

# **GAMMA**

**GLOBAL ASSOCIATION OF  
MIXED MARTIAL ARTS**

## **Regulations & International Competition Rules**

# **G A M M A**

## **ASSOCIAZIONE GLOBALE DI MIXED MARTIAL ARTS**

### **Regolamento e regole delle competizioni internazionali**

Le seguenti regole dettagliate e tempi di combattimento sono principalmente per GAMMA Tornei internazionali di classe A per adulti!

#### **Queste regole e regolamenti sono lo standard per tutti tornei internazionali GAMMA MMA.**

Tempi di combattimento e regole per altre classi come Juniors, Veterani o Adulti "C" sono diversi e possono essere controllati separatamente alla scheda tecnica panoramica delle regole.

Per bambini, pre-cadetti, giovani / anziani, junior e Veterani MMA è una competizione di arti marziali miste SICURA.

Può essere visto come una versione semi-contatto di MMA.

Le competizioni in questa fascia di età sono combattimenti in cui gli atleti possono applicare l'intera gamma di tecniche e azioni (colpi, trasferimenti, cadute del corpo, lanci, prese, creando dolore e resistenza alla sottomissione), consentito dalle regole per le fasce di età, con una limitazione di colpi, tecniche e azioni tecniche in posizione eretta e da terra relative a questa categoria di atleti per età.

Nelle competizioni per gli 8-15 anni e per i veterani non è permesso il "Knock out" (KO) per il tuo avversario. La sanzione in corso per tale azione è la squalifica.

Ogni membro GAMMA può modificare parti delle regole se richiesto nel rispettivo paese o da incaricato dal governo locale.

Nota: è consentito solo accorciare il tempo di combattimento e prendere via le tecniche consentite dalle varie classi! In nessuna circostanza GAMMA accetta e sanziona eventuali modifiche alle regole per combattere - più tempo e / o meno restrizioni.

### **1. Disposizioni generali:**

- Tutte le competizioni di arti marziali miste (di seguito MMA) vengono eseguite in conformità al Regolamento della Global Association of Mixed Martial Arts (di seguito GAMMA).
- Gli atleti devono avvicinarsi alle gare in conformità a quanto menzionato regolamenti della federazione internazionale (GAMMA) e sono obbligati a seguirli tutte le norme e i regolamenti applicabili emanati da GAMMA.
- Per ogni competizione internazionale, GAMMA annuncerà l'invito all'interno che può pubblicare modifiche o aggiunte a determinati punti di attribuzione.
- GAMMA utilizza il sistema internazionale di unità "SI": "Systeme International d'Unites ", per il peso dei chilogrammi (kg).

### **2. Domanda di concorrenza:**

Tutti gli obblighi per iscriversi alla competizione internazionale sono prescritti dalla GAMMA invito per il relativo concorso.

L'invito al concorso internazionale ha tutti i diritti e gli obblighi definiti:

i concorrenti, l'ospite del concorso e GAMMA come principale organizzatore.

### **3. Atleti in base al sesso e all'età**

Le MMA sono uno sport che può essere praticato da entrambi i sessi in tutte le fasce d'età.

Gli atleti in base alla loro età sono classificati come segue:

- Bambini: da 8 a 9 anni
- Pre-Cadetti: da 10 a 11 anni
- Cadetti: dai 12 ai 13 anni
- Juniores: dai 14 ai 15 anni
- Adolescente: dai 16 ai 17 anni
- Adulti: dai 18 anni in su
- Veterani: dai 40 anni in su

#### **4. Durata degli incontri:**

- a. Ogni combattimento a livello internazionale GAMMA A deve essere di 3 round di 3 minuti.
- b. Il tempo di riposo tra i round è di 60 secondi.
- c. Nessun concorrente potrà superare le gare per più di 9 round e / o 27 minuti di combattere in un periodo di 24 ore.
- d. Tra un combattimento e l'altro dovrebbe essere sempre pianificato un minimo di 2 ore.

#### **5. Commissione arbitri / giudici:**

L'arbitro è l'unico arbitro di un incontro ed è l'unico individuo autorizzato a fermare il combattimento.

L'autorità di un arbitro inizia quando entra nell'area di combattimento e non finisce fino alla conclusione del combattimento.

L'arbitro all'interno dell'arena di combattimento è il capo arbitro in carica.

Il Comitato Arbitrale (Ufficiali) per un'area di combattimento internazionale nei tornei è costituito da:

- a. 1 arbitro all'interno dell'area di combattimento;
- b. 3 giudici che assegnano un punteggio al combattimento, equamente distribuiti nell'area di combattimento;
- c. 1 assistente tecnico - Cronometrista;
- d. 1 assistente tecnico - Score card keeper;
- e. 1 dottore;

#### **6. Replay istantaneo:**

Il replay istantaneo sul sito non deve essere utilizzato per rivedere una "sequenza finale del combattimento". Questo non preclude l'utilizzazione di un video o altro per la revisione di una decisione, secondo la procedura delle autorità di regolamentazione, applicabile se viene presentato un reclamo per rivendicare una chiara violazione delle regole.

#### **7. Equipaggiamento protettivo:**

Tutti i combattenti devono indossare un paradenti durante la competizione. Il round non può iniziare senza il paradenti. Se il paradenti viene spostato durante la competizione, l'arbitro chiamerà il tempo e farà sostituire il paradenti al primo momento opportuno, senza interferire con l'azione immediata.

Tutti i combattenti maschi devono indossare una coppa di protezione per l'inguine (materiale di plastica e metallo sono autorizzati). Le combattenti donne possono scegliere di indossare una protezione per l'inguine se lo desiderano.

Entrambi i combattenti devono indossare lo stesso modello, guanti MMA a dita aperte. I guanti devono avere un peso da 6 a max. 8oz.

Entrambi i combattenti devono indossare lo stesso modello, con parastinchi elastici (o in neoprene) imbottitura del piede allegata. Tutte le imbottiture devono avere uno spessore minimo di 1 cm.

