

# Full contact „B” kategóriás versenyszabályok

## Indulási feltételek

Betöltött 14. életév és szülői beleegyezés, illetve betöltött 18. életév. Egyebekben a versenyzőknek és ruházatuknak meg kell felelniük az általános részben felsorolt, egyben rájuk nézve kötelező érvényű szabályoknak.

## Ruházat

A versenyzők stílusoknak megfelelő nadrágot kell, hogy viseljenek. A férfiak pólóban, vagy mezítelen felsőtesttel, a nők felül tradicionális giben, vagy pólóban versenyeznek. Piros, kék kesztyű használata ajánlott az oldalszínnek megfelelően.

## Védőfelszerelés

A versenyzők védőfelszerelésének meg kell felelnie az általános rész I.2.6.13. pontjában meghatározott feltételeknek.

A verseny során kötelező a használata:

- a zárt védőkesztyűnek (mely minimum 10 unciás),
- a fogvédőnek,
- fiúknál, férfiaknál a suspensornak (lágycsővédőnek), nőknél a mell és mélyvédőnek, kizárólag a ruha alatt viselve,
- bandáznak,
- Fej- és sípcsontvédőnek a 14-15 és a 16-17 éves korcsoportnak.

A verseny során engedélyezett, de nem kötelező a használata:

- a sípcsontvédőnek (kivéve a 14 -17 éves korcsoportnak),
- a térdvédőnek,
- a könyökvédőnek,
- a bokaguminak,

A verseny során tilos protectort (felsőtestvédőt, testpajzsot) használni.

## Küzdőtér

**Típusa:** ökölvívó szorító, vagy küzdőpást.

**Mérete:** szorító esetén a szabványnak megfelelően min. 5,8-6,1 x 5,8-6,1 méter, küzdőpást esetén min. 7 x 7 méter, max. 8 x 8 méter.

## A küzdelem időtartama

A küzdelem időtartama 2x2 perc futóidő 1 perces pihenőkkel, 1 extramenet lehetséges melynek ideje 1x2 perc.

## **Érvényes és tiltott technikák, találati felületek**

A küzdelem során alkalmazható technikák:

- az érvényes találati felületre frontálisan, vagy körkörösén, az ököl elülső, kisujj felőli vagy kézháti részével végrehajtott ütések,
- az érvényes találati felületre egyenesen, vagy körkörösén, lefeszített lábfejjel, sípcsonttal, külső lábéllel, talppal, sarokkal, vagy lábujjpárnával végrehajtott rúgások,
- az érvényes találati felületre frontálisan, vagy körkörösén bevitt térd rúgások, testre fogással vagy fogás nélkül, fejre fogás nélkül,
- fojtások és feszítések állva (a földön fekvő ellenféllel szemben is), leszorítás,
- a teljes dobás skála, letekerés, lerántás (kivéve az ízületi hajlásiránnyal ellentétesen végrehajtott dobások),
- páros lábfelszedéssel a támadott versenyzőt oldalirányba dobni.

Fojtásra és feszítésre 10 másodperc idő áll rendelkezésre. A létrejött technika után újabb 10 másodperc idő van annak befejezésére, amit a bíró a felemelt kezén jelez. Amennyiben ennyi idő alatt nincs végrehajtva a technika, állásból folytatódik a küzdelem.

## **Földön fekvés ténye: a sportoló három ponton érintkezik a talajjal**

A küzdelem során tiltott technikák:

- az ököl hüvelykujj felőli élével, tenyér részével végrehajtott ütések,
- a csuklóval, alkarral, vagy vállal végrehajtott ütések,
- a fejelés,
- az ellenfélén végrehajtott bármilyen feszítés vagy fojtás, rántással vagy ütésszerűen végrehajtva,
- könyöktechnikák,
- egyenes vonalú rúgás fejre,
- comb belső része térd rúgással,
- páros lábfelszedéssel a támadott versenyzőt előre nagyívben a hátára dobni,
- azok az érvényes technikák, melyek szem-, illetve erőkontroll és dinamika nélkül kerülnek végrehajtásra, illetve nem felelnek meg a küzdő felekkel szemben támasztott minimális technikai követelményeknek.

