



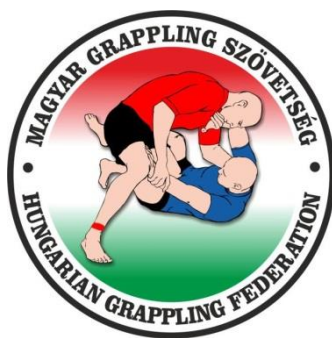
Siófok 2019 Grappling Bajnokság

G4 Grappling Liga 2018-2019 évadának 8. fordulója
Kvalifikáció a Felnőtt Magyar Bajnokságra
A Dél-Dunántúli régió versenye

2019. június 29.

Beszédes József Ált. Isk. sportcsarnoka
8600, Siófok, Szép-Völgyi utca 2.

www.globalgrappling.hu





Siófok 2019

Grappling Bajnokság

G4 Grappling Liga 2018-2019 8. forduló

2019. június 29.

Versenykiírás

- Szabályzat:** Meghívásos verseny négy tatamin a Magyar Grappling Szövetség szabályzata alapján
- Szervezők:** Tólos Lajos házigazda, Global Grappling Egyesület, Merkert Zoltán főbíró, Berkes László versenyigazgató
- Helyszín:** Beszédes József Ált. Isk. csarnoka, 8600, Siófok, Szép-Völgyi utca 2.
- Időpont:** **2019. június 29. szombat**
8:00 mérlegelés/regisztráció kezdete, 10:00 Megnyitó
- Versenyszámok:** **Gi Grappling** (regisztráció vége 9:45, Kezdő, Haladó, Expert), **Gi Open** (regisztráció vége 12:00), **NoGi Grappling** (regisztráció vége 13:00, Kezdő, Haladó, Expert), **Combat Grappling** és **Kesztyűs Küzdelem** (regisztráció vége 14:00, Kezdő, Haladó)
- Nevezési díj:** Kadet korosztálytól 5.000 Ft első nevezés, 3.500 Ft a többi
Ifjúsági2 korosztályig 3.500 Ft első nevezés, 2.000 Ft a többi
- Nev. határidő:** 2019. június 26. szerda (**nevezés leadása és utalás beérkezése**)
2019. június 27. csütörtök korrekciós nap
A nevezést a klubvezetők adják le a honlapunk nevezési oldalán.
A nevezési lehetőség 2019. június 15.-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 és kupa az elsőnek, oklevél az I., II., III. helyezetteknek. Különdíj a Legeredményesebb Női / Gyermek / Férfi versenyzőknek és Csapatnak!
- Élő közvetítés:** A versenyen kép, hang és videó felvétel készül, valamint versenyről élő közvetítést adunk. A verseny kezdetekor megosztjuk a linket a Global Grappling FaceBook oldalán.
- Információ:** 30/206-7078 www.globalgrappling.hu
- Siófok, 2019. május 1. Tólos Lajos házigazda
Berkes László versenyigazgató



Siófok 2019

Grappling Bajnokság

G4 Grappling Liga 2018-2019 8. forduló

2019. június 29.

Korosztályok és súlycsoportok leányok, nők

Korosztály	Születési év	Súly (kg.)
MA: Manó	2012, 2013	18, 21, 24, 27, 30, 34, 34+
G1: Gyermekek1	2010, 2011	21, 24, 27, 30, 34, 38, 42, 42+
G2: Gyermekek2	2008, 2009	24, 27, 30, 34, 38, 42, 46, 50, 50+
I1: Ifjúsági1	2006, 2007	27, 30, 34, 38, 42, 46, 50, 55, 60, 66,72, 72+
I2: Ifjúsági2	2004, 2005	30, 32, 34, 37, 40, 44, 48, 52, 57, 57+
KA: Kadet	2002, 2003	38, 40, 43, 46, 49, 52, 56, 60, 65, 65+
JU: Junior	2000, 2001	49, 53, 58, 64, 71, 71+
FE: Felnőtt	1985 - 1999	53. 58. 64. 71. 71+
V1: Veterán1	1980 - 1984	
V2: Veterán2	1975 - 1979	
...		