Guanti e parastinchi devono corrispondere al colore degli angoli dei combattenti (rosso o blu). Se tale attrezzatura colorata non è disponibile, il polso dei guanti e la parte superiore dello stinco devono essere avvolti con nastro adesivo rosso o blu largo 50 mm.

Guanti e parastinchi devono essere forniti dall'organizzatore e certificati da GAMMA.

Le concorrenti donne possono per motivi religiosi avere una copertura aggiuntiva per testa / capelli approvato dall'invito al concorso o dagli ufficiali responsabili del torneo.

## **8. Area di combattimento:**

- a. L'area di combattimento, ad esempio, può essere un ring in stile boxe (con un minimo di 5 corde), un ring in stile boxe con recinzione di sicurezza tra le due corde più basse, arena di combattimento (rotonda o più angoli) circondata da recinzione di sicurezza o area di combattimento composta da semplice tatami (stuoia di arti marziali).
- b. La dimensione minima per le aree di combattimento chiuse è di 6m x 6m o 6m di diagonale. La dimensione massima per le aree di combattimento chiuse è 10m x 10m o 10m di diagonale.
- c. Le aree di combattimento aperte senza corde o barriere di sicurezza devono avere dimensioni minime 7m x 7m o 7m di diagonale. La dimensione massima è 10 m x 10 m o 10 m di diagonale.
- d. I bambini e i pre-cadetti dagli 8 agli 11 anni possono combattere solo su un campo aperto, Tatami o tappetino coperto, area di combattimento senza recinzioni, barriere o corde.
- e. Ogni area di combattimento deve avere gli angoli ROSSO e BLU chiaramente contrassegnati.
- f. Il pavimento dell'area di combattimento deve essere imbottito con materassini sportivi, strettamente legati a ciascuno altro, con almeno uno strato di 40 mm di imbottitura in schiuma ad alta densità e può essere coperto. La copertina dovrebbe essere un panno spesso (tela, cotone). In caso di un sito di

combattimento chiuso, stile ring di boxe arena o con recinzione di sicurezza, la pavimentazione in schiuma dovrebbe essere sempre coperta.

## **9. Vaselina / altri gel e creme:**

L'applicazione di vaselina o un'altra sostanza simile prima che il combattimento sia finito e' applicata dai funzionari dell'organizzazione. La ri-applicazione della vaselina o un'altra sostanza simile, in faccia, può essere consentita tra i round e deve essere applicato solo da funzionari autorizzati. Qualsiasi applicazione di sostanze come creme, Olio thailandese o altri liquidi comporteranno la squalifica imminente!

## **10. No Contest:**

Nei casi in cui il combattimento deve essere concluso a causa di imprevisti o per problemi correlati, il combattimento può valutarsi nelle score-card se la metà dei round programmati, più un secondo (1/2 +1) sono stati completati.

Se l'interruzione del combattimento avviene prima del segno 1/2 +1, il combattimento deve essere valutato come "No contest".

## **11. Fasce per le mani:**

- a. Massimo un rotolo di garza bianca di stoffa morbida (non più di 5,8 cm di larghezza per 13,716 m. di lunghezza), è consentita per ogni mano. La garza non può superare il polso del guanto del concorrente. La protezione del pollice esposto è opzionale.
- b. Massimo un rotolo di nastro bianco (non più di 3,175 cm di larghezza per 25,4 cm di lunghezza) è consentito per entrambe le mani di un atleta. Il nastro non può superare il polso dei guanti del concorrente. Il nastro può essere posizionato tra le dita ma non deve coprire le nocche. La protezione del pollice esposto è opzionale.
- c. È vietato qualsiasi tipo di accumulo o arricciatura sopra o tra le nocche delle mani; ciò provocherà la squalifica istantanea del combattente.
- d. Per gli atleti di età inferiore ai 18 anni è vietato fasciare le mani.

## **12. Rivestimenti per giunti /corpi:**

- a. Oltre alle mani del concorrente, non ci saranno nastri, coperture o equipaggiamento protettivo, di qualsiasi tipo, sulla parte superiore del corpo. Questo include, ma non è limitato a solo quanto di seguito indicato: manicotti delle articolazioni, imbottitura o qualsiasi forma di tutore / nastro per il corpo.
- b. Un concorrente può utilizzare una manica morbida in neoprene o tessuto elastico per coprire solo le articolazioni del ginocchio e / o della caviglia. Le maniche consentite non devono avere: imbottitura, velcro, plastica, metallo, cravatte o qualsiasi altro materiale considerato non sicuro o qualsivoglia

supporto che potrebbe creare un vantaggio ingiusto. Nastro adesivo, garza o qualsiasi altro materiale diverso dalle protezioni approvate non è ammesso.

### **13. Abbigliamento da gabbia /anello:**

- a. Tutti gli artisti marziali saranno tenuti a indossare l'equipaggiamento protettivo come ritenuto necessario dalla commissione.
- b. I concorrenti maschi possono indossare una protezione contro le irritazioni a maniche corte sulla parte superiore del corpo, se richiesto dalla federazione o dal direttore del torneo.
- c. Gli artisti marziali maschili e femminili devono indossare i pantaloncini (corti) appropriati, paradenti e guanti. Anche gli artisti marziali maschi devono indossare l'abbigliamento appropriato e la protezione inguinale.
- d. Le artiste marziali femminili devono indossare una maglia a manica corta (sopra il gomito) o rash guard e / o reggiseno sportivo senza maniche. Niente top larghi e / o protezioni per il seno devono essere consentiti. Le concorrenti femminili seguiranno gli stessi requisiti per il rivestimento inferiore dei concorrenti maschi, meno il requisito per la protezione dell'inguine.
- e. L'orlo di pantaloncini o pantaloni larghi potrebbe non estendersi al di sotto del ginocchio. Anche i pantaloni attillati non possono estendersi sopra il ginocchio.
- f. Pantaloncini / calzoncini / pantaloni da combattimento non devono avere velcro, tasche o cerniere.
- g. Gli artisti marziali nella stessa competizione, gara o esibizione possono indossare abiti diversi nel colore dei pantaloncini o essere designati mediante nastro adesivo e / o colorazione del guanto uguale all'angolo loro assegnato.
- h. Gli artisti marziali non devono indossare scarpe durante il combattimento.
- i. Quando ritenuto necessario dall'arbitro, tutti gli artisti marziali devono avere i loro capelli assicurati in modo tale da non interferire con la visione e la sicurezza di nessuno dei due concorrenti. Nessun oggetto può essere indossato per fissare i capelli del concorrente, il che potrebbe causare lesioni a entrambi i concorrenti.
- j. Sarà severamente vietato indossare gioielli (compresi i piercing alla lingua) durante tutte le gare.
- k. Sono vietati i cosmetici durante tutti i concorsi. Quelli al viso saranno a discrezione della commissione e / o dell'arbitro.

