



SVĚTOVÝ VÝBOR BOJOVÝCH UMĚNÍ

AMATÉRSKÁ PRAVIDLA PRO TURNAJE

Verze 4.6 - 2023

Kapitola 5: Grappling / Sportovní Ju Jutsu / MMA Light



© Copyright 2014 (Harald Folladori)
Světový výbor bojových umění

OBSAH

ČÁST 5 - GRAPPLING	2
ČLÁNEK 31 - OBECNÁ PRAVIDLA PRO GRAPPLING.....	4
ČLÁNEK 32. SOUTĚŽ V GRAPPLINGU/SUBMISI (GSC).....	5
ČLÁNEK 33. SPORTOVNÍ JUJUTSU (SJJ).....	14
ČLÁNEK 34. MMA - LIGHT (SMÍŠENÁ BOJOVÁ UMĚNÍ - LIGHT).....	21

Úvod:

Tento soubor pravidel nahrazuje všechna dříve vydaná pravidla a zahrnuje oficiální pravidla WMAC - Amatérské soutěže. Tato pravidla platí pro všechny členové. V případě potřeby však mohou být zohledněny místní požadavky a okolnosti. Oficiálním jazykem IRC je angličtina. IRC může tento soubor pravidel přeložit do jiných jazyků. V případě nesouhlasu však pouze oficiální anglickou verzi. Tento soubor pravidel nesmí být kopírován, zveřejňován ani šířen bez zvláštního písemného povolení WMAC nebo IRC. být provedena. To zahrnuje elektronické, digitální, fyzické a všechny ostatní formy reprodukce. Tento soubor pravidel si můžete zdarma stáhnout ve formátu PDF z oficiálních webových stránek WMAC.

SVĚTOVÝ VÝBOR BOJOVÝCH UMĚNÍ

Mezinárodní pravidla a pokyny



leden 2023

Vážený čtenáři,

S velkým potěšením vydáváme verzi 4.6 pravidel a směrnic Světového výboru bojových umění. Jedná se rozhodně o nejpodrobnější sborník pravidel pro soutěžní turnaje, který je dnes k dispozici, a my jsme hrdí na to, že jej můžeme vydat pro vaše potřeby. Toho bylo dosaženo výhradně díky tvrdé práci a obětavosti jednotlivců z celého světa. Rádi bychom upřímně poděkovali všem jednotlivcům za jejich příspěvek k tomuto podrobnému souboru pravidel.

Všechna tato pravidla a pokyny, které jsou uvedeny v tomto dokumentu, se použijí na akcích schválených WMAC. V takovém případě se od nich nelze odchýlit, s výjimkou výjimečných okolností, a to pouze s písemným souhlasem zástupce rozhodčích (IRC) ve spolupráci s vedoucím rozhodčím akce. Pokyny a rozhodnutí vedoucího rozhodčích týkající se těchto pravidel jsou konečné a závazné. V případě stížností/protestů je jeho rozhodnutí konečné a závazné!

Tento soubor pravidel lze použít i pro nesankcionované akce. V takovém případě musí pořadatel akce do oznámení písemně uvést: "Tato akce je pořádána podle oficiálních pravidel WMAC".

Světový výbor bojových umění se neustále snaží rozvíjet. Neustále pracujeme na vývoji našeho souboru pravidel a jejich šíření na akcích a turnajích. Tento soubor pravidel je třeba zkontrolovat před akcí, abyste s námi mohli projednat případné změny a zapracovat je.

Mit besten Grüßen

Harald Folladori
Světový prezident WMAC

ČÁST 5 - GRAPPLING

ČLÁNEK 31 - OBECNÁ PRAVIDLA PRO GRAPPLING

31.1 ODPOVĚDNOST - Grappling se může stát bezpečným soutěžním sportem pouze tehdy, pokud je k dispozici dobře vyškolený rozhodčí. Musí dobře znát pravidla disciplíny, umět je správně interpretovat a uplatňovat. Toho lze dosáhnout pouze pečlivým studiem pravidel a předpisů a tréninkem v soutěžních podmínkách. Rozhodčí má zodpovědný úkol. Proto mohou být za odborníky v oblasti etikety pravidel považováni pouze ti, kteří se pečlivě seznámili s teorií a praxí pravidel grapplingu.

31.2 Kategorie:

31.2.1 **Pohlaví** - Každá kategorie je rozdělena na muže a ženy.

31.2.2 **Věkové skupiny** - U15, U18, +18, +35 a +45 let

31.2.3 **Třídy pásů** - budou jmenovány v určené události.

31.2.4 **Váhové kategorie** - jsou uvedeny v následující tabulce:

Muži/ženy Muži	Děti U13	NENÍ POVOLENO
Ženy	Junioři U15	-40kg, -45kg, -50kg, -55kg,-60kg, -65kg, -70kg, +70kg
	U15	-40kg, -45kg, -50kg, -60kg, -65kg, +65kg
Muži	Kadeti U18	-45kg, -50kg, -55kg,-60kg, -65kg, -70kg, +70kg
Ženy	U18	-45kg, -50kg, -60kg, -65kg, +65kg
Muži	+18 dospělých	-60 kg, -65 kg, -70 kg, -75 kg, -80 kg, -85 kg, -90 kg, +90 kg.
Ženy	+18	-50 kg, -55 kg, -60 kg,- 65 kg, -70 kg, +70 kg
Muži		+35Veteráni/Mistři-75 kg, -80
Ženy	kg, -85 kg, +85kg	

Váhové kategorie mohou být kombinovány po dohodě s ředitelem turnaje v závislosti na počtu účastníků.

Junioři do 15 let - Pokud není dostatek závodníků pro vytvoření soutěže, mohou být závodníci rozděleni do skupin do 10 kg, například do 30 kg, 40 kg atd.

POZNÁMKA - Vedoucí turnaje má možnost upravit a změnit všechny třídy v závislosti na počtu startujících v jednotlivých kategoriích. K tomu potřebuje předchozí souhlas výboru IRC - WMAC.

31.3 Vážení: viz obecná pravidla

ČLÁNEK 32. SOUTĚŽ V GRAPPLINGU/SUBMISI (GP)

32.1 **Popis** - Kategorie Grappling / Submission byla vytvořena s co nejobtížnějšími pravidly. To umožňuje soutěžit v mnoha různých stylech grapplingu podle společných pravidel. Tento sport je variantou soutěže, ve které sportovec předvádí své fyzické, psychické a technické dovednosti ve snaze znehybnit a tím znehybnit soupeře.

32.2 **Kategorie:**

32.2.1 **Věkové skupiny** - jsou rozděleny takto

Popis	Věkové skupiny
Junioři	U15
Kadeti	U18
Dospělí	
Veteráni	
Mistr	

32.2.2 **Třídy opasků** - Vzhledem k rozmanitosti smíšených bojových umění nemusí barva opasku podle japonského stupně Kyu nebo jiné klasifikace vyhovovat všem. Následující pokyny slouží jako základ pro určení vhodné kategorie účastníka. Zkušenosti účastníků v jejich sportu jsou zahrnuty jako společný faktor pro kategorizaci.

Popis	Zkušenosti s bojovými uměními (v letech)	Opasek WMAC
Začátečníci	1 až 3 roky	Žlutá - modrá
Pokročilí	více než 3 roky	Červená, hnědá
Černý pásek	Různé	Černá

32.2.3 **Váhové kategorie** - jsou popsány v článku 31.2.4.

32.3 **Uniforma** - Každý závodník se musí dostavit vhodně oblečen buď v bojových šortkách a tričku / chrániči (pro no-gi grappling), nebo v čistém, tradičním obleku pro bojová umění (gi/kimono) z bavlny nebo podobného materiálu (pro tradiční grappling), v závislosti na oznámení pořadatele. Materiál nesmí být příliš silný nebo tak těžký, aby překážel soupeři. Barvy v režimu No-Gi-Grappling si můžete libovolně vybrat, v režimu Gi-Grappling mohou být obleky černé, bílé nebo modré. Jiné barvy nebo kombinované barvy v souladu s barvami národního týmu jsou povoleny. Doporučuje se vrchní díl pro Jujutsu nebo Judo.

Sako sahá po stehna a rukávy musí sahát po zápěstí s rukama nataženými dopředu. Opasek, 4 až 5 cm široký a v barvě odpovídající hodnotě, se uváže kolem pasu dvojitým uzlem, který je dostatečně pevný, aby udržel uniformu uzavřenou. Uniformy musí být vyprané a usušené, bez nepříjemných pachů. Sportovci nesmějí soutěžit v roztrhaných dresech, s rukávy nebo kalhotami, které nemají správnou délku, nebo v tričkách pod dresem (s výjimkou ženských kategorií). Pokud je dres sportovce zakrvácený nebo roztržený takovým způsobem, že by to mohlo ovlivnit výsledek zápasu, bude vyzván, aby si jej okamžitě vyměnil, jinak bude zápas považován za prohraný. Sportovci s dlouhými vlasy si je musí svázat jednoduchou sponou. Nehty na nohou a rukou musí být ostříhané nakrátko a čisté. Všechny šperky (prsteny, hodinky, náhrdelníky atd.) musí být odstraněny. Nošení brýlí při soutěži je zakázáno. Během samotného zápasu by měli závodníci nosit barevný pásek pro účely identifikace. Jakýkoli typ obuvi, pokrývek hlavy nebo chráničů, které by mohly ovlivnit nebo ztížit výsledek zápasu, není povolen.

32.4 **Soutěžní oblast** - je popsána v obecných pravidlech 3.3.

32.5 **Vstup do soutěžního prostoru a výstup z něj** - sportovci budou upozorněni, kde mají vstoupit do soutěžního prostoru, a bude jim to umožněno pouze na tomto místě.

Než soutěžící zahájí svůj zápas, rozhodčí zkontroluje, zda jsou všichni rozhodčí a obsluha stolu připraveni. Zkontroluje také, zda se v oblasti nenachází nějaké nečistoty nebo překážky. Pokud je vše podle jeho představ, zvedne ruku a naznačí, že soutěžící mohou začít, jakmile budou připraveni. Nyní by se měli dostat do výchozí pozice.

Před začátkem každého kola se účastníci vzájemně ukloní.

Po skončení zápasu a vyhlášení vítěze se soutěžící ukloní nejprve sobě navzájem a poté rozhodčím, kteří jim úklonu oplatí. Poté soutěžící přistoupí k trenérovi soupeře a poděkují mu. Oplácejí pozdrav. Nakonec sportovci opustí prostor v místě, kde do něj vstoupili.

