REGOLAMENTO GENERALE COMPETIZIONI SETTORE MUAY THAI E SPORT DA RING (INCONTRI TECNICI PRE-AGONISTICI, CONTATTO LEGGERO E CONTATTO PIENO)

(Aggiornamento 2024)

CAPO 1 - NORME GENERALI

Art. I°
ALLESTIMENTO DEL LUOGO

Prima dell'inizio di ogni competizione, si terrà un breve breefing tra arbitri, giudici e Maestri/Istruttori per confermare le norme e le procedure degli incontri nonché confermare le eventuali sanzioni per violazioni o comportamenti scorretti da parte di qualsivoglia soggetto coinvolto.

Le gare si svolgono su una o più aree di gara. Ogni area dovrà essere in perfette condizioni di sicurezza, di efficienza e di igiene ed essere fornita di:

- una bascula per le operazioni di controllo del peso;
- il quadrato e gli altri materiali accessori;
- un tavolo e sedie per il commissario di riunione;
- i medici di servizio, i cronometristi e l'annunciatore;
- posti adatti per i giudici;
- il gong;
- cronometri;
- cartellini per arbitri e giudici
- guantoni, caschetti, paratibia, calzari etc. per gli incontri e quelli di riserva;
- l'ambulanza dotata di apparato di rianimazione;
- una cassetta contenente i medicinali di pronto soccorso e almeno due borse del ghiaccio.

Art. II°
DEL QUADRATO IN PARTICOLARE

Per gli incontri tecnico pre-agonistici e per le competizioni di contatto leggero

Il ring è un «quadrato» in pavimentazione tecnica (tatami) orizzontale e perfettamente piana di spessore non inferiore ai 4 cm.
Gli angoli occupati dagli atleti devono essere distinti in «angolo rosso» e «angolo blu».
Dimensione del quadrato: lati del quadrato lunghezza minima m 4,90 e massima m 6,10.

Per le competizioni di contatto pieno

Il ring è un «quadrato» delimitato da corde tese tra quattro pali metallici equidistanti su una piattaforma di legno.
La piattaforma è orizzontale, perfettamente piana, di legno solido e ben unito, coperta per intero (e cioè fino all'estremo bordo) da un feltro (dello spessore minimo di 1,5 cm e massimo di 2,5 cm) sul quale è posto un tappeto, ben teso, di tela forte.
I giri di corda - in numero di quattro - sono tesi ciascuno mediante quattro tenditori (uno per angolo) collegati orizzontalmente ai pali. Le corde debbono risultare orizzontali e, in ciascun lato del quadrato, sullo stesso piano verticale.
Le corde sono avvolte per intero da stoffa liscia o materiale equivalente. Sono tra loro collegate verticalmente, su ogni lato del quadrato, mediante due strisce di materiale forte, fisse e ben tese, a ciascun terzo di ogni lato, in modo da permettere lo scorrimento verticale delle corde stesse.
Le corde sono poste a distanze prestabilite.
Altezza delle corde rispetto al piano del quadrato:

- con tre corde: primo giro cm. 40, secondo giro cm. 80, terzo giro cm. 130;
- con quattro corde: primo giro cm. 41, secondo giro cm. 71; terzo giro cm. 101, quarto giro cm. 132;

Il «quadrato» deve inoltre essere munito, in ognuno dei quattro angoli, di cuscini che partono dalla prima corda ed arrivano fino all'ultima. È altresì munito di due/tre scale di accesso: due agli angoli occupati dagli atleti ed una all'angolo neutro (quello più lontano dal tavolo della giuria) per l'accesso del medico e dell'arbitro.

Gli angoli occupati dagli atleti devono essere distinti in «angolo rosso» e «angolo blu».
Dimensione del quadrato: lati del quadrato (entro le corde) lunghezza minima m 4,90 e massima m 6,10.

Art. III°
ACCESSORI DEL QUADRATO

Il quadrato è corredato dai seguenti accessori:

- sgabelli per gli atleti;
- due secchi e due bottiglie con acqua potabile;
- almeno due, ma meglio se tre, scale di accesso: due agli angoli occupati dagli atleti ed una

all'angolo neutro posto a destra rispetto al tavolo della giuria, per l'accesso del medico e dell'arbitro;
- un contenitore igienico agli angoli neutri.

Art. IV°
NORME PER L'ALLESTIMENTO DEL QUADRATO

Nel caso in cui il suolo del locale presenti grafici o dislivelli notevoli e nel caso in cui il quadrato venga a trovarsi in prossimità di pareti o altri ostacoli, dovranno essere adottate tutte le misure necessarie per salvaguardare l'integrità degli atleti.
Il tavolo del commissario di riunione e degli ufficiali di servizio è situato nell'immediata prossimità del quadrato, al centro del lato da cui sia più agevole la visibilità di tutto il locale e il controllo dei vari servizi.
I posti per i giudici sono collocati lungo il bordo del quadrato discostati, quanto più possibile, dal pubblico e posizionati in modo da permettere una perfetta visibilità.
La zona circostante il quadrato è recintata da transenne e vi potranno accedere solo gli ufficiali di servizio, gli atleti in gara, gli addetti all'organizzazione, i dirigenti CSI e gli invitati speciali.

Art. V°
IL GONG

Il gong è costituito da un corpo metallico sonoro e da un idoneo martello o da altro adeguato segnalatore acustico. È situato nell'immediata prossimità del quadrato in modo che i segnali possano sempre essere uditi distintamente dagli atleti e dall'arbitro.

Art. VI°
L'AMBULANZA

L'ambulanza deve stazionare vicino all'uscita più facilmente raggiungibile.
È cura della Società organizzatrice assicurarsi che non intervengano impedimenti a una sua immediata partenza.
Gli addetti all'ambulanza devono rimanere a disposizione del medico di servizio e del commissario di riunione nella zona limitrofa il tavolo della giuria e potranno lasciare il loro posto solo se congedati dal commissario di riunione, sentito il medico di servizio.

Art. VII°
UFFICIALI ADDETTI ALLE MANIFESTAZIONI

Prestano servizio:

- Il Commissario di Gara;
- Gli Arbitri e i Giudici designati;
- Il Medico di servizio;
- Il Cronometrista;
- L'Annunciatore (facoltativo a seconda dell'entità della manifestazione);

Art. VIII°
IL COMMISSARIO DI GARA

Il commissario di Gara è l'unica Autorità competente a dare ordini e direttive circa lo svolgimento della competizione. La Società organizzatrice e gli ufficiali di servizio sono tenuti ad uniformarsi alle disposizioni da lui impartite, a norma del presente Regolamento.
Il commissario di Gara è indicato dal competente Comitato Provinciale e/o Regionale del CSI.
Egli deve trovarsi sul luogo della manifestazione almeno due ore prima dell'inizio. È suo dovere adottare, in sede di operazioni preliminari, tutte le misure preventive occorrenti perché la competizione si svolga in conformità con le norme e nel migliore ordine.

Deve pertanto:

- ispezionare il luogo destinato alla competizione e alle operazioni preliminari, disponendo ogni misura affinché sia eliminata ogni deficienza e ogni irregolarità;
- procedere al controllo della bascula, del quadrato, dei guantoni e di tutto il materiale occorrente per lo svolgimento delle competizioni;
- compilare i cartellini per i giudici designati;
- assegnare i rispettivi servizi agli arbitri e ai giudici designati, accertandosi che dispongano della divisa regolamentare;
- segnalare subito l'eventuale indisponibilità di qualche ufficiale di servizio designato. In caso di urgenza e di necessità, il commissario provvede direttamente a sostituire gli assenti;
- accertare che sia garantito (ove presente) un adeguato servizio delle forze dell'ordine o di vigilanza che assicuri il regolare svolgimento della competizione;
- verificare che gli atleti e gli assistenti si presentino sul quadrato e all'angolo nella tenuta regolamentare;
- controllare preliminarmente la posizione assicurativa degli atleti e accertarsi della loro identità personale (l'atleta che non risulti in regola o che non sia in grado di farsi identificare, sarà escluso dalle gare);
- controllare i documenti in possesso degli atleti con licenza straniera (nulla osta tecnico e sanitario della federazione di appartenenza) e verificare l'identità degli atleti;
- controllare i documenti sanitari e controfirmare il verbale di visita medica;
- esercitare le funzioni di commissario al peso o delegare altro ufficiale già indicato dal Comitato di servizio alla riunione, controfirmando il verbale di controllo al peso;
- controllare il bendaggio e i guantoni che devono essere calzati prima di salire sul ring. Tale operazione verrà effettuata dall'arbitro in caso di Campionati Italiani.

In particolare, è compito del commissario di gara:

- siglare i cartellini di punteggio prima di consegnarli ai giudici;
- verificare i cartellini e pronunciare il verdetto per gli incontri terminati ai punti;
- rendere noti al pubblico tutti i verdetti a mezzo dell'annunciatore e dare tutte le altre opportune comunicazioni;
- ordinare la sospensione o il rinvio della competizione per cause di forza maggiore;

- accertarsi che il medico di servizio abbia controllato che gli arbitri tenuti all'obbligo delle lenti a contatto ne facciano effettivamente uso.

Il commissario di gara non deve mai abbandonare il suo posto durante lo svolgimento della riunione. In caso di necessità, può farsi temporaneamente sostituire da altro ufficiale idoneo.
Non deve - salvo casi del tutto eccezionali, quali violazione delle norme o evidenti errori di cartellino - esercitare le funzioni di arbitro o di giudice.
Al termine della competizione provvede a redigere un circostanziato referto nel quale dovrà riportare l'esito degli incontri, i nomi degli ufficiali di servizio, le irregolarità eventualmente constatate e tutte le altre osservazioni che possono essere utili.
Al referto saranno allegati i cartellini di punteggio e tutti i verbali redatti.

Art. IX°
GLI ARBITRI E I GIUDICI

Gli Arbitri e i Giudici designati devono trovarsi sul luogo della manifestazione almeno un'ora prima dell'inizio.
L'Arbitro, finché non sale sul quadrato per la direzione dell'incontro assegnatogli, è alle dirette dipendenze del Commissario di gara e non ha la facoltà di allontanarsi senza averne avuto autorizzazione.
L'Arbitro e i giudici, nell'esercizio delle loro funzioni, sono autonomi. Il commissario di gara ha tuttavia la facoltà, negli intervalli, di richiamarli al rispetto delle norme per ciò che possa riguardare il contegno in pubblico.
Sia per l'arbitro che per i giudici è obbligatorio indossare la prescritta divisa che consiste in:

- camicia bianca con maniche corte o lunghe, munita sul petto a sinistra del distintivo dell'Ente di promozione sportiva CSI,
- pantaloni neri,
- scarpe e calzini neri,
- guanti monouso protettivi in lattice.

Gli incontri tecnici pre-agonistici e a contatto leggero saranno valutati di norma da un arbitro e due giudici.
Gli incontri a contatto pieno saranno valutati di norma da un arbitro e da tre giudici.
I giudici devono sedere vicino al ring, separati dagli spettatori. I giudici devono sedere al centro di tre distinti lati del ring.
Per le indicazioni specifiche di arbitraggio si rimanda all'art. XV.
Coloro che sono in servizio come Arbitri o Giudici non potranno in nessun momento della gara agire come manager, allenatore o secondo di un atleta o di una squadra di atleti, né agire come Ufficiale in un incontro in cui gareggi un atleta tesserato nella loro stessa società.

Art. X°
IL MEDICO DI SERVIZIO

I compiti e le attribuzioni del medico di servizio alle riunioni sono fissati dal Regolamento Sanitario.

