



Kick Jitsu (MMA Light)

REGOLAMENTO

SARLINO (Gr) 14 febbraio 2016

La kick jitsu e' una disciplina sportiva studiata per permettere il combattimento sia alla distanza con colpi di percussione, di pugno, di ginocchio e di calcio, sia nel corpo a corpo in piedi sia nel corpo a corpo a terra con tecniche di lotta, proiezioni, bloccaggi e finalizazioni.

Sommario

1 luogo di gara.....	2
2 abbigliamento.....	2
3 durata degli incontri	2
4 bersagli utili.....	2
5 proiezioni e atterramenti	3
6 immobilizzazioni.....	3
7 finalizazioni.....	3
8 giudizio di gara.....	3
9 arbitro centrale	4
10 giudice laterale	4
11 la giuria	4
12 azioni proibite	4
13 il medico.....	5
14 il punteggio	5
15 categorie di peso.....	5
16 Incontri diretti con titolo in palio	6
17 Clinch.....	6
18 Richiami ufficiali	6

1 luogo di gara

Gli incontri di kick jitsu si svolgono su di un quadrato di tatami dello spessore minimo di 3 cm. di metri 6 di lato più un margine di sicurezza, possibilmente di colore diverso e comunque delineato, di metri 2 per totali metri 10 x 10; eccezionalmente, a discrezione del commissario di gara, potrà essere utilizzato un ring conforme a quelli in uso nella kick boxing e pugilato oppure in gabbia conforme a quelle in uso nelle UF MMA

2 abbigliamento

Gli atleti di kick jitsu dovranno indossare pantaloncini corti, T-Shirt, conchiglia, paratibie senza anima rigida che coprano il collo del piede, guanti a mano aperta e paradenti; per le donne, escluso la classe speranze, è obbligatorio il paraseno. È fatto divieto di indossare braccialetti, collane, orecchini ed anelli e qualsiasi altro oggetto che possa recare danno durante il combattimento. Le protezioni devono essere di tipo omologato e verranno controllate dalla giuria di gara. Nelle classi Speranze, cadetti e junior è obbligatorio il caschetto. In tal caso il margine di sicurezza dell'area di gara può essere di un solo metro. Le unghie dovranno essere tagliate corte. Se l'arbitro giudicherà che le unghie sono troppo lunghe darà all'atleta 3' di tempo per provvedere. Dopo tale termine sarà squalificato.

I guanti per la Kick Jitsu devono avere il pollice coperto, l'imbottitura sul dorso deve essere almeno di 4 cm.. Lo spesso dell'imbottitura sul pollice deve essere circa 5 mm.

3 durata degli incontri

Le gare di kick jitsu si svolgeranno, salvo diverse decisioni del commissario di gara, sulla distanza di due round di due minuti con un minuto di riposo **sia le eliminatorie che le finali**.

Categoria Speranze 10 – 12 anni : qualificazioni e finali due round da 1' 30" con 1' di pausa.

4 bersagli utili

Nella kick jitsu light è ammesso colpire con controllo tutte le parti del corpo con esclusione di genitali, gola, nuca e schiena, con tecniche di pugno anche ruotato, ginocchio (solo al corpo) e calcio: sono considerate "senza controllo" tutte le tecniche passanti il bersaglio. È ammesso colpire mentre si afferra o si è afferrati. Non è ammesso colpire al suolo o dal suolo. Non è ammesso colpire sopra la testa.

Nella classe Speranze non è ammesso colpire mentre si afferra o si è afferrati e non è consentito finalizzare.

Nella classe Cadetti non è consentito colpire mentre si afferra o si è afferrati. È possibile prendere posizioni tecniche di finalizzazione ma senza portare alla resa l'avversario.

5 proiezioni e atterramenti

Nella kick jitsu e' ammesso afferrare e proiettare l'avversario in qualsiasi modo eccetto durante una finalizzazione. Non è ammesso proiettare l' avversario sul collo o facendolo cadere sul proprio ginocchio. E' invece considerato atterramento qualsiasi modo in cui si riesca a portare a terra l' avversario finendoci sopra o restando in piedi (anche nel caso che l' avversario "faccia tutto da solo" oppure fallendo un tentativo di proiezione di sacrificio). Le proiezioni iniziate nell'area interna del quadrato sono valide anche se terminano fuori.