32.6 **Rozhodčí, rozhodčí a funkcionáři** - Každá třída bude mít stolního rozhodčího, hlavního rozhodčího, který bude řídit zápas, a časoměřiče, který bude měřit čas každého kola. Na soutěž bude dohlížet rozhodčí, který bude sledovat a prosazovat pravidla zápasu. Zdravotnický personál musí být vždy k dispozici a snadno identifikovatelný. Během zápasu nesmí rozhodčí ani žádná osoba u bodovacího stolu hovořit se sportovci.

32.6.1 Úkoly rozhodčího:

Rozhodčí je nejvyšší autoritou na žíněnce a má právo diskvalifikovat soutěžící během zápasu. Jeho rozhodnutí nemůže nikdo zvrátit. Ve zvláštních případech může supervizor akce přezkoumat a zkontrolovat rozhodnutí rozhodčího, pokud bylo nespravedlivé. V případech, kdy je rozhodčí shledán nekompetentním nebo se nadále dopouští zjevných chyb, má dozorčí orgán pravomoc jej nahradit.

Rozhodčí nevede skóre. Rozhodčí je pověřen dohledem nad zápasem. Bude řídit a kontrolovat tempo soutěže, prosazovat pravidla a zajišťovat spravedlivý průběh soutěže. Za tímto účelem bude zahajovat a zastavovat zápas, počítat 10sekundové zadržení, udělovat body ručními signály na výzvy bodovačů a vymáhat tresty.

Rozhodčí musí jasně komunikovat se zapisovatelem a časoměřičem a vyhlásit vítěze každého zápasu. Rozhodčí musí hlasitě a zřetelně oznamovat všechna oficiální rozhodnutí a hlasem a gesty je dávat najevo dotyčnému závodníkovi.

Rozhodčí musí ve všech případech dávat v průběhu soutěže slovní pokyny, zejména když se trest neuplatňuje. Může to být například:

"Zůstaňte na bojišti!" atd.

Pouze rozhodčí může nařídit oddechový čas z následujících důvodů:

- a) Oprava odpojeného nebo prokluzujícího zařízení.
- b) Udělování bodů a trestů, udělování varování.
- c) Zranění sportovce (za účasti zdravotnického personálu)
- d) Porušení pravidel (námitka trenéra nebo nadřízeného).

Během zápasu bude rozhodčí neustále navádět závodníky do středu ringu. V případě, že se závodníci během zápasu pohybují mimo hranice, rozhodčí současně gestem oznámí "ven". Soutěžící musí držet svou pozici bez pohybu. Totéž platí, pokud se 2/3 těla soutěžícího nacházejí mimo oblast žíněnky (hranice). Rozhodčí

může při přesunu sportovců zpět do středu kruhu asistovat jiný rozhodčí. Pokud rozhodčí nemůže sportovce přivést zpět do středu kruhu, budou sportovci přímo vyzváni, aby se vrátili do středu kruhu a pokračovali z tohoto bodu NOVĚ.

Rozhodčí nedovolí, aby do zápasu zasahovaly cizí osoby. Tým první pomoci může být na žíněnce podle rozhodnutí rozhodčího. Když časoměřič dá znamení, že zápas skončil, může rozhodčí udělit bod výhody jednomu ze soutěžících, pokud je zřejmé, že v tomto okamžiku bylo použito údajně úspěšné držení nebo že by taktickým manévrem byla získána převaha. Snímání jsou výjimky. V případě nerozhodného výsledku může rozhodčí rozhodnout o vítězi nebo nařídit prodloužení.

Jakákoli situace, kterou nelze určit podle pravidel, bude ponechána na rozhodčím nebo nadřízeném vyšší úrovně, aby rozhodl.

32.6.2 Úkoly rozhodčího:

Rozhodčí před startem zkontroluje, zda mají sportovci ostříhané nehty, zda jim správně sedí dres a zda jsou zařazeni do správné kategorie.

Během zápasu rozhodčí zajistí, aby všechny postupy byly v souladu s oficiálními pravidly dané kategorie. Pokud se rozhodčí domnívá, že došlo k porušení pravidel, má právo požádat o oddechový čas, aby se mohl poradit s rozhodčím.

Během zápasu může rozhodčí požádat o radu rozhodčího, aby objasnil nejasný výklad pravidel.

32.6.3 Úkoly časoměřiče:

Časoměřiči sedí vedle soutěžního prostoru a po hvizdu rozhodčího spustí/zastaví měření času. Pokud rozhodčí z jakéhokoli důvodu nezavolá time out, časoměřič by měl automaticky zastavit čas a znovu jej spustit na pokyn rozhodčího nebo po obnovení zápasu.

Slovními a vizuálními signály, například vhozením pytle nebo jiného vhodného předmětu do středu soutěžního prostoru, informuje rozhodčího, kdy vypršel čas nebo kdy obdržel formální protest. Čas oficiálně vyprší až ve chvíli, kdy jej rozhodčí ukončí.

32.6.4 Úkoly zapisovatele:

Na stole bude umístěna výsledková tabule, která bude dobře viditelná pro rozhodčího a diváky. Zapisovatel zaznamená počet bodů a trestů udělených závodníkům rozhodčím.

Zapiše výsledky a komentáře do seznamů a vyzve sportovce, včetně těch, kteří se již nacházejí v prostoru soutěže.

Všechny potřebné výsledkové listiny, ruční počítadla, stopky atd. musí být k dispozici na stole před zahájením soutěže.

32.6.5 Gesta:

Rozhodčí provede níže popsaná gesta odpovídající jednotlivým akcím. Při všech gestech rozhodčí zvedne ruku s červenou/modrou páskou na paži podle barvy rohu sportovce, aby ukázal, který sportovec boduje.

Sundání a přehození: Rozhodčí zvedne ruku, aby ukázal barvu bodujícího soutěžícího a skóre 2 nebo 3 podle toho, kolik jich bylo provedeno. Za takedown v soupeřově gardu se připisují 2 body. 3 body se přičítají, pokud dojde k takedownu nebo hodu, který neskončí v soupeřově gardu.

Prolomení chrániče/krytu: Rozhodčí zvedne ruku s příslušným počtem prstů, čímž zaznamená tříbodovou techniku.

Přechod z pozice strážce do pozice jezdce: Rozhodčí zvedne ruku a prsty naznačí tři body.

Kontrovaní z protivníkovy chrániče do pozice na koni: Rozhodčí zvedne paži a prsty ukáže dva body.

Back Mount Hoks/Grapevine (držení zezadu se zaháknutýma nohama): Rozhodčí zvedne ruku a ukáže tři body.

Kolíky/držáky: Když je 75 % zad soutěžícího na podlaze během kontrolní techniky, rozhodčí vyhlásí zadržení (Osae Komi) a odpočítá deset vteřin, poté udělí dva body za sidemount a jeden bod za fullmount.

Podání (kapitulace): Rozhoduje zápas.

Sankce: Rozhodčí zastaví zápas a informuje potrestanou osobu a obsluhu stolu o přestupku. Soupeř obdrží dva body.

Výhody: Rozhodčí signalizuje bod výhody vodorovným pohybem paže v úrovni ramen.

Přerušení zápasu: Rozhodčí zvedne obě ruce do výše ramen.

Přerušení zápasu s oddechovým časem: Rozhodčí drží ruce ve tvaru písmene "T" pro "Time out".

Diskvalifikace: Rozhodčí zvedne zkřížené ruce a pak vyhlásí diskvalifikaci.

Zrušení výsledku: Rozhodčí zvedne ruku, kterou byl výsledek udělen, a mávne rukou.

- 32.7 Bezpečnost soutěžících** - Rozhodčí musí zajistit bezpečnost soutěžících během celého zápasu. Má právo zápas kdykoli přerušit, pokud jednomu ze soutěžících hrozí vážné zranění v důsledku techniky podání (zvedání nebo škrcení). Poté boj končí a vyhrává ten, kdo techniku použil. V případě potřeby přivolá lékařskou službu a nechá ji zkontrolovat, zda se zraněný bojovník může turnaje dále účastnit.

32.8 Čas boje:

32.8.1 U15/18 let: Jedno kolo s nepřetržitou dobou boje trvá dvě minuty.

32.8.2 +18 let: Jedno kolo nepřetržitého boje trvá dvě minuty. Finále 1 čas 3 minuty.

32.9 Počet kol - Do kategorie U18 se jede pouze jedno kolo - 2min ve finále, v kategorii +18 je čas kola 3min!

32.10 Přerušení zápasu - Pouze rozhodčí má právo přerušit zahájený zápas, například v případě porušení pravidel. Hodiny se poté zastaví, dokud rozhodčí nedá pokyn k pokračování zápasu. Může také přerušit zápas na žádost rozhodčího, trenéra nebo jednoho ze závodníků. Pokud žádost o přerušení ovlivní výsledek zápasu, rozhodčí nemusí žádosti vyhovět.

V případě, že se závodník nedostaví do soutěžního prostoru včas s kompletním soutěžním oblečením a vybavením, bude mít přesně 1 minutu na doplnění svého oblečení. Pokud tak neučiníte v této lhůtě, obdržíte mínusové body nebo budete diskvalifikováni.

32.11 Nedovolené techniky - Jakékoli údery pěstí nebo kopání jsou zakázány. Zakázány jsou také techniky tlaku na nervy rukama, koleny nebo lokty v oblasti obličeje, pákové techniky na prsty rukou nebo nohou, kroucení krku nebo podobné techniky a sevření dýchací trubice (stůl). Termíny v levém sloupci znamenají shora dolů: údery/kopance, kontakt s obličejem, páky na prsty/nohy, útoky na páteř, páky na krk, páky na krk zepředu, páky na paty, zvedání z chrániče a narážení do podložky, trojúhelníkové škrcení (sangaku) s tahem za hlavu, páky na pokrčená kolena, útoky na krční páteř, nůžkový hod, škrcení, techniky podání, páky na zápěstí).

Zakázané techniky	Zakázané techniky ve třídách jsou označeny symbolem "X".			
	U15	U18	+18 & +35	
Beat	X	X	X	
Kontakt s obličejem	X	X	X	
Páčky pro prsty a prsty na nohou	X	X	X	
Zadní zámek	X	X	X	
Otáčení krku	X	X	X	
Otáčení krku zepředu	X	X	X	
Háček na patě	X	X	X	
Bití ze stráže	X	X	X	
Trojúhelníková rukojeť s tahem na hlavě	X	X	X	
Uzamkněte kolena ve stejném postoji. Rotace	X	X	X	
Cervikální zámek	X	X	X	
Nůžkové hody	X	X	X	
Choking				
Techniky předkládání				
Zápěstní páka	X	X		

32.11.1 S výjimkou gilotiny nejsou techniky páky na krk povoleny, pokud jsou prováděny pouze jako technika škrcení. Každý, kdo úmyslně použije páku na krk, bude bez předchozího varování diskvalifikován.