Mivel életszerű küzdelmeket feltételezünk, teljes erejű ütések és rúgások engedélyezettek a test érvényes felületére.

A mérkőzésen tiltott találati felület:

- a torok,
- a szem,
- a lágyék
- a hátgerinc,
- a tarkó.

A mérkőzés során tiltott akció:

- a vezetőbíró „állj!” vezényszava utáni támadás indítása,
- kifordulás,
- menekülés; szándékos, ok nélküli földre esés,
- a földön fekvő ellenfél támadása ütő- és rugótechnikákkal,

- földön fekvésből ütő- és rugótechnikákkal visszatámadni,
- földharc közben ütő- és rugótechnikákat alkalmazni,
- az ökölvívó szorító köteleinek segédeszközként való felhasználása,
- beszéd,
- sportszerűtlen viselkedés (akár a segítők, vagy csapattársak részéről).

### **Találatok értékelése**

A mérkőzések értékelése pontozásos rendszerben történik. A pontozóbírók a menetek során esett találatok alapján értékelik a sportolókat. A mérkőzésen csak azok a találatok értékelhetők, melyek engedélyezett technika alkalmazásával érvényes találati felületre érkeztek be.

Kiütés, vagy feladás esetén magától értetődően a mérkőzésnek vége

- Egy pontot érnek:
- az ütések fejre és testre,
  - az ugró ütések fejre és testre,
  - a rúgások testre, combra,
  - kisívű dobás,
  - a lábsöprés,
  - földre vitel.

- Kettő pontot érnek:-
- a rúgások fejre,
  - az ugró rúgások testre,
  - nagy ívű dobás,
  - szabályos leszorítás, feszítés vagy fojtás 10 mp megtartása (vezetőbíró jelzi a két pontot).

- Három pontot érnek:-
- az ugró rúgások fejre,
  - rászámolás az ellenfélre.

***Az „Állj!” vezényszóval egybeeső technikák, értékelhető technikák!***

### **Büntetések**

Azt a sportvezetőt, vagy csapatot, amely sportszerűtlenül viselkedik, illetve azt a sportolót, aki a küzdelem során tiltott felületet támad, tiltott technikát alkalmaz, vagy tiltott akciót hajt végre, büntetéssel kell sújtani.

A küzdők büntetésének fokozatai:

- bejelentett figyelmeztetés,
- 1 pontlevonás a szabálytalanság másodszori elkövetésekor,
- 3 pontlevonás a szabálytalanság harmadszori elkövetésekor,
- negyedszori elkövetése azonnali leléptetést von maga után,
- leléptetés, a bejelentett figyelmeztetés után is adható.

Súlyosnak megítélt szabálytalanság esetén a vezetőbíró kezdeményezheti a büntetés súlyosbítását (pl.: figyelmeztetés helyett pontlevonás), szándékosság esetén a sportoló azonnali leléptetését vonja maga után.

A büntetőpontokat a menetekben a versenyzők viszik tovább magukkal.

A sportszerűtlenül viselkedő sportvezető, vagy csapat büntetésének fokozatai:

- figyelmeztetés,
- a küzdőtérrel való eltávolítás,
- a versenyző leléptetése,
- a csapat kizárása.
- a verseny helyszínéről való eltávolítás,

### **Sérülések**

Amennyiben az összecsapások során valamelyik sportoló megsérül, abban az esetben a vezetőbíró azonnal megállítja a küzdelmet. Ha úgy ítéli meg, hogy szükség van a versenyorvos segítségére (sérülés megítélése, látható orvosi ellátás igénye), azonnal a küzdőtérre kéri.

Csak a versenyorvosnak áll jogában megállapítani azt, hogy a sportoló alkalmas-e a küzdelem folytatására.

Ha a sérülés súlyos, vagy azonnali orvosi ellátást igényel, és annak várható időtartama meghaladja a három percet, abban az esetben a mérkőzést be kell fejezni.

A küzdelem sérülés miatti befejezésekor a bírónak meg kell állapítaniuk azt, hogy a sérülés bekövetkezése milyen okokra vezethető vissza.

