

## Międzynarodowe Przepisy Grapplingu

### Część Pierwsza - Zasady ogólne

#### Artykuł 1 - Misja

Światowy Komitet Grapplingu (WGC) został stworzony pod egidą Międzynarodowej Federacji Zapaśniczej FILA w celu promocji tego sportu i zadowolenia fizycznego i mentalnego zawodników, uprawiających ten sport. Jego celem jest uczynienie z grapplingu dyscypliny atrakcyjnej dla publiczności i określenie jednolitego regulaminu tak, aby w przyszłości sport ten mógł uzyskać status Olimpijski.

#### Artykuł 2 - Filozofia

Grappling jest sportem złożonym z elementów różnych sportów (hybrydą): zapasów, jujitsu, i innych dyscyplin opartych na zasadzie zmuszeniu przeciwnika do uznania, że nie może uciec z chwytu/techniki bez zranienia się/okaleczenia. Komitet Światowy Grapplingu szacuje, że taki sposób akceptacji własnej porażki jest całkowicie honorowy dla zawodników. Ci ostatni powinni zostać właściwie poinformowani o akcjach i reakcjach, uznanych za wolę poddania się. Zgodnie z filozofią ogólną tego sportu, grapplerzy są proszeni o honorowanie wartości ducha sportowego i zasad fair-play, aby nigdy nie chcieli zranić/okaleczyć swoich przeciwników.

#### Artykuł 3 - Cele

Odnosząc się do statutu i różnych regulaminów FILA, obecny regulamin tworzy ramy ogólne sportu zwanego grapplingiem w następujących celach:

- . zdefiniować i określić warunki praktyczne i techniczne, wg których będą przebiegały walki
- . określić wartość przypisaną akcjom i chwytom
- . określić różnorodne sytuacje i zakazy
- . określić funkcje techniczne składu sędziowskiego
- . ustanowić system zawodów, metody klasyfikacji, kary, warunki eliminacji itd.

#### Artykuł 4 - Zastosowanie regulaminu

Zasady określone w tym dokumencie powinny zostać zastosowane na wszystkich imprezach usankcjonowanych przez FILA, aby zapewnić bezpieczeństwo optymalne zawodników i prawidłowy rozwój dyscypliny.

Istotna jest informacja, że licencja FILA jest obowiązkowa na wszystkich zawodach międzynarodowych w grapplingu, w których uczestniczą więcej niż dwa państwa. Wszystkie zawody międzynarodowe powinny zostać zgłoszone do Fila i wpisane do kalendarza oficjalnego. Ubezpieczenie wypadkowe FILA dotyczy tylko zawodów wpisanych do kalendarza.

#### Artykuł 5 - Warunki sanitarne

Zawodnicy zakażeni wirusem HIV nie mogą brać udziału w zawodach w grapplingu. Personel medyczny, zakażony tym samym wirusem, nie mogą opatrywać zawodników, którzy krwawią.

#### Artykuł 6 - Regulacja wagi

Jeśli chodzi o "robienie wagi" w miejscu zawodów, FILA przyjęła następujące zasady: praktyka odwadniania lub nadmierne restrykcje w spożywaniu kalorii, użycie środków moczopędnych, wymiotnych, przeczyszczających, jak również środków auto-wymiotnych są ściśle zabronione. Grapplerzy w wieku poniżej 18 lat nie mają prawa wejścia do sauny i łaźni parowej w miejscu zawodów i nie mogą zakładać ubrań tzw "mini-sauny".

Wyjaśnienie regulaminu należy do odpowiedzialności komitetu organizującego zawody, którego decyzje nie mogą

podlegać dyskusji. Pierwsze naruszenie regulaminu spowoduje zawieszenie grapplera w konkretnych zawodach, a kolejne spowoduje zakaz udziału w imprezach FILA na okres jednego roku. Komitet Wykonawczy przesłucha wszystkie przypadki pogwałcenia regulaminu i zastosuje sankcje, przewidziane w regulaminie FILA. Wszystkie osoby, asystujące grapplerowi w praktyce niedozwolonego "robienia wagi", będą przedmiotem takich samych sankcji, jak w stosunku do grapplera.

## Część druga - System zawodów

### Artykuł 7 - System organizacji zawodów

System zawodów (eliminacja bezpośrednia z repechagami) jest identyczna jak ta stosowana w zawodach, w zapasach olimpijskich. Dobieranie zawodników w pary jest określone poprzez losowanie w momencie wagi. Jeśli liczba uczestników nie jest idealna (tzn 4,8,16,32,64 itd.) walki kwalifikacyjne zostaną przeprowadzone od dołu tabeli. Grapplerzy, którzy wygrają swoje walki będą walczyć dalej, aż do momentu pozostania dwóch niepokonanych zawodników. Ci ostatni będą walczyć w finale (o 1 i 2 miejsce). Grapplerzy, którzy przegrali z finalistami będą walczyć w repechagach w następujących grupach: pierwsza grupa jest złożona z grapplerów, którzy przegrali z 1-Iszym finalistą, drugą grupę stanowią ci, którzy przegrali z 2-im finalistą. Zwycięzcy oby grup w repesażach otrzymają obaj brązowe medale. Od piątego miejsca, grapplerzy są sklasyfikowani w/g następujących kryteriów:

- . najwięcej zwycięstw przez przymusowe poddanie
- . najwięcej zwycięstw przez przewagę techniczną
- . najwięcej zwycięstw przez decyzję zasadniczą/główną
- . najwięcej zwycięstw przez decyzję
- . najwięcej punktów technicznych, zapisanych w czasie całych zawodów

Uwaga: jeśli miejsce dwóch grapplerów nie może być określone w/g powyższych kryteriów, będą sklasyfikowani ex aequo.

