

# **Berliner Grappling Regelwerk**

**5. Auflage**

31.01.2010

Glaeser, Frank

# Inhaltsverzeichnis

Grappling Regelwerk .....	3
Einleitung .....	3
Kampffläche .....	3
Ziel des Kampfes .....	3
Kampfbekleidung .....	3
Kampfzeiten .....	4
Erlaubte Techniken .....	4
Verbotene Techniken .....	4
Sonderregelung .....	5
Wertungen .....	5
Verwarnungen .....	5
Aufgabe eines Kämpfers .....	6
Trainer und Betreuer .....	6
Besondere Situationen .....	6
Ermittlung des Siegers .....	7
Hinweise .....	7

  
www.frank-glaeser.de

# Grapping Regelwerk

## Einleitung

Jede Technik soll in fairer Sportlichkeit, mit Rücksicht auf körperliche und geistige Unversehrtheit sowohl von sich selbst, als auch des Gegners angewendet werden.

## Kampffläche

Die Matte beinhaltet einen Bereich von 7x7 Metern, eine Abgrenzung von 1 Meter und eine Sicherheitszone von 1 Meter. Die Matte und die Abgrenzung sind verschiedenfarbig (vorzugsweise grün für die Matte und rot für die Abgrenzung).

## Ziel des Kampfes

Das Ziel ist der Bodenkampf und die Aufgabe des Gegners.

Achtung: Zu jeder Zeit muss Kraft stufenweise eingesetzt werden. Exzessive Anwendung von Kraft in jeglicher Technik zieht sofortige Disqualifikation nach sich! Der Kampfrichter hat das Recht, den Kampf zu stoppen, wenn er glaubt, dass einer der Kämpfer in Gefahr ist.

## Kampfbekleidung

### **Turniere mit Gi:**

Der Gi besteht aus einer reißfesten Jacke (Kimono) und einer reißfesten Hose (Tsubon). Die Jacke wird durch den Gürtel (Obi), welcher ausschließlich vom Veranstalter gestellt wird, verschlossen. Die Gürtel werden in den Farben rot und weiß bereit gestellt und dienen der Unterscheidung der Kämpfer. Die Jacke und die Hose sollten maximal 10 cm vor den Handgelenken bzw. vor den Fußgelenken enden. Jedem Kämpfer steht es frei unter dem Kimono ein T-Shirt oder ähnliches zutragen.

### **Turniere ohne Gi:**

Die Kämpfer dürfen kurze oder lange Hosen tragen. Die Hosen haben keine Taschen und sind nicht umgeschlagen.

Weiblichen Kämpfern ist das Tragen eines Shirts vorgeschrieben. Männlichen Kämpfern ist es gestattet mit oder ohne Shirt zu kämpfen. **Das Shirt, welches der/ die Kämpfer/ in trägt muss eng anliegen, vorzugsweise sollte ein Rushguard verwendet werden.**

### **Grundsätzliche Kleidungsvorgabe**

Das Tragen von Schuhen, Schmuck oder anderen Gegenständen, welche nicht ausdrücklich erlaubt sind, ist untersagt. Die Kleidung darf keine metallischen Gegenstände beinhalten. Das Auftragen von gleitenden oder stark reizenden Substanzen ist weder auf der Kleidung noch auf der Haut gestattet. Unterleibsschutz, Mundschutz, Knieschoner und Ohrenschützer dürfen getragen werden. Bandagen dürfen nur auf Anraten des verantwortlichen Sanitäters oder eines Arztes angelegt werden.

### **Kampfzeiten**

U14 1 x 3 min

U16 1 x 4 min

U18 1 x 6 min

Senioren 1 x 7 min

Alle Kämpfer bis zu Altersklasse 16 kämpfen nur eine Runde. Der Sieger in der Altersklasse bis U16 wird aufgrund seiner Dominanz und Überlegenheit ermittelt.