Art. XI°
IL CRONOMETRISTA

Il cronometrista deve:

- regolare il numero e la durata delle riprese e degli intervalli fra una ripresa e l'altra.
- ordinare di sgombrare il quadrato, dieci secondi prima dell'inizio di ciascuna ripresa, con l'ordine «fuori i secondi».
- sancire l'inizio e la fine di ciascuna ripresa con il suonare del gong. Qualora il termine di una ripresa coincida con l'effettuazione di un conteggio da parte dell'arbitro, il suono del gong non deve interromperlo, a meno che non si tratti dell'ultima ripresa. In tutti gli altri casi il gong viene fatto suonare solo qualora l'arbitro, finito il conteggio, faccia riprendere l'incontro.
- annunciare il numero di ciascuna ripresa immediatamente prima dell'inizio della stessa.
- fermare il cronometro all'ordine di "Yut - stop".
- registrare l'esatta durata della ripresa qualora l'incontro finisca, per qualsiasi ragione, prima del termine previsto, dandone notizia al Commissario di gara.

Art. XII°
L'ANNUNCIATORE

L'Annunciatore prende il posto al tavolo del Commissario di gara ed è alle sue dirette dipendenze.
Egli ha il compito di rendere note al pubblico, chiaramente e succintamente, le comunicazioni che il Commissario di gara riterrà opportune fare.
Provvede direttamente ad annunciare l'ordine di sgomberare il quadrato e il numero d'ordine delle riprese, secondo le indicazioni del cronometrista.
Eccezion fatta per tali indicazioni ricevute dal cronometrista, è fatto divieto all'annunciatore di fare qualsiasi comunicazione al pubblico che non gli sia ordinata o autorizzata dal Commissario di gara.

CAPO 2 - COMPETIZIONI

Art. XIII°
AUTORIZZAZIONI PER LO SVOLGIMENTO DELLA COMPETIZIONE

Le autorizzazioni ad organizzare competizioni e l'approvazione del programma, sono di competenza, sentita preliminarmente la Commisisone Tecnica Nazionale e del Comitato Provinciale e/o Regionale CSI sul cui territorio la competizione avrà luogo e possono essere rilasciate solo alla Società organizzatrice regolarmente affiliata che dispone di locale idoneo e che sia in possesso dei requisiti prescritti.

Art. XIV°
STATUS DELL'ATLETA

Sono ammessi a partecipare agli **incontri tecnici pre-agonistici** i bambini dal 6° al 10° anno di età.
Essi sono divisi in:

- Bambini/e dal 6° al 7° anno
- Fanciulli/e dal 8° al 10° anno

Sono ammessi a disputare **gare di Contatto leggero nelle discipline Muay Thai, K1, kick boxing ed MMA** gli atleti che abbiano compiuto il 10° anno di età e che abbiano superato con esito favorevole la visita medica agonistica per la specialità light contact.
In base al numero di match si dividono in:

- Debuttanti
- Principianti
- Intermedi
- Esperti

NOTA BENE: nelle competizioni a contatto leggere non è ammesso il KO

Sono ammessi a disputare gare di **Contatto pieno nelle discipline Muay Thai, K1, kick boxing ed MMA** atleti che abbiano compiuto il 16° anno di età e che abbiano superato con esito favorevole la visita medica agonistica.
Gli atleti che non dovessero aver già compiuto il 18° anno dovranno essere muniti di autorizzazione da parte di chi ne esercita la patria potestà.
Gli atleti vengono suddivisi in 4 diverse classi di appartenenza a seconda del loro livello tecnico e della loro esperienza sul ring.

- Classe D/N (tutti i debuttanti)
- Classe C (tutti gli atleti che seguono le regole di cui all'art. XVII)
- Classe B (atleti che combattono con protezioni limitate)
- Classe A (atleti che combattono senza protezioni)

NOTA BENE: nelle competizioni di classe D/N non è ammesso il KO

Art. XV°
CATEGORIE DI PESO

CATEGORIE DI PESO CONTATTO LEGGERO

Maschile e Femminile

- Minimosca fino a 45 kg
- Mosca fino a 50 kg
- Piuma fino a 55 kg

- Leggeri fino a 60 kg
- Welter Junior fino a 65 kg
- Welter fino a 70 kg
- Medio fino a 75 kg
- Medio Massimi fino a 80 kg
- Massimi Leggeri fino a 85 kg
- Massimi fino a 90 kg
- Super Massimi oltre 90 kg

CATEGORIE DI PESO: CLASSE D E CLASSE C

Categoria	Maschile	Femminile
• Minimosca	fino a 51 kg	fino a 45 kg
• Mosca	fino a 54 kg	fino a 48 kg
• Piuma	fino a 57 kg	fino a 52 kg
• Leggeri	fino a 60 kg	fino a 56 kg
• Welter Junior	fino a 63 kg	
• Welter	fino a 67 kg	
• Medio Leggeri	fino a 71 kg	
• Medio	fino a 75 kg	fino a 60 kg
• Medio Massimi	fino a 81 kg	fino a 65 kg
• Super Medio Massimi	fino a 86 kg	
• Massimi Leggeri	fino a 91 kg	
• Massimi	fino a 100 kg	fino a 70 kg
• Super Massimi	oltre 100 kg	oltre 70 kg

CATEGORIE DI PESO: CLASSE B E CLASSE A

Categoria	Maschile	Femminile
• Minimosca	fino a 52 kg	fino a 45 kg
• Mosca	fino a 54 kg	fino a 48 kg
• Piuma	fino a 56 kg	fino a 52 kg
• Super piuma	fino a 58 kg	
• Leggeri	fino a 60 kg	fino a 56 kg
• Super Leggeri	fino a 62 kg	
• Welter Junior	fino a 64 kg	
• Welter	fino a 66 kg	
• Super Welter	fino a 69 kg	
• Medio Leggeri	fino a 72 kg	
• Medio	fino a 75 kg	fino a 60 kg
• Super Medio	fino a 78 kg	
• Medio Massimi junior	fino a 81 kg	
• Medio Massimi	fino a 85 kg	fino a 65 kg

• Super Medio Massimi	fino a 90 kg	
• Massimi Leggeri	fino a 95 kg	
• Massimi	fino a 100 kg	fino a 70 kg
• Super Massimi	oltre 100 kg	oltre 70 kg

CATEGORIE DI PESO MMA

- Mosca (Flyweight): da 115 a 125 libbre (da 52,3 a 56,8 kg)
- Gallo (Bantamweight): da 126 a 135 libbre (da 57,3 a 61,4 kg)
- Piuma (Featherweight): da 136 a 145 libbre (da 61,8 a 65,9 kg)
- Leggeri (Lightweight): da 146 a 155 libbre (da 66,4 a 70,5 kg)
- Welter (Welterweight): da 156 a 170 libbre (da 70,9 a 77,3 kg)
- Medi (Middleweight): da 171 a 185 libbre (da 77,7 a 84,1 kg)
- Massimi-leggeri (Light-Heavyweight): da 186 a 205 libbre (da 84,5 a 93,2 kg)
- Massimi (Heavyweight): da 206 a 265 libbre: (da 92,7 a 120,5 kg)

Art. XVI°
DURATA DEGLI INCONTRI

Per gli **incontri tecnico pre-agonistici** i round sono sulla distanza di 2 rounds da 1:30 minuto con una pausa di 1 minuto (o 3 rounds da 1 minuto con pausa di 1 minuto)

Per i **combattimenti a contatto leggero** i round sono sulla distanza di 3 rounds da 1:30 minuti con una pausa di 30" o 1 minuto (3 rounds da 1 minuto con pausa da 30'' o 1 minuto per i bambini di 10 anni).

Per i **combattimenti a contatto pieno** i round sono sulla distanza di:

- Classe D/N: 3 rounds da 1:30 minuti;
- Classe C: 3 rounds da 2 minuti;
- Classe B: 5 rounds da 2 minuti;
- Classe A: 5 rounds da 3 minuti.

Per i **soli combattimenti di MMA:**

- Incontri light - 2 round da 2 minuti con 1 minuto di pausa;
- Incontri dilettanti - 2 rounds da 5 minuti con 2 minuti di riposo. Nei tornei 1 round da 5 minuti per turno;
- Incontri professionisti: 2 rounds da 5 minuti con 2 minuti di riposo. Possibilità di disputare 3 rounds da 5 minuti previo accordo tra le parti. Tornei 1 round da 5 minuti per turno. Gli incontri titolati o ritenuti particolarmente importanti possono essere composti da 5 round.

Nei Tornei ad eliminazione sono sulla distanza di 3 riprese da 2 minuti ciascuna, con intervallo di 1 minuto tra un round e l'altro, in caso di parità si svolgerà 1 extra round da 2 minuti.

Per le Finali di titoli 3 riprese da 2 minuti e in caso di parità si svolgerà 1 o 2 extra round da 2 minuti.

Eventuali variazioni sulla durata degli incontri devono essere preventivamente concordate con la Commissione Tecnica Nazionale.

Art. XVII°
OPERAZIONI PRE - INCONTRI

Prima di ogni incontro gli atleti debbono essere sottoposti a visita medica secondo le normative del Regolamento sanitario e a verifica di regolare certificato medico.

Il peso deve essere effettuato almeno due ore e mai oltre le 24 ore prima dell'incontro.

È compito del Commissario di Gara verificare l'esattezza della bascula e procedere alle operazioni di controllo. L'atleta deve pesarsi a corpo nudo. Qualora sorpassi il limite di peso, è autorizzato a pesarsi una seconda volta, al massimo, un'ora dopo la prima pesatura.

Art. XVIII°
PROTEZIONI E ABBIGLIAMENTO

Abbigliamento Muay Thai:

- pantaloncini da Muay thai
- Mongkon
- Vietato l'uso di magliette larghe o con simboli e scritte non idonee
- consentito combattere a petto nudo se entrambe le squadre sono d'accordo (negbli incontri a contatto pieno).

Abbigliamento kick boxing e K1:

- pantaloncini da K1
- Vietato l'uso di magliette larghe o con simboli e scritte non idonee
- consentito combattere a petto nudo se entrambe le squadre sono d'accordo (negbli incontri a contatto pieno).

Abbigliamento MMA:

- Rash Guard attillata
- pantaloncini da MMA
- Vietato l'uso di magliette larghe o con simboli e scritte non idonee
- consentito combattere a petto nudo se entrambe le squadre sono d'accordo (negbli incontri a contatto pieno).

Per gli incontri tecnici pre-agonistici

Le protezioni obbligatorie per tutte le discipline sono:

- Caschetto con parazigomi
- paradenti
- guantoni da 10 once
- bendaggio leggero
- paratibie
- conchiglie/paraseno

Per le gare a contatto leggero

Le protezioni obbligatorie per tutte le discipline da ring sono:

- caschetto
- paradenti
- guantoni da 10 once
- bendaggio leggero
- conchiglie/paraseno

In aggiunta sono obbligatorie anche:

- paratibie a calzari o pesanti - Kick Boxing e K1 Light
- paratibie a calzari o pesanti e gomitiere – Muay Thai Light

Le protezioni facoltative per i minori sono:

- caschetto con griglia o parazigomi
- corpetto

Le protezioni obbligatorie per gli incontri di MMA light sono:

- Caschetto (anche quello da taekwondo);
- paradenti;
- sospensorio;
- guanti da MMA 6 once;
- paratibie a calzari o pesanti e paragomiti;
- protezione per ginocchia (opzionali).

Per le gare a contatto pieno

- Classe D/N:

1. bendaggi leggeri e cavigliere elastiche;
2. caschetto protettivo senza parazigomi;
3. guantoni 10 oz;
4. paradenti;
5. conchiglie/paraseno;
6. paratibie leggere con piede;
7. gomitiere.

- Classe C:

1. bendaggi leggeri e cavigliere elastiche;
2. caschetto protettivo senza parazigomi;
3. guantoni 10 oz;
4. paradenti;
5. conchiglie/paraseno;
6. paratibie leggere con piede (facoltative);
7. gomitiere.