### Artykuł 8 - Kontrola medyczna i waga

W oddzielnych pomieszczeniach i w różnych godzinach powinna zostać przewidziana kontrola medyczna i waga mężczyzn i kobiet. Mężczyźni powinni być ubrani w strój regulaminowy w czasie kontroli medycznej i wagi. Personel medyczny ma pełną zdolność decydowania, czy grapplerzy są w stanie uczestniczyć w zawodach. Powinien ich sprawdzić, aby uniknąć ewentualnego zakażenia i innych problemów medycznych takich jak: skaleczenia, zadrapania, itd. Raz w ten sposób sprawdzeni zawodnicy, mogą udać się na wagę. Waga odbywa się w przestrzeni regulaminowej, w pobliżu sali zawodów, do której dostęp jest ograniczony do uczestników, trenerów, sędziów-arbitrów, personelu medycznego i osób obsługujących wagę. Uczestnicy mogą kontrolować wagę, tyle razy ile chcą, w czasie przeznaczonym na wagę.

### Artykuł 9 - Losowanie

Po tym jak zawodnicy zostali zbadani oraz zważeni i kiedy osoba oficjalnie odpowiedzialna za wagę odznaczyła ich w liście wagi, grapplerzy losują numer, który określa ich pozycję na liście walk. Osoba ta powinna również wpisać ten numer do listy wagi. Losowanie powinno odbyć się na stole, obok wagi, w sposób ręczny lub z pomocą oprogramowania Fila - Herakles.

## Część trzecia - struktura materialna

### Artykuł 10 - Kategorie wiekowe i wagowe

Wszyscy grapplerzy powinni być w stanie przedstawić oficjalne dokumenty, potwierdzające wiek i tożsamość. Każdy grappler, próbujący walczyć w danej kategorii wiekowej niższej niż wyznaczona przez FILA dla jego wieku, zostanie automatycznie zdyskwalifikowany z zawodów. Grapplerzy, którzy naruszają ten regulamin częściej mogą zostać usunięci ze struktur FILA.

Beniaminki (12-13 lat w danym roku)

- . Chłopcy: 40, 45, 50, 55, 60, 65, 75, +75kg
- . Dziewczynki: 35, 40, 45, 50, 55, +55kg

Młodzicy (14-15 lat w danym roku)

- . Chłopcy: 40, 45, 50, 55, 60, 65, 70, 80, +80kg
- . Dziewczynki: 40, 45, 50, 55, 60 +60kg

Kadeci (16-17 lat w danym roku)

- . Chłopcy: 50, 55, 60, 65, 70, 75, 85, +85kg
- . Dziewczynki: 45, 50, 55, 65, 70, +75kg

Juniorzy: (18-19 lat w danym roku)

- . Mężczyźni: 60, 65, 70, 75, 80, 90, 110kg, Absolute
- . Kobiety: 50, 55, 60, 65, 75kg, Absolute

Seniorzy (20 lat i więcej\*)

- . Mężczyźni 60, 65, 70, 75, 80, 90, 110kg, Absolute
- . Kobiety: 50, 55, 60, 65, 75kg, Absolute

\*Grapplerzy w wieku od 18 do 19 lat mogą walczyć w seniorach posiadając zaświadczenie medyczne.

Veterani (35-60 years old)

- . Mężczyźni 65, 70, 75, 80, 90, 110kg, Absolute
- . Kobiety: 55, 60, 65, 75kg, Absolute

Artykuł 11 - Strój i wygląd grapplerów

Strój na zawody NO GI /szorty i T-shirt/

Zawodnicy powinni pojawić na rogu maty, ubrani w regulaminowy strój do grapplingu lub w długie shorty i koszulkę "rashguard" z krótkim i rękawami, z długimi rękawami lub bez rękawów. Szorty nie powinny być zbyt długie i zawierać guziki, które mogłyby drażnić przeciwnika. "Rashguard" powinien dobrze pokrywać ciało. Strój na zawody powinien mieć obojętnie jaki kolor. Pierwszy wezwany grappler powinien mieć na kostce opaskę w kolorze czerwonym, a drugi w kolorze niebieskim

Strój na zawody GI /kimono/

Zawodnicy powinni pojawić się na rogu maty ubrani w GI (kimono), odpowiadające kryteriom Fila. GI (kimono) powinno być bawełniane (lub z podobnego materiału) i być w dobrym stanie. Nie powinno być ani grube ani za sztywne, w celu przeszkadzania przeciwnikowi. Kurtka powinna sięgać poniżej bioder, ale nie poniżej ud. Trzymając ramiona w przód, odległość pomiędzy rękawami, a nadgarstkami nie powinna przekraczać 5 cm. Spodnie powinny mieć właściwy rozmiar i sięgać do kostek w pozycji stojącej. Nie powinny być zbyt ciasne czy za duże, aby nie przeszkadzać przeciwnikowi w wykonywaniu techniki. GI (kimono) może mieć obojętnie jaki kolor. Pierwszy grappler wezwany na matę powinien nosić czerwony pas, drugi zaś niebieski. Pas powinien być właściwie ściśnięty wokół talii, w taki sposób, aby podtrzymywać kurtkę.

Ochroniacze

Noszenie lekkich nakolanników i bez części metalowych jest dozwolone. Grapplerzy, którzy zyczą sobie, mogą nosić ochroniacze na uszy. Powinny one zostać zaakceptowane przez Fila i nie zabierać elementów metalowych czy z twardego plastiku. Sędziowie-arbitrzy powinni zobowiązać grapplerów, którzy noszą za długie włosy do noszenia ochroniacza lub czegoś pokrywającego włosy (chusty)

Symbole narodowe

Na zawodach międzynarodowych Fila, grapplerzy powinni nosić strój na zawody z homologacją Fila, z flagą/symbolem państwa na szortach i skrót państwa na plecach, na T-shircie. Nie będą mieli prawa nosić flagi i skrótu innych państw niż to dla którego oficjalnie walczą. Zawodnicy mają prawo nosić nazwę lub logo sponsora na stroju do walki oraz na stroju do rozgrzewki, ale nie powinni przeszkadzać sędziom-arbitrom w określeniu ich stroju.