### **14. Azioni consentite:**

- a. Colpi in stile arti marziali (solo pugno chiuso o pugno a martello), calci e ginocchia sono consentite in testa e al corpo. Per descrizioni dettagliate dei colpi illegali fare riferimento ai falli e alle azioni illegali.
- b. Sono consentite proiezioni e atterramenti in stile arti marziali. Per descrizioni dettagliate delle azioni illegali fare riferimento ai falli e alle note illegali.

- c. Sono consentite prese di sottomissione in stile arti marziali e azioni di lotta. Per informazioni dettagliate per le descrizioni delle azioni illegali fare riferimento ai falli e alle note illegali.
- d. Sono consentiti clinching e wrestling. Se entrambi i combattenti si aggiudicano o lottano per più di 15 secondi senza alcun colpo o un atterramento significativo, l'Arbitro li richiamerà all'azione. Se i combattenti continuano a fermarsi per altri 5 secondi, l'arbitro interromperà il combattimento e ricomincerà l'incontro in piedi al centro dell'area di combattimento.

## **15. Falli:**

- a. Colpendo con la testa; la testa non può essere utilizzata in alcun modo come strumento per colpire. Qualsiasi utilizzo di testa come strumento che colpisce sia: testa a testa o testa a corpo o altro è illegale. Compressione degli occhi di qualsiasi tipo; la compressione degli occhi con le dita, il mento o il gomito è illegale. Colpi o pugni legali che creano contatto e sono diretti all'orbita dell'occhio del combattente sono attacchi legali.
- b. Mordere o sputare contro un avversario; mordere in qualsiasi forma è illegale. Un combattente è conscio che un arbitro potrebbe non essere in grado di osservare alcune azioni e deve avvertirlo se viene morso da un avversario.
- c. Dita ad amo; qualsiasi tentativo da parte di un combattente di usare le dita in modo tale da attaccare la bocca, il naso o le orecchie dell'avversario, verrà considerato come "Pesca all'amo". L'amo di pesce generalmente è riferito al posizionamento delle dita nella bocca del tuo avversario, tirando le mani in direzioni opposta mentre ti aggrappi alla pelle del tuo avversario.
- d. Tirare i capelli; Tirare i capelli in qualsiasi modo è un'azione illegale. Un combattente non può afferrare con una presa i capelli del suo avversario per controllarlo in qualsiasi modo. Se un combattente ha lunghi capelli, non si possono usare i capelli come strumento per trattenerlo o soffocarlo in alcun modo.
- e. Spiking: proiettare l'avversario che atterra direttamente sulla faccia o sul collo (pile-driving letteralmente "battipalo") è proibito. Qualsiasi proiezione con un arco al suo movimento deve essere considerato un lancio legale. Non importa se la testa dell'avversario colpisce la base. Un battipalo è considerato quando proietti e controlli il corpo del tuo avversario, mettendo i piedi in aria con la loro testa verso il basso e poi spingi con la forza la testa degli avversari contro il rivestimento o il materiale dei pavimenti. Bisogna fare attenzione anche quando un combattente viene posizionato in un sottomissione trattenuta dal proprio avversario. Se quel combattente è in grado di sollevare il suo avversario, non è autorizzati a sbattere o schiacciare la testa dell'avversario verso il pavimento, al fine di forzare la fuga della sottomissione.
- f. Colpi alla spina dorsale o alla parte posteriore della testa; la parte posteriore della testa inizia dalla corona della testa con 2,5 cm di variazione su entrambi i lati, che



corre lungo la parte posteriore della testa fino alla giunzione occipitale. Quest'area si estende alla giunzione occipitale (nuca) per coprire tutta la larghezza del collo. Quindi viaggia lungo la colonna vertebrale con 2,5 cm di variazione su entrambe i lati, dalla linea centrale della colonna vertebrale, compreso il coccige.

- g. Colpi alla gola di qualsiasi tipo e / o afferrare la trachea; non sono ammessi colpi diretti alla gola. Un attacco diretto comprende anche quando un combattente tira la testa del suo avversario in modo da aprire la zona del collo per un attacco violento. Un combattente non può infilzare le dita o il pollice nel collo dell'avversario o nella trachea nel tentativo di sottometterlo. Se durante l'azione di alzarsi in piedi di un combattimento viene lanciato un colpo e questo attinge la zona della gola del combattente, questo deve essere visto come un colpo netto e legale.
- h. Dita protese verso il viso / gli occhi di un avversario; in posizione eretta, un combattente che muove le braccia verso l'avversario con una mano aperta, le dita puntate verso il viso / gli occhi dell'avversario, commetterà un fallo. Gli arbitri devono prevenire questo comportamento pericoloso comunicando chiaramente ai combattenti. I combattenti devono chiudere i pugni o puntare le dita verso l'alto quando si raggiunge l'avversario.
- i. Colpi di gomito; tutti i colpi di gomito a qualsiasi bersaglio in qualsiasi posizione sono severamente proibiti.
- j. Attacchi all'inguine di qualsiasi tipo; qualsiasi attacco all'area inguinale compreso, colpire, afferrare, pizzicare o torcere è illegale. Dovrebbe essere chiaro che gli attacchi all'inguine sono gli stessi per uomini e donne.
- k. Colpire con ginocchiate e/o calciare un avversario a terra è illegale; un combattente a terra è definito quando un singolo ginocchio o braccio (palmo o pugno) si tocca l'area di combattimento. In questo momento, non saranno consentiti tutti i calci o le ginocchiate.
- l. Tenere i guanti o i pantaloncini dell'avversario; a un combattente non è consentito controllare il movimento del proprio avversario trattenendo i suoi pantaloncini o guanti. Un combattente può aggrapparsi o afferrare il proprio avversario per la mano purché non si controlli la mano afferrando il materiale del guanto, ma in realtà stringendo la mano dell'avversario. È legale aggrapparsi ai tuoi guanti o pantaloncini.
- m. Tenere o afferrare la recinzione di sicurezza o le corde con le dita delle mani o dei piedi; un combattente può mettere le mani (piedi) sulla recinzione e spingerla via in qualsiasi momento. Un combattente può mettere i piedi sulla gabbia e far passare le dita dei piedi materialmente per scherma in qualsiasi momento. Quando le dita delle mani o dei piedi di un combattente attraversano la gabbia e usa la recinzione per controllare la loro posizione del corpo o il corpo dell'avversario diventa un'azione illegale. A un combattente non è consentito afferrare le corde o avvolgere le braccia sopra o sotto le funi dell'anello in qualsiasi momento. Il combattente potrebbe non farli intenzionalmente attraverso le corde. Se un combattente viene