- Classe B:

1. bendaggi e cavigliere elastiche;
2. guantoni 10 oz;
3. paradenti;
4. conchiglie/paraseno;
5. caschetto;
6. gomitiere.

- Classe A:

1. bendaggi e cavigliere elastiche;
2. guantoni 10 oz;
3. paradenti;
4. conchiglia.

Per le gare di MMA

Obbligatorie per tutte le categorie: Paradenti, Conchiglia.

Obbligatorie i dilettanti:

- caschetto
- guanti a dita libere dotati di una buona imbottitura esterna sulle nocche;

- paratibie da thai boxe con calzare incluso;
- gomitiere
- ginocchiere (facoltative).

Obbligatorie Professionisti:

- Guanti a dita libere del tipo di quelli usati nei tornei Pride e Ufc;

Tutti gli atleti devono presentarsi sul quadrato con tutte le protezioni già calzate e con le chiusure ben nastrate (inclusi i lacci delle scarpette), senza parti della tenuta di gara in grado di ferire l'avversario (cerniere, superfici ruvide,..).

Art. XVIX°
OBBLIGHI E DIVIETI - ATLETI

L'atleta è tenuto al massimo rispetto verso il Commissario di gara, l'arbitro e tutti gli altri ufficiali di gara.
Durante lo svolgimento delle gare, gli atleti, devono indossare abbigliamento idoneo.
Nel contatto pieno l'atleta combatterà a torso nudo, mentre nel contatto leggero con maglietta o canottiera. L'abbigliamento non deve riportare scritte ingiuriose politico-religiose. Sono ammessi il logo della società o di appartenenza alla disciplina, oppure un abbigliamento neutro.

L'atleta:

- deve astenersi da commenti e discussioni, osservando sempre le regole del più corretto comportamento anche nei riguardi degli spettatori.
- durante lo svolgimento delle riprese deve osservare il silenzio più assoluto, essendogli solo consentito, ove intenda desistere dal combattimento, di pronunciare la parola «abbandono» e durante gli intervalli conferire a bassa voce con i secondi. Deve eseguire con prontezza gli ordini impartiti dallo stesso e ascoltare le sue osservazioni.
- deve avere contegno rispettoso e sportivo nei confronti dell'avversario e dei suoi secondi, astenendosi da qualsiasi gesto o parola che possano comunque apparire irriguardosi.
- invitato dall'arbitro, immediatamente prima dell'inizio dell'incontro e subito dopo la proclamazione del verdetto, deve stringere la mano all'avversario.
- Ha facoltà di abbandonare l'incontro nel caso in cui non sia in grado di continuare, a meno che l'arbitro non lo stia contando. Per manifestare tale volontà, deve:

  - ✓ alzare il braccio e desistere dalla gara;
  - ✓ pronunciare chiaramente la parola «abbandono»;
  - ✓ voltare le spalle all'avversario e dirigersi verso il proprio angolo;
  - ✓ non riprendere l'incontro, al suono del gong, dopo l'intervallo.

Quando un atleta viene contato, l'avversario deve immediatamente raggiungere l'angolo neutro indicato dall'arbitro e restarci fino all'eventuale ordine di fight/ciod.
Gli atleti devono presentarsi sul quadrato in perfetta tenuta di gara e con il corpo ben deterso. È vietata, anche negli intervalli, l'applicazione di sostanze oleose o simili che possano comunque disturbare o danneggiare l'avversario. È consentito, a discrezione dell'arbitro, l'utilizzo di una

moderata quantità di vasellina sul corpo e sul volto dell'atleta.

In occasione di Campionati Italiani, i contendenti non possono indossare calzoncini dello stesso colore. Pertanto, devono obbligatoriamente portarne uno di riserva di colore diverso.
Per gli atleti di Muay Thai il Mongkon può essere indossato durante l'esecuzione del Wai Kru; altri amuleti possono essere portati al braccio con l'attenzione che non contengano materiale metallico o che possa causare infortuni.

Gli atleti debbono calzare i guanti sopra un bendaggio e indossare i seguenti indumenti:

- Calzoncini a mezza coscia (sono esclusi quelli di tessuto a maglia);
- Conchiglia protettiva, indossata sotto i pantaloncini. Una conchiglia di riserva deve sempre essere disponibile all'angolo dell'atleta;
- Cavigliere (non obbligatorie)
- Paradenti (un paradenti di riserva deve sempre essere disponibile all'angolo dell'atleta).

Non è ammesso alla gara l'atleta sprovvisto del paradenti.

Art. XX°
OBBLIGHI E DIVIETI – ASSISTENTI ALL'ANGOLO

È fatto obbligo all'atleta di avere all'angolo almeno un assistente, ma non più di tre (nei dilettanti due).
In qualsiasi evento/gara la funzione di insegnante tecnico di società è incompatibile con quella di Ufficiali di Gara.

Sarà consentito solamente a uno degli assistenti di salire sul ring, dentro le corde, durante il minuto di intervallo. Sarà compito delle parti interessate indicare all'arbitro chi rivestirà tale ruolo.
Agli assistenti è vietato dire parolacce, colpire o insultare il proprio atleta egli Ufficiali di Gara durante e dopo l'incontro.
Agli assistenti è dato obbligo mantenere asciutto il pavimento del proprio angolo per evitare scivolamenti.

In caso d'infrazione disciplinare commessa durante la gara da Dirigenti di società, insegnanti tecnici ed atleti, il Commissario di Gara può prendere i seguenti provvedimenti:

- allontanare dal campo di gara il Dirigente della società e/o l'insegnante tecnico;
- sospendere l'atleta e/o la squadra dalla manifestazione ed allontanarli dal campo di gara.

Successivamente, insieme con gli Atti Ufficiali della gara, il Commissario di Gara deve inviare un dettagliato rapporto alla Direzione Tecnica Nazionale.

Art. XXI°
ARBITRAGGIO

Per ogni incontro possono essere designati:

- un arbitro giudice coadiuvato da due giudici;
- un arbitro senza voto e tre giudici.

L'arbitraggio deve essere formato da almeno un arbitro esperto, con qualifica CSI, o come minimo, di provate capacità e di maturata esperienza in "campo" Regionale; comunque, in caso di estrema necessità, per mancanza di personale officiante o altro, la Commissione Tecnica si riserva il diritto di far svolgere i combattimenti con il solo arbitro centrale.

I giudici dovranno occupare i lati del quadrato non riservati al Commissario di gara ed eventuali rappresentanti dell'Ente.
Tutti i giudici e gli arbitri devono essere addestrati e testati dall'Ente di Formazione CSI, previo superamento di corso specifico così come predisposto dal Responsabile Tecnico del settore Muay Thai.
I giudici non sono autorizzati a lasciare la loro postazione fino a quando l'incontro non ha avuto termine e non è stato annunciato il verdetto.

In occasione della Finale Nazionale, negli incontri per il 1° e il 2° posto e per i 3° posti, saranno designati (se possibile) Arbitri di regioni diverse da quelle dei due combattenti.

Gli arbitri e i presidenti di giuria provinciali privi della necessaria esperienza potranno officiare solo se affiancati e assistiti da ufficiali di gara qualificati e di provata esperienza.

Il regolamento d'arbitraggio adottato è quello approvato dalla direzione tecnica Nazionale C.S.I.

Le competizioni di Muay Thai sono arbitrate secondo il regolamento thailandese.

Art. XXII°
COMPITI E POTERI DELL'ARBITRO

"Il dovere principale dell'arbitro è quello di salvaguardare l'integrità fisica degli atleti"

L'arbitro deve salire per primo sul quadrato e prendere posto all'angolo neutro, che si trova di fronte al tavolo della giuria.
Deve accertarsi dell'identità e dell'abbigliamento degli atleti, recandosi agli angoli da loro occupati.
Successivamente li chiama al centro del quadrato, invitandoli a stringersi la mano, dopodiché gli atleti tornano al proprio angolo. Fa uscire i secondi e, assicuratosi della presenza dei giudici, fa segno al cronometrista che l'incontro può avere inizio.
Con il comando «*CIOD*», da inizio alla gara.
Durante l'incontro egli deve muoversi naturalmente, mantenendo il controllo visivo delle azioni, non ostacolando il movimento degli atleti e la visuale degli spettatori. Non deve, per nessuna ragione, toccare gli atleti o passare tra i due contendenti.

L'arbitro presta servizio sul ring. Egli ha il compito di:

- vigilare che le regole e la lealtà di gara siano strettamente osservate;
- assicurarsi che entrambi gli atleti di stringano la mano prima e alla fine dell'incontro;
- controllare i guanti e l'abbigliamento;
- individuare l'assistente all'angolo autorizzato a entrare nel ring durante il minuto di intervallo;
- mantenere il controllo della competizione in tutte le sue fasi;
- evitare che gli atleti in condizioni di inferiorità ricevano colpi;
- usare, durante lo svolgimento dell'incontro di Muay Thai, i seguenti ordini:

    - ✓ *«YUT»* per dare l'ordine agli atleti d'interrompere l'incontro effettuando un passo indietro;
    - ✓ *«YE»* per ordinare agli atleti di separarsi effettuando un passo indietro;
    - ✓ *«CIOD»* per dare l'ordine agli atleti di iniziare o riprendere la gara. Gli ordini «fight» e «stop» devono essere impartiti anche rispettivamente: all'inizio della prima ripresa e al termine dell'ultima.
    - ✓ *"TIME"* per ordinare al cronometrista di fermare l'incontro sino al ripristino della situazione e riprendere con l'ordine "Ciod" la gara.

- Nel caso di competizioni di kick boxing – k1 ed MMA gli ordini saranno:
    - ✓ *STOP*, per ordinare agli atleti di interrompere l'incontro, effettuando un passo indietro*;*
    - ✓ *BREAK*, per ordinare agli atleti di separarsi, effettuare un passo indietro e riprendere la gara*;*
    - ✓ *FIGHT* per ordinare agli atleti di iniziare o riprendere la gara

- raccogliere e controllare, alla fine dell'incontro, i cartellini di punteggio dei giudici e, dopo averli controllati, consegnarli al Commissario di gara;
- comunicare il verdetto, al Commissario di gara e successivamente ai giudici, quando un incontro ha termine prima del limite;
- indicare il vincitore, per mezzo dell'alzata del braccio dell'atleta, al momento dell'annuncio del verdetto.

L'arbitro ha il potere di:

- porre fine all'incontro ogni qualvolta ritenga che uno dei due atleti si trovi in stato di evidente inferiorità fisica o tecnica e non lo ritenga in grado di continuare l'incontro;
- porre fine all'incontro ogni qualvolta un atleta, (o entrambi) abbia riportato una ferita od un infortunio e non lo ritenga in grado di continuare l'incontro. Nell'eventualità di dubbio, può interpellare il medico il cui parere sarà vincolante per la decisione arbitrale e dovrà essere riportato sul referto di riunione;
- porre fine all'incontro in qualsiasi momento, quando un atleta (o entrambi) non difenda lealmente le sue possibilità;
- interrompere l'incontro per ammonire, richiamare o squalificare un atleta che non rispetti

le regole della gara;
- interrompere l'incontro per ammonire o allontanare dall'angolo il secondo che non mantenga un comportamento regolamentare;
- interrompere l'incontro qualora si verifichi un inconveniente nella tenuta degli atleti, provvedendo con sollecitudine ad eliminarlo;
- interrompere l'incontro qualora si verifichi irregolarità circa l'assetto del quadrato;
- interpretare il Regolamento per quanto esso è applicabile rilevante alla gara in corso o decidere e prendere misure per qualsiasi circostanza della gara, che non vi sia contemplata.

Le interruzioni dell'incontro, da parte dell'arbitro, devono essere tempestive in modo da non arrecare pregiudizio agli atleti.

