

# JUHÁSZ FERENC EMLÉKVERSENY

Ideje: 2015. március 6 – 8.



**Nyílt Kempo Világkupa**



## INFO:

Idei versenyünkön ismét helyett kap az WMMAA hivatalos versenye. A részvétel a kiírásnak megfelelően lehetséges.

A Világkupán kortól függetlenül vehetnek részt a nevezők. Az MMA versenyen a 18. életévüket betöltött versenyzők nevezhetnek!

MMA induláshoz kell a Hepatitis „B és C” és HIV vizsgálat eredménye!

Világkupán számonként egy, vagy két kategóriában mérhetik össze tudásukat a versenyzők.

Minden indulónak piros vagy kék övet kell viselni a versenyszámon való indulásakor (az lehet saját, vagy a helyszínen a rendezőség által biztosított). Az MMA versenyre ez a kitétel nem vonatkozik!

A nevezett csapat minden induló tagjának, klubnak, stílusnak megfelelő formaruházatban kell a versenyen szerepelnie.

Mély és mellvédőt csak ruházat alatt lehet viselni.

Öltözködni csak az öltözőkben lehet!

A küzdelmi versenyeknél felállítunk egy felkészülési pástot, amit a következő versenyzőnek el kell foglalnia. Ha a versenyző nincs ott és a híváskor, nem lép a pástra az ellenfél a nyertes.

## **HELYSZÍNI NEVEZÉSEKET NEM FOGADUNK EL!!!**

A versenyen indulás feltétele a Magyar Kempo Szövetség szabálykönyvének ismerete és elfogadása. A versenyszabályzatról a web oldalunkon ([www.hungariankempo.hu](http://www.hungariankempo.hu)) olvashattok. Itt megnézhetitek az előző versenyekről készült képeket, videókat is. Az MMA szabályok a [www.wmmaa.hu](http://www.wmmaa.hu) oldalon is megtalálhatóak!

Kérek minden kedves klubvezetőt, hogy a csapatnevezéseket **csak a kiküldött, vagy a net-ről** letölthető nevezési lap **teljes, értelemszerű** kitöltésével (excel) és visszaküldésével ([shihan@hungariankempo.hu](mailto:shihan@hungariankempo.hu)) tegye meg.

Minden nevezett csapattal automatikusan két fő (edző, gyúró, segítő...stb) részére ingyenes belépést biztosítunk. Továbbá minden 5. nevezett Budoka után a csapat egy tiszteletjegyben részesül, amit a belépéskor vehettek át.

Ezeket csak abban az esetben áll módunkban átadni, amennyiben eleget tesznek a nevezési feltételeknek (nevezési határidő betartása).

Ezen felül minden látogató csak belépőjeggyel léphet a csarnokba.

**Szállást** a helyi lehetőségek figyelembevételével a rendezőség felé a nevezéssel együtt időben leadott igények alapján biztosítunk.

Százhalombattán az ár :

- 3000 Ft/fő/éj reggeli nélkül / a csarnoktól kb. 8 km / ifjúsági szálló
- 5500 Ft/ éj/ fő. reggelivel / a csarnoktól 8 perc séta / \*\*\* szálloda

Jó felkészülést, eredményekben gazdag újesztendőt kívánok minden  
BUDOkának.

Shihan Lovász Gábor  
MKSZ Technikai vezető

**Rendezője:** Dojo Lovász SKE  
**Fővédnök:** Lacza Ádám Illés Magyar Kempo Szövetség Elnöke  
**Védnökei:** MAGYAR KEMPO SZÖVETSÉG  
**Támogatói:** Százhalombattai Polgármesteri Hivatal, Gear 360, FUJI MAE, Training Hotel, Magyar Budo, Askam Kft., SHIELD Biztonsági Szolgálat.  
**Főbírája:** Senpai Budai Zsolt  
**Bírák:** Magyar Kempo Szövetség hivatalos bírái.  
**Verseny helye:** Százhalombatta Sportcsarnok  
**Címe:** 2440 Százhalombatta, Vasút utca 41.

