

## MISTRZOSTWA MMA – KRAJOWA LIGA SPORTU AMATORSKIEGO

### REGULAMIN UCZESTNICTWA I ZASADY WALKI KADETÓW

#### **1. Definicje:**

a) „Mieszane sztuki walki” oznaczają zawody polegające na wykorzystaniu, z zastrzeżeniem wszelkich mających zastosowanie ograniczeń określonych w niniejszych Zunifikowanych Regułach, kombinacji technik z różnych dyscyplin sztuk walki, w tym, bez ograniczeń, chwytania, kopania i uderzania

b) „Zawodnik amatorskiego MMA” to osoba, która bierze udział w walce i posiada zerowy rekord w walkach profesjonalnych w MMA i innych sztukach walki, nie posiada podpisanego kontraktu promotorskiego i nie posiada licencji zawodnika profesjonalnego wydanej przez jakąkolwiek organizację sportów walki. Ewentualne wątpliwość dotyczące możliwości startu zawodnika jako amatora rozstrzyga po weryfikacji Organizator turnieju.

c) „Zawodnik Pierwszego kroku” –jest to zawodnik spełniający kryteria definicji „zawodnika amatorskiego MMA” posiadający nie więcej niż 3 walki amatorskie niezależnie od ich wyniku.

Definicja zawodnika będącego w parterze

- a) Zawodnik, który ma dwie stopy i jakąkolwiek inną część ciała w kontakcie z podłożem, z wyjątkiem dłoni i pięści.
- b) Zawodnik, który leży lub siedzi na macie.

UWAGA!!! Gdy zawodnik ma dwie stopy na macie i jedną lub dwie dłonie (pięści) na macie, dozwolone są stopy oraz kopnięcia w każdą część ciała (poza strefami zakazanymi i przy przestrzeganiu innych wykluczonych technik i uderzeń wymienionych w regulaminie) ponieważ znajduje się w pozycji stojącej, a nie parterowej.

#### **2. Kadeci zgodnie z rocznikiem dzielą się na 3 grupy wiekowe:**

Grupa C – kadeci poniżej 14 roku życia (12 i 13 latki)

Grupa B – kadeci poniżej 16 roku życia (14 i 15 latki)

Grupa A – kadeci poniżej 18 roku życia (16 i 17 latki)

#### **3. Dywizje wagowe dla poszczególnych grup:**

Ważenie zawodników odbywa się w dniu turnieju. Zawodniczki i zawodnicy ważeni są w spodenkach i koszulkach. Niedozwolone jest ważenie bez odzieży. W związku z tym, tolerancja wagowa wynosi 1lbs (454 gramy) poniżej i powyżej limitu danej kategorii wagowej.



W pierwszych dwóch godzinach trwania ważenia, weryfikowane są tylko kategorie wskazane przez organizatora przy publikacji harmonogramu.

Każdy zawodnik ma obowiązek stawić się na weryfikacji nie później niż 2 godziny przed startem kategorii, przy czym weryfikacja kończy się o godzinie 16:00. Tym samym, zawodnicy, których kategorie startują o godzinie 18:00 i później, muszą stawić się na ważeniu do godziny 16:00

### **Grupa C (dziewczynki i chłopcy)**

- 31 kg
- 34 kg
- 37 kg
- 40 kg
- 44 kg
- 48 kg
- 52 kg
- 57 kg
- + 57 kg do max 62 kg

### **Grupa B (dziewczynki i chłopcy)**

- 40 kg
- 44 kg
- 48 kg
- 52 kg
- 57 kg
- 62 kg
- 67 kg
- 72 kg
- + 72 kg do max 77,1 kg

**W obydwu kategoriach młodzieżowych B i C, tylko dla górnych limitów wagi, żaden zawodnik nie może startować z różnicą wagową większą niż 5 kg**

### **Grupa A**

**(mężczyźni)**

Waga słomkowa -52,2 kg



Waga musza -56,7  
kg  
Waga kogucia -61,2 kg  
Waga piórkowa -65,8 kg  
Waga lekka -70,3 kg  
Waga półśrednia -77,1 kg  
Waga średnia -83,9 kg  
Waga półciężka -93,0 kg  
Waga ciężka – 120,2 kg

#### **(kobiety)**

Waga atomowa – 47,7 kg  
Waga słomkowa -52,2 kg  
Waga musza – 56,7 kg  
Waga kogucia -61,2 kg  
Waga piórkowa -65,8 kg  
Waga lekka – 70,3 kg  
Waga półśrednia – 77,1 kg

#### **4. Długość trwania pojedynków**

Grupa A (U18) 1 x 4 minuty + ewntualna dogrywka (4 minuty) przy remisie. Finały rozgrywane są w systemie 3x3 minuty

Grupa B (U16) 1 x 4 minuty + ewentualna dogrywka (4minuty) przy remisie.

Grupa C (U14) 1x 3 minuty + ewentualna dogrywka (3 minuty) przy remisie. We wszystkich turniejach rozgrywane są walki o miejsca 1-3

1 zawodnik w kategorii – zawodnik zostanie poinformowany o braku przeciwników i będzie mógł przepisać się do innej kategorii wagowej (w dniu otrzymania informacji od koordynatora) lub zrezygnować z udziału w turnieju

Do 3 zawodników – turniej rozgrywany systemem kołowym (każdy z każdym)

Od 4 zawodników – turniej rozgrywany systemem pucharowym.

