**REGULAMIN BRAZYLIJSKIE JU-JITSU NO GI**

**§1**

**Obszar stosowania:**

1. Poniższe przepisy dotyczą zawodów w brazylijskim ju-jitsu organizowanych przez Akademię Wojsk Lądowych imienia generała Tadeusza Kościuszki we Wrocławiu.
2. Przepisy mają zastosowanie we wszystkich turniejach oraz na zawodach organizowanych jako BJJ.

**§2**

**Ubiór i sprzęt zawodników:**

1. Zawodnik walczy w rash’u oraz luźnych spodenkach. Dopuszcza się legginsy pod warunkiem, że na nie nałożone są luźne spodenki
2. Wymagane jest posiadanie bielizny pod spodenkami
3. Buty zapaśnicze i wszelkiego rodzaju buty, nakrycia głowy są niedopuszczalne.
4. Strój musi być wyprany i wysuszony, bez nieprzyjemnego zapachu.
5. Zawodnicy muszą mieć krótkie paznokcie u rąk jak i u nóg.
6. Zawodnicy nie mogą nosić na sobie niczego, co mogłoby zranić lub narazić na niebezpieczeństwo przeciwnika.
7. Zawodnicy nie mogą walczyć w okularach. Mogą walczyć w szkłach kontaktowych na własną odpowiedzialność.
8. Długie włosy muszą być związane miękką gumką do włosów.
9. Twarde suspensorium jest zabronione

**§3**

**Obszar Walki:**

a) Każde pole walki wynosi 12x12 metrów i będzie pokryte tatami,

b) Obszar maty będzie podzielony na dwie strefy.

c) Pole walki będzie wynosić 8m x 8m. Dozwolone jest minimalne pole walki, które powinno wynosić 6m x 6m.

d) Obszar na zewnątrz pola walki jest nazwany pasem bezpieczeństwa i musi mieć co najmniej 2 m szerokości.

e) Jeżeli na zawodach będą ze sobą sąsiadować dwa lub więcej pola walki, wspólny pas bezpieczeństwa nie jest dozwolony.

f) W wyjątkowych przypadkach istnieje możliwość korzystania ze wspólnego pasa bezpieczeństwa, pod warunkiem, że pomiędzy sąsiadującymi polami walki będzie pas bezpieczeństwa o szerokości co najmniej 3m.

g) Odległość pomiędzy Sekretariatem a Polem Walki musi wynosić co najmniej 2m.

h) Odległość pomiędzy widownią a Polem walki musi wynosić co najmniej 3m.

 i) Dozwolone są krzesła dla trenerów poza matą ale powinny znajdować się za barierką.

j) Organizator zawodów powinien zabezpieczyć czerwone i niebieskie pasy dla zawodników, tablice wyników, papiery i materiały biurowe (listy walk, długopisy), stoliki z miejscami dla sędziów i komitetu technicznego.

**§4**

**Trenerzy /Sekundanci:**

a) Zawodnikowi może towarzyszyć tylko jeden trener, który podczas trwania walki pozostaje poza obszarem walki w specjalnie wyznaczonym dla niego miejscu.

 b) Trenerzy powinni zachowywać się zgodnie z etyką i regułami sztuk walki.

c) Trener ma być odpowiednio ubrany (kompletny garnitur lub strój sportowy). Podczas eliminacji dres sportowy drużyny jest możliwy do przyjęcia. Podczas finałów, specjalny sposób ubioru tzw. „dress code” jest obowiązkowy.

d) Jeżeli trener zachowuje się nagannie w stosunku do zawodników, sędziów, publiczności lub kogokolwiek innego, to Sędzia Maty może zdecydować o usunięciu go z miejsca dla trenera do końca trwania walki.

**§5**

**Sędziowie**

a) Sędzia Maty porusza się po obszarze maty, odpowiada za przebieg walki. Decyduje o punktach i karach, ale może zasięgnąć rady Sędziego Bocznego.

b) Jeden Sędzia Boczny może asystować Sędziemu Maty i powinien być usytuowany na krześle poza pasem bezpieczeństwa.

c) Finały są przeprowadzane przy udziale dwóch Sędziów Bocznych, którzy potwierdzać będą decyzje Sędziego Maty.

d) Sędzia Boczny jest odpowiedzialny za sekretariat. Dyktuje punkty i kary sekretarzom i informuje Sędziego Maty o zakończeniu czasu walk i dodatkowym czasie ogłoszonym na wskutek powstałych kontuzji.

e) Jeżeli złe zachowanie trenera jest kontynuowane to Sędziowie Walki mogą zadecydować o usunięciu trenera na trybuny do końca trwania turnieju.