2015. 03. 06. péntek	Nevezések ellenőrzése	08.30 órától
	Ünnepélyes megnyitó	10.00 óra
	Technikai számok	11.00 – 18.00 óráig
	Mérlegelés	14-18 óra között
2015. 03. 07. szombat	Küzdelmek első nap (Semi, Chikara, Ligth)	09.30 – 19.00 óráig
	Mérlegelés	14-18 óra között
2015. 03. 08. vasárnap	Küzdelmek folytatása (KD, Full „B-A”, MMA, Submission)	09.30 óra
	Erőtörés	

**Eredményhirdetés a számok utáni szünetekben folyamatosan.**

### **Díjazás:**

#### **Technikai számoknál:**

- I. hely: Kupa, oklevél.
- II. III. hely: érem, oklevél.
- IV. hely oklevél

#### **Küzdelmi számoknál (kivéve az MMA):**

- I. hely: Kupa, oklevél.
- II. III. hely: érem, oklevél.
- IV. hely oklevél

#### **Csapat:**

- I. II. III. hely: kupa, oklevél.
- IV.-VI. helyek oklevél



**Csapateredmény számítás: szerzett pontszám. Arany 5, ezüst 3, bronz 1 pontot ér.**

Indulási feltételek: **Érvényes orvosi igazolás**  
**MMA induláshoz kell a Hepatitis „B és C” és HIV**  
**vizsgálat eredménye!**  
**Írásos nevezés**  
**Versenyfeltételek elfogadása írásban.**

**A VERSENY IDEJE ALATT ALKOHOL ÉS DROGTESZTELÉST**  
**VÉGZÜNK!!!**

Nevezési díj:

Szövetségi tagoknak: bármennyi szám indulásával

<b>gyerek, serdülő, kadet ( 15 éves korig)</b>	<b>5000.-Ft</b>
<b>junior, felnőtt, senior,</b>	<b>6000.-Ft</b>
<b>MMA</b>	<b>3000.-Ft</b>

Nem szövetségi tagoknak:

Gyerek, (9-15év) az első szám **4000.-Ft** és minden további szám **1000.-Ft.**

Junior, Felnőtt, Senior (16.évtől)  
az első szám: **5000.-Ft** és minden további szám **1500.-Ft.**  
**MMA** **4000.-Ft**

**HELYSZÍNI NEVEZÉSEKET NEM FOGADUNK EL !!!**

**A nevezési díjak befizetése a helyszínen történik. A már nevezett csapaton belüli új regisztrációt határidőn túli nevezésnek vesszük, aminek a befizetett nevezését **+1000 Ft** / fő pótdíjjal fogadjuk el.**

Nevezési lista leadási határideje:

**2015. március. 01.**

Emailben : [shihan@hungariankempo.hu](mailto:shihan@hungariankempo.hu)

Belépőjegy ára

<b>1 napos belépő:</b>	<b>Gyermekjegy 800 Ft</b>	<b>Felnőtt jegy 1200 Ft</b>
<b>2 napos belépő:</b>	<b>Gyermekjegy 1400 Ft</b>	<b>Felnőtt jegy 2200 Ft</b>
<b>3 napos belépő:</b>	<b>Gyermekjegy 1800 Ft</b>	<b>Felnőtt jegy 2700 Ft</b>

[www.hungariankempo.hu](http://www.hungariankempo.hu)

[www.wmmaa.hu](http://www.wmmaa.hu)

## Versenyszámok, csoportosítások

### Technikai számok:

#### Kata(soft, hard), Fegyveres kata, Speciális Kata Szinkron kata (3 fő), Gyo, Önvédelem.

##### Csoportosítás:

**Kor szerint:** -8, 9-10, 11-12, 13-15, 16-17, 18-34, 35-44, 45 fölött  
**csoport:** kezdő (-30 hó), Haladó (+30 hó), mester (barna, fekete öv)

**Törés:** 15-17(-60 kg, +60 kg), 18-44(-80 kg, +80 kg). +45 abszolút

### Küzdelmek:

**korcsoport: súlycsoport:**

#### Chikara Kurabe:

-8 év -20, 25, 30, +30 kg  
09-10 év -45, 50, 55, 60, +60 kg  
11-12 év -45, 50, 55, 60, +60 kg  
13-15 év -50, 55, 60, 65, +65 kg

