

# Eesti Sportliku Vabavõitluse Liidu kaaskiri

## International Mixed Martial Arts Federation'i võistlusreeglitele

Koostatud: 20. märts 2017, mma [ät] mma.ee

ESVLi kaaskirja eesmärk on tõlgendada rahvusvahelise alaliidu võistlusreegleid, tuues välja ESVLi sellekohased praktikad. Samuti anname vastused korduma kippuvatele küsimustele. Nii IMMAFi kui ESVLi käsitus hõlmab ainult amatöörspordi.

Kaaskirja täieliku mõistmise eelduseks on põhjalik tutvumine IMMAFi võistlusreeglitega.

Sportlik vabavõitlus (MMA - ingl k *Mixed Martial Arts*) on kahevõitlusala, mille eesmärgiks on selgitada sportlikus keskkonnas välja parim võitleja. Vabavõitleja eesmärk on vastane kas nokautida, sundida vastane alla andma läbi alistusvõtte või koguda vastasest rohkem punkte.

Sportlikus vabavõitluses kasutatavad tehnikad jagunevad kaheks: löömine ja maadlus. Amatöörspordis võib vastast võita nii käte ja jalgade kui ka põlvedega. Maadlusvõtete hulka kuuluvad heited ja mahaviimised ning alistused (liigeselukud ja kägistused). Vabavõitluses on lubatud võitlus kõigis võitlusdistantsides: püsti, seotud lähivõitluses ja maas.

Eestis on võimalik vabavõitluse amatöörspordlastel võistelda kolme reeglikomplekti järgi:

1. **IMMAFi võistlusreeglid**, mis on paika pandud rahvusvahelise alaliidu poolt.
2. **ESVLi juunioride võistlusreeglid**, mille järgi võistlevad 17-aastased ja nooremad.
3. **ESVLi alustava sportlase võistlusreeglid**.

Eesti meistrivõistlustel võistlevad täiskasvanud (18+ eluaastat) IMMAFi võistlusreeglite järgi ning 16. – 17. aastased ESVLi juunioride võistlusreeglite järgi. Kõikidel muudel võistlustel määratakse reeglite komplekt, mille alusel matš peetakse, kokkuleppe alusel. Täiskasvanud võivad võistelda vabalt valitud reeglikomplekti järgi, alaealised ainult juunioride või alustava sportlase reeglikomplekti järgi.

## ESVLi selgitused ja täiendused IMMAFi reeglitele, võttes aluseks IMMAFi reeglite numeratsiooni ja alapealkirjad

### **8) WARNINGS & 9) FOULS & 10) FORBIDDEN TECHNIQUES**

ESVL jätkab oma senise praktikaga, kus kõik keelatud tegevused on koondatud ühe peatüki alla. Võttes arvesse konkreetseid olukordi on võimalik kõikide keelatud tehnikate eest anda sportlasele ametlik hoiatus, võtta tema raundiskoorist maha punkte või sportlane koheselt diskvalifitseerida.

- **9) Fingers outstretched toward an opponent's face/eyes**

Uus nõue (täpsema kirjeldusega: *Having the fingers outstretched, palm parallel to the floor toward opponent face*).

- **10) Striking downward using the point of the elbow**

Küünarnukilöögid on amatööridel nii või naa keelatud.

- **13) Stomping a grounded opponent**

Keelatud on otse ülevalt alla suunatud jalalöögid talla ja kannaga maasoleva vastase pihta. *Axe kick* on lubatud.

- **14) Holding opponent's gloves, shorts, shin-guards or rash-guard**

Samuti on keelatud enda varustusest ja riietusest hoidmine.

- **27) Interference by the corner**

Iga võistleja nurgameeskonda peab kuuluma vähemalt 1 inimene. Iga võistleja nurgameeskonnas võib olla maksimaalselt 2 inimest.

Nurgameeskond:

- peab istuma kogu raundi vältel selleks ette nähtud toolidel oma sportlase nurgas,
- tohib võistlusosalale siseneda vaid raundidevahelise pausi ajal ning pärast matši lõpukella kõlamist,
- ei tohi matši käiku füüsiliselt sekkuda,
- peab oma nõuannetes oma võistlejale mitte kasutama ebatsensuurseid väljendeid ning olema lugupidav ja sportliku suhtumisega vastase ning tema meeskonna suhtes.

Lisandunud hügieeni- ja tervisenõudena on nurgameeskond kohustatud kandma kummikindaid, mida tuleb vahetada iga matši järel.

- **28) Applying any foreign substance to the head or body in order to gain an advantage**

Ainsa libestava ainaena on lubatud vaseliini näolemäärimine võistluse meediku poolt vahekohtuniku juuresolekul vahetult enne võistlusosalale sisenemist.