**§5**

**Podział zawodników na kategorie:**

1. Zawodnicy startują w walkach turniejowych.

Obowiązujące kategorie wagowe dla kobiet i mężczyzn:

Kobiety: open

Mężczyźni: -69 kg, -77 kg, -85 kg, +85 kg

Ważenie powinno odbywać się popołudniu lub wieczorem dzień przed zawodami. Zawodnik waży się ubrany jak do walki.

**§6**

**Weryfikacja, ważenie zawodników i badania lekarskie:**

1. Weryfikacja, ważenie zawodników odbywa się w przed dzień zawodów.
2. Zawodnik ważony oficjalnie jest tylko raz i uzyskana waga zapisywana jest do protokołu zawodów.
3. Zawodnicy mogą skorzystać z wagi przed oficjalnym ważeniem.
4. Organizator ma obowiązek udostępnić zawodnikom wagę do pomiaru kontrolnego.
5. Na oficjalną wagę zawodnik stawia się z ważnym zaświadczeniem lekarskim o zdolności do udziału w zawodach oraz służbowym dowodem tożsamości.
6. Urządzenie do ważenia jest dostarczane przez organizatora (jest
to urządzenie legalizowane).

**§7**

**Warunkiem udziału w zawodach jest posiadanie:**

1. Służbowego dowodu tożsamości .
2. Aktualnych badań lekarskich (potwierdzenie zdolności do udziału
w zawodach prowadzonych w formule bjj i pochodnych).
3. Właściwego stroju

**§8**

**Zasady walki:**

a) Czas walki wynosi 6 minut.

b) Czas odpoczynku pomiędzy dwoma walkami powinien wynosić minimum 6 minut

**Punkty**

Działania powodujące możliwość dojścia do poddania się przeciwnika będą nagradzane przez punkty. Akcje obronne nie mogą być punktowane. Punkty będą przyznawane przez Sędziego Maty. SM pokazuje ilość punktów palcami dłoni z opaską odpowiadającą kolorowi pasa zawodnika (czerwony i niebieski). Przewaga pokazywana jest poprzez podniesienie właściwej ręki na wysokość ramienia zawodnika.

a) Obalenie

|  |  |
| --- | --- |
| Obalenie z ciągłą kontrolą 3 sekund | 2 punkty  |
| Gdy zawodnik wykonuje obalenie, a przeciwnik nie ląduje na plecach lub na boku i wstaje na stopy w ciągu 3 sekund. Gdy zawodnik próbuje obalić zakleszczając jedną nogę przeciwnika zmuszając tym samym przeciwnika do ucieczki za pola walki by uniknąć obalenia, a tym samym do przerwania walki przez sędziego. | Przewaga |

b) Technika kontrolowana (3 sekundy)

1. Kolano na brzuch

|  |  |
| --- | --- |
| Gdy zawodnik z górnej pozycji umieszcza kolano na brzuchu, klatce piersiowej i żebrach przeciwnika, który leży na plecach lub boku, a drugą nogą jest podparty na ziem | 2 punkty |
| Jeśli jedno kolano jest umieszczone na brzuchu, ale drugie pozostaje na ziemi | Przewaga |

1. Dosiad

|  |  |
| --- | --- |
| Kiedy zawodnik jest na górze, poza pół gardą, siedzi na tułowiu przeciwnika i jego dwa kolana lub jedna stopa i kolano jest na ziemi, twarzą w kierunku głowy przeciwnika i kiedy jedno z ramion jest uwięzione pod jego nogą. | 4 punkty |
| Kiedy oba ramiona przeciwnika są uwięzione pod nogami atakującego. | Przewaga |

3.Tylny dosiad/wpięcie za plecy

|  |  |
| --- | --- |
| Gdy zawodnik przejmuje kontrolę nad plecami przeciwnika, zahacza stopy wewnątrz nóg przeciwnika lub z jednym z ramion przeciwnika, bez łapania tego ramienia powyżej linii barków | 4 punkty |
| Gdy zawodnik za plecami zahacza stopy ale blokuje obydwa ramiona przeciwnika, krzyżuje stopy, zapina trójkąt na brzuch czy zahacza tylko jedną stopę. | Przewaga |

Jeśli technika kontrolowana jest ogłoszona, ale nie utrzymana na tyle długo, aby można było przyznać punkty zostaje przyznana przewaga.