## Buty

Grapplerzy nie muszą nosić butów w czasie walk, ale ci którzy chcą muszą nosić buty zaaprobowane przez Fila. Buty na obcasie, z podeszwą z gwoździami, sprzączkami lub metalowymi częściami są zabronione. Przed zawodami, oficjalnie Fila powinien sprawdzić wyposażenie pod względem spełniania norm określonych przez Fila. Buty mogą mieć lub nie sznurowadła, te, które mają powinny być zaklejone taśmą, tak aby się nie rozwiązały w czasie walki. Każdy grappler jest odpowiedzialny za przyniesienie taśmy i pokrycie swoich sznurowadeł przed wejściem na matę.

## Wygląd zawodników

Grapplerzy nie mogą nosić bandażów na nadgarstkach, na ramionach czy na kostkach oprócz przypadków zranienia lub zarządzonych przez lekarza. Takie bandażowe powinny być pokryte bandażami elastycznymi. Grapplerzy nie mają prawa nosić biżuterii, aby nie zranić przeciwnika takich jak: naszyjnik, bransoletki, bransoletki na kostce, obrączki (na palcach u rąk i nóg), żadnego rodzaju piercingu, protez itd. Paznokcie u rąk i nóg (jeśli grapplerzy decydują się nie nosić butów) powinny być obcięte bez ostrych krawędzi. Jeśli zawodnik ma dłuższe włosy niż do ramion i/lub grzywka, która jest dłuższa niż do uszu, powinien nosić coś pokrywającego włosy. Grapplerzy powinni odpowiednio zadbać o to, aby skóra/włosy nie powinny być tłuste ani klejące. Zawodnicy powinni być świeżo ogoleni i ewentualnie nosić przyciętą odpowiednio i wypielęgnowaną brodę. Grapplerzy nie powinni być spoceni wchodząc na matę, ani na początku żadnej dogrywki. Sędzia-arbiter może poprosić zawodnika o wytarcie się w czasie całej walki. Niepokojąc się o zdrowie, higienę i odpowiednie warunki dla zawodników, zasady te powinny być pod ścisłą kontrolą.

Na wadze, oficjalny delegat Fila powinien sprawdzić każdego grapplera pod kątem spełnienia powyższych wymagań. Zawodnicy powinni zostać uprzedzeni na wadze, że jeśli ich wygląd nie spełni standardów, nie będą mogli wziąć udziału w zawodach. Jeśli grappler zjawi się na macie nie spełniając wymagań Fila, będzie miał 2 minutę na poprawienie swojego wyglądu, bez czego przegra walkę poprzez poddanie.

## Artykuł 12 - Mata

Mata na zawody powinna posiadać homologację FILA i powinna posiadać koło 8-9 metrowej średnicy, otoczone przez strefę ochronną. Centrum maty powinno zawierać koło o średnicy 1 metra, które będzie służyło jako punkt wyjścia dla dwóch przeciwników. Takie maty powinny być używane do wszystkich zawodów, sankcjonowanych przez FILA bez żadnego wyjątku czy zastępstwa.

## Artykuł 13 - Obsługa medyczna

Organizator zawodów FILA jest odpowiedzialny za zapewnienie obsługi medycznej, która będzie miała za zadanie realizować wszystkie kontrole medyczne, jak również dołożyć starań, aby zapewnić kontrolę medyczną w czasie całych zawodów. Obsługa medyczna znajdzie się pod nadzorem lekarza wyznaczonego przez FILA. W czasie zawodów, obsługa medyczna powinna być gotowa interweniować w przypadku wypadku lub zranienia i zdecydować czy grappler jest w stanie kontynuować walkę czy nie.

Lekarz FILA dysponuje pełnymi uprawnieniami do przerywania walki, jeśli uzna, że jeden z dwóch zawodników jest w niebezpieczeństwie lub nie jest w stanie kontynuować walki. W przypadku zranienia, grappler nie powinien opuszczać maty. Sędzia powinien natychmiast przerwać walkę i poprosić szefa personelu medycznego o interwencję.

## Część czwarta - Sędziowie

### Artykuł 14 - Skład

Wszystkie walki w grapplingu są sędziowane przez jednego sędziego-arbitra i jednego kierownika-maty, obaj posiadający certyfikat FILA. Decyzję sędziego-arbitra są priorytetowe, ale te ostatnie mogą być konsultowane z

kierownikiem maty w razie konieczności. Nominacja składu sędziowskiego na każdą walkę odbywa się poprzez losowanie i zastąpienie sędziego-arbitra w czasie walki jest zabronione, z wyjątkiem przypadku poważnej choroby, potwierdzonej przez lekarza. Na zawody międzynarodowe, usankcjonowane przez FILA, członkowie składu sędziowskiego nie mogą mieć tej samej narodowości czy sędziować walk, w których walczą zawodnicy tej samej narodowości.

#### Artykuł 15 - Strój sędziów

Sędzia-arbiter i kierownik maty powinni być ubrani w czarne spodnie i koszulkę polo/T-shirt czarną i nosić czarne buty sportowe. Sędzia-arbiter powinien nosić na lewym nadgarstku opaskę w kolorze czerwonym, a na prawym nadgarstku opaskę w kolorze niebieskim.

#### Artykuł 16 - Funkcje ogólne

Skład sędziowski powinien wypełniać wszystkie funkcje opisane powyżej, w pozostałych przypadkach, stosować je również dla organizacji imprez szczególnie ważnych. Główną funkcją sędziego-arbitra jest rozpoczęcie i przerwanie walki, przyznawanie punktów i nakładanie kar, aby określić zwycięzcę i przegranego w sposób usankcjonowany. Aby to zrobić powinien użyć słownictwa i znaków bazowych FILA. Sędzia-arbiter i kierownik-maty nie mają prawa rozmawiać w czasie walki, z wyjątkiem kiedy powinni się konsultować, aby wypełnić poprawnie swoje funkcje. Wszystkie punkty przyznane przez sędziego-arbitra powinny zostać podane do publicznej wiadomości przez kierownika maty, albo poprzez znak ręką, albo poprzez paletkę albo poprzez ręczną, bądź elektroniczną tablicę. Te ostatnie powinny również zawierać liczbę wykonanych akcji technicznych przez obu zawodników, jak również punkty i ostrzeżenia za pasywność na karcie punktowej. Na koniec walki sędzia-arbiter i kierownik maty powinni podpisać kartę punktową. Jeśli walka nie kończy się przez "catch" lub przez poddanie się, kierownik maty, zgodnie z zapisanymi punktami, powinien zgłosić wynik sędziemu-arbitrowi, aby ten mógł ogłosić zwycięzcę.

