

**CENTRO SPORTIVO EDUCATIVO NAZIONALE**

ENTE DI PROMOZIONE SPORTIVA RICONOSCIUTO DAL C.O.N.I.

D.Lgs. n. 24 del 23-7-19999 (Delibera C.N. CONI n. 1224 del 15-5-2002)

ENTE NAZIONALE CON FINALITA’ ASSISTENZIALI RICONOSCIUTO DAL MINISTERO DELL’INTERNO

(D.M. 559/C. 3206.12000.A (101) Del 29 febbraio 92)

ASSOCIAZIONE DI **PROMOZIONE SOCIALE - iscriz. N. 77 Reg. Naz. Min. Lav. E Politiche Soc. (L. 7-12-2000 n. 383)**

COMITATO DI TREVISO

### **1°Trofeo Csen Open**

### **Greco Roman Grappling & MMA LIGHT**

**DOMENICA 19 Giugno 2016**

**Gara promozionale specialità:  
GRAPPLING E MMA TECNICA (LIGHT)**

Con la presente si comunica che l’ente di promozione sportiva C.S.E.N.

organizza la gara in oggetto nella giornata di Domenica 19 Giugno 2016 presso il

**Palasport di San Pietro di Feletto (TV)**

**Via della Libertà,29**

**Per informazioni contattare il M° Soraci Santi cell. 3498761985**  
Gli atleti dovranno essere in regola con il tesseramento all’ente CSEN e/o comunque in regola con il tesseramento assicurativo dell’ente o della federazione di appartenenza, e sarà riservata alle seguenti classi e categorie:

**MMA TECNICA**

**cod. cat. Q** JUNIORES maschile (13/17 anni) kg. -50 /-55 /-60 /-65 /-70 /-75 /-80 /+80

**cod. cat. R** JUNIORES femminile (13/17 anni) kg. -40/ -45 /-50 /-55 /-60 /-65 /+65

**cod. cat. S** SENIORES maschile (over 18) kg. -60 /-65 /-70 /-75 /-80 /-85 /-90 /+90

**cod. cat. T** SENIORES femminile (over 18) kg. -50 /-55 /-60 /-65 /-70 /+70

**GRAPPLING**(SOLO CATEGORIE MASCHILI E FEMMINILI (B) PRINCIPIANTI/ ESORDIENTI ED JUNIORES)

**cod. cat. U** JUNIORES maschile (13/17 anni) kg. -50 /-55 /-60 /-65 /-70 /-75 /-80 /+80

**cod. cat. V** JUNIORES femminile (13/17 anni) kg. -40/ -45 /-50 /-55 /-60 /-65 /+65

**cod. cat. Z** SENIORES maschile (over 18) kg. -60 /-65 /-70 /-75 /-80 /-85 /-90 /+90

**cod. cat. X** SENIORES femminile (over 18) kg. -50 /-55 /-60 /-65 /-70 /+70

**ISCRIZIONI: inviare email kickboxingcsen@tiscali.it il versamento avverrà in loco le iscrizioni vanno inviate entro il 13/06/2016 massimo il14/06/2016**

**Per poterci consentire di comunicare alle società gli accoppiamenti**

**  
CENTRO SPORTIVO EDUCATIVO NAZIONALE**

ENTE DI PROMOZIONE SPORTIVA RICONOSCIUTO DAL C.O.N.I.

D.Lgs. n. 24 del 23-7-19999 (Delibera C.N. CONI n. 1224 del 15-5-2002)

ENTE NAZIONALE CON FINALITA’ ASSISTENZIALI RICONOSCIUTO DAL MINISTERO DELL’INTERNO

(D.M. 559/C. 3206.12000.A (101) Del 29 febbraio 92)

ASSOCIAZIONE DI **PROMOZIONE SOCIALE - iscriz. N. 77 Reg. Naz. Min. Lav. E Politiche Soc. (L. 7-12-2000 n. 383)**

**COMITATO DI TREVISO**

**PROGRAMMA:**

**ore 9.30** ritrovo arbitri e Maestri

**ore 10.00** inizio gara

**SI PREGANO LE SOCIETA’ PARTECIPANTI DI SEGNALARE LE PERSONE DISPONIBILI AD ARBITRARE al seguente indirizzo mail :soracisanti@tiscali.it**

Le Società partecipanti sono responsabili che gli atleti siano in possesso dei requisiti richiesti dal regolamento di gara e che siano idonei, anche dal punto di vista sanitario a partecipare alla competizione.  
Si ricorda inoltre che le operazioni di controllo, (verifica budopass/tesseramento e peso) saranno eseguite regolarmente; gli atleti che dovessero risultare fuori dalla categoria precedentemente dichiarata saranno squalificati. Categorie con numero insufficiente di atleti verranno accorpate alla categoria superiore di peso.

