



## Regolamento Grappling

Sistema a Torneo, ogni atleta che vince un match accede al match successivo.

- L'area di combattimento sarà minimo 6x6, e dovrà avere i cartelloni segnapunti esposti ben visibili sia dagli atleti che dai coach.
- Se gli atleti escono dall'area di gara l'arbitro li farà ripartire dal centro dell'area di combattimento nella medesima posizione in cui si trovavano fuori dal tatami. Se gli atleti erano in piedi ricominceranno dal centro uno di fronte all'altro in piedi. **Nel caso in cui, l'area circostante il quadrato di gara non costituisca un pericolo per gli atleti, e vi sia una sottomissione in corso, non verranno fatti rientrare nell'area di gara fino ad un'uscita dalla sottomissione o al completamento di essa. Nel caso in cui l'area circostante il quadrato di gara costituisca un pericolo per gli atleti quando è in corso una tecnica di sottomissione da parte di uno degli atleti, verranno fermati e fatti riposizionare al centro dell'area di gara nella stessa posizione non chiusa. In questo unico caso, l'atleta che stava effettuando la tecnica di sottomissione riceverà 1 punto.**
- Le protezioni ammesse e facoltative sono: paradenti, conchiglia, para orecchi (morbido).
- Abbigliamento: Pantaloncini o shorts da lotta, Rashguard o torso nudo. Non sono ammesse magliette NON aderenti al corpo o calzature di qualsiasi tipo, che saranno fatte rimuovere prima dell'inizio della lotta al pari di ginocchiere o gomitiere con protezione in rilievo

La gara è un momento di confronto tecnico agonistico intenso ma pur sempre un momento in cui sportività e lealtà sono fondamentali quindi si ricorda che:

- L'atleta partecipante è il protagonista dell'evento e quindi è il primo soggetto a dover mantenere un atteggiamento serio, marziale e dignitoso.
- Il giudizio degli arbitri è insindacabile, si invita quindi tutti gli atleti e i tecnici a non eccedere in proteste o comportamenti anti sportivi.
- Tutte le tecniche devono essere controllate, sottomettere l'avversario non significa agire con estrema ed ingiustificata violenza. Tutti i comportamenti anti sportivi e violenti saranno puniti.

ATTENZIONE:

OGNI ATLETA VERRA' PESATO SUBITO DOPO LA CHIAMATA PER IL PRIMO COMBATTIMENTO ASSIEME ALL'AVVERSAIO. LA TOLLERANZA SARA' DI UN SOLO KG. UNA VOLTA VERIFICATO IL PESO GLI ATLETI AFFRONTERANNO IL LORO PRIMO MATCH E NON VERRANNO PIU' PESATI NEL CORSO DELL'EVENTO. TUTTI GLI ATLETI IL CUI PESO SARA' ERRATO SARANNO IMMEDIATAMENTE SQUALIFICATI SENZA POTER COMBATTERE E SENZA ALCUN RIMBORSO DELLA QUOTA DI ISCRIZIONE.

## Classe "B" (Adulti)

Come indicato alla voce "ECCEZIONI" in fondo a questo regolamento, in caso non vi siano atleti sufficienti in classe C, la Classe B diventerà a tutti gli effetti una Classe C-B unificata al fine di avere un numero adeguato di partecipanti in ogni categoria di peso.

Partecipano a questa categoria tutti gli atleti che hanno un'esperienza nel grappling o tecniche di lotta con un massimo di 4 anni. Sono ammessi a questa categoria atleti cinture bianche e Blu di Brazilian Jiu Jitsu, fino a cintura Blu di Judo. Chi ha già vinto questa categoria (adulti) DUE VOLTE, dovrà per forza prender parte alla "Classe A"

Gli atleti di questa categoria possono fare richiesta, indicandolo sul modulo di iscrizione, di partecipare anche alla Classe "A" Verrà applicato il costo aggiuntivo indicato ad ogni invito agli eventi in quel caso l'atleta competerà in entrambe le classi.