#### Artykuł 17 - Sędzia-arbiter

Sędzia-arbiter jest odpowiedzialny za właściwy przebieg walki na macie, powinien nią kierować według oficjalnych zasad FILA. Powinien zdobyć szacunek obu grapplerów i władzę nad nimi, aby słuchali natychmiast poleceń i instrukcji. Walka powinna przebiegać bez tolerancji dla niepożądanych zachowań. Jego gwizdek powinien rozpoczynać, przerywać i kończyć walkę. Po wykonaniu akcji (jeśli jest ona ważna i została wykonana w granicach maty) powinien pokazać palcami liczbę punktów, podnosząc rękę właściwego koloru dla grapplera, który zdobył punkty.

#### Obowiązki sędziego-arbitra:

- . Podać rękę obydwu zawodnikom przy wejściu i zejściu z maty.
- . Sprawdzić stan skóry zawodników.
- . Sprawdzić stan czy skóra zawodników nie jest pokryta substancją natłuszczającą lub lepka.
- . Pod żadnym pozorem nie obracać się tyłem do zawodników ryzykując utratę kontroli nad sytuacją
- . Utrzymywać się z daleka od zawodników w stojce, oraz być blisko przy zawodnikach w parterze
- . Nie zasłaniać widoku kierownika maty, zwłaszcza przy technikach kończących.
- . stymulować pasywnego grapplera bez przerywania walki, poprzez zajęcie pozycji uniemożliwiającej grapplerowi ucieczkę z maty.
- . upominanie pasywnego grapplera
- . przyznanie kar za naruszanie regulaminu lub brutalność,
- . przerwanie walki w regulaminowym czasie jeśli trzeba
- . wskazanie czy akcja wykonana na brzegu maty jest ważna
- . szybkie i jasne wskazanie pozycji w której walka powinna się na nowo rozpocząć
- . nie zbliżanie się zbyt blisko grapplerów, kiedy są w pozycji stojącej, ale pozostanie blisko nich, kiedy są na macie.
- . być w stanie zmienić szybko pozycję z jednej na drugą i nawet klęknąć czy położyć się płasko na brzuchu aby lepiej widzieć sytuację bliskiego "catch"
- . nie zasłaniać pola widzenia kierownikowi maty, zbliżając się za bardzo do zawodników, szczególnie w sytuacji kiedy "catch" jest bliski
- . upewnić się, że zawodnicy nie odpoczywają w czasie walki udając potrzebę wytarcia, wydmuchania nosa lub symulując zranienie. W podobnym przypadku, powinien przerwać walkę, ukarać winnego zawodnika ostrzeżeniem i przyznać 1 punkt przeciwnikowi.
- . ogłosić "catch" kiedy jeden z zawodników poddał się (albo poprzez uderzenie ręką w matę lub ustnie)
- . ogłosić "catch" jeśli przypuszcza, że zawodnik broniący się jest w pozycji która może grozić kontuzją. Aby to zrobić, sędzia-arbiter powinien wygłosić słowo "catch", podnieść rękę, aby potwierdzić decyzję u kierownika maty i gwizdnąć,

aby ogłosić koniec walki.

. jeśli nastąpi przerwa w walce w wyniku poddania sędziego-arbitera musi natychmiast położyć rękę na obu uczestnikach. Powodem jest zawiadomienie zawodników o przerwaniu grapplingu. W momencie poddania kilka sekund może zdecydować o kontuzji.

. na podstawie komunikatu kierownika maty sędzia ogłosi zwycięstwo poprzez przewagę techniczną, kiedy zaistnieje 15 punktowa różnica pomiędzy zawodnikami. W takiej sytuacji powinien poczekać do momentu aż atak i kontratak zostanie zakończony.

. zapewnić, aby grapplerzy pozostali na macie aż do momentu ogłoszenia wyniku walki.

. ogłoszenie zwycięzcy (poprzez podniesienie ręki) po uzyskaniu zgody sędziego na macie.

. jeśli zawodnik szarpie jakiegokolwiek części ubrania sędzia-arbitera powinien go ustnie upomnieć

. sędzia może przerwać akcję, jeśli obaj zawodnicy znajdują się w patowej pozycji.

## Artykuł 18 - Kierownik maty

Kierownik maty powinien śledzić uważnie i nie rozpraszać się pod żadnym pretekstem. Po każdej akcji i kierując się wskazówkami sędziego-arbitra powinien zapisać właściwie punkty w karcie punktowej.

Obowiązki kierownika maty:

. wpisanie zdobytych przez zawodników punktów do karty punktowej

. upewnienie się że tablice punktowe są widoczne dla widzów i grapplerów.

. asystowanie w przekazywaniu właściwej ilości punktów i mierzeniu czasu

. komunikowanie sędziemu-arbitrowi ewentualnych punktów, wykroczeń czy sytuacji poddania.

## Część piąta - Walka

### Artykuł 19 - Czas trwania walki

Walki beniaminków, młodzików i weteranów będą odbywały się w czasie jednej 4 minutowej rundy. Walki kadetów, juniorów i seniorów będą odbywały się w czasie jednej 5 - minutowej rundy. Dogrywka dla wszystkich 1 minuta.

### Artykuł 20 - Wezwanie i rozpoczęcie walki

Nazwiska zawodników będą jasno ogłoszone na macie. Ci ostatni zostaną wezwani 3 razy z przerwą przynajmniej 30-sekundową pomiędzy każdym wezwaniem. Jeśli po trzecim wezwaniu, grappler nie zjawi się na macie, zostanie zdyskwalifikowany a jego przeciwnik wygra przez wycofanie.