W turniejach pierwszego kroku, walki toczą się zgodnie z poniższymi informacjami:

Grupa A (U18) 1x4 + ewentualna dogrywka (4 minuty) przy remisie

Grupa B (U16) 1x4 + ewentualna dogrywka (4 minuty) przy remisie

Grupa C (U14) 1x3 + ewentualna dogrywka (3 minuty) przy remisie

Każdy zawodnik ma minimum 15 minut przerwy pomiędzy kolejnymi walkami.



## **5.** **Przerwanie pojedynku**

Sędzia w środku oraz lekarz są jedynymi osobami uprawnionymi do wejścia do przebywania w klatce, w każdym momencie pojedynku. Tylko sędzia w środku jest uprawniony do przerywania pojedynku.

## **6. Sędziowanie:**

Wszystkie pojedynki powinien oceniać sędzia w środku oraz trzech sędziowie punktowi.

## **7. System oceniania pojedynku:**

Wszystkie wytyczne dotyczące oceny pojedynku są tożsame z kryteriami jakie stosowane są w sędziowaniu pojedynków Jr i seniorów.

## **8. Ostrzeżenia:**

Zawodnik otrzyma tylko jedno ostrzeżenie w poniższych sytuacjach:

1. Trzymanie lub łapanie siatki
2. Trzymanie przeciwnika za rękawice, spodenki, nagołenniki, rashguardy
3. Za kierowanie równolegle ułożonej do maty dłoni z wyprostowanymi palcami skierowanymi w kierunku twarzy przeciwnika.

## **9. Faule:**

Poniższe czynności uznawane są faule w trakcie pojedynku:

1. Uderzanie głową
2. Próby wydtubania oczu
3. Gryzienie i plucie na przeciwnika
4. Wkładanie palców do ust
5. Ciągnięcie za włosy
6. Rzucanie przeciwnika na głowę lub kark (topienie pala)
7. Uderzanie w kręgosłup (łącznie z kością ogonową) lub tył głowy.
8. Uderzanie i łapanie za gardło
9. Prostowanie palców w kierunku twarzy przeciwnika
10. Uderzanie łokciem (północ-południe)
11. Atak na krocze
12. Atak kolanem lub kopnięciem głowy przeciwnika w parterze
13. Deptanie (Stopming) przeciwnika w parterze
14. Łapanie siatki palcami u rąk lub stóp
15. Trzymanie przeciwnika za rękawice, spodenki, koszulkę, ochraniacze
16. Dźwignie na małe stawy (palce u rąk i stóp)
17. Wyrzucenie przeciwnika poza klatkę
18. Intencjonalne wkładanie palców w jakikolwiek otwór ciała, rozcięcie lub ranę



19. Drapanie, szczypanie, pokrzywka.
20. Bojaźliwość ( unikanie walki, nieustanne wypluwanie ochraniacza na zęby, udawanie kontuzji)
21. Przeklinanie w klatce
22. Rażąco niestosowanie się do instrukcji sędziego
23. Niesportowe zachowanie skutkujące kontuzją przeciwnika
24. Atakowanie przeciwnika po gongu
25. Ingerowanie w przebieg pojedynku przez corner zawodnika
26. Nakładanie jakichkolwiek substancji na głowę lub ciało zawodnika, celem uzyskania przewagi w trakcie pojedynku

## **10. Zakazane techniki:**

1. Uderzenia łokciem
2. Skrętówka na nogę
3. Twister, dźwignia na kark, Can opener, podwójny Nelson (dźwignia z za pleców) i jakiegokolwiek dźwignie i poddania na kark oraz kręgosłup.
4. Uderzanie kolanem na głowę

### **Wyklucza się jakiegokolwiek uderzenia na głowę w grupach kadetów B, C**

#### **Dodatkowe wykluczenia dla poszczególnych grup:**

##### **Grupa C – (U14)**

1. Brak uderzeń kolanami
2. Brak uderzeń w parterze
3. Brak uciskówki na biceps i łydkę
4. Brak dźwigni na nadgarstki
5. Brak poddań na nogi
6. Brak poddań omołata
7. Brak suplexów i wyniesień/rzutów przez ramię
8. Brak gilotyny
9. Brak prostopadłych kopnięć w kolano
10. Brak pedalady
11. Brak nadeptywania

#### **Wszystkie rzuty muszą być wykonywane na wysokości bioder z zachowaniem kontroli głowy i ramion przeciwnika.**

Sędzia powinien umożliwiać wykonywanie technik dozwolonych w sposób ciągły w trakcie walki, jednak nie musi pozwalać na ich domknięcie. Należy przez to rozumieć, że zawodnik złapany w dopuszczalną technikę nie powinien otrzymywać od sędziego takiego samego czasu



na wydostanie się z opresji jak doświadczony senior. Takie rozwiązanie ma na celu dbanie w pierwszej kolejności o bezpieczeństwo i unikanie ryzyka kontuzji najmłodszych zawodników. Powyższe rozwiązanie należy więc rozumieć jako techniczne poddanie, o którym, w wypadku dobrze zastosowanej (zapiętej) techniki decyduje sędzia.