Korosztályok és súlycsoportok fiúk, férfiak

Korosztály	Születési év	Súly (kg.)
MA: Manó	2012, 2013	21, 24, 27, 30, 34, 38, 42, 46, 46+
G1: Gyermekek1	2010, 2011	24, 27, 30, 34, 38, 42, 46, 50, 50+
G2: Gyermekek2	2008, 2009	27, 30, 34, 38, 42, 46, 50, 55, 60, 60+
I1: Ifjúsági1	2006, 2007	27, 30, 34, 38, 42, 46, 50, 55, 60, 66,72, 72+
I2: Ifjúsági2	2004, 2005	32, 35, 38, 42, 47, 53, 59, 66, 73, 73+
KA: Kadet	2002, 2003	42, 46, 50, 54, 58, 63, 69, 76, 85, 85+
JU: Junior	2000, 2001	58, 62, 66, 71, 77, 84, 92, 92+
FE: Felnőtt	1985 - 1999	62, 66, 71, 77, 84, 92, 100, 100+
V1: Veterán1	1980 - 1984	
V2: Veterán2	1975 - 1979	
...		

Korosztályok és súlycsoportok Expert kategóriák

A Kesztyűs Expert kategóriákat Junior és Felnőtt korosztályban rendezzük meg, ezen súlycsoportok alapján. A Gi és NoGi Expert kategóriákat szintén Junior és Felnőtt korosztályban a hivatalos JJIF súlycsoportok alapján rendezzük meg:

Korosztály	Születési év	Súly (kg.)
JU: Junior	1999 - 2001	Nők: 49, 55, 62, 70, 70+ Férfiak: 56, 62, 69, 77, 85, 94, 94+
FE: Felnőtt	1984 - 1998	Nők: 49, 55, 62, 70, 70+ Férfiak: 56, 62, 69, 77, 85, 94, 94+

Korosztályok és súlycsoportok Open

Korosztály	Születési év	Súly (kg.)
FE: Felnőtt	1970 - 2001	Férfiak -80, 80+ kg, Nők Abszolút

Nevezési rendszer

- Nevezni csak a www.globalgrappling.hu honlapon lehet **Versenyszisztéma** 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.
- 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 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:
 - Veteránok alacsonyabb Veterán korosztályba és a 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 - Veterán3 közötti korosztályokból lehet.
- Egy versenyző **egy versenyszámon belül legfeljebb 2** (Openben 1) nevezést adhat le.
- Töröljük azokat a kategóriákat, melyben egy versenyző marad egyedül.

Határidők

- 2019. június 15. szombat Megnyílik a weben a nevezési lehetőség
- 2019. június 26. szerda Nevezési, utalási határidő
- 2019. június 27. csütörtök Korrekciós nap
- 2019. június 28. péntek Végleges beosztás közzlése

Korrekciók: kiegészítés, átsorolás és visszavonás

- A kiegészítést, átsorolást és visszavonást a korrekciós napon lehet intézni a weben.
- 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.
- Töröljük azokat a kategóriákat, melyben egy versenyző marad egyedül.

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.

Kezdő, Haladó és Expert kategóriák szabályok és menetidők

Gi Grappling és NoGi Grappling				
Korosztály	Születési évek	Kezdő - Haladó		Expert
		Egységesen GG		JJIF
Manó	2012 - 2013	2 perc + 1 perc		
Gyermek1	2010 - 2011	3 perc + 1,5 perc		
Gyermek2	2008 - 2009	3 perc + 1,5 perc		
		Kezdő GG	Haladó UWW	
Ifjúsági1	2006 - 2007	4 perc + 2 perc	4 perc + 1 perc	
Ifjúsági2	2004 - 2005	4 perc + 2 perc	4 perc + 1 perc	
Kadet	2002 - 2003	5 perc + 2,5 perc	5 perc + 1 perc	
Junior	2000 - 2001	5 perc + 2,5 perc	5 perc + 1 perc	6 perc
Felnőtt	1985 - 1999	5 perc + 2,5 perc	5 perc + 1 perc	6 perc
		Egységesen UWW		
Veterán	-1984	4 (3,2) perc + 1 perc		