Art. XXIII°
SANZIONI, CONTEGGIO E RIPRISTINO INCONTRO

Sanzioni durante l'incontro:

Ammonizione: l'ammonizione è un rimprovero verbale con invito a non commettere altre infrazioni. L'arbitro per procedere all'ammonizione interrompe l'incontro («yut») e, indicando chiaramente l'atleta resosi colpevole, deve evidenziare l'irregolarità commessa con la prescritta mimica.
La somma di ammonizioni da luogo al richiamo ufficiale.

Richiamo ufficiale: il richiamo ufficiale ha lo scopo di penalizzare di un punto quell'atleta che, per somma di ammonizioni o per grave infrazione, determini questa sanzione.
L'arbitro per procedere al richiamo ufficiale interrompe l'incontro («yut») e, indicando chiaramente l'atleta colpevole, evidenzia l'irregolarità commessa con la prescritta mimica e rende edotti i giudici di tale decisione, con un gesto appropriato della mano.

Il conteggio ha lo scopo di dare un tempo di recupero a un atleta (o a entrambi) in difficoltà e nel contempo consente all'arbitro di valutare se l'atleta contato si trova nelle condizioni di poter riprendere l'incontro.
Il conteggio ha la durata minima di otto secondi.

L'arbitro, ogni qualvolta ritenga un atleta nelle condizioni di «considerato a terra» e «a terra» (anche quando l'atleta non si difende ed è seduto sulle corde), deve interrompere l'incontro iniziando simultaneamente a contare (noeng, som, san, etc.) e, indicando all'altro atleta l'angolo neutro da occupare, prosegue nel conteggio seguendo la cadenza indicata dal cronometrista, indicando con le dita i secondi contati in modo che l'atleta possa avere in ogni caso conoscenza del conteggio.
Se l'avversario non si porta all'angolo neutro indicatogli, o se ne allontana, l'arbitro interrompe il conteggio fino a che l'atleta non ha ottemperato al suo ordine.
L'arbitro, nel caso che ritenga necessario far soccorrere un atleta duramente colpito, interrompe il conteggio in qualsiasi momento, decretando la fine dell'incontro.
Qualora l'atleta rimanga a terra in stato di incoscienza è consentito solo al medico, chiamato dall'arbitro, di salire sul quadrato a meno che il medico non abbia bisogno di aiuto.

Nel caso che un atleta sia stato contato e alla ripresa dell'incontro (ordine «Ciod» dell'arbitro) torni nella condizione di considerato «a terra» senza avere ricevuto nessun colpo, l'arbitro prosegue il conteggio precedentemente interrotto.
Quando entrambi gli atleti sono nelle condizioni di subire il conteggio, l'arbitro li conta contemporaneamente e se arrivato al dieci, entrambi gli atleti non sono nelle condizioni di riprendere l'incontro, viene decretato il verdetto di «No decision».
Se invece all'otto uno dei due atleti è in condizione di riprendere, prosegue il conteggio dell'altro fino al dieci, al che l'incontro si ritiene concluso.
In ultimo, se all'otto ritiene entrambi gli atleti in condizione di riprendere la gara, ordina il «Ciod».
In tutti gli altri casi il gong sarà fatto suonare solo qualora l'arbitro, finito il conteggio, faccia riprendere l'incontro con l'ordine di "Ciod".

Ripristino tenuta atleti durante l'incontro:

- Ripristino del paradenti. L'arbitro, constatata la perdita del paradenti da parte di un atleta, ferma l'incontro ("time") e dopo aver effettuato, ove sussista colpa, l'eventuale ammonizione o richiamo, deve raccoglierlo, condurre l'atleta al proprio angolo (indicando all'altro di recarsi all'angolo neutro) consegnare il paradenti al secondo che, dopo averlo lavato, lo rimette all'atleta.
- Ripristino della conchiglia protettiva. L'arbitro, constatato l'allentamento o la perdita di detta protezione deve ordinare l'interruzione dell'incontro ("time") e condurre l'atleta al proprio angolo indicando all'altro di portarsi all'angolo neutro. Deve quindi invitare i secondi a ripristinare la situazione regolamentare, limitatamente a quanto è possibile fare sul quadrato.

In ogni altro caso concernente la tenuta degli atleti, l'arbitro provvede direttamente o con l'aiuto dei secondi a ripristinare la situazione regolamentare con l'ordine di "time".

Art. XXIV°
VERDETTI

L'esito di un incontro è deciso nei modi che seguono:

- V. P. Vittoria ai Punti = Il verdetto ai punti viene assegnato quando entrambi gli atleti hanno portato a termine le riprese previste, tenendo presente il risultato dei cartellini arbitrali;
- V. K. O. Vittoria per fuori combattimento = Verdetto assegnato ad un atleta quando il suo avversario è a terra ed è contato dall'arbitro fino all'out;
- V. ABB. Vittoria per Abbandono = Un atleta vince per abbandono quando il suo avversario si ritira dalla contesa;
- V. K. O. T. Vittoria per fuori combattimento Tecnico = Un atleta vince per KOT quando l'arbitro ritiene che l'avversario si trovi in stato di evidente inferiorità e non sia in grado di continuare l'incontro, in particolare se:
    - Un atleta è seriamente ferito;

- Quando l'arbitro ferma la gara prima del conteggio valutate le condizioni dell'atleta;
- Quando un atleta non può continuare dopo la pausa;
- Su consiglio del medico, quando l'arbitro non è sicuro sulle sue condizioni;
- Dopo tre conteggi nel round;

- V. SQ. Vittoria per Squalifica dell'avversario = Verdetto assegnato a favore di un atleta quando l'arbitro pronuncia la squalifica dell'altro atleta;
- N. Pareggio = Il verdetto di parità ha luogo quando entrambi gli atleti hanno portato a termine le riprese previste e si registra un verdetto di parità di almeno la maggioranza dei giudici, oppure, nel caso di 3 (tre) differenti verdetti. Non esiste il pareggio nei tornei, dovra' essere data la preferenza ad uno dei due atleti;

Per gli incontri a Contatto Leggero **non sono previsti conteggi**, pertanto, sono da escludersi i verdetti per: K.O. - K.O.T.
Nel caso in cui un atleta sia impossibilitato a continuare l'incontro a causa di un colpo portato senza controllo, il verdetto sarà di squalifica dell'avversario.

L'arbitro ha il potere di squalificare uno degli atleti nei seguenti casi:

- ✓ quando un atleta non difende lealmente le sue possibilità;
- ✓ quando un atleta, precedentemente richiamato o no, si è reso intenzionalmente colpevole di colpi proibiti o di falli di gravità tale da giustificare la sua esclusione dalla gara;
- ✓ quando un atleta si è reso colpevole di colpi proibiti o falli che hanno determinato l'arresto dell'incontro;
- ✓ quando un atleta abbandona la gara senza giustificato motivo.

Nel caso in cui l'arbitro sia in dubbio circa l'esistenza o la gravità di un colpo proibito, ha facoltà di consultare i giudici e/o l'Osservatore. Può adottare lo stesso procedimento, se gli risulti dubbio che l'abbandono sia o no giustificato. Sarà sempre l'arbitro a prendere la decisione finale.
A seguito di un colpo basso, giudicato accidentale dall'arbitro, questi ha la facoltà di assegnare all'atleta colpito un massimo di cinque minuti per riprendersi.
Comunque, sempre a discrezione dell'arbitro, in caso di colpo basso potranno essere detratti dei punti (1 o 2) all'atleta che ha commesso tale infrazione, oppure, al ripetersi di tale azione, arrivare al verdetto di squalifica.

Nei casi di interruzione del match a causa di una ferita o infortunio da parte di uno dei due contendenti, l'arbitro chiamerà il medico di servizio e prenderà in considerazione il consiglio che questi riterrà opportuno dare in merito alla continuazione del match.
Comunque, sarà l'arbitro a decidere se fermare l'incontro oppure autorizzarne il proseguimento.
Casi di ferita per testata: in questi casi si ritiene opportuno fare due distinzioni:

- Testata intenzionale: quando una ferita è prodotta da una testata intenzionale e l'atleta ferito non è ritenuto dall'arbitro in grado di continuare, l'atleta che si è reso colpevole dell'infrazione perderà il match per squalifica. Nel caso in cui l'atleta ferito

fosse ritenuto in grado di continuare, l'atleta che ha dato la testata intenzionale verrà penalizzato di un punto. Tale deduzione di punti dovrà essere chiaramente segnalata dall'arbitro ai giudici e al Commissario di gara.

- Testata non intenzionale: quando uno dei due atleti viene ferito da una testata non intenzionale, ritenuta tale dall'arbitro, l'atleta non ferito potrà ricevere automaticamente un punto di deduzione. Tale deduzione dovrà essere chiaramente segnalata dall'arbitro ai giudici, al Supervisor o al Commissario di gara. Sarà sempre l'arbitro a stabilire se si è trattato di testata intenzionale oppure no.

Al termine di ogni ripresa, l'arbitro-giudice e i giudici provvedono a registrare sul cartellino i punti conseguiti da ciascun atleta, secondo le seguenti norme:

- Vengono assegnati 10 punti all'atleta che ha vinto la ripresa.
- All'atleta soccombente viene assegnato un punteggio inferiore, nella misura di:

  - ✓ 1 punto se ha perso la ripresa
  - ✓ Ogni ulteriore punto se ammonito/richiamato/contato

Se l'arbitro ha impartito uno o più richiami ufficiali, il punteggio dell'atleta richiamato, relativo alla ripresa in cui si è verificato, va penalizzato di un punto per ciascun richiamo.
I giudici (e l'arbitro quando forma il cartellino) devono indicare sui cartellini «W» allorché vi è un richiamo ufficiale.
Ogni fallo osservato dai giudici, ma non da parte dell'arbitro, va sanzionato di conseguenza sul cartellino.
Quando un atleta subisce un conteggio, l'arbitro giudice deve riportare sul cartellino la sigla «K. D.» e «K. D. H.» se il conteggio è stato determinato per colpi alla testa.
Controllate le somme, il giudice appone in calce al cartellino, insieme con la propria firma, il nome del vincitore o altrimenti l'indicazione di «parità».
Il cartellino di norma non deve mai essere corretto. Nel caso che un giudice incorra in un errore e se ne accorga, deve circoscrivere il punteggio errato e porre la correzione controfirmata a fianco.

Al termine dell'incontro l'arbitro provvede a ritirare i cartellini dai singoli giudici e, dopo averli controllati, li consegna al Commissario di gara. Questi procede subito alla loro verifica e se rileva degli errori e delle incompletezze deve invitare il giudice che lo ha redatto a perfezionarlo.

Il verdetto è proclamato dal Commissario di gara che, tramite l'annunciatore, darà lettura dei cartellini in occasione di incontri di finale.

Per gli incontri di MMA si rimanda ai regolamenti specifici di disciplina.

In caso di pareggio in incontro di Torneo se l'incontro termina con un verdetto di parità (identico punteggio alla fine delle riprese regolamentari) ed è comunque necessario individuare un vincitore, per la sua determina il giudice deve attenersi alle seguenti considerazioni (nell'ordine qui di seguito elencato):

- Mostrare meno stanchezza;

- Mostrare maggiore determinazione a prendere il comando o intenzione di competere rispetto all'avversario;

- Avere una migliore difesa grazie alla quale le tecniche di Muay Thai dell'avversario vengono effettivamente bloccate o fatte mancare;
- Avere uno stile Muay Thai migliore dell'avversario;
- Avere infranto meno le regole rispetto all'avversario.

Art. XXV°
TORNEI

Nel caso di organizzazione di incontri a Torneo (minimo 3 atleti) l'abbinamento avviene tramite sorteggio. È previsto un premio in formazione sui tornei pari al 60% di sconto sul prezzo del corso di formazione allenatori promosso dalla Commissione Tecnica Nazionale Arti Marziali e sport da combattimento.