#### C.K. „C” junior

16-17 év -57, 63, 69, 76, 84, 93, +93kg

#### Chikara Kurabe „B”:

18-34 év -57, 63, 69, 76, 84, 93, 103, +103kg  
+35 fölött -63, 69, 76, 84, 93, 103, +103kg

#### Semi-,Light contact, Submission :

-8 év -20, 25, 30, +30 kg

09-10 év -45, 50, 55, 60, +60 kg

11-12 év -45, 50, 55, 60, +60 kg

13-15 év -50, 55, 60, 65, +65 kg

#### junior

16-17 év -57, 63, 69, 76, 84, 93 kg, +93kg

18-34 év -57, 63, 69, 76, 84, 93, 103, +103kg

35-44 év -63, 69, 76, 84, 93, 103, +103kg

45 év fölött -63, 69, 76, 84, 93, +93kg

#### Knock Down, Full contact „B”:

#### junior

14-15 -50, 55, 60, 65, +65 kg

16-17 év -57, 63, 69, 76, 84, 93, 103, +103kg

18-34 év -57, 63, 69, 76, 84, 93, 103, +103kg

+35 fölött -63, 69, 76, 84, 93, 103, +103kg

#### Full contact „A”:

18-34 év -57, 63, 69, 76, 84, 93, 103, +103kg

#### MMA:

18-34 év -65.8, -70.3, -77.1, -84, -93, +93.

**A korosztályoknál a súlycsoport összevonásának és újabb súlycsoport kialakításának jogát a versenybizottság fenntartja.**

**A korcsoportok megállapításánál a születési nap számít.**

## Versenyszám ismertető

**Kata:** A stílusnak megfelelő formagyakorlat. **Zene nélkül!** Külső összhatás kerül pontozásra.

Soft : minden kínai eredetű kata és a kick boksztatók

*Jellemzői:* mozdulatok lágy folyamatossága, a technikák nem határozott befejezése, állások magasságának dinamikus váltakozása.

Hard: minden japán, okinawai karate jelegű katók.

*Jellemzői:* állások mélyek, technikák határozott befejezése, sarkos haladás, irányváltásokkal.

**Szinkron Kata:** csak 3 személy által végrehajtott, egyszerre kivitelezett formagyakorlat.

**Speciális Kata:** Fogyatékos tanítványok formagyakorlata. Külső összhatás kerül pontozásra.

**Fegyveres kata:** Bármilyen keleti fegyverrel végrehajtott gyakorlat.

**Gyo:** Folyamatos megrendezett filmes küzdelem. min 40 technika. Max 3 perc

**Önvédelem :** 3-4 támadás. Támadást a másik fél kivédi és vissza támad, amit az első véd ki és támad vissza. Ezt védi ki és fejezi be a megtámadott. 20 % show elem engedélyezett.

Bemutatás lassan és gyorsan. Előadásnak 2- 4 perc között kell lennie.

**Törés:** Erőtörés, Vízszintesen, egymásra rakva hézagolók nélkül történik.

Végrehajtás: ököl bármely részével, vagy kéz él külső, belső felületével végrehajtott dinamikus ütással. Az nyer, aki többet eltör. Egyenlőség esetén a könnyebb súlyú versenyző a nyertes. Mindenki számára a Szövetség biztosítja a törőlapot. Anyaga: Fa

***Könyökkel, tenyérpárnával törni TILOS!***

### **Küzdelem: Chikara Kurabe**

Gyermek: **3x1 perc**

1. menet ütés, rúgás
2. menet csak dobás
3. menet csak földharc

Junior: **3x2 perc**

Chikara Kurabe "C"

Felnőtt: **3x2 perc**

Chikara Kurabe "B"

***A két szabályrendszer közötti különbség az ütő- rúgó technikák erejében van.***

***A "C"-nél csak félerejű támadások, míg a "B"-nél a láb és test KO engedélyezett.***

- Az *első menet* ütés, rúgás; támadható felületek a láb, test, fej.
- *Második menet* dobás; **fogásból** támadható felületek ütással, rúgással a láb és a test.
- *Harmadik menet* földharc; támadható felületek ütással, rúgással a láb és a test.