**TEMPI DI GARA PREVISTI DAL REGOLAMENTO PER MMA TECNICA E GRAPPLING**

**MMA TECNICA:**

JUNIORES 1 x 2 min JUNIORES: 2x2 min

SENIORES 2 x 1,5 min SENIORES: 2x4 min

**GRECO ROMAN GRAPPLING:**

JUNIORES 1 x 2 min

SENIORES 2 x 3 min

**NORMATIVA CSEN PREVISTA PER IL CORRETTO SVOLGIMENTO DELLA GARA**

Gli atleti e i coach non possono sostare nei pressi dei tavoli di giuria e conferire con cronometristi, segnapunti o con il Presidente di Giuria; in caso di contestazione il reclamo dovrà essere presentato per iscritto al Commissario di Riunione.  
La società organizzatrice declina ogni responsabilità per eventuali danni alle persone e/o alle cose causati o derivati dalla partecipazione alla gara o in conseguenza ad essa.

**Quote iscrizioni:**

**cat. individuali: €15,00 per la seconda categoria + €5,00**

**NON SI ACCETTANO ISCRIZIONI SUL POSTO**

****

**REGOLAMENTO CSEN PER MMA TECNICA O LIGHT**

**Abbigliamento:**

Maglia consona, protezioni (in aderenza al corpo), pantaloncini da MMA/Muay Thai, e non magliette larghe.

CONSENTITO: combattere a petto nudo, l’utilizzo di GI (da karate, jujitsu, ecc) o pantaloni lunghi.

**Protezioni obbligatorie:**

Paradenti, sospensorio, guanti da MMA, paratibie e parapiedi.

Guanti: la maggior parte dei guanti specifici approvati per le MMA.

Paratibie e parapiedi: la maggior parte dei paratibie morbidi indicati per l’MMA.

Possibili parapiedi da thay-boxe

Una combinazione di parapiedi da semi-contact e paratibie sarà accettata.

Protezioni opzionali: protezione per ginocchia e gomiti

Le protezioni devono essere approvate da un ufficiale di gara il giorno dell’incontro.

**Modalità per vincere:**

**Un incontro si vince:**

Obbligando l’avversario a sottomettersi (battendo un colpo per terra o sul proprio avversario con la mano o un piede), oppure ad abbandonare la competizione(alzando un braccio). Sono legali tutte le tecniche che hanno lo scopo di portare ad un atterramento dell’avversario (per compressione), senza strattoni né spinte.Vietate le leve a strappo , fare pressione con le dita su punti di pressione (per piu’ di 3 secondi) e le micro leve (alle dita delle mani e dei piedi) Qualunque tecnica applicata da uno dei contendenti in modo pericoloso comporterà la sua squalifica.

Se un contendente non è riuscito a sottomettere l’avversario, gli arbitri di sedia(3) dichiareranno la vittoria basandosi sulle abilità dimostrate sul ring, sulla dominanza dell’incontro e sui tentativi di sottomissione.

Vantaggi saranno attribuiti in base ai tentativi di sottomissione che hanno comportato una reale minaccia per l’avversario, alle sottomissioni da cui l’altro si è dovuto difendere, ai tentativi di takedown e di spazzata, alle aperture della guardia dell’avversario, ecc.

Da posizione in piedi: sono valide tutte le tecniche di pugno e di calcio dirette alla testa,alla faccia, al corpo,alla schiena e alle gambe, . Tutte gomitate, le ginocchiate al corpo e alle gambe.

In caso di difesa passiva per più di 5 secondi sui ground and pound, l’atleta che portava l’azione di ground and pound verra’ decretato vincitore

Sono valide tutte le proiezioni e i takedown. Se un contendente si trova sull’orlo dell’area di gara delimitata ma sta provando a proiettare l’avversario, l’arbitro fermerà l’azione e la farà ricominciare dal centro dell’area di gara.

A terra: sono validi solo pugni al corpo. Sono permesse tutte le sottomissioni,leve e strangolamenti.

**Ripresa dell’incontro o dell’azione:**

L’incontro sarà ricominciato nei seguenti casi:

Se gli atleti si trovano in pericolo perché vicini al bordo dell’area di gara;

Se l’arbitro ha bisogno di riposizionare o sostituire le protezioni di un contendente, in questo caso: gli atleti saranno fatti ricominciare dalla stessa posizione strategica, però al centro dell’area di gara.

Se si deve ricominciare a causa di una prolungata assenza di azione fra i due contendenti a terra, saranno fatti ricominciare da posizione in piedi.