32.11.2 Povoleny jsou pákové techniky, jako je "figura 4" (Ude Garami nebo podobné).

32.11.3 Zvedání natažených nohou bez techniky nervových tlakových bodů je povoleno.

32.11.4 Jakékoli pákové nebo škrtící techniky, které jsou nesportovní, jsou používány nekontrolovaně nebo jsou prováděny takovou silou, že mohou způsobit zranění, jsou zakázány.

32.11.5 U mládeže do 15 let rozhodčí v případě pochybností zastaví dobře nastavenou techniku podání ještě před poklepáním, aby zabránil zranění, a udělí body, jako by k poklepání došlo.

32.12 Rozhodnutí zápasu - Neexistuje žádná remíza. Souboje rozhodují:

- 1) Podání (úkol)
- 2) Diskvalifikace
- 3) bezvědomí (musí být viděno a zabráněno rozhodčím) nebo zranění.
- 4) Body
- 5) Výhody

32.12 Podání/úkol:

Vítězství propadnutím nastane, když technika donutí jednoho ze soutěžících propadnout.

Ke vzdání se dochází, když:

1. rozpoznatelné poklepání dlaní na tělo nebo podlahu soupeře,
2. se poklepává nohama, protože rukama to není možné,
3. úkol je signalizován slovně,
4. sportovec se zraní nebo z jiných důvodů není schopen pokračovat v soutěži.
5. rozhodčí přeruší zápas, když je požadována technika podání, aby se zabránilo předvídatelnému zranění,
6. trenér nebo sám zápasník "hodí ručník do ringu",
7. při pokusu o techniku podrobení vydává napadený soutěžící výkřiky bolesti (považované za ekvivalent poklepání).

Rozhodčí přeruší zápas, pokud je jeden ze závodníků zraněn nebo pokud lékařská prohlídka ukáže, že závodník není schopen boje. Pokud zranění nebylo způsobeno úmyslně soupeřem nebo bylo způsobeno porušením pravidel, zraněný soutěžící prohrává.

32.14 Diskvalifikace - Rozhodčí může sportovce diskvalifikovat za závažné přestupky. K tomu může dojít v následujících případech:

1. Soutěžící nebo trenér se slovně vyjadřuje neslušně nebo se chová urážlivě a neuctivě.
2. Kousání, tahání za vlasy, bodání prstů do očí nebo hákování prstů do nosních dírek, úmyslné zraňování pohlavních orgánů nebo úmyslné používání pěstí, nohou, kolen, loktů nebo hlavy ke zranění soupeře nebo získání nespravedlivé výhody.
3. Bojový oděv se během zápasu roztrhne a bojovník nemůže ve stanoveném čase zajistit náhradní oděv.
4. Soutěžící musí mít pod šortkami ještě šortky kvůli riziku poškození nebo sklouznutí šortek dolů. Pokud si v případě poškození nebude schopen ve stanoveném čase obstarat náhradní oblečení, bude diskvalifikován.
5. Soutěžící, který se pokusí vyhnout technice podřízení útekem z podložky, bude okamžitě diskvalifikován. Pokud se ukáže, že útek z žíněnky byl technickou, nikoliv disciplinární chybou, bude soutěžící diskvalifikován pouze v příslušné kategorii, ale může například pokračovat v účasti na turnaji v otevřené třídě nebo v jiných kategoriích.
6. Soutěžící poruší jedno z pravidel uvedených v odstavci 32.11.

32.14.1 **Eskalace:** Diskvalifikace vylučuje soutěžícího z další účasti v turnaji/kategorii. Rozlišuje se však mezi úplnou diskvalifikací z turnaje. Nebo takový, který ovlivňuje bezprostřední konkurenci v dané kategorii.
např. diskvalifikace z důvodu pozdního příjezdu = diskvalifikace v kategorii -
diskvalifikace z důvodu nesportovního chování = diskvalifikace na turnaji.

32.14.1.1 **KATEGORIE Diskvalifikace:** Znamená pouze diskvalifikaci z aktuálního zápasu.

32.14.1.2 **Diskvalifikace:** Znamená vyloučení z celého turnaje nebo dokonce dočasný zákaz účasti v soutěži. To se provádí po konzultaci s nadřízeným.

32.15 Bezvědomí - Pokud jeden z bojovníků upadne do bezvědomí v důsledku techniky (např. škrčení nebo hodů) v souladu s pravidly nebo v důsledku nehody, aniž by soupeř jednal v rozporu s pravidly, soupeř, který upadl do bezvědomí, prohrává zápas. Toto pravidlo však platí pouze v případě, že poražený soutěžící předtím "nevypadl". Rozhodčí musí za všech okolností zajistit bezpečnost soutěžících a pokud možno zabránit tomu, aby došlo k bezvědomí.

32.16 Bodování - Rozhodčí má právo udělovat body, tresty, varování, srážky nebo diskvalifikace.

32.16.1 Pozitivní body - Cílem soutěže je, aby sportovci využili své technické dovednosti a donutili soupeře vzdát se nebo získat bodovou výhodu pomocí čistých kontrolních technik. Pokud se do konce zápasu nikdo předčasně nevzdá, vítězem se stává ten, kdo nasbíral nejvíce bodů.

Bodovací technika	Popis
Třetí varování soupeře	- Při třetím varování získá soupeř varovaného bojovníka dva body. viz článek 33.16.2
Zametání / Zametání	- Pokud někdo v podložce drží soupeře v pozici Guard (sevření nohou) nebo Half Guard (sevření pouze jedné nohy) a podaří se mu otočením dostat do pozice Mount (Tate Shio Gatame), získá za to dva body.
1 až 3 Vezměte si Downs Hodí	- Jakýkoli způsob aktivního sražení soupeře na zem tak, aby dopadl na záda nebo na bok, je hod. V závislosti na kvalitě hodu se udělují jeden, dva nebo tři body (za prosté odstrčení bez hybnosti se uděluje jeden bod. Normální hod se střední dynamikou a rychlostí dává dva body. Velmi dynamické hody s vysokou dynamikou a rychlostí (jako hod Ippon v judu) jsou odměněny třemi body. - Pokud vrhač dopadne mimo soutěžní prostor, ale stále na bezpečnostní plochu, hod se počítá, pokud byl proveden uvnitř soutěžního prostoru (obě nohy vrhače jsou na začátku hodu uvnitř soutěžního prostoru). - Pokud je hod proveden samopádem (např. Tani Otoshi, Yoko Wakare, Tomo). Naga apod.), se započítává pouze úspěšný hod při samopádu.
Kolíky/držáky Držáky/ Kontrolní techniky	- Pokud se bojovníkovi z boční pozice podaří udržet soupeře na zemi po dobu deseti sekund tak, že se 75 % jeho zad dotýká země, jsou za to uděleny dva body (Side-Mount /Yoko-Shiho Gatame/Kami-Shio Gatame). - Počítání deseti vteřin se zastaví, když se poražený osvobodí. nebo se může otočit tak, že se 75 % zad nedotýká země déle než jednu sekundu.

	Mount	<ul style="list-style-type: none"> - Pozice v sedě znamená, že bojovník ovládá svého soupeře ležícího na zemi tím, že na něm sedí nebo leží tak, že se jeho vlastní nohy dotýkají země na obou stranách. Za tento úkol se udělují tři body. - Nezáleží na tom, zda je soupeř v poloze vleže nebo vleže. Bojovník nahoře může ležet na jedné ze soupeřových paží, nikdy však na obou. - Tato technika se také počítá jako pozice v sedle, pokud má na zemi pouze jedno koleno nebo jednu nohu nebo kontroluje soupeře kolenem přitisknutým na břicho nebo hrudník. - Žádné body se neudělují, pokud jsou nohy nebo chodidla horního koně na nohách dolního koně. - Když soutěžící použije trojúhelníkovou techniku (Sangaku) ze stráže, otočí soupeře a dostane se do pozice na koni, jedná se o přehození (tj. ne tři, ale pouze dva body).
3	Předání stráže Uvolnění z ortézy na noze	<ul style="list-style-type: none"> - Ti, kterým se podaří vyprostit se z komory na nohy a ihned poté použít chvat, za to dostanou tři body. - Pokud je pak ovládací poloha podržena alespoň deset sekund, jsou k dispozici další dvě polohy. <p>nebo tři body - podle toho, zda se jedná o boční nebo plnou montáž.</p>
	Zadní úchyt / háky Držadla zezadu	<ul style="list-style-type: none"> - Úchop zezadu znamená, že ležíte na zádech nebo na boku a držíte soupeře zezadu jednou nebo oběma rukama kolem krku a nohama ho objímáte kolem těla. Aby však bylo možné získat bod, musí být vlastní nohy "zaháknuté" mezi nohama (dotýkají se vnitřní strany stehna patou nebo lýtkem). - Teprve poté jsou uděleny tři body. Pokud je jedna ze soupeřových paží použita také se svorkou na noze. <p>Pokud jsou obě ramena pevná, není to na škodu výsledku. Pokud jsou naopak obě ruce zahmuty do zámku nohou, nejsou uděleny žádné body.</p>

32.16.1.1 Pokud soutěžící úmyslně opustí pozici, za kterou mu byly uděleny body, a okamžitě se na ni vrátí, nebudou mu uděleny žádné další body.

32.16.1.2 Pokud soutěžící zaujme jednu z výše uvedených pozic, zatímco jeho soupeř použil techniku podání, body se neudělují. Body se udělují pouze v případě, že technika podání byla zcela zablokována. Příklad: pozice nahoře, zatímco soupeř použil gilotinu. Pokud je však technika podání použita takovým způsobem, že není vidět, že je úspěšná, je hodnocena boční nebo plná vazba.

32.16.2

Sankce - Při prvním použití nelegální techniky obdrží uživatel varování. Při druhém varování bude soupeři připsán jeden bod a při třetím varování bude soupeři opět připsán jeden bod. Po třetím napomenutí může rozhodčí udělit přímou diskvalifikaci za jakékoli další porušení pravidel.