**Tilos:**

- Az *első menetben* a könyöktechnika, térdrúgás fejre, dobás, feszítés.
- KO erejű technika fejre.
- A *második menetben* a fejet támadni ütással, rúgással, hajlásiránnyal ellentétes dobások és a földtechnikák.
- A *harmadik menetben* a fejet támadni ütással, rúgással, felállni.

### **Kötelező felszerelés:**

- Mind három *menetben* használt gi felső, aminek az ujjá hossza az alkart is takarja.
- Kesztyű, szuszpenzor, fogvédő. lábfej és sípcsontvédő, gyerekeknél fejjvédő.

### **Light contact küzdelem: 1x2 perc.**

- Kick-box küzdelem combrúgással (16 év felett). A fej és láb KO tilos!

### **Kötelező védőfelszerelés:**

- 10 oz kesztyű, szuszpenzor, fogvédő, fej- és a lábfejjvédő.
- Rácsos, vagy plexis fejjvédő esetén a fogvédő nem kell
- Lányoknál: mély- és mellvédő ajánlott.
- Használható: sípcsont-, könyök védő

### **Knock Down küzdelem "B" szintű, teljes erejű küzdelem. 3 perc.**

#### Tilos:

- A fejet ütéssel és frontális rúgással támadni, a 30 másodpercen túli földharc, állásból 10 mp.- túli fogás.
- A test támadása könyök technikával fogás közben.
- Földön fekvésből visszatámadni, földön fekvőt támadni ütéssel, rúgással.

### **Kötelező védőfelszerelés:**

- szuszpenzor, fogvédő, sípcsont és teljes lábfejjvédő.
- Lányoknál keménybetétes mellvédő

### **Full contact „B”:** Teljes erejű küzdelem. **2x2perc.**

Tilos: A könyöktechnika és a térd rúgás fejre, a 10 másodpercen túli földharc, földön fekvésből visszatámadni, földön fekvőt támadni ütéssel, rúgással.

**Kötelező védőfelszerelés:** 10oz. kesztyű, szuszpenzor, fogvédő.

Junioroknál pluszban: fejjvédő, sípcsontvédő

### **Full contact „A”:** ( profi nevezőknek) **Menet idő: 3x2 perc 1 perces pihenőkkel**

#### **A küzdelem során alkalmazható technikák:**

- az érvényes találati felületre frontálisan, vagy körkörösén, az ököl elülső, kisujj felőli vagy kézhati részével végrehajtott ütések,
- az érvényes találati felületre egyenesen, vagy körkörösén, lefeszített lábfejjel, külső láb éllel, talppal, vagy lábujjpárnával végrehajtott rúgások,
- az érvényes találati felületre frontálisan, lefelé hatóan, vagy körkörösén bevitt könyökütések és térd rúgások, testre fogással, fejre fogás nélkül,
- fojtások és feszítések állva (a földön fekvő ellenféllel szemben is),
- a teljes dobás skála, letekerés, lerántás (kivéve az izületi hajlásiránnyal ellentétesen végrehajtott dobások),
- a földre levitt ellenfél támadása testre ütéssel, rúgással a bírói ítéletig max. két támadás erejéig.

A fojtásra és a feszítésre 5 másodperc idő áll rendelkezésre. A létrejött technika után újabb 5 másodperc idő van annak befejezésére, amit a bíró a felemelt kezén jelez. Amennyiben ennyi idő alatt nincs végrehajtván a technika, állásból folytatódik a küzdelem. A földre levitt ellenfél visszatámadhat bármely érvényes felületre ütéssel, rúgással, fogással is.



