

Magyar MMA (Mixed Martial Arts) Országos Sportági Szövetség

Amatőr és Korosztályos MMA szabályrendszer:

Kötelező védő felszerelések:

Hatályos: 2018. 01. 01.

Felnőttek:

- Fogvédő
- Mélyütés védő
- 7 oz nyitott tenyerű (Buffla) kesztyű engedélyezett, de csak az, amely védi a kézfej nagy ujjait. A sportolók részére kötelező a ragasztott bandázst a kézfej védelmére.
- Gumírozott sípcsontvédő Színe: Kék illetve Piros, használata kötelező, /zoknis/ amely lábfejtvédőt is tartalmaz.

Kadet (16 – 17 éves versenyző) Junior (18 – 19 éves versenyző):

- Fogvédő
 - Mélyütés védő
 - Kesztyű: 7 oz nyitott tenyerű (Buffla) kesztyű engedélyezett, de csak az, amely védi a kézfej nagy ujjait. *(részletek a versenyszabályzatban)*
 - Bandázs; a sportolók használhatnak bandázst a kézfej védelmére a szabályzat szerint.
 - Fejtvédő; 18 év alatt, kötelező a fejtvédő viselése a küzdelmek alatt.
 - Sípcsontvédő; színe: Kék illetve Piros, használata kötelező, zoknis-gumírozott, mely lábfejtvédőt is tartalmaz.
 - Női versenyzőknél mellvédő opcionálisan használható minden korosztályban.
- Bandázs:
A sportolók részére kötelező a ragasztott bandázst a kézfej védelmére a szabályzat szerint.
Bandázs kötését a sportoló edzője kötheti, de a kötelezően be kell mutatni az erre kijelölt bírónak vagy cutman személynek, aki aláírásával igazolja, hogy rendben találta a kötést.
Lehetőség van arra, hogy a hivatalos cutman kösse a bandázst, ezt a szervezőknek kell biztosítani.

Opcionális felszerelések:

- Boka, térd és könyök gumi. (Csak olyan használható, amely kemény merevítést nem tartalmaz.)

Megjegyzés: A versenyző a versenyen használja a szabályzat szerinti kötelezően előírt saját védőfelszerelését (kesztyű, sípcsontvédő, fejtvédőt, stb.) köteles, külön a főbíróval engedélyeztetni és köteles a mérkőzés előtt 20 perccel bemutatni az arra kijelölt személynek, illetve a mérkőzés előtt ellenőrzésre felmutatni a vezetőbíróknak. A nem megfelelő védőfelszerelésnek ítélt szerelések helyett költségtérítés ellenében a szervezőség biztosítja a megfelelő védőfelszereléseket az indulók részére!

Kötelező sportruházat:

- Rashguard felső, (rövid ujjú-hosszú ujjú) színe: Kék – Piros. A Nemzetközi előírásoknak megfelelően a higiéniai szempontok alapján, kötelezően viseli a felsőtesten a küzdelmek során a szabályzat szerint.
- MMA Rövidnadrág, Színe: kék illetve piros a szabályzat szerint, (ezzel jelezve a számára kijelölt küzdőtér sarkainak színét)

Opcionálisan viselhető sportruházat:

- Az MMA rövidnadrág alatt viselhető, testhez simuló rövid rashguard nadrág.

Magyar MMA (Mixed Martial Arts) Országos Sportági Szövetség

Kikötések:

- A védőfelszerelés és a ruházat semmilyen olyan elemet nem tartalmazhat, amely a küzdelemben résztvevő felekre a legkisebb sérülés veszélyt is jelentheti.
- Kötelesek a versenyzők az általuk használt eszközöket, ruházatot tisztán és higiénikusan tartani és abban megjelenni.
- Amennyiben a versenyző bármi okból saját védőfelszerelése hiányos (*kesztyűt, fejevédőt, sípcsontvédőt, stb.*), úgy a szervezők által biztosított védőfelszereléseket megvásárolhatja. Hiányos vagy nem megfelelő védőfelszerelés esetén a Főbíró vagy Vezető bíró megtagadhatja a versenyen való részvételt!
- Profi versenyző nem vehet, részt az amatőr versenyeken! *Profí küzdőnek az számít, aki már profí MMA szabályrendszerben versenyzett vagy mérkőzésen vett részt.*
(Az IMMAF nemzetközi definíciók szerint felnőtt amatőr versenyen az nem vehet részt aki: **„Részt vett olyan küzdelemben ahol a menetidő pozitívan eltért az amatőr 3x3 perctől é kiskesztyűben (4-oz) történtek a küzdelmek!”**