sorpreso a tenere in mano la recinzione, la gabbia o materiale della corda ad anello, l'arbitro può emettere una detrazione di un punto da cartellino segnapunti del combattente, se il fallo ha causato un effetto sostanziale nel combattimento. Se si verifica una penalità di punti per aver tenuto la recinzione a causa dell'infrazione e il combattente falloso finisce in una posizione superiore a causa di esso, l'Arbitro impone ai combattenti di ri-iniziare in piedi, in posizione neutra.

- n. Piccole leve articolare; le dita delle mani e dei piedi sono piccole articolazioni. Polsi, caviglie, ginocchia, spalle e gomiti sono tutte grandi articolazioni. È consentito afferrare la maggior parte delle dita delle mani e dei piedi contemporaneamente.
- o. Lanciare un avversario fuori dal ring o da un'area chiusa; Un combattente non è autorizzato a lanciare il proprio avversario fuori dal ring o dall'area chiusa.
- p. Posizionare intenzionalmente un dito in qualsiasi orifizio o in qualsiasi taglio o lacerazione del tuo avversario; a un combattente non è permesso mettere le dita in una lacerazione aperta nel tentativo di allargare il taglio. A un combattente non è consentito mettere le dita nelle mani nel naso, orecchie, bocca o qualsiasi cavità del corpo di un avversario.
- q. Calcio in avanti o laterale al ginocchio dell'avversario; non sono ammessi tutti i straight e i side-kick alle ginocchia.
- r. Artigliare, pizzicare, torcere le carni; qualsiasi attacco che prende di mira la pelle del combattente artigliandola o tentando di tirarla o torcerla per arrecare dolore è illegale.
- s. Passività (evitare il contatto o far cadere costantemente il parading o fingere un infortunio); la definisce passività quando combattente che evita intenzionalmente il contatto con il suo avversario o fugge dall'azione del combattimento. La passività può essere richiamata anche dall'Arbitro per qualsiasi tentativo da parte di un combattente di ricevere il tempo dichiarando falsamente un fallo, lesioni, o far cadere o sputare intenzionalmente il parading o altre azioni finalizzate a bloccare o ritardare l'azione del combattimento.
- t. Uso di un linguaggio offensivo nell'area di combattimento; l'uso di un linguaggio offensivo non è consentito durante la competizione. È esclusiva responsabilità dell'Arbitro determinare quando le parole superano il limite del consentito. Deve esser chiaro che i combattenti possono parlare durante un match. Il semplice uso del linguaggio uditivo non è una violazione di questa regola. Esempi di linguaggio offensivo potrebbero essere quelli di natura razziale o dispregiativa.
- u. Inosservanza flagrante delle istruzioni dell'arbitro; Un combattente deve sempre seguire le istruzioni dell'arbitro. Qualsiasi violazione o il mancato rispetto può comportare la squalifica del combattente.
- v. Comportamento antisportivo che causa un infortunio all'avversario; ogni atleta che gareggia nello sport delle MMA dovrebbe rappresentare lo sport in una luce positiva sottolineando sportività e umiltà. Qualsiasi atleta che non rispetta le regole dello

sport o tenta di infliggere danni inutili all'avversario che è stato eliminato dalla competizione dall'arbitro o ha abbandonato (Tapped out) deve essere considerato antisportivo.

- w. Attaccare un avversario dopo il suono della campana o il break; la fine di un round è indicata dal suono della campana (o del corno) e dal richiamo di tempo dall'arbitro. Una volta che l'arbitro ha chiamato il tempo, qualsiasi azione offensiva intrapresa dal combattente deve essere considerata, dopo il suono, illegale. Un combattente non ingaggerà il proprio avversario in alcun modo durante un time-out o interruzione dell'azione nella competizione. Una volta che l'Arbitro ha chiesto l'interruzione dell'azione per proteggere un combattente che ha è ferito o non è in grado di continuare a competere nel combattimento, i combattenti devono cessare tutte le azioni offensive contro il proprio avversario.
- x. Interferenza dall'angolo o dai secondi di un artista marziale; L'interferenza è definita come qualsiasi azione o attività volta a interrompere il combattimento o a causare un vantaggio ingiusto al proprio combattente. Gli angoli non sono autorizzati a distrarre l'arbitro o influenzare le azioni dell'arbitro in qualsiasi modo.
- y. Per maggiori dettagli su ogni classe e divisione, fare riferimento alle regole GAMMA dettagli alla fine del documento.