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

### **A küzdelem során tiltott technikák:**

- az ököl hüvelykujj felőli élével, tenyér részével végrehajtott ütések,
- a nyitott kéz ujjhegyével, külső-, belső élével, tenyér részével végrehajtott ütések,
- a csuklóval, alkarral, vagy vállal végrehajtott ütések,
- a fejelés,
- az ellenfélen végrehajtott bármilyen feszítés vagy fojtás - rántással vagy ütésszerűen végrehajtva,
- a leszorítás,
- a 10 másodpercen túli földtechnikák,

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

### **A mérkőzésen tiltott találati felület:**

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

### **A mérkőzés során tiltott akció:**

- bármely tiltott technika alkalmazása,
- bármely tiltott felület támadása,
- egyenes vonalú (mae-, yoko-, ushiro) rugótechnikával a fej arc részének támadása,
- a vezetőbíró „állj!” vezényszava utáni támadás indítása,
- kifordulás,
- menekülés, szándékos-, ok nélküli földre esés,
- az ökölvívó szorító köteleinek segédeszközként való felhasználása,
- beszéd, sportszerűtlen viselkedés (akár a segítők, vagy csapattársak részéről).

### **Védőfelszerelés**

A verseny során kötelező a használata:

- a védőkesztyűnek (csak 10 unciás),
- a fogvédőnek (kivéve a rácsos fejjvédőt használóknál),
- fiúknál, férfiaknál a szuszpenzornak (lágycvédőnek), nőknél a mellvédőnek,

**MMA – a World MMA Association versenyszabályzata alapján – [www.wmmaa.org](http://www.wmmaa.org)**

### **Indulási feltételek**

- Betöltött 18. életév.
- A 18 és 21 év közötti versenyzők kötelesek fejjvédőt használni.
- A jelentkezéshez feltétlen szükségesek minden versenyző számára:
  - **Orvosi igazolás (HIV, Hepatitis „B és C”)**
  - Egészségügyi biztosítás

### **Ruházat**

A versenyzőknek hosszú vagy rövid küzdő nadrágot kell viselniük (zárak, cipzárok és zsebek tiltottak)

A versenyzőknek mezítláb kell küzdeniük.

Tilos bármilyen testpolót, krémet vagy testolajat kenni a testre.

### **Védőfelszerelés**

Nyitott ujjú amatőr MMA gyakorló kesztyű 6 oz (6 uncia) nehéz, (kék vagy piros szalag vagy kötés használatával a csukló körül), fogvédőt, ágyékvédőt, kék vagy piros merev sípcsontvédő, melyet szintén kék vagy piros ragasztószalaggal a mérkőzés előtt rögzíteni kell a versenyzők lábán. Kesztyűt, sípcsontvédőt, fejjvédőt a WMAA Magyarország biztosítja. Ezeket kell kötelezően használni! Saját védőfelszerelés a fenti védőkre nem engedélyezett!

Saját belátása szerint a versenyző védősisakot is használhat.



## **A küzdelem időtartama, időjelzés**

Adott súlycsoportban 16 főnél nagyobb nevezés esetén 1X3 perc.

Legjobb 16 közötti selejtező küzdelmek: 2X 3 perc.

Döntő: 2X5 perc, döntetlen esetében 1X5 perc hosszabbítással.

Amennyiben a küzdelem ekkor is döntetlennel zárul, a nyertes az utolsó sikeres pontot elérő versenyző lesz.

A döntők két ötperces menetből állnak, egy 60 másodperces ülő pihenővel.

Az aktív földharc időtartamára nincs megkötés. Ha a bíró véleménye szerint a földön fekvő helyzetben nincs aktivitás, akkor a versenyzők figyelmeztetést kapnak, hogy mutassanak aktivitást és elindul egy 20 másodperces visszazámlálás, mely során a versenyzők még egy további figyelmeztetést kapnak. A 20 másodperc leteltével, amennyiben nem történt aktivitás, a versenyzőknek fel kell állniuk.

Amennyiben mindkét versenyző fekvő helyzetben van és a ringből való kiesés közelében vannak, a bíró figyelmezteti őket és megkéri őket, hogy ne mozogjanak. A versenyzőknek rögtön be kell fejezniük a harcot és vissza kell menniük a ring közepére, ahol fel kell venniük pontosan azt a pozíciót amelyben előzetesen elhelyezkedtek. Ezek után folytatják a küzdelmet a bíró utasítására.

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

Bármely technika és ütés alkalmazható, kivéve azok, melyeket kifejezetten tilt a Szabályzat.