## GRUPA B (U16)

1. Brak uderzeń kolanami
2. Brak uderzeń w parterze
3. Brak uciskówek na biceps i łydkę
4. Brak dźwigni na nadgarstek
5. Brak dźwigni na kolano (dozwolona jest dźwignia prosta na staw skokowy - Taktarov i klucz na stopę na prostej nodze)
6. Brak omopląty
7. Brak suplexów, wyniesień/rzutów przez ramię
8. Brak gilotyny na stojąco
9. Brak prostopadłych kopnięć na kolano
10. Brak pedalady
11. Brak nadepnięć

**Gilotynę można kończyć jedynie w pozycji parterowej.**

## Grupa A (U18)

1. Brak uderzeń kolanami na głowę
2. Brak kopnięć na ciało przeciwnika znajdującego się w parterze.
3. Uderzenia pięścią w parterze tylko na ciało. (Nie dotyczy zawodników pierwszego kroku)
4. Brak uciskówek na biceps i łydkę
5. Brak dźwigni na nadgarstki

## **11. Procedura faulu:**

Dyskwalifikacja może nastąpić na skutek kumulacji fauli lub po jednym rażącym faulu.

Faul skutkujący odliczeniem punktu/ów sygnalizowany jest przez sędziego i odnotowywany na kartach punktowych przez wszystkich sędziów punktowych i sędziego technicznego.

Tylko sędzia w środku może zgłosić faul. Jeżeli nie zostanie on wywołany przez sędziego w środku, sędziowie punktowi nie mają prawa odjąć punktów za faul.

Sfaulowany zawodnik ma do 5 minut by odzyskać gotowość do walki. Ta zasada nie jest stosowana do wszystkich fauli.

W przypadku faulu, sędzia może poprosić o wstrzymanie czasu by sprawdzić czy są widoczne jakikolwiek oznaki kontuzji. Procedura przebiega w następujący sposób:

- 1) Sędzia w środku prosi o czas,



- 2) Sędzia w środku sprawdza stan faulowanego zawodnika,
- 3) Sędzia w środku odsyła zawodnika faulującego do neutralnego narożnika, informuje zawodnika o popełnionym faulu, odejmuje punkt (jeśli podejmie taką decyzję) i informuje o tym fakcie sędziów punktowych i sędziego technicznego.

Jeżeli w parterze, zawodnik będący z dołu popełnia faul, w wypadku gdy uczestnik z góry nie doznał kontuzji, walka jest kontynuowana. Procedura przebiega w następujący sposób:

- 1) Sędzia w środku poinformuje zawodnika z dołu o popełnionym faulu,
- 2) Po zakończeniu rundy, sędzia w środku dokona oceny faulu i poinformuje o decyzji obydwu narożniki, sędziów punktowych, oraz sędziego technicznego.

## **12. Kontuzje spowodowane prawidłowymi i nieprawidłowymi ciosami:**

### **Po prawidłowym ciosie:**

Jeśli kontuzja jest na tyle poważna, że uniemożliwia dalszą walkę, kontuzjowany zawodnik przegrywa przez TKO.

### **Po faulu:**

Jeśli kontuzja powstała w czasie walki w wyniku dozwolonej techniki jest na tyle poważna, aby przerwać pojedynek, kontuzjowany zawodnik przegrywa przez techniczny nokaut.

Kontuzje po faulach zamierzonych:

Jeśli kontuzja powstała w czasie walki w wyniku umyślnego, według oceny sędziego ringowego, faulu jest na tyle poważna, aby przerwać pojedynek, zawodnik, który faulował przegrywa przez dyskwalifikację.

Jeśli kontuzja powstała w czasie walki w wyniku umyślnego, według oceny sędziego ringowego, faulu pozwala sfaulowanemu zawodnikowi na kontynuowanie pojedynku, sędzia ringowy informuje osobę odpowiedzialną za karty sędziowskie o odjęciu dwóch punktów na kartach zawodnika, który popełnił faul.

Jeśli kontuzja powstała w czasie walki w wyniku umyślnego, według oceny sędziego ringowego, faulu pozwala sfaulowanemu zawodnikowi na kontynuowanie pojedynku, jednak w późniejszym czasie nie pozwala mu na dalszą walkę, kontuzjowany zawodnik wygrywa przez techniczną decyzję, jeśli do tego momentu prowadził na kartach sędziowskich. Jeśli kontuzjowany zawodnik remisował lub przegrywał na kartach sędziowskich w momencie przerwania walki, walka zostaje uznana za techniczny remis.

Jeśli zawodnik dozna kontuzji próbując sfaulować rywala, sędzia ringowy nie podejmuje żadnej akcji na korzyść zawodnika, a kontuzja jest traktowana tak jakby powstała w wyniku dozwolonej akcji.