Ważne!

 Jeśli zawodnik już dostał punkty za dosiad lub wpięcie za plecy musi iść do pozycji neutralnej takiej jak garda lub półgarda zanim będzie mógł ponownie zdobywać punkty. Tak samo jest z przyznawaniem punktów za kolano na brzuch. Za zmianę pozycji z dosiadu do wpięcia za plecy i odwrotnie przyznaje się punkty za każdą z tych pozycji.

c) Przejście gardy

|  |  |
| --- | --- |
| Aby przejść gardę przeciwnika należy przejść do kontroli przeciwnika i przytrzymać pozycję przez 3 sekundy | 3 punkty |
| Jeżeli przejdziemy gardę przeciwnika bez kontroli w pozycji lub przejdziemy do półgardy i skontrolujemy przeciwnika | Przewaga |

d) Przetoczenia

Każda zmiana pozycji z gardy, a następnie 3 sekundowa kontrola będzie liczona jako przetoczenie i zostanie oceniona 2 punktami. Jeśli zmienimy pozycję z gardy na plecy przeciwnika z 3 sekundową kontrolą, będzie to także traktowane jako przetoczenie ( i dodatkowo zawodnik otrzymuje 4 punkty za wpięcie za plecy).

e) Dźwignie i duszenia

1. Dozwolone są wszystkie duszenia z wyjątkiem wykonywanych pasem, gołymi rękami lub palcami.

2. Dozwolone są wszystkie dźwignie na bark, łokieć i nadgarstek .

3. Dźwignie na nogi lub stopy są dozwolone kiedy stosujemy zginanie, rozciąganie i ściskanie. Wszelkiego rodzaju dźwignie skrętne na kolana są zabronione. Jeśli zawodnik stosuje prostą dźwignię na stopę, a przeciwnik próbuje uciec przez skręcenie ciała, podda walkę przez odklepanie to przegrywa walkę ponieważ sam zadziałał na siebie dźwignią na kolano.

4. Dźwignia lub duszenie, zmuszająca przeciwnika do ucieczki zostanie nagrodzona przewagą.

**§9**

**Kary/Przewinienia**

Kary są przyznawane w 4 krokach:

1. Ostrzeżenie

2. Przewaga dla przeciwnika

3. 2 punkty dla przeciwnika

4. Dyskwalifikacja

 a) „Lekkie przewinienia” będą karane karą „ostrzeżenie”. Następujące akcje zaliczają się jako lekkie przewinienie:

1. Pasywność/Zatrzymanie

a. jest określana wtedy, kiedy jeden z zawodników jest pasywny , jest brak progresu, albo kiedy utrudnia jego osiągnięcie.

 b. Pasywność nie jest ogłaszana kiedy zawodnik broni się przed atakami przeciwnika z przodu, z tyłu bądź z boku.

1. Trzymanie za materiał spodenek przeciwnika
2. Kładzenie ręki na twarz przeciwnika.
3. Wykonywanie dźwigni na palce rąk lub stóp.
4. Przejście do parteru bez kontaktu z przeciwnikiem.
5. Ucieczka z walki w parterze i wstanie bez żadnego kontaktu z przeciwnikiem.
6. Opóźnianie walki , niepodejmowanie walki z przeciwnikiem
7. Mówienie albo werbalne komentarze.

b) Następujące akcje zalicza się jako „ciężkie przewinienia” i są karane „dyskwalifikacją” :

1. Wykonywanie jakiejkolwiek akcji, z intencją zranienia lub kontuzjowania przeciwnika.

2. Celowe opuszczenie obszaru walki w celu uniknięcia poddania się.

3. Wykonywanie jakiejkolwiek dźwigni na kręgosłup. (dźwignie na kark powodujące zagrożenie dla kręgosłupa – ruch do boku, w tył, skrętny – nie kontrolowany przedni ruch z pozycji pod spodem)

4. Wykonywanie jakiejkolwiek skrętnej dźwigni, albo inne ataki oddziałujące na kolano. (Rzut kani basami jest uznawany za taką akcję).