Ütni és rúgni az ellenfél bármely testrészére lehet álló és fekvő helyzetben, kivéve azokra melyeket tilt a Szabályzat.

Rúgni fekvő helyzetben az álló helyzetű ellenfél bármely testrészére lehet, kivéve azokra melyeket tilt a Szabályzat.

Fejre rúgás térdel csak álló helyzetű harcban engedélyezett.

Fejre tartó ütések és alkari csapások engedélyezettek mind álló helyzetben mind fekvő helyzetben.

Fekvő helyzetben lévő ellenfelet csupán a testen, lábakon és karokon lehet megrúgni.

Emelés, földre vitel és dobás álló helyzetben és fekvő helyzetben is engedélyezett.

Feszítő fogások az ellenfél bármely kari és lábi ízületein (kivéve a Szabályzat által tiltott feszítő fogások), idegvégződésein, az inakon és izmokon engedélyezettek, mind álló, mind fekvő helyzetben.

Lekopogásra irányuló fogások engedélyezettek mind álló, mind fekvő helyzetben.

## **A küzdelem során tiltott technikák:**

Bármely féle ütés a lágyékra, nyakszirt lebonylyra, gerinc tájékra és nyakra, vagy a szem ujjakkal való nyomása tilos.

Feszítőfogás az ujjakra és kezekre tilos.

Ütések nyitott kesztyűvel, ujjakkal, nyitott tenyérrel, beleértve a kéz széleit tilos.

Az ellenfél fejére irányuló fejelés tilos.

Rúgások és térdelések a fekvő helyzetben lévő ellenfél fejére tilosak.

Ütések az ízületekre a természetes hajlási iránnyal ellentétesen tilos.

Az ellenfél szándékos fejre dobása tilos.

Bármely dobás, mely az ellenfél megsértésére irányul és nem az ellenfél földre vitelére tilos.

A földön fekvő fogásban lévő ellenfelet lefejelni tilos.

Tilos az ellenfelet szándékosan kidobni, vagy szándékosan kimászni a ringből.

Tilos karfogás nélküli nyakra fogással dobni.

Hajlítgatni és csavarni a nyakat, illetve kifejezetten a gerincre erőbehataást gyakorolni tilos.

Lekopogásra irányuló fogás ujjakkal az ellenfél torkán tilos.

Tilos az ellenfél légutait tenyérrel elzárni.

Karmolni, csípni és harapni tilos.

Tilos az ujjakkal az ellenfél természetes testnyílásaiba benyúlni.

Az ellenfél lágyékát és haját tilos megragadni.

Tilos az ellenfél arcára, nyakára és gerincére szándékosan nyomást gyakorolni sérülés okozása céljából.

Tilos az ellenfelet a bíró „Stop” jelzése után, illetve a bíró „Fight” jelzése előtt megtámadni.

Tilos az ellenfelet megtámadni, ha az a ringen kívül helyezkedik el. A versenyzőt ringen kívülnek minősítjük, ha gravitációs súlypontja vagy támaszlába a köteleken kívül helyezkedik el.

Tilos bármilyen lábbelit használni.

Tilos a küzdelem során passzivitást mutatni.

Tilos szándékosan eltávolítani a fogvédőt.

Tilos megragadni a ring köteleit, idegen tárgyakat használni.

Tilos figyelmen kívül hagyni a bíró utasításait.

Tilos a feszítőfogások során bármilyen üvöltést hallatni, az üvöltés lekopogásnak minősül.

További tiltott technika és eszköz amennyiben az egyik versenyző 21 év alatti:

Könyék csapás a fejre és nyakra tilos.