6 immobilizzazioni

Nella kick jitsu e' ammesso bloccare a terra l' avversario in qualsiasi modo fermo restando che il punteggio sarà assegnato a chi si troverà in posizione di vantaggio . Sono considerate posizioni di vantaggio tutte quelle posizioni al disopra dell' avversario, eccezion fatta per la "montada" posteriore che è comunque considerata posizione di vantaggio. L' arbitro centrale, appurata la stabilità della posizione (circa 5" di clinch), segnala con il braccio disteso sopra i combattenti l' eventuale bloccaggio e conta ad alta voce, in modo da farsi udire dagli atleti, fino a 5 (il 5 coincide con lo stop e quindi non si pronuncia) dopodiché fa rialzare gli atleti e assegna il punteggio. Se durante il conteggio la situazione si sblocca o si ribalta l' arbitro interrompe comunque il combattimento e fa rialzare gli atleti. Viceversa, se durante il conteggio cambia il tipo di bloccaggio da parte di chi lo sta già effettuando, il conteggio prosegue. Se l'atleta immobilizzato esce completamente dall'area interna di combattimento si interrompe il conteggio. In tal caso il combattimento riprende in piedi.

7 finalizzazioni

Nella Kick jitsu è ammessa la finalizzazione attraverso soffocamento, strangolamento, compressione e leva articolare. Non si possono mettere le mani sul viso dell' avversario. L'arbitro centrale può interrompere una finalizzazione in corso se la ritiene pericolosa per l'atleta che la sta subendo. Ciò comporterà la detrazione di 1 punto sul cartellino all'atleta che subiva la finalizzazione. Nel caso di perdita del paradenti o del caschetto durante il combattimento al suolo non si interrompe l' incontro. L' arbitro farà rimettere il paradenti al termine della fase al suolo. Non è ammesso "strappare" le leve articolari. Esse dovranno sempre essere tirate in progressione. Non sono ammesse le microleve. **La finalizzazione pone fine all' incontro.**

8 giudizio di gara

Al termine di ogni round i giudici laterali (3) attribuiscono sugli appositi cartellini il punteggio di 10 pp. all'atleta che e' stato migliore e 9 all'altro, 8 se il divario e' stato notevole, quindi sottraggono i punti per eventuali falli riportando il totale nell'apposita casella.

Al termine dei round previsti ogni giudice fa il totale dei punti attribuiti; se si verifica la parità in caso di torneo ad eliminazione il giudice dovrà assegnare la preferenza.

Il vincitore e' individuato per maggioranza di verdetti. Il giudizio degli arbitri e' inappellabile. Eventuali reclami verso il verdetto dovranno essere presentati nell' immediato per scritto dal coach dell' atleta accompagnati dalla tassa di euro 50,00 che, se il reclamo verrà accolto, sarà rimborsata.

9 arbitro centrale

Dirige l'incontro, sale per primo sul tatami, invita i giudici laterali al controllo delle protezioni, comanda il saluto, avvia il combattimento con il termine "combattere" oppure "fight", blocca ogni qualvolta lo ritenga opportuno l'incontro con la parola "stop", oppure " break " (al quale i contendenti fanno un passo indietro e ripartono) può richiamare, penalizzare e squalificare gli atleti, segnala con un braccio alzato le possibili proiezioni, segnala con il braccio teso orizzontalmente l'immobilizzazione contando ad alta voce, in posizione che lo renda udibile dagli atleti, fino a 4"; quindi da lo stop. E' facoltà dell'arbitro centrale fermare il conteggio prima dei 5" se ritiene che sussista una situazione di pericolo. Chiede la sospensione del tempo al tavolo della giuria, segnala le uscite.

Divide i combattenti che sono entrati in presa senza tentare prontamente una proiezione; ferma il combattimento se dopo aver iniziato il conteggio per una immobilizzazione avviene un ribaltamento e comunque se dopo l'atterramento non segue prontamente una immobilizzazione e/o tentativo di finalizzazione; assegna la vittoria al termine dell'incontro.

10 giudice laterale

valuta la tecnica, il controllo, le combinazioni, la resistenza degli atleti per l'assegnazione del punteggio, valuta più o meno valide le proiezioni e le immobilizzazioni segnalati dall'arbitro centrale, può assegnare punti di penalità, può chiedere il consulto dell'arbitro centrale, controlla le protezioni su invito dell'arbitro centrale, compila il cartellino in ogni sua parte.

11 la giuria

E' composta da un cronometrista che ferma il tempo solo su richiesta dell'arbitro centrale, un segnapunti che annota le uscite, uno speaker, un commissario di gara che controlla i cartellini prima del verdetto; il commissario di gara può essere utilizzato in più tavoli svolgendo funzione di controllo, e' il responsabile di tutta la gara; uno dei giurati svolge la funzione di speaker in mancanza di una persona addetta. Il commissario di gara può prendere decisioni avverse al regolamento in base a necessità logistiche e le motiverà nel verbale di gara insieme ai risultati, gli orari e le osservazioni del responsabile dell'arbitraggio.