Sankce	Porušení	Popis
Varování	Vyhýbání se boji	- Je proti pravidlům, aby soutěžící v zápase ve stoje používal žíněnku. záměrně opouští povrch žíněnky tím, že se plazí nebo se válí po podlaze, aby se vyhnul boji nebo získal čas.
	Vyhýbání se jakékoli činnosti	- To je v rozporu s pravidly, pokud jeden z bojovníků zabrání této činnosti tím, že si svlékne části bojového oděvu, nebo to umožní soupeři, aby dosáhl přerušení boje a získal čas na odpočinek.
2 trestné body	Klekněte si na kolena	- Pokleknutí je povoleno pouze v případě, že byl soupeř předtím uchopen za účelem použití techniky.
	Blokáda - Strategie	- Není dovoleno, aby soutěžící pouze blokoval souboj tím, že drží svého soupeře, a sám se nepokoušel skórovat.
Diskvalifikace	3. Varování	- Při třetím pokusu o spáchání nesrovnalosti je hráč Soupeř dva body.
	Po 3. Varování	- Po třetím napomenutí má soupeř právo v případě dalšího napomenutí diskvalifikace za jakékoli porušení pravidel.
	Přehnaná drsnost	- Hromadné použití síly není povoleno, pokud jde daleko za tento rámec, které je nezbytné k dosažení skóre nebo jehož cílem je způsobit soupeři zranění. Diskvalifikace bude provedena okamžitě a bez varování.
	Neúcta/nesportovní chování	- Za takové přestupky je rozhodčí oprávněn vyhlásit okamžitou diskvalifikaci.

32.17 Výhody - Výhoda = je dosažena, když bojovník použije techniku, ale neprovede ji čistě a úplně (např. při házení), nebo když dostane soupeře pod masivní tlak technikou podání, ale nakonec s ní nedosáhne soupeřova vzdání.

32.17.1 Výhody díky vyřazení (hodům) - bojovníkovi se podaří viditelně vyvést soupeře z rovnováhy a téměř ho odhodit.

32.17.2 Výhody při ochraně (výztuha nohy):

1. Výhodu může mít osoba nahoře, pokud vyvíjí masivní tlak na osobu dole tím, že se snaží osvobodit a téměř se jí to podaří, nebo donutí osobu dole, aby přešla z guard (plné sevření nohou) do half guard (sevřená pouze jedna noha).
2. Ten, kdo je dole, může být zvýhodněn, pokud se mu téměř podaří otočit soupeře na záda nebo pokud na soupeře vyvine silný tlak použitím páky nebo škracení.

32.17.3 Výhody při použití techniky předkládání: Ten, kdo čistě použije techniku podání a vážně a slibně se pokusí donutit soupeře, aby se vzdal, získá za to výhodu.

32.17.4 Pokud je na konci normální doby zápasu skóre **nerozhodné**, je povinností rozhodčího rozhodnout zápas na základě následujících bodů výhod:

1. Výhoda díky aktivitě: Výhoda je přiznána za útočnější styl boje (například časté pokusy o použití technik házení, kontroly nebo podání) nebo za to, že jeden z bojovníků neustále zatlačuje druhého do defenzivy.
2. Výhoda při hodů: Výhoda je udělena za to, že jeden z hráčů jasně vyvedl druhého z rovnováhy hodem (ale bez dokončení hodu).
3. Výhoda díky činnosti v terénu: Výhodu má ten, kdo v boji na zemi převezme iniciativu a dostane tak soupeře pod tlak.

32.18 Popis nezákonných technik

Ve všech třídách:

- 1) Žádné údery a kopy,
- 2) Žádný kontakt rukou, nohou, kolen, čela nebo loktů s obličejem soupeře,
- 3) Žádné pákové techniky na malých kloubech, jako jsou prsty na rukou nebo nohou.
- 4) Žádné páčky na páteř nebo krk, žádné páčky na patu,
- 5) Žádné zvedání soupeře z chrániče a následné naražení na podložku,
- 6) při technice trojúhelníkového škrčení netlačit hlavu dolů,
- 7) Žádné pokrčení kolen (zvedání rovných nohou je povoleno!),
- 8) Žádné pákové techniky nebo škrčení nesportovním způsobem nebo takovou silou, že hrozí akutní riziko zranění.

Mladší 15 let

- 1) Žádná technika podání

ČLÁNEK 33. SPORTOVNÍ JIU JUTSU (SJ)

33.1 Popis soutěže - Termín "Jujutsu" byl původně používán pro označení kompletního systému samurajských bojových umění (beze zbraně) ve feudálním Japonsku. Dříve, současně nebo později, byly podobné systémy pro třídu válečníků vyvinuty i v jiných zemích. Od počátku 20. století se potřeba rytířského boje zblízka stále více snižuje. Neozbrojená sebeobrana se však nadále pěstovala a rozvíjela jako sport. Dnes se pod pojmem "sportovní jujutsu" rozumí soutěžní sport, v němž mohou sportovci prokázat své fyzické a psychické schopnosti i technické dovednosti tím, že donutí soupeře vzdát se.

33.2 Kategorie:

32.2.1 **Věkové skupiny** - jsou rozděleny takto:

Popis	Věková skupina
Junioři	U15
Kadeti	U18
Dospělí	+18
Veteráni	+35
Mistr	+ 45

33.2.2 **Třídy opasků** - Vzhledem k rozmanitosti smíšených bojových umění nemusí barva opasku podle japonského stupně Kyu nebo jiné klasifikace vyhovovat všem. Následující pokyny slouží jako základ pro určení vhodné kategorie účastníka. Zkušenosti účastníků v jejich sportu jsou zahrnuty jako společný faktor pro kategorizaci.

Popis	Bojová umění	Zkušenosti na adrese	Opasek WMAC
Začátečníci	1 až 3 roky		Žlutá - modrá
Pokročilé	Více než 3 roky		Červená, hnědá
Černý pásek	různé		Černá

33.2.3 Váhové kategorie

Muži/ženy	U13	NENÍ POVOLENO
Muži	U15	-40kg, -45kg, -50kg, -55kg,-60kg, -65kg, -70kg, +70kg
Ženy	U15	-40kg, -45kg, -50kg, -60kg, -65kg, +65kg
Muži	U18	-45kg, -50kg, -55kg,-60kg, -65kg, -70kg, +70kg
Ženy	U18	-45kg, -50kg, -60kg, -65kg, +65kg
Muži	+18	-60 kg, -65 kg, -70 kg, -75 kg, -80 kg, -85 kg, -90 kg, +90 kg.
Ženy	+18	-50 kg, -55 kg, -60 kg,- 65 kg, -70 kg, +70 kg
Muži	Veteráni/ Mistři	-75 kg, -80 kg, -85 kg, +85 kg

Ženy	Veteráni/ Mistři	-60 kg,- 65 kg, -70 kg, +70 kg
------	------------------	--------------------------------

33.3 Uniforma - Každý sportovec musí být vhodně oblečen do čistého tradičního obleku pro bojová umění (nebo kimona gi) z bavlny nebo podobného materiálu. Materiál nesmí být příliš silný nebo tak těžký, aby překážel soupeři. Barvy mohou být černá, bílá nebo modrá. Jiné barvy nebo kombinované barvy jsou povoleny v souladu s barvami národního týmu. Doporučuje se vrchní díl pro Jujutsu nebo Judo. Sako sahá po stehna a rukávy musí sahat po zápěstí s rukama nataženými dopředu. Opasek, 4 až 5 cm široký a v barvě odpovídající hodnotě, se uváže kolem pasu dvojitým uzlem, který je dostatečně pevný, aby udržel uniformu uzavřenou. Uniformy musí být vyprané a usušené, bez nepříjemných pachů. Sportovci nesmějí soutěžit v roztrhaných dresech, s rukávy nebo kalhotami, které nemají správnou délku, nebo v tričkách pod dresem (s výjimkou ženských kategorií). Pokud je dres sportovce zakrvácený nebo roztržený takovým způsobem, že by to mohlo ovlivnit výsledek zápasu, bude vyzván, aby si jej okamžitě vyměnil, jinak bude zápas považován za prohraný. Sportovci s dlouhými vlasy si je musí svázat jednoduchou sponou. Nehty na nohou a ruce musí být ostříhané nakrátko a čisté. Všechny šperky (prsteny, hodinky, náhrdelníky atd.) musí být odstraněny. Nošení brýlí při soutěži je zakázáno. Během samotného zápasu by měli závodníci nosit barevný pásek pro účely identifikace. Jakýkoli typ obuvi, pokrývek hlavy nebo chráničů, které by mohly ovlivnit nebo ztížit výsledek zápasu, není povolen.

33.4 Oblast soutěže - je popsána v článku 3.3.

33.5 Vstup do soutěžního prostoru a výstup z něj - sportovci budou upozorněni, kde mají vstoupit do soutěžního prostoru, a bude jim to umožněno pouze na tomto místě.

Než soutěžící zahájí svůj zápas, rozhodčí zkontroluje, zda jsou všichni rozhodčí a obsluha stolu připraveni. Zkontroluje také, zda se v oblasti nenachází nějaké nečistoty nebo překážky. Pokud je vše podle jeho představ, zvedne ruku a naznačí, že soutěžící mohou začít, jakmile budou připraveni. Nyní by se měli dostat do výchozí pozice.

Před začátkem každého kola se účastníci vzájemně ukloní.

Po skončení zápasu a vyhlášení vítěze se soutěžící ukloní nejprve sobě navzájem a poté rozhodčím, kteří jim úklonu oplátí. Poté soutěžící přistoupí k trenérovi soupeře a poděkují mu. Oplácejí pozdrav. Nakonec sportovci opustí prostor v místě, kde do něj vstoupili.

33.6 Soudci, rozhodčí a funkcionáři - viz 32.6

33.6.1 Úkoly rozhodčího - viz 32.6.1

33.6.2 Povinnosti rozhodčího - viz 32.6.2

33.6.3 Úkoly časoměřiče - viz 32.6.3

33.6.4 Úkoly držitele bodu - viz 32.6.4

33.7 Bezpečnostní vybavení:

Obecně: Používání ochranných pomůcek, jako jsou schválené chrániče rukou a nohou, holení, dásní a třísel, je povinné. Ochranné prostředky s drsným povrchem nebo poškozené ochranné prostředky nejsou povoleny, stejně jako ochranné prostředky obsahující kovové nebo tvrdé plastové části.

33.7.1 Ochrana hlavy. Ochrana hlavy je povinná ve všech kategoriích.

33.7.2 Chrániče rukou - Všechny plochy, které jsou při úderu v kontaktu se soupeřem, musí být pokryty středně tvrdou pěnovou vrstvou o tloušťce nejméně 4 OZ (cca 1,7 cm). Chrániče rukou musí být vhodné jak pro box, tak pro techniky grapplingu (rukavice MMA).