In presenza di **tre atleti** il vincente tra i primi due incontrerà il terzo. Il vincente risulterà vincitore del torneo.

In presenza di **quattro atleti** i due vincitori dei singoli incontri si incontreranno. Il vincente risulterà vincitore del torneo. Il terzo posto si decide sullo spareggio tra i due perdenti.

A – B → VINCENTE A
A - C
C – D → VINCENTE C

In presenza di **cinque atleti**:

A – B → VINCENTE A
A - C
C – D → VINCENTE C SCONTRO TRA I VINCENTI

B – D → VINCENTE B B – E

In presenza di **sei atleti**:

A – B → VINCENTE A
A – C VINCENTE C
C – D → VINCENTE C SCONTRO TRA I VINCENTI

E- F → VINCENTE F A – F VINCENTE F

Art. XXVI°
CLASSIFICHE

Nelle gare Nazionali, interregionali, regionali e territoriali, sia maschili sia femminili, le classifiche per Società Sportive sono compilate assegnando i seguenti punteggi:

GIRONE AD ELIMINAZIONE DIRETTA
10 punti all'atleta classificato 1°
8 punti all'atleta classificato 2°
6 punti agli atleti classificati 3°

GARE SINGOLE
10 punti all'atleta vincente
3 punti all'atleta non vincente

Art. XXVII°
PARTECIPAZIONE ALLE COMPETIZIONE

Al Campionato Nazionale possono partecipare gli atleti che hanno preso parte, nell'anno sportivo in corso, ad almeno una Fase Regionale. Laddove non sia prevista la Fase Regionale, gli atleti devono prendere parte ad almeno una Fase Provinciale; tali prove dovranno essere documentate tramite il "Portale Campionati".
L'ammissione degli atleti/e alla Fase Nazionale sarà determinata con il seguente criterio:

- I primi 2 classificati di ciascuna categoria di peso se i partecipanti sono fino a 3
- I primi 3 classificati di ciascuna categoria di peso se i partecipanti sono da 4 a 7
- I primi 4 classificati di ciascuna categoria di peso se i partecipanti sono da 8 a 11
- I primi 5 classificati di ciascuna categoria di peso se i partecipanti sono da 12 a 15
- Un classificato ogni 3 Atleti, in ciascuna categoria di peso con più di 16 iscritti

N.B. Il criterio di qualificazione è atto a favorire le categorie con numeri esigui, in modo da poter avere una buona partecipazione.

Le qualificazioni hanno carattere regionale.
Le gare si svolgeranno con la formula dell'eliminazione diretta.
Gli atleti che non prenderanno parte alle qualificazioni dove previste, non potranno essere ammessi alla finale del Campionato nazionale.
La Commissione Tecnica, in via del tutto eccezionale e, solo quando il numero dei qualificati risultasse estremamente esiguo, si riserva la facoltà di ammettere alla Finale Nazionale, anche i non qualificati delle previste gare di qualificazione.

Art. XXVIII°
DOPING

L'uso di droghe o stimolanti o sostanze dopanti, sia prima che dopo la competizione è severamente vietato.
In caso di riscontro positivo l'atleta verrà squalificato dalla competizione e da ogni altra

manifestazione per il termine minimo di un anno.
Segnalazione agli organi competenti verrà fatta sia sull'atleta che sull'associazione di provenienza, nonché su Maestro ed istruttori.

Art. XXIX°
RICORSI E RECLAMI

Non è possibile modificare una decisione su una questione di fatto presa dall'ufficiale di gara (giudice) o su una questione d'interpretazione dei Regolamenti presa dall'Arbitro o su qualsiasi altra questione di conduzione della gara, presa dalla Commissione Tecnica Nazionale.

A seguito di presunto errore tecnico è possibile avanzare dalle parti interessate apposito reclamo. La richiesta di reclamo deve essere presentata dalla Società al Commissario di gara entro 30 minuti dalla proclamazione del verdetto. È sottointeso che possano presentare reclamo soltanto le società regolarmente affiliate nella stagione sportiva in corso. Entro tre giorni dall'incontro la Società deve inviare all'ente il reclamo ufficiale unitamente alla tassa di segreteria stabilita nella somma di euro 100,00. La tassa verrà restituita soltanto se il ricorso presentato verrà accolto determinando quindi il cambio di verdetto. La Commissione Esaminatrice è composta: dal Rappresentante degli Arbitri, dal Responsabile Regionale della formazione e dal Presidente dell'Ente.

Il giudizio, una volta emesso, sarà inappellabile.

Un ricorso avverso una decisione di un Giudice su una decisione o questione di interpretazione regolamentare di gara può essere presentato, in forma verbale, al Giudice Arbitro immediatamente dopo la gara, prima dell'ufficializzazione del risultato.

Un reclamo, avverso una decisione dell'Arbitro, può essere presentato presso la Segreteria Tecnica, entro 30 minuti dalla proclamazione del verdetto.
Entro tre giorni dall'incontro la Società deve inviare all'ente il reclamo ufficiale unitamente alla tassa di segreteria stabilita nella somma di euro 60,00. La tassa verrà restituita soltanto se il ricorso presentato verrà accolto determinando quindi il cambio di verdetto. La Commissione Esaminatrice è composta: dal Rappresentante degli Arbitri, dal Responsabile Regionale della formazione e dal Presidente dell'Ente.
Il giudizio, una volta emesso, sarà inappellabile.

Qualora nel corso della manifestazione si verifichino da parte di Società, dirigenti, tecnici e atleti comportamenti che necessitano di sanzioni disciplinari che vadano oltre la durata della rispettiva manifestazione, la Commissione Tecnica Nazionale, rimette gli atti alla Commissione Disciplinare Nazionale per i provvedimenti di competenza. Le procedure per l'assunzione di tali provvedimenti e la loro eventuale impugnazione sono quelle previste dal Regolamento di Giustizia Sportiva.

Art. XXX°
ALTRE NORME

Per quanto non contemplato dal presente regolamento, vigono lo Statuto del CSI, il Regolamento e le Norme per l'attività sportiva del CSI.

REGOLAMENTO di specialità:

gare di CHAP KO

Art. 1. Definizione

Nelle competizioni di Chap Ko (clinch) il combattimento prevede solo l'utilizzo della tecnica a corta distanza del clinch secondo il regolamento di seguito rappresentato.

L'incontro si svolge in un ring o nel caso di incontri light sul tatami.

Ogni atleta deve sempre avere con sé la propria tessera assicurativa e le visite mediche a validità annuale da mostrare al momento del peso.

Art. 2. Durata dell'incontro

La durata ed il numero dei round è differenziato a seconda del livello.

Incontri light: 2 round da 1 minuto e trenta con 1 minuto di intervallo

Incontri dilettanti: 4 round da 1 minuto e trenta con 1 minuto di intervallo

Art. 3. Organizzazione dell'incontro

Protezioni obbligatorie:

- Guantoni (solo al 4° round)
- Bendaggi
- Ginocchiere
- Gomitiere
- Caschetto

- Conchiglia/paraseno

Nelle competizioni per dilettanti gli incontri devono seguire le seguenti regole:

- 1 round – solo “escape” e sbilanciamenti
- 2 round – introduzione delle ginocchiate
- 3 round – chap ko completo
- 4 round – introduzione dei guantoni

Art. 4. Tecniche consentite e non

Sono consentire tutte le tecniche tipiche del combattimento a corta distanza della Muay Thai.

Le tecniche devono essere portate tecnicamente e devono esser pulite nella loro esecuzione.

Non è consentito il clinch “dutch style”.

REGOLAMENTO di specialità della

MUAY BORAN

[COMPETIZIONI DI TRADIZIONALE]

Art. 1. Definizione

Nelle competizioni di Muay Boran saranno disponibili le seguenti specialità:

- Competizioni di forme
- Competizioni di Wai Kru Ram Muay
- Competizioni di Muay Boran
- Thai fight

Art. 2. Competizioni di forme

Le competizioni di forme prevedono l'esecuzione da parte degli atleti partecipanti di una forma fra Mae Mai, Look Mai, Chern Muay e Gon Muay

La partecipazione alla competizione prevede che l'atleta indossi l'abbigliamento tradizionale di Muay Boran.

La competizione prevede la presenza di una giuria (minimo tre giudici e massimo cinque) per la valutazione dell'esecuzione.

Regole della competizione:

È obbligatoria l'esecuzione del Wai Kru per il pubblico e la giuria (fondamentali).

È obbligatorio il saluto iniziale di Muay Boran.

È obbligatorio il saluto finale alla fine dell'esecuzione e della competizione.

La forma potrà essere eseguita in modo neutro (statica), oppure in movimento. Se eseguita in movimento il punto di partenza deve coincidere con il punto di arrivo. Un disallineamento verrà conteggiato come penalità.

I movimenti devono essere eseguiti senza esitazione e l'esecuzione, e di conseguenza la valutazione, deve tener conto sia della tecnica che della postura.

È prevista sia la modalità di esecuzione singola che sincro (minimo 2 persone) con stesse valutazioni.

Punteggi:

Per la valutazione della competizione si parte da una base fissa di punteggio pari a 3 punti.

Le prime due avranno un punteggio minimo mentre per le altre si riconosceranno 2 decimali in più.

In caso di pareggio si dovrà procedere con l'esecuzione della stessa forma a cui andrà aggiunta l'esecuzione di una forma di livello superiore. In questo caso il punteggio sarà dato dalla somma delle due senza tener conto della prima competizione.

Se la forma è eseguita in movimento sarà riconosciuto un decimale in più.

Se la forma è eseguita in modo dichiarato (ovvero in terminologia thai) sarà valutato un decimo di punto in più.

Penalità:

Un decimo di punto in meno se l'atleta non porta la divisa tradizionale ma indossa calzoncini Tai.

Un decimo di punto in meno se l'atleta nell'eseguire la forma in movimento non torna nella posizione di partenza alla fine dell'esecuzione.

Un decimo di punto per ogni penalità riscontrata in fase di preparazione, esecuzione e conclusione della forma.

Art. 3. Competizioni di Wai Kru Ram Muay (WKRM)

Queste competizioni prevedono un tempo minimo di esecuzione pari a 1.30'. L'eventuale extra tempo verrà riconosciuti ai fini del punteggio finale (2 decimi di punto).

Regole della competizione:

Le competizioni si svolgono in costume tradizionale e l'esecuzione deve essere accompagnata dalla musica da Wai Kru Ram Muay

La competizione prevede la presenza di una giuria (minimo tre giudici e massimo cinque) per la valutazione dell'esecuzione.

È prevista sia la modalità di esecuzione singola che sincro (minimo 2 persone) con stesse valutazioni.

È obbligatorio il saluto iniziale di Muay Boran.

È obbligatorio il saluto finale alla fine dell'esecuzione e della competizione.

Ai fini del punteggio saranno riconosciute solo le figure ufficiali del Wai Kru Ram Muay e portate in modo corretto.

Se il Wai Kru Ram Muay viene eseguito in modo dichiarato (ovvero in terminologia thai) saranno valutati due decimi di punto in più.

In fase di esecuzione il punto di partenza deve coincidere con il punto di arrivo. Un disallineamento verrà conteggiato come penalità.

Penalità:

Un decimo di punto in meno se l'atleta non porta la divisa tradizionale ma indossa calzoncini Tai.

Un decimo di punto in meno se l'atleta nell'eseguire la forma in movimento non torna nella posizione di partenza alla fine dell'esecuzione.

Un decimo di punto per ogni penalità riscontrata in fase di preparazione, esecuzione e conclusione della forma (per es. giro angoli).

Due decimi di punto per errato verso di esecuzione del Wai Kru Ram Muay (antiorario).

