

# Regras submission fighting – adcc

O campeonato é em forma de torneio, onde apenas um vencedor avança para a próxima fase. Não há repescagem.

Kimonos ou sapatilhas são opcionais.

Os combates são realizados em tatames, ou tapetes propícios para o combate, e sua área compreende de preferência 9×9 m.

Se os lutadores saírem da área em posição de combate o juiz esperará a definição da mesma e dirá “Pare”, voltarão para o centro na mesma posição.

***Todas as posições deverão ser estabilizadas por 3 segundos.***

Será considerado vencedor:

- Se o oponente desistir batendo claramente com a mão ou com as pernas três vezes, verbalmente (Desisto, Matê ou Parou), ou desmaiar proveniente de um golpe legal.
- Se árbitro notar que o competidor estiver em perigo, não conseguir bater ou estiver com a vida em perigo, o mesmo tem a prerrogativa de interferir declarando o vencedor.
- ***Se o competidor violar as regras duas vezes, o mesmo será desclassificado pelos juízes.***

Vencendo por:

- Finalização
- Pontos
- Decisão dos árbitros

Tempo de Luta:

– Classificatórias \* = 6 Minutos / 3 minutos de overtime (prorrogação) se houver empate no tempo regulamentar (Haverá apenas 1 Overtime)

– Final \*\* = 8 Minutos / 4 minutos de overtime (prorrogação) se houver empate no tempo regulamentar (Haverá apenas 1 Overtime)

\*Nas classificatórias (6 min), os primeiros 3 minutos não contarão pontos (negativos ou positivos). A contagem dos pontos se iniciará depois dos 3 primeiros minutos onde o árbitro avisará os competidores com o comando “PONTOS”.

\*\*FINAL (8 min), nos primeiros minutos não haverá pontos positivos, mas os pontos negativos começarão desde o início do combate até o fim. Os pontos positivos serão contados após os 4 primeiros minutos com o mesmo comando de “PONTOS”.

Obs: Nos Overtimes (Prorrogação) os pontos negativos e positivos valerão desde o começo do mesmo.

Técnicas LEGAIS:

- Qualquer tipo de estrangulamento ( exceto pegada em forma de garra na traquéia ou usar vestimentas para realizar o estrangulamento)
- Qualquer tipo de chave de braço, omoplata e chave de punho( “mão de vaca”)
- Qualquer tipo de chave de joelho ou calcanhar
- “Bate estaca” será permitido apenas para prevenir finalizações( posição deve estar totalmente encaixada) e dentro da área de luta. Em outros casos o mesmo é proibido.

Técnicas Ilegais:

- “Full Nelson” e “Crucifixo”
- Golpes traumáticos (chutes, socos, joelhadas, cotoveladas....)
- Dedo no olhos ou dentro da boca
- Agarrar a orelha

- Puxar cabelo
- Agarrar menos de 4 dedos
- Arranhar
- Morder
- Golpes baixos
- Mãos, cotovelos ou joelho na face
- Substâncias escorregadias na roupa ou no corpo

Pontos( Pontos Positivos ):

– As posições devem ser estabilizadas por 3 segundos ou mais e estar fora de uma posição de finalização encaixada para que os pontos sejam validados.

- Queda limpa (queda com a guarda passada) = 4 pontos
- Raspagem limpa (raspagem com a guarda passada) = 4 pontos
- Passagem de guarda = 3 pontos
- Montada nas costas ou pegada nas costas = 3 pontos
- Quedas (dentro da guarda ou meia guarda) = 2 pontos
- Montada= 2 points
- Raspagem ( dentro da guarda ou meia guarda) = 2 points
- Joelho na barriga=2 points

-É considerado raspagem quando os 2 competidores estiverem frente a frente (face to face) e trocam de posição de baixo para cima e estabilizar por 3 segundos ou mais.

-INVERSÕES serão consideradas como raspagem.

-Quando a troca de posição é constante entre os competidores, os pontos serão contabilizados para aquele que terminar a posição por cima e estabilizar por 3 segundos ou mais.

-Toda raspagem deverá ser realizada em um único movimento.

-Os pontos da raspagem serão validados se o competidor iniciar o movimento, se estiver com uma posição de finalização encaixada e o mesmo realizar a raspagem os pontos não serão validados (mesmo se a posição de finalização soltar).

-Os pontos não são acumulativos. Ex: Se o competidor passar a guarda indo direto para montada, só será validado a passagem de guarda.

Pontos negativos:

- Quando o competidor voluntariamente puxar para a guarda ou ir para posição em pé para a posição sentada e permanecer por baixo por 3 segundos ou mais, ele será punido com menos 1 ponto.
- Quando o competidor não estiver com contato efetivo e começar a andar para trás ou evitar o combate será punido com menos 1 ponto.
- O competidor passivo será avisado DUAS vezes , a partir da segunda será punido com menos 1 ponto. O árbitro irá advertir o competidor passivo com as palavras “PASSIVIDADE AZUL (OU VERMELHO) a partir do segundo aviso se o mesmo permanecer passivo será punido com menos 1 ponto sem qualquer aviso do árbitro central.
- Se o competidor estiver muito passivo durante a primeira metade do combate (qualificatórias, onde não há pontos positivos ou negativos ainda) e ainda continuar evitando o combate e receber mais que duas advertências, o mesmo começará na segunda metade do combate com menos 1 ponto.
- Se dois lutadores da mesma equipe estiverem fazendo uma luta onde não há combatividade os dois serão desclassificados do torneio.

## REGRAS DO ADCC PARA AS CATEGORIAS INICIANTE E INTERMEDIÁRIO

Os pontos positivos para todas as categorias seguem a mesma regra. A diferença para as categorias citadas serão as técnicas ilegais e o tempo de luta.

## TÉCNICAS ILEGAIS INICIANTES

- Bate- estava
- Forçar cervical (can opener ou guilhotina invertida)
- Crucifixo
- Full Nelson
- Mata leão de frente
- Ezequiel
- Torção da coluna (Twister)
- Chave de calcanhar
- Americana no pé
- Chave de joelho
- Chave de pé que torça o joelho
- Pegada crossface ou estrangular com crossface
- Chave de biceps
- Chave de panturrilha
- Chave de virilha
- Segurar menos que com 4 dedos
- Os árbitros poderão interromper o combate se perceber que o competidor corre riscos mesmo que o mesmo ainda não tenha desistido.

## Tempo de luta INICIANTES

Classificatórias – 5 minutos, onde nos primeiros 2 minutos não haverá contagem de pontos positivos ou negativos. A contagem de pontos será após os 2 primeiros minutos, no caso de empate haverá apenas 1 OVERTIME(Prorrogação) de 2 minutos que valerá pontos positivos e negativos desde o começo do mesmo.

Final- 6 minutos, onde nos primeiros 3 minutos não haverá pontos positivos, os PONTOS NEGATIVOS serão validados desde o começo, Os pontos positivos serão validados após os primeiros 3 minutos de combate, no caso de empate haverá apenas 1 OVERTIME (Prorrogação) de 3 minutos onde os pontos positivos e negativos valerão desde o começo.

## TÉCNICAS ILEGAIS PARA INTERMEDIÁRIO

- Bate estaca
- Forçar cervical( guilhotina de frente ou can opener)
- Crucifixo
- Full Nelson
- Pegada crossface ou estrangulamento crossface
- Chave de calcanhar
- Americana no pé
- Chave de pé que torça o joelho

## Tempo de luta para INTERMEDIÁRIO

SERÁ O MESMO QUE O PROFISSIONAL.