33.7.3 Chrániče nohou - nárt i spodní část holeně musí být vycpány vrstvou středně tvrdé pěny o tloušťce nejméně 1,7 až 2,5 cm. Suché zipy musí spolehlivě držet.

Pokud se závodník nedostaví na soutěžní plochu se správným a kompletním ochranným vybavením, bude mu poskytnuta jedna minuta na výměnu nebo doplnění vybavení. V opačném případě obdržíte mínusový bod nebo budete diskvalifikováni.

33.8 Bezpečnost závodníků: Rozhodčí je povinen zajistit bezpečnost závodníků za všech okolností. V případě potřeby požádá o radu zdravotníky/lékařský personál, aby rozhodl, zda je soutěžící schopen soutěžit nebo pokračovat.

33.9 Čas boje:

33.9.1. Černé pásy bojují jedno kolo (3 minuty) bez přerušení.

33.9.2. Sportovci do hnědého pásu včetně bojují jedno kolo (2 minuty) bez přerušení. Zápas nebude přerušen kvůli vyhlášení výsledků.

33.10 Přerušení času: Pouze rozhodčí má právo přerušit zahájený zápas. Učiní tak, pokud dojde k porušení pravidel. Čas bude poté zastaven, dokud rozhodčí nedá pokyn k pokračování. Může také přerušit zápas na žádost jednoho ze závodníků, trenéra nebo rozhodčího. Nemusí tak však učinit, pokud to ovlivní výsledek zápasu.

33.11 Povolené cíle útoku: Sportovní jujutsu je řízený kontaktní sport (lehký kontakt). Lehký kontakt znamená, že úder zasáhne pouze povrch oděvu nebo ochranného vybavení, aniž by soupeři způsobil bolest. Povolnými oblastmi zásahu jsou čelo a boky hlavy, oblast hrudníku, solární plexus, žebra a břicho.

33.12 Nepřípustné cíle útoku: Údery pěstí nebo kopy se nesmí zasahovat obličej, temeno lebky a zátylek, krk, páteř, ledviny, oblast pohlavních orgánů a všechny klouby. Údery pod pás jsou zakázány. Nízké kopy nejsou povoleny, ale jsou povoleny výpady nohou v úrovni kotníků. Během "grapplingu" (= když se soupeři chytí) nejsou ve stoje ani na zemi povoleny žádné údery ani kopy.

33.13 Povolené techniky: Je povoleno provádět údery nohou (údery kotníkem). Všechny kontrolované údery, kopy, hody, držení, škracení nebo pákové techniky jsou povoleny za předpokladu, že jsou použity k útoku na výše uvedené povolené cíle. Lehký kontakt na hlavu je povolen, rozhodčí si musí být vědom rozdílu mezi lehkým a plným kontaktem.

33.14 Zakázané techniky: Údery hlavou, tahání za vlasy, škrábání, kousání, údery loktem nebo kolenem, údery prsty, údery nebo kopy bez vizuální kontroly, kopy na bojovníka ležícího na zemi, údery na hlavu v leže na zemi, kopy na nohy, páky na prsty a krk a háky na paty nejsou povoleny z důvodu rizika zranění, stejně jako pákové techniky na malé klouby, jako jsou prsty na ruku nebo nohu.

Junioři - U juniorů se započítávají pouze kontrolní techniky (chvaty). Škracení a páky jsou zakázány.

33.15 Skóre:

Body	Techniky	Popis
1	Údery	- Čistě provedené údery nebo kopy do povolených cílů. Abyste mohli být zasaženi údery do těla pro získání bodu musí být proveden maximální povolený kontakt. Na hlavě se body udělují pouze za zásahy s lehkým kontaktem. Nicméně, pro techniky, které hlavu, aby bylo poznat, že útočník - pokud by chtěl - může také zasadit tvrdý úder.
	Kopy do Tělo	- Za kop do hlavy se udělují dva body. Údery pěstí nebo kopy do obličeje nejsou povoleno. Bod se uděluje také za kopy na tělo (nad linii pásu).
	Nejedinečné zásahy	- Za sérii bezvýsledných setkání je pouze jeden bod.
2	Kopy do hlavy. Hodí	hlavy- Kontrolované kopy na hlavu s lehkým kontaktem nebo na chránič - Jakýkoli hod, při kterém házející dopadne do chrániče házeného. - Jakýkoli záběr, při kterém je pachatel ve střehu.
	Takedowny	- Jakýkoli záběr, při kterém je pachatel ve střehu. - Jakýkoli záběr, při kterém je pachatel ve střehu. - Jakýkoli záběr, při kterém je pachatel ve střehu.
	Obraty	- Za každý odvrácený hod, který dopadne na polovinu házejícího.
	10 sekundový kolík	- Chvaty, při kterých lze soupeře ležícího na zádech držet po dobu nejméně deseti sekund. vteřin je kontrolován.
Zadržení	- Zadržení oznámí rozhodčí zvednutím paže a zvoláním "Hold Down" nebo "Osae Komi" (v tomto okamžiku začíná běžet desetisekundový časový limit). - Pokud se během zadržení ozve zvuk gongu (jako signál pro konec zadržení), je třeba, aby se pravidelnou dobu boje), musí mít držící soupeř možnost vteřin a získat za něj skóre.	
3	Hodí	- Hody, při kterých se házející nenachází přímo v ochranném kruhu házejícího. pozemky
	Takedowny	- Přivedení na místo, kde se pachatel nenachází přímo ve střehu. Vyhozené pozemky
	Zadní háčky	- Úchop zezadu = soupeř je držen na zemi zezadu, fixací oblasti krku jednou nebo oběma rukama a sevřením těla soupeře nohama. Pro získání bodu musí být paty "zaháknuty" mezi nohama soupeře, tj. vnitřní strany nohou musí být "zaháknuty" mezi nohama soupeře. stehen se dotýkají.
	Obraty	- "Otočení" z držení (osoba, která původně ležela dole, pak leží nahoře). a kontroluje svého soupeře)
Více	Kombinovaná přívalová vlna	- Série zdvihů / kombinace zdvihů
Srážky	Sankce	- Při udělení "trestu" se od trestu odečtou dva body. Pokud se z technických důvodů nezobrazí na výsledkové tabuli. je to možné, připsují se místo toho dva body soupeři.
Victory	Podání Úkol	- Aby se zabránilo hrožícímu zranění nebo bezvědomí (v případě škrcení), rozhodčí zápas přeruší. Tím se zápas ukončí Rozhodnuto (technický K.O.)

33.15. 1 Výhoda - Výhodný počet bodů se použije, pokud je zápas na konci základní hrací doby nerozhodný, aby se tímto způsobem určil vítěz.

33.15.1.1

Výhoda v boji na zemi - při použití zámku na noze.

- 1) Osoba nahoře získává výhodu tím, že přechází do ofenzivy a snaží se prolomit soupeřův guard a podaří se jí například donutit osobu dole, aby se vzdala plného uzamčení nohou (guard) a uzamkla pouze jednu nohu (half guard). Výhoda je také přiznána, pokud je pokus o uvolnění tak prudký, že osoba na spodní straně může držet nožní zámek jen s velkou energií.
- 2) Osoba na spodku získává výhodu, pokud může přejít z dolní do horní pozice (sweep) nebo pokud může použít páku či škrcení takovým způsobem, že se proti němu soupeř musí masivně bránit. Aby se přehození počítalo pouze jako výhoda, musí osoba na spodním okraji.

Ležící osoba si otevře ortézu na noze.

33.15.1.2 **Pokus o techniku podřízení** Za výhodu se považuje přiblížení se k technice podřízení v kombinaci s pokusem o vynucení úkolu.

33.15.2 Energie **potřebná k dosažení skóre:**

33.15.2.1 Lehký kontakt znamená, že útok na povolené cíle nezpůsobuje žádnou bolest a/nebo zranění. Tento typ kontaktu je povolen při útocích na hlavu (pouze proti boku a čelu, bez kontaktu na obličej).

33.15.2.2 Nadměrný kontakt: Kontakt, který je zřetelně tvrdší, než je nutné k získání bodů, nebo technika podání s úmyslem způsobit zranění, se trestá okamžitou diskvalifikací. Nadměrný kontakt se pozná podle následujících reakcí, ačkoli záleží na posouzení rozhodčího:

- 1) Úmysl zranit nekontrolovaným použitím techniky
- 2) Viditelný otřes hlavy v důsledku úderu
- 3) viditelný otok nebo jiné známky vnějšího zranění - V případě krvácejícího nosu není důvodem k trestu krvácející nos, ale zasažení nepřipustného cíle (obličeje), které je z něj rozpoznatelné.

33.15.3 Automatické vítězství:

33.15.3.1 Jakákoli technika podání, která donutí soupeře vzdát se, znamená automaticky vítězství.

33. 15.3. 2 Vyšší skóre na konci řádné hrací doby znamená vítězství.

33.15.4 Co je to technika podání? Pokud se bojovník vzdá (poklepe) v důsledku páky nebo škrčení, jedná se o podání. Pokud je bojovník po hodu neúmyslně zraněn a po deseti vteřinách nemůže pokračovat v boji, považuje se to za podání. Podvolení se znamená automatické vítězství.

33.15.5 Definice "úchopu": Podmínky pro úchop umožňují soutěžícímu držet soupeře jakýmkoli přípustným způsobem ve stoje po dobu maximálně deseti sekund, aby mohl zahájit hod. Pokud během těchto deseti vteřin nedojde k žádnému hodu, musí být zadržení uvolněno (na pokyn rozhodčího). Vnější rozhodčí začne počítat 30 vteřin pro boj na zemi, když jsou oba soutěžící v poloze na zemi po použití povolené techniky. Soutěžící mohou během zápasu několikrát přejít z boje ve stoje do boje na zemi.

Bojovníci mohou skórovat nejen hody, ale také protichvaty, chvaty nebo technikami podání. Po uplynutí 30 sekund pro boj na zemi jsou bojovníci odděleni a musí pokračovat v boji ve stoje. Pokud je před koncem této doby použita technika kontroly nebo podání, která vypadá slibně, je na rozhodnutí rozhodčího, kdy boj na zemi zastaví.

Platí absolutní zákaz útoků na krk. V kategoriích U15 nejsou povolena škrčení ani páky, u dětí je cílem ovládat soupeře pomocí chvatů. Pokud je soutěžící sražen k zemi kvůli nedovolené technice, druhý soutěžící nedostane body.