**TECNICHE ILLEGALI**

Non sono ammessi: tirate di capelli, morsi, tentativi di accecare l’avversario, testate, tirate di orecchie, o afferrare con le dita l’avversario per l’interno della bocca (“fish hooking”).

Non sono ammesse gomitate alla testa e alla faccia

Non sono ammesse ginocchiate alla testa e alla faccia

Non è ammessa manipolazione di piccole parti del corpo (come dita di mani e piedi)

Non sono permessi attacchi(colpi di percussione) diretti alle articolazioni (collo,spalle,gomiti,polsi,anche,ginocchia e caviglie)

Non è permesso aggrapparsi ai guanti o ad altre protezioni dell’avversario.

Non è permesso afferrare l’avversario per il tallone ed ogni altra tecnica che comporti una rotazione delle articolazioni delle caviglie o delle ginocchia.

Non si può afferrare per i vestiti.

Non si può colpire direttamente alla colonna vertebrale.

Non sono ammessi colpi ai reni.

Non sono ammesse leve sul collo come il “Can-opener”, il “Crucifix”, ecc.

Non si può colpire direttamente all’inguine.

Non si può colpire l’avversario ormai atterrato.(se non solamente con pugni)

Ogni tecnica, da cui risulti, o che possa portare, ad uno schiacciamento dell’avversario, non è ammessa.

Strangolamenti (sono validi solo se controllati(a discrezione dell’arbitro centrale

Artigliare, dare pizzicotti oppure torcere la carne.

Colpire ai reni con il tallone.

Spingere l’avversario fuori dall’area di gara.

**REGOLE:**

Tutti gli incontri in cui saranno impiegati tutti i minuti a disposizione saranno rimessi al giudizio dell’arbitro o dei giudici.

Tutti gli incontri sono a contatto leggero.(a discezione l’arbitro puo’ interrombere l’incontro per troppa enfasi o per ecessivo contatto

Tutte le tecniche valide devono avvenire per compressione – con lo scopo di atterrare l’avversario – senza strattoni o spinte.

Qualunque tecnica utilizzata in modo pericoloso comporterà la squalifica del contendente.

L’arbitro può richiamare (ammonire) o squalificare un atleta per disobbedienza alle regole. Se un combattente riceve 2 richiami durante la ripresa, il terzo comporterà la squalifica anche se i primi 2 richiami sono avvenuti nei precedenti round.

Se un contendente non sta prestando attenzione alla propria incolumità fisica, l’arbitro può fermare l’incontro e l’atleta perderà il round.

Le indicazioni dell’arbitro devono essere rispettate, e le sue decisioni sono irrevocabili.

Il paradenti deve restare nella bocca del contendente per tutto il tempo. L’arbitro può mettere in pausa un’azione per rimettere al suo posto il paradenti caduto dalla bocca di un atleta.

Le protezioni devono rimanere adeguatamente in aderenza al corpo del contendente. L’arbitro può mettere in pausa un’azione per permettere aggiustamenti delle protezioni.

Un contendente è considerato “atterrato” se una qualsiasi parte del suo corpo – fatta eccezione per le piante dei piedi – viene in contatto con il tappeto.

I contendenti devono rimanere all’interno dell’area di gara. Un mancato rispetto di ciò, può condurre ad un ammonimento se i due atleti si trovano in posizione in piedi, oppure ad una ripartenza se i due si trovavano a terra.

L’arbitro può far rialzare i due contendenti atterrati se si verifica una prolungata assenza di azione. I coach devono restare fuori dall’area delimitata.

Ci si aspetta che tutti i contendenti tengano un comportamento di sportività consono alla situazione (fair play).

Il contendente che desideri in ogni momento ritirarsi dalla competizione deve comunicarlo all’ufficiale di gara. Non possono essere applicati su nessuna parte del corpo unguenti o sostanze oleose di alcun genere.

La verifica di peso dell’atleta verrà effettuata il giorno della gara. Se un atleta risulta assente al momento del peso, sarà inserito nella categoria di peso superiore.

Se un contendente rifiuta di combattere, perderà l’incontro.

**STRALCIO DEL REGOLAMENTO UFFICIALE NAZIONALE C.S.E.N. x IL GRECO ROMAN GRAPPLING**.

**(entro settembre troverete il regolamento completo della disciplina compreso del programma formazione tecnici)**

Per la divisione adulti, sono previste 2 riprese da 3 minuti ciascuna.  
Match Point: atterramento 2 punti, schienata 3 punti, escape 1 punto, reversal 2 punti, finalizzazione 2 punti.Il match viene deciso dalla somma dei punti totalizzati nei due round.

Diversi punti possono venir detratti in caso di stallo volontario.