A mérkőzés győztese a sérült versenyző, ha a bírók úgy ítélik meg, hogy:

- a sérülés szabályos küzdelem során esett és a sérült sportoló a baleset bekövetkezésig több pontot gyűjtött,
- a sérülést az ellenfél szabálytalansága okozta.

A mérkőzés vesztese a sérült versenyző, ha a bírók úgy ítélik meg, hogy:

- a sérülés szabályos küzdelem során esett és a sérült sportoló a baleset bekövetkezésig kevesebb pontot gyűjtött,
- a sérülést saját magának okozta.

Amennyiben a sérülés szabályos küzdelem során keletkezett és a két sportoló elért pontjai egyenlők, abban az esetben a további küzdelemre képes versenyző a győztes.

Mindkét sportoló sérülése esetén – ha egyikük felelőssége sem állapítható meg annak bekövetkezése kapcsán - az addig keletkezett pontszámok, az addig nyújtott kép alapján kell kihirdetni a győztest.

Az a versenyző, akit az ellenfele által okozott sérülése miatt hirdettek ki győztesnek, csak orvosi engedéllyel versenyezhet tovább.

Ki kell zárni a további küzdelemből azt a versenyzőt, akit sérülése miatt egy verseny során már kétszer hirdettek ki győztesnek.

Azt a versenyzőt, aki fejen kiütést (KO) szenvedett, a versenyen további küzdelmet nem folytathat sem az érintett, sem más küzdelmi versenyszámban. A fej KO-t a Budopassba, a versenyezhet, rovatba be kell jegyezni. A vezetőbírónak jeleznie kell főbíróknak a KO-t, aki a KO könyvet vezeti.

## **Bíraskodás**

A küzdőpáston 1 bíró tevékenykedik. A vezetőbíró a küzdőpáston, 3 fő pontozóbíró a küzdőtér sarkainál, vagy oldalánál (szorító) - ülve - helyezkedik el.

## **Pontozás, eredményhirdetés**

A menet során több szabályos találatot elért sportolónak 10 pont adható (lásd:II.1.3.1.2, II.1.3.1.3, II.1.3.1.4). Az ellenfél találatainak arányában 8-9 pontot kaphat (szintjét a menet győzteséhez mérve). Amennyiben a menet során a sportolók értékelhető találatainak összege egyenlő, abban az esetben a menetet 10-10-re kell értékelni, de a kezdeményezőbb sportolót minden esetben meg kell jelölni. Amennyiben a versenyzők kezdeményező készsége is egyformának vehető, abban az esetben a jobban védekező sportolót kell előnyben részesíteni.

Leütés esetén a vezetőbíró akkor kezdi meg az 1-10-ig tartó számolását, amikor az okozó ellenfél a semleges sarokba, vagy oldalra ment. Az a sportoló, aki a vezetőbíró nyolcadik számolása után nem áll és kezei nincsenek küzdelmi helyzetben a versenyzést nem folytathatja. Ha a vezetőbíró úgy ítéli meg, hogy a további küzdelemre a külső jegyek ellenére alkalmatlan a sportoló, a sportoló jelzi feladási szándékát, vagy edzője bedobja a törölközőt a mérkőzést szintén be kell fejezni. A pontozólapokon jelölni kell a KO tényét.

A győztes további meneteit a KO és a TKO esetében 10:7 arányban kell megállapítani. Ezt a pontozólapon is jelölni kell.

A küzdelem végén a vezetőbíró felszólítja a pontozókat, hogy jelezzék a győztest. A pontozóbírók kezükkel a győztes alapvonalára mutatnak, vagy a versenyző színének megfelelő zászlót a magasba emelik (a vezetőbíró bal oldalán elhelyezkedő versenyző a fehér, a jobb oldali a piros). Amennyiben minden tekintetben döntetlennek látták a mérkőzést, abban az esetben a testük előtt mellmagasságban tartva, keresztben elhelyezett alkarral, vagy zászlóval jelzik véleményüket. Ha a végső győzelem nem állapítható meg, abban az esetben a végső döntésig 1x2 perces menet hosszabbítás következik.