A küzdelmek helyszíne és menete:

- A felnőtt versenyzők esetében a mérkőzések MMA versenykötetben zajlanak!
- Az MMA ketrecnek meg kell felelni a nemzetközi szabványban meghatározottnak, tisztának és biztonságosnak kell lennie.
- A Junior és kadetversenyzők esetében a mérkőzések Tatamin vagy Birkózószőnyegen zajlanak!
- Kadet korcsoport: betöltött 16 – 17 évesek, menetidő; 2x3 perc 1 perces pihenőkkel
- Junior korcsoport: betöltött 18 és 19 évesek. menetidő; 3x3 perc 1 perces pihenővel
- Felnőtt korcsoport 18 év és 35 év között: 3 x 3 perc 1 perces pihenőkkel
- Szenior korosztály 35 év és 45 év között: 3 x 3 perc 1 perces pihenőkkel
- 45 év felett Veterán korcsoport esetében 2 x 3 perc 1 perces pihenőkkel
- Amatőr superfight hossza, 3x3 perc 1 perces pihenőkkel

Használható álló technikák:

- Ütés (kizárólag zárt ököllel)
- Rúgás: combra, testre, fejre (18 év alatt a rúgás technikák csak combra és testre alkalmazhatóak)
- Térd rúgások 16 év felett alkalmazhatóak és akkor is csupán combra és testre.
- Befogással történő testrúgás engedélyezett
- Dobások, Földre vitelek (kis és nagy ívű dobások kivéve a birkózásban ismert szaltó, csak váll felett felnőtt korosztályban alkalmazható, valamint slem, kiemelés csak a derék vonaláig lehet felemelni az ellenfelet.)
- Feszítések, fojtások Kadet esetében 16 év felett kontroláltan alkalmazható.

Megjegyzés:

Abban az esetben, ha a junior (18-19 éves) kategóriájú versenyző, jó eredményei miatt, indulni kíván a felnőtt kategóriában, rá a felnőtt kategória szabályai érvényesek a korától függetlenül.

Magyar MMA (Mixed Martial Arts) Országos Sportági Szövetség

Használható föld technikák:

Aki legalább három ponton érinti a talajt az földön lévőnek számít.

- Kadet korúak esetében 16 – 17 éveseknek a földharc korlátozott vagy korlátlan idejű alkalmazását mindenesetben a szervezet kijelölt versenybizottsága határozza meg.
- Ütés fejre 16 év felett alkalmazható és csak zárt ököllel, a kéz elülső részével, a kézháttal történő ütés csak 18 év felett alkalmazható.
- **A földön fekvő versenyző** feje, kézzel zárt ököllel csak úgy támadható, ha a támadó is legalább 3 ponton érinti a talajt, *(Kalapácsütés csak felnőtt kategóriában használható a Kadet 16 – 17 éveseknek a kalapácsütés használata tilos).*
- Feszítések, Fojtások csak 16 év felett alkalmazhatóak.
- Feszítések kis ízületekre nem alkalmazhatóak.
- Térd rúgás csak testre engedélyezett
- Kadet esetében, 16 – 17 éveseknek a földön lévő versenyző a teste és lába támadható rúgással úgy, hogy ellenfele csak 3 ponton érinti a talajt.
- A felnőtt kategóriában a földön fekvő ember visszatámadhat rúgással combra, testre, fejre, abban az esetben, ha az ellenfele csak két ponton éri a talajt.
- Ahogy az ellenfél is szintén, minimum 3 ponton érinti a talajt, akkor a támadási felület a testre és a combra korlátozódik.
- Junior (18-19 évesek) és felnőtt kategória esetében 18 év felett a földharc korlátlan idejű, a passzivitás, figyelmeztetést von maga után és állásból folytatódik a küzdelem. (második figyelmeztetés után intés következik, ami a szabálytalan versenyzőnek pont levonással jár.