### **Találatok értékelése**

#### **DOBÁSOK:**

- Dobás a lábak szétválasztásával – 2 pont;
- Dobás-földre vitel – 1 pont;
- Dobás magasra emeléssel (mellkas magasság fölé) – 3 pont;

#### **CSAPÁS A FEJRE:**

- Álló helyzetben való ütés közvetlen találattal – 1 pont;
- Térdelés – 1 pont;
- Rúgás – 3 pont;
- Együttes találat – 1 pont mindkét versenyzőnek;

#### **ÜTÉS TESTRE ÉS LÁBAKRA:**

- Sérüléssel – 1 pont;
- Megkísérelt lekopogtatás és feszítőfogás – 2 pont;

#### **ÜTÉS FEKVŐ HELYZETBEN:**

- Fejre – 2 pont;
- Testre – 2 pont;

### **Büntetések**

A versenyző 1 pont levonást kap a szabálytalan megmozdulásért;

Helytelen vagy nem tisztességes cselekedetért a versenyzőt kizárják a küzdelemből;

Amennyiben a versenyző bármilyen hangot hallat miközben fogásban van (üvöltés, kiáltás) – vereséget hirdetnek a részére.

Agresszivitás: - Az álló helyzetben és fekvő helyzetben is domináló versenyzőt értékeli.

## **Submission**

### **Ruházat**

A versenyzők alul hosszú nadrágot, felül stílusnak megfelelő öltözéket (tradicionális, vagy bebújós gi felsőt ) kell, hogy viseljenek. Meztelen felsőtesttel versenyezni tilos! Öv használata kötelező (piros, kék öv) oldalszínnek megfelelően.

### **Védőfelszerelés**

A verseny során kötelező a használata:

- a fogvédőnek (kivéve a rácsos fejjvédőt használóknál),
- fiúknál, férfiaknál a szuszpenzornak (lágycsővédőnek), nőknél a mellvédőnek, kizárólag a ruha alatt viselve,

### **A küzdelem időtartama *1x3 perc futóidő lehet***

Egyenlő esetén egy extra menet adható ami 1x2 perc.

Az extramenet után a bírók döntése nem lehet döntetlen.

Az extramenet nem állásból kezdődik.

### **A küzdelem során alkalmazható technikák:**

[www.hungariankempo.hu](http://www.hungariankempo.hu)

[www.wmmaa.hu](http://www.wmmaa.hu)

- az érvényesen végrehajtott lábsöprések.
- érvényesen végrehajtott dobások és földre vitelek
- fojtások és feszítések (14 éves kortól)
- földharc

#### **A küzdelem során tiltott technikák:**

- tilos a versenyzőnek saját akaratából a hátára feküdni, ha a technika nem ezt követeli (passzív játéknak minősül)
- gerinc elleni támadás
- fojtások és feszítések a 14 éveskor alattiaknak.
- ütő, rugó technikák.

#### **A mérkőzés során tiltott akció:**

- bármely tiltott technika alkalmazása,
- bármely tiltott felület támadása,
- a vezetőbíró „állj!” vezényszava utáni támadás indítása,
- beszéd,
- sportszerűtlen viselkedés (akár a segítők, vagy csapattársak részéről),

#### **Találatok értékelése**

- lábsöprés és kis ívű dobás 1 pont
- nagy ívű dobás 2 pont
- leszorítás ami minimum 10 másodpercig tartva van 2 pont  
( a vezetőbíró ítéli meg, ha azonnali akciót kezdeményez belőle ütéssel – rúgással)
  - további pozíciók felvétele 2 pont (leszorítások)
  - minden fojtás és feszítés kísérlet további 1-1 pont

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

**További információ a szabályzatról a [www.hungariankempo.hu](http://www.hungariankempo.hu) és a [www.wmmaa.hu](http://www.wmmaa.hu) oldalunkon található.**

**Technikai értekezlet:** a verseny megkezdése előtt 20 perccel a csapatvezetőknek, a verseny főbírája által meghatározott helyen.

**Óvás:** max. 15 percen belül a verseny főbírájához írásban benyújtva.  
Díja 5000 Ft.

Sporttársi üdvözzel:

**Lovász Gábor**  
Magyar Kempo Szövetség  
Alelnök, Főszervező

**Budai Zsolt**  
Magyar Kempo Szövetség  
Főbíró



**Lacza Ádám Illés**  
Magyar Kempo Szövetség  
Elnöke, a verseny fővédnöke  
a WMAA magyarországi kizárólagos képviselője



[www.hungariankempo.hu](http://www.hungariankempo.hu)

[www.wmmaa.hu](http://www.wmmaa.hu)