### 1) Tecniche Ammesse

- Qualsiasi tipo di strangolamento (tranne la presa alla trachea effettuata con la mano);
- Qualsiasi leva alle braccia o chiave articolare a spalla, gomito o polso;
- Qualsiasi leva in asse o chiave **NON** in torsione a caviglia, piede, ginocchio;

### 2) Tecniche NON ammesse:

- Portare colpi di qualsiasi genere;
- Infilare le dita negli occhi o nella bocca dell'avversario;
- Tirare o afferrare i capelli o le orecchie dell'avversario;
- Mordere, graffiare o pizzicare l'avversario;
- Applicare prese o leve alle dita di piedi o mani;
- Colpire o premere l'area dei genitali;
- Agire con mano, ginocchio o gomito sul viso (triangolo occhi, naso, bocca);
- Usare sostanze scivolose e oleose sul corpo o sugli indumenti;
- Applicare chiavi o leve al collo o alla cervicale (es. Full Nelson o Crucifix lock);
- Spingere intenzionalmente l'avversario fuori dal tatami;
- Proiettare intenzionalmente l'avversario sulla testa o sul collo;
- Proiettare l'avversario afferrando solo la testa o agendo sulla cervicale;
- Afferrare intenzionalmente l'abbigliamento dell'avversario per controllarlo;
- Leva al tallone in torsione interna ed esterna (heel hook);
- E' vietato sbattere l'avversario a terra sulla schiena con violenza (ad es da posizione di guardia rialzandosi in piedi per liberarsi o per difendersi da una sottomissione);
- Applicare leve in torsione al collo o alla cervicale;
- Chiave articolare in torsione piede, caviglia, ginocchio;
- Proiettare l'avversario al suolo afferrando solo la testa o agendo sulla cervicale;

### **3) Punteggio:**

#### **Posizioni da 4 Punti:**

- Posizione di monta superiore (Mount position)
- Posizione di monta su schiena con uncini (Back mount)
- Proiezione con atterraggio in posizione dominante (monta, 100kg, backmount). ). Le posizioni dominanti dovranno essere contate 3 secondi prima di essere assegnate altrimenti verrà contata solo la proiezione (2 punti)

#### **Posizioni da 2 Punti:**

- Posizione di ginocchio sullo stomaco (Knee on belly)
- Cross Side / 100 kg
- Takedown (proiezione) termina senza posizione dominante e in guardia o mezza guardia dell'avversario

**Ogni posizione deve essere consolidata per almeno tre secondi per ottenere i punti (conteggio a vista effettuato dall'arbitro).**

**NOTA: andare avanti e indietro tra posizioni già consolidate senza evoluzione nella lotta, non genererà alcun punteggio. Es: da posizione laterale consolidata e conteggiata si ricevono 2 punti, successivamente l'atleta passa a Ginocchio sullo stomaco e consolidata 3 secondi, verranno assegnati altri 2 punti, se l'atleta ritorna in laterale, pur consolidando la posizione, non verrà assegnato ulteriore punteggio.**

### **4) Penalità:**

#### **Sottraggono 1 Punto:**

- Rifiutare la lotta in piedi arretrando o passività, al terzo richiamo
- Bloccare l'avversario in una posizione senza cercare un attacco o finalizzazione o raggiungimento di una posizione dominante per pura perdita di tempo

Se l'atleta o il suo allenatore offendono l'arbitro, l'avversario o l'allenatore avversario sono soggetti entrambi a immediata squalifica.

### **5) Come si vince:**

- Sottomissione e resa dell'avversario (battendo la materassina con braccio o gamba o manifestando verbalmente la resa);
- Ai punti allo scadere del tempo;
- Decisione arbitrale: nel caso in cui un atleta sia impossibilitato a difendersi e/o a manifestare la propria resa o nel caso in cui sia in pericolo di infortunio o di vita, l'arbitro può dar fine all'incontro e proclamare il vincitore;
- Per squalifica dell'avversario, dopo che abbia infranto per due volte le regole. Per gesti estremamente scorretti o violenti la squalifica può anche essere immediata;
- Nel caso di ferita: si sospende il match e si provvede alla cura del ferito e all'eventuale pulizia del tatami. Il match dovrà riprendere entro 5 minuti pena la sconfitta per ferita o, se si ritiene che la ferita sia stata causata intenzionalmente, la squalifica dell'avversario.

- In caso di parità dopo extra round si agirà in questo ordine:
  - 1) Verrà Assegnata la vittoria all'atleta con minori penalità.
  - 2) Si vedrà quale atleta ha conseguito posizioni di maggior valore tecnico.
  - 3) L'arbitro potrà assegnare la vittoria all'atleta che a sua discrezione ha avuto una maggiore attività
  - 4) In caso non sia possibile assegnare la vittoria in base ai tre criteri precedenti, sarà l'atleta che sarà "sopra" a vincere, questo anche in caso di guardia, l'atleta che è sotto, schiena a terra, verrà dichiarato sconfitto, stesso discorso per la mezza guardia.

## **6) Classi di peso:**

- - 65 Kg
- 65 Kg - 70 Kg
- 70 Kg - 75 Kg
- 75 Kg - 80 Kg
- 80 Kg - 85 Kg
- +85

## **7) Durata degli incontri :**

Ogni incontro avrà durata di minuti SEI su un singolo round. Eventuale Extra Round della durata di TRE minuti in caso di parità. In caso di ulteriore parità, per consentire uno svolgimento fluido e senza ritardi per tutta la competizione, la vittoria verrà assegnata a sorte tramite lancio di monetina.