Kontuzje po faulach nieumyślnych:

Jeśli kontuzja powstała w czasie walki w wyniku nieumyślnego, według oceny sędziego ringowego, faulu jest na tyle poważna, aby natychmiast przerwać pojedynek, walka zostaje uznana za no contest jeśli zostanie przerwana przed upływem dwóch rund w trzyrundowym pojedynku lub przed upływem trzech rund w pojedynku pięciorundowym.

Jeśli kontuzja powstała w czasie walki w wyniku nieumyślnego, według oceny sędziego ringowego, faulu jest na tyle poważna, aby natychmiast przerwać pojedynek, walka zostaje uznana za techniczną decyzję na korzyść zawodnika, który prowadził na kartach punktowych w momencie przerwania pojedynku, tylko wtedy, gdy przerwanie pojedynku miało miejsce po zakończeniu dwóch rund w pojedynku trzyrundowym i trzech rund w pojedynku pięciorundowym.

Nieskończone rundy w przypadku sytuacji opisanej w drugim podpunkcie punktu c) nie będą punktowane

Jeśli dojdzie do kontuzji opisanej w drugim podpunkcie punktu c), a sędzia ukarze jednego z zawodników odjęciem punktów, punkty te muszą być odjęte od końcowego wyniku.

**Protokoły i kryteria odjęcia punktów dla kadetów są tożsame z tymi dla Juniorów i Seniorów.**

### **13. Wymagania medyczne dla zawodników:**

Wszyscy zawodnicy muszą przejść badania medyczne i testy dopuszczające do udziału w zawodach, zgodnie z tymi wymaganiami przez MMA Polska.

#### **Badania przed turniejem:**

Zawodnicy przed turniejem muszą spełniać wymagania odnośnie badań medycznych zgodnie z poniższymi przepisami:

1. Rozporządzenie ministra zdrowia z 27 lutego 2019 roku zmieniające rozporządzenie w sprawie świadczeń gwarantowanych z zakresu ambulatoryjnej opieki specjalistycznej zostało opublikowane w Dzienniku Ustaw RP 28 lutego 2019 roku (pozycja 397).
2. Rozporządzenie ministra zdrowia z 27 lutego 2019 roku w sprawie trybu orzekania o zdolności do uprawiania danego sportu przez dzieci i młodzież do ukończenia 21. roku życia oraz zawodników pomiędzy 21. a 23. rokiem życia zostało opublikowane w Dzienniku Ustaw RP 28 lutego 2019 roku (pozycja 396).
3. Rozporządzenie ministra zdrowia z 27 lutego 2019 roku zmieniające rozporządzenie w sprawie kwalifikacji lekarzy uprawnionych do wydawania zawodnikom orzeczeń lekarskich o stanie zdrowia oraz zakresu i częstotliwości wymaganych badań lekarskich niezbędnych do





uzyskania tych

orzeczeń zostało opublikowane w Dzienniku Ustaw RP 28 lutego 2019 roku (pozycja 395).

4. By móc wziąć udział w turnieju wszyscy zawodnicy muszą dodatkowo przejść przez testy medyczne przeprowadzane na miejscu przez lekarza zawodów (ogólne badanie lekarskie).

**Kadeci grupy A** muszą dostarczyć wyniki badań na Żółtaczkę typu B (Hepatitis B, HBsAg), Żółtaczkę typu C (Hepatitis C, HCVsAb) oraz na HIV (p24 antygen i HIV 1+2 antyciała). Wyniki badań nie mogą być starsze niż 6 miesięcy od dnia zawodów. Kadeci z grupy B i C nie przechodzą badań krwi. Badania dostarczane są w formie drukowanej. W przypadku stwierdzenia podrobienia wyników, zawodnik jest automatycznie dyskwalifikowany, a po zakończeniu turnieju, Organizator podejmie decyzję w sprawie dalszego zawieszenia zawodnika w organizowanych przez siebie zawodach.

5. Badanie od lekarza medycyny sportowej, lekarza rodzinnego lub innego lekarza posiadającego uprawnienia medycyny sportowej ABC potwierdzające brak przeciwwskazań do uprawiania MMA zgodnie z obowiązującymi przepisami.

6. Oryginały wykonanych badań należy mieć ze sobą w dniu zawodów, podczas weryfikacji zawodników

7. Wszystkie badania muszą być wykonane w języku polskim lub angielskim

#### **Badania po walce:**

- 1) Od razu po walce, każdy uczestnik powinien przejść badanie sprawdzające jego stan fizyczny. Test medyczny może obejmować dowolne badanie, które uznane zostanie za konieczne.
- 2) Każdy zawodnik, który odmówi testu medycznego po walce, zostanie natychmiast zawieszony do czasu przeprowadzenia dochodzenia w tej sprawie.

### **14. Możliwe rezultaty walki:**

Poddanie przez:

- 1) Odklepanie
- 2) Werbalne poddanie się zawodnika
- 3) Knockout (po ciosach na ciało)

Techniczny Knockout wynikający z:

- 1) Przerwania przez sędziego w środku,
- 2) Przerwania przez sędziego w środku po konsultacji z lekarzem/cornerem
- 3) Przerwania przez sędziego w środku po konsultacji z sędzią stolikowym
- 4) Dyskwalifikacji
- 5) Niestawienia się/ucieczki z pola walki

W trakcie turnieju, z uwagi na brak możliwości orzeczenia remisu, należy w wypadku takiej samej zdobyczy punktowej obydwu zawodników, orzec dogrywkę. Jeżeli w dogrywce jeden z zawodników popełni faul skutkujący odjęciem punktu i uniemożliwiający wskazanie zwycięzcy



na kartach punktowych, należy wyeliminować z dalszej rywalizacji uczestnika, który dopuścił się faulu. Ta zasada dotyczy tylko rund dogrywkowych.

