



Rohács Norbert

Jótekonysági Emlékverseny

Grappling Gyakorló Verseny

kiírása

2010 szeptember 11.

Kossuth Lajos Általános Iskola tornacsarnoka
Hatvan, Kossuth tér 1.

Támogatók:

Hatvan város Polgármesteri hivatala
Magyar Ju Jitsu Szövetség



Rohács Norbert

Jótekonysági Emlékverseny

Grappling gyakorló verseny
2010 szeptember 11.

Kossuth Lajos Általános Iskola tornacsarnoka
Hatvan, Kossuth tér 1.

Versenykiírás

Kiíró, rendező: Hatvani Ju Jitsu dojo
Védnök, támogató: Hatvan város Polgármesteri Hivatala, Magyar Ju Jitsu Szövetség
Főbíró: sensei Fekete Sándor 1. dan
Versenyigazgató: sensei Kovács Gábor 1. dan
Helyszín: Kossuth Lajos Általános Iskola tornacsarnoka
3000, Hatvan, Kossuth tér 1.
Időpont: **2010. szeptember 11. szombat**
Megnyitó: **10.30-kor**

Versenyszámok

Grappling **Gi és NoGi**

Gyakorló verseny lévén a versenyzők a helyszínen lesznek csoportba osztva nem, életkor és súly alapján

Díjazás

Érem az első 3 helyezettnek, oklevél mindenkinek.

Nevezés

Nevezési díj: Nevezési díj és belépődíj nincs.
Jótekonysági verseny, melyen felajánlásokat várunk a versenyzőktől és a nézőktől Rohács Norbert családjá számára.

Nevezési határidő: A helyszínen 10 óráig.
A versenyzőknek egy évnél nem régebbi „Versenyezhet” igazolással és sportbiztosítással kell rendelkezniük.

Hatvan, 2010 szeptember 1.

Kovács Gábor

Ruházat, higiénia

- Fémbetét nélküli fog-, here- és ízületvédő használható.
- NoGi számban passzos póló és rövidnadrág a ruházat.
- Gi versenyszámban kötelező a tiszta ju jitsu edzőruha (kabát, öv, nadrág).
- Semmilyen (test)ékszer, csat sem használható.
- A hosszú haját gumival össze kell fogni! A körmöket rövidre kell vágni!

Lebonyolítás

- A tatami (pást) 6 x 6 méter zöld tatamiból. Körülötte 1 méter piros védősáv van.
- Fénykép és videófelvétel szabadon készíthető.
- A gyakorló versenyen a versenyzőket a helyszínen osztjuk csoportokba. A kiinduló beosztás az alábbi korosztályonként és súlycsoportonként, de ettől eltérhetünk, a cél a kb. 5-6 fős csoportok létrehozása.
- A gyakorló versenyen a cél a minél több gyakorlás, ezért körmérkőzéses rendszer van, egy csoporton belül mindenki küzd mindenkivel.

Kiinduló korosztályok, súlycsoportok

| Korosztály | Születési évek | Súlycsoportok | Menetidő |
|------------------|------------------|-------------------------------|----------|
| Gyermek | 2003, 2002, 2001 | 25 kg., 30, 35, 40, 40+ | 2 perc |
| Ifjúsági | 2000, 1999, 1998 | 35 kg., 41, 47, 53, 53+ | 3 perc |
| Junior | 1997, 1996, 1995 | 45 kg., 52, 59, 66, 66+ | 4 perc |
| Kadett | 1994, 1993, 1992 | 55 kg., 63, 71, 79, 79+ | 5 perc |
| Felnőtt | 1976 - 1991 | 65 kg., 75, 85, 95, 105, 105+ | 6 perc |
| Senior 40 | 1966 - 1975 | 65 kg., 75, 85, 95, 105, 105+ | 4 perc |
| Senior 50 | 1956 - 1965 | 65 kg., 75, 85, 95, 105, 105+ | 4 perc |
| Senior 60 | 1955 és előtte | 65 kg., 75, 85, 95, 105, 105+ | 4 perc |

A grappling küzdelem

- A grappling küzdelem állásból indul.
- **Ütés és rúgás** nem engedélyezett.
- **Fojtás és feszítés** engedélyezett kadett korosztálytól, az alatt pedig az alább részletezett korlátozásokkal. Fojtásért és feszítésért külön pontszám nem adható (csak mint a kontroll pozíció része), de alkalmazásával lekopogtatható az ellenfél.
 - Gyermek korosztályban nincs sem feszítés, sem fojtás,
 - Ifjúsági korosztályban engedélyezett a karfeszítés, nem engedélyezett a fojtás és a láb feszítése
 - Junior korosztályban engedélyezett a karfeszítés és a fojtás, nem engedélyezett a láb feszítése.

A győzelem, a hosszabítás

A küzdelem **megnyerhető** feladással, pontozással és az ellenfél leléptetésével. Ha nem volt sem lekopogtatás, sem leléptetés és a pontszám is egyenlő, akkor hosszabbítás, ahol a menetidő fele az elsőnek. A hosszabbítás előtt megnevezik a kedvezményezettet, ha nincs döntés, akkor a kedvezményezett győz.

Pontozás

Pont adható akciókért és reakciókért (a végrehajtónak), illetve büntetésből (az ellenfélnek).

Akciópontként 1-4 pontot lehet adni, mégpedig három területen:

a. dobásokért, földrevitelekért:

- Tiszta, nagyívű dobás: 3 vagy 4 pont
- Földrevitel, felismerhető dobással: 2 pont
- Minden egyéb (akár részleges) földrevitel, a guard-ba ugrás is: 1 pont

b. kontroll (teljes ellenőrzési) pozíció megszerzésért:

- egyoldalas, azaz ha a pozíciót elérő térdei az ellenfél egyik oldalán érik a talajt: 2 pont
- kétoldalas (mount), a két térd más és más oldalon éri a talajt: 3 pont
- ezek a pontszámok, ha az ellenfél szemben, vagy oldalt van, abban az esetben, ha a háta van a versenyző felé, 1 ponttal magasabb a pontszám (pl. back mount 4 pont)

c. kontroll pozíció megtartásáért (leszorítás)

- A pozíció tartásáért 10 (kadett alatt 5) mp-nként 1 pont jár
- 4 pont után ki kell engedni az ellenfelet és középütt állásból folytatni.

Reakció pontként 1 pont adható, ha kiszabadulunk olyan kontroll pozícióból, amelyért az ellenfelünk kapott pontot.

Büntetés pontot kapunk, ha megintik az ellenfelünket. Ez az intés súlyosságától, ismétlődésétől függően 1-2 pont lehet.

Korlátozások

További **technika korlátozások:**

- Tiltott az ellenfél földről felemelése után a földhöz ütése.
- Tiltott a torok, a gerinc, a lágyék támadása ütéssel, rúgással, a torok, lágyék nyomása, markolása.
- Tiltott a csípás, harapás, karmolás, hajhúzás, fejelés.
- Tiltott a kéz- és lábujjak feszítése, csavarása.
- Tiltott a gerincfeszítés (fej mellre lenyomása, dupla Nelson, Guillotin, konzervnyitó, gerinc hátra feszítése stb.) A Guillotin-szerű fojtás engedett, ha nem gerincfeszítés!
- A fojtásokat, feszítéseket nem szabad hirtelen mozdulattal rántani, időt kell adni a lekopogásra.
- Az ellenfél arcába (szemébe, orrába, szájába stb.) nyúlni tilos. Ugyancsak tilos az ellenfél száját, orrát befogni.
- Tilos a csavart és a forgásos kar- és lábvesztés.