Pokud je udělen trestný bod v době, kdy soutěžící bojují na zemi, záleží na pozici a průběhu zápasu, zda rozhodčí zápas zastaví, nebo nechá pokračovat, aby mohly být trestné body zobrazeny později, až se soutěžící vrátí do zápasu ve stoje. Pokud se situace v boji na zemi "zasekla" a oba účastníci již aktivně nebojují, může rozhodčí boj na zemi zastavit i před uplynutím 30 sekund a vrátit účastníky do stoje.

33.15.6 Důvody pro udělení trestných bodů: Varování nebo tresty se udělují, když:

- 1) techniky jsou prováděny s nepřiměřenou tvrdostí,
- 2) jsou napadány nedovolené cíle (kopy do kolena jsou trestány jako příliš tvrdý kontakt),
- 3) jsou používány nezákonné techniky,
- 4) "Mat escape" se snaží vyhnout boji,
- 5) padá na zem, aby se vyhnul útoku,
- 6) boj pokračuje i po výzvě k zastavení,
- 7) neopatrný nebo bezohledný útok (bez ohledu na to, zda dojde ke kontaktu),
- 8) se bude chovat neuctivě k úředníkům nebo bojovníkům.
- 9) se chová nesportovně

33.16 Druhy trestů - Rozhodčí má právo kdykoli potrestat soutěžícího napomenutím, odečtením bodů nebo diskvalifikací. Platí následující pokyny:

Porušení předpisů	Popis	Trest
1.	drobné přestupky	Varování
	Nadměrná hrubost (neúmyslná) minus hrubost nebo kop kolennem (úmyslný)	1 bod Diskvalifikace
2. (Stejný trestný čin)	Neuctivé nebo nesportovní chování	Diskvalifikace
	drobné přestupky	1 bod minus
2. (Jiný trestný čin)	Nadměrná hrubost nebo kopnutí kolennem	Diskvalifikace
	drobné přestupky	Varování 1 bod minus
3.	Nadměrná hrubost, kopnutí kolennem	minus
	Nadměrná hrubost nebo kopnutí kolennem (úmyslné) Neúcta nebo nesportovní chování	diskvalifikace
	Při čtvrtém přestupku = diskvalifikace.	Diskvalifikace

33.17.1 Varování za tvrdý kontakt - Pokud rozhodčí uděluje varování za tvrdý kontakt, měl by to udělat jasně a tak, aby to soutěžící a rozhodčí slyšeli. Měl by například říct: "Pokud ještě jednou udeříš nebo kopneš takhle silně, budeš diskvalifikován. Rozumíš?" Než umožní pokračovat v zápase, měl by počkat, až varovaná osoba vezme toto prohlášení na vědomí.

33.17.2 Jak se odečítají body? Pokud technický systém neumožňuje odečtení bodů, body se připisují soupeři. Nebo po 2. napomenutí 1 minusový bod, 3. napomenutí 2. minusový bod maximálně 3 možná napomenutí = 4. napomenutí automaticky DISKVALIFIKACE.

33.18 Diskvalifikace - Pokud je soutěžící diskvalifikován, může být vyloučen z další účasti v celém turnaji. Proto by se diskvalifikace měly rozlišovat na méně závažné a závažné takto:

33.18.1 KATEGORIE Diskvalifikace: platí pouze pro aktuální kategorii.

33.18.2 Diskvalifikace z turnaje: znamená diskvalifikaci na celý turnaj nebo dočasný zákaz účasti v soutěži, na kterém se dohodne ředitel turnaje s federací odpovědnou za danou oblast nebo zemi.

Jakýkoli trest by měl být udělen velmi jasně a v přítomnosti bojovníků a funkcionářů, protože může vést k diskvalifikaci!

ČLÁNEK 34. MMA - LIGHT - SMÍŠENÁ BOJOVÁ UMĚNÍ - LIGHT (MMA-L)

34.1 Popis soutěže - Soutěžní disciplína WMAC "MMA Light" zanechává velké množství

Pravidla umožňují používat techniky grapplingu (hody, chvaty atd.), stejně jako údery a kopy. Pravidla umožňují používat techniky grapplingu (hody, chvaty, páky, škrčení atd.), stejně jako údery a kopy. Tato soutěž tak umožňuje sportovcům s velmi rozdílným zázemím v bojových uměních změřit své dovednosti bezpečným a kontrolovaným způsobem. Nejvyšší prioritou v MMA Light je bezpečnost sportovců.

Základem je boj v Kick Light (viz článek 34.16). V tomto bojovém sportu, který umožňuje kromě úderů a kopů také grappling, by se neměla upřednostňovat žádná z těchto různých bojových technik. Proto technika podání nevede k brzkému vítězství, protože kvůli lehkému kontaktu není možné rozhodnout zápas údery nebo kopy "knockoutem" (KO).

Příklady průběhu amatérských lehkých zápasů MMA:

1. Závodník je od přírody specializovaný na údery a/nebo kopy, a proto bude bodovat především těmito technikami a zároveň se bude snažit nedat soupeři šanci použít techniky grapplingu. Přesto je možné, že se grapplerovi podaří donutit bojovníka, který se specializuje na údery a kopy, aby se jednou vzdal jedinou technikou podání (páka/úder) krátce před koncem zápasové doby. Přesto zápas nevyhraje, protože jeho soupeř předtím získal výrazně více bodů údery a kopy ve světle kopů.
2. Bojovník, který se specializuje na údery a kopy, je znovu a znovu házen a nedaří se mu získat body na svou stranu jasnými zásahy. Grappler má tedy jasnou převahu v boji ve stoje i na zemi, a proto zápas vyhrává.
3. Ve vyrovnaném souboji vyhrává ten, kdo nasbíral více bodů.

34.2 Kategorie:

34.2.1 Věkové skupiny - jsou rozděleny takto:

Popis	Věková skupina
Junioři	U15
Kadeti	U18
Dospělí	+18
Veteráni	+ 35
Mistr	+ 45

34.2.2 Třídy opasků - Vzhledem k rozmanitosti smíšených bojových umění nemusí barva opasku podle japonského stupně Kyu nebo jiné klasifikace vyhovovat všem.

Následující pokyny slouží jako základ pro určení vhodné kategorie účastníka. Zkušenosti účastníků v jejich sportu jsou zahrnuty jako společný faktor pro kategorizaci.

Popis	Bojová umění	Zkušenosti na adrese	Opasek WMAC
Začátečníci	1 až 3 roky		Žlutá - modrá
Pokročilí	Více než 3 roky		Červená, hnědá
Černý pásek	různé		Černá

34.2.3 Váhové kategorie - viz Všeobecná pravidla (čl. 14)

Muži/ženy	U13	NENÍ POVOLENO
Muži	U15	-40kg, -45kg, -50kg, -55kg, -60kg, -65kg, -70kg, +70kg
Ženy	U15	-40kg, -45kg, -50kg, -60kg, -65kg, +65kg

Muži	U18	-45kg, -50kg, -55kg, -60kg, -65kg, -70kg, +70kg
Ženy	U18	-45kg, -50kg, -60kg, -65kg, +65kg

Muži	+18	-60 kg, -65 kg, -70 kg, -75 kg, -80 kg, -85 kg, -90 kg, +90 kg.
Ženy	+18	-50 kg, -55 kg, -60 kg, -65 kg, -70 kg, +70 kg

Muži	Veteráni/ Mistři	-75 kg, -80 kg, -85 kg, +85 kg
Ženy	Veteráni/ Mistři	-60 kg, -65 kg, -70 kg, +70 kg

34.3 Uniforma - Každý soutěžící musí být vhodně oblečen v čistých šortkách a tričku/chrániči. Ve výjimečných případech může rozhodčí povolit nošení pláště, pokud to nemá negativní vliv na průběh zápasu. Sportovci s dlouhými vlasy si je musí svázat jednoduchou gumičkou.

34.4 Soutěžní plocha - kruh/oktagon nebo žíněnka o rozměrech nejméně 6 x 6 metrů.

34.5 Vstup do soutěžního prostoru a výstup z něj - sportovci budou upozorněni, kde mají vstoupit do soutěžního prostoru, a bude jim to umožněno pouze na tomto místě.

Než soutěžící zahájí svůj zápas, rozhodčí zkontroluje, zda jsou všichni rozhodčí a obsluha stolu připraveni. Zkontroluje také, zda se v oblasti nenachází nějaké nečistoty nebo překážky. Pokud je vše podle jeho představ, zvedne ruku a naznačí, že soutěžící mohou začít, jakmile budou připraveni. Nyní by se měli dostat do výchozí pozice.

Před začátkem každého kola se účastníci vzájemně ukloní.

Po skončení zápasu a vyhlášení vítěze se soutěžící ukloní nejprve sobě navzájem a poté rozhodčím, kteří jim úklonu oplátí. Poté soutěžící přistoupí k trenérovi soupeře a poděkují mu. Oplácejí pozdrav. Nakonec sportovci opustí prostor v místě, kde do něj vstoupili.

34.6 Rozhodčí, rozhodčí a funkcionáři - Zápas bude řídit rozhodčí a nejméně 2 rozhodčí. Jedním z nich by měl být rozhodčí. Stejně tak musí být u stolku rozhodčích umístěn časoměřič, který měří čas každého kola. Na průběh zápasu bude dohlížet rozhodčí, který bude dohlížet na dodržování pravidel zápasu. Zdravotnický personál musí být vždy k dispozici a snadno identifikovatelný.

34.6.1 Úkoly rozhodčího:

Rozhodčí je nejvyšší autoritou na bojišti a má právo diskvalifikovat účastníky během zápasu. Vedle rozhodčího je nejvyšší autoritou. Ve zvláštních případech může trenér protestovat u vedoucího soutěže a napadnout rozhodnutí rozhodčího, pokud nebylo v souladu s pravidly. V případech, kdy je rozhodčí shledán nekompetentním nebo se nadále dopouští zjevných chyb, je rozhodčí po konzultaci s dozorčím orgánem oprávněn jej nahradit.

Na průběh zápasu dohlíží rozhodčí. Jako asistenty má dva externí soudce. Řídí a kontroluje tempo soutěže, prosazuje pravidla i všechny tresty a zajišťuje spravedlivý průběh soutěže. Za tímto účelem zahájí a ukončí zápas, spočítá 10 sekundových chvatů a přímo udělí body za všechny body v grapplingu (hody, chvaty, podání atd.). Rozhodčí ukazuje prsty body, které mají být uděleny. Tyto body zaznamenávají pomocí klikerů také dva externí rozhodčí, kteří počítají všechny údery a kopy nezávisle na sobě, stejně jako v kickboxu.