## **16. Procedura in caso di falli intenzionali:**

- a. Se un fallo intenzionale provoca un infortunio e l'infortunio è abbastanza grave da determinare la cessazione dell'incontro immediatamente, il combattente che ha provocato l'infortunio perderà per squalifica.
- b. Se un fallo intenzionale provoca un infortunio e l'incontro può continuare, l'arbitro deve informare le autorità e detrarre due (2) punti dal combattente che ha causato il fallo. Le detrazioni di punti per falli intenzionali saranno obbligatorie.
- c. Se un fallo intenzionale provoca una lacerazione e / o gonfiore e l'incontro è autorizzato a continuare, e l'infortunio si verifica nell'incontro interrotto in qualsiasi round dopo ½, i round programmati, più un (1) secondo del combattimento è stato completato, da un altro attacco legale o illegale, il combattente ferito vincerà per DECISIONE TECNICA se sono in vantaggio sulle carte dei punteggi; e l'incontro si tradurrà in un SORTEGGIO TECNICO se il combattente infortunato è dietro o anche sui cartellini.
- d. Se il combattente si ferisce durante il tentativo di commettere fallo intenzionalmente al suo avversario, l'Arbitro non agirà e questo infortunio sarà valutato come se fosse prodotto da un colpo regolare.
- e. Se l'Arbitro ritiene che un combattente si sia comportato in modo antisportivo può interrompere l'azione del combattimento per detrarre punti o interrompere l'incontro e squalificare il combattente.

## **17. Procedura in caso di falli accidentali:**

- a. Se un fallo accidentale provoca un infortunio abbastanza grave da consentire all'arbitro di fermare l'incontro, si giudicherà con NO CONTEST o SQUALIFICA a seconda che l'incontro sia interrotto prima della metà dei round programmati, più un (1) secondo o se il questo sia in fase di completamento o completato.
- b. Se un fallo accidentale causa un infortunio abbastanza grave da consentire all'arbitro di fermare il combattimento dopo ½ dei round programmati, più un (1) secondo di combattimento, l'incontro risulterà assegnato da una DECISIONE TECNICA e verrà assegnato al combattente è in vantaggio sui cartellini nel momento in cui l'incontro viene interrotto.
- c. Saranno conteggiati round parziali o incompleti. Se non si è verificata alcuna azione, il round dovrebbe essere valutato come un round pari. Ciò è a discrezione dei giudici.
- d. Se un combattente, nel corso di un round, perde visibilmente il controllo delle funzioni corporee (vomito, urina, feci), il combattimento deve essere interrotto dall'arbitro e il combattente perderà la gara per Knockout tecnico (TKO) a causa di interruzione medica.
- e. Nel caso in cui si verifichi una perdita della funzionalità corporea nel periodo di riposo tra i round, il medico presente sarà chiamato per valutare se il combattente può continuare. Se il combattente non viene autorizzato dal medico presente a continuare, il combattente perderà per un KO tecnico (TKO) a causa di interruzione medica.
- f. Se il problema di ferite al viso diventa evidente in qualsiasi momento, il combattimento deve essere interrotto dall'arbitro e il combattente perderà per TKO (Technical Knockout) a causa di interruzione medica.

## **18. Procedure scorrette:**

Se viene commesso un fallo, l'Arbitro deve:

1. Chiamare il Tempo;
2. Controllare le condizioni e la sicurezza dell'artista marziale che ha subito il fallo;
3. Valutare il fallo per potenziali detrazioni di punti e / o tempi di ripresa;
4. Durante tutte le procedure di time out, non è consentito l'allenamento di un concorrente.

## **19. Considerazioni sui tempi di ripresa:**

1. Se si verifica un fallo che interessa l'inguine e il concorrente è in grado di continuare, colui che lo ha subito può avere fino a 5 minuti per recuperare.

2. Possono farlo anche i combattenti che vengono feriti abbastanza gravemente, da richiedere un consulto medico, e possono ottenere fino a 5 minuti, a discrezione dell'arbitro, per la valutazione da parte del medico presente, prima che venga presa la decisione di continuare.
3. Per nessun motivo un arbitro può chiamare un time-out per valutare l'impatto di un colpo legale, tranne quando è presente una lacerazione.

## **20. Atterramento:**

- a. Se un combattente viene proiettato a terra, a causa di un colpo o di un calcio alla testa con forte impatto, l'arbitro deve intervenire e fermare immediatamente il combattimento.
- b. Se un combattente viene buttato a terra e appare intontito o aver subito danni nell'impatto, spetta all'arbitro fermare il combattimento, a sua discrezione.

## **21. Criteri di giudizio**

- a. Tutti gli incontri saranno valutati da 3 giudici.
- b. Il Sistema "10 Point Must" sarà lo standard per giudicare un incontro.
- c. In base al sistema di punteggio "10 Point Must", devono essere assegnati 10 punti al vincitore del round e nove punti o meno devono essere assegnati al perdente, ad eccezione di un raro round pari, che viene segnato (10-10).
- d. I giudici valuteranno le tecniche di arti marziali, come colpi / wrestling / lotta (Piano A), aggressività efficace (Piano B) e controllo dell'area del combattimento (Piano C). I piani B e C non vengono presi in considerazione a meno che il piano A non sia valutato come pari.
- e. Le valutazioni devono essere effettuate nell'ordine specifico in cui compaiono le tecniche sopra indicate, e attribuire il maggior peso nel punteggio a colpi / lotta / prese efficaci poi efficace aggressività ed infine controllo dell'area di combattimento.
- f. Lo "striking" efficace viene giudicato determinando l'esecuzione tecnica dei colpi percussori legali, che atterrano un concorrente, esclusivamente sulla base dei risultati di tali colpi legali. Più colpi precisi e tecnici sono valutati maggiormente rispetto molti colpi non precisi e portati in maniera scarsamente tecnica.
- g. Il wrestling efficace è valutato dalle esecuzioni di successo e dai risultati effettivi, provenienti da takedown tecnici e spettacolari ottenuti.
- h. I tentativi di lotta efficaci sono valutati dalle esecuzioni riuscite e potenti che terminano i tentativi di sottomissione.
- i. L'aggressività efficace significa fare tentativi aggressivi per finire il combattimento.
- j. Il controllo dell'area di combattimento viene valutato determinando chi sta dettando il ritmo, il luogo e posizione dell'incontro.