Se Wai Kru Ram Muay viene eseguito solo a terra (Ram Muay Pom Nung) verrà attribuito un decimo di punto in meno

Se Wai Kru Ram Muay viene eseguito solo (Ram Muay Pom Yiun) verranno attribuiti due decimi di punto in meno.

Art. 4. Competizioni di Muay Boran

Le competizioni di Muay Boran possono essere a coppie, con due sfidanti (tre atleti) o con tre sfidanti (quattro atleti).

La partecipazione alla competizione prevede che l'atleta indossi l'abbigliamento tradizionale di Muay Boran.

La competizione prevede la presenza di una giuria (minimo tre giudici e massimo cinque) per la valutazione dell'esecuzione.

Sono previsti 4 livelli come di competizione di seguito elencati:

- 1° livello - tecniche dichiarate
- 2° livello - pro esibizione
- 3° livello - intuitivo contro altre scuole (uno contro uno)
- 4° livello - Aerobic Muay Boran

Regole del 1° livello – tecniche dichiarate

Tempo minimo di esecuzione: due minuti

Durante lo scambio neutro di calci e pugni chi è designato a partire dichiara la tecnica che lo sfidante cercherà di contenere.

Ai fini del punteggio si valutano:

- concentrazione,
- esecuzione tecnica,
- tecniche di Muay Boran reali,
- effettiva reale combinazione,
- timing,
- capacità mentale di reazione ed esecuzione.

Regole del 2° livello - pro esibizione

Tempo minimo di esecuzione: tre minuti

Ai fini del punteggio si valutano:

- concentrazione,
- esecuzione tecnica,
- tecniche di Muay Boran reali,
- effettiva reale combinazione,
- timing,
- capacità mentale di reazione ed esecuzione
- velocità

- coreografia presentata.

Regole del 3° livello - intuitivo contro altre scuole (uno contro uno)

Tempo minimo di esecuzione: un minuto per due round con intervallo di un minuto

Le combinazioni devono essere portate in modo pulito e tecnico.

Ai fini del punteggio si valutano:

- concentrazione,
- esecuzione tecnica,
- tecniche di Muay Boran reali,
- effettiva reale combinazione,
- timing,
- capacità mentale di reazione ed esecuzione

Regole del 4° livello – Aerobic Muay Boran

L'esecuzione può essere singola o a squadre ed è accompagnata da musiche diverse dalla tradizionale.

Tempo minimo di esecuzione: due minuti

È obbligatoria l'esecuzione del Wai Kru Ram Muay (valutato ai fini del punteggio finale) di durata minima un minuto e trenta secondi.

Ai fini del punteggio si valutano:

- concentrazione,
- esecuzione tecnica,
- tecniche di Muay Boran reali,
- effettiva reale combinazione,
- timing,
- capacità mentale di reazione ed esecuzione
- velocità

- coreografia presentata.

Art. 5. Competizioni di Thai Fight

Le competizioni di Thai Fight prevedono il combattimento in abbigliamento tradizionale e senza guantoni. Per i dilettanti obbligatorio l'utilizzo di guantini a mano aperta. Per i livelli superiori solo i bendaggi.

È obbligatoria l'esecuzione del Wai Kru Ram Muay (valutato ai fini del punteggio finale) di durata minima un minuto e trenta secondi.

Sono previsti tre round della durata di due/tre minuti e intervallo di un minuto e mezzo/due minuti.

I combattimenti possono essere vinti per decisione, per KO o per KO tecnico. Tre atterramenti si tradurranno automaticamente in un KO tecnico.

Ai fini del punteggio se viene segnato un atterramento, il combattente dominante riceverà 10-9 nel round. Nel caso in cui un combattente subisca due atterramenti nello stesso round, il round sarà segnato 10 a 8 a favore del combattente dominante.

Ai fini del punteggio si valutano altresì:

- concentrazione,
- esecuzione tecnica e pulizia nell'esecuzione,
- numero di tecniche di Muay Boran reali,
- effettiva reale combinazione,
- timing,
- capacità mentale di reazione ed esecuzione

REGOLAMENTO di specialità della Free Boxe

Art. 1. Definizione

Nella Free Boxe il combattimento prevede solo l'utilizzo di tecniche di pugno.

È consentito colpire con pugni la parte frontale e laterale della testa e del corpo (sopra la cintura).

L'incontro si svolge in un ring o nel caso di incontri light sul tatami.

Ogni atleta deve sempre avere con sé la propria tessera assicurativa e le visite mediche a validità annuale da mostrare al momento del peso.

Art. 2. Bersagli Consentiti

Le seguenti parti del corpo possono essere attaccate usando tecniche di combattimento consentite:

- TRONCO: parte frontale e laterale,
- TESTA: parte frontale e laterale

Art. 2.1. Tecniche e comportamenti vietati

Sono ritenute proibite le seguenti azioni:

- colpire di pugno, senza controllo alcuno;
- attaccare con la testa;
- attaccare o simulare un attacco agli occhi;
- mordere e graffiare;
- colpire la gola, la nuca, la parte superiore del capo;
- attaccare sotto la cintura (testicoli, pancia, ecc.);
- eseguire leve articolari;
- colpire a mano aperta;
- proiettare l'avversario a terra con le braccia oppure fare sgambetti;
- gridare senza ragione, fare gesti irriguardosi verso l'avversario o verso gli arbitri;

- venire meno in qualsiasi momento all'etica sportiva;
- perdere volutamente tempo, quindi evitare volutamente il combattimento;
- uscire deliberatamente dal luogo di gara: 1° uscita richiamo, 2° uscita meno un punto, 3^ uscita squalifica (previa consultazione con i giudici); Si considera uscita volontaria quella che un atleta esegue con manifesta volontà di rinuncia al combattimento e consiste nel portare un solo piede fuori dal tatami.
- mettersi a posto l'uniforme e le protezioni senza autorizzazione dell'arbitro;
- parlare durante l'incontro;
- legare deliberatamente le braccia dell'avversario;
- trattenere le braccia dell'avversario;
- buttarsi a terra senza ragione;
- non eseguire immediatamente gli ordini dell'arbitro;
- girare la schiena su azione dell'avversario;
- lanciare tecniche cieche (si intende per tecnica cieca una tecnica di pugno in cui lo sguardo o la fronte non siano diretti contro il bersaglio);
- commentare, anche solo con gesti o espressioni del viso, l'operato degli arbitri.

Quando l'arbitro coglie una di queste azioni deve intervenire immediatamente.

L'Atleta può essere squalificato direttamente (senza nessun richiamo preventivo) in caso di grave violazione del Regolamento, ma solo con il consenso di tutti i Giudici di sedia.

L'Arbitro può in ogni momento, senza fermare l'incontro, dare un avvertimento ad un combattente. Nel caso di richiamo deve invece fermare l'incontro.

Un atleta può, in ogni momento, ritirarsi dalla competizione alzando il braccio in segno di resa. In quel caso, l'arbitro chiamerà vicino a sé l'altro atleta e gli leverà il braccio al cielo proclamandolo ''Vincitore per abbandono''.

Art. 2.2. Tecniche consentite

Nella gara di Free Boxing Light, sono consentite tutte le tecniche di attacco e di difesa di braccia utilizzate negli sport da combattimento (diretto, gancio, montante, pugno saltato (Super Punch sul modello del K-1 Rules). Si può attaccare solo la parte frontale e laterale del tronco e del viso, con colpi di braccia; ogni tecnica che tocca il bersaglio deve essere controllata.

Sono vietati i colpi sulla nuca, sulla schiena o sui reni.

Sono proibite tutte le tecniche di gamba.

REGOLAMENTO di specialità del Full Contact

Art. 1. Definizione

Il Full Contact è una disciplina della kickboxing nella quale lo scopo dell'atleta è quello di colpire il suo antagonista con forza e decisione. I pugni ed i calci devono arrivare al bersaglio consentito con precisione, velocità e determinazione.

E' consentito colpire con pugni e/o calci la parte frontale e laterale della testa e del corpo (sopra la cintura), è inoltre consentito spazzare l'avversario.

L'incontro si svolge in un ring.

Ogni atleta deve sempre avere con sé la propria tessera assicurativa e le visite mediche a validità annuale da mostrare al momento del peso.

Art. 2. Bersagli Consentiti

Le seguenti parti del corpo possono essere attaccate usando tecniche di combattimento consentite:

- TRONCO: parte frontale e laterale,
- TESTA: parte frontale, laterale e posteriore con colpi di pugno e di calcio, parte superiore del capo con sola tecnica di calcio ad ascia
- PIEDE: altezza del malleolo (zona caviglia) per la spazzata.

Art. 2.1. Tecniche e comportamenti vietati

E' vietato:

- Attaccare la gola, il basso addome, le reni, le gambe, la schiena, l'inguine e la nuca.
- Usare tecniche di gomito, di ginocchio, colpire con il taglio della mano, colpire con la testa, con le spalle e con le dita.
- Usare tecniche di spazzate sopra la caviglia.

- Girare la schiena all'avversario, scappare, buttarsi a terra, trattenere intenzionalmente, usare tecniche cieche, tecniche di lotta o afferrare l'avversario al di sotto della cintura.
- Attaccare l'avversario intrappolato tra le corde.
- Attaccare l'avversario che è caduto al suolo o che è ancora al suolo:
- Lasciare il ring senza il permesso dell'arbitro centrale.
- Continuare a colpire dopo il comando "STOP" o "BREAK" o quando il segnale di fine round è stato dato.
- Cospargersi di olio, vasellina e/o altre sostanze, faccia e corpo.

La violazione delle regole, a seconda della gravità dell'azione commessa, porta al richiamo ufficiale alla detrazione di punto o alla squalifica.

Art. 2.2. Tecniche consentite

Tutte le tecniche devono essere eseguite con forza e determinazione. Tutte le tecniche che vengono

bloccate, o che semplicemente toccano, spingono o sfiorano l'avversario non saranno conteggiate ai fini del punteggio.

Art. 2.2.1. Tecniche di mani

Pugni (tutto il repertorio pugilistico)

Art. 2.2.2. Tecniche di gamba

- Calci spinti frontali e laterali
- Calci circolari (anche ascendenti)
- Calci di tallone e ad ascia
- Calci saltati
- Usare tecniche di spazzata al di sotto della caviglia
- E' consentito colpire con la tibia

Art. 2.2.3. Tecniche di atterramento

Sono consentite tecniche di spazzata, sia interna che esterna, atte a sbilanciare l'avversario per poi proseguire con tecniche di pugno o gamba oppure volte solo a sbilanciare l'avversario e a farlo cadere al tappeto. Le tecniche di mano e di gamba devono essere usate similmente durante tutta la durata del combattimento. Le tecniche di gamba, per essere considerate valide, devono essere eseguite con la chiara intenzione di colpire l'avversario con forza.

Art. 3. Numero di calci per round.

Ogni atleta è obbligato ad eseguire un minimo di SEI tecniche di calcio a ripresa. Egli deve mostrare chiaramente la sua intenzione di colpire l'avversario con il calcio. Dopo il primo round il kick counter

deve informare l'arbitro sulle tecniche di gamba eseguite dall'atleta, a sua volta l'arbitro informerà l'atleta che ha eseguito meno calci di quelli previsti. L'atleta ha la possibilità di recuperare le tecniche di calcio mancanti nel round successivo.

Se l'atleta non recupera i calci non eseguiti nel primo round verrà sanzionato con un minus point.

Se un atleta esegue le sei tecniche di gamba previste nel primo round, ma non nel secondo, l'arbitro lo deve solo informare, dandogli la possibilità di recuperare nel terzo round.

Se le tecniche non vengono recuperate sarà sanzionato con un minus point.

Se l'atleta esegue sei tecniche di calcio nel primo e nel secondo round ecc., ma non nell'ultimo round dell'incontro, non avendo possibilità di recuperare, verrà sanzionato con un minus point dall'arbitro centrale. Per questo tipo di violazione del regolamento l'arbitro centrale può comminare un massimo di due minus point.