- Manó, Gyermek1, Gyermek 2 korosztályokban egységesen a Global Grappling szabályok szerint küzdenek a versenyzők.
- Ifjúsági1,2, Kadet, Junior és Felnőtt korosztályokban van Kezdő – Haladó megbontás. A kezdők a Global Grappling, a haladók az UWW szabályok szerint küzdenek.
- Junior és Felnőtt korosztályokban ezen kívül még Expert kategóriákat is rendezünk más (JJIF) súlycsoportokban.
- A Veterán korosztályok egységesen UWW szabályok szerint küzdenek.
- Rangsor pontokat csak a Haladó kategóriákban lehet kapni. A Magyar Bajnokság kiemelt Felnőtt Döntőjére és a nemzetközi bajnokságokra csak a Haladó kategóriákból lehet kvalifikálni.
- Nem nevezhet a Kezdők között az a versenyző, akire bármelyik feltétel igaz:
 - brazil vagy tradicionális Ju Jitsu-ban kék öves, illetve magasabb fokozatú,
 - bármilyen 'összekapaszkodós' harcművészeti ágban mester fokozatú,
 - két különböző versenyen két különböző bírót az átlépését javasolja
 - már a harmadik évadban versenyezne a Kezdők között.
- Nincs korlátozva a Haladó és az Expert kategóriába nevezés. Azért vezettük be ezeket a szekciókat, hogy védjük a kezdőket, ide csak tapasztalt versenyzők nevezzenek!

Higiénia

- A papucs használata kötelező! Segítőink elküldik lábat mosni azt, aki mezítláb jön a pásthoz. A pástra 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.
- Félmeztelen nem lehet küzdeni, a hónalj sem maradhat szabadon. Olyan anyagot nem szabad használni (orvosi krémet sem), mely akadályozhatja az ellenfelet (pl. síkos bőr).

Ruházat

- **NoGi ruházat:** rövid vagy hosszú ujjú rashguard és rövid vagy hosszú szárú passzos grappling nadrág. Az elsőként szólított piros versenyzőnek piros rashguard-ban, a másodiknak szólított versenyzőnek nem piros rashguard-ban kell pástra lépnie.
- **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.

Védőfelszerelés

- Combat Grappling-ben és Kesztyűs Küzdelemben a kötelező védőfelszerelés: fogvédő, altestvédő, lábfejtvédő, lábszárvédő, ezen kívül nőknek mellvédő.
- **Kesztyűs versenyszámban 60 kg-ig 10 unciás, 90 kg-ig 12 unciás, fölötté 14 unciás kesztyűt kell használni.** Egyenletes tömötségű, 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!

Küzdőpást

- **Tatami:** A küzdőterület 6 x 6 méter, melynek a szélső 1 métere piros. Körülötte 1 méter széles biztonsági terület van.
- **Birkózó szőnyeg:** A küzdőterület 7 méter átmérőjű kör, melynek szélső 1 métere piros. Körülötte legalább 1 méter széles biztonsági terület van.

Lebonyolítás

- A verseny meghívásos, de a határidő előtt jelentkező klubokat is meghívhatjuk!
- A verseny a G4 Grappling Liga fordulója. A belépés ingyenes!
- Lebonyolítási sorrend a tatamin: 1. Gi, 2. Open, 3. NoGi, 4. Combat és Kesztyűs.
- Az Open kategóriát az UWW Grappling Felnőtt szabályai szerint rendezzük meg.
- Fénykép és videofelvétel készíthető.
- **Lebonyolítás:** Visszamerkőzések rendszer, a döntőbe jutott versenyzők által legyőzött ellenfelek visszamerkőznek a bronzéremért. Egy (Open-ben kettő) bronzéremet adunk ki, a két ágon a visszamerkőzések győztesei lesznek a bronzmérkőzés résztvevői. Open-ben nem játsszuk le a bronzmérkőzést, mindketten III. helyezettek.
- Akik a Haladók között a kategóriájukban legalább kétszer győztek, **rangsor pontokat** kapnak. I. hely: 7 pont, II. hely: 4 pont, III. hely: 2 pont, IV. hely: 1 pont, 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 súlyt** a mért súlyból a tizedesek elhagyásával és a súlykompenzáció figyelembe vételével kapjuk.
- **Súlykompenzáció:** Ha egy versenyző a sajátjánál magasabb korosztályban versenyez, 3 kg. súlykompenzációt kap. 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 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.

Utalási séma

Név:	Global Grappling Egyesület
Bankszámla:	51700100-10029730
Összeg:	65.000 Ft. <i>(csak példa)</i>
Megjegyzés:	Siófok 2019 Grappling Bajnokság Tigris Team <i>(klub neve)</i> 16 db. nevezési díj <i>(csak példa)</i>

Versenyszámok magyarázata (kivonat a Szabálykönyvből)

Combat Grappling, Kesztyűs Küzdelem:

Junior és Veterán 3 korosztályok között rendezzük meg a Global Grappling szabályai alapján, a Felnötteknél van Kezdő-Haladó megbontás.