## **22. Criteri di punteggio:**

- a. Un round deve essere valutato come un round 10-10 quando entrambi i concorrenti hanno gareggiato per qualsiasi durata del round e non c'è differenza o vantaggio tra i due combattenti. Un round 10-10 dovrebbe essere un'esenzione molto rara!
- b. Un round deve essere valutato come un round 10-9 quando un concorrente vince per margine di vantaggio; dove il combattente vincente atterra meglio, colpisce o utilizza più efficacemente wrestling e grappling durante il round;
- c. Un round deve essere valutato come un round 10-8 quando un concorrente vince il round con ampio margine per dominanza tecnica e durata di colpi, lotta o prese in un round.
- d. Un round deve essere valutato come un round 10-7 quando un concorrente è completamente dominato dal predominio tecnico e dalla durata dei colpi, del wrestling o del grappling in un round.
- e. Dominanza tecnica; un giudice valuterà se un combattente indebolisce il suo avversario in modo significativo a tutto tondo, anche se potrebbero non aver dominato l'azione. La dominanza tecnica include prove visibili come gonfiore e lacerazioni. La dominanza tecnica deve essere valutata anche quando le azioni di un combattente, usando colpi, lotta e / o afferrandolo, portano a una diminuzione della forza dell'avversario, della sua energia, fiducia, capacità e spirito. Tutti questi sono il risultato diretto di predominio tecnico. Quando un combattente è colpito da colpi, atterramenti, o manca di controllo e/o abilità, questo può creare momenti determinanti nel round e deve essere valutato in maniera preponderante.
- f. La Dominanza, poiché l'MMA è uno sport offensivo, può essere il dominio di un round visto in termini di inoffensività, quando il combattente perdente è costretto a difendere continuamente, con mancanza di reazioni quando si presentano aperture. Dominanza in fase di lotta può essere vista dai combattenti che ottengono clamorose eliminazioni o che lotta inefficacemente per porre fine agli attacchi di sottomissione.
- g. La Durata è definita dal tempo trascorso da un combattente ad attaccare efficacemente, controllare e colpire il proprio avversario; mentre l'avversario offre poco o non trova nessuna uscita offensiva. Un giudice valuta la durata riconoscendo il tempo relativo in un round in cui un combattente prende e mantiene il pieno controllo dell'attacco effettivo. Questo può essere valutato sia nell'azione colpitoria che nel wrestling.
- h. Punteggio di round incompleti. Ci dovrebbe essere il punteggio dei round incompleti. Se l'Arbitro penalizza uno dei combattenti, quindi i punti appropriati saranno dedotti quando il segnapunti calcola il punteggio finale per il round parziale.

## **23. Trasparenza dei Punteggi:**

Per una migliore trasparenza nei confronti del pubblico, degli atleti e degli allenatori, sarà il custode della score-card a mostrare pubblicamente il punteggio effettivo di ogni round in formato elettronico (monitor o dispositivo simile) o con lavagne a fogli mobili (tabellone segnapunti manuale, ecc.) al termine di ogni round.

## **24. Tipi di decisioni**

- a. Presentazione tramite Tap Out; quando un concorrente usa fisicamente parti del proprio corpo per indicare che non desidera più continuare a combattere.
- b. Tap Out verbale; quando un concorrente annuncia verbalmente o volontariamente / involontariamente con urla di dolore o angoscia all'arbitro di non voler continuare. Urlando o facendo rumori incontrollati mentre si è coinvolti in una sottomissione è automaticamente considerato un Tap Out verbale.
- c. Presentazione tecnica; quando a seguito di una sottomissione legale il combattente risulta in stato di incoscienza o con rotture/slogamenti alle ossa o delle articolazioni.
- d. Knockout Tecnico (TKO); Arresto dell'arbitro: L'arbitro interrompe il combattimento perché il combattente è messo giù (con perdita temporanea di sensi) da un colpo netto o da un calcio alla testa e non può temporaneamente difendersi.
  1. Colpi;
  2. Lacerazioni;
  3. Arresto degli angoli;
  4. Non ha risposto al campanello;
- e. TKO per interruzione medica;
  1. Lacerazione;
  2. Interruzione del medico;
  3. Perdita di controllo delle funzioni corporee.
- f. Knockout (KO) per:
  - Arresto dell'arbitro: l'arbitro interrompe il combattimento perché il combattente non può difendersi in modo cosciente.
    1. A causa di Colpi;
    2. A causa dell'impatto da atterramento o proiezione;

- g. Squalifica; Quando un infortunio subito durante la competizione a seguito di un fallo intenzionale è abbastanza severo da terminare il Combattimento. Se sono stati valutati più falli e/o vi è un flagrante inosservanza delle regole e/o dei comandi dell'arbitro.
- h. “No Contest”; Quando un concorrente viene fermato prematuramente a causa di un infortunio accidentale ed il tempo non è stato completato per prendere una decisione tramite le schede di valutazione.
- i. Decisioni;
  - 1. UNANIMOUS DECISION: quando tutti e tre i giudici assegnano l'incontro allo stesso concorrente.
  - 2. SPLIT DECISION: quando due giudici assegnano l'incontro ad un concorrente e un giudice lo assegna all'avversario.
  - 3. MAJORITY DECISION: quando due giudici assegnano l'incontro allo stesso concorrente e un giudice assegna un pareggio.
  - 4. TECHNICAL DRAW (Pareggio): quando un incontro viene interrotto prematuramente a causa di un infortunio da fallo accidentale e un concorrente è in vantaggio sui cartellini.
- j. Draw (Pareggio):
  - 1. Unanimous Draw - Quando tutti e tre i giudici segnano l'incontro in pareggio.
  - 2. Majority Draw - Quando due giudici segnano l'incontro in pareggio.
  - 3. Split Draw - Quando tutti e tre i giudici assegnano giudizi diversi ed il risultato è un pareggio.
  - 4. Technical Draw - Quando un infortunio viene subito durante la competizione a causa di un fallo intenzionale e l'incontro è continuato, poi l'infortunio richiede l'interruzione per un colpo legale o illegale nello stesso punto, dopo ½ dei round programmati, più 1 secondo è stato completato e se l'infortunato è in parità o in svantaggio sui cartellini al momento dell'interruzione, la decisione è un pareggio tecnico.