Rozhodčí musí jasně komunikovat se zapisovatelem a časoměřičem a vyhlásit vítěze každého zápasu. Rozhodčí musí hlasitě a zřetelně oznamovat všechna oficiální rozhodnutí a dávat je hlasem a gesty najevo příslušným sportovcům. Rozhodčí musí nosit barevné pásky na ruce nebo zápěstí, aby bylo zajištěno, že jím udělené body budou přiřazeny k příslušnému rohu soutěžících. (Nebezpečí záměny)

Rozhodčí by měl v každém případě v průběhu soutěže dávat ústní pokyny, zejména pokud se trest neuplatňuje. Může to být například: "Žádný příliš tvrdý kontakt!" nebo "Zůstaň v bojovém prostoru!" apod.

Oddechový čas může nařídít pouze rozhodčí, a to z následujících důvodů:

- a) Oprava odpojeného nebo sklouzlého zařízení.
- b) Udělování bodů a trestů, udělování varování.
- c) Zranění sportovce (za účasti zdravotnického personálu)
- d) Porušení pravidel (námitka trenéra nebo nadřízeného).

Během zápasu rozhodčí neustále navádí závodníky do středu ringu. V případě, že se závodníci během zápasu pohybují mimo hranice, rozhodčí současně s gestem oznámí "ven". Soutěžící musí držet svou pozici bez pohybu. Totéž platí, pokud se 2/3 těla závodníka nacházejí mimo žíněnku (nebo provazy ringu). Rozhodčímu může při přesunu sportovců zpět do středu kruhu pomáhat jiný rozhodčí.

Pokud není možné vrátit sportovce zpět do středu kruhu, budou sportovci vyzváni, aby se vrátili přímo do středu kruhu a pokračovali z tohoto místa.

Rozhodčí nedovolí, aby do zápasu zasahovaly cizí osoby. Tým první pomoci může vstoupit na žíněnku. Když časoměřič dá znamení, že zápas skončil, může rozhodčí udělit jednomu ze soutěžících bod výhody, pokud je zřejmé, že v tomto okamžiku byl použit údajně úspěšný takedown nebo že by taktickým manévrem byla získána převaha. Výjimkou jsou odběry.

V případě remízy rozhodne o vítězi rozhodčí nebo nařídí prodloužení.

Jakákoli situace, kterou nelze určit podle pravidel, bude ponechána na rozhodčím po konzultaci s vedoucím jako rozhodovatelem.

34.6.2 Povinnosti rozhodčího:

Před zahájením soutěže rozhodčí zkontroluje, zda je výstroj správná, nehty ostříhané nakrátko, uniforma správně sedí a barva a stupeň opasku jsou vhodné pro daný zápas.

Během zápasu rozhodčí zajistí, aby všechny postupy byly v souladu s oficiálními pravidly dané kategorie. Pokud se rozhodčí domnívá, že došlo k porušení pravidel, má právo vyhlásit oddechový čas, během kterého se poradí s rozhodčím.

V průběhu zápasu může rozhodčí požádat o radu rozhodčího, aby objasnil nejasný výklad pravidel.

34.6.3 Úkoly časoměřiče:

Časoměřiči sedí vedle soutěžního prostoru a po hvizdu rozhodčího spustí/zastaví měření času. Pokud rozhodčí z jakéhokoli důvodu nezavolá time out, časoměřič by měl automaticky zastavit čas a znovu jej spustit na pokyn rozhodčího nebo po obnovení zápasu.

Za měření času je zodpovědný časoměřič. Časoměřič slovními a vizuálními signály, například vhozením pytle nebo jiného vhodného předmětu do středu soutěžního prostoru, informuje rozhodčího, kdy vyprší čas nebo kdy obdrží formální protest. Čas oficiálně vyprší až po výzvě rozhodčího nebo MR.

34.6.4 Úkoly zapisovatele:

Výsledková tabule je umístěna na stole ve vodorovné poloze a je dobře viditelná pro rozhodčího a diváky. Zapisovatel zaznamená počet bodů a trestů udělených závodníkům rozhodčím.

Zaznamenává výsledky a komentáře do seznamů a vyzývá sportovce, včetně těch, kteří se již nacházejí v soutěžním prostoru.

Všechny potřebné výsledkové listiny, ruční počítadla, stopky a požadované pomůcky musí být k dispozici na stole před zahájením soutěže.

34.7 Ochranné pomůcky:

34.7.1 Obecně - Používání ochranných pomůcek, jako jsou schválené chrániče rukou a nohou, chrániče holení nebo nártů, chrániče úst a třísel, je povinné. Ochranné prostředky s drsným povrchem nebo poškozené ochranné prostředky nejsou povoleny, stejně jako ochranné prostředky obsahující kovové nebo tvrdé plastové části (viz Kick Light).

34.7.2 Pokrývka hlavy - Pokrývka hlavy není povinná, ale může být nošena za předpokladu, že se jedná o zápasnickou pokrývku hlavy, která NESKLOUZÁVÁ a neovlivňuje nepříznivě průběh zápasu (např. neustálým sklouzáváním apod.) nebo typ zapínání představuje riziko uškrcení.

34.7.3 Chrániče rukou - Všechny oblasti, které jsou při úderu v kontaktu se soupeřem, musí být pokryty minimálně 1,7 cm silnou, středně tvrdou pěnovou vrstvou Rukavice MMA s min. 6 OZ. Chrániče rukou musí být vhodné jak pro box, tak pro úchopové techniky.

34.7.4 Chrániče nohou - nárt i spodní část holeně musí být vycpány středně tvrdou pěnou o tloušťce nejméně 1,7 cm (komerčně dostupné chrániče holení a nártu). Suché zipy musí spolehlivě držet. Povolena je také ochrana nohou při kickboxu.

34.7.5 Chrániče kolen - Chrániče kolen mohou být z bezpečnostních důvodů dobrovolně nošeny po celou dobu zápasu, pokud nemohou způsobit újmu soupeři.

Pokud se soutěžící dostaví do bojového prostoru bez dostatečných nebo povolených ochranných pomůcek, bude mu poskytnuta jedna minuta na to, aby se odpovídajícím způsobem vybavil. Pokud tak neučiní, bude potrestán minusovými body nebo dokonce diskvalifikován pro daný zápas. To platí i pro nedostavení se - pokud je třikrát vyzván a nedostaví se k zápasu, dostane 1 minutu na to, aby se dostavil, pak mu bude udělen 1. minusový bod a po 2 minutách další minusový bod. Po třech minutách nenastoupení bude závodník diskvalifikován.

34.8 Bezpečnost soutěžících. Je odpovědností rozhodčího expezit rozhodčího, aby zajistil bezpečnost bojovníků v průběhu celého zápasu. V případě zranění vyhledá podle potřeby lékařskou pomoc, zda může soutěžící pokračovat v zápase. Rozhodčí nesmí zrušit rozhodnutí lékařského personálu. Lékařský čas je maximálně jedno kolo.

34.9 Čas soutěže

34.9.1 Všichni bojovníci +18 bojují 2minutové kolo s nepřetržitou akcí. Finále 1 o 3 min.

34.9.2 Soutěžící U15/U18 bojují dvouminutové kolo s nepřetržitou akcí. Závěrečná také 1 čas 2 min.

34.10 Přerušení času: Pouze rozhodčí nebo MR a lékař mají právo přerušit započatý zápas. Učiní tak, pokud dojde k porušení pravidel. Čas bude poté zastaven, dokud rozhodčí nedá pokyn k pokračování. Může také přerušit zápas na žádost jednoho ze závodníků, trenéra nebo rozhodčího. Nemusí tak však učinit, pokud to ovlivní výsledek zápasu.

34.11 Povolené cíle útoku: MMA Light je řízený kontaktní sport v režimu kick light. Lehký kontakt znamená, že úder zasáhne pouze povrch oděvu nebo ochranného vybavení, aniž by došlo ke zranění soupeře. Je to tedy přední část těla, stejně jako boky, hlava vpředu a na boku, stehna a kotník = noha zamést povoleno hit povrch.

34.11.1 Povolené údery a kopy: totožné s Kick Light plus KOPACÍ TECHNIKY !

Údery	Popis
Ruční techniky	na hlavu i na přední část těla od ramen až k pasu.
	Na stranu horní části těla
	k nohám
	Stojící soutěžící může udeřit rukou soutěžícího ležícího na zemi, zasáhnout nohy a ne život ohrožující cíle na těle. (neplatí pro bojovníky třídy U15)
	Soutěžící ležící na zemi se může stojícího soutěžícího dotknout v kterémkoli bodě. povolené cíle. (neplatí pro bojovníky mladší 15 let)
Kopy	na přední straně těla od ramen k pasu.
	na stranu horní části těla
	v boji ve stoje na vnitřní i vnější stranu stehen.
	Stojící soutěžící může vyzvat pouze svého soupeře, který leží na zemi proti Kopání do vnější strany nohou. (neplatí pro bojovníky mladší 15 let)
	Soutěžící ležící na zemi se může stojícího soutěžícího kdykoli dotknout. přípustné cíle, ale zasáhnout pouze ručními technikami. (neplatí pro bojovníky mladší 15 let)
Trhání kolen	Bojovník ležící na zemi může ze strážného používat nohy a ruce.
	Kopy patou/kolenem zasáhněte soupeřovu stranu těla.
	Povoleny jsou také údery kolenem na vnitřní a vnější stranu stehen.
	k horní části těla (vpředu) povoleno

34.12.1 Údery/kopance nejsou povoleny:

- 1) Žádné úmyslné nárazy.
- 2) Žádné údery kolenem do hlavy
- 3) Žádné údery loktem, žádné tahání za vlasy, žádné škrábání nebo kousání, žádné šťouchání prstem do očí, žádné strkání do hlavy, žádné tahání za uši, žádné "Techniky rybářského háčku" (např. háček do nosních dírek, očního důlku apod.).
- 4) zákaz chytání soupeřových rukavic (vlastní rukavice lze chytat).
- 5) Žádné údery nebo kopy do hrtanu (také žádný "dráp" do průdušnice nebo tepen na krku).
- 6) žádné "štípání
- 7) Žádné údery ani kopy do ledvin
- 8) žádné útoky na genitálie nebo přímé údery či kopy do kloubů nebo páteře.
- 9) Žádné "dupání" (kopy patou) ze stoje proti bojovníkovi ležícímu na zemi.
- 10) žádné kopy, když jsou oba bojovníci na zemi.
- 11) Žádné údery plochou ruky
- 12) žádné zkroucené údery bekhemdem a údery předloktím.