Po pierwszym wezwaniu, zjawiają się przy stole zawodnicy i czekają w narożniku odpowiadającym kolorowi, który został wyznaczony. Sędzia-arbitra stanie w kole centralnym i prosi każdego zawodnika o podniesienie obu rąk oraz pokazanie chusteczki w prawej dłoni. Sprawdza ręce, aby skontrolować czy żaden nie jest pokryty substancją tłustą lub klejącą lub nie jest spocony. Kiedy skończy się inspekcja sędziego-arbitra, grapplerzy się pozdrawiają, wymieniają uścisk dłoni i rozpoczynają walkę na gwizdek

### Artykuł 21 - Definicje pozycji w grapplingu

#### Pozycja neutralna

Pozycję neutralną stosuje się na początku czasu regulaminowego. Dwóch grapplerów staje twarzą do siebie, dwie stopy w kole centralnym. W pozycji neutralnej żaden z dwóch grapplerów nie ma kontroli. Pozycję neutralną zarządza się kiedy żaden z zawodników nie wykorzystał szansy w pozycji stojącej, ale kiedy obaj wyszli poza granice maty. Kiedy zawodnik zmusił innego do wyjścia poza granice maty, ale nie udało mu się przejąć kontroli w parterze.

#### Pozycja open guard (otwarta garda)

Pozycję otwartej gardy wykonuje się w centrum maty w następującej pozycji: grappler na dole kładzie się na plecach, ręce położone na udach, stopy płasko na macie w kole centralnym. Grappler na górze kłęk przed stopami swojego

przeciwnika i kładzie ręce na jego kolanach. Kiedy pozycja jest potwierdzona przez sędziego-arbitra, walka rozpoczyna się na gwizdek. Pozycja przyjęcia otwartej gardy jest zarządzana kiedy dwóch zawodników wychodzi poza matę, po tym jak jeden z dwóch przejął kontrolę nad przeciwnikiem. Podczas akcji jest przyjęta pozycja otwartej gardy, wszystkie pozycje dominującej kontroli mogą zostać zapisane na nowo.

#### Pozycja pół-uchwyty/ unieruchomienia

Przyjęcie pół-uchwyty wykonuje się w środku maty w następującej pozycji: grappler na dole kładzie się na plecach, ręce umieszcza na łokciach swojego przeciwnika. Grappler na górze klęka poniżej jednej z nóg zawodnika na dole i łączy ręce w trójkącie jego torsu. Kiedy pozycja jest potwierdzona przez sędziego-arbitra, walka rozpocznie się po gwizdki. Pozycja pół-uchwyty jest zarządzana kiedy dwóch zawodników wychodzi poza matę wtedy kiedy jeden z dwóch uzyskał kontrolę nad swoim przeciwnikiem w pół-uchwyty.

#### Pozycja kontroli bocznej

Przyjęcie pozycji kontroli bocznej jest wykonywane w centrum maty w następującej pozycji: grappler na dole kładzie się na plecach, a grappler na górze zostaje w pozycji bocznej kontroli (łokcie i kolana umieszczone na macie, tułów leży na zawodniku dolnym). Pozycja taka jest zarządzana kiedy: grappler otrzymał dwa punkty za unieruchomienie boczne lub całkowite i kiedy akcja wyszła poza matę, ale zachował kontrolę nad przeciwnikiem. Kiedy akcja została podjęta w pozycji kontroli bocznej, tylko punkty za całkowite unieruchomienie i unieruchomienie tylne mogą zostać zapisane.

#### Pozycja kontroli tylnej

Pozycję kontroli tylnej wykonuje się w centrum maty w następującej pozycji: grappler na dole na kolanach i grappler na górze w pozycji kontroli tylnej. Grappler na górze chwyta ramiona i głowę przeciwnika (ramię na wierzchu ramię pod spodem) i kładzie jedno kolano na macie. Pozycja kontroli tylnej jest zarządzana kiedy grappler otrzymał punkty za unieruchomienie tylne i kiedy akcja wyszła za matę, ale zachował kontrolę nad przeciwnikiem. Kiedy akcja została podjęta w pozycji kontroli tylnej, punkty za pozycję kontroli dominującej nie mogą zostać przyznane.

Objaśnienie: jeśli jeden z zawodników próbuje przesunąć akcję poza matę aby uniknąć próby przymusowego poddania, winny zawodnik przegra walkę przez "catch". Wyjście poza matę polega na tym, że obaj zawodnicy całymi ciałami przekroczą zewnętrzne linie.

#### Artykuł 22 - Punkty techniczne za akcje i chwyt

Punkty techniczne zostaną przyznane tylko wtedy jeśli grappler jest w stanie utrzymać pozycję kontroli dominującej w czasie 3 sekund.

Rozwój pozycji kontroli dominującej jest przerwany jeśli zawodnik dolny jest w stanie ustanowić pozycję neutralną (na macie lub w pozycji stojącej) w czasie 3 sekund

##### 1 punkt techniczny:

. Sprowadzenie do parteru: sprowadzenie do parteru będzie musiało być wyraźnie inicjowane przez zawodnika (od początku do końca). Inne scenariusze nie będą punktowane i walka będzie kontynuowana w parterze.

. Ucieczka: jeżeli Grappler ucieknie z niekorzystnej sytuacji (bocznego, pełnego lub tylnego unieruchomienia) do pozycji neutralnej (górną lub dolną gardą, pozycja stojąca neutralna )

. Przetoczenie: jeżeli Grappler wyjdzie/wyślizgnie się z niekorzystnej sytuacji (bocznego, pełnego lub tylnego unieruchomienia pozycji bocznej, dosiada lub tylnego dosiada) w pozycję uprzywilejowaną (bocznego, pełnego lub tylnego unieruchomienia pozycji bocznej, dosiada lub tylnego dosiada). Taka sytuacja zdarza się zazwyczaj w przypadku przejścia z kontroli bocznej w kontrolę boczną - wtedy zawodnik który uciekł z uścisku i przejął kontrolę dostanie jeden punkt za ucieczkę i 2 punkty za kontrolę boczną.

. Wskok do gardy: ucieczka w gardę lub uniemożliwienie ataku, bierność zawodnika nie będzie karana ostrzeżeniem, jego przeciwnikowi zostanie przyznany jeden punkt.