## **25. Classi di peso:**

### **Bambini 8-9 anni**

PESO RAGAZZI E RAGAZZE

CATEGORIE

Separato per sesso

- 18,0 kg | - 39,7 libbre

- 21,0 kg | - 46,3 libbre

- 24,0 kg | - 52,9 libbre

- 27,0 kg | - 59,5 libbre

- 31,0 kg | - 68,3 libbre

- 34,0 kg | - 75,0 libbre

- 37,0 kg | - 81,6 libbre

- 41,0 kg | - 90,4 libbre

- 45,0 kg | - 99,2 libbre

+ 45,0 kg | + 99,2 libbre

Il peso in kg è il peso superiore

### **Pre-Cadetti 10-11 anni**

PESO RAGAZZI E RAGAZZE CATEGORIE

Separato per sesso

- 27,0 kg | - 59,5 libbre

- 31,0 kg | - 68,3 libbre

- 34,0 kg | - 75,0 libbre

- 37,0 kg | - 81,6 libbre

- 41,0 kg | - 90,4 libbre

- 45,0 kg | - 99,2 libbre

- 50,0 kg | - 110,2 libbre

+50,0 kg | + 110,2 libbre

Il peso in kg è il peso superiore

## **Younder Cadets 12-13 anni**

### PESO RAGAZZI E RAGAZZE CATEGORIE

Separato per sesso

- 31,0 kg | - 68,3 libbre

- 34,0 kg | - 75,0 libbre

- 37,0 kg | - 81,6 libbre

- 40,0 kg | - 88,2 libbre

- 44,0 kg | - 97,0 libbre

- 48,0 kg | - 105,8 libbre

- 52,0 kg | - 114,6 libbre

- 57,0 kg | - 125,7 libbre

+57,0 kg | + 125,7 libbre

Il peso in kg è il peso superiore

## **Cadetti anziani 14-15 anni**

### PESO RAGAZZI E RAGAZZE CATEGORIE

Separato per sesso

- 40,0 kg | - 88,2 libbre

- 44,0 kg | - 97,0 libbre

- 48,0 kg | - 105,8 libbre

- 52,0 kg | - 114,6 libbre

- 57,0 kg | - 125,7 libbre

- 62,0 kg | - 136,7 libbre

- 67,0 kg | - 147,7 libbre

- 72,0 kg | - 158,7 libbre

+72,0 kg | + 158,7 libbre

Il peso in kg è il peso superiore

## **Juniores 16-17 anni / Anziani 18-40 anni / Veterani 41+**

### **CATEGORIE DI PESO MASCHILE**

- 52,2 kg | - 115 libbre
- 56,7 kg | - 125 libbre
- 61,2 kg | - 135 libbre
- 65,8 kg | - 145 libbre
- 70,3 kg | - 155 libbre
- 77,1 kg | - 170 libbre
- 83,9 kg | - 185 libbre
- 93,0 kg | - 205 libbre
- + 93,0 kg | + 205 libbre

### **CATEGORIE DI PESO FEMMINILE**

- 47,6 kg | - 105 libbre
- 52,2 kg | - 115 libbre
- 56,7 kg | - 125 libbre
- 61,2 kg | - 135 libbre
- 65,8 kg | - 145 libbre
- 72,6 kg | - 160 libbre
- + 72,6 kg | +160 libbre

Il peso in kg è il peso superiore.

**Tolleranza:** Combattimento regolare max. 0,45 kg (1 libbra). Campionato - lotta senza tolleranza.

### **26. Riduzione del peso:**

Per tutelare la salute degli atleti, GAMMA non accetta eccessivi tagli di peso. Tutti i concorrenti devono raggiungere il peso il giorno del combattimento. Nei tornei di più giorni, gli atleti saranno sottoposti a peso ogni giorno del torneo. La mancanza di peso comporterà l'imminente squalifica.

### **27. Protocollo di combattimento**

Prima dell'inizio del combattimento, i concorrenti con la loro squadra di accompagnamento (massimo 3 persone) aspetterà fuori dall'area di combattimento in un punto dedicato.

L'arbitro nell'area di combattimento / l'arbitro principale, dopo aver stabilito che tutti gli ufficiali sono nelle loro rispettive posizioni, consente ai concorrenti di entrare nella zona di combattimento.

Il primo concorrente ad essere chiamato nell'area di combattimento è l'angolo BLU, dopodiché verrà chiamato quello dell'angolo ROSSO.

L'arbitro chiama entrambi i concorrenti al centro dell'area di combattimento dove si salutano l'un l'altro e al segnale dell'arbitro assumono le posizioni di partenza.

Dopo che l'arbitro principale inizia il combattimento con il segnale verbale: "COMBATTI" il cronometrista inizierà a segnare il tempo di combattimento ufficiale.

L'arbitro gridando "STOP" interromperà l'incontro in caso di irregolarità, o alla fine del combattimento per scadenza del tempo o per problemi tecnici.

Alla fine di un combattimento, l'arbitro principale in consultazione con il custode dei segnapunti proclama il vincitore alzandone la mano.

## **28. Requisiti medici / Antidoping**

1. Tutti i concorrenti devono essere sani e in buone condizioni fisiche.
2. I test fisici pre-combattimento secondo le regole mediche GAMMA sono obbligatori.
3. Combattenti donne: ogni concorrente femminile, durante il pre-combattimento fisico, dovrà necessaria per superare un test di gravidanza somministrato sotto la direzione di medico esaminatore o assistente autorizzato di tale medico. Alle concorrenti femmine che presentano documentazione scritta accettabile per l'esame medico, può essere revocato dal test di gravidanza fisica pre-combattimento.
4. Requisiti aggiuntivi: è possibile eseguire test random di farmaci e PED dalla Commissione o dalla Organizzazione in qualsiasi momento prima e dopo l'incontro. Il Test Anti - Droga fallito e/o il test PED comporterà la squalifica dal torneo. Tutti i test Antidroga e le procedure di test PED si svolgeranno secondo le linee guida della WADA.