Tiltott technika:

- Könyökütéssel történő támadások
- Bármilyen ütéssel, vagy rúgással támadni a torkot, a tarkót, a veséket, a gerinc vonalát, az ízületeket és a fej fülek mögötti részét.
- Fejet térdel támadni
- Földön lévő ember fejét bármilyen módon lábbal támadni.
- Gerincfeszítések, kis ízületek feszítései újjak, lábujjak

Magyar MMA (Mixed Martial Arts) Országos Sportági Szövetség

- Dupla-nelsonfeszítés (konzervnyitó)
- Bármelyik testrésszel támasztott nyakfeszítés
- Slam esetén, derékmagasságnál magasabbra való kiemelés
- Ágyék bármely technikával történő támadása
- Testnyílásokba történő nyúlás
- Nyitott tenyérrel, frontból történő támadás fejre (*elkerülendő, hogy szembenyúlva a sérülést okozása*)
- A szem nyomása
- Harapás
- Támadás belső vagy külső kéz éllel, vállal
- Fejelés
- Hajhúzás
- Csípés
- Köpés
- Az ellenfél kidobása a küzdőtérrel
- Kontrolálatlan feszítések végrehajtása
- Küzdőtér ketrecfalába való kapaszkodás
- Az ellenfél kesztyűbe, sípcsontvédőbe, ruházatba nyúlása
- Folytatni a küzdelmet az állj vagy „stop” utasítások, illetve a menet végét jelentő jelzést követően
- Tovább támadni a nyilvánvalóan eszméletlen, vagy olyan ellenfelet, aki a küzdelmet feladta.
- Dobások estében: fejfölötti szaltodobás vagy olyan dobást végre hajtani, ami fejre történő érkezést eredményez vagy amit a támadó nem tud kontrollálni és ez veszélyezteti az ellenfele testi épségét.
- Bármilyen krém, olajhasználat a hajon, arcon vagy a testen (az arcon használatos vazelin krémet a szervezet cutman-ja viszi fel a sportoló arcára)
- A mérkőzés befejezése előtt elhagyni a küzdőteret / ring, ketrec/
- Tiszteletlen és sportszerűtlen viselkedést tanúsítani, amely az edzőkre szintén vonatkozik.
- A küzdelem elkezdése után a menetidők alatt az edzők-segédék nem hagyhatják el a kijelölt tartózkodási helyüket, vagyis nem járhatnak a ketrec körül követve a küzdelmeket! Ennek megszegése a versenyző intésével és pontlevonással jár!
- A szabályok és előírások megszegése, a súlyosságtól függően intést, pontlevonást vagy leléptetést vonhat maga után. *Amennyiben a versenyen egy súlycsoportban több induló is akad az egy napon történő mérkőzések száma maximum három engedélyezze*

Magyar MMA (Mixed Martial Arts) Országos Sportági Szövetség

HMAF Kadet - Junior korosztály súlycsoportok: (kg.)

16-17 évesek	Kadet	Fiú	-52,2 -56,7 -61,2 -65,8 -70,3 -77,1 -83,9 -93, +93
	Kadet	Leány	-43, -47,6 -52,2 -56,7 -61,2 -65,8 +65,8
18-19 évesek	Junior	Fiú	-52,2 -56,7 -61,2 -65,8 -70,3 -77,1 -83,9 -93, -120,2,
	Junior	Leány	-47,6 -52,2 -56,7 -61,2 -65,8 -70,3 +70,3

IMMAF Nemzetközi Felnőtt korosztály súlycsoportok. (kg.)

18 évtől	Felnőtt Férfi	-56,7 -61,2 -65,8 -70,3 -77,1 -83,9 -93 -120,2 +120,2
	Felnőtt Nő	-52,2 -56,7 -61,2 -65,8 -70,3

45 évtől veterán férfi illetve Női korosztályos versenyzésre van lehetőség.