## **15. Technika punktowania:**

Sędziowie powinni brać pod uwagę:

a) Efektywne uderzenie/skuteczne zapasy należy uznać za priorytetowe w ocenianiu rundy. Agresywność powinna być brana pod uwagę tylko gdy sędzia nie dostrzeża żadnej przewagi

jednego z zawodników w efektywnym uderzaniu/skutecznych zapasach. Kontrola ringu powinna być brana pod uwagę tylko, gdy wszystkie inne składowe, w przypadku obydwu zawodników, są równe w 100%.

b) Efektywne uderzenie / skuteczny grappling

- Dozwolone uderzenia, które w sposób natychmiastowy lub poprzez kumulacje uderzeń mogą przyczynić się do zakończenia walki.
- Pojedynczy dozwolony cios, który ma natychmiastowy wpływ na uderzanego przeciwnika jest oceniany wyżej niż kumulacja uderzeń, która wywoła podobny skutek.

c) Pomyślne wykonanie obalenia, próba poddania, zmiana pozycji i osiągnięcie korzystnej pozycji, które w sposób natychmiastowy lub w wyniku kumulacji przybliżają zawodnika do potencjalnej wygranej przed czasem są oceniane wyżej, niż łączny wpływ tych technik nie dający możliwości zakończenia pojedynku przed czasem.

- Na skuteczne obalenie nie składa się tylko zmiana pozycji, ale zapewnienie sobie pozycji do ataku po obaleniu przeciwnika.
- Próby poddania przeciwnika, które widocznie go osłabiają i powodują wyraźne zmęczenie w trakcie obrony i ucieczki, będą oceniane wyżej niż te, z których mógł się łatwo wybronić lub uciec bez zauważalnego zmęczenia.
- Wysokie wyniesienia, mocne rzuty i sprowadzenia, oceniane są wyżej niż wywrócenie lub przyciśnięcie do maty.

d) Powyższe zasady będą kluczowe w przypadku przeważającej większości decyzji dotyczących punktacji danej rundy. Kolejne dwa kryteria powinny być stosowane tylko w przypadku, gdy Efektywne uderzenie/skuteczny grappling są na w 100% identycznym poziomie przez cały czas trwania rundy.

e) Efektywna Agresja:

- Agresywnie podejmowanie próby zakończenia walki. Kluczowym terminem jest „efektywny”. Ściganie przeciwnika bez skutecznego wyniku lub wpływu nie powinno uwzględniać się w ocenach sędziów

f) Kontrola pola walki



- Kontrolę obszaru walki ocenia się poprzez określenie, kto dyktuje tempo, miejsce i pozycję walki.
- g) Wszystkie walki będą oceniane i punktowane przez trzech sędziów punktowych
- h) System 10 punktów będzie standardowym systemem do punktowania walk
- i) Punktowanie rundy 10-10
- Występuje, gdy nie ma możliwości wskazania zawodnika, który w czasie trwania całej rundy, uzyskał jakąkolwiek przewagę nad swoim przeciwnikiem.
  - Punktacja 10 — 10 w MMA powinna być stosowana w wyjątkowych przypadkach i nie może być dla sędziów wymówką, usprawiedliwiającą brak umiejętności dostrzeżenia różnicy pomiędzy zawodnikami w trakcie rundy
- j) Punktowanie rundy 10–9
- Gdy zawodnik nieznacznie wygrywa notując większą liczbę efektywnych ciosów zgodnych z zasadami, technik parterowych i innych
  - Kiedy zawodnik przewalczył rundę w gardzie i żaden z walczących nie miał przewagi w stójce ani w parterze, wygrywa rundę ten, komu udało się obalić przeciwnika w sposób zgodny z zasadami.
  - Runda punktowana 10-9 odzwierciedla wyrównaną rywalizację z niewielką przewagą jednego z rywali
- k) Punktowanie rundy 10-8
- Kiedy zawodnik dominuje w przeważającej części rundy zadając więcej ciosów i stosując więcej technik parterowych
  - Kiedy zawodnik skutecznie neutralizuje ataki swojego przeciwnika nokdaunując go ciosami zgodnymi z zasadami, zagrażając próbami poddań, wyprowadzając efektywne ciosy zarówno w stójce jak i w parterze
  - Punktowanie rundy 10–7
  - Kiedy zawodnik zupełnie dominuje rundę w stójce lub w parterze.
  - Kiedy zawodnik absolutnie neutralizuje działania swojego przeciwnika nokdaunując go ciosami zgodnymi z zasadami, zagrażając próbami poddań, wyprowadzając efektywne ciosy zarówno w stójce jak i w parterze
- l) Punktacja 10-7 stosowana jest w rzadkich przypadkach

## **16. Odwołanie od werdyktu:**

Proces odwołania nie służy do zmiany werdyktu wydanego przez sędziego w środku. Ma on na celu sprawdzenie, czy w trakcie walki nie przeoczono żadnej niedozwolonej akcji, która mogła skutkować zmianą przebiegu pojedynku. Do takich sytuacji zaliczają się niezauważone faule, lub odklepane poddania.