- **3) Twister, neck crank, can opener, sit through crucifix and/or any submission deemed as applying pressure to the neck or spine**

Keelatud on kõik alistused, mis saavutatakse surve avaldamisega selgroole (sh kaelale). Muuhulgas kuuluvad siia: *can opener* (vastast kontrollida tohib, alistada ei tohi), *crossface* (vastast kontrollida tohib, alistada ei tohi; mitte segamini ajada *crossface*-haardega, mida kasutatakse vastase uinutamiseks), vastase tõstmine ja/või heitmine giljotiini-haardega, seljastkägistuse (*RNC*) kaela pööramisega.

NB! IMMAFi kõige värskemast reeglite uuendusest on välja jäetud järgnevad keelud: 1) *Kicking to the kidney with a heel* ja 2) *Grabbing the clavicle*.

### **ESVLi juunioridel on keelatud lisaks IMMAFi reeglitele:**

1. Käelöögid pähe maasoleva vastase pihta.
2. Vastase heitmine ainult peast/kaelast haardega.

### **ESVLi alustavatel sportlastel on keelatud lisaks IMMAFi reeglitele:**

1. Kõik löögid jala ja põlvega igas distantsis.
2. Kõik löögid nii maasoleva vastase pihta kui ka olles maas.
3. Kõik löögid allapoole vööd.
4. Alistus: *toehold*.
5. Vastase heitmine ainult peast/kaelast haardega.
6. Slämm.

### **11) FOUL PROCEDURE**

Kolme ametliku hoiatuse ja/või punktide mahavõtmise episoodi kogunemisel sportlane diskvalifitseeritakse. Hoiatusi jagatakse vastavalt rikkumise raskusele, potentsiaalsele ohule vastase tervisele või tekitatud vigastusele ning olukorrale - kas ja kuidas võis rikkumine muuta matši käiku. Seega võib juhtuda ka nii, et esimese rikkumise tulemusena võetakse sportlase raundiskoorist maha punkt, järgmisega antakse vaid ametlik hoiatus ning kolmas on samuti vaid ametlik hoiatus, mis toob aga juba kaasa diskvalifitseerimise.

Erinevalt IMMAFi kirjeldustest, peatatakse ESVLi reeglite järgi matš ning sooritatakse kõik rikkumisele järgnevad hoiatuse/punkti mahavõtmise protseduurid juhise järgi "*should the fouled contestant show any visible sign of distraction or injury*" - ka siis, kui rikkumise sooritab maas alumine sportlane.

Pärast hoiatuse andmist jätkub matš asendist, kus rikkumine toimus. Kui asendit pole võimalik taastada, jätkub matš püstiasendis.

### **12) INJURIES SUSTAINED BY FAIR BLOWS AND FOULS**

Vastasele tahtliku keelatud tehnikaga tekitatud vigastuse korral võetakse rikkumise sooritanud sportlase raundiskoorist maha 2 punkti. Seda eeldusel, et matš saab vaatamata tekitatud vigastusele jätkuda.

Õnnetused, mis toovad kaasa matši katkestamise enne teise raundi lõppu, annavad matši tulemuseks „ÄRAJÄÄMINE“ (*NO CONTEST*).

Õnnetused, mis toovad kaasa matši katkestamise kolmandas raundis, annavad matši tulemuseks „TEHNILINE OTSUS“ (*TECHNICAL DECISION*). Sellisel juhul hindavad punktikohtunikud vaid kahte esimest raundi ning jätavad hindamata kolmanda raundi, kus katkestus toimus.

(5-raundilisi amatöörmatsse IMMAFi ega ESVLi reeglite järgi ei peeta).

Erinevalt IMMAFi kirjeldustest, ei võeta ESVLi reeglite järgi õnnetuse puhul kummagi sportlase lõppskoorist „õnnetuse põhjustamise“ punkte maha – sellisel juhul oleks tegemist juba tahtliku rikkumisega, mis annab tulemuseks "DISKVALIFITSEERIMINE" (*DISQUALIFICATION*).

### **13) WEIGHT DIVISIONS**

ESVL jätkab arvutamist kilogrammides.

### **14) MEDICAL REQUIREMENTS FOR CONTESTANTS**

Jätkame ESVLi süsteemiga, kus matšieelne tervisekontroll on kohustuslik ning matšijärgne vabatahtlik, eeldusel, et matš ei ole lõppenud nokaudi või tõsisema vigastusega. Tervislikel põhjustel välja antavaid võistluskeeldusid jagab võistluste peameedik. Seni, kuni kõiki enam-vähem nime- ja/või nägupidi teame, pole põhjust seda komplitseerida.

Iga võistlustel osalev sportlane on kohustatud võistluseelses meditsiinilises kontrollis esitama võistluste korraldajale pere- või eriarsti tõendi, mis kinnitab, et sportlane on testitud ning tal ei esine HI-viirust ega hepatiiti (B, C). Tõend ei tohi olla vanem kui kaksteist (12) kuud. Tõendi puudumisel sportlast võistleva ei lubata.