I punti verranno assegnati sin dall'inizio dell'incontro.

# **Classe "A"**

Partecipano a questa categoria tutti gli atleti che hanno un'esperienza nel grappling o tecniche di lotta di grande esperienza superiore ai cinque anni di pratica. Partecipano a questa categoria atleti cinture Viola, Marroni e Nere di Brazilian Jiu Jitsu, Marroni e Nere di Judo. Sono inoltre obbligati a prendere parte a questa categoria tutti i vincitori di almeno due edizioni della "Classe B".

## **1) Tecniche Ammesse**

- Qualsiasi tipo di strangolamento (tranne la presa alla trachea effettuata con la mano);
- Qualsiasi leva alle braccia o chiave articolare a spalla, gomito o polso;
- Qualsiasi leva o chiave in asse o in torsione a caviglia, piede, ginocchio;
- Heel Hook (SOLO PER SUPERFIGHT – Altrimenti Vietata).

## **2) Tecniche NON ammesse:**

- Portare colpi di qualsiasi genere;
- Infilare le dita negli occhi o nella bocca dell'avversario;
- Tirare o afferrare i capelli o le orecchie dell'avversario;
- Mordere, graffiare o pizzicare l'avversario;
- Applicare prese o leve alle dita di piedi o mani;
- Colpire o premere l'area dei genitali;
- Agire con mano, ginocchio o gomito sul viso (triangolo occhi, naso, bocca);
- Usare sostanze scivolose e oleose sul corpo o sugli indumenti;
- Applicare chiavi o leve al collo o alla cervicale (es. Full Nelson o Crucifix lock);

- Spingere intenzionalmente l'avversario fuori dal tatami;
- Proiettare intenzionalmente l'avversario sulla testa o sul collo;
- Proiettare l'avversario afferrando solo la testa o agendo sulla cervicale;
- Afferrare intenzionalmente l'abbigliamento dell'avversario per controllarlo;
- E' vietato sbattere l'avversario a terra sulla schiena con violenza (ad es da posizione di guardia rialzandosi in piedi per liberarsi o per difendersi da una sottomissione);
- Applicare leve in torsione al collo o alla cervicale;
- Proiettare l'avversario al suolo afferrando solo la testa o agendo sulla cervicale;

### **3) Punteggio:**

- Round 1: Si vince unicamente tramite finalizzazione/resa dell'avversario
- Extra Round: solo nel in cui caso non vi sia una finalizzazione nel primo round si svolgerà un round supplementare gli atleti partiranno da 0-0 e, per ogni tecnica che li genera (Vedi punteggio classe B) verranno assegnati i punti relativi
- In caso di parità, in una situazione in cui sia stato generato un punteggio (es 4-4), a vincere sarà l'atleta che per ultimo ha realizzato punteggio.
- Nel rarissimo caso in cui vi sia una parità 0-0, anche dopo il round Extra, il vincitore verrà dichiarato tramite sorteggio.

### **6) Classi di peso:**

- Categoria di peso 1: fino a 72 kg
- Categoria di peso 2: fino a 82 kg
- Categoria di Peso 3: oltre 82 KG

### **7) Durata degli incontri :**

Ogni incontro è suddiviso su **UN** Round della durata di minuti **DIECI**, e un eventuale **EXTRA round** della durata di minuti **SEI**, salvo quanto specificato alla voce "**ECCEZIONI**".

**La decisione del o degli arbitri è sempre insindacabile, sia per classe A che per classe B o Classe C quando presente.**

In caso di FINALE di tappa, L'arbitro potrà decidere di assegnare la parità tra gli atleti che non raggiungessero la finalizzazione entro i due round.

## **GRAPPLING FEMMINILE**

### **1) Regolamento:**

Vale in toto il regolamento indicato per la "CLASSE B"

### **2) Classi di peso:**

- Categoria di peso 1: fino a 65 kg
- Categoria di peso 2: oltre 65 kg

Nel grappling Femminile L'organizzazione, potrebbe riservarsi di non far competere atlete la cui differenza di peso sia superiore a 15 KG per salvaguardia delle atlete stesse.

## **GRAPPLING MINORI**

Rientrano nel grappling minori tutti gli atleti tra i 14 e i 15 anni. Tutti gli atleti con 16 anni COMPIUTI, dovranno partecipare nella Classe B Adulti. Ogni atleta sotto i 18 anni compiuti dovrà comunque presentare all'organizzazione oltre al certificato medico la liberatoria firmata dai genitori o di chi ne fa le veci.

