

SUBMISSION

I tornei e gare di Submission Fighting sono aperti ad atleti praticanti di qualsiasi disciplina lottatoria o arte marziale, purché a conoscenza del regolamento di gara e in regola con vincoli di ammissione o tesseramenti federali.

L'area di gara deve essere un tatami di almeno 8 x 8 m; le uniche figure ammesse sull'area di gara sono: gli ufficiali di gara, gli atleti che si apprestano a svolgere il combattimento e i relativi tecnici/allenatori, nel numero di uno per atleta, che si accomoderanno all'angolo. Gli atleti in fase di attesa o di riscaldamento non potranno assolutamente sostare nell'area di competizione ma dovranno, in base al tipo di allestimento dell'area di gara, posizionarsi in tribuna o nell'area riservata agli atleti in gara o, quando prevista, nell'area riservata al riscaldamento degli atleti.

I due atleti si presentano al centro del tatami, il primo chiamato indosserà il polsino colorato distintivo. Dopo aver effettuato il saluto all'arbitro e tra di loro, i due contendenti partono con la lotta su segnale dell'arbitro.

Le protezioni ammesse e facoltative sono: paradenti, conchiglia, paraorecchi, paragomito o paraginocchio imbottiti e senza parti metalliche o rigide, scarpette da lotta. È facoltativo e comunque ammesso indossare magliette, rashguard o kimono.

È vietato indossare oggetti metallici di qualsiasi natura, compresi quelli integrati nei supporti protettivi.

Se i combattenti escono dal tatami, il match riprenderà al centro del tatami dalla stessa posizione in cui erano stati interrotti. Se i due atleti sono in piedi quando escono dal tatami, riprenderanno comunque dalla posizione di inizio combattimento al centro dell'area di gara e al via dell'arbitro.

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

- **L'atleta partecipante è il protagonista dell'evento e quindi è il primo soggetto che dovrà avere un atteggiamento serio, marziale, dignitoso;**
- **Il giudizio dello staff arbitrale è insindacabile, si invita quindi atleti e tecnici a non manifestare con proteste o comportamenti anti sportivi e, per evitare proteste e incomprensioni, a prendere visione del regolamento;**
- **Il controllo delle tecniche deve essere presente, sottomettere l'avversario non vuol dire agire con estrema ed ingiustificata violenza. Tutti i comportamenti anti sportivi e violenti saranno severamente puniti.**

TIPOLOGIA TORNEO

Tabellone con incontri ad eliminazione diretta senza ripescaggio fino alle finali.

Se il vincitore di un turno decidesse di non effettuare la sua lotta successiva, il perdente potrà lottare al suo posto posto.

PUNTI

-

Proiezione (Takedown) (termina senza posizione dominante e in guardia o punti mezza guardia dell'avversario)	2
Spazzata o ribaltamento (Sweep / Reversal) (termina senza posizione dominante e in guardia o mezza guardia)	2 punti
Posizione di monta superiore (Mount position)	2 punti
Posizione di ginocchio sullo stomaco (Knee on stomach)	2 punti
Posizione di monta su schiena con uncini (Back mount)	3 punti
Passaggio della posizione di guardia (Passing the guard)	3 punti
Proiezione netta (Clean takedown) (termina in posizione di dominio e fuori dalla guardia dell'avversario)	4 punti
Spazzata netta o ribaltamento netto (Clean sweep) (termina in posizione di dominio e fuori dalla guardia)	4 punti

Ogni posizione deve essere consolidata per almeno tre secondi per ottenere i punti (conteggio a vista effettuato dall'arbitro); nel caso di cambio di posizioni, verrà considerata valida solo la posizione consolidata, ovvero mantenuta in controllo per almeno 3 secondi.

PENALITA'

- Rifiutare la lotta in piedi arretrando o passività in piedi o nella lotta al suolo:
 - 1 punto
 - l'arbitro chiamerà la passività all'atleta, al terzo richiamo
 - dopo il terzo richiamo, verrà inflitta la penalità ad ogni richiamo - 1 punto
- Arretrare e rifiutare il clinch in piedi dopo essersi slegato dal clinch - 1 punto
- Tirare l'avversario nella guardia a terra - 1 punto
- Saltare a legare l'avversario in guardia o andare/sedersi a terra per più di 3 - 1 punto secondi

Se l'atleta o il suo allenatore offendono l'arbitro, l'avversario o l'allenatore avversario sono soggetti entrambi a immediata squalifica. Conseguentemente verrà anche sanzionata la squadra di appartenenza.