## **29. Nota**

1. Ai Giochi Mondiali, Continentali o Ufficiali non è consentita la bandiera nazionale cerimonia di premiazione.
2. Prima o dopo gli incontri non è possibile fare pubblicità in tutti i Tornei GAMMA. Gli sponsor possono pubblicizzarsi solo sull'abbigliamento sportivo degli atleti di riferimento.

## **30. Panoramica dettagliata delle regole**

Per un controllo rapido e semplice delle tecniche permesse in relazione alla Categoria di riferimento, consultare la scheda dettagliata delle regole nella pagina successiva.

Rules & Fight Times	Kids 8 - 9 years	Pre-Cadets 10-11 years	Cadets 12-13 years	Juniors 14-15 years	Teens 16-17 years	Adult C (max. 23 years)	Adult A (international)	Adult A Contender
1 Extra round possible	Fight Time 1 x 2 Min.	Fight Time 1 x 2 Min.	Fight Time 1 x 3 Min.	Fight Time 2 x 2 Min.	Fight Time 3 x 2 Min.	Fight Time 2 x 3 Min.	Fight Time 3 x 3 Min.	Fight Time 2 x 5 Min.
Punch / Kick to Face Standing	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Legal	Legal	Legal	Legal
Punch / Kick to Body Standing	Legal	Legal	Legal	Legal	Legal	Legal	Legal	Legal
Lowkick	Legal	Legal	Legal	Legal	Legal	Legal	Legal	Legal
Elbow Strikes	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal
Straight Kick to the Knee	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal
Kick / Knee Grounded Opponent	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal
Punching Head grounded	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Legal	Legal	Legal
Punching Body grounded	Illegal	Illegal	Illegal	Legal	Legal	Legal	Legal	Legal
Knee to Head standing	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal
Up Kick to the body & head	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Legal	Legal	Legal
Foot Stomps	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Legal
Arm Locks (using body standing)	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Legal	Legal
Takedowns using neck grip only	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Legal	Legal	Legal
Straight Foot Locks	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Legal	Legal	Legal	Legal
Knee Bars	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Legal	Legal	Legal
Toe Holds	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Legal	Legal	Legal
Heel Hooks	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Legal
Reaping the Knee	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Legal	Legal	Legal
Calf & Biceps Crunches	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Legal
Rib/ Neck Compressions	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Legal	Legal	Legal
Neck Cranks	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Legal
Triangle Chokes	Legal	Legal	Legal	Legal	Legal	Legal	Legal	Legal
Rear Naked Chokes	Legal	Legal	Legal	Legal	Legal	Legal	Legal	Legal
Arm In Chokes	Legal	Legal	Legal	Legal	Legal	Legal	Legal	Legal
Twisters (Spinal Locks)	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Legal
Electric Chair	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Legal	Legal	Legal
No Gi Ezekiel Choke	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Legal	Legal	Legal
Arm Bars / Arm Locks	Legal	Legal	Legal	Legal	Legal	Legal	Legal	Legal
Wrist Locks	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Legal	Legal	Legal
Scissor Takedowns	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Legal
Guillotines	Not Standing!	Not Standing!	Not Standing!	Legal	Legal	Legal	Legal	Legal
Omoplata	Illegal	Illegal	Legal	Legal	Legal	Legal	Legal	Legal
Gogoplata	Not from Top	Not from Top	Not from Top	Not from Top	Legal	Legal	Legal	Legal
Knee on Throat from Top	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Legal	Legal	Legal
Slamming	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal
Squeezing the Windpipe	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal
Smothering	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Legal
Jumping Guard & Submission	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Illegal	Legal
Bear Crawl/ Guard Pass	Illegal	Illegal	Illegal	Legal	Legal	Legal	Legal	Legal
Boston Crab Guard Pass	Illegal	Illegal	Illegal	Legal	Legal	Legal	Legal	Legal

Protective / Clothing Equipment	Kids E 8 - 9 years	Kids D 10-11 years	Kids C 12-13 years	Kids B 14-15 years	Teens 16-17 years	Adult C (max. 23 years)	Adult A (international)	Adult A Contender
Head Protection	Prohibited	Prohibited	Prohibited	Prohibited	Prohibited	Prohibited	Prohibited	Prohibited
6 - 8 oz Open Finger Gloves	Mandatory	Mandatory	Mandatory	Mandatory	Mandatory	Mandatory	Mandatory	Mandatory
Shinguard with Footpadding	Mandatory	Mandatory	Mandatory	Mandatory	Mandatory	Mandatory	Mandatory	Optional
Groin Protection	Mandatory (male)	Mandatory (male)	Mandatory (male)	Mandatory (male)	Mandatory (male)	Mandatory (male)	Mandatory (male)	Mandatory (male)
Mouthguard	Optional	Optional	Mandatory	Mandatory	Mandatory	Mandatory	Mandatory	Mandatory
Handwraps	Prohibited	Prohibited	Prohibited	Prohibited	Prohibited	Optional	Optional	Optional
Shorts / short sleeve	Mandatory	Mandatory	Mandatory	Mandatory	Mandatory	Mandatory	Mandatory	Mandatory
Rashguard male / short sleeve	Mandatory	Mandatory	Mandatory	Mandatory	Mandatory	Mandatory	Optional	Prohibited
Shirt or Top female / short sleeve	Mandatory	Mandatory	Mandatory	Mandatory	Mandatory	Mandatory	Mandatory	Mandatory
Chest protection	Prohibited	Prohibited	Prohibited	Prohibited	Prohibited	Prohibited	Prohibited	Prohibited

Explanation of Divisions:
All Youth Divisions are official rules used for international tournaments
Adult C Division rules can be used for national newcomer tournaments or single fights
Adult A is official rules set used for national qualifier and international tournaments
Adult A Contender rules should be used for newcomer and amateur fights within Pro Events
Adult B rules can be developed by every country to comply with individual national requirements