### **15) EQUIPMENT**

Võistlejatel ei ole lubatud kasutada võistlustel oma varustust – kindaid ja säärekaitsmeid. Amatöörade võistluskindad peavad nii visuaalselt kui ka pehmeduse paksuselt eristuma professionaalide võistluskindadest. Säärekaitsmed peavad olema sobilikud maadlemiseks ning piisavalt heade kinnitustega, et mitte takistada matši sujuvat kulgu. Kinnaste ja säärekaitsmete sinist ja punast värvust asendame vajadusel vastavavärviliste teipidega kinda/säärekaitsme kinnitusel ja säärekaitsme üla- ja/või alaosal.

Uue nõudena hakkavad amatöörspordlased kandma lühikeste varrukatega maadlussärke. Ainus nõue maadlussärkide värvile/kujundusele on, et see ei tohi olla domineerivalt vastanurga värv – ehk siis sportlane, kes on matši ajal sinises nurgas, ei tohi kanda maadlussärki, mis jätab visuaalselt mulje kui punase nurga sportlasest. Kõik muud neutraalsed värvid/kujundused on lubatud. Sama kehtib ka võitluspükste kohta – lubatud on oma nurga värvid ja/või neutraalsed värvid.

Kui sportlane kaotab matši käigus hambakaitsmed, saab ta need tagasi esimesel võimalusel, mil see ei sega vahetut võitlustegevust. Hambakaitsmete kaotamine ei tähenda kohest matši peatamist.

ESVLi varustusreeglid on kõigile ühesugused, olenemata nende kultuurilisest ja usulisest taustast.

### **16) FIGHTING AREA REQUIREMENTS**

Kuigi põhimõtteliselt järgime IMMAFi nõudeid võistlusalale ja selle ümbrusele, siis arvestame ka meie võimalusi Eestis. Juba kasutuses olevaid poksiringe me mõõdulindiga üle mõõtma ei hakka ning põrandakatte materjale ka välja ei vaheta, kui need vastavad vähegi heale tavale.

Lisandunud hügieeni- ja tervisenõudena puhastavad korraldajad vajadusel matšide vahel nurgameeskondade ja/või sportlaste toole ja mõlema sportlase veeämbrit.

Veepudel/joogipudel, vesi/jook ja rätik tuleb igal sportlasel endal kaasa võtta.

Sportlased võivad võistlusringi kaasa võtta ja matši ajal tarbida vaid vett.

### ***17) SAFETY REQUIREMENTS***

Käte sidumist ESVLis ei kontrollita, küll aga kontrollitakse tulemust. Enne sidumise kontrolli sportlane kindaid kätte panna ei tohi. Sidumise eesmärk on kaitsta sportlase kätt, mitte saavutada eelist vastase löömisel. Käsi tohib siduda mõistlikus mahus, jättes nukid teibiga katmata. Peopesa peab jääma vabaks ning randmel olev side ei tohi kinda alt välja paista.

Sportlaste juukse-habeme-küünekontroll viiakse läbi matšieelses meditsiinilises kontrollis.

### ***18) TYPES OF CONTEST RESULTS***

Turniiriformaadis matš viigiga lõppeda ei saa. Viigilise tulemuse puhul saab iga punktikohtunik ülesandeks nimetada, kes on tema arvates matši võitja. Võitja valikul hinnatakse matši tervikuna. Juhul, kui üks sportlastest on saanud ametliku hoiatuse ja/või on tema raundiskoorist rikkumise tõttu punkte maha võetud, on ta automaatselt kaotaja. Kui mõlemad sportlased on saanud ametlikke hoiatusi / nende raundiskooridest on rikkumiste tõttu punkte maha võetud, on võitja see, kellel on esinenud sääraseid episoodide vähem. Lisaraunde ESVLis ei rakendata.

### ***19) SCORING TECHNIQUES***

Uuendatud hindamisjuhised, millega saad täpsemalt tutvuda IMMAFi reeglitest, on muutnud raundi tulemuste 10-10, 10-9, 10-8 ja 10-7 andmise tasakaalu.

**Lisaks IMMAFi reeglites kirjeldatule kehtib ESVLis jätkuvalt ka järgnev:**

#### **Matši taasalustamine**

Vahekohtunikul on õigus taasalustada võitlus (mõlemad võistlejad tuuakse võistlusala keskele samasse asendisse, millest matš algas), kui matš on jõudnud surnud seisu ning kumbki võistleja ei tegutse, et parandada positsiooni või lõpetada matši.

#### **Võistlusvarustuse lisaklausel**

Põlve-, küünarnuki-, hüppeliigese- vms tugede ja/või kaitsmete kandmine ainult korraldajate/võistluse peameedikute nõusolekul (meditsiinilised jne põhjused).

#### **Võistluse meditsiiniline tugi**

Meditsiininõuete osas jätkame ESVLi süsteemiga, kus igal võistlusel on kohal minimaalselt kaks meedikut, kellest üks peab olema arstiharidusega. Meditsiinilised nõuded ja meedikute varustuse osas jätkame ESVLi tavaga ning paneme rõhku pidevale arendustööle.