

SUBMISSION-WRESTLING

ADULTE

Cadet(te), Jr, Sr et vétéran

FRANÇAIS	ENGLISH
<p>Dans une rencontre au corps-à-corps de type COMBAT DE SOUMISSION comme son appellation l'indique le combat peut se terminer précocement par une « technique d'abandon ». Les techniques sont portées avec puissance et « stoppées » assez tôt par arbitre pour ne pas engendrer de blessure.</p> <p>DEUX DIVISIONS : En championnat, il n'y a pas de catégorie « novice », pour des raisons de sécurité un niveau technique minimum est requis</p> <ul style="list-style-type: none"> - Espoir : ceinture jaune à verte (moins de 5 victoires) - Élite : à partir de ceinture bleue (à partir de 5 victoires) 	<p>DIVISIONS:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Novice: yellow belt to green belt - Advanced: blue belt and more.
<p>CATÉGORIES D'ÂGE</p> <ul style="list-style-type: none"> . CADET(TE) : 14-15 ans . JUNIOR.1 : 16-17 ans . JUNIOR.2 : 18-20 ans . SENIOR (classe C, B, A) : 21-39 ans . VÉTÉRAN : 40-50 ans 	<p>DIVISIONS BY AGE</p> <ul style="list-style-type: none"> . CADET: 14-15yrs . JUNIOR.1: 16-17 . JUNIOR.2: 18-20 . ADULT (class C, B, A): 21-39 . VETERAN: 40-50
<p>CATÉGORIES DE POIDS</p> <ul style="list-style-type: none"> . CADET(TE) à JUNIOR.1 : De 5 en 5 kg <ul style="list-style-type: none"> - _50 à + 80 kg . JUNIOR.2 À VÉTÉRAN : De 10 en 10 kg <ul style="list-style-type: none"> - Féminine : _60, _70, + 70 kg - Masculin : _70, _80, + 80 kg 	<p>DIVISIONS BY WEIGHT</p> <ul style="list-style-type: none"> . CADET & JUNIOR.1: 5kg to 5kg <ul style="list-style-type: none"> - _50 à + 80 kg . ADULTS (junior.2/senior): <ul style="list-style-type: none"> - Female: _60, _70, + 70 kg - Male: _70, _80, + 80 kg
<p>TYPE DE RENCONTRE</p> <p>. TOUTES DIVISIONS :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Toutes les techniques de projection et balayage (sur le dos ou le côté), d'immobilisation (face, côté et dos) et de soumission sont autorisées (clé de bras et de jambe, étranglement, pression). <p>Attention : En cas de non-activité au sol durant 20 secondes le combat redémarre à distance en position debout.</p> <p>NATURE DE LA RENCONTRE</p> <ul style="list-style-type: none"> . CADET(TE)/VÉTÉRAN : PRÉCOMBAT <ul style="list-style-type: none"> - Les techniques sont engagées physiquement. Dès le marquage d'une technique de soumission, le combat est remporté. . JUNIOR.2/SENIOR : COMBAT <ul style="list-style-type: none"> - Les techniques sont engagées physiquement et le combat peut être gagné définitivement par une technique de soumission (principe du « point en or »). <p>N.B. : Pour des raisons de sécurité l'arbitre peut accorder une technique de soumission même si l'adversaire n'abandonne pas.</p>	<p>RULES</p> <p>. ALL DIVISIONS:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Legal techniques: all takedowns & sweeps are allowed. Controls (front, side and back control). All submissions are allowed in juniors/seniors/veterans divisions: locks (Ankle Lock, Arm Bar, Arm Lock, Heel Hook, Knee Bar, Leg Hook, Shoulder Lock, Key Lock, Wrist Lock), strangling (Anaconda Choke, Arm Triangle Choke, Bulldog Choke, Side choke, Rear Naked Choke). Warning: If there is not movement, activity on the floor, the fight begin again standing up <p>NATURE OF THE MEETING</p> <ul style="list-style-type: none"> . CADET/VETERAN: FIRST-FIGHT <ul style="list-style-type: none"> - The techniques are done with a physical engagement. The fight could be won finally by a technique of submission. . ADULTS (18-29yrs, 21-39yrs): FIGHT <ul style="list-style-type: none"> - Physical engagement and the fight could be won finally by a technique of submission.
<p>ÉQUIPEMENT ET PROTECTIONS</p> <p>. TOUTES DIVISIONS :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Short (MMA, cycliste ou boxe). Tee-shirt près du corps ou Rashguard. - Brassière ou tee-shirt pour féminines. <p>. Recommandé : protège-dents et coquille/garçon.</p> <p>. Autorisé : genouillère et chevillières. Bandeau de protection des oreilles.</p> <p>. Interdit : chaussures de lutte, huile corporelle et vaseline.</p>	<p>EQUIPMENT</p> <p>. ALL DIVISIONS:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Short. Rashguard. <p>. Mouthpiece and groin protection are recommended.</p> <p>. Permitted: protections for knees, ankles and ears.</p> <p>. Wrestling shoes are not allowed. No lubricants, oils, or lotions of any kind permitted of any part of the body or clothing.</p>