Komisja odwoławcza występuje w składzie:



- sędzia główny
- sędzia ringowy
- jeden z sędziów punktowych
- rozpatruje złożony protest, a jego wynik prezentuje w ciągu 48 godzin od daty przyjęcia protestu

## **17. Sprzęt do walki:**

Każdy zawodnik startujący w turnieju korzysta podczas walki wyłącznie ze sprzętu zaaprobowanego i udostępnionego przez MMA Polska.

Udostępniony sprzęt jest przekazywany na czas walki a następnie, po walce, zdawany wyznaczonym osobom przez zawodnika.

W sprzęcie przekazywanym każdemu zawodnikowi znajdują się:

1. Rękawice do walki w kolorze czerwonym lub niebieskim
2. Ochraniacze na piszczele w kolorze czerwonym lub niebieskim
3. Dla zawodników Grupy A zarówno biorących udział w turnieju jak i w pierwszym kroku – kask chroniący głowę.

Poza udostępnianym zestawem sprzętu, każdy zawodnik zobowiązany jest do posiadania własnego:

1. Ochraniacza na szczękę,
2. Ochraniacza na krocze – dotyczy wszystkich mężczyzn, kobiety mają prawo do rezygnacji z użycia tego ochraniacza.

## **Strój zawodniczy:**

### **Spodenki:**

Każdy zawodnik musi być ubrany w spodenki grapplingowe lub kompresyjne. Muszą one być pozbawione kieszeni, suwaków, guzików i innych elementów nie będących materiałem z którego zostały uszyte. Niedozwolone są zewnętrzne sznurowania, wszystkie sznurki muszą być schowane wewnątrz spodenek.

### **Koszulki:**

Każdy zawodnik, zobowiązany jest do walki w rashguardzie ściśle przylegającym do ciała. Rashguard musi posiadać krótkie rękawy, niedozwolone są rashguardy z długim rękawem.

### **Wyjątki od powyższych zasad:**

Rozumiejąc różne obyczaje kulturowe i zasady jakie wyznaczają różne religie, MMA Polska zezwala każdej zawodnicze na walkę w legginsach i/lub rashguradzie z długim rękawem, zakrywającym ciało. Wymaga to wcześniejszego zgłoszenia do MMA Polska.

### **Obuwie:**

Zawodnicy nie mogą walczyć w obuwiu, niezależnie od jego rodzaju.



## **18. Wygląd zawodnika:**

- a) Każdy zawodnik musi być czysty i wyglądać schludnie
- b) Stosowanie wazeliny / olejków lub jakiegokolwiek innej substancji obcej, w tym między innymi kremów, balsamów lub aerozoli do pielęgnacji, nie może być stosowane na twarz, włosy lub ciało zawodnika
- c) Sędzia lub Cutman powinien usunąć nadmiar olejków lub ciał obcych
- d) Sędzia lub Cutman ustala, czy owłosienie głowy lub twarzy stanowi jakiegokolwiek zagrożenie dla bezpieczeństwa zawodnika lub jego przeciwnika lub będzie zakłócać przebieg zawodów
- e) Zakazane jest noszenie jakiegokolwiek biżuterii w trakcie walki.
- f) Jeżeli na jakimkolwiek etapie turnieju (również po pozytywnym przejściu weryfikacji) lekarz lub Cutman, zauważą u zawodnika zmiany skórne, o etiologii zakaźnej, stanowiące ryzyko transmisji – przeniesienia na drugiego zawodnika, będzie to podstawa do dyskwalifikacji z dalszego udziału w turnieju, a wpisowe nie zostanie zwrócone.

## **19. Pole walki:**

Klatka/Miejsce walki

- a) Rozmiar: Obszar ringu klatki / miejsca walki musi być okrągły lub mieć co najmniej osiem równych boków i nie może być mniejszy niż 20 stóp x 20 stóp i nie większy niż 32 stopy x 32 stopy. Powierzchnia klatki / miejsca walki powinna być wyściełana w sposób zatwierdzony przez komisję, z co najmniej 1 calową warstwą podbicia z pianki. Podbicie powinno rozciągać się poza obszar klatki / miejsca walki i poza krawędź platformy. Obszar klatki / miejsca walki powinien mieć ochronną matę. Nie dopuszcza się żadnych winylowych ani innych plastikowych pokryć gumowych, ani materiałów, które mają tendencję do gromadzenia się w grudkach lub przy krawędziach.
  - b) Siatka: Mata klatki/ miejsca walki powinna być ogrodzona siatką z takiego materiału, który nie pozwoli zawodnikowi wpaść lub przedrzeć się na podłogę lub na widzów; w tym, bez ograniczeń, ogrodzenie z ogniw łańcucha pokryte winylem. Każda metalowa część ogrodzonego obszaru musi być przykryta i wyściełana w sposób zatwierdzony przez komisję i nie może stanowić zagrożenia dla zawodników.
- Ogrodzony obszar musi mieć dwa wejścia, najlepiej po przeciwnych stronach ogrodzonego obszaru.
  - Na siatce ogrodzającej obszar, w którym walczą zawodnicy nie ma prawa znajdować się żadna przeszkoda.



c) Stołek ringowy

typu zatwierdzonego przez Organizatora jest dostępny dla każdego zawodnika. Wszystkie stołki ringowe muszą być dokładnie oczyszczone lub wymienione po każdej walce.