### **Erlaubte Techniken**

Alle Handgelenk-, Arm-, Ellenbogen-, Schulter-, Knie-, Beinhebel, Aufgabehaltegriffe, **Toehold** (Kreuzgriff am Fußgelenk) sind zugelassen. Alle Würgegriffe mit Arm oder Beinen und Take Down sind zulässig, werden aber in der Hauptrunde nicht gewertet. Alle Würgegriffe mit Arm oder Beinen sind zulässig.

### **Verbotene Techniken**

Jede Art von Schlagen oder Treten, Kopfstöße, Beißen, Augenstiche, Haare ziehen, Griffe in den Unterleib oder in die Gesichtsmaske des Gegners sowie Würger mit den Fingern sind verboten. Das Greifen in die Finger oder Zehen, in die Kleidung beim No Gi, an den Kehlkopf sowie das Sprechen während des Kampfes ist untersagt. Das Ausführen eines Take Down aus einer Verriegelung oder einem Würgegriff ist nicht zulässig. Exzessive Kraftanwendung ist verboten. Slammen des Gegners aus

dem Stand ist verboten. Bodytwister, welche die Wirbelsäule des Kämpfers verdrehen, sowie Take Downs die den Gegner auf den Kopf oder Nacken stellen sind verboten. Außerdem ist beim Grappling mit Gi das Würgen mit dem Gürtel (Obi) verboten. **Genickhebel sind verboten (z. B. Cannopener, Kruzifix, Cobra). Damit sind Griffe (Genickhebel) am Hals des Gegners nur noch mit Einschluss eines Armes möglich. Eine Ausnahme ist, wenn der Kopf des Gegners (sofern kein Arm mit eingeschlossen) seitlich am Körper des ausführenden Kämpfers ist.**

**Achtung: Absichtliches Ausführen einer verbotenen Handlung, führt zur sofortigen Disqualifikation!**

### **Sonderregelung**

Hebt ein Kämpfer, der auf den Füßen steht, seinen Gegner aus dem Bodenkampf in Höhe seiner Hüfte aus, so wird der Kampf gestoppt und im Stand fortgesetzt. Kann ein Kämpfer der in einem Ko System kämpft nicht mehr weiter am Turnier teilnehmen, so nimmt der letzte Gegner dieses Kämpfers seinen Platz ein (Lucky-Loser-Regel).

### **Wertungen**

In der Hauptrunde werden keine Wertungen für Take Downs oder Positionen vergeben. Nur in der Nachkampfzeit wird ein Punkt (Golden Score Wertung) vergeben:

- 1 Punkt für Mount-, Backmount- Position (eingehakte Beine)
- 1 Punkt für Take Down (egal wie gut er ausgeführt wurde).

### **Verwarnungen**

Das Ausführen einer verbotenen Technik, unsportliches Verhalten, passives Kämpfen und sprechen während des Kampfes führen zu einer Ermahnung. Es wird nur einmal ermahnt, jeder weitere Verstoß wird durch Punktabzug geahndet. Ein Punktabzug wirkt sich als positive Wertung für den Gegner aus und wird nach jeder Runde ausgewertet. Ein Kämpfer darf so lange in einer überlegenden Position bleiben, solange es eindeutig ist, dass er die Aufgabe anstrebt. Wenn der Kämpfer

keine Aufgabe anstrebt und sich auszuruhen scheint gibt der Schiedsrichter das Kommando „work“ (Kämpft), danach erfolgt die Ermahnung und der Punktabzug

## **Aufgabe eines Kämpfers**

Ein Kämpfer der nicht mehr in Lage ist den Kampf fortzuführen, kann dies durch Abklopfen (Tapout) oder durch „STOP“ sagen dem Gegner und dem Kampfrichter deutlich machen. Der Kampf ist dann sofort beendet. Schreien (vor Schmerzen) wird als Tapout gewertet. Der Trainer kann seinen Kämpfer aus dem Kampf nehmen, indem er ein Handtuch in die Matte wirft, der Kampf ist dann sofort beendet.