##### 2 punkty techniczne:

. Pozycja boczna: kiedy zawodnik dochodzi do kontroli bocznej swojego przeciwnika przechodząc powyżej jego broniących nóg i podtrzymując jego plecy na ziemi w czasie przynajmniej 3 sekund. Lub położy kolano na brzuchu

(wliczając pozycje północ południe i kolano na brzuchu)

3 punkty techniczne:

. Pozycja dosiad: kiedy grappler dochodzi do kontroli swojego przeciwnika i podtrzymuje go na plecach przykładając swoje dwa kolana do ziemi z każdej strony przeciwnika w czasie 3 sekund.

4 punkty techniczne:

. Pozycja tylnego dosiadu: kiedy zawodnikowi udaje się kontrolować przeciwnika z tyłu, z klatką piersiową przyciśniętą do jego pleców i jego nogami zahaczonymi wewnątrz nóg przeciwnika w czasie 3 sekund

Artykuł 23 - Zatrzymanie walki w wyniku kontuzji lub krwawienia.

Sędzia - arbiter powinien przerwać walkę i poprosić o zatrzymanie walki z powodu kontuzji jeśli grappler jest chwilowo kontuzjowany ( podbite oko, uderzenie czołowe) Suma czasu przerw nie może przekroczyć 3 minut dla zawodnika. Jeśli sędzia-arbiter stwierdzi, że jeden z zawodników próbuje uniknąć akcji lub przymusowego poddania, udając kontuzję, powinien ogłosić "catch". Wszystko to będzie stosowane aby podtrzymać akcję bez przerwy.

W przypadku krwawienia, sędzia-arbiter powinien natychmiast przerwać akcję i poprosić o interwencję personel medyczny. Szef personelu medycznego określi czy krwawienie zostało właściwie przerwane i czy grappler jest w stanie kontynuować walkę. Ponadto wszystkie plamy krwi powinny zostać usunięte z maty, ubrania i skóry za pomocą właściwych środków medycznych. Zawody mogą rozpocząć się wtedy kiedy środki czystości użyte do czyszczenia krwi zostały umieszczone w pojemnikach na skażone materiały i nie zostały wysuszone. Wznowienie akcji nastąpi w pozycji stojącej-neutralnej, w centrum maty.

Zawodnicy powinni zawsze przewidzieć strój na zmianę w przypadku kiedy ich kostium zostanie poplamiony krwią lub rozdarty.

Artykuł 24 Dogrywki

Dogrywki zaczynają się po zakończeniu czasu regulaminowego, w przypadku równej liczby punktów. Dogrywka trwa 1 minutę dla wszystkich kategorii wiekowych. Sportowiec będzie mógł wybierać pozycję między górną lub dolną w open guard lub pozycją neutralną stojącą i będzie musiał zapunktować by wygrać mecz. Zawodnik który ma wybór pozycji jest wybierany według następujących kryteriów:

1. Uzyskał więcej punktów na skutek pasywności przeciwnika
2. Najmniejsza wartość punktów\*
3. Rzut monetą

\* Na przykład. Jeśli był remis 3:3, czerwony grappler zdobył pozycje dosiadu za 3 punkty, a niebieski zawodnik wykonał 1-punktowe sprowadzenie oraz 2-punktową pozycje boczną, to niebieski zawodnik będzie miał wybór pozycji w dogrywce, ponieważ zapunktował akcje warte pojedynczo mniej punktów niż jego przeciwnik.

Pierwszy zawodnik, który zdobył punkt techniczny wygrywa walkę. Jeśli na koniec dogrywki nie ma punktów, zawodnik, który nie miał prawa wyboru pozycji otrzyma jeden punkt i wygra walkę ponieważ jego przeciwnik nie umiał wykorzystać do zdobycia punktów pozycji, którą wybrał.

Artykuł 25 - Punkty klasyfikacyjne

Punkty techniczne, które zawodnicy zdobywają w czasie walk określają ich końcową klasyfikację. Zostaną również użyte do określenia drużynowej klasyfikacji zawodów.

. zwycięstwo poprzez przymusowe poddanie (6 punktów) Kiedy grappler nie może uniknąć poddania bez ryzyka kontuzji, powinien zaznaczyć koniec walki uderzając ręką lub stopą o swojego przeciwnika lub matę. Jeśli uderzenie jest fizycznie niemożliwe, sędzia-arbiter lub sam grappler wygłasza zwrot "catch" aby zaznaczyć koniec walki.

. zwycięstwo przez odstąpienie (6 punktów) Jest ogłaszane kiedy zawodnik nie jest w stanie kontynuować walki, z różnych powodów.

. zwycięstwo przez dyskwalifikację (6 punktów) Jest ogłaszane kiedy zawodnik zostaje usunięty z zawodów, z różnych powodów.

. zwycięstwo przez wycofanie się (6 punktów) Jest ogłaszane kiedy zawodnik nie zjawia się na macie przed walką

. zwycięstwo przez przewagę techniczną (5 punktów) Przewagą techniczną jest ogłaszana kiedy zawodnik zdobył 15 punktów technicznych więcej niż jego przeciwnik. Może zdecydować o kontynuowaniu walki aby zmusić przeciwnika

- do przymusowego poddania. Jeśli mu się nie uda, otrzyma punkty za "decyzję główną/zasadniczą" (4 punkty)
- . zwycięstwo poprzez "decyzję główną/zasadniczą" (4 punkty) Decyzja ta jest ogłaszana kiedy różnica punktowa jest wyższa lub równa 10.
- . zwycięstwo poprzez "decyzję" (3 punkty) Decyzja jest ogłaszana kiedy różnica punktowa jest mniejsza niż 10.
- . zwycięstwo w dogrywce (2 punkty)

Uwaga: jeden punkt klasyfikacyjny jest przyznawany przegranemu jeśli liczba całkowita zdobytych punktów w walce wynosi 3 lub więcej.