Menetidő: Junior 3+1 perc, Felnőtt 4+2 perc, Veterán1 3+1 perc, Veterán2,3 2+1 perc,

Ütés és rúgás: Az ütés és rúgás ezekben a versenyszámokban engedélyezett! Kontrolláltan kell őket végrehajtani. Tiltott a kifordulás! A nyakat, a gerincet, a térdet és a lágyékat nem lehet sem ütni, sem rúgni. A könyökütés nem megengedett. A kalapácsütés csak Haladóknál földön testre engedélyezett.

Rúgni csak addig szabad, amíg mindkét versenyző áll. Ez alól egyetlen kivétel a földön térdrúgás testre a Haladók között. 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!

Kezdők között tiltott technikák: kalapácsütés, forduló köríves rúgás, földön térdrúgás.

Ezen versenyszámok további szabályairól lásd a Global Grappling szabálykönyvet.

Engedélyezett és tiltott grappling technikák

Szabályrendszer Korosztály	Global Grappling						UWW Grappling		Expert
	MA	G1	G2	I1	I2	KA-VE	I1,I2	KA-VE	JU,FE
Földrevitelek									
Kar- csípő-, lábbal dobások	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Lábra fogásos földrevitelek	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Vetődéses dobások lesodrással	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Guard-ba ugrás	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Dobás teljes test kiemeléssel	-	-	-	+	+	+	+	+	+
Ura nage / suplex, kata guruma	-	-	-	+	+	+	+	+	+
Fejre, nyakra dobás, rázuhanás	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Ollódobás	-	-	-	-	-	-	+	+	-
Kar feszítések, karkulcsok									
Kar feszítések, karkulcsok	-	!	+	+	+	+	+	+	+
Repülő kar feszítés	-	-	-	-	-	+	+	+	+
Csuklófeszítés	-	-	-	-	-	-	+	+	+
Láb feszítések									
Egyenes boka- és térdfeszítés	-	-	-	-	+	+	+	+	+
Toe hold (csavarásos bokafesz.)	-	-	-	-	-	-	-	+	+
Heel hook (csav. sarokfesz.)	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Térd csavarása, külső nyomása	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Test szorítások, feszítések									
Összehajtás	-	-	-	+	+	+	+	+	+
Vesefogó testháromszög	-	-	-	-	-	+	+	+	+
Lábak (combok) szétfeszítése	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Gerincfeszítés	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Ízület nyitás, izom vágás	-	-	-	-	-	-	+	+	+
Feszítések egyéb									
Feszítés földrevitel közben	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Ujjak, lábujjak feszítése	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Feszítések túlhúzása	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Állfeszítés (csavarás)	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Fojtások									
Háromszög fojtás (láb, kar)	-	-	-	+	+	+	+	+	+
Fej ráhúzása a háromszögre	-	-	-	-	+	+	+	+	+
Fojtás Gi-vel, alkarral	-	-	-	+	+	+	+	+	+
Guillotine fojtás	-	-	-	-	-	+	-	+	+
Fojtás gerincfeszítéssel	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Fojtás ujjakkal, ököllel	-	-	-	-	-	-	-	-	-

Grappling versenyszámok magyarázata (kivonat)

A mérkőzés álló kezdési pozícióból indul minden versenyszámban.

Győzelem: A mérkőzés **megnyerhető** feladással, pontozással, az ellenfél leléptetésével, vagy ha az egyik versenyző nem tudja folytatni a küzdelmet (ha pl. nem harcképes: bealszik, eszméletét veszti, vagy a bíró nem engedi tovább). Döntetlen nincs. A feladás jelezhető kézzel, lábbal vagy hanggal. Óvakodjunk a feladásként értelmezhető jelzésektől!

Hosszabbítás: Ha nem volt lekopogtatás, sem leléptetés és a pontszám is egyenlő (és az UWW kiegészítő szabályok szerint sem állapítható meg a győztes), akkor hosszabbítás.

Global Grappling: A hosszabbítás előtt megnevezzük a **kedvezményezettet**, aki győzni fog, ha a hosszabbításban nincs döntés. Kedvezményezett az, aki több magas pontszámot kapott, illetve, akit a vezetőbíró megnevez. A hosszabbítás ideje az első menet fele.

