

Keppnisreglur fyrir Unbroken deildina

1. Keppnisreglur

- Glímulengd er 6 mínútur

Það er hægt að vinna glímu með eftirfarandi hætti:

- Með því að fá mótherja til þess að gefast upp munnlega eða með því að slá út áður en keppnistími líður (tapout).
- Ef að annar keppandi verður ófær um að halda gímu áfram sökum meiðsla eða meðvitundarleysis þá telst hinn keppandinn sigurvegari.
- Ef að hvorugur keppandi hefur gefist upp eftir að keppnistíma líður þá sigrar sá keppandi sem hefur fleiri stig samkvæmt stigagjöf. Einungis refsistig eru gefin og því sigrar sá sem er með færri refsistig. Ef hvorugur keppandi hefur hlotið refsistig er glíman dæmd jafntefli og báðir keppendur fá eitt (1) stig í deildinni.
- Markmið glímunnar er að ná að sigra með uppgjöf andstæðings.
- Sigur með uppgjafartaki gefur þrjú (3) stig í deildinni.
- Keppandi má draga andstæðing sinn með sér í gólfið þó að hann sé ekki að reyna að framkvæma lástilaun í þeirri hreyfingu (pulling guard).
- Keppandinn sem reynir að draga andstæðing sinn í gólfið verður að hafa grip á andstæðingi.
- Ef að keppandinn sem er að reyna að draga andstæðing sinn í gólfið missir grip á andstæðing sínum þá er það val standandi keppanda hvort að hann sækir á keppandann sem er kominn í gólfstöðu eða hörfi frá. Ef að standandi keppandi hörfar frá þá gefur vallardómari andstæðing í gólfi merki um að standa upp.

2. Refsingar vallardómara

- Dómara er heimilt að gefa refsistig fyrir aðgerðarleysi sé keppandi vísitandi ekki að sækja eða að forðast glímuna. Dómari skal gefa tvær (2) viðvaranir áður en keppandi fær refsistig fyrir aðgerðarleysi.
- Aðgerðarleysi getur bæði átt við keppanda sem er í ráðandi stöðu og keppanda sem er undir.
- Ef keppandi er aðgerðarlaus og gerir enga tilraun til að sækja til sigurs eða betrubæta stöðu sína fær hann viðvörun.
- Refsing er veitt ef að keppandi neitar að fara eftir fyrirmælum dómara.
- Vallardómari getur í samráði við borðdómara vísað keppanda úr keppni eða endað glímu og lýst yfir sigurvegara þegar að hann telur þörf á því.
- Ef að keppandi fær dæmt á sig refsistig þá er einu almennu stigi bætt við stigagjöf andstæðings hans.
- Ákvarðanir dómara eru endanlegar, óeðlileg afskipti af dómara er hægt að refsast með því að vísa keppanda endanlega úr keppni í samráði við borðdómara og mótsstjóra.
- Óeðlileg afskipti áhorfenda af dómara vegna ákvarðana er hægt að refsast með því að vísa þeim áhorfenda úr húsi í samráði við vallardómara og mótsstjóra.
- Ef að vallardómari telur að keppandi sé að reyna að færa glímu vísitandi utanvallar til að komast í betri stöðu þá fær sá keppandi refsistig.
- Ef að vallardómari telur að keppandi sé að reyna að færa glímu vísitandi utanvallar til að komast hjá því að lenda í lás þá telst sá keppandi hafa tapað glímu.

3. Ef glíma færast utanvallar

- Ef að keppendur enda utanvallar á meðan báðir eru standandi þá skal færa glímuna aftur í upphafstöðu og hefja glímuna á ný í standandi stöðu.

- Ef að keppendur eru komnir út af vellinum skal gera hlé á glímunni (klukka stöðvuð) og keppendur eru færðir inn á völlinn og hefja aftur glímu úr sömu stöðu.
- Ef keppendur eru í stöðuhreyfingum (scrambling) og hvorugur hefur náð stöðunni þegar glíman fer út fyrir völlinn skal hefja glímu aftur standandi á miðjum velli.
- Ef keppendur fara út fyrir völlinn á meðan uppgjafartaki er beitt skal stöðva glímuna og byrja glímuna aftur í sömu stöðu (með uppgjafartakið) á miðjum velli.

4. Leyfileg brögð

Úrvalsdeild

- Öll svæfingartök án fatnaðar.
- Allir lásar, handarlásar, úlnliðslásar og axlarlásar.
- Allir fótalásar, bæði beinir og snúandi (straight-ankle lock, kneebar, toe-hold, heel-hook, calf-slicer/crusher).

Byrjendadeild

- Öll svæfingartök án fatnaðar.
- Allir handarlásar, úlnliðslásar og axlarlásar.
- Beinir fótalásar (straight-ankle lock, kneebar). Snúandi fótalásar og calf-slicer er bannað í byrjendadeild en reap er leyfilegt.
- Það má ekki reyna að snúa háls í óþægilega stöðu (neck-crank).
- Það má ekki framkvæma lás eða bragð sem snýr upp á hryggjaliði (t.d. Twister).
- Það má ekki halda fyrir munn með lófa.

5. Óleyfileg brögð

Það má ekki kýla, sparka, bíta eða pota í líkamsop andstæðings.

Það má ekki rífa í hár.

Það má ekki fara í scissor takedown.

Það má ekki hoppa í closed guard (en fljúgandi triangle eða armbar er leyfilegt).

Það má ekki pota í sár eða vísvitandi valda skaða.

Það má ekki lyfta manni í loftið sem liggur fyrir á gólfi og skella honum í gólfið.

Ef gripið er í fingur þá verður að grípa í að minnsta kosti þrjá samliggjandi fingur í einu það má ekki vísvitandi snúa upp á eða beygla aftur fingur og/eða tær.

- Fari keppandi í óleyfilegt bragð verður hann dæmdur úr leik.
- Það má vera að ofangreindur listi sé ekki tæmandi og því skal spyrja út í vafamál með hvort brögð séu leyfileg eða óleyfileg á fundi sem er haldinn á mótsdegi fyrir upphaf móts. Það er einnig hægt að koma slíkum spurningum til mótshaldara eða dómara fyrir keppnisdag.
- Mótshaldarar áskilja sér þann rétt til að banna ákveðin brögð þó þau hafi ekki verið tilgreind fyrir upphaf móts.
- Það er ítrekað að keppendur skuli ávallt sína af sér íþróttamannslega hegðun.
- Ef að dómari telur að keppandi hafi vísvitandi reynt að stofna til líkamsskaða á öðrum keppanda þá mun þeim keppanda vera umsvifalaust vísað úr keppni.

6. Deildarfyrirkomulag

- Öllum þyngdarflokki er skipt í byrjendadeild (0-2 ára reynsla) og úrvalsdeild.
- Allir keppa við alla í sínum þyngdarflokki og er glímunum dreift yfir á þrjá keppnisdaga.

- Í fámennum þyngdarflokkum verður ýmist tvöföld eða þreföld umferð.
- 3 stig fást í deildinni með sigri. Hægt er að sigra með uppgjafartaki og stigum ef annar keppandi fær refsstig. 3 stig fást líka ef annar keppandinn mætir ekki í glímuna.
- Allir keppendur þurfa að ná vigt í sínum flokki á hverjum keppnisdegi. Nái keppandi ekki vigt getur hann ekki keppt þann keppnisdag en er áfram gjaldgengur á öðrum keppnisdögum svo lengi sem keppandi nær vigt þá daga.
- Allir keppendur sem ná vigt fá sjálfkrafa eitt stig í deildinni.