12 azioni proibite

nella kick jitsu non si possono affondare i colpi, parlare durante l'incontro, mordere o graffiare, perdere tempo evitando l'incontro, colpire con la tibia, testa, le spalle e i gomiti, colpire senza guardare il bersaglio, colpire l' avversario al suolo (si considera tale l' atleta su tre appoggi) girare le spalle all'avversario se non con chiara tecnica, avere un comportamento poco sportivo verso l'avversario, l'arbitro e i giudici. Il coach non deve gridare rivolgersi all'avversario o agli ufficiali di gara. Non ci si può afferrare al bordo del tatami. E' vietato afferrare la T-shirt o i pantaloncini dell' avversario.

13 il medico

deve essere presente durante tutta la manifestazione posizionato vicino al quadrato di gara; in caso di incidente spetta solo a lui decidere se l'atleta infortunato può continuare a combattere: l'atleta che abbandona per intervento medico non può in ogni caso riaccedere alle fasi successive della gara.

14 il punteggio

Proiezione	Punti 2
Proiezione con stacco di entrambi i piedi da terra	Punti 3
Atterramento o caduta anche su proiezione fallita	Punti 1
Immobilizzazione	Punti 1
Immobilizzazione laterale	Punti 2
Immobilizzazione in montada	Punti 3
Calcio alla testa	Punti 2
Qualsiasi colpo andato a segno	Punti 1
Terza uscita volontaria	Punti -1 sul cartellino
Quarta uscita volontaria	Squalifica
Penalità	Punti -1

Nella categoria Speranze ogni atterramento e ogni immobilizzazione portano 2 punti.

Nella categoria Cadetti Ogni posizione tecnica di finalizzazione mantenuta per 5" porta 2 punti.

15 categorie di peso

Senior 19 – 40 anni

Uomini Kg. 56, 60, 65, 71, 78, 86, 95, 105, over 105

Donne Kg. 50, 55, 61, 68, 76, over 76

Junior 16-18 anni

Ragazzi: kg. 56 – 60 – 65 – 71 - 78 - 86 - + 86

Ragazze: kg. 50 - 55 - 61 - 68 - + 68

Speranze 10 – 12 anni

Ragazzi: kg. 28 – 32 – 37 – 42 – 47 – 53 - over

Ragazze: kg. 28 – 32 – 37 – 42 – 47 – 53 - over

Cadetti 13 – 15 anni

Ragazzi: kg. 42 – 47 – 52 – 57 – 63 – 69 – 76 - over

Ragazze: kg. 42 – 46 – 50 – 55 – 60 – 65 – 76 - over)

E' obbligatorio il certificato agonistico rilasciato da un centro di medicina sportiva, per il quale e' responsabile il direttore tecnico della società di appartenenza.

16 Incontri diretti con titolo in palio

E' ammesso a chi detiene il titolo italiano, metterlo in palio volontariamente durante l'arco dell' anno in incontri diretti sulla distanza delle tre riprese.

17 Clinch

Si considera “clinch” una situazione di stallo, sia in piedi che a terra, durante la quale, per circa 5”, nessuno dei contendenti attua azioni tese a volgere il combattimento a proprio vantaggio. N.B. lo è anche un tentativo prolungato di finalizzazione che non porta alla resa dell' avversario.

18 Richiami Ufficiali

I° richiamo ufficiale = Avviso sul cartellino

II° richiamo ufficiale = meno un punto sul cartellino

III° richiamo ufficiale = squalifica

19 Uscita dall' area di gara

Nel caso in cui i due atleti escano dall' area di gara in modo tale da costringere l' arbitro a fermare l' incontro si possono verificare le seguenti possibilità:

Ø Uno dei due atleti era in posizione laterale o di monta consolidata. In questo caso si fa riprendere il combattimento al centro del ring in posizione laterale o di monta. In entrambi i casi chi sta sopra appoggia le mani a terra esterne al corpo e chi sta sotto cinge la vita all' avversario.

Ø Nessuno dei due atleti aveva consolidato una posizione laterale o di monta. In questo caso si fa riprendere il combattimento in piedi.

Ø Uno dei due atleti aveva una finalizzazione in corso. Si assegna un punto di penalità (sul cartellino) all' atleta che subiva la finalizzazione e si fa riprendere il combattimento in piedi.