



ULTIMATE FIGHT MMA. REGOLAMENTO

L' Ultimate Fight MMA è una disciplina che consente la massima espressione dell'arte marziale in un combattimento dove è ammesso il k.o.

1 LUOGO DI GARA

Gli incontri di Ultimate Fight MMA si svolgono all' interno di una gabbia ottagonale avente un diametro compreso tra i 7 e i 10 mt. o, in alternativa, su di un ring conforme a quello in uso nella kickboxing, a quattro corde, il pavimento deve essere di tatami e comunque adeguatamente imbottito.

In deroga a quanto sopra è ammesso disputare incontri classe E su quadrato di tatami come nella MMA LIGHT, in tal caso è fatto obbligo dell'uso del caschetto .

2 ABBIGLIAMENTO

Gli atleti di Ultimate Fight MMA devono indossare i pantaloni corti aderenti, bermuda o larghi come in uso nella kickboxing. In quest' ultimo caso sotto ad esse deve essere indossato lo short aderente. In deroga (motivata) a quanto sopra possono essere indossati fusò e/o rashguard. Le protezioni sono costituite da conchiglia, guanti a mano aperta, paradenti. Per le donne inoltre maglietta o TOP e paraseno . Le protezioni dovranno essere di tipo omologato e verranno controllate dalla giuria. Il paradenti dovrà essere serrato e non sarà ammesso combattere a bocca aperta.

3 DURATA DEGLI INCONTRI

classe E (esordienti) fino a max 3 incontri con avversari con max 2 match di differenza:
2 x 4' - recupero di 1' 30"

classe B fino a un max di ulteriori 5 incontri
2 x 5' - recupero 1' 30"



classe A

3 x 5' - recupero di 2'

I tornei nazionali ed internazionali si svolgono su incontri da 2 round x 5' con 1' 30" di intervallo.

4 BERSAGLI UTILI - TECNICHE AMMESSE

Classe A:

E' ammesso colpire su tutto il corpo con esclusione di spina dorsale, nuca, parte superiore della testa, gola, genitali con colpi di pugno (chiuso), ginocchio e calcio (piede e tibia). Sono ammesse le gomitate solo a traiettoria circolare che NON colpiscano il bersaglio con la punta.

Al suolo (ambedue o uno soltanto dei combattenti) sono ammessi gli stessi colpi ma al capo soltanto di pugno e di gomito.

Classe B:

Come classe A ma Sono vietate le gomitate.

Classe E:

Come classe B ma in piedi non è ammessa la ginocchiata al capo mentre a terra si colpisce solo di pugno.

5 PROIEZIONI

E' ammesso afferrare, trattenere, proiettare l' avversario in qualsiasi modo, fermo restando che l'attribuzione del punteggio è in base alla validità tecnica , è altresì ammesso colpire mentre si afferra o si è afferrati. Non è ammesso lanciare l' avversario al di sopra delle corde.

E' proibito proiettare l' avversario facendolo cadere al suolo sulla testa o facendolo cadere sulle proprie ginocchia. E' proibito afferrarsi alle corde o utilizzare la gabbia come appiglio..



6 BLOCCAGGI

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 e la manterrà per almeno 5". 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.

7 FINALIZZAZIONI

E' ammesso finalizzare con soffocamento, strangolamento, compressione e leva articolare (ma non alle dita). La finalizzazione pone fine all' incontro. Non si possono mettere le mani sul viso dell' avversario. (bocca, naso, occhi.)

L'arbitro centrale può interrompere una finalizzazione in corso se la ritiene pericolosa per l'atleta che la sta subendo assegnando in tal caso la vittoria. Nel caso di perdita del paradenti durante il combattimento al suolo l' arbitro bloccherà i contendenti in quella posizione e farà rimettere il paradenti facendo riprendere il combattimento.