## Część szósta - wykroczenia techniczne

### Artykuł 26 - Pasywność

Obowiązek grapplerów polega na byciu w ciągłej akcji aby poprawić ich pozycję i zwyciężyć przeciwnika, pozostając w granicach maty. Kiedy sędzia-arbiter zauważy, że grappler jest pasywny, powinien najpierw próbować stymulować przez ustne komendy ("open rouge/bleu") bez przerywania walki. Jeśli zawodnik nie zmienia stosunku pomimo jego interwencji, sędzia-arbiter powinien wskazać jego pasywność podnosząc rękę odpowiadającą kolorowi danego zawodnika i ogłaszając ostrzeżenie. Każde ostrzeżenie powinno zostać zaznaczone w karcie punktowej. Pierwsze ostrzeżenie za pasywność jest ustne i nie powoduje konsekwencji, drugie, trzecie i czwarte powoduje przyznanie 1 punktu przeciwnikowi a piąte prowadzi do dyskwalifikacji grapplera pasywnego.

- 1-sze - bez punktów
- 2 -ie - 1 punkt
- 3-cie - 1 punkt
- 4-te - 1 punkt
- 5-te - dyskwalifikacja

Typy pasywnych zachowań:

- . próby neutralizowania lub przeszkadzania akcjom
- . opóźnianie akcji poprzez komunikowanie się z trenerem
- . brak prób poprawy swojej pozycji lub zainicjowania akcji
- . upadek na matę w celu uniknięcia akcji
- . przedłużanie czasu powrotu do środka maty w celu ponownego podjęcia walki.
- . nadużywanie przerw

### Ucieczka z maty

Grapppler, który celowo używa granicy maty, aby przeszkodzić przeciwnikowi zdobyciu punktów jest uznany za pasywnego i otrzyma stosowne ostrzeżenie. Jeśli użyje tej taktyki, aby uniknąć poddania, sędzia-arbiter ogłosi "catch"

### Ucieczka z chwytu

W pozycji stojącej: jeśli zawodnik przeszkadza umyślnie akcji, która ma miejsce, sędzia-arbiter powinien zatrzymać walkę, dać mu ostrzeżenie za pasywność i zarządzić kontynuowanie walki w pozycji neutralnej.

Na ziemi: jeśli zawodnik celowo przeszkadza walce w parterze, podnosząc się lub się wycofując, otrzyma ostrzeżenie za pasywność i walka rozpocznie się w pozycji open guard.

Rozpoczęcie przed gwizdkiem sędziego:

Jeśli zawodnik zacznie walkę przed gwizdkiem sędziego otrzyma ostrzeżenie za pasywność.

Niepoprawna pozycja rozpoczęcia

Kiedy jeden z zawodników przyjmuje niepoprawną pozycję wyjściową w celu wykorzystania jej lub nie respektuje instrukcji sędziego-arbitra, podlega decyzji zasady ataku przed gwizdkiem sędziego.

Opuszczenie maty bez pozwolenia

Zawodnik powinien otrzymać pozwolenie sędziego-arbitra przed opuszczeniem maty w czasie walki. W innym przypadku, otrzyma ostrzeżenie za pasywność.

### Artykuł 27 - Chwyty i akcje niedozwolone

Wszystkie naruszenia leżą w kompetencji sędziego-arbitra. Jeśli akcje jednego lub obu zawodników naruszają kodeks etyki czy sportowy Fila, sędzia-arbiter może zdecydować o ich dyskwalifikacji w walce czy w zawodach. Sędzia-arbiter powinien raportować o wszystkich naruszeniach, mając na uwadze zmianę ich ewentualnej przynależności do Fila.

Pierwsze naruszenie daje 1 punkt dla przeciwnika, drugie daje 2 punkty dla przeciwnika, trzecie prowadzi do dyskwalifikacji przeciwnika winnego. Jeśli zawodnik jest kontuzjowany w następstwie zabronionego chwytu i nie może kontynuować walki, grappler który to spowodował przegra walkę.

Typy zabronionych akcji/chwyków:

- . zamierzony atak na kości lub stawy

- . cios pięścią (w głowę, kolana, łokcie, przedramiona itd.)
- . atak na oczy, włosy lub na genitalia
- . uderzenia w policzek, twarz, ugryzienia
- . rzut na plecy przeciwnika począwszy od kontroli z tyłu
- . kombinacje haczenia za stawy i rzutów
- . używanie palców w celu duszenia/ściskania przeciwnika
- . skręcenia pięt ( wewnętrzne i zewnętrzne)
- . skręcenia nadgarstków ( 2 na 1)
- . ataki brodą
- . crucifix
- . podwójny Nelson
- . can opener
- . ciągnięcie palców i manipulowanie stawami. Grappler może atakować nie mniej niż 4 palce czy palce u stóp kiedy próbuje zerwać uchwyt (nieodzwolone zaciskanie kciuka)
- . ciągnięcie za kostium zawodnika
- . obrażanie przeciwnika lub sędziego.

Restrykcje dotyczące wieku zawodników:

Młodzicy i beniaminki nie mają prawa stosować podwójnego Nelsona za kark i blokad stóp/chwyty za palce u nóg.

Kadeci i juniorzy nie mają prawa stosować blokad/chwyty za palce u nóg.

#### Artykuł 28 - Kodeks etyczny i sportowy

Światowy Komitet Grapplingu odnosząc się do Kodeksu etycznego FILA potępia wszystkie formy agresji, przemocy i molestowania (zwłaszcza seksualnego) w miejscu zawodów. Oczekuje się, że uczestnicy będą się szanowali i traktowali z takim samym szacunkiem sędziów-arbitrów, trenerów, organizatorów i widzów. Każde zachowanie naruszające te reguły spowoduje dyskwalifikację z zawodów i zmianę decyzji odnośnie przynależności do Fila. Wszystkie antysportowe zachowania powinny być przekazane do kierownika sędziów-arbitrów i dyrektora zawodów, aby mogli podjąć właściwe decyzje.