POZOR: Ve třídě U15 se nesmí provádět žádné údery na zemi nebo ze země, pouze techniky grapplingu. (Za jakýkoli přestupek bude okamžitě udělen minusový bod a za opakovaný přestupek bude soutěžící diskvalifikován.

34.13 Grappling a submisivní techniky:

34.13.1 Povolené techniky grapplingu a podání:

- 1) Všechny takedowny a hody v Jujutsu, Judu a Zápase (kromě 34.13.2).
- 2) Všechna podání (s výjimkou viz 34.13.2)

34.13.2 Grappling a techniky podání nejsou povoleny:

- 1) Žádné hody, při kterých soupeř dopadá na hlavu nebo krk (např. Supplex).
- 2) žádné páčky na malých kloubech (např. páčky na prstech rukou, nohou nebo zápěstí).
- 3) žádné páky na krk (např. gilotina může být provedena pouze jako čistá technika škrcení !)
- 4) Žádné háky na patě nebo zkroucené koleno či nohu.
- 5) Je zakázáno házet soupeře mimo soutěžní prostor.

34. 13Výstraha/trest za úmyslné opuštění soutěžního prostoru:

- 1) Za úmyslné opuštění bojového prostoru bude uděleno varování. Žádný trest nebude udělen, pokud soutěžící náhodně opustí žíněnku během techniky nebo je aktivně vytlačen soupeřem.
- 2) 1. napomenutí = žádný odpočet, 2. napomenutí = minus 1 bod, 3. napomenutí = minus 1 bod a 4. napomenutí = DISKVALIFIKACE.
- 3) Úmyslné opuštění bojového prostoru s cílem vyhnout se podání bude mít za následek diskvalifikaci.
- 4) Úmyslné vyhození z ringu bude mít rovněž za následek diskvalifikaci.

34.15 Skóre:

Body	Techniky	Popis
1	Ruční techniky	<ul style="list-style-type: none"> - jasné zásahy údery do povolených cílů (pro získání bodů za zásah do těla je nutné dosáhnout maximální povolené tvrdosti). - V případě bodovaných úderů musí být rozpoznatelné, že účinkující má také efekt. by dosáhl, kdyby mohl udeřit v plném kontaktu. Údery v pozici na zemi se hodnotí pouze tehdy, pokud by mohly mít účinek při plném kontaktu. Příklad: Stávky bez skutečné výpady do strany nebo dozadu se nebudují!
	Techniky pro kolena	<ul style="list-style-type: none"> - jasné zásahy údery kolenem do povolených cílů (s výjimkou úderů kolenem do otevřeného těla, které jsou hodnoceny výše, viz níže). - V případě kopů kolenem musí být rozpoznatelné, že účinkující dosahuje také interpret. kdyby je mohl provádět v plném kontaktu. Údery kolenem do hlavy nejsou povoleny!
	Kopy	<ul style="list-style-type: none"> - Všechny kopy na povolené cíle kromě kopů ve výskoku, které jsou hodnoceny vyšším počtem bodů. - V případě bodovaných kopů musí být rozpoznatelné, že účinek má i interpret. by dosáhl, kdyby je mohl provádět v plném kontaktu.
2	Kopy	<ul style="list-style-type: none"> - Všechny kopy na tělo (kromě kopů na tělo). - Head, které jsou hodnoceny výše, viz níže). - Kopy kolenem do otevřeného těla. - Jakýkoli způsob aktivního sražení soupeře na zem tak, aby dopadl na záda nebo na bok, je hod. V závislosti na kvalitě hodů se udělují jeden, dva nebo tři body (za prosté odstrčení bez hybnosti se uděluje jeden bod. Normální hod se střední dynamikou a rychlostí dává dva body. Velmi dynamické hody s vysokou dynamikou a rychlostí (jako hod Ippon v judu).
	Hodí	<ul style="list-style-type: none"> - jsou odměněni třemi body. - Pokud házející dopadne mimo soutěžní prostor, ale stále na hřiště. - Pokud se vrhač nenachází v bezpečnostním prostoru, hod se započítává, pokud je proveden v soutěžním prostoru (obě nohy vrhače jsou na začátku hodu v soutěžním prostoru). - Pokud hod provede hráč, který sám padá (např. Tani Otoshi, Yoko Wakare, Tomo Naga), je to možné. - apod.), je bodován pouze úspěšný hod při samopádu. - Viz Hody
	Takedowny	
	10 sekund Kolik	<ul style="list-style-type: none"> - Chvaty, při nichž je soupeř ležící na zádech držen po dobu nejméně deseti sekund. je řízena
	Zadržení	<ul style="list-style-type: none"> - Zadržení oznámí rozhodčí zvednutím paže a zvoláním "Hold Down". nebo "Osae Komi" (v tomto okamžiku začíná běžet desetisekundový časový limit). Pokud se gong rozezní během aplikovaného zadržení (jako signál pro ukončení pravidelného Bojový čas), musí mít držící osoba možnost dokončit desetisekundový úsek a získat za něj bod.
Zadní háčky	<ul style="list-style-type: none"> - (Úchop zezadu = soupeř je držen na zemi zezadu pomocí nebo. oblast krku je fixována oběma pažemi a tělo soupeře je sevřeno nohama. Abyste získali bodové hodnocení, musí být podpatky umístěny mezi Nohy soupeře musí být "zaháknuté", tj. dotýkat se vnitřní strany stehén. 	
Obraty	<ul style="list-style-type: none"> - "obrat" z držení (osoba, která původně ležela dole, si pak lehne nahoru a ovládá svého soupeře). 	
3	Kopy	<ul style="list-style-type: none"> - skokové kopy do hlavy
5	Podání	<ul style="list-style-type: none"> -když se soutěžící vzdá nebo rozhodčí zastaví akci, aby zabránil ohrožení. Zabránit zranění nebo bezvědomí
Odpočet bodů	Sankce	<ul style="list-style-type: none"> - Při udělení "trestu" = varování se hráči, který má být potrestán, odečtou body v závislosti na počtu varování. Pokud to není z technických důvodů na výsledkové tabuli možné, připsují se body soupeři. - 1. napomenutí - bez srážky, 2. napomenutí - jeden minusový bod, 3. napomenutí - druhý minusový bod, další napomenutí - diskvalifikace.

34.15.1 Výhodné skóre - Výhodné skóre se použije, pokud je skóre na konci základní hrací doby nerozhodné.

Převaha v boji na zemi (při použití zámku na noze).

1. Osoba nahoře získává výhodu tím, že přechází do ofenzivy a snaží se prolomit soupeřův guard a podaří se jí například donutit osobu dole, aby se vzdala plného uzamčení nohou (guard) a uzamkla pouze jednu nohu (half guard). Výhoda je udělena, pokud je pokus o uvolnění tak prudký, že osoba na spodní straně může držet zámek nohou jen s velkou energií.
2. Osoba na spodku získává výhodu, pokud může přejít z dolní do horní pozice (sweep) nebo pokud může použít páku či škracení takovým způsobem, že se proti němu soupeř musí masivně bránit. Aby se přehození počítalo jako výhoda, musí osoba na spodní straně otevřít zámek nohou.

34.15.1.2 Pokus o techniku podání - Za výhodu se považuje přiblížení se k technice podání v kombinaci s pokusem o vynucení podání.

34.16 Energie potřebná k dosažení skóre:

34.16.1 Světelný kontakt: Lehký kontakt znamená, že útok na povolené cíle nezpůsobí žádné zranění.

34.16.2 Příliš mnoho kontaktů:

Kontakt, který je zřetelně tvrdší, než je nutné k získání bodů, nebo technika podání s úmyslem způsobit zranění, se trestá okamžitou diskvalifikací. Nadměrný kontakt se pozná podle následujících reakcí, ačkoli záleží na posouzení rozhodčího:

1. Úmysl zranit nekontrolovaným použitím techniky 2. Viditelný otřes

hlavy v důsledku úderu

3. Viditelný otok nebo jiné známky vnějšího poranění. V případě krvácejícího nosu není důvodem pro trest krvácející nos, ale důvod, proč k němu došlo (úmyslně nebo náhodou).

34.17 Automatické vítězství:

34.17.1 Vyšší skóre na konci řádného hracího času znamená vítězství.

34.18 Důvody pro udělení trestných bodů: Varování nebo tresty se udělují, když:

- 1) Techniky jsou prováděny s nepřiměřenou tvrdostí.
- 2) útočí se na nedovolené cíle (kopy na koleno se trestají jako příliš tvrdý kontakt).
- 3) jsou používány nezákonné techniky
- 4) "Mat escape" se snaží vyhnout boji.
- 5) Pád na zem, aby se zabránilo útoku
- 6) Boj pokračuje i po výzvě k zastavení.
- 7) neopatrný nebo bezohledný útok (bez ohledu na to, zda dojde ke kontaktu),
- 8) se bude chovat neuctivě k úředníkům nebo bojovníkům.
- 9) se chová nesportovně

34.19 Druhy trestů - Rozhodčí má právo kdykoli potrestat soutěžícího napomenutím, odečtením bodů nebo diskvalifikací.

34.19.1 Varování za příliš tvrdý kontakt (nebo zasažení nedovolených cílů):

1. varování = ŽÁDNÝ TREST (POZOR)
2. napomenutí = 1 mínusový bod - s klikrem 5 bodů navíc pro soupeře
3. napomenutí = 2 mínusové body - s klikrem 5 bodů navíc pro soupeře
4. napomenutí = DISKVALIFIKACE

Pokud je uděleno varování za příliš tvrdý kontakt nebo zasažení nedovolených cílů, měl by to rozhodčí učinit jasně a tak, aby to soutěžící a rozhodčí slyšeli. Měl by například říct: "Pokud ještě jednou udeříš nebo kopneš takhle silně, budeš diskvalifikován. Rozumíš?" Než umožní pokračovat v zápase, měl by počkat, až varovaná osoba vezme toto prohlášení na vědomí.

34.20 Diskvalifikace - Pokud je soutěžící diskvalifikován, může být vyloučen z další účasti v celém turnaji. Proto by se diskvalifikace měly rozlišovat podle méně závažných (např. nedostavení se k zápasu) a závažných přestupků (např. urážka rozhodčího) takto:

34.20.1 KATEGORIE Diskvalifikace: platí pouze pro aktuální zápas.

34.20.2 Diskvalifikace na turnaji: znamená diskvalifikaci na celý turnaj nebo dočasný zákaz účasti v soutěži dohodnutý s vedoucím příslušné federace.

Jakýkoli trest by měl být udělen velmi jasně a v přítomnosti bojovníků, trenérů a funkcionářů, pokud může vést k diskvalifikaci! VAROVNÝ SYSTÉM!