I minus points per i calci vanno separati da quelli attribuiti per altre violazioni del regolamento, ma se l'atleta incorre in un terzo minus point verrà automaticamente squalificato.

REGOLAMENTO di specialità della Low Kick

Art. 1. Definizione

La Low-Kick è una disciplina della kickboxing.

A differenza del Full Contact, nella Low Kick è possibile attaccare le gambe dell'avversario con tecniche di calcio circolare.

Lo scopo dell'atleta è quello di colpire il suo antagonista con forza e decisione. I pugni ed i calci devono arrivare al bersaglio consentito con precisione, velocità e determinazione.

L'incontro si svolge in un ring.

Ogni atleta deve sempre avere con se la propria tessera assicurativa e le visite mediche a validità annuale da mostrare al momento del peso.

Art. 2. Bersagli Consentiti

Le seguenti parti del corpo possono essere attaccate usando tecniche di combattimento consentite:

- TESTA: davanti e di lato. Parte alta della testa con sola tecnica di calcio ad ascia.
- TRONCO: davanti e di lato.
- GAMBE: coscia (solo con tecniche di calcio circolare, cioè con azione dall'interno all'esterno e viceversa), usando la tibia
- PIEDI: sono consentite spazzate all'altezza della caviglia (sotto il malleolo).

Art. 2.1. Tecniche e comportamenti vietati

E' vietato:

- Attaccare la gola, il basso addome, le reni, la schiena, l'inguine, e la nuca.

- Usare tecniche di gomito, di ginocchio, colpire con il taglio della mano, colpire con la testa, con le spalle e con le dita.
- Usare tecniche di spazzate sopra la caviglia, colpire le articolazioni della gamba.
- Girare la schiena all'avversario, scappare, buttarsi a terra, trattenere intenzionalmente, usare tecniche cieche, tecniche di lotta o afferrare l'avversario al di sotto della cintura.
- Attaccare l'avversario intrappolato tra le corde.
- Attaccare l'avversario che è caduto al suolo o che è ancora al suolo
- Lasciare il ring senza il permesso dell'arbitro centrale.
- Continuare a colpire dopo il commando "STOP" o "BREAK" o quando il segnale di fine round è stato dato.
- Cospargersi di olio, vasellina e/o altre sostanze, faccia e corpo.

Art. 2.2. Tecniche consentite

Tutte le tecniche devono essere eseguite con forza e determinazione. Tutte le tecniche che vengono bloccate, o che semplicemente toccano, spingono o sfiorano l'avversario non saranno conteggiate ai fini del punteggio

Art. 2.2.1. Tecniche di mani

Pugni (tutto il repertorio pugilistico)

Art. 2.2.2. Tecniche di gamba

- Calci spinti frontali e laterali
- Calci circolari (anche ascendenti)
- Calci di tallone e ad ascia
- Calci saltati
- Usare tecniche di spazzata al di sotto della caviglia.

Art. 2.2.3. Tecniche di atterramento

Sono consentite tecniche di spazzata, sia interna che esterna, atte a sbilanciare l'avversario per poi proseguire con tecniche di pugno o gamba oppure volte solo a sbilanciare l'avversario e a farlo cadere al tappeto. Le tecniche di mano e di gamba devono essere usate similmente durante tutta la durata del combattimento. Le tecniche di gamba, per essere considerate valide, devono essere eseguite con la chiara intenzione di colpire l'avversario con forza.

Art. 3. Numero di calci per round

Non è applicata la regola dei sei calci minimi per round.

REGOLAMENTO di specialità K1 Style

Art. 1. Definizione

Il K-1 Rules deriva direttamente dalla Japanese kickboxing la quale, verosimilmente, deriva dalle antiche arti marziali di tradizione Siamese.

Per questo motivo tale disciplina è caratterizzata dalla tecnica del “clinch” che è permesso, ma è limitato solo alla sola sua fase attiva. E' possibile, infatti, afferrare il collo dell’avversario con entrambe le mani al fine di attaccarlo esclusivamente con una tecnica di ginocchio. La tecnica di ginocchio va portata immediatamente dopo la presa.

Sono inoltre vietate le seguenti tecniche:

1. Usare tecniche di gomito
2. Eseguire la WAI KRU all’inizio dell’incontro
3. Indossare MONKONG, PRATCHAT o qualsiasi altro simbolo tradizionale della MUAY THAI
4. accompagnare gli incontri con musiche tipiche della MUAY THAI

Le tecniche di pugno, che colpiscono un bersaglio valido, hanno lo stesso valore, per i giudici, delle tecniche di ginocchio, di calcio o di una qualsiasi altra tecnica del repertorio.

Ogni atleta deve avere con sé la propria tessera assicurativa e le visite mediche di idoneità, valide un anno, da mostrare alle procedure di peso.

Art. 2. Bersagli Consentiti

Le seguenti parti del corpo possono essere attaccate usando tecniche di combattimento consentite:

- TESTA: davanti e di lato, parte superiore della testa con sola tecnica di calcio ad ascia.

- TRONCO: davanti e di lato.
- GAMBE: ogni parte che possa essere attaccata usando la cresta tibiale (anche l'articolazione)
- PIEDI: sono consentite spazzate all'altezza della caviglia.

Art. 2.1. Tecniche e comportamenti vietati

E' vietato:

- Attaccare la gola, il basso addome, le reni, la schiena, l'inguine e la nuca.
- Usare tecniche di gomito, colpire con il taglio della mano, colpire con la testa, con le spalle e con le dita.
- Colpire con colpi di ginocchio le gambe in ogni parte sia lateralmente che frontalmente.
- Usare tecniche di spazzate sopra la caviglia.
- Girare la schiena all'avversario, scappare, buttarsi a terra, prolungare il clinch, usare tecniche cieche, tecniche di lotta o afferrare l'avversario al di sotto della cintura.
- Attaccare l'avversario intrappolato tra le corde.
- Attaccare l'avversario che è caduto al suolo o che è ancora al suolo
- Lasciare il ring senza il permesso dell'arbitro centrale.
- Continuare a colpire dopo il comando "STOP" o "BREAK" o quando il segnale di fine round è stato dato.
- Cospargersi di olio, vasellina e/o altre sostanze, faccia e corpo.

La violazione delle regole, a seconda della gravità dell'azione commessa, porta al richiamo ufficiale, alla detrazione di punto o alla squalifica.

Art. 2.2. Tecniche consentite

Tutte le tecniche devono essere eseguite con forza e determinazione. Tutte le tecniche che vengono bloccate, o che semplicemente toccano, spingono o sfiorano l'avversario non saranno conteggiate ai fini del punteggio. Tecniche di mano e di gamba devono essere usate similmente durante tutta la durata del combattimento.

Art. 2.2.1. Tecniche di mani

- Pugni (tutto il repertorio pugilistico)
- Clinch a due mani

Art. 2.2.2. Tecniche di gamba

- Calci spinti frontali e laterali
- Calci circolari (anche ascendenti)
- Calci di tallone e ad ascia
- Calci saltati

- Si possono usare le tibie per attaccare ogni parte del corpo o delle gambe (solo bersagli consentiti)
- Le ginocchiate, anche saltate, possono essere usate per attaccare ogni parte del corpo, esclusa la schiena.

E' possibile chiudere in Clinch l'avversario, con due mani, per attaccarlo SOLO con un numero di ginocchiate prefissato (in base alle regole del torneo).

E' possibile usare tecniche di spazzata al di sotto della caviglia

Nell'attività light non è consentito afferrare la gamba dell'avversario e colpirlo.

Art. 2.2.3. Tecniche di atterramento

Le tecniche di mano e di gamba, per essere considerate valide, devono essere eseguite con la chiara intenzione di colpire l'avversario con forza.

Tutte le tecniche devono infatti essere eseguite con forza e determinazione.

Si possono eseguire tecniche di spazzata, sia interna che esterna per sbilanciare l'avversario, e poi proseguire con tecniche di pugno o gamba. Queste combinazioni sono volte a sbilanciare l'avversario e a farlo cadere al tappeto.

Art. 3. Numero di calci per round

Non è applicata la regola dei calci minimi per round.

REGOLAMENTO di specialità della MMA LIGHT

Art. 1. Regole generali

Round: 2 round da 2 minuti con 1 minuto di pausa

Area di gara: delimitata e ricoperta da tatami di spessore non inferiore a 4 cm

Abbigliamento: Rash Guard attillata, pantaloncini da MMA. Vietate magliette larghe, consentito combattere a petto nudo se entrambe le squadre sono d'accordo.

Protezioni obbligatorie: Caschetto (anche quello da taekwondo), paradenti, sospensorio, guanti da MMA 6 once, paratibie a calzari o pesanti e paragomiti.

Protezioni opzionali: protezione per ginocchia

Art. 2 Tecniche ammesse

Per tutte le categorie:

Pugni: tutti quelli conosciuti purché portati con il pieno controllo della tecnica. Tutti i pugni in genere possono essere portati utilizzando come superficie d'impatto tutta la parte esterna del guanto.

Calci: tutti quelli d'uso nelle altre discipline di combattimento e arti marziali, a tutte le altezze, interni ed esterni, con i piedi o le tibie.

Ginocchiate: tutte quelle conosciute e in tutti i bersagli consentiti (esclusa testa e faccia);

Proiezioni: sono ammesse tutte le proiezioni dei vari sistemi di lotta orientali e occidentali, vale anche spazzare l'avversario sulla sua gamba di appoggio con spazzate interne, esterne, rimanendo

in piedi o con avvitamento a terra.

Tecniche di lotta: valgono le tecniche di leva (esclusa la leva cervicale) e chiave articolare e tutti i tipi di strangolamento sia con l'uso delle braccia che delle gambe (ma non gli strangolamenti con le mani), valgono le prese, le spinte e gli intrappolamenti.

Colpi a Terra: I colpi a terra DOVRANNO, ancor più degli altri essere LEGGERI. Sono ammessi: Pugni corpo e capo, e ginocchiate al corpo.

Art. 3. Tecniche e comportamenti vietati

È vietato:

- Colpire con la testa
- Infilare dita negli occhi
- Mordere
- Tirare i capelli
- Tirare le orecchie
- Utilizzare le dita con lo scopo di tirare il tessuto
- Ogni tipo di colpo all'inguine
- Portare gomitate alla testa e alla faccia sia a terra che in piedi
- Portare ginocchiate alla testa e alla faccia sia a terra che in piedi
- Eseguire leve sulle piccole articolazioni
- la manipolazione di piccole parti del corpo (come dita di mani e piedi)
- percussioni al collo
- aggrapparsi ai guanti o ad altre protezioni dell'avversario
- afferrare l'avversario per il tallone ed ogni altra tecnica che comporti una rotazione delle articolazioni delle caviglie o delle ginocchia
- afferrare per i vestiti
- colpire direttamente alla colonna vertebrale o alla nuca
- fare leve cervicali pericolose
- colpire direttamente all'inguine
- artigliare, oppure torcere la carne
- Colpire alla gola o afferrare la trachea in modo incontrollato
- Calciare alla testa un avversario a terra
- Proiettare verticalmente un avversario a terra sulla testa o sul collo
- Ground e pound al viso a terra

È inoltre vietato:

- Adottare una condotta antisportiva che possa recare danno ad un avversario
- Aggrapparsi alla rete

- Utilizzare un linguaggio offensivo all'interno del ring
- Attaccare un avversario durante la pausa
- Attaccare un avversario che è sotto le cure dell'arbitro
- Attaccare un avversario dopo che la sirena ha decretato la fine del combattimento
- Non rispettare le istruzioni dell'arbitro
- Evitare intenzionalmente il contatto con un avversario, far cadere intenzionalmente il paradenti o simulare un dolore
- Interferire dall'angolo
- Uscire dall'area di gara senza alcun motivo
- Passività, non affrontare il combattimento
- L'uso di sostanze o lozioni sul corpo (consentita Vasellina su zigomi e sopracciglia)

Art. 4. Modalità di vittoria

L'avversario sottomesso batte un colpo per terra o sul proprio avversario con la mano o un piede, oppure abbandona la competizione alzando un braccio.