- Felnőtt Szupernehézsúly: +120,2 kg-os kategória, *(Ez a kategória csak akkor lép életbe, ha több 120,2 kg. feletti versenyző van. Amennyiben csak egy akkor az automatikusan a nehézsúlyban indul.)*

Győzni lehet:

- Pontozással (3 pontozóbíró figyeli az álló, a föld és a földre viteli technikákat egyaránt)
- Feladással *(A küzdő ellenfelét a szabályok adta lehetőségeken belül feladásra kényszeríti, amit kopogással jelez.)*
- Kiütéssel /KO!
- TKO-val (Ha a vezető bíró az egyik küzdőfél nagyarányú fölénye miatt, szükségesnek látja a küzdelem beszüntetését, a versenyzők testi épsége érdekében, a mérkőzést bármikor megszakíthatja.)

Fontos megjegyzés!

Amennyiben az egyik küzdő fél szándékosan szabálytalan technikát alkalmaz, akkor e cselekmény automatikusan leléptetést, von maga után.

- Amennyiben a szabálytalan technika véletlen történik ellátást követően az orvos engedélyezi, hogy a mérkőzés folytatódjon ilyenkor a vétlen felet 5 perc regenerálódási idő után nyilatkoztatni kell, hogy kívánja-e folytatni a mérkőzést? Amennyiben nem úgy vesztesnek kell kihirdetni őt.
- A véletlen szabálytalanság esetében is a vezetőbírónak meg kell vizsgálni a körülményeket és amennyiben egyértelmű a szabálytalanság úgy ő köteles figyelmeztetni a szabálytalankodót. A második figyelmeztetésnél automatikusan pont levonás jár és a harmadik szabálytalanság után diszkvalifikálni kell *(ki kell zárni)* a vétkes félt a versenyből.
- Azt hogy a szabálytalanság véletlen vagy szabálytalan volt e, azt minden esetben a Ring elnök vagy a vezető bíró, illetve a három pontozó bíró dönti el.
- Minden vérző sebet kötelesek ellátni először az edző vagy cutman, majd az orvos. *(A mérkőzést három alkalommal lehet megszakítani, ez miatt ezt követően a sérült versenyzőt le kell léptetni).*
- Minden sérülés esetében a helyszínen lévő orvos dönthet úgy, hogy a mérkőzést beszünteti vagy nem.

Magyar MMA (Mixed Martial Arts) Országos Sportági Szövetség

A mérkőzések megóvása

Óvás a következő esetekben történhet: *(beadása a Bírói testület felé, írásban történhet a testület minden esetben, sajátáthátkörében dönt!)*

- Bizonyítható hibás bírói döntés esetén

A mérkőzést vezető bíró jogai:

- Ellenőrizni a mérkőző felek felszerelését bármikor a mérkőzés folyamán
- Passzivitás esetén küzdelemre szólítani a küzdő feleket
- Passzivitás esetén a passzív fél megintése, leléptetése
- Sérülés esetén, ha szükséges az orvosi vélemény kikérése, vagy a mérkőzés beszüntetése
- Szabálytalanság esetén a fél megintése illetve leléptetése
- A versenyszabályzatban meghatározott bármely okból megállíthatja vagy beszüntetheti a mérkőzést
- Küzdelem közben, ha úgy ítéli meg, hogy egyik fél képtelen a védekezésre, a bíró akár testi erő alkalmazásával is szétválaszthatja a feleket, a komolyabb sérülés elkerülése érdekében.

A Ring Orvos jogai: - sérülések ellátása:

- Minden sportrendezvényen kötelező jelen lennie az egészségügyi csapatnak és a ring orvos egyaránt. Sportolónak kötelező a verseny előtt közvetlen orvosi vizsgálaton részt venni.

A ring Orvos köteles a Sportolót megvizsgálni a verseny előtt, és ha úgy ítéli meg, hogy a sportoló egészségügyi állapota nem engedi a küzdelmekben való részvételt ez meg is tilthatja!

- Amennyiben, egy sérülésnél kikérik a ring orvos véleményét, akkor az ítéletet a vezetőbírónak mindenképpen el kell fogadnia! A ring orvos bármilyen sérülés esetén, ha úgy ítéli meg, hogy a sérülés a sportoló egészségére veszélyes, beszüntetheti a mérkőzést.

Ezt a döntést mindenkinek el kell fogadnia.

