



REGRAS SUBMISSION FIGHTING - ADCC

Obs. Regras para as categorias Pré Juvenil e Juvenil existem alterações ver no final deste artigo.

Art. 1- Técnicas legais (permitidas)

- a) Qualquer tipo de queda;
- b) Qualquer tipo de estrangulamento (com exceção de usar a mão para interromper a respiração) – *Exemplo tampar a boca*;
- c) Qualquer chave, de ombro, braço e pulso;
- d) Qualquer chave de Perna ou Tornozelo;

Art. 2 - Técnicas ilegais (não permitidas)

- a) Não é permitido "Double Nelson "ou" Crucifixo";
- b) Nenhum tipo de chutes;
- c) Não é permitido dedo nos olhos;
- d) Nenhum agarramento ou puxão as orelhas;
- e) Proibido puxar cabelo ou morder;
- f) Nenhum tipo de torção em qualquer dedo;
- g) Não pode beliscar;
- h) Não pode chave de rins;
- i) Não pode colocar mãos, pés, joelhos ou cotovelos no rosto;
- j) Nenhuma substância escorregadia no corpo ou na roupa.

Art. 3 - Pontos

- 2 – posição de montada;
- 2 - joelho na barriga;
- 2 - raspagem (caindo na guarda ou meia guarda);
- 2 - quedas (terminando na guarda ou Meio guarda);
- 4 - queda limpa (terminando fora da guarda);
- 3 – montada por trás e com ganchos;
- 3 – passagem de guarda;
- 4 – raspