

УТВЕРЖДЕНО
Решением Президиума Общероссийской
физкультурно-спортивной общественной
организации «Федерация Смешанных
Единоборств России» от 18.04.2022
Редакция 1.0

Правила по смешанным единоборствам



M-M-A.RU

Москва 2022

ОГЛАВЛЕНИЕ

Оглавление

Глава 1. Общие правила.....	4
1. Система проведения соревнований.....	4
2. Антидопинговые и санитарные условия.....	4
3. Допуск бойцов к соревнованиям и процедура взвешивания.....	4
4. Обязанности и права бойца.....	5
5. Секунданты.....	5
6. Представительство команд.....	5
7. Судейская коллегия.....	6
8. Главный судья.....	6
9. Заместители главного судьи.....	7
10. Рефери.....	7
11. Боковой судья.....	9
12. Характеристика места проведения спортивного соревнования, оборудование и инвентарь.....	9
12.1. Татами (маты):.....	9
12.2. Ринг.....	9
12.3. Октагон.....	10
12.4. Оборудование.....	10
13. Нарушения правил и штрафные действия.....	10
14. Формат судейства.....	11
15. Определение победителя.....	11
16. Судейские записки.....	11
17. Жеребьевка и составление пар.....	12
Глава 2. Термины и понятия.....	12
Глава 2.1 Категории.....	12
Глава 3. Оценки технических действий.....	13
3.1 Ударная техника.....	13
3.2 Бросковая техника.....	13
3.3 Техника в партере.....	14
3.4 Удары в партере.....	14
Глава 4. Время поединков.....	14
4.1 Начало и возобновление схватки.....	14
4.2 Пассивность.....	15
4.3 Остановка боя (тайм аут).....	15
4.4 Условия предоставления тайм-аута:.....	15
4.5 Экстра раунд.....	15
Глава 5. Технические действия.....	15
5.1 Удары:.....	15
5.2 Броски:.....	15
5.3 Партер:.....	16
5.3.1 Болевые на руки:.....	16

5.3.2 Болевые на ноги:.....	16
5.3.1 Удушающие приёмы:	16
5.4 Удары в партере:	16
5.5 Нокдауны.....	16
5.6 Нокауты.....	16
Глава 6. Запрещённые приемы и действия	16
6.1 Удары:.....	16
6.2 Броски:.....	17
6.3 Партер:.....	17
6.4 Удары в партере:	17
6.5 Общее:	17
Глава 7. Экипировка бойцов	17
Изображения разрешенной экипировки.....	18
Глава 8. Техника боя	20
Глава 9. Дисциплина Хард-Контакт (Жесткий Контакт)	21
Экипировка бойцов.	21
Технические действия.....	21
Глава 10. Дисциплина Фулл-Контакт (Полный Контакт)	22
Экипировка бойцов.	22
Технические действия.....	22
Глава 11. Дисциплина Протект-Контакт (Защитный Контакт)	23
Экипировка бойцов.	23
Технические действия.....	23
Глава 12. Дисциплина Страйк-Контакт (Ударный Контакт)	24
Экипировка бойцов.	24
Технические действия.....	24
Глава 13. Дисциплина Лайт-Контакт (Легкий Контакт)	25
Экипировка бойцов.	25
Технические действия.....	25
Глава 14. Дисциплина Страйк-Поинт (Точечный Удар)	26
Экипировка бойцов.	26
Технические действия.....	26
Глава 15. Дисциплина Страйк-Лайт (Легкий Удар).....	28
Экипировка бойцов.	28
Технические действия.....	28
Глава 16. Дисциплина Тактик-Контрол (Тактический Контроль).....	29
Экипировка бойцов.	29
Технические действия.....	29
Глава 17. Дисциплина Клоус-Контрол (Плотный Контроль)	30
Экипировка бойцов.	30
Технические действия.....	30

Настоящие Правила разработаны и приняты в соответствии с нормами законодательства Российской Федерации, Уставом Общероссийской физкультурно- спортивной общественной организации «Федерация смешанных единоборств России», общих правил (норм) международных соревнований и являются обязательными для организаций, проводящих соревнования по смешанным единоборствам на всей территории России. Официальные лица (руководители команд, тренеры, бойцы и судьи), принимающие участие в соревнованиях, должны в своих действиях руководствоваться общепринятыми нормами поведения и этики. Они обязаны:

- **знать и выполнять настоящие "Правила" и "Положение" о соревнованиях;**
- **быть честными, выдержанными и корректными по отношению к своим соперникам и коллегам;**
- **уважать ценности спортивного мастерства;**
- **избегать намеренного травмирования своего соперника.**

Применение данных правил является обязательным на всех соревнованиях под эгидой ФСЕ России и включенных в календарь соревнований.

Глава 1. Общие правила.

1. Система проведения соревнований.

По характеру соревнования делятся на:

- 1.1. личные;
 - 1.2. командные;
 - 1.3. лично-командные;
 - 1.4. классификационные.
- **Характер соревнований определяется положением или регламентом о соревнованиях (далее Положение) в каждом отдельном случае.**
 - **В личных соревнованиях определяются только личные результаты и места участников в своих весовых категориях.**
 - **В командных соревнованиях команды встречаются друг с другом, и по результатам этих встреч определяются места команд.**
 - **В лично-командных соревнованиях определяются личные места участников, а место команды определяется в зависимости от личных результатов ее участников в соответствии с Положением.**
 - **В классификационных соревнованиях личные и командные места не определяются, а результаты участников засчитываются для повышения или подтверждения их спортивной квалификации.**
 - **Соревнования проводятся по системе с выбыванием проигравших после первого поражения.**

2. Антидопинговые и санитарные условия.

Все бойцы, участвующие в соревнованиях под эгидой ФСЕ России соглашаются подчиняться положениям Российского антидопингового агентства (РУСАДА) и Всемирного антидопингового кодекса (WADA).

Бойцы, которые могут быть инфицированы вирусами ВИЧ или гепатита В, не имеют права принимать участие в соревнованиях.

3. Допуск бойцов к соревнованиям и процедура взвешивания

3.1. Допуск к соревнованиям и взвешивание бойцов осуществляет комиссия в составе: секретарь; представитель ГСК (главной судейской коллегии) главного судьи; представитель организации, проводящей соревнования.

3.2. В комиссию по допуску представляются:

- паспорт или другой документ, удостоверяющий личность;
- дети, не достигшие 14 летнего возраста, предоставляют оригинал свидетельства о рождении и справку из образовательного учреждения с фотографией, заверенную печатью данного учебного заведения (печать обязательно должна быть на фотографии)
- полис обязательного медицинского страхования (оригинал);
- оригинал страхового полиса от несчастного случая;
- именные заявки, подписанные врачом, заверенные печатями;
- паспорт бойца;
- заполненную анкету и расписку;
- разрешение на участие от родителей (до 18 лет).

3.3. Процедура взвешивания участников соревнований проходит в следующем порядке:

- порядок и время взвешивания участников соревнований указывается в Положении. Участник, опоздавший или

не явившийся на взвешивание, к соревнованиям не допускается.

- взвешивание проводится один раз в первый день соревнований или накануне. Время проведения взвешивания определяется Положением о турнире
 - разрешается использовать для взвешивания несколько весов, при этом участники одной весовой категории должны взвешиваться на одних и тех же весах;
 - участники взвешиваются в специальной комнате или за ширмой полуобнаженными: мужчины - в плавках, женщины - в купальниках открытого типа;
 - результаты взвешивания заносятся в протокол или в карточку участника соревнования;
- 3.4. Окончательное решение о допуске к соревнованиям принимает главный судья.

4. Обязанности и права бойца

4.1. Боец обязан:

- строго соблюдать Правила, Регламент,, Положение о соревнованиях;
- иметь секунданта;
- выполнять требования судей;
- немедленно являться к месту проведения боя по вызову судейской коллегии;
- быть корректным по отношению ко всем участникам, судьям, лицам, проводящим и обслуживающим соревнования, а также по отношению к зрителям;
- выступать выбритым (или иметь короткую бороду), с коротко подстриженными ногтями, в опрятной спортивной форме, лицензированной ФСЕ России;
- перед началом первого раунда, а также после объявления результата боя обменяться с соперником рукопожатием;
- по сигналу судьи - хронометриста начинать поединок, по команде "Стоп!" - прекращать поединок, по команде "Файт!" - возобновлять поединок.
- во время перерывов между раундами должен находиться лицом внутрь площадки;
- в том случае, когда соперник оказался в положении невозможности продолжать поединок, по указанию рефери отойти в нейтральный угол и находиться там, стоя лицом внутрь площадки до следующей команды;
- проконсультироваться у невропатолога и окулиста, если имел нокаут или нокаун от удара в голову и только после их разрешения приступать к тренировкам или участвовать в соревнованиях.

4.2. Боец имеет право:

- во время перерывов между раундами, до боя и после боя пользоваться услугами секунданта;
- отказаться от боя на любой его стадии;
- обращаться в судейскую коллегию через официального представителя команды, в перерывах между раундами - через секунданта.

5. Секунданты

- 5.1. Секундант каждого из бойцов располагается в углу своего спортсмена.
- 5.2. Секунданты должны быть одеты в спортивный костюм и спортивную обувь.
- 5.3. Секунданты во время боя обязаны, находится на стуле около площадки и не покидать своего места, оказывать помощь бойцу до боя, во время перерывов между раундами, а также по окончании боя.
- 5.4. Секундант имеет право находиться на площадке до боя, после боя и в перерывах между раундами до команды "Секунданты за ринг (татами, ринг, октагон)!"
- 5.5. Секундант от имени бойца имеет право отказаться от боя.
- 5.6. Секундант обязан вести себя корректно по отношению к судьям, противнику и его секундантам, зрителям.
- 5.7. Секундант не имеет право во время боя вмешиваться в работу судей, покидать свое место до, вовремя и после поединка до объявления его результата.
- 5.8. За нарушение правил секунданту может быть сделано замечание (предупреждение) или он отстраняется от секундирования. Секундант, удалённый от площадки, не допускается к секундированию в течение всего дня. Если секундант будет удалён от площадки вторично, то он отстраняется от соревнований.

6. Представительство команд.

- 6.1. Команда, участвующая в соревнованиях, должна иметь руководителя (официального представителя), тренера, капитана команды и судью. Кроме того, в состав команды разрешается включать врача, массажиста и других официальных лиц по усмотрению командующей организации, но с согласия организации, проводящей соревнования.
- 6.2. Руководитель (официальный представитель) команды несёт ответственность за дисциплину участников. Он обязан:

- обеспечивать своевременную их явку на соревнования, организовывать и проводить воспитательную работу, заботиться о досуге бойцов;
 - присутствовать при жеребьевке, а также на совещаниях судейской коллегии, если они проводятся совместно с руководителями команд;
- 6.3. Руководитель (официальный представитель) команды имеет право:
- подать письменный протест с указанием пункта "Правил" или "Положения", которые, по его мнению, были нарушены. Протест должен быть подан в течение последующего боя, предварительно заплатив в судейскую коллегию залог за протест (сумма залога зависит от уровня соревнований и оговаривается заранее на собрании представителей), залог возвращается в случае удовлетворения протеста;
 - требовать у главной судьи визирования копии протеста, если не удовлетворен его решением.
- 6.4. Тренер во время соревнований находится с участниками и отвечает за подготовку бойцов к выходу на поединок. В отдельных случаях тренер выполняет обязанности руководителя команды, что оговаривается "Положением" о соревнованиях.
- 6.5. Капитан команды избирается из числа участников. Он наравне с руководителем и тренером отвечает за дисциплину в команде.
- 6.6. Врач команды несет ответственность за медицинское обеспечение участников команды и руководит работой массажиста. Он имеет право ходатайствовать о снятии с соревнований участников своей команды по медицинским показаниям.
- 6.7. Представителю, тренеру и капитану команды запрещается вмешиваться в действия судей и лиц, проводящих соревнования.
- 6.8. За невыполнение своих обязанностей представитель может быть отстранен от руководства командой.

7. Судейская коллегия.

- 7.1. Судейская коллегия формируется судейской комиссией ФСЕ России из числа судей, входящих в список (реестр) данной организации по итогам работы за минувший период, и утверждается организацией, проводящей соревнования.
- 7.2. Главный судья и главный секретарь соревнования всероссийского уровня, а также их заместители назначаются Исполкомом ФСЕ России.

Непосредственное руководство и проведение соревнований возлагается на главную судейскую коллегия (ГСК) в состав которой входят: главный судья, его заместители по каждому разделу, старшие судьи на каждой площадке, главный секретарь и представитель организации, проводящей соревнования; судьи - рефери, боковые судьи, судьи - хронометристы, секретари, информаторы, судьи при участниках.

- 7.3. Судьями могут быть лица, имеющие судейский допуск.
- 7.4. Во время соревнований судьи должны быть одеты в лёгкие чёрные туфли, тёмные брюки, черное поло.
- 7.5. Поединки судит бригада в составе: старший судья на площадке, рефери, боковые судьи, судья-хронометрист.
- 7.6. Количественный штаб судейской коллегии зависит от уровня соревнований и числа участников.

8. Главный судья.

Главный судья руководит соревнованиями и отвечает за их проведение в соответствии с настоящими Правилами и Положением перед организацией, проводящей соревнования, и ФСЕ России.

- 8.1. Главный судья обязан:
- проверить готовность к соревнованиям помещения, оборудования, инвентаря, соответствие их требованиям настоящих Правил;
 - назначить бригады судей на взвешивание;
 - провести жеребьевку участников;
 - утвердить график хода соревнований;
 - распределить судей по бригадам;
 - назначить старших судей на площадки;
 - проводить заседания судейской коллегии с участием представителей команд перед началом соревнований (для объявления Программы и порядка работы судейской коллегии) и ежедневно по их окончании (для обсуждения хода соревнований, результатов дня), а также в тех случаях, когда это требуется в ходе соревнований;
 - принять все меры к тому, чтобы исключить, а при необходимости исправить ошибки, допущенные судьями;
 - своевременно вынести решение по заявлениям и протестам, поступившим от представителей (тренеров, капитанов);
 - утвердить состав пар финалов и назначить бригады судей для их проведения;
 - дать оценку работы каждого члена судейской коллегии (с учетом мнения его непосредственного руководителя) по пятибалльной системе;
 - в течение 10 дней сдать отчет в организацию, проводящую соревнования.
- 8.2. Главный судья имеет право:

- отменить соревнования, если к их началу место проведения, оборудование или инвентарь окажутся не соответствующими Правилам;
- прервать бой, объявить перерыв или прекратить соревнования в случае неблагоприятных условий, мешающих нормальному проведению соревнований;
- внести изменения в Программу и график хода соревнований, если в этом возникла крайняя необходимость;
- изменить функции судей в ходе соревнований;
- отстранить судей, совершивших грубые ошибки или не справляющихся с исполнением возложенных на них обязанностей, отметив это в отчете и сообщив об этом в судейскую коллегию соответствующей Федерации;
- сделать предупреждение (или отстранить от выполнения обязанностей) представителям, тренерам и капитанам команд, допустившим грубость и вступившим в пререкания с судьями, а также подавшим необоснованные протесты;
- задержать объявление оценки технического действия или результата боя, если мнения судей расходятся, а также, если он не согласен с их решением, для дополнительного обсуждения и вынесения окончательного решения;
- изменить очередность встреч в финале, если в этом возникла необходимость. Главный судья не имеет права изменить Положение о соревнованиях, а также отстранить или заменить судей во время боя.
- назначить экстра раунд в случае спорного решения по результатам основного времени поединка. Решение главного судьи является окончательным.

Выполнение распоряжений главного судьи обязательно для участников, судей, представителей и тренеров команд. По поручению главного судьи его функции на соревнованиях может выполнять его заместитель или один из старших судей на площадке.

9. Заместители главного судьи.

- 9.1. Заместители главного судьи вместе с главным судьей несут ответственность за правильное проведение соревнований и в его отсутствие исполняют его обязанности.
- 9.2. По поручению главного судьи анализируют работу рефери и судей, а также руководят работой судейско-вспомогательного персонала.
- 9.3. По поручению Главного судьи соревнований или ГСК может исполнять обязанности Главного судьи соревнований.
- 9.4. Врач соревнований несет ответственность за медицинское обеспечение соревнований. Врач имеет право:
 - отстранять бойцов от соревнований по медицинским показаниям;
 - обращаться к главному судье с просьбой об остановке боя в случае получения травмы бойцом, если этого не делает рефери;
- 9.5. Главный секретарь является заместителем главного судьи. Он руководит работой секретариата:
 - входит в мандатную комиссию и бригаду судей на взвешивании;
 - участвует в проведении жеребьевки;
 - составляет Программу и график хода соревнований;
 - ведет протоколы соревнований;
 - составляет порядок встреч бойцов по кругам;
 - контролирует оформление протоколов боев;
 - оформляет распоряжения и решения главного судьи;
 - представляет главному судье результаты соревнований на утверждение и необходимые данные для итогового отчета;
 - дает сведения представителям, комментаторам и журналистам с разрешения главного судьи.
 - ведёт протоколы взвешивания, жеребьевки, совещаний, когда разбираются протесты, а также графики составления пар и отчет главного судьи.
- 9.6. Старший судья на площадке (ринге, татами, кэйдже) является заместителем главного судьи соревнований на данной площадке, располагается за судейским столом и руководит работой судейской бригады:
 - комплекзует судейские бригады на бой с разрешения главного судьи;
 - вызывает на площадку и представляет участников боя, а также объявляет его результат (при отсутствии комментатора);
 - дает свою оценку действиям бойцов и ситуациям, сопровождая это установленными жестами и учитывая мнение большинства судей, объявляет окончательное решение;
 - в случае необходимости ведёт контрольную записку;
 - при необходимости или существенном расхождении мнений судей останавливает бой и выносит окончательное решение после дополнительного обсуждения спорной ситуации.

10. Рефери.

10.1. Рефери первым выходит на площадку и, пользуясь средствами судейской сигнализации (голосом, терминами и жестами), руководит ходом боя, оценивает приемы, технические действия и положения бойцов, следит за тем, чтобы бой проходил в строгом соответствии с Правилами.

10.2. Для руководства боем рефери пользуется командами "Файт!", "Стоп!". Команда "Файт!" - для начала и возобновления боя, "Стоп!" - для остановки боя. "Тайм!" - сигнал секундометристу для остановки и включения секундомера.

При объявлении замечания или предупреждения, рефери объявляет бойцу, боковым и старшему судьям голосом и жестом (поднимает на уровень плеча сжатую в кулак руку).

При объявлении дисквалификации, рефери объявляет бойцу, боковым и старшему судьям голосом и жестом (скрещенные перед собой руки, сжатые в кулак).

При объявлении замечаний, предупреждений и дисквалификации бойца, против которого было нарушено правило, рефери отправляет в нейтральный угол соперника.

10.3. Рефери обязан:

- до боя проверить у бойцов амуницию на соответствие Правилам и требованиям безопасности, убедиться в наличии полного состава судей, врача и секунданта, сообщить старшему судье на площадке о готовности соперников к поединку и после его разрешения дать команду судье-хронометристу о начале поединка;
- в конце боя собрать записки, убедиться, что они заполнены правильно, и передать их старшему судье на площадке или заместителю;
- при нарушении правил ведения боя подать команду "Стоп!" и вынести соответствующие степени нарушения правил наказание (замечание, первое предупреждение, второе предупреждение и дисквалификация), пользуясь при этом словами и условными жестами;
- остановить бой на любой его стадии в случаях:
 - если бойцу в результате действий противника угрожает получение травмы
 - с последующим вынесением решения (либо объявление победителя в случае правомерного технического действия, либо наказания за неправомерное техническое действие)
 - если бойцы оказались в положении вне зоны проведения технических действий;
 - если во время боя, бойцы недостаточно активны и не делают реальных попыток проведения каких-либо технических действий;
 - если одному из бойцов необходима медицинская помощь, сопровождая это жестом «остановить время»;
 - если необходимо привести в порядок экипировку либо одежду бойца;
 - если боец нарушил Правила или проводит запрещенное техническое действие и ему необходимо объявить замечание или предупреждение;
 - по требованию старшего судьи на площадке;
 - по требованию бокового судьи, если рефери считает это в данный момент возможным;
 - по просьбе бойца, если рефери считает это в данный момент возможным;
 - если ему необходима консультация в случаях, не предусмотренных Правилами;
 - при сигнале о сдаче бойца, находящегося в партере либо стойке;
 - при сигнале секундантов об отказе от поединка;
 - если в схватке имеет место явное техническое преимущество одного из бойцов, для присуждения досрочной победы в поединке, но только после с консультации с боковыми судьями и старшим судьёй на площадке;
 - если принимается решение о снятии бойца со схватки или его дисквалификации;
 - по сигналу гонга дать команду на окончание схватки;
 - при объявлении результата схватки, взяв обоих участников на середине площадки за руки, поднять руку победителя.
 - в случае, если проведение броска началось в пределах рабочей зоны, а закончилось за её пределами, информировать словами и жестом судей о том, что бросок засчитан, или если проведение броска началось в нерабочей зоне - бросок не засчитан;
 - разделить бойцов в захвате, если ни один из них не делает попытку нанести удар или провести бросок;
 - останавливает поединок в случае, если в партере бойцы на протяжении более 10 секунд не проявляют активных действий и поднять их для продолжения поединка из стойки;
 - если во время поединка в партере у одного из бойцов слетела часть амуниции или выпала капа, остановить бой, поправить амуницию или вернуть капу, и продолжить поединок из положения, в котором был прерван бой.
 - если во время борьбы в партере соперники оказались под канатами, остановить бой, вернуть их на середину ринга и продолжить бой из того же положения, в котором он был прерван;
 - в случае получения одним из бойцов тяжёлой травмы сразу остановить бой и вызвать врача;

10.4. Рефери имеет право:

- объявить бойцу замечание, предупреждение или дисквалифицировать его за нарушение правил ведения боя;
- объявить замечание секунданту, даже отстранить его, если он своим поведением мешает нормальному ходу боя, а бойцу объявить предупреждение;
- прекратить бой раньше времени по обстоятельствам, не зависящим от бойцов, судей и секундантов.

11. Боковой судья.

11.1. Судьи располагаются с разных сторон площадки. При этом двое из судей располагаются со стороны участников.

11.2. Судья определяет победителя по сумме очков с занесением в соответствующую графу судейской записки.

11.3. Судья не может покинуть своё место до объявления победителя.

11.4. В случае необходимости, судья имеет право встать, чтобы лучше видеть происходящее на площадке.

11.5. Судья обязан:

- до выхода бойцов на площадку боковые судьи обязаны проверить соответствие цвета и пригодности экипировки бойца.
- по окончании раунда записывать в судейскую записку число очков, которые засчитал бойцам, а также делать отметки о нокаутах, нокаутах и предупреждениях, полученных бойцом;
- по окончании боя подсчитать общее число очков, определить победителя и поставить подпись;
- в случае ошибки при заполнении судейской записки поставить об этом в известность рефери и внести соответствующее изменение. В противном случае записка признается недействительной. Недействительной записка признается также в тех случаях, если неправильно написана фамилия победителя, нет отметки о сделанных рефери предупреждениях, неправильно суммированы очки, сделано более одного исправления;
- при отсутствии факта нарушения правил, если оба бойца не в состоянии продолжать бой (повреждение или нокаут) по просьбе рефери проставить очки, набранные бойцами до остановки боя, и определить победителя по очкам;
- сделать отметки в графе "запрещенные действия", если с такой просьбой обратиться к нему рефери;
- в перерывах между раундами поставить в известность рефери о нарушениях правил, которые произошли вне площадки и не были им замечены.

12. Характеристика места проведения спортивного соревнования, оборудование и инвентарь

Поединки могут проводиться на татами, ринге или октагоне - далее площадка.

Два угла площадки обозначаются красным и синим цветом (слева от судейского стола - красный, справа - синий).

12.1. Татами (маты):

- должна быть квадратной, размер рабочей площади минимум 6X6 метра, максимум 10X10 с защитной зоной по 1 метра от каждого края,
- толщина не менее 4 см.
- вокруг площадки не должно быть посторонних предметов и зрителей, возможна установка оградительной ленты.
- если татами состоит из нескольких матов, то необходимо плотно их сдвинуть и прочно скрепить. В местах соединения не должно быть впадин и выступов.
- пригодность татами и оборудования для соревнований определяется главным судьей, врачом и представителем организации, проводящей соревнования.

12.2. Ринг.

Допускается проведение поединков только в дисциплинах HC, FC, PC, SC.

Ринг, используемый для проведения соревнований, должен соответствовать следующим требованиям:

- площадь ринга, ограниченная канатами, должна быть не менее площади квадрата со стороной 5-6 метров.
- площадь ринга ограничивается четырьмя канатами толщиной 3-5 см., туго натянутыми между четырьмя угловыми столбами и соединенными на каждой стороне двумя перемычками из плотной ткани. Перемычки не должны скользить по канатам.
- расстояние между угловыми столбами и канатами ринга должно быть не менее 30 см. Канаты обертываются мягкой материей и в каждом углу ринга соединяются подушками. Подушки и канаты в двух противоположных углах ринга должны быть красного и синего цвета. Красный угол должен быть слева и ближним к столу ГСК.
- нижний канат натягивается на высоте 45 см от пола, второй на высоте 75 см, третий на высоте 105 см и верхний на высоте 137 см (возможны отклонения не более 10 см).

- пол ринга должен быть ровным, хорошо укрепленным, без лишней упругости. Его устилают прессованным войлоком или другим, утвержденным соответствующей организацией упругим материалом, толщиной 4 см и покрывают хорошо натянутым брезентом или другим подходящим материалом. Покрытие должно выходить за канаты.
- в углах ринга, занимаемых бойцами должно быть не менее одной табуретки, емкости с водой, ведро.
- Ринг освещается сверху. Боковое освещение не разрешается.

12.3. Октагон.

Допускается проведение поединков только в дисциплинах НС, FC, PC, SC старше 12 лет.

Октагон, используемый для проведения соревнований, должен соответствовать следующим требованиям:

- октагон должен быть восьмиугольным и иметь восемь равных сторон. Ширина октагона должна быть не менее 5,5 и не более 9 метров.
- пол октагона должен иметь настил из борцовского ковра, татами или другого аналогичного материала, минимальная толщина слоя покрытия 4 сантиметра. Поверх настила должно быть туго натянуто и закреплено шнурами покрытие из брезента, крепкого холста или другого подходящего материала. Нельзя использовать материал, собирающийся в кучу или в складки.
- стойки ограждения должны быть изготовлены из металла диаметром не более 15 сантиметров, высота стоек над поверхностью октагона -1,5-2,13 метра. Стойки ограждения должны быть защищены специальным покрытием, утвержденным Судейской Комиссией.
- октагон должен иметь один или два входа.
- на ограждении, окружающем октагон, на котором должны проводиться соревнования, не должно быть посторонних предметов.
- пригодность октагона и оборудования для соревнований определяется главным судьей, врачом и представителем организации, проводящей соревнования.

12.4. Оборудование.

Для проведения спортивного соревнования используется следующее оборудование и инвентарь на одну площадку:

- 12.4.1. гонг или свисток
- 12.4.2. три планшетки для боковых судей (для ринга или октагона можно использовать столы)
- 12.4.3. желтая и красная карточка для рефери
- 12.4.4. микрофон, подключенный к звукоусиливающему оборудованию
- 12.4.5. секундомер
- 12.4.6. стол для судейской коллегии
- 12.4.7. ноутбук или планшет при условии использования ПО для ведения хода поединков.

13. Нарушения правил и штрафные действия

13.1. Любые нарушения Правил могут быть наказаны устно, предупреждением, штрафными баллами с вынесением желтой карточки или дисквалификацией в Нарушения:

- 13.1.1. опоздание или неподготовленность;
- 13.1.2. симуляция травмы, болезни;
- 13.1.3. выходы с площадки без разрешения рефери, в том числе для получения медицинской помощи;
- 13.1.4. неподчинение командам рефери;
- 13.1.5. неэтичное поведение спортсмена;
- 13.1.6. неэтичное поведение секунданта, представителя, тренера, членов команды участника поединка в зоне соревнований.
- 13.1.7. отказ от поклона сопернику до боя, а также после объявления результата.
- 13.1.8. уклонение от ведения поединка, нырки в ноги без оцениваемых действий;
- 13.1.9. удары в неразрешенные для атаки зоны и неконтролируемые действия.

13.2. Наказание:

- 1-е нарушение (неумышленное) - устное замечание;
- 2-е нарушение (неумышленное) - 1 предупреждение: 1 балл сопернику;
- 3-е нарушение (неумышленное) ЖЕЛТАЯ КАРТОЧКА - 2 предупреждение: 2 балла сопернику;
- 4-е нарушение (неумышленное) КРАСНАЯ КАРТОЧКА - 3 предупреждение: дисквалификация.

13.3. В случае явного и умышленного нарушения правил рефери вправе игнорировать устные замечания или даже предупреждения, по согласованию с судьями. В этом случае он может показать сразу желтую карточку. А если же в результате умышленного нарушения была причинена серьезная травма, то может быть показана и красная карточка.

13.4. Штрафные баллы за выходы за пределы площадки. Предупреждения за выходы за пределы площадки должны выноситься и считаться отдельно от других предупреждений. Каждое предупреждение соответственно приносит очко или несколько сопернику:

- первый выход - устное замечание;
- второй выход - 1 предупреждение: 1 балл сопернику;
- третий выход - 2 предупреждение: 2 балла сопернику;
- четвертый выход - дисквалификация.

14. Формат судейства

Судейство поединков проходит в следующих видах:

Закрытая форма судейства для дисциплин HC, FC, PC, SC, LC, SL. Три боковых судьи ведут счет поединка в записках.

Открытая форма судейства для дисциплин SP, TC, CC. Рефери и два боковых судьи демонстрируют оценки.

15. Определение победителя

По итогам каждого раунда боковые судьи определяют итоговый счет.

15.1. Победителем признаётся боец, который по окончании боя имеет большее количество набранных баллов.

Если по окончании боя сумма баллов одинаковая, то проводится дополнительный (экстра) раунд, в котором боковые судьи обязательно должны определить победителя. В тех случаях, когда в финальном бою в конце последнего раунда время боя истекло, а один или оба бойца находятся в нокдауне и рефери не закончил счёт, хронометрист подаёт сигнал об окончании боя, победитель также определяется по баллам.

15.2. Победа ввиду явного преимущества присуждается в случаях, когда рефери определяет превосходство одного из двух бойцов подавляющим и боковые судьи поддерживают его решение с учетом разницы в 10 баллов.

15.3. Победа из-за неспособности соперника продолжать бой присуждается в том случае, когда один из бойцов не в состоянии продолжать бой, а его соперник при этом не применил никаких запрещённых действий.

15.4. Победа вследствие дисквалификации соперника присуждается в тех случаях, когда один из спортсменов получил третье предупреждение, грубо или умышленно нарушил правила, а также показал физическую или техническую неподготовленность.

15.5. Победа из-за отказа соперника от продолжения боя присуждается в случае, когда он или его секундант заявят об этом рефери или секундант, выбросит на татами полотенце.

15.6. Победа нокаутом присуждается бойцу в том случае, когда его соперник, получив ощутимый удар, не в состоянии продолжать бой после 10 сек.

15.7. Победа болевым приемом присуждается рефери бойцу, одержавшему победу болевым приемом, после действий, в результате которых атакуемый признает себя побежденным жестом (голосом) или получает травму.

15.8. Победа удушающим приемом присуждается рефери бойцу, одержавшему победу удушающим приемом, после действий, в результате которых атакуемый признает себя побежденным жестом (голосом) или теряет сознание.

15.9. Победа техническим нокаутом присуждается рефери бойцу, когда его соперник, получил нокдаун 2 раза за один раунд или 3 нокдауна за весь поединок в возрасте старше 12 лет и 1 нокдаун в возрасте до 12 лет.

15.10. Победа ввиду неявки соперника присуждается в том случае, когда в течение 2-х минут после вторичного вызова соперник не выйдет на татами или, выйдя, окажется не готовым к бою, а также в тех случаях, когда соперник снят врачом или не прошёл взвешивание.

15.11. Победа решением опровергается в тех случаях:

15.11.1. Если рефери принял решение, которое явно противоречит настоящим «Правилам».

15.11.2. Если при разногласии судей (2:1) одна из судейских записок признана недействительной, а ее результат повлиял на определение боя.

15.12. Победа одного бойца над другим определяется:

15.12.1. Победа по баллам: (П.Б.)

15.12.2. Победа через отказ: (О.Т.К.)

15.12.3. Победа за явным преимуществом (Я.П.)

15.12.4. Травма (Н.П.Б.)

15.12.5. Победа через дисквалификацию соперника (Д.С.К.)

15.12.6. Победа нокаутом (Н.К.)

15.12.7. Победа техническим нокаутом (Т.Н.К.)

15.12.8. Победа через неявку (Н.Я.)

15.12.9. Болевым приемом (Б.П.)

15.12.10. Удушающим приёмом (У.П.)

16. Судейские записки

Форма судейской записки определяется регламентом или положением о соревнованиях.

- 16.1. По завершению боя боковые судьи заполняют записки в чистовом виде и выносят решение. Итог боя определяет большинство голосов судей (не менее 2-х)
- 16.2. Недействительной записка признается в случае, если: нет подписи судьи или:
- неправильно подсчитана сумма очков у одного, либо у обоих бойцов;
 - нет отметки об объявлении бойцу предупреждений, о снятии баллов, либо отметка ошибочна;
 - в чистовой записке имеются два или более исправлений (помарок);
 - если при разногласии боковых судей имеется единогласное мнение Главного судьи, заместителя Главного судьи, оформленного в ходе боя на судейских записках, установленного образца.

17. Жеребьевка и составление пар

- 17.1. Жеребьевку проводят главный судья и главный секретарь в присутствии руководителей команд. Разрешается проводить жеребьевку во время взвешивания. Допускается также компьютерная жеребьевка. При проведении командных соревнований и турниров с персональным допуском жеребьевку можно проводить до взвешивания.
- 17.2. При проведении жеребьевки участников соревнований может быть проведено рассеивание сильнейших бойцов, а также бойцов одной организации. В этом случае график можно составить с таким расчётом, чтобы сильнейшие бойцы были по возможности свободными от боёв в первом туре.

Глава 2. Термины и понятия

hard-contact (сокращенно HC) / хард-контакт
 full-contact (сокращенно FC) / фулл-контакт
 protect-contact (сокращенно PC) / протект-контакт
 strike-contact (сокращенно SC) / страйк-контакт
 light-contact (сокращенно LC) / лайт-контакт
 strike-point (сокращенно SP) / страйк-поинт
 strike-light (сокращенно SL) / страйк-лайт
 tactic-control (сокращенно TC) / тактик-контрол
 close-control (сокращенно CC) / клоус-контрол

Глава 2.1 Категории.

Мужские категории

ДИСЦИПЛИНЫ								ДИВИЗИОН	ВОЗРАСТ	ВЕСОВЫЕ КАТЕГОРИИ									
-	-	-	-	-	-	-	TC	CC	Мальчики 1	4-5 лет	-16	-18	-20	-22	-24	-26	-29	-32	32+
-	-	-	-	LC	SP	SL	TC	CC	Мальчики 2	6-7 лет	-20	-22	-24	-26	-29	-32	-35	-38	38+
-	-	-	-	LC	SP	SL	TC	CC	Мальчики 3	8-9 лет	-24	-26	-29	-32	-35	-38	-41	-44	44+
-	FC	PC	SC	LC	SP	SL	TC	CC	Юноши 1	10-11 лет	-29	-32	-35	-38	-41	-44	-48	-52	52+
-	FC	PC	SC	LC	SP	SL	TC	CC	Юноши 2	12-13 лет	-35	-38	-41	-44	-48	-52	-56	-61	61+
-	FC	PC	SC	LC	SP	SL	TC	CC	Юноши 3	14-15 лет	-41	-44	-48	-52	-56	-61	-66	-71	71+
-	FC	PC	SC	LC	SP	SL	TC	CC	Юниоры 1	16-17 лет	-48	-52	-56	-61	-66	-71	-77	-84	84+
HC	FC	PC	SC	LC	SP	SL	TC	CC	Юниоры 2	18-20 лет	-56	-61	-66	-71	-77	-84	-92	-100	100+
HC	FC	PC	SC	LC	SP	SL	TC	CC	Мужчины 1	18+ лет	-56	-61	-66	-71	-77	-84	-92	-100	100+
HC	FC	PC	SC	LC	SP	SL	TC	CC	Мужчины 2	30+ лет	-56	-61	-66	-71	-77	-84	-92	-100	100+
-	FC	PC	SC	LC	SP	SL	TC	CC	Ветераны 1	40+ лет	-56	-61	-66	-71	-77	-84	-92	-100	100+
-	-	-	-	LC	SP	SL	TC	CC	Ветераны 2	50+ лет	-56	-61	-66	-71	-77	-84	-92	-100	100+
-	-	-	-	-	-	-	TC	CC	Ветераны 3	60+ лет	-56	-61	-66	-71	-77	-84	-92	-100	100+

Женские категории

ДИСЦИПЛИНЫ									ДИВИЗИОН	ВОЗРАСТ	ВЕСОВЫЕ КАТЕГОРИИ						
-	-	-	-	-	-	-	TC	CC	Девочки 1	4-5 лет	-16	-18	-20	-22	-24	-26	26+
-	-	-	-	LC	SP	SL	TC	CC	Девочки 2	6-7 лет	-18	-20	-22	-24	-26	-29	29+
-	-	-	-	LC	SP	SL	TC	CC	Девочки 3	8-9 лет	-22	-24	-26	-29	-32	-35	35+
-	FC	PC	SC	LC	SP	SL	TC	CC	Девушки 1	10-11 лет	-26	-29	-32	-35	-38	-41	41+
-	FC	PC	SC	LC	SP	SL	TC	CC	Девушки 2	12-13 лет	-32	-35	-38	-41	-44	-48	48+
-	FC	PC	SC	LC	SP	SL	TC	CC	Девушки 3	14-15 лет	-38	-41	-44	-48	-52	-56	56+
-	FC	PC	SC	LC	SP	SL	TC	CC	Юниорки 1	16-17 лет	-44	-48	-52	-56	-61	-66	66+
HC	FC	PC	SC	LC	SP	SL	TC	CC	Юниорки 2	18-20 лет	-52	-56	-61	-66	-71	-77	77+
HC	FC	PC	SC	LC	SP	SL	TC	CC	Женщины 1	18+ лет	-52	-56	-61	-66	-71	-77	77+
HC	FC	PC	SC	LC	SP	SL	TC	CC	Женщины 2	30+ лет	-52	-56	-61	-66	-71	-77	77+
-	FC	PC	SC	LC	SP	SL	TC	CC	Ветераны 1	40+ лет	-52	-56	-61	-66	-71	-77	77+
-	-	-	-	LC	SP	SL	TC	CC	Ветераны 2	50+ лет	-52	-56	-61	-66	-71	-77	77+
-	-	-	-	-	-	-	TC	CC	Ветераны 3	60+ лет	-52	-56	-61	-66	-71	-77	77+

Глава 3. Оценки технических действий

Оценка действий в поединках, начисление баллов:

3.1 Ударная техника

1 балл:

- Удар рукой в голову
- Удар рукой по корпусу
- Удар ногой в корпус
- Удар ногой в ногу

2 балла:

- Удар рукой с разворота в голову
- Удар рукой в прыжке в голову
- Удар ногой с разворота в корпус
- Удар ногой в голову

3 балла:

- Удар ногой с разворота в голову

5 баллов:

- Нокдаун

3.2 Бросковая техника

1 балл:

- Бросок без отрыва ног, сваливание, перевод в партер

2 балла:

- Амплитудный бросок с отрывом двух ног

3 балла:

- Амплитудный бросок, выше уровня груди

3.3 Техника в партере

Все оценки за позиции присваиваются на повышение.

1 балл:

- Попытка болевого / удушающего приёма с реальной угрозой
- Спрол Контрол (накрытие сверху при защите от проходов в ноги, контроль 3 сек)

2 балла:

- Реверс (переворот соперника, контроль 3 сек)

3 балла:

- Сайд контрол (удержание сбоку, север-юг, колено на животе (контроль 3 сек)

4 балла:

- Фулл Контрол (удержание сверху, контроль 3 сек)
- Бэк Контрол (контроль 3 сек)

3.4 Удары в партере

1 балл:

- Амплитудный удар с замахом, дошедший до цели без защиты.
- 3 амплитудных удара с замахом по защите.

Глава 4. Время поединков

ВОЗРАСТ	НС	FC	PC	SC	LC	SP	SL	TC	CC
4-5 лет	-	-	-	-	-	-	-	2 мин	2 мин
6-7 лет	-	-	-	-	2 мин	2 мин	2 мин	2 мин	2 мин
8-9 лет	-	-	-	-	2 мин	2 мин	2 мин	2 мин	2 мин
10-11 лет	-	2 мин	2 мин	2 мин	2 мин	2 мин	2 мин	3 мин	3 мин
12-13 лет	-	3 мин	2 мин	2 мин	2 мин	2 мин	2 мин	3 мин	3 мин
14-15 лет	-	3 мин	3 мин	3 мин	2 мин	2 мин	2 мин	3 мин	3 мин
16-17 лет	-	3 мин	3 мин	3 мин	2 мин	2 мин	2 мин	4 мин	4 мин
18-20 лет	2x3 мин	2x2 мин	2x2 мин	2x2 мин	3 мин	3 мин	3 мин	5 мин	5 мин
18+ лет	2x3 мин	2x2 мин	2x2 мин	2x2 мин	3 мин	3 мин	3 мин	5 мин	5 мин
30+ лет	2x2 мин	3 мин	3 мин	3 мин	2 мин	2 мин	2 мин	4 мин	4 мин
40+ лет	-	2 мин	2 мин	2 мин	2 мин	2 мин	2 мин	4 мин	4 мин
50+ лет	-	-	-	-	2 мин	2 мин	2 мин	3 мин	3 мин
60+ лет	-	-	-	-	-	-	-	3 мин	3 мин

4.1 Начало и возобновление схватки

Для выхода на площадку первым вызывается спортсмен в красный угол, вторым – в синий.

Перед выходом спортсменов боковые судьи обязаны проверить соответствие цвета и пригодности экипировки бойца.

По жесту рефери спортсмены приглашаются в центр площадки.

Бойцы занимают нейтральное положение в начале схватки. Бойцы стоят друг напротив друга в ожидании команды рефери к началу поединка.

Рефери проверяет готовность боковых судей - фразой «судья готов» и бойцов - фразой «боец готов».

Бойцы обмениваются рукопожатием и расходятся по своим углам.

По команде рефери: жеста руки и голосовой команды: «Файт!» - которая является сигналом к началу поединка.

Прерывание поединка происходит по команде рефери: «Стоп!».

Также бойцы ставятся в нейтральное положение, если ни один из спортсменов не получил преимущества в положении стоя после выхода за площадку.

В случае выхода за площадку в позиции подразумевающее в себе техническое действие, рефери останавливает схватку, фиксируя данную позицию, перемещает бойцов в центр ковра.

Если при выполнении защиты от болевого или удушающего приема, обороняющийся боец выходит за площадку и позиция не восстановима, то атакующий спортсмен получает 2 балла за нереализованный прием. При этом схватка возобновляется в центре площадки со стойки.

Боец, совершивший умышленный уход за пределы площадки, используемый в качестве защиты от болевого или

удушающего приема, дисквалифицируется, а его сопернику присуждается победа.

4.2 Пассивность

Пассивность: Неоднократные и длительные попытки остановить или заблокировать технические действия и продвижение поединка.

В случае пассивности одного из бойцов в течении 10 секунд, рефери делает устное замечание и призывает к активности.

В случае пассивности одного из бойцов в течении 20 секунд, рефери делает официальное предупреждение.

Пассивность не объявляется бойцу, выполняющему правильную высшую позицию «фулл-контрол» (маунт) или «Бэк-контрол».

4.3 Остановка боя (тайм аут)

Остановка боя (тайм аут) происходит по команде рефери: «Тайм!».

Только рефери имеет право остановить бой. Боец может жестом попросить остановить бой, чтобы исправить повреждение или поправить экипировку.

Рефери может не дать тайм-аут, если он считает, что это лишит преимущества, либо даст преимущество одному из бойцов.

Тайм-аут должен быть минимальным. Если рефери считает, что боец используется тайм-аут для отдыха или для консультаций с тренером, для информации о счете и т.п., то предупреждение может быть вынесено как за задержку боя, либо как за отказ от боя.

Только главный судья, либо старший судья на площадке может прервать бой, находясь вне площадки. Если тренер желает подать протест, он должен уведомить старшего судью по площадке и отложить судейские записки, а также главного судью соревнований, который может принять протест по возможности без остановки боя.

4.4 Условия предоставления тайм-аута:

Повреждения экипировки.

Приведение в порядок экипировки спортсмена.

Для совещания рефери с судьями.

Для разговора рефери с бойцом или его тренером.

Для обеспечения безопасности и справедливого поединка.

Тайм-аут не должен влиять на присуждение баллов. Рефери должен выполнять все процедуры быстро, чтобы обеспечить полное время поединка.

Рефери, который не в состоянии быстро, справедливо, профессионально обслуживать матч, может быть заменен решением главного судьи.

4.5 Экстра раунд

В случае если за основное время победитель схватки не определился, спортсменам дается дополнительное время для выявления победителя.

Глава 5. Технические действия.

5.1 Удары:

Удар - импульсное, взрывное возвратно-поступательное движение руки или ноги с прямолинейной или криволинейной траекторией.

Оцениваются:

- удары руками: в стойке, партере, по голове, туловищу в захвате и без него;
- удары ногами: в стойке по голове, туловищу, по внутренней и внешней стороне бедра в захвате и без него;
- удары коленями: в стойке, (по голове у взрослых 18+), туловищу (с 12 лет), внутреннюю и внешнюю сторону бедра в захвате и без него;
- удары коленями: в партере только по ногам и по корпусу у взрослых 18+.

5.2 Броски:

Бросок: техническое действие атакующего из положения стоя, в результате которого атакуемый теряет равновесие и из положения стоя падает, оказываясь в положении лежа на боку, спине тазобедренных суставах.

В случае, если атлет после броска оказался сверху, но против него действует болевое или удушающее воздействие, оценка присуждается только после прекращения этого воздействия.

Оцениваются:

- тейкдауны: подсечки, подножки, скрутки, зацепы;
- броски с отрывом ног, через бедро, спину, с захватом за голову (у взрослых 18+).
- броски выше груди

5.3 Партер:

Партер: касание помоста 3-мя точками, с обязательным переносом веса тела на них.

- болевой прием: воздействие на суставы конечностей в стойке, партере естественное перегибание (рычаг), а также ущемления сухожилий или мышц, в результате которых атакуемый признает себя побежденным голосом или жестом;
- удушающий прием: техническое действие в стойке, партере, предплечьем или ногами с контролем руки, в результате которых атакуемый признает себя побежденным голосом или жестом;

5.3.1 Болевые на руки:

- Рычаг локтя до сдачи (с 6 лет до угрозы, с 12 лет до сдачи)
- «Кимура» без заведения руки за спину (с 6 лет до угрозы, с 12 лет до сдачи)
- «Американа» (с 6 лет до угрозы, с 12 лет до сдачи)
- Узел плеча ногами «Омоплата» (с 12 лет)

5.3.2 Болевые на ноги:

- Ущемление ахиллового сухожилия.
- Рычаг колена (с 12 лет)
- Футлок (с 12 лет)

5.3.1 Удушающие приёмы:

- «Бэк контрол» через руку (с 6 до угрозы, с 12 лет до сдачи)
- «Бэк контрол» без руки (с 12 лет)
- «Гильотина» в партере через руку (с 6 лет до угрозы, с 12 лет до сдачи)
- «Гильотина» в партере без руки (с 12 лет)
- «Гильотина» в стойке (с 16 лет)
- «Треугольник» без давления на голову (с 6 лет)
- «Треугольник» с давлением на голову (с 12 лет)
- «Иезекиль» (с 18 лет)
- Гогоплата (с 12 лет)
- Гогоплата из «маунта» (с 16 лет)

5.4 Удары в партере:

Оцениваются:

- удары ногами: в партере только по ногам (с 12 лет) и (по корпусу у взрослых 18+ лет);
- удары руками: по голове в дисциплинах НС, РС, SP. По туловищу в дисциплинах НС, FC, PC, SP.

5.5 Нокдауны

Рефери вправе отсчитать нокдаун после:

- любого одиночного действия, приведшего к временной неспособности продолжать поединок одного из бойцов.
- нанесения более 3 амплитудных удара с замахом, дошедший до цели без защиты в партере.
- нанесения более 9 амплитудных удара с замахом, дошедших до цели по защите в партере.

Убедившись, что боец способен к продолжению боя рефери дает команду «Файт (начали)» в стойке.

Победа техническим нокаутом присуждается рефери бойцу, когда его соперник, получил нокдаун 2 раза за один раунд или 3 нокдауна за весь поединок в возрасте старше 12 лет и 1 нокдаун в возрасте до 12 лет.

Нокдауны в дисциплине НС отсутствуют.

5.6 Нокауты

Спортсмен, потерявший сознание в результате получения нокаута, отстраняется от участия в соревновании и направляется для получения помощи медицинским персоналом. Такой спортсмен не допускается до участия в любых соревнованиях в течении минимум 30 дней со дня нокаута.

Если спортсмен, не достигший совершеннолетия, теряет сознание в ходе поединка, он отстраняется от участия в соревновании по соображениям безопасности.

Глава 6. Запрещённые приемы и действия

6.1 Удары:

- удары коленями в голову (до 18 лет)
- удары локтями

удары по коленям

удары руками и ногами в не защищенную шлемом область головы, шею, шейно-ключевой отдел, горло, затылок, позвоночник, пах;

удары головой, предплечьем, ребром руки, открытой ладонью и пальцами.

6.2 Броски:

Прогибом (до 18 лет)

использовать опасную неконтролируемую бросковую технику (броски на голову и др.);

проводить болевые приемы в стойке, использовать «рычаг локтя» для броска;

6.3 Партер:

гильотина в стойке (до 14 лет);

броски с захватом двумя руками за голову, без захвата руки (до 18 лет);

«футлок» (до 18 лет)

болевые приемы на запястья, пальцы, позвоночник, скручивание шеи, стопы и пятки, рычаг колена;

болевой с заведением руки за спину;

канарейка;

«скручивание колена»

«скручивание пятки»

сжатие ногами ребер (до 18 лет)

«твистер»

«ножницы»

«слэм» на голову

неконтролируемый «слэм»

выполнять болевые приемы рывками

удушение пальцами

6.4 Удары в партере:

удары ногами из положения партера (на 3-х точках опоры) в голову или корпус (до 18 лет)

любые удары ногами/коленями в голову по сопернику, находящемуся на 3-х точках опоры.

удары коленями в партере по сопернику (до 18+ лет)

6.5 Общее:

любые захваты за экипировку, шлем, маску;

делать опасные движения головой;

разговаривать во время боя, за исключением заявления об отказе от боя или беспорядках в защитном снаряжении;

не оцениваются техники, которые наносятся в следствии и одновременно с нарушением правил.

выполнять любую технику после команды «Стоп».

Глава 7. Экипировка бойцов

Вся экипировка должна быть установленного образца, иметь сертификат соответствия, признанный ФСЕ России, быть в надлежащем состоянии, соответствующая размерам бойца. Бойцы должны иметь опрятный внешний вид, ногти на руках и ногах коротко подстрижены.

Бойцы не должны иметь на себе во время боя какие-либо предметы, способные нанести травмы: цепочки, серьги, кольца и т. п.

Боец вызванный первым надевает экипировку красного цвета, боец вызванный вторым надевает экипировку синим цветом.

Экипировка бойцов:

- Открытый шлем красного или синего цвета. (FC, SC, LC, SL)
- Защитный шлем с пластиковой маской красного или синего цвета. (PC, SP)
- Верх - рашгарт 70% красного или синего цвета. (HC, FC, SC, LC, SL, CC)
- Низ – шорты 70% красного или синего цвета. (HC, FC, SC, LC, SL, CC)
- Кимоно с красным или синим поясом. (PC, SP, TC)
- Капа. (HC, FC, PC, SC, SP)
- Перчатки для мма с защитой большого пальца не менее 6 унций красного или синего цвета. (HC, FC, PC, LC, SP)
- Щитки с защитой голени и стопы (типа чулок) красного или синего цвета. (HC, FC, PC, SC, LC, SL, SP)
- Протектор на пах, одетый под шорты. (HC, FC, PC, SC, LC, SL, SP)

- Протектор на грудь для женщин. (НС, FC, PC, SC, LC, SL, SP)
- У спортсменов до 12 лет во всех ударных и смешанных дисциплинах обязательном порядке:
- Защитный шлем с пластиковой маской красного или синего цвета. (НС, FC, PC, SC, LC, SL, SP)
 - Протектор на корпус. (НС, FC, PC, SC, LC, SL, SP)

Наименование / Дисциплина	НС	FC	PC	SC	LC	SL	SP	TC	CC
Открытый шлем	-	С 12 лет	-	С 12 лет	С 12 лет	С 12 лет	-	-	-
Защитный шлем с пластиковой маской	-	До 12 лет	+	До 12 лет	До 12 лет	До 12 лет	+	-	-
Защита корпуса	-	До 12 лет	До 12 лет	До 12 лет	До 12 лет	До 12 лет	До 12 лет	-	-
Капа	+	+	+	+	По желанию	По желанию	+	По желанию	По желанию
Защита ног	+	+	+	+	+	+	+	-	-
Перчатки для ММА с подушкой (от 6 унций)	+	+	+	-	+	-	+	-	-
Перчатки для бокса (от 10 унций)	-	-	-	+	-	+	-	-	-
Защита на пах	+	+	+	+	+	+	+	По желанию	По желанию
Защита на грудь (женщины)	+	+	+	+	+	+	+	По желанию	По желанию
Рашгارد и шорты	+	+	-	+	+	+	-	-	+
Кимоно	-	-	+	-	-	-	+	+	-

Если боец выходит на площадку, не имея какого-либо из вышеперечисленных элементов экипировки, либо имеет какие-либо нарушения в экипировке, то по указанию бокового судьи или рефери он должен устранить это нарушение в течение 1 минуты, при этом он получает 1-е предупреждение (1 балл сопернику) если он не успевает уложиться, то получает 2-ое предупреждение (3 балла сопернику).

Изображения разрешенной экипировки



**Перчатки для ММА с подушкой (от 6 унций)
(цвета угла)**



**Перчатки для бокса (от 10 унций)
(цвета угла)**



**Рашгارد
(цвета угла)**



**Шорты
(цвета угла)**



Кимоно (любого цвета)



Капа



Защита на пах (мужчины) | Защита на пах (женщины)



Защита на грудь (женщины)



Требования к цвету экипировки обязательны на всех мероприятиях всероссийского и межрегионального уровня.

Глава 8. Техника боя

	Удары	Броски	Партер	Удары в партере
(tactic-control)	-	+	+	-
(close-control)	-	+	+	-
(strike-light)	легкий контакт	-	+	-
(strike-point)	до первой оценки	+	+	+
(light-contact)	легкий контакт	+	+	-
(strike-contact)	+	-	-	-
(protect-contact)	+	+	+	+
(full-contact)	+	+	+	по корпусу
(hard-contact)	+	+	+	+



Глава 9. Дисциплина Хард-Контакт (Жесткий Контакт)

Соревнования в смешанно-боевой дисциплине хард-контакт предусматривают поединки бойцов, демонстрирующих действия в полный контакт, как в стойке, так и в партере с ударами, болевыми и удушающими приемами.

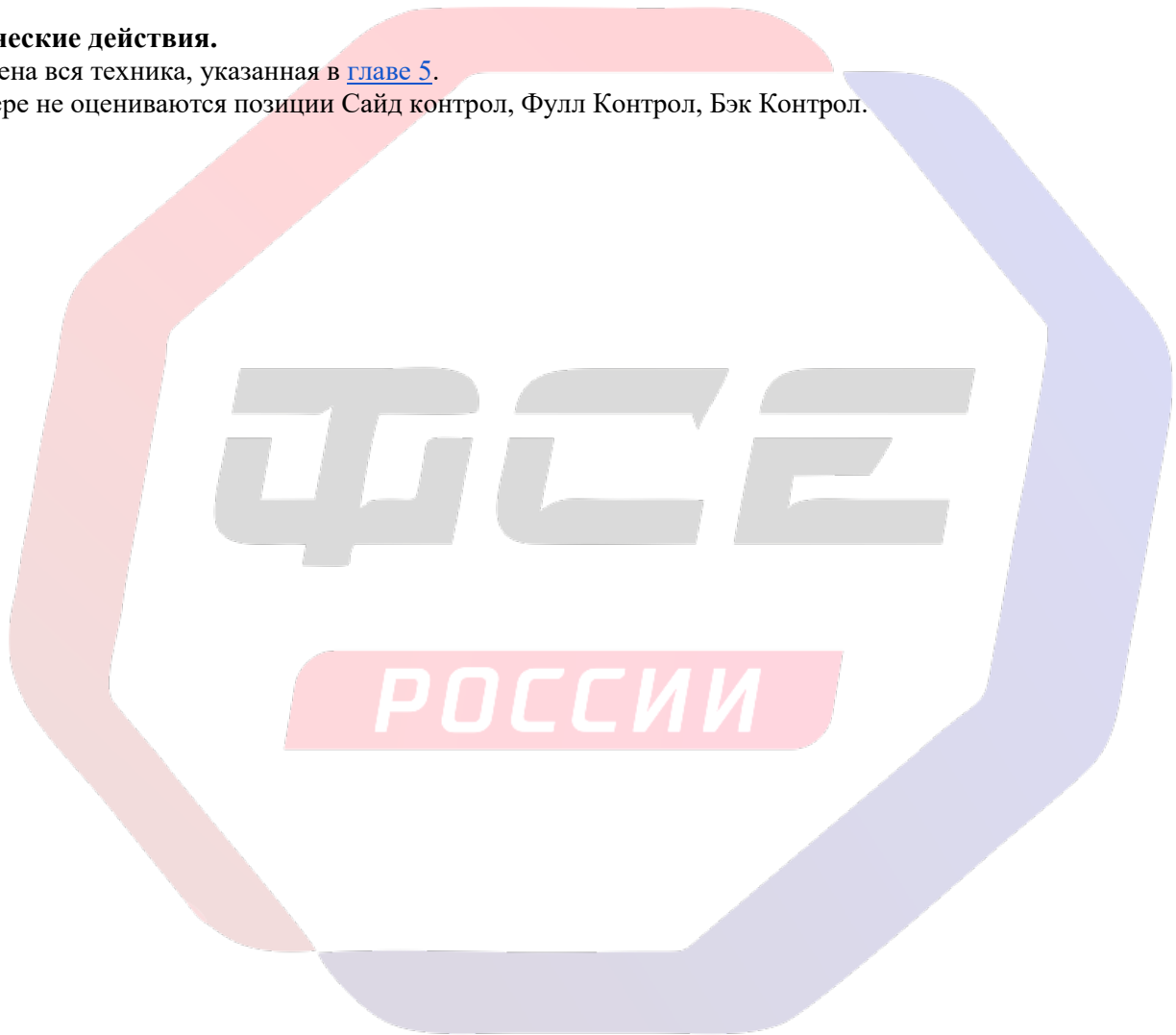
Экипировка бойцов.