5. Wpychanie palców do oczu przeciwnika.

6. Dobijanie przeciwnika do maty kiedy jest w pozycji gardy lub na plecach.

 7. Komentowanie decyzji sędziego.

 8. Stosowanie uderzeń, kopnięć, obchwytów lub wszelkich innych akcji, które są sprzeczne z etyką i uczciwością.

 9. Wykonywanie ruchów narażających samego siebie na niebezpieczeństwo, żeby doprowadzić do dyskwalifikacji przeciwnika.

c) Jeżeli zawodnik dopuścił się „ ciężkiego przewinienia” po raz pierwszy w turnieju, przegrywa walkę i otrzymuje 0 pkt, a jego przeciwnik 99 pkt.

d) Jeżeli zawodnik dopuścił się „ciężkiego przewinienia” po raz drugi w turnieju, zostaje usunięty z całego turnieju.

e) Jeżeli zawodnik okazuje niegodne sportowca zachowanie, obsada sędziowska danej maty lub komitet odwoławczy jednomyślnie postanawia, że zawodnik powinien być usunięty do końca trwania turnieju. Następnie informują o tym Sędziego Głównego Zawodów i proszą organizatora turnieju o oficjalne ogłoszenie ich decyzji. Usunięty zawodnik przegrywa wszystkie walki, które wcześniej wygrał włącznie z odebraniem medali.

**§10**

**Komendy wydawane w czasie walki:**

1. Przywitanie – zawodnicy witają się.
2. Walka (Fight) – rozpoczęcie oraz wznowienie walki po każdej przerwanej akcji.
3. Stop – walka jest przerywana.
4. Czas stop (Time Stop) – kiedy Sędzia Maty zatrzyma czas (musi zaistnieć powód zatrzymania czasu), np: upadek, kontuzja zawodnika, udzielenie pouczenia za uchybienia regulaminowe itp.

**§11**

**Rozstrzygnięcie walki**

a) Zawodnik może wygrać walkę przed czasem, jeśli założy dźwignię lub duszenie, a przeciwnik odklepie albo SM zatrzyma walkę. To się nazywa poddanie. W tym przypadku przegrywający dostaje 0 pkt a zwycięzca 99 pkt.

 b) Po zakończeniu czasu walki zwycięzcą jest zawodnik, który uzyska większą ilość punktów.

c) Jeśli zawodnicy po zakończeniu czasu walki mają jednakową ilość punktów, to walkę wygrywa zawodnik, który otrzymał większą liczbę przewag.

d) Jeżeli po zakończeniu czasu walki ilość punktów i ilość przewag jest jednakowa o wygranej decydują kary.

e) Jeżeli ilość punktów, ilość przewag, ilość kar jest jednakowa, o wygranej decydują sędziowie.

Walkower i Wycofanie

a) Decyzja „zwycięstwo przez walkower” przyznawana jest przez SM dla zawodnika, którego przeciwnik nie stawi się do walki. Zwycięzca otrzymuje 99 pkt, po tym jak jego przeciwnik był wywoływany 3 razy przez przynajmniej 3 minuty.

 b) Decyzja „zwycięstwo przez wycofanie” przyznawana jest przez SM dla zawodnika, którego przeciwnik wycofa się z walki podczas jej trwania. Zawodnik wycofany otrzymuje 0 pkt, a zwycięzca 99 pkt.

Kontuzja, choroba lub niezdolność do walki

a) W Każdym przypadku, kiedy walka jest zatrzymana z powodu kontuzji jednego lub obu zawodników, Sędzia Maty może pozwolić na maksymalny 2 min czas pomocy lekarskiej dla zawodnika. Całkowity czas tej pomocy dla kontuzjowanego zawodnika w każdej walce wynosi 2 min.

 b) Czas kontuzji zawodnika liczony jest na komendę SM.

 c) Jeżeli jeden z zawodników jest niezdolny do kontynuowania walki, SM podejmuje decyzję według następujących zasad: 1. W przypadku, gdy winę za spowodowanie kontuzji ponosi zawodnik kontuzjowany, zawodnik ten przegrywa walkę i otrzymuje 0 pkt, a przeciwnik otrzymuje 99 pkt. 2. Jeżeli nie jest możliwe rozstrzygnięcie, kto spowodował kontuzję zawodnika, zawodnik kontuzjowany przegrywa walkę i otrzymuje 0 pkt, a przeciwnik otrzymuje 99 pkt. 3. Kiedy kontuzja spowodowana jest przez nielegalny czyn przez zdrowego zawodnika, to będzie od zdyskwalifikowany i przegra walkę otrzymując 0 pkt, a przeciwnik otrzyma 99 pkt.