8 GIUDIZIO DI GARA

Al termine di ogni round i giudici laterali assegnano 10 punti al combattente che ha prevalso e 9 all'altro (8 se il divario è stato notevole), quindi detraggono i punti dovuti a penalità riportando il totale sulla colonna dei round. Al termine dell'incontro il risultato sarà dato dalla somma dei punteggi ottenuti nelle varie riprese. Se l' incontro è di torneo in caso di parità dovrà essere apposto il punto di preferenza. Il vincitore è individuato per maggioranza di verdetti e il giudizio degli arbitri è inappellabile.E' ammesso ricorso da presentare scritto subito dopo l'incontro al commissario di gara accompagnato dalla tassa relativa.

9 ARBITRO CENTRALE

Sale per primo sul ring, dirige l'incontro, avvia il combattimento con il termine "combattere", oppure "fight", lo ferma con la parola "stop". Fa allontanare i due combattenti da un clinch prolungato in piedi o li fa rialzare dopo un clinch prolungato a terra. Ferma il combattimento per K.O. dopo max tre tecniche di pugno sferrate al suolo dal combattente che è sopra l' avversario in passività, colpi che giungano al viso in piena potenza.

L'arbitro centrale può in ogni momento fermare l'atleta ritenuto in difficoltà o proclamare la sconfitta per manifesta superiorità . In caso di ferita dovrà interpellare il medico . Può chiedere la sospensione del tempo.



10 GIUDICE LATERALE

Valuta la tecnica, le concatenazioni, il numero dei colpi a segno, l'efficacia, le proiezioni e i bloccaggi; può assegnare punti di penalità, può chiedere il consulto all'arbitro centrale, compila il cartellino in ogni sua parte.

11 LA GIURIA

E' composta da un cronometrista, che ferma il tempo solo su invito dell'arbitro centrale e segnala il "fuori i secondi" a 10 secondi dall'avvio della ripresa, uno speaker, un commissario di gara, che è il solo responsabile di tutta la competizione, il medico sportivo al quale spetta la decisione inappellabile di fare continuare o meno l'incontro all'atleta infortunato.

12 PUNTEGGIO (SCORE MACHINE)

Il punteggio sul quale basarsi per l'attribuzione del round è il seguente:

Qualsiasi colpo a segno: 1 punto

Grande efficacia della tecnica: + 1 punto.

Proiezione con stacco di entrambe le gambe: 3 punti

Proiezione tecnica: 2 punti

Semplice atterramento anche involontario: 1 punto

Bloccaggio: punti da 1 a 3 a seconda che si tratti di un qualsiasi bloccaggio, di un bloccaggio laterale, di una montada anteriore o posteriore.

Ribaltamento: 1 punto

Penalità: meno un punto sul cartellino

13 LE CATEGORIE DI PESO

uomini kg. 56, 60, 65, 71, 78, 86, 95, 105, OVER.



Donne: kg. 50, 55, 61, 68, 76, OVER

Età minima 18 anni (sedici con il permesso scritto del genitore).

Certificato medico agonistico rilasciato da un centro di medicina sportiva (riferimento pieno contatto) da presentare al momento della gare insieme al libretto personale munito di fotografia.

14 USCITA DALL' AREA DI GARA

(In caso di uso del Ring)

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.

15 INFORTUNIO

Nel caso di un infortunio ci sono 3' a disposizione dell' atleta per cercare di recuperare e decidere se proseguire o meno l' incontro, fatto salvo il giudizio del medico.

Nel caso si debba interrompere l' incontro per infortunio involontario si assegna il no contest se non era ancora terminato il 1° round. In caso contrario si procede alla lettura dei cartellini.

16 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.



17 SCORRETTEZZE

Non è ammesso:

Afferrare i pantaloncini o il guanto dell' avversario;

Afferrarsi alla gabbia (o alle corde);

Sfregare la pelle;

Mordere;

Spingere con la testa sulla parte frontale del viso (occhi, naso, bocca);

Usare unguenti, olii, e creme al di fuori di quelle messe dal responsabile di quadrato sulle sopracciglia, zigomi e naso.

N.B.

Eventuali accordi tra i coach che esulano o vanno in deroga al presente regolamento sono da ritenersi del tutto ufficiosi e non ne deve essere messo a parte l' arbitro il quale farà rispettare solo e solamente il regolamento federale. Il rispetto di detti accordi resta competenza esclusiva degli atleti stessi e della loro etica sportiva.