Każdy trener, zawodnik czy widz, który narusza kodeks etyczny i sportowy otrzyma żółtą kartkę. Druga próba spowoduje przyznanie czerwonej kartki i usunięcie z zawodów. Ponadto, wszyscy uczestnicy zaakceptują poddanie się Regulaminowi Anty-dopingowemu FILA i Światowemu Kodeksowi Anty-dopingowemu.

#### Artykuł 29 - Zmiany regulaminu i modyfikacje

Światowy Komitet Grapplingu, w zgodzie z FILA, rezerwuje sobie prawo do dokonania zmian w każdej chwili w niniejszym regulaminie. W przypadku odwołania, odnośnie jego stosowania, tylko wersja angielska stanowi jego podstawę.

Uczestnicy zawodów w grapplingu akceptują nie odwoływanie się do sądu cywilnego w przypadku sporu. Wszystkie wyjaśnienia w pierwszej instancji rozpatrzy Światowy Komitet Grapplingu, organ odwoławczy będzie stanowił Komitet Wykonawczy FILA. Jeśli strony nie będą w stanie się porozumieć, strona, która wniosowała może odwołać się do ostatniej instancji, na swój koszt do Międzynarodowego Trybunału Arbitrażowego (TAS) w Lozannie (Szwajcaria).

#### Artykuł 30 - Protesty i kwestionowanie decyzji sędziowskiej

Nie może być zgłoszony żaden protest przy zakończeniu walki. Kwestionowanie decyzji sędziowskiej może odbyć się tylko podczas trwania walki, pod warunkiem, że sędzia główny oraz trener zawodnika uznają że nastąpił błąd sędziowski. Natomiast pod żadnym pozorem nie może być zmieniony wynik walki po tym jak zostanie on ogłoszony na macie.

Kwestionowanie jest akcją, w której trener może za pośrednictwem zawodnika, przerwać akcje i poprosić skład sędziowski o zobaczenie nagrania video i rozważenia ponownie decyzji. Zaznaczone jest, że ta możliwość jest tylko udostępniona w turniejach, w których kontrola nagrań została formalnie zatwierdzona przez FILA lub komitet organizujący zawody (oficjalne kamery mat).

Trener, który pragnie zgłosić protest i kwestionować decyzje sędziowska powinien rzucić lekki przedmiot na matę i pozostać na swoim miejscu, zaraz po odbyciu się kwestionowanej sytuacji. Kierownik maty powinien wtedy przerwać walkę, jak tylko akcja odbywająca się na macie się zakończy. Jeśli grappler nie zgodzi się z decyzją swojego trenera, walka jest wznowiona.

Skład sędziowski jest wtedy proszony do obejrzenia nagrania i ogłoszenia swojej ostatecznej decyzji razem z Sędzią Głównym turnieju, który ma ostateczne zdanie w wypadku niemożności jednoznacznej decyzji.

Każdy grappler ma prawo do jednego protestu na każdą walkę. Jeśli po obejrzeniu nagrania, skład sędziowski zmieni decyzje, wtedy protest może być wykorzystany jeszcze raz podczas walki. Jeśli natomiast skład sędziowski utrzyma swoją pierwszą decyzję, walczący grappler traci możliwość protestu i 5 punktów zostaje przyznanych jego przeciwnikowi.

Artykuł 30 - Punkty klasyfikacyjne.

Punkty klasyfikacyjne otrzymane za walki będą używane do ustalenia ostatecznego rankingu.

Zwycięstwo przez Poddanie (5 punktów dla zwycięzcy - 0 dla przegranego)

Zwycięstwo przez poddanie następuje, kiedy grappler przyzna się do swojej przegranej albo werbalnie (przez krzyk lub mówiąc 'tap/klepie' lub 'stop') lub fizycznie (przez klepanie za pomocą swojej dłoni lub stopy). Z wyjątkiem Mistrzostw Kontynentalnych i Światowych, sędzia główny ma prawo do uznania zwycięstwa przez poddanie, kiedy zaobserwuje próbę poddania i stwierdzi że grappler który wpadł w próbę poddania nie ma szans na ucieczkę z techniki bez uszkodzenia ciała

Zwycięstwo przez Dyskwalifikację (5 punktów dla zwycięzcy - 0 dla przegranego)

Zwycięstwo przez dyskwalifikację następuje, kiedy grappler zostaje wykreślony z walki lub turnieju z jakiegokolwiek powodu.

Zwycięstwo przez Zrzeknięcie się Walki (5 punktów dla zwycięzcy - 0 dla przegranego)

Zwycięstwo przez zrzeknięcie się walki następuje, kiedy grappler nie pojawi się do swojej walki na macie lub, kiedy jego strój lub ochraniacze są nie przepisowe.

Zwycięstwo Automatyczne (5 punktów dla zwycięzcy - 0 dla przegranego)

Zwycięstwo automatyczne następuje, kiedy grappler nie może kontynuować walki z jakiegokolwiek powodu lub zostaje uznany za niezdolnego do dalszej walki przez Głównego lekarza zawodów. Trener grapplera może również ogłosić zwycięstwo jego przeciwnika przez rzucenie odpowiednio czerwonego lub niebieskiego ręcznika na matę.

Zwycięstwo przez Wyższość Techniczną (4 punkty dla zwycięzcy - 0 dla przegranego)

Zwycięstwo przez wyższość techniczną następuje, kiedy grappler uzyska przewagę 10 punktową nad swoim przeciwnikiem/przeciwniczką.

Zwycięstwo przez Decyzje (3 punkty dla zwycięzcy - 0 dla przegranego)

Zwycięstwo przez decyzje następuje kiedy margines zwycięstwa jest mniejszy niż 10 punktów.

Zwycięstwo w Dogrywce (2 punkty dla zwycięzcy - 0 dla przegranego)

Zwycięstwo w dogrywce następuje kiedy pierwszy punkt zostanie przyznany zawodnikowi lub kiedy sędzia główny przyzna punkt zgodnie z zasadami rozgrywki

Notka: Przy zwycięstwie za Wyższość Techniczną lub przez Decyzje, 1 punkt klasyfikacyjny będzie przyznawany przegranemu zawodnikowi jeśli udało mu się uzyskać 1 lub więcej punktów technicznych podczas walki.