



Rohács Norbert
Jótekonysági Emlékverseny
Grappling Gyakorló Verseny
kiírása

2010 szeptember 11.

Kossuth Lajos Általános Iskola tornacsarnoka
Hatvan, Kossuth tér 1.



Rohács Norbert

Jótkonysági Emlékverseny

Grappling gyakorló verseny
2010 szeptember 11.

Kossuth Lajos Általános Iskola tornacsarnoka
Hatvan, Kossuth tér 1.

Versenykiírás

Kiíró, rendező: Hatvani Ju Jitsu dojo és Polgármesteri Hivatal Hatvan
Védnök: 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.
Jótkonysági verseny, melyen felajánlásokat várunk a versenyzőktől és a nézőktől Rohács Norbert családja 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 körmérközéses 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 lábcsavart.