## **Trainer und Betreuer**

Jeder Kämpfer muss durch einen Trainer/Betreuer begleitet werden. Der Trainer/Betreuer muss die Wettkampfbregeln kennen. Es ist jeweils nur ein Trainer/Betreuer pro Kämpfer erlaubt. Der Trainer hat sich während des Kampfes außerhalb der Mattenfläche, auf der Seite, von der sein Kämpfer die Matte betritt, aufzuhalten. Es ist ihm erlaubt seinem Kämpfer durch Gesten oder Worte Instruktionen zu erteilen. Falls er seinen Kämpfer aus dem Kampf herausnehmen möchte, kann er das durch das Werfen eines Handtuches in den Mattenbereich tun. Sollte der Trainer/ Betreuer sich ungebührlich verhalten wird er formal verwarnt. Für den Fall ernsthafter Vergehen, wie beispielsweise Aufforderung zum Verletzen des Gegners, Beleidigung der Schiedsrichter usw. kann der Trainer/ Betreuer sofort ausgeschlossen werden und mit ihm sein gesamtes Team für den gesamten Wettbewerb.

**Trainer haben ihre Sportler zu sportlich fairen Verhalten zu animieren und sich auch so zu benehmen.**

## **Besondere Situationen**

Verlassen die Kämpfer beim Kampf am Boden die Mattenfläche und befinden sich die Kämpfer in einer Position mit Überlegenheit, gibt der Schiedsrichter das Kommando „freeze“ (die Kämpfer dürfen sich nicht bewegen), und die Kämpfer werden in die Mitte der Kampffläche gezogen. Sind die Kämpfer zu schwer um gezogen zu werden, wird unterbrochen und der Kampf in der gleichen Position in der Mitte der Kampffläche wieder aufgenommen. Verlassen die Kämpfer in einer Position ohne Überlegenheit die Kampffläche, stoppt der Kampfrichter die Zeit und lässt die Kämpfer in der Mattenmitte aus stehender Position weiterkämpfen.

## **Ermittlung des Siegers**

Der Kämpfer kann in der Hauptrunde nur durch Aufgabe oder durch Disqualifikation seines Gegners gewinnen. Schafft es keiner der Kontrahenten in der Hauptrunde seinen Gegner zur Aufgabe zu zwingen, wird der Kampf unterbrochen, die Kämpfer stellen sich gegenüber und es beginnt eine 2-minütige Nachkampfzeit. In dieser Nachkampfzeit werden Punkte vergeben:

- 1 Punkt für Mount-, Backmount- Position (eingehakte Beine)
- 1 Punkt für Take Down (egal wie gut er ausgeführt wurde).

Wer den ersten Punkt erzielt ist der Sieger und die Kampfzeit ist beendet. Sollte auch in der Nachkampfzeit kein Sieger feststehen, so wird dieser durch Kampfrichterentscheid (Hantei) festgelegt. Dominanz (kämpferische Aggressivität) und Überlegenheit (Cross- oder North / South-Position) sind die Hauptkriterien des Kampfrichters.

## **Hinweise**

Es ist jedem erlaubt in höheren Gewichtsklassen zu starten. Für den Fall das nicht genügend Kämpfer in einer Gewichtsklasse zur Verfügung stehen, ist es möglich Gewichtsklassen zusammen zulegen. Sollten Situationen entstehen die in diesem Regelwerk nicht beschrieben sind, so erfolgt eine Entscheidung vom Kampfgericht. Die allgemeinen Budo-Verhaltensregeln gelten auch für diesen Wettkampf. Weibliche Kämpfer haben ein schriftliches Ehrenwort über eine Nichtschwangerschaft abzugeben. Diese Erklärung ist vor dem Wettkampf abzugeben. Teilnehmer und Trainer haben zwei Stunden vor dem Wettkampf für Kontrollen und Wiegen vor Ort zu sein. Falls ein Kämpfer direkt nach einem Wettkampf einen weiteren Wettkampf hat, so wird ihm eine Pause von mindestens 10 min. erlaubt.