Sono legali tutte le tecniche che hanno lo scopo di portare ad un atterramento, sono valide tutte le proiezioni e i takedown. Se un contendente non è riuscito a sottomettere l'avversario, gli arbitri di sedia dichiareranno la vittoria basandosi sulle abilità dimostrate sul ring, sulla dominanza dell'incontro e sui tentativi di sottomissione.

I 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.

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

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

Art. 5. Interruzione momentanea

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.

Art. 6. Arbitro

Gli incontri in cui saranno impiegati tutti i minuti saranno rimessi al giudizio dell'arbitro o dei giudici.

Tutti gli incontri sono a contatto leggero, l'arbitro può interrompere l'incontro per troppa enfasi o per eccessivo contatto.

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 3 richiami è squalificato. I

l 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. I coach devono restare fuori dall'area delimitata.

Il contendente che desideri in ogni momento ritirarsi dalla competizione deve comunicarlo all'ufficiale di gara.

REGOLAMENTO di specialità della MMA

Art. 1. Definizione

Le Mixed Martial Arts (MMA) sono uno sport di combattimento a contatto pieno che incorpora tecniche di streaking (pugni, calci, ginocchiate, ecc...) e di wrestling/grappling (portate a terra, strangolamenti, leve articolari, ecc...), sia in piedi che a terra.

L'attività agonistica dello sport delle MMA implica l'accettazione del rischio ad essa inerente da parte di coloro che vi partecipano, sicché i danni da essi eventualmente sofferti ad opera di altro competitore, rientranti nell'alea normale, ricadono sugli stessi, senza che si possano invocare strumenti risarcitori.

Art. 2 Bersagli consentiti e non

E' possibile portare attacchi alla testa, tronco, braccia, gambe.

E' vietato colpire la nuca, l'inguine e direttamente la colonna vertebrale.

Art. 3 Tecniche ammesse

Per tutte le categorie:

Pugni: tutti quelli conosciuti, compresi i pugni a pendolo e quello saltato (jumping punch), pugni a martello (non al viso), front back fist. Tutti i pugni in genere possono essere portati utilizzando come superficie d'impatto tutta la parte esterna del guanto.

Calci: tutti quelli d'uso nelle altre discipline di combattimento e arti marziali, a tutte le altezze, interni ed esterni, con i piedi o le tibie.

Ginocchiate: tutte quelle conosciute e in tutti i bersagli consentiti (vedi paragrafo) con queste ulteriori limitazioni: A) Negli incontri Light (Classi A e B) non si può mai colpire al viso col ginocchio; B) Negli incontri dilettanti e Hybrid si può colpire al viso ma solo senza trattenere l'avversario;

Proiezioni: sono ammesse tutte le proiezioni dei vari sistemi di lotta orientali e occidentali, vale anche spazzare l'avversario sulla sua gamba di appoggio con spazzate interne, esterne, rimanendo in piedi o con avvitamento a terra.

Tecniche di lotta: valgono le tecniche di leva e chiave articolare e tutti i tipi di strangolamento sia con l'uso delle braccia che delle gambe (ma non gli strangolamenti con le mani), valgono le prese, le spinte e gli intrappolamenti.

Colpi a Terra: I colpi a terra DOVRANNO, ancor più degli altri essere LEGGERI. Sono ammessi: Pugni corpo e capo, e ginocchiate al corpo. I colpi a terra non verranno contati allo stesso modo dei colpi in piedi (vedi sezione punteggi 1.5.11) e possono portare ad una sottomissione tecnica per Ground & Pound.

Tecniche ammesse SOLO in incontri Dilettanti e Professionisti:

Verrà ammessa qualsiasi tipo di azione in piedi (eccetto gomitate e tirare la testa verso le ginocchia per colpire). A terra è consentito colpire con qualsiasi tipo di calcio o pugno, fatta eccezione del "soccer kick", delle ginocchiate alla testa mentre l'avversario è al suolo. Gomitate non consentite.

In caso di "Knock Down" ci sarà un conteggio di 8 che non finirà con la fine del round. Al secondo "Knock Down" l'incontro sarà fermato e dichiarato un KO tecnico.

Solo previo accordo: colpi a mano aperta, colpi con gli avambracci, gomitate, chiave al perone e torsione del polso e della caviglia.

Art. 4 Tecniche e comportamenti vietati

E' vietato:

- Colpire con la testa
- Infilare dita negli occhi
- Mordere
- Tirare i capelli
- Utilizzare le dita con lo scopo di tirare il tessuto
- Ogni tipo di colpo all'inguine
- Inserire dita negli orifizi o nelle ferite dell'avversario
- Eseguire leve sulle piccole articolazioni
- Colpire alla colonna vertebrale o alla nuca
- Colpire verso il basso con i gomiti in traiettoria verticale
- Colpire alla gola o afferrare la trachea
- Graffiare, pinzare o torcere la pelle
- Afferrare le clavicole
- Calciare alla testa un avversario a terra

- Colpire con le ginocchia la testa di un avversario a terra
- Calpestare la testa di un avversario a terra
- Calciare ai reni con il tallone
- Proiettare verticalmente un avversario a terra sulla testa o sul collo
- Gettare un avversario fuori dal ring o dalla gabbia
- Afferrare i pantaloncini o i guanti di un avversario
- Sputare ad un avversario
- Adottare una condotta antisportiva che possa recare danno ad un avversario
- Aggrapparsi alla rete
- Utilizzare un linguaggio offensivo all'interno del ring
- Attaccare un avversario durante la pausa
- Attaccare un avversario che è sotto le cure dell'arbitro
- Attaccare un avversario dopo che la sirena ha decretato la fine del combattimento
- Non rispettare le istruzioni dell'arbitro
- Evitare intenzionalmente il contatto con un avversario, far cadere intenzionalmente il paradenti o simulare un dolore
- Interferire dall'angolo
- Gettare la spugna durante la competizione
- Uscire dall'area di gara senza alcun motivo
- Passività, non affrontare il combattimento
- Supplesse con caduta dell'avversario al suolo sulla testa o zona cervicale
- No presa delle dita o del pollice (microleve)
- No sostanze o lozioni sul corpo (consentita Vasellina su zigomi e sopracciglia)
- Colpire con il gomito (salvo accordo e solo nei match pro)
- Schiaffeggiare l'avversario o colpirlo a mani aperte (salvo accordo in match Pro)
- Applicare leve o chiavi articolari al perone e alle caviglie (consentito solo nei match pro previo accordo)

PASSIVITA': Qualora durante lo svolgersi del combattimento si verificasse una passività superiore ai 15" causata da uno entrambi gli atleti, l'arbitro procederà con un richiamo verbale: se ciò dovesse ripetersi una seconda volta lo stesso arbitro indicherà ai giudici di detrarre 1 punto sui cartellini nei confronti di uno od entrambi gli atleti: al verificarsi una terza volta l'atleta o gli atleti, verranno squalificati.

La violazione delle regole, a seconda della gravità dell'azione commessa, porta al richiamo ufficiale, alla detrazione di punto o alla squalifica.

Art. 5 Posizione di partenza e di ripresa degli incontri

All'inizio dell'incontro i due atleti sono a distanza in posizione di guardia in piedi al centro del tappeto. L'incontro comincia quando l'arbitro dice "FIGHT".

Negli incontri sul tappeto, in caso di uscita dal tappeto, sia nel combattimento in piedi che nel combattimento a terra, l'arbitro interrompe l'incontro dicendo "STOP" e ordina agli atleti di tornare al centro del tappeto e di riassumere la stessa posizione in cui erano nel momento dell'uscita dal tappeto. Immediatamente dopo, l'arbitro approva la posizione di ripresa e fa ricominciare l'incontro dicendo "FIGHT".

Quindi:

- se gli atleti nel momento dell'uscita dal tappeto erano a contatto in una posizione di Grappling in piedi (over-under position, over-under bodylock, bodylock, double collar tie, front head and arm in piedi, single leg, double leg, ecc...) o a terra (closed guard, open guard, half guard, Z-guard, front head and arm in ginocchio, turtle, single leg in ginocchio, double leg in ginocchio, side mount, nord-sud, full mount, back mount, ecc…) devono ripartire al centro del tappeto nella stessa posizione;
- se gli atleti nel momento dell'uscita dal tappeto erano in una posizione in piedi senza contatto, devono ripartire al centro del tappeto nella stessa posizione dell'inizio dell'incontro (atleti a distanza in posizione di guardia in piedi);
- se gli atleti nel momento dell'uscita dal tappeto erano in una posizione a terra senza contatto, devono ripartire al centro del tappeto nella stessa posizione.

Art. 6 Lotta a terra

La lotta a terra ha inizio quando uno dei due contendenti proietta l'altro, o entrambi cadono a terra contemporaneamente in seguito ad una tecnica di lotta o uno cade e l'altro gli si getta sopra.

È consentito tenere lontano l'avversario da terra utilizzando le gambe se si è stati proiettati al suolo. L'atleta rimasto in piedi ha 5 secondi per riuscire, senza colpirlo (eccetto tra i pro quando consentito), a raggiungere l'avversario a terra e passare alla fase di lotta. Se questo non accade entro i 5 secondi previsti l'arbitro da lo stop e si ricomincia in piedi.

La durata della lotta a terra è lasciata alla discrezione dell'arbitro, il quale sullo sviluppo della stessa deciderà entro un tempo ragionevole (non inferiore ai 20/25 secondi) se interromperla o lasciarla continuare affinché possa concretizzarsi con tecniche risolutive.

La lotta a terra verrà comunque sempre sospesa dall'arbitro nel caso versi in una situazione di stallo, senza fasi o costrutti significativi. In tal caso l'arbitro intimerà agli atleti il comando "stop", invitandoli a rialzarsi per proseguire il combattimento in piedi.

N.B. nella categoria dilettanti la fase al suolo, per non avvantaggiare eccessivamente i lottatori, non durerà di norma più di 30/35 secondi (a discrezione dell'arbitro), poi verrà interrotta anche se attiva.

Art. 7 Monta e Back Mount

MONTA: Da diritto ai punti solo quando l'atleta che ha ottenuto la posizione dominante la mantiene per 3 secondi (conteggiata dall'arbitro).

BACK MOUNT: Da diritto ai punti solo quando l'atleta che la effettua mette anche i 2 uncini all'avversario, e la mantiene almeno per 3 secondi (conteggiata dall'arbitro). Tecnica valida sia da sopra con l'avversario che la subisce sotto, che da sotto, con l'avversario di schiena che la subisce, sopra.

Art. 8 Battuta in caso di resa o sottomissione tecnica per Ground & Pound

Porta alla vittoria dell'avversario nei match con Ko.

Non determina invece la fine del combattimento negli incontri Dilettanti (allo scopo di far gareggiare maggiormente gli atleti), ma comporta la penalità di -7 punti sui cartellini dei Giudici per l'atleta che ha battuto. In ogni caso alla seconda battuta di resa (nel Light) l'atleta verrà dichiarato sconfitto.

Art.9 Sottomissione Tecnica per Ground & Pound (colpi)

Quando un atleta riceve una buona quantità di colpi a ripetizione puliti (almeno 3/4) senza riuscire a contrastare l'azione dell'avversario (contati dall'arbitro) verrà assegnata la sottomissione tecnica, che, come la battuta di resa, porta a -7 punti sui cartellini Dilettanti, e invece alla sconfitta diretta e in tutte le classi a contatto pieno.