UWW Grappling: Pontegyenlőség esetén is lehet győztes az első menet végén: aki több magas pontszámot kapott, illetve kevesebb büntetést. Ha van hosszabbítás, előtte pénzfeldobással kell sorsolni a **lekopogtatót**, akinek kopogtatnia kell az ellenfelét. Ha ez nem sikerül, az ellenfél győz. A hosszabbítás ideje 1 perc.

Kezdési és újrakezdési pozíciók: álló (GG és UWW) és UWW-ben még hat: nyitott guard, zárt guard, fél guard, oldalsó, felső, hátsó újrakezdési pozíció. Az UWW hosszabbításban: hátsó vagy oldalsó karfeszítéses újrakezdési pozíció.

Grappling technikák korosztályos korlátozásai Global Grappling:

- **Fojtás, feszítés, összehajtás, vesefogó, felugrásos 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 lábfeszítés, összehajtás, vesefogó, felugrásos technikák egyike sem.
- **Gyermek1** korosztályban csak a karfeszítés engedélyezett, 3 mp után a bíró megállítja, akkor is, ha nincs kopogás. **Gyermek 2-től** csak a kopogásnál állítja meg.
- **Gyermek1,2** korosztályokban **nem engedélyezett** a fojtás, lábfeszítés, összehajtás, vesefogó, felugrásos technikák egyike sem.
- **Ifjúsági1** 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 Gyermek1,2** korosztályokban a versenyző állásban felülről fog az ellenfélre, akkor nem tolhatja, csak húzhatja!
- **Ifjúsági1 korosztályban nem engedélyezett** a lábfeszítés, vesefogó, felugrásos technikák, Guillotine fojtás és a fej ráhúzása a háromszögre.
- **Ifjúsági2** korosztálytól engedélyezett a lábfeszítés, a fej ráhúzása a háromszögre.
- **Ifjúsági2 korosztályban nem engedélyezett** a Guillotine fojtás, a vesefogó, és a felugrásos technikák.
- **Kadet korosztálytól** engedélyezett a Guillotine fojtás, vesefogó, felugrásos technikák!
- A Global Grappling csak az egyenes lábfeszítést (boka és térd is) engedélyezi, a csavarásost nem. Az UWW Grappling a Kadet korosztálytól engedélyezi a **csavarásos bokafeszítést** is (toe hold).

Grappling versenyszámok magyarázata (kivonat)

UWW Grappling korosztályos korlátozások: Csavarásos bokafeszítés és Guillotine fojtás nem engedélyezett az Ifjúsági1,2 korosztályokban.

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.
- Térdfeszítésnél tilos a kívül lévő lábat keresztbe tenni, lábfej közben befelé fordulni.
- A hempergéses lábfej. Egy teljes körbefordulás után számít hempergésnek.

Akció-kényszer: A folyamatosan háritó, menekülő versenyzőt, aki nem hajlandó felvenni a küzdelmet, a bíró figyelmezteti, majd inti.

- **Global Grappling Rövidítés:** Ha nincs aktivitás, a vezetőbíró 10 másodperces rövidítést rendel el. Ha ez alatt a 10 másodperc alatt sincs technika, a versenyző(ke)t figyelmezteti, és a mérkőzés állásban folytatódik.
- **UWW Grappling büntetés:** Ha nincs aktivitás, a vezetőbíró 15 másodperc után int (1 pont az ellenfélnek) 4. intés leléptetést jelent!

Pontozás:

Földrevitelek

	Global	UWW	Expert
Földrevitel	1-4	2-3	2
magas dobás	3-4	3	2
gyors földrevitel	-	+2	-
Leülés (pont az ellenfélnek)	1-2	1-2	-
összekapaszkodás nélkül	2	1 (intés)	-
összekapaszkodással	1	0-2(!)	-
Domináns pozíciók			
Oldalsó	2	3	-
Felső	3	4	4
Hátsó	4	4	4
Egyéb akció, pozíció			
Átfordítás	-	2	2
Térd a hason	-	3	2
Specialitások			
Kiszabadulás	1	-	-
Leszorítás	0-4	-	-
Majdnem sikerült pontozható technika	-	1	(1 előnypont)
Majdnem sikerült kopogtatás	-	1	(1 előnypont)
Guard elhagyás	-	-	3

