**GRAPPLING**

**ГРЭППЛИНГ**

**(правила для Чемпионатов Мира)**

**ВЗВЕШИВАНИЕ**

Взвешивание проводится только в день соревнований в помещении возле спортивного зала, где будет проводиться Чемпионат Мира. Во время взвешивания спортсмены должны надевать рашгард или футболку и шорты, используемые при соревновании без Gi. Спортсмены могут прикинуть вес, при необходимости несколько раз. Допуск не разрешается. При превышении веса спортсмен должен его согнать к моменту официального взвешивания. Если вес не соответствует категории на момент окончания официального взвешивания, спортсмен дисквалифицируется.

Все спортсмены должны показать официальный документ, удостоверяющий личность и возраст. Если спортсмен пытается заявиться в возрастной категории, меньше чем есть на самом деле, автоматически дисквалифицируется.

Все спортсмены участвуют в соревнованиях добровольно и несут всю ответственность за последствия.

**ВОЗРАСТНЫЕ КАТЕГОРИИ**

К участию в Чемпионате Мира допускаются спортсмены с 18 лет. Верхнего предела нет при наличии медицинской справки и подтверждения квалификации. Для несовершеннолетних требуется разрешение от родителей.

**ВЕСОВЫЕ КАТЕГОРИИ**

Мужчины: 60,000, -65,000 kg, -71,000 kg, -78,000 kg, 856,000 kg, -95,000, + 95 .

Женщины: -50,000 kg, -55,000 kg , -61,000 kg, -68,000 kg , +68,000 kg

**ФОРМА ОДЕЖДЫ**

Спортсмены должны выходить на мат в шортах и/или коротких или длинных леггинсах и рашгарде. Шорты не должны иметь пуговиц, замков-молний и карманов так как это противоречит правилам безопасности в ходе проведения соревнований. Рашгард должен быть облегающим. Единственное разрешенное средство защиты – это капа. Использование обуви и/или ракушки запрещено.

Категорически запрещено использование любых смазывающих веществ. Разрешается бинтовать пальцы, запястья и щиколотки, но без скотча. Волосы и кожа спортсменов должна быть чистой, без жира, спортсмены не должны быть потными, когда они выходят на мат. Во время поединка рефери в любой момент может попросить спортсменов вытереть пот. Если спортсмен вышел на мат в не соответствующем правилам виде, ему дают 2 минуты, чтобы он привел себя в порядок. Если он делает этого, победу отдают сопернику.

**ВЫХОД ЗА ПРЕДЕЛЫ ЗОНЫ ПОЕДИНКА**

Если один или оба спортсмена выходят за пределы татами, будучи в стойке, рефери возвращает их в середину татами, где они снова начинают поединок в стойке. Если один или оба спортсмена выходят за пределы татами, будучи в партере, рефери возвращает их в центр, где они возобновляют поединок в том же положении.

Бросок, который начинается в зоне проведения поединка, а заканчивается за его пределами, считается действительным.

Болевой прием, который начинается в зоне проведения поединка, продолжается даже при выходе спортсменов из этой зоны в течение максимум 5 секунд. После этого рефери возобновляет поединок в центре в стойке. Если при выполнении болевого приема один из спортсменов находится в позиции, которая дает ему возможность заработать очки, применяется аналогичное правило, но поединок возобновляется в том же положении.

ЗАПРЕЩЕН СЛЭМ (внезапное короткое и мощное опрокидывание соперника во время применения рычага или удушающего)

**Технические действия и позиции, за которые присуждаются очки**

В партере доминирующими позициями считаются те, за которые присуждают очки. Таких позиций четыре: «колено на животе», удержание сбоку («сайд маунт»), удержание сверху («фул маунт»), удержание со спины («бэк маунт»). Не доминирующие позиции – это те, за которые очки не присуждаются (наример, ГАРД/защита, полузащита и пр.). Чтобы получить очки, нужно продержаться в доминирующей позиции не менее 3 сек.

Чтобы поощрить стремление закончить поединок болевым приемом, очки за доминирующие позиции даются по системе прогрессии, предусматривающей последовательное повышение уровня доминирующей позиции. Прогрессия доминирующих позиций, позволяющая заработать очки, такова: «колено на животе» - «сайд маунт» - «фул маунт» - «бэк маунт».

В соответствии с системой прогрессии после того, как спортсмен получил очки за доминирующую позицию, он не может заработать очки за ту же самую доминирующую позицию или за другую доминирующую позицию низшей категории. Вначале ему нужно возвратить счет доминирующих позиций в исходное положение («сбросить счетчик»). Счет доминирующих позиций возвращается в исходное положение когда спортсмен теряет доминирующую позицию, а его соперник занимает на 3 секунды или дольше позицию ГАРД или какую-либо нейтральную позицию.