VITTORIA TRAMITE

- Sottomissione e resa dell'avversario (battendo la materassina con braccio o gamba o manifestando verbalmente la resa).
- Ai punti allo scadere del tempo.
- Decisione arbitrale:

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

CLASSI ATLETI

Champions: atleti esperti;

Beginners: atleti esordienti o principianti, comunque di età non inferiore ai 16 anni;

Juniores: atleti di età inferiore ai 16 anni;

Donne

TEMPO DI GARA

Classe A (champions):

Classe B (beginners) e femminile: Juniores (sotto i 16 anni):

8 min (i primi 4 minuti senza punti)

5 min (i primi 2 minuti senza punti)

4 min (i primi 2 minuti senza punti)

In caso di parità allo scadere del tempo di gara, si procederà con un tempo supplementare di 2 minuti con l'applicazione immediata dei punti.

Se allo scadere del tempo supplementare persiste ancora la parità tra i due atleti, il vincitore verrà eletto con decisione degli ufficiali di gara.

CATEGORIA CHAMPIONS

TECNICHE CONSENTITE

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

TECNICHE VIETATE

- Portare colpi di qualsiasi genere;
- Infilare le dita negli occhi o nella bocca dell'avversario;
- Tirare o afferrare i capelli o le orecchie dell'avversario;
- Mordere, graffiare o pizzicare l'avversario;
- Applicare prese o leve alle dita di piedi o mani (si devono almeno afferrare 4 dita);
- Colpire o premere l'area dei genitali;
- Usare sostanze scivolose e oleose sul corpo o sugli indumenti;

- Applicare chiavi o leve al collo o alla cervicale (assolutamente vietate: Full Nelson, Crucifix lock in piedi o a terra, Cross face guillotine head lock). La Half Nelson è ammessa in quanto lascia libero un lato/braccio dell'atleta che la subisce per difendersi;
- Proiettare intenzionalmente l'avversario sulla testa o sul collo;
- Afferrare l'abbigliamento dell'avversario per controllarlo;
- E' vietato sbattere l'avversario a terra sulla schiena con violenza (ad es. da posizione di guardia, rialzandosi in piedi per aprire la guardia). Lo slam è invece ammesso per difendersi da una sottomissione;

TECNICHE CONSENTITE

- Qualsiasi tipo di strangolamento (tranne la presa alla trachea effettuata con la mano);
- Qualsiasi leva alle braccia o chiave articolare a spalla, gomito o polso;
- Qualsiasi leva in asse o chiave in torsione a caviglia, piede, ginocchio. Vietata la chiave al tallone "heel hook";

TECNICHE VIETATE

- Qualsiasi tipo di leva o chiave al collo;
- Chiave al tallone "heel hook";
- Qualsiasi tipo di slam (sia dalla guardia che per difendersi da sottomissione);
- Portare colpi di qualsiasi genere;
- Infilare le dita negli occhi o nella bocca dell'avversario;
- Tirare o afferrare i capelli o le orecchie dell'avversario;
- Mordere, graffiare o pizzicare l'avversario;
- Applicare prese o leve alle dita di piedi o mani (di devono almeno afferrare 4 dita);
- Colpire o premere l'area dei genitali;
- Usare sostanze scivolose e oleose sul corpo o sugli indumenti;
- Applicare chiavi o leve al collo o alla cervicale (assolutamente vietate: Full Nelson, Crucifix lock in piedi o a terra, Cross face guillotine head lock). La Half Nelson è ammessa in quanto lascia libero un lato/braccio dell'atleta che la subisce per difendersi;
- Proiettare intenzionalmente l'avversario sulla testa o sul collo;
- Proiettare l'avversario afferrando solo la testa o agendo sulla cervicale;
- Afferrare l'abbigliamento dell'avversario per controllarlo.

Categorie: - 60 kg , - 65 kg , - 70 kg , - 76 kg , - 83 kg , - 91 kg , + 91 kg