### **1) Regolamento:**

Vale in toto il regolamento indicato per la "CLASSE B"

### **2) Classi di peso:**

- Categoria di peso 1: fino a 65 kg
- Categoria di peso 2: oltre 65 kg

Nel Grappling Minori L'organizzazione, potrebbe riservarsi di non far competere atlete la cui differenza di peso sia superiore a 15 KG per salvaguardia degli atleti stessi.

## **VETERANI**

**I la divisione veterani interessa unicamente gli atleti partecipanti alla CLASSE B (o C se presente), coloro la cui esperienza li colloca in CLASSE A, parteciperanno in quella divisione indifferentemente dall'età.**

Tutti gli atleti che abbiano età superiore ad anni 40, potranno iscriversi nella divisione "VETERANI".

Nel caso in cui non vi siano un minimo di TRE atleti per ogni categoria, verranno comunque abbinati alla categoria di peso di appartenenza nella CLASSE B Adulti.

### **1) Regolamento:**

Vale in toto il regolamento indicato per la "CLASSE B"

### **2) Classi di peso:**

- Categoria di peso 1: fino a 70 kg
- Categoria di peso 2: da 71 kg a 80 kg

Oltre 81 kg (tolleranza inclusa) gli atleti parteciperanno nella CLASSE B Adulti

## Classe "C"

Nel caso in cui non vi sia un numero sufficiente di atleti per formare categorie in classe C gli atleti verranno abbinati nelle rispettive categorie di peso in classe B che diventerebbe, in quel caso a tutti gli effetti una classe C-B unificata.

**La Classe C non sarà applicabile ai VETERANI, alle categorie Femminili e ai Minori.**

### **Regolamento e classi di peso:**

Vale in toto il regolamento e le classi di peso indicato per la "CLASSE B"

Possono prendere parte alla classe C unicamente gli atleti la cui esperienza in una disciplina di lotta sia al MASSIMO pari o inferiore a 1 ANNO E SEI MESI DI PRATICA. Tutti gli altri atleti andranno collocati nelle altre classi a seconda della loro esperienza.

Eventuali adattamenti del regolamento UNICAMENTE per la classe C, per le singole gare organizzate, sono consentiti, purchè non venga stravolto. Gli arbitri che prenderanno parte ad eventi in cui vi fossero state modifiche "ad hoc" per una singola gara dovranno essere al corrente delle modifiche almeno 10 giorni prima dell'evento ed essere d'accordo con esse. Tali modifiche dovranno essere comunicate nel briefing agli allenatori, che loro volta le comunicheranno agli atleti. Per fare un **esempio delle modifiche consentite**: alcuni organizzatori, potrebbero decidere di cambiare la durata degli extra round o decidere vietare alcuni tipi tecniche in classe C. Al fine di seguire una linea unica che porti dalla classe C alla A, non sono consentite aggiunte, o modifiche dei punti o penalità assegnati o delle tecniche che comportano l'assegnazione di punteggio. **Esempio di una modifica non consentita**: Aggiunta di 1 punto per un ribaltamento.

**NOTA:** I vincitori della **CLASSE B** delle gare Regionali o Interregionali, oltre a potersi iscrivere, come tutti, alle gare di Classe B del campionato Nazionale pagando la regolare quota di iscrizione, ma, potranno anche decidere spontaneamente, di iscriversi e provare la Classe A, senza alcuna quota aggiuntiva. In questo caso, i vincitori dei campionati Regionali o Interregionali andranno comunicati al momento dell'iscrizione ad una qualsiasi delle tappe del campionato Nazionale, allegando anche link o risultati della gara Regionale/Interregionale svolta precedentemente.

## ECCEZIONI

Eccezione 1: Solo e unicamente nel caso in cui il numero di iscrizioni non consenta di creare categorie in classe C, gli atleti iscritti alla classe C verranno ricollocati nelle medesime categorie di peso della Classe B che diventerà a quel punto una C-B unificata. Gli atleti iscritti DA SOLI nella rispettiva categoria alla classe C, spostati poi nella C-B unificata PRENDERANNO COMUNQUE I PUNTI per la classe C che faranno classifica per le tappe successive. Quegli atleti che si troveranno in due in categoria, disputeranno la finale classe C e potranno decidere se competere anche in classe B.

Eccezione 2: Nel caso in cui il numero di iscrizioni superi un minimo di 150/170 unità, i tempi di gara della **Classe A** saranno i seguenti: Durata Round: 6 Minuti, durata eventuale Extra Round 3 Minuti.