**ВЫСТАВЛЕНИЕ ОЧКОВ**

За переворот даются 2 очка. Он должен быть выполнен как прием атаки, за него не даются очки, если его выполняет спортсмен в положении из-под соперника с целью возвращения в доминирующую позицию, в то время как его соперник занимает доминирующую позицию «маунт» или «сайд маунт» либо в других подобных случаях. Переворот считается эффективным, если он фиксируется в течение 3 секунд.

Если после переворота спортсмен занимает доминирующую позицию и удерживает ее 3 секунды, ему присуждаются очки. Если спортсмен начинает выполнять переворот с невыгодной позиции (когда его соперник занимает позицию «сайд маунт», «колено на животе», «фул маунт», «бэк маунт») и в результате переворота переходит в доминирующую позицию, то в этом случае спортсмен получает очки не за прием переворота, как таковой, а за позицию, которую спортсмен занял в результате этого приема, опять таки, если ему удается сохранить эту позицию в течение по меньшей мере 3 секунд.

Бросок: 1 – 3 очка

Отрыв ноги – 1 очко, отрыв ноги и частичное возвращение на место – 2 очка, полный отрыв и/или правильно выполненный прием – 3 очка.

Боковой контроль, боковая защита и север/юг (во всех трех вариациях) - 3 очка. Считается недействительным, если рука спортсмена в позиции сверху находится между ногами соперника.

Колено на животе - 3 очка

Маунт, бэк маунт с закрытым крюком или треугольником – 4 очка

Примечание: доменирующую позицию необходимо изменить по прошествии максимально 20 сек, иначе спортсмен, занимающий ее, получит штрафное очко.

Удержание спереди («Front mount») - 4 очка

Любую позицию нужно правильным образом выдержать в течение не менее 3 секунд.

При комбинации позиций общее количество очков увеличивается только в том случае, когда позиции меняются в прогрессии с повышением уровня. Например, за «колено на животе» даются 3 очка, за «сайд маунт» 3 очка (то же самое в обратном порядке), маунт 4 очка. Всего 10 очков. При возвращении с позиции «маунт» в позицию «сайд маунт», дополнительные три очка не прибавляются. Однако, если соперник прерывает комбинацию, а спортсмен в доминирующей позиции снова ее занимает, то очки прибавляются.

NB: Позиция считается действительной и приносит очки в том случае, если три четверти спины прижаты к мату. Одно приподнятое плечо недостаточно для того, чтобы аннулировать очки, выставляемые за позицию.

**ВАЖНОЕ ПРИМЕЧАНИЕ**

В случае болевого приема: спортсмен, который подвергается болевому приему, может сигнализировать, что он сдается, похлопав три раза по мату или по сопернику или прокричав «ТЭП» (“Tap”). После этого спортсмен, выполняющий болевой прием, должен немедленно отпустить соперника. В противном случае жюри может принять решение о дисквалификации. Если спортсмен похлопал, а затем отрицает, что он сдался, он дисквалифицируется на этот поединок и на последующие отборочные поединки.

**ОСОБЫЕ ЗАМЕЧАНИЯ**

Все внутренние и внешние скручивания щиколотки запрещены. Скручивания и ущемления шеи, например, «распятие», запрещены. Не разрешается выполнять броски так, чтобы соперник падал на головой вниз. Бросок считается действительным и приносит очки, если он технически выполнен правильно. Не обязательно занять позицию в партере, чтобы были выставлены очки за бросок.

Прием прямой «гильотины» разрешен.

Болевые на ноги и/или рычаги на колени разрешены

Скручивание пятки (Heel hook) не разрешено.

NB: Рычаг на ногу разрешен ниже линии пупка при условии отсутствия болевого на щиколотку и последующего скручивания колена.

**ШТРАФНЫЕ ОЧКИ**

СЛЭМ запрещен и наказывается дисквалификацией. В случае, если спортсмен, по отношению к которому применяется болевой прием, намеренно выходит из зоны проведения поединка, дает этим очко в пользу соперника. Спортсмен, намеренно избегающий активных действий во время поединка, получает штрафное очко два раза. В третий раз он будет дисквалифицирован. Если спортсмен намеренно выходит из зоны проведения поединка во время активных действий, будет наказан одним штрафным очком. Во второй раз он будет дисквалифицирован. В случае потери крови или вмешательства врача разрешаются две остановки времени, при третьей остановке поединка по той же самой причине травмированный спортсмен будет дисквалифицирован. В случае судороги (спазма) время может быть остановлено только один раз на 1 минуту. Во второй раз отнимаются 2 очка, а третий раз приводит к дисквалификации.