Versenyeken történő részvételi kikötések:

- A 18 évét betöltött személy csak saját felelősségére vehet részt a versenyen és rendelkezik előzetes sportorvosi engedéllyel és az utolsó 45 napban nem szenvedett fej - KO vereséget, nincs eltiltás alatt valamint rendelkezik a szövetség által kiállított versenyengedéllyel és a verseny előtt kötelezően kitöltötte a felelősség nyilatkozatot. A 18 életévét be nem töltött személy a versenyen csak úgy vehet részt a fentiek betartása mellett, hogy rendelkezik szülői és edzői engedéllyel.

- A fenti igazolásoknak meg kell felelni a szövetség kritériumainak és róla az egyesületeknek a nevezéssel együtt gondoskodni kell, oly módon hogy az egyesületek a sportoló nevezéssel együtt, előzetesen elküldi a szervezők részére.

- A korosztályos és amatőr versenyen induló félnek be kell töltenie minimum a 16. életévét és legalább 1 éves edzés múlttal kell rendelkeznie, valamint érvényes versenyzői orvosi és Szövetség által előírt versenyzői engedéllyel. A Junior korosztályos amatőr versenyeken a meghatározott súlycsoporttól eltérni csak a Versenybizottság előzetes határozatával lehet.

A korosztályokban meghatározott technikák alkalmazása csak az enyhébb irányban módosíthatóak.

- Az amatőr és korosztályos versenyeken az előírt védőfelszerelések kötelezőek. Az amatőr versenyeken a felnőtt felső életkorhatár 45 év, a felett Veterán versenyzőnek minősül. A küzdősport múltat edzői illetve egyesületi írásos, lepecsételt igazolással kell igazolni.

Magyar MMA (Mixed Martial Arts) Országos Sportági Szövetség

Az amatőr szellemiség jegyében:

Mivel szervezetünk e szakága a tehetséges kezdő versenyzők felkészülését és tapasztalat szerzését segíti, ezért a komoly sérülések elkerülése érdekében a szabályok szigorúak és kötöttek, amelyektől eltérni nem lehet. Ebből adódik, hogy a vezető bíró bármikor félbe szakíthatja a mérkőzést, ha úgy ítéli meg, hogy a folytatás komoly egészségkárosodással ne járjon.

A Magyar Bajnokság fordulói pontozásos rendszerben, a Bajnokság döntője pedig, súlycsoportos ún. egyenes ági kieséses tornamentben történnek.

- A döntőbe a legmagasabb pontszámot elért versenyzők kerülhetnek!
- Amennyiben a döntőbe jutott versenyző, valamilyen oknál fogva nem tud részt venni a küzdelmekben, a rangsorban az utána következő sportoló lép a helyére!

A döntő küzdelmek során bármely versenyző nem kíván vagy nem képes a további küzdelemre abban az esetben a másik küzdőfelet kell kihirdetni győztesnek. Abban az esetben, amikor az egyik versenyző sérült, vagy képtelen folytatni a tornán lévő szereplését, úgy az utánuk következők lépnek a helyükbe

A Bajnokság pontozási rendszere:

- vereség: 1 pont
- pontozásos győzelem 5 pont
- feladással, TKO-val történő győzelem: 8 pont
- kiütéssel KO-val történő győzelem: 10 pont

Fojtatásra képtelen: Sérült, KO vereséget szenvedett versenyző nem mérkőzhet!

Kihívásos amatőr superfight rendszer:

A superfight összecsapások kihívásos rendszerben történnek. Mindkét fél beleegyezése szükséges hozzá. A szervezőknek nyilatkozni kell a lebonyolításra való hajlandóságáról. Amennyiben lehetőséget tudnak nyújtani számukra, abban az esetben írásban le kell fektetni a szabályokat, amelyek eltérhetnek a bajnokságba meghatározottól, de mindenképp a szövetség szabályait és szellemiségét kötelesek iránymutatónak tartani. Csak olyan versenyző vehet részt Amatőr superfight küzdelemben, aki legalább 10 Amatőr mérkőzéssel rendelkezik, vagy a szövetség engedélyezi számára azt. Ezen a mérkőzések főleg komolyabb tapasztalattal rendelkező versenyzők speciális versenyfelkészüléseit igyekszik segíteni.

Szabályzat kelte: Budapest, 2017 09. 24.

A Szabályzat a Nemzetközi Szervezetek szabályrendszere szerint módosulhat.

PH.

Magyar MMA Sportági Szövetség Elnöksége