- Odpowiednia liczba stołków lub krzeseł, typu zatwierdzonego przez Organizatora, będzie dostępna dla sekundantów każdego zawodnika w cornerze. Po każdej walce stołki muszą być dokładnie oczyszczone lub wymienione.

d) Do każdego pojedynku, Organizator walki powinien zapewnić cornerowi zawodnika:

- Czyste wiadro na wodę;
- Czystą plastikową butelkę.

## **20. Specyfikacja bandażowania rąk**

a) W kategoriach kadetów B i C nie bandażuje się rąk. Bandażowanie rąk dla kadetów grupy A jest obowiązkowe w walkach finałowych. W szczególnych przypadkach główny Cutman zawodów lub osoba wyznaczona do tego może wyrazić zgodę na ich brak. Sprzęt dostarcza organizator zawodów i składają się na niego:

- Bandaż 2szt, długość 10m/10yd, szerokość 5cm/2inch –służy do zakrycia skóry przed nałożeniem taśmy oraz stworzenie gaz amortyzujących na „kostkach”
- Sztywna taśma długość 13m/13yd, szerokość 2,5cm/1 inch.

b) Obowiązuje zakaz używania innego sprzętu niż przekazany przez Organizatora

c) W walkach finałowych Organizator ma prawo użyć innego sprzętu. Samoprzylepna taśma chirurgiczna / z tlenku cynku powinna być umieszczona bezpośrednio na każdej dłoni w celu ochrony w pobliżu nadgarstka. Paski taśmy mogą być używane między palcami do przytrzymywania bandaży.

d) Kolejność nakładania:

- Bandaż wraz z gazą amortyzującą
- Sztywna taśma

e) bandażowanie rąk musi odbywać się w hali sportowej na której odbywają się zawody

f) Trener lub zawodnik mogą wykonać bandażowanie samodzielnie po czym certyfikowany Cutman MMA Polska musi je sprawdzić i podpisać

g) Pomocne informacje podczas bandażowania:



- Między palcami muszą znajdować się trzy paski zrobione z bandaży lub sztywnej taśmy w celu utrzymania przedniej strony gazy amortyzującej,
  - Środkowa strona dłoni musi być wolna od taśmy oraz bandaży,
  - Przednia strona gazy amortyzującej chroniąca tzw. „kostki” musi być wolna od taśmy nie mniej niż 5cm/2inch od jednego do drugiego końca.
  - Bandażowanie zakończone na przedramieniu nie może wystawać poza rękawice.
  - Bandażowanie rąk musi zakończyć się nałożeniem elastycznej taśmy w kolorze czerwonym lub niebieskim
- Paznokcie zawodnika muszą być krótko obcięte.

h) Po zakończeniu bandażowania rąk, cutman musi podpisać poprawnie wykonanie ww. technik zanim zawodnik założy rękawice

i) Dopuszczone są również owijki bokserskie:

- Zawodnik powinien posiadać swoje owijki (wszystkie kolory dopuszczone), bawełniane lub syntetyczne
- Bez wkładu żelowego
- Długość maksymalnie do 5 metrów
- Szerokość maksymalnie do 5 centymetrów
- 

j) Rękawice nie mogą być nakładane na ręce zawodnika, dopóki Tejpy/owijki nie zostaną zatwierdzone przez komisję / organ regulacyjny gospodarza,

k) Każda rękawica musi być zapieczętowana i zaklejona na czerwono lub niebiesko. Sportowcom nie wolno zdejmować rękawic po zapieczętowaniu, dopóki nie nastąpi walka,

l) Bandażowanie stawów skokowych jest dozwolone tylko w szczególnych przypadkach po konsultacji z głównym Cutmanem zawodów. Bandażowanie musi odbywać się pod obecność Cutmana lub Cutman może wykonać je sam w szatni zawodnika

m) Przyklejanie taśm typu Kinesio Tape jest dozwolone tylko w szczególnych przypadkach po konsultacji z głównym Cutmanem zawodów.