- Верх - рашгард.
- Низ - шорты
- Капа.
- Перчатки для любительского мма с защитой большого пальца не менее 6 унций.
- Щитки с защитой голени и стопы (типа чулок).
- Протектор на пах, одетый под шорты.
- Протектор на грудь для женщин.

Технические действия.

Разрешена вся техника, указанная в [главе 5](#).

В партере не оцениваются позиции Сайд контрол, Фулл Контрол, Бэк Контрол.



Глава 10. Дисциплина Фулл-Контакт (Полный Контакт)

Соревнования в смешанно-боевой дисциплине Фулл-Контакт предусматривают поединки бойцов, демонстрирующих технико-тактическими действия в полный контакт, как в стойке, так и в партере с ударами, болевыми и удушающими приемами.

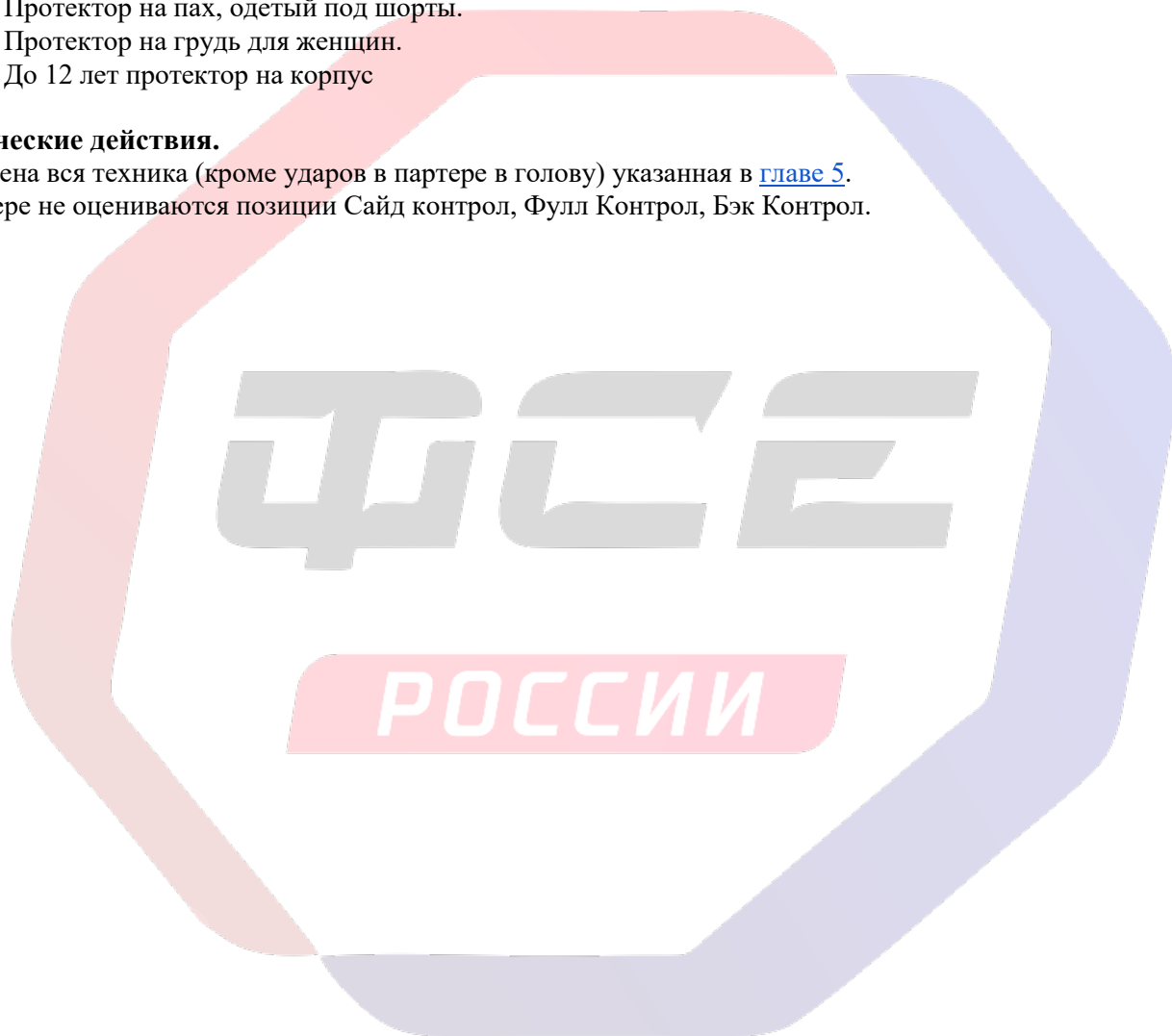
Экипировка бойцов.

- Открытый шлем (до 12 лет защитный шлем с пластиковой маской)
- Верх - рашгард.
- Низ - шорты
- Капа.
- Перчатки для любительского мма с защитой большого пальца не менее 6 унций.
- Щитки с защитой голени и стопы (типа чулок).
- Протектор на пах, одетый под шорты.
- Протектор на грудь для женщин.
- До 12 лет протектор на корпус

Технические действия.

Разрешена вся техника (кроме ударов в партере в голову) указанная в [главе 5](#).

В партере не оцениваются позиции Сайд контрол, Фулл Контрол, Бэк Контрол.



Глава 11. Дисциплина Протект-Контакт (Защитный Контакт)

Соревнования в защитно-боевой дисциплине Протект-Контакт предусматривают поединки бойцов, демонстрирующих технико-тактическими действия в полный контакт, как в стойке, так и в партере с ударами, болевыми и удушающими приемами.

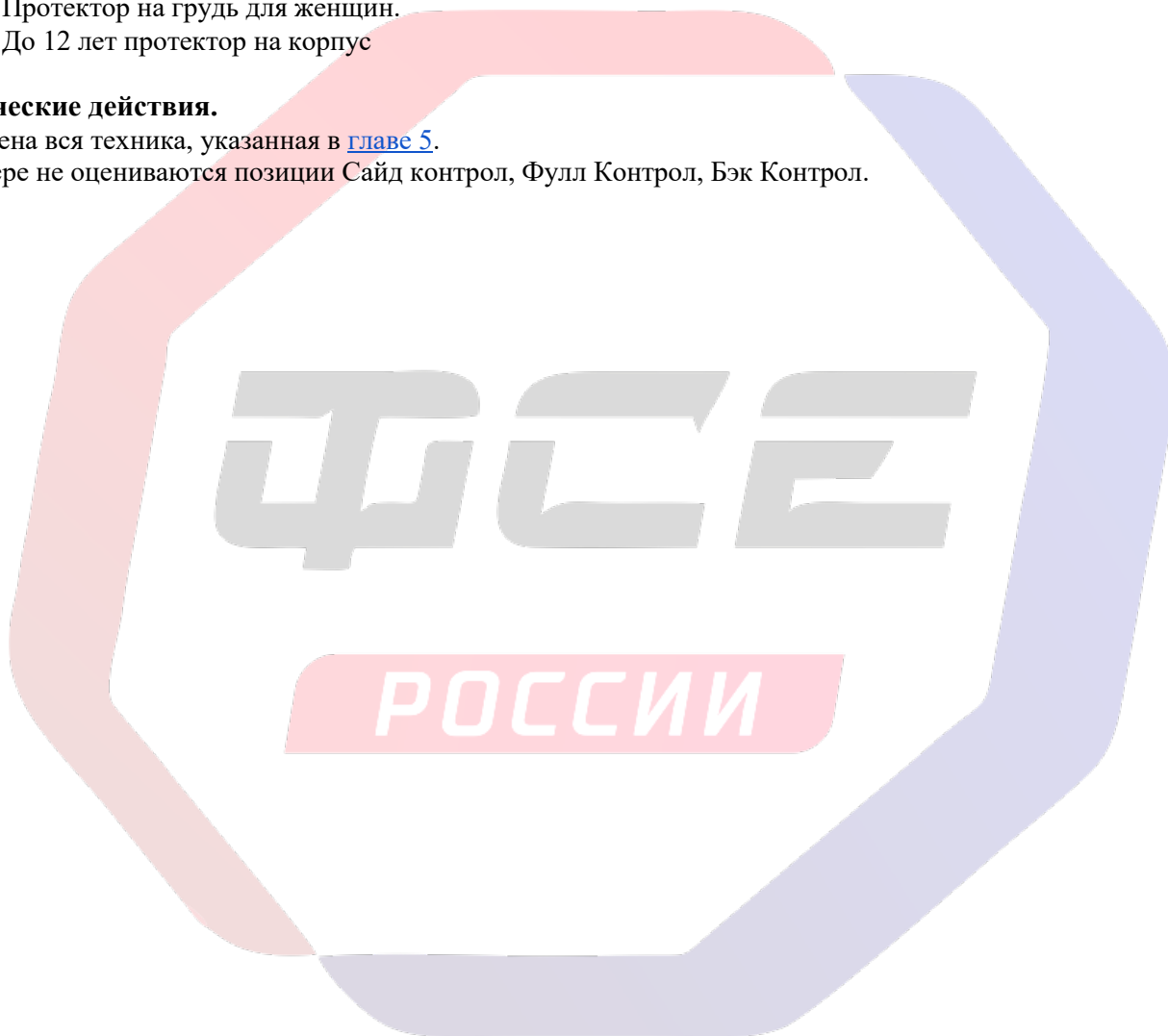
Экипировка бойцов.

- Защитный шлем с пластиковой маской
- Кимоно.
- Капа.
- Перчатки для любительского мма с защитой большого пальца не менее 6 унций.
- Щитки с защитой голени и стопы (типа чулок).
- Протектор на пах, одетый под шорты.
- Протектор на грудь для женщин.
- До 12 лет протектор на корпус

Технические действия.

Разрешена вся техника, указанная в [главе 5](#).