d) Jeżeli jeden z zawodników zachorował podczas walki i jest niezdolny do jej kontynuowania, przegrywa walkę i otrzymuje 0 pkt, a przeciwnik otrzymuje 99 pkt.

e) Oficjalny lekarz zawodów decyduje, czy kontuzjowany zawodnik może kontynuować walkę czy nie.

f) Jeżeli zawodnik utracił świadomość lub jest nieprzytomny, walka musi być zatrzymana, a zawodnik musi zostać wycofany z zawodów w tym dniu. g) Kiedy jeden z zawodników twierdzi, że cierpi z powodu skurczu to przeciwnik powinien być ogłoszony zwycięzcą walki.

**§12**

**Niedozwolone techniki i akcje:**

1. Dźwignie skrętowe na nogi.
2. Uderzanie głową.
3. Każdy atak na oczy.
4. Gryzienie, szarpanie lub pociąganie za włosy.
5. Wszelkie ataki na krocze.
6. Bezpośredni atak na kręgosłup, obojczyk oraz tył głowy.
7. Uderzenia w gardło oraz łapanie tchawicy.
8. Szczypanie, drapanie, itp.
9. Zatykanie przeciwnikowi nosa i ust.
10. Kopanie piętami po nerkach.
11. Dźwignie za małe stawy (np. palce).
12. Używanie wulgaryzmów w trakcie walki w stosunku
do przeciwnika, trenerów, sędziów.
13. Atak podczas przerwy.
14. Świadome lekceważenie instrukcji oraz samego sędziego.
15. Uporczywe unikanie kontaktu z przeciwnikiem w tym uciekanie poza pole walki.
16. Symulowanie kontuzji.
17. Celowe opóźnianie walki.
18. Upadanie bez wyraźnej przyczyny.
19. Atakowanie po komendzie „STOP” (zawodnik musi wykonać krok
w tył).
20. Wszystkie rzuty, po których przeciwnik ląduje na głowie.
21. Dźwignie: na kręgosłup (np. krucyfiks, pełen nelson), na mniej
niż 4 stawy paliczkowe.
22. Dźwignie skrętowe na kark, dozwolone jest odginanie głowy w celu założenia duszenia, nie może to jednak prowadzić do dźwigni.
23. Rozbijanie przeciwnika podniesionego powyżej poziomu kolan o powierzchnię pola walki.
24. Dyskutowanie z sędzią o jego decyzji.
25. Zakazuje się noszenia jakichkolwiek kolczyków, wisiorków, pierścionków.
26. Zakaz smarowania substancjami zmniejszającymi tarcie (lubrykanty, oleje).

**§13**

System rozgrywek:

1. Wszystkie walki rozgrywane są systemem pucharowym.
2. W każdej kategorii wagowej do zdobycia są: jedno pierwsze, jedno drugie i jedno trzecie miejsce.
3. Każda kategoria jest uznawana za rozegraną, jeżeli stawi się
do niej, choć jeden zawodnik. Zawodnik ten może, za zgodą Sędziego Głównego, przenieść się do innej kategorii.
4. Zawodnik może wystartować tylko w jednej kategorii.

**§14**

**Lekarz zawodów:**

1. Podczas trwania zawodów ratownicy medyczni obecni na sali w wyznaczonym przez organizatora miejscu.
2. Organizator musi zapewnić dla ratowników medycznych dostęp do telefonu.
3. Ratownicy muszą być gotowi do natychmiastowej interwencji w razie jakiegokolwiek uszkodzenia ciała zawodnika.
4. W przypadku kontuzji lub innych zdarzeń zagrażających zdrowiu zawodników, sędzia prowadzący walkę konsultuje się ratownikiem, którego decyzja jest ostateczna.
5. Ratownik medyczny podejmuje decyzję w czasie dwóch minut.
6. Ratownik medyczny musi mieć wystarczające wyposażenie i doświadczenie
w udzielaniu pomocy zawodnikom sportów walki.

**§15**

**Inne postanowienia:**

1. W sprawach organizacyjnych nie ujętych w regulaminie, decyzję
w trakcie zawodów podejmuje Sędzia Główny.
2. Sędzia Główny po zakończeniu zawodów sporządza komunikat końcowy zawodów.
3. Wszelkie kwestie sporne w trakcie trwania zawodów rozstrzyga Sędzia Główny.