## **21.Zachowanie sekundantów**

a) W narożniku zawodnika może przebywać maksymalnie dwóch sekundantów. Jeżeli przydział sekundantów na klub jest większy, nadal do narożnika jednego zawodnika może wyjść maksymalnie 2 sekundantów

b) Każdy klub ma przypisaną ze względu na ilość zgłoszonych zawodników (do danej edycji turnieju) liczbę sekundantów/trenerów:

- Do 5 zawodników – 2 osoby w teamie



- Od 6 do 10

zawodników – 3 osoby w teamie

- Od 11 zawodników – 4 osoby w teamie

b) Zawodnik ma prawo do korzystania z pomocy sekundantów w czasie walki, podczas przygotowania do walki oraz bezpośrednio po jej zakończeniu

c) W czasie przerwy między rundami do klatki może wejść tylko dwóch sekundantów. W sytuacji, gdy cutman Organizatora wchodzi do narożnika, tylko jeden sekundant może wejść do klatki.

d) Obowiązkiem sekundantów jest dostarczenie dla swojego zawodnika suspensorium oraz ochraniacz na szczękę

e) W czasie trwania walki (rundy) sekundanci muszą przebywać poza podestem klatki Na wyznaczonych miejscach

f) Obowiązkiem sekundantów jest uprzątnięcie narożnika po przerwie między rundami

g) W czasie trwania walki (rundy) sekundantom nie wolno:

- wchodzić na podest klatki
- przechodzić przez liny siatki
- łąpać i szarpać liny, (siatkę)
- poruszać się wkoło klatki
- używać niecenzuralnych słów pod adresem zawodnika lub sędziego
- korzystać z pomocy osób trzecich (nieuprawnionych)
- pomagać fizycznie zawodnikowi bez zezwolenia sędziego

h) W czasie trwania przerwy w walce sekundantom nie wolno:

- przebywać wewnątrz klatki w liczbie większej niż jedna osoba, (w klatce 2 osoby)
- zwracać się bezpośrednio do sędziego ringowego
- przechodzić do narożnika przeciwnej ekipy
- podawać zawodnikowi wspomaganie w postaci stałej (tabletki, pastylki itp.)
- podawać wodę (płynny) w opakowaniu szklanym
- zaszywać i zlepiać rany powstałe w wyniku walki

i) W czasie walki (rundy) sekundantom wolno:

- udzielać wskazówek zawodnikowi dotyczącej przebiegu walki spoza klatki
- przygotować sprzęt do pomocy podczas przerwy (woda, lód itp.)

j) Za nieprzestrzeganie zasad sekundanci mogą być ukarani ostrzeżeniem oraz dyskwalifikacją oraz mogą spowodować ostrzeżenie oraz dyskwalifikację ich zawodnika

- pierwsze ostrzeżenie udzielane jest po pierwszym złamaniu zasad zachowania sekundantów
- trzecie ostrzeżenie oznacza odesłanie sekundanta do szatni,
- kolejne ostrzeżenie oznacza dyskwalifikację zawodnika





- dyskwalifikacja może nastąpić od razu, gdy złamanie reguł zachowania sekundantów bezpośrednio wpłynęło na przebieg walki niekorzystny dla przeciwnika

## **22. Zabezpieczenie medyczne**

a) Podczas zawodów, organizator zapewnia opiekę medyczną lekarza i zespołów ratownictwa medycznego, przez cały okres trwania zawodów -- zakres opieki to pomoc doraźna na miejscu zawodów. Organizator nie bierze odpowiedzialności za urazy które powstały przed i po imprezie, oraz za obrażenia powstałe poza wyznaczonym miejscem organizowanych zawodów. Zabezpieczenie medyczne działa na podstawie: "Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 6 lutego 2012 r. w sprawie minimalnych wymagań dotyczących zabezpieczenia pod względem medycznym imprezy masowej. "

## **23. Informacje dodatkowe:**

- a) Organizator w trakcie trwania turnieju nie odpowiada za rzeczy należące do teamu zawodnika i samego zawodnika pozostawione na terenie obiektu, w którym odbywa się turniej
- b) Zawodnik biorący udział w turnieju musi posiadać ze sobą dokument tożsamości (w wypadku zawodników niepełnoletnich, wymagana jest zgoda rodziców oraz inny dokument potwierdzający tożsamość zawodnika)
- c) Zawodnik biorący udział w turnieju jest wywoływany do stawienia się w klatce przez przedstawiciela Organizatora. Niestawienie się w klatce w ciągu 2 minut od pierwszego wywołania skutkuje dyskwalifikacją zawodnika. W uzasadnionych przypadkach (np. dodatkowa konsultacja medyczna) i po informacji uzyskanej od samego zawodnika lub jego naróżnika, Organizator może podjąć decyzję o dodatkowym czasie dla danego zawodnika na stawienie się w klatce.
- d) Zawodnik biorący udział w turnieju zobowiązany jest do przedstawienia dodatkowego ubezpieczenia NNW obejmującego MMA. Jeżeli zawodnik nie ma możliwości znalezienia ubezpieczenia obejmującego MMA, należy wykupić ubezpieczenie NNW od uderzanych sportów walki, takich jak: Boks, Kickboxing, Muay Thai, K1 lub pokrewne. Jeżeli zawodnicy objęci są klubowym ubezpieczeniem NNW – polisa musi zawierać stronę z wyszczególnionymi danymi zawodnika lub dodatkową stronę z pieczętką agenta ubezpieczeniowego z wyszczególnieniem nazwisk, jakie obejmuje polisa. Polisa musi być wystawiona w języku polskim lub do polisy należy załączyć tłumaczenie przysięgłe na język polski.