В партере не оцениваются позиции Сайд контрол, Фулл Контрол, Бэк Контрол.



Глава 12. Дисциплина Страйк-Контакт (Ударный Контакт)

Соревнования в ударно-боевой дисциплине Страйк-Контакт предусматривают поединки бойцов, демонстрирующих технико-тактические действия в полный контакт.

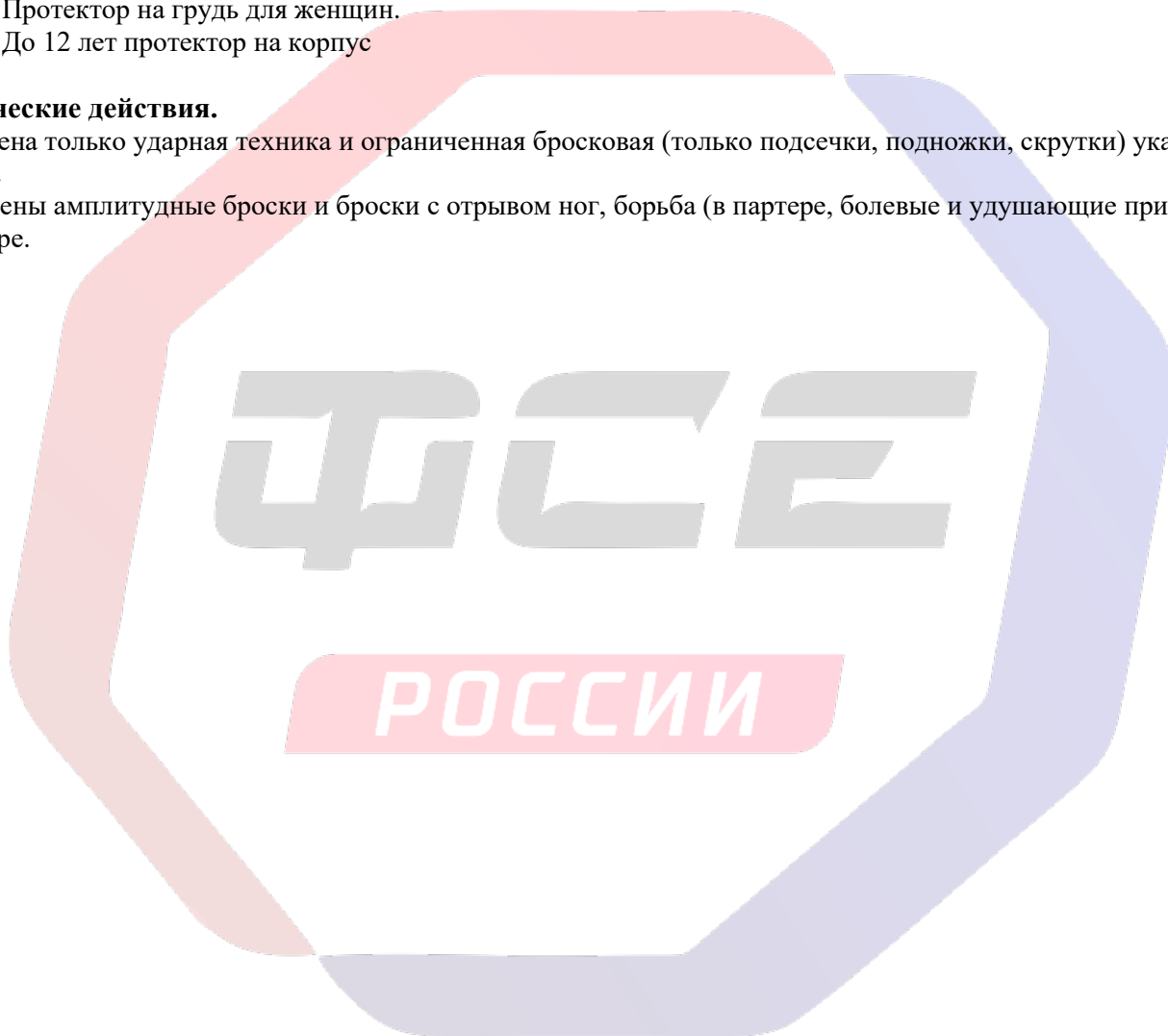
Экипировка бойцов.

- Открытый шлем (до 12 лет защитный шлем с пластиковой маской)
- Верх - рашгард.
- Низ - шорты
- Капа.
- Боксерские перчатки 10 унций.
- Щитки с защитой голени и стопы (типа чулок).
- Протектор на пах, одетый под шорты.
- Протектор на грудь для женщин.
- До 12 лет протектор на корпус

Технические действия.

Разрешена только ударная техника и ограниченная бросковая (только подсечки, подножки, скрутки) указанные в [главе 5](#).

Запрещены амплитудные броски и броски с отрывом ног, борьба (в партере, болевые и удушающие приемы), удары в партере.



Глава 13. Дисциплина Лайт-Контакт (Легкий Контакт)

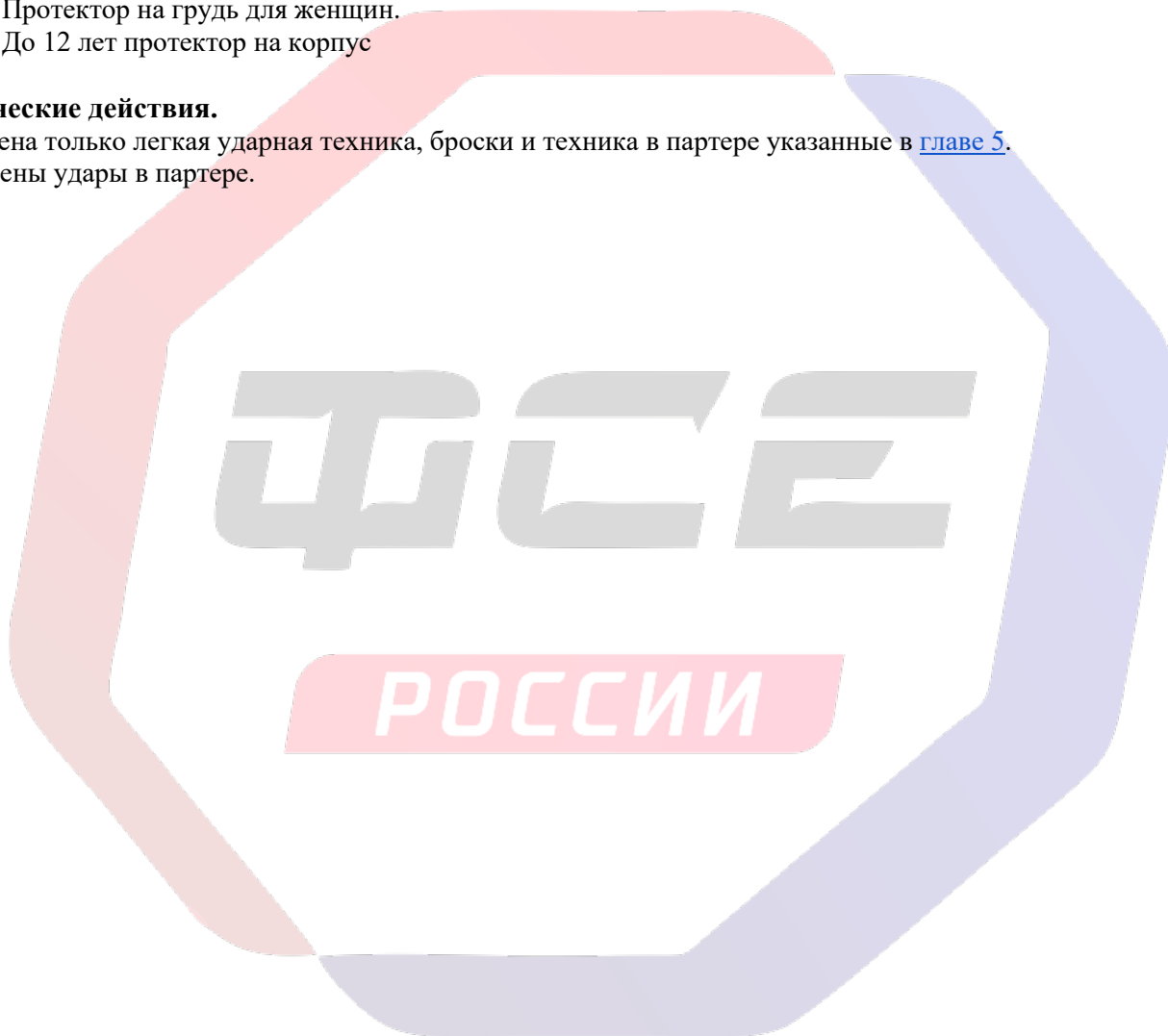
Соревнования в смешанно-технической дисциплине лайт-контакт предусматривают поединки бойцов, демонстрирующих технико-тактические действия в неполный (легкий) контакт в стойке и борьбе в партере с использованием болевых и удушающих приемов.

Экипировка бойцов.

- Открытый шлем (до 12 лет защитный шлем с пластиковой маской)
- Верх - рашгард.
- Низ - шорты
- Капа.
- Перчатки для любительского мма с защитой большого пальца не менее 6 унций.
- Щитки с защитой голени и стопы (типа чулок).
- Протектор на пах, одетый под шорты.
- Протектор на грудь для женщин.
- До 12 лет протектор на корпус

Технические действия.

Разрешена только легкая ударная техника, броски и техника в партере указанные в [главе 5](#).
Запрещены удары в партере.



Глава 14. Дисциплина Страйк-Поинт (Точечный Удар)

Соревнования в защитно-технической дисциплине Страйк-Поинт предусматривают поединки бойцов, демонстрирующих технико-тактическими действия в полный контакт, как в стойке, так и в партере с ударами, болевыми и удушающими приемами по правилам «олимпийского фехтования поинт» с остановкой боя после первого точного технического действия (удар или бросок или добивание).

Экипировка бойцов.

- Защитный шлем с пластиковой маской
- Кимоно.
- Капа.
- Перчатки для любительского мма с защитой большого пальца не менее 6 унций.
- Щитки с защитой голени и стопы (типа чулок).
- Протектор на пах, одетый под шорты.
- Протектор на грудь для женщин.
- До 12 лет протектор на корпус

Технические действия.

Разрешена ударная техника, броски, болевые и удушающие приемы, удары в партере, до «чистой» первой оценки указанные в [главе 5](#).

Запрещены удержания в партере.

Дополнения к правилам:

После определения результативного технического действия бой останавливается по команде «Стоп!», прием немедленно оценивается всеми судьями и рефери, находящимися площадке.

Рефери должен сосчитать голоса судей, включая свой и определить, кто из бойцов набрал большее число голосов для присуждения оценки.

Если один из боковых судей увидел результативное техническое действие, он должен немедленно подать сигнал рефери, который должен командой «Стоп!» остановить поединок. Затем все судьи, включая рефери, должны оценить выполненное действие.

Минимум два судьи (включая рефери) должны зафиксировать и оценить техническое действие в пользу одного из спортсменов, чтобы балл был присуждён. Голоса одного судьи недостаточно для присуждения оценки. Если два судьи (включая рефери) зафиксировали одновременное присуждение баллов обоим бойцам, то тогда оба бойца должны получить присвоенные баллы.

Если все судьи, включая рефери, отдали голоса одному из бойцов, то ему присуждается оценка ввиду абсолютного большинства.

Действия рефери и боковых судей:

рефери и боковые судьи должны двигаться таким образом, чтобы не закрывать обзор друг другу и видеть спортсменов в момент проведения технических действий;

рефери должен двигаться вместе со спортсменами со стороны проведения технических действий (а не со стороны спин спортсменов) для того, чтобы произвести чёткую фиксацию результативного действия, не дожидаясь боковых судей, одновременно не мешая бойцам;

боковые судьи должны двигаться с разных сторон площадки, находясь только за её пределами, не мешать друг другу и фиксировать только те результативные действия, в которых они уверены и которые видели.

