 - 1983	
S2: Senior 2	1974 - 1978	
... S9: Senior 9	- 1943	

Korosztályok és súlycsoportok Gi Open

Korosztály	Születési év	Súly (kg.)
FE: Felnőtt	1969 - 2000	Férfiak -80, 80+ kg, Nők Abszolút

Nevezési rendszer

- Nevezni csak a www.globalgrappling.hu honlapon lehet **Versenyrendszer** menüben a **Regisztráció és nevezés** menüpontban.
- **A nevezés regisztrációhoz kötött:** A versenyre 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 fő 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 neveztek, 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.
- Egy versenyző **egy versenyszámon belül legfeljebb kettő** nevezést adhat le. Egy versenyző **legfeljebb egy Open** versenyszámba nevezhet.

Határidők

- 2017. február 17. szombat Megnyílik a weben a nevezési lehetőség
- 2017. február 28. szerda Nevezési, utalási határidő
- 2017. március 1. csütörtök Korrekciós nap
- 2017. március 2. péntek Végleges beosztás közzlése

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 belenyúlani 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 belenyúlani 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 → BJJ, NoGi → UWW Grappling, Combat → MMA)
- Az E (Szakértői) Ligában nem lehet rangsor pontokat kapni.
- A 2017-2018-as (hatodik) évadtól vezetjük be a G4 Liga fordulókra. Mind a négy versenyszámban lesz, de a hatodik évadban még csak a Kesztyűs Expert kategóriákat rendezzük meg.
- 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.

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 ujja 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.

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 haját gumival össze kell fogni! Körmöket rövidre kell vágni, a sebeket be kell fedni! A véres, piszkos ruházatot ki kell cserélni.

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 fordulóján 2018 júliusáig még elfogadjuk a korábbi 10 unciás kesztyűket is.**
- Egyenletes tömötségű, sértetlen kesztyűt lehet csak használni. A madzagot, kilógó tépőzárakat 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!

Lebonyolítás

- A verseny meghívásos, de a határidő előtt jelentkező klubokat is meghívhatjuk!
- A verseny a G4 Grappling Liga 2017-2018 évadának 1. 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 játszunk 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.

Mérlegelés

- Mérlegelni 8 órától lehet és a regisztráció lezárásáig kell. 9:45 és 11:00 között nincs mérlegelés! Próbamérés végezhető.
- A **viszonyítási súly** 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 következményeieért 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.

Utalási séma

Név:	Global Grappling Egyesület
Bankszámla:	51700100-10029730
Összeg:	65.000 Ft.
Megjegyzés:	Debrecen 2018 Grappling Bajnokság Kiskőrösi Budo SE. 16 db. nevezési díj

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,
Gi 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.

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 rendezzük meg.
- Az ütések és a rúgásokat kontrolláltan kell végrehajtani.
- **Tiltott a kifordulás!**
- A nyakat, a gerincet, a térdet és a lágyékot 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 térdrúgás.

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.

Grappling technikák korosztályos korlátozásai az A és B Ligában:

- **Fojtás, feszítés, összehajtás, vesefogó, felugrások 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 lábvesztés, összehajtás, vesefogó, felugrások 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, lábvesztés, összehajtás, vesefogó, felugrások technikák egyike sem.
- **Ifjúsági 1** korosztálytól engedélyezett a fojtás. A nyakra tett háromszög is fojtásnak minősül, az is csak ettől a korosztálytól engedélyezett.
- **Ifjúsági 1** korosztálytól engedélyezett, az alatt pedig tilos az ellenfél összehajtása. Ez azt is jelenti, hogy ha a **Manó és Gyermek 1, 2** korosztályokban a versenyző állásban felülről fog az ellenfélre, akkor nem tolhatja, csak húzhatja!
- **Ifjúsági 1 korosztályban nem engedélyezett** a lábvesztés, vesefogó, felugrások technikák, Guillotine fojtás és a fej ráhúzása a háromszögre.

Versenyszámok magyarázata (kivonat a Szabálykönyvből)

- **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	√	-	-	-	-
Gyermek1	√	√ (!)	-	-	-
Gyermek2	√	√	-	-	-
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 az idő alatt sincs technika, a versenyző(ke)t figyelmezteti, a mérkőzés állásban folytatódik.

Pontozás:

Pontok adhatók (*a végrehajtónak*), 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.

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..
- 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.

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!

Versenyszámok magyarázata (kivonat a Szabálykönyvből)

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:

Egyetemi Agrár Centrum, 4032 Debrecen, Böszörményi út 138.