SUBMISSION-WRESTLING

ADULTE

Cadet(te), Jr, Sr et vétéran

<p>DURÉE DES RENCONTRES EN TOURNOI</p> <ul style="list-style-type: none"> . CADET(TE) : 2 x 1'30 . JUNIOR.1: 2 x 1'30 mn . JUNIOR.2: 2 x 2' mn . CLASSE C: 2 x 2 mn . CLASSE B: 2 x 3 mn – Finale 5' . CLASSE A: 3 x 3 mn – Finale 2 x 5' <p>Prolongation : 1 mn (avec point en or ou « mort subite »)</p>	<p>LENGTH OF MATCHES</p> <ul style="list-style-type: none"> . CADET: 2 x 1'30 . JUNIOR.1: 2 x 1'30 mn . JUNIOR.2: 2 x 2' mn . CLASSE C: 2 x 2 mn . CLASSE B: 2 x 3 mn – Finale 5' . CLASSE A: 3 x 3 mn – Finale 2 x 5' <p>Extra Round: 1 mn</p>
<p>POINTAGE</p> <p>.TOUTES DIVISIONS :</p> <p>Projections de la position debout</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tentative de projection = 1 pt - Déséquilibre avec contrôle immédiat (de côté ou autre) ou contrôle à partir de la position neutre = 3 pts - Projection de faible amplitude = 3 points - Projection de grande amplitude = 3 points <p>Contrôles au sol</p> <ul style="list-style-type: none"> - Contrôle avec pression du genou sur le ventre ou le plexus = 2 pts - Passer à travers la garde ouverte au sol = 2 pts - Position montée (à cheval sur l'adversaire) = 4 pts - Passage dans le dos et contrôle = 4 pts <p>Immobilisations au sol</p> <ul style="list-style-type: none"> - Immobilisation latérale (au minimum 3 s.) = 3 pts - Immobilisation totale (au minimum 3 s.) = 4 pts - Immobilisation arrière (au minimum 3 s.) = 5 pts <p>Dégagements au sol</p> <ul style="list-style-type: none"> - Echappée et retour à la position neutre = 1 pt - Renversement et sortie d'un contrôle efficace = 2 pts - Echappée et contrôle immédiat = 3 pts <p>Tentatives de soumission (debout ou sol)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tentative de clé ou d'étranglement = 1 pt - Mise en danger par une technique de soumission (au minimum 3 s.) = 3 pts <p>LE COMBAT EST DÉFINITIVEMENT GAGNÉ SI...</p> <p>. POUR TOUS LES ÂGES :</p> <ul style="list-style-type: none"> - L'adversaire effectue 4 sorties volontaires de tapis - L'adversaire refuse par 3 fois de combattre ou abandonne définitivement. <p>. CADET(TE) À SENIOR :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Abandon sur technique de soumission après avoir signalé par une tape sur l'adversaire ou au sol ou en criant (stop ou autre) ou signe du coach (ou arrêt de l'arbitre) <p>Décision : En cas de blessure involontaire le combat sera arrêté définitivement et les juges compteront les points pour accorder la victoire. En cas de blessure ne permettant de poursuivre le tournoi, l'adversaire sera repêché pour le tour suivant.</p>	<p>SCORING</p> <p>. ALL DIVISIONS:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Takedown or Throw = 2 points - Takedown into side control = 3 points - Sweep = 2 points - Pass opponent's guard = 3 points - Mounted position (Full Mount) = 4 points - Back Mount with Hooks in = 4 points - Reversal = 2 points - Attempt of throw and control = 1 point - Knee on belly or Knee on plexus = 2 points - Attempt of key or strangling = 1 point. <p>WINNER WITH :</p> <p>. ALL DIVISIONS:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 4 going out of the ring - 3 denials. <p>. SENIOR:</p> <ul style="list-style-type: none"> - By submission.
<p>TECHNIQUES INTERDITES</p> <p>Interdit pour TOUTES LES CATEGORIES : techniques de percussion, doigts dans les orifices naturels, tête en avant, clé de cou, clé de colonne vertébrale, clés de doigt et d'orteil, saisie de cheveux et d'oreille.</p> <p>Interdit chez les MINEURS (cadet et junior.1) : étranglement (Guillotine sans bras, Nelson sans bras, Peruvian neck-te, Shin-choke sans bras, Can-opener, Abdominal-stretch, Full-Nelson, Crusifix, Face-lock)</p>	<p>PROHIBITED ACTS</p> <p>No strikes, biting, eye gouging (includes chin to eye), head butting, small joint manipulation (finger or toe locks), hair pulling, or ear pulling.</p>

SUBMISSION-WRESTLING

ADULTE

Cadet(te), Jr, Sr et vétéran

SANCTIONS

- Chaque « faute grave » entraîne un avertissement officiel.
- Après le troisième avertissement, la quatrième faute = disqualification.
- Sortie volontaire de tapis : 4ème sortie = disqualification.
- Fautes principales : non-combat, sortie du tapis, discussion (combattant ou coach), faute technique (technique interdite).
- Disqualification directe : anti-jeu, gestes déplacés, grossièretés et absence de fair-play du combattant ou du coach.

PENALTY

- Referee will issue warnings for the 1st offence of stalling (i.e. backing out of the guard without engaging, no activity, fleeing the ring to avoid takedown or submission attempts). A 4th offence will result in a disqualification.
- No unsportsmanlike conduct allowed as observed by referee (includes spitting, use of foul language, obscene gestures, etc.). Warnings will be given for unsportsmanlike conduct. Repeat offenders will be disqualified.
- If a competitor flees the ring when a submission is locked in and the competitor is obviously fleeing to avoid submission, he or she will be automatically disqualified.