Основные судейские жесты:

не видел - закрыть глаза ладонями;

ничего - развести руки в стороны;

обоюдная результативная атака - приставить кулаки друг к другу;

удар ниже пояса - показать рукой пояс и указать вниз;

обмен нерезультативными ударами, захваты - вращение руки через руку;

выход за пределы - поднять руку вверх и сделать отмахку по краю площадки;

количество баллов выбрасывается на пальцах и в сторону бойца, который их заработал.

Баллы:

Баллы сигнализируют пальцами руки в сторону заработавшего их бойца. Присуждение баллов возможно только в случае, когда минимум два голоса отдано за какого-либо бойца.

Судьи могут иметь различные мнения и различные баллы. Если один судья показывает 2 балла, а другой

показывает 1 балл в эту же сторону, то всегда присуждается низший балл.

Если более чем два голоса отдано в сторону одного из бойцов, то он получает балл ввиду абсолютного большинства голосов.

Если два судьи фиксируют одновременное присуждение одинакового количества баллов обоим бойцам, а третий судья или рефери показывает в сторону только одного бойца, то этот боец получает балл ввиду преимущества голосов (баллов).

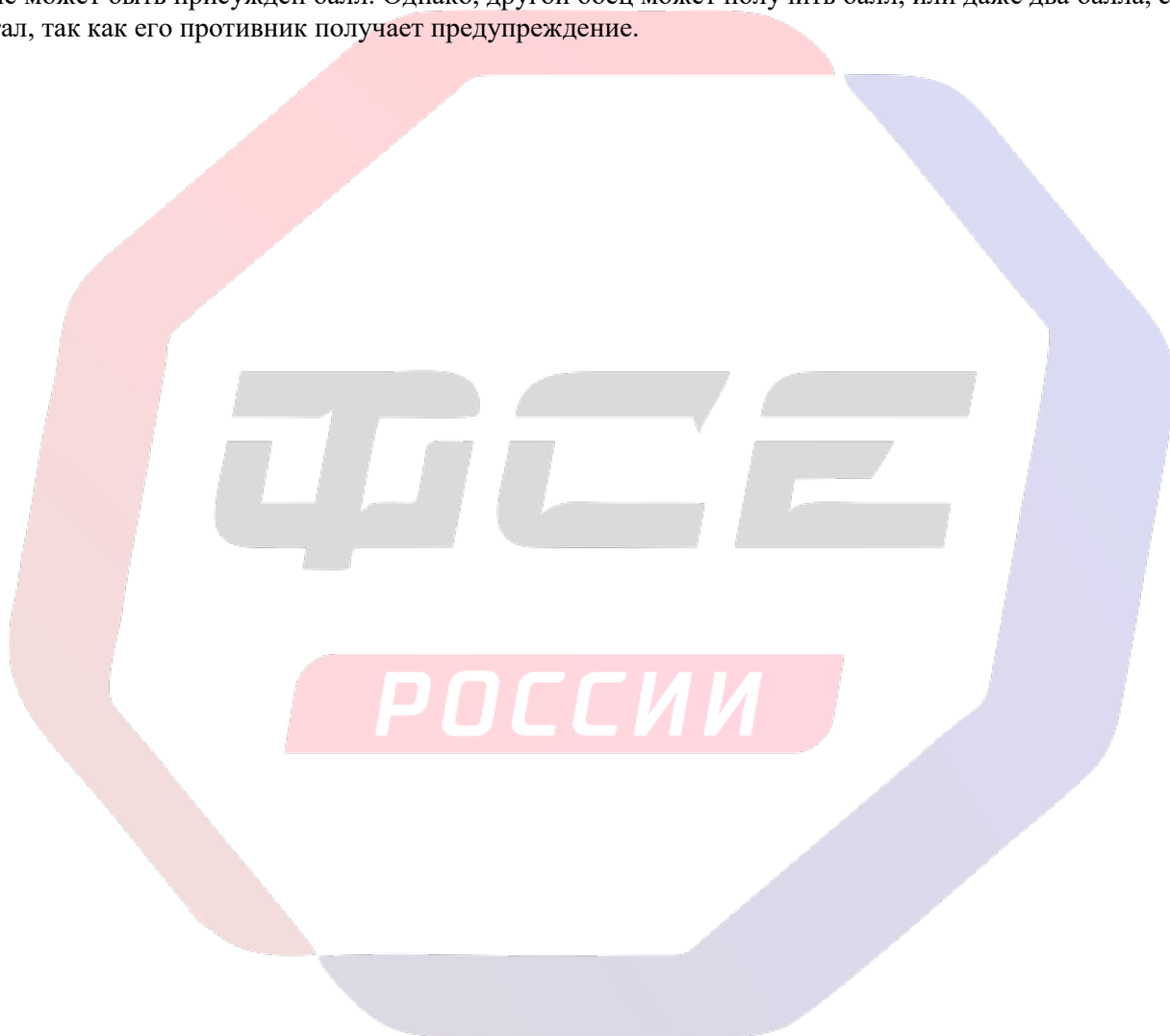
Если рефери и один судья показывают две поднятые руки (очко обоим бойцам), а третий судья показывает очко одному бойцу, решением рефери очко присуждается обоим бойцам

В ситуациях, когда у обоих бойцов одинаковое число голосов (баллов), им обоим присуждаются баллы.

Если два судьи (включая рефери) не фиксируют присуждение баллов ни одному из спортсменов, а третий судья (рефери) фиксирует балл, то очки не могут быть присвоены только по мнению одного судьи.

Отсутствие баллов:

Если рефери командует «Стоп!» и объявляет предупреждение одному из бойцов, то одновременно с этим этому бойцу не может быть присужден балл. Однако, другой боец может получить балл, или даже два балла, если их заработал, так как его противник получает предупреждение.



Глава 15. Дисциплина Страйк-Лайт (Легкий Удар)

Соревнования в ударно-технической дисциплине Страйк-Лайт предусматривают поединки бойцов, демонстрирующих технико-тактические действия в легкий (неполный) контакт.

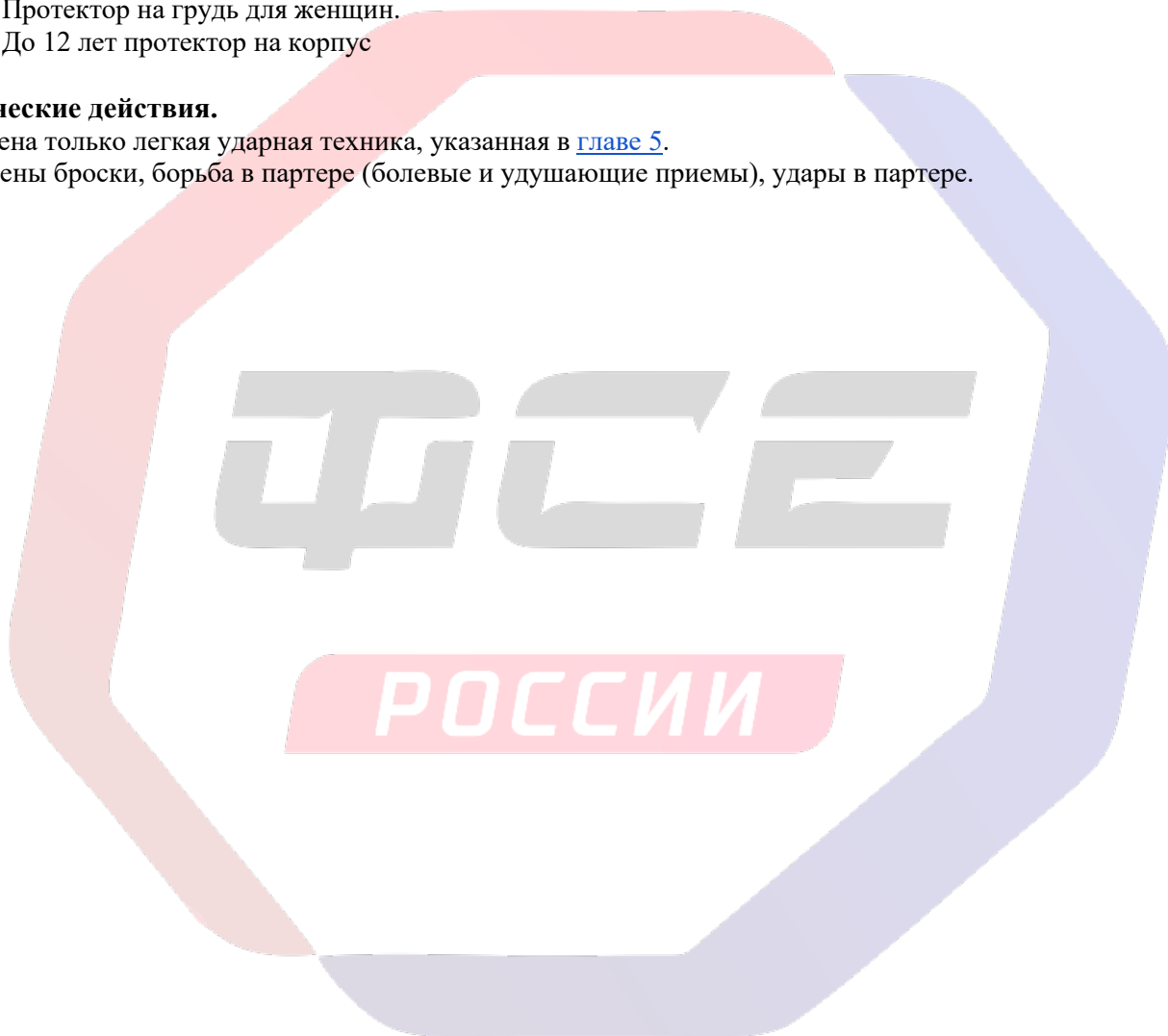
Экипировка бойцов.

- Открытый шлем (до 12 лет защитный шлем с пластиковой маской)
- Верх - рашгард.
- Низ - шорты
- Капа.
- Боксерские перчатки 10 унций.
- Щитки с защитой голени и стопы (типа чулок).
- Протектор на пах, одетый под шорты.
- Протектор на грудь для женщин.
- До 12 лет протектор на корпус

Технические действия.

Разрешена только легкая ударная техника, указанная в [главе 5](#).

Запрещены броски, борьба в партере (болевые и удушающие приемы), удары в партере.



Глава 16. Дисциплина Тактик-Контрол (Тактический Контроль)

Соревнования в борцовско-технической дисциплине Тактик-Контрол предусматривают схватки бойцов, демонстрирующих технико-тактические действия в стойке и в партере с использованием болевых и удушающих приемов.

Экипировка бойцов.

- Кимоно.
- Капа. (по желанию)
- Протектор на пах, одетый под шорты. (по желанию)

Технические действия.

Разрешены броски, борьба в партере (болевые и удушающие приемы) указанные в [главе 5](#).

Запрещены ударная техника, удары в партере.



Глава 17. Дисциплина Клоус-Контрол (Плотный Контроль)

Соревнования в борцовско-технической дисциплине Клоус-Контрол предусматривают схватки бойцов, демонстрирующих технико-тактические действия в стойке и в партере с использованием болевых и удушающих приемов.

Экипировка бойцов.

- Верх - рашгард.
- Низ – шорты.
- Капа. (по желанию)
- Протектор на пах, одетый под шорты. (по желанию)

Технические действия.

Разрешены броски, борьба в партере (болевые и удушающие приемы) указанные в [главе 5](#).

Запрещены ударная техника, удары в партере.

