

Przepisy walki Striking MMA

Podstawowe różnice pomiędzy formułą MMA a Striking MMA:

- w formule Striking MMA zabronione są techniki ground & pound
- w formule Striking MMA próby poddania są dozwolone wyłącznie w stójce – poddanie z parteru jest dozwolone wyłącznie wówczas, kiedy technika kończąca została zapięta w stójce
- maksymalny czas na poddanie to 30 sekund

Wiek oraz wymagane doświadczenie.

Zawodnik startujący w Striking MMA ALMMA:

1. W dniu zawodów musi mieć ukończone 18 lat.
2. Może mieć dodatni rekord zawodowy.
3. Musi posiadać przynależność klubową.

Czas trwania walki:

Walki w formule Striking MMA trwają trzy trzyminutowe rundy z jednominutową przerwą. Czas trwania walki może ulec skróceniu decyzją sędziego głównego. O takiej decyzji zawodnicy są informowani podczas omówienia przepisów.

Zawodnik, który dopiero zakończył walkę ma czas co najmniej 20 minut do rozpoczęcia kolejnej.

Ubiór oraz sprzęt zawodników:

1. zawodnicy walczą bez kasków
2. Zawodnicy walczą w dostarczonych przez organizatora rękawicach.
3. Każdy z zawodników musi posiadać ochraniacz na zęby, ochraniacz genitalii / krocza oraz ochraniacze na piszczele z osłoną śródstopia.
4. Zawodnicy mogą używać owijek na dłonie.
5. Zabrania się oklejania w jakkolwiek sposób dłoni
6. Zawodnicy muszą być ubrani w dobrej jakości spodnie (spodenki do grapplingu/mma, spodenki do boks/muay thai, spodenki sportowe, legginsy)
7. Zawodnicy walczą z nagim torsem, kobiety w koszulkach typu Top, dozwolony jest również rashguard.
8. Zawodnicy walczą boso

Kategorie wagowe obowiązujące

dla kobiet:

do 48 kg, do 52,2 kg, do 56,7 kg, do 61,2 kg, do 65,7 kg, do 72,6 kg, +72,6 kg

dla mężczyzn:

do 61,2 kg, do 65,7 kg, do 70,3 kg, do 77,1 kg, do 83,9 kg, do 92,9 kg, +92,9 kg

Przy malej ilości zawodników / zawodniczek organizator może połączyć kategorie wagowe.

Techniki dozwolone:

1. uderzenia/kopnięcia na głowę w stójce
2. uderzenia/kopnięcia na tułów w stójce
3. niskie kopnięcia okrężne (lowkick)
4. sprowadzenia do parteru przy użyciu wyłącznie chwytu za szyję

5. dźwignia prosta na staw skokowy (taktarov)
6. dźwignia prosta na staw kolanowy (balacha na kolano)
7. klucz na stopę
8. przekładanie nogi przez linię biodra przy walce gardą
9. uciski na żebra/kark/szyję
10. duszenia trójkątne
11. duszenie mataleo z za pleców
12. duszenia z chwytu ręka głowa - trójkąt ramieniem, anakonda, brabo, darce,
13. electric chair - sweep lub dźwignia na biodro lub kolano, znane jako "liana" lub "lockdown"
14. duszenie ezekiel
15. dźwignia prosta na staw łokciowy (balacha)
16. dźwignia na nadgarstek
17. duszenia gilotynowe
18. opomplata
19. gogoplata

Techniki niedozwolone:

1. uderzenia łokciem
2. kopnięcie prosto na staw kolanowy
3. okopywanie leżącego i kopnięcia kolanem na zawodnika w parterze
4. uderzenia na głowę zawodnika znajdującego się w parterze
5. uderzenia na tułów zawodnika znajdującego się w parterze
6. kopnięcie kolanem na głowę w stójce
7. kopnięcia głowę i tułów zadawane przez leżącego zawodnika na zawodnika znajdującego się w stójce
8. stompy
9. wykończenie dźwigni lub duszenia bez kontroli nad siłą i szybkością aplikowania techniki, czyli wskakując lub wykonując przewrót w kończyną przeciwnika, bez dania mu szansy na poddanie się przed kontuzją
10. skrętówki
11. dźwignia naciskowa na mięsień lub staw aplikowana w kolanie lub w łokciu
12. dźwignie na kręgosłup
13. wszystkie dźwignie na kręgosłup, włączając w to dźwignie skrętne (twister) i krucyfiksy, podwójne nelsony
14. obalenie nożycowe
15. slam/sprowadzanie przeciwnika celowo na głowę kontrolując jednocześnie biodra
16. wskakiwanie do zamkniętej gardy i wskakiwanie do balachy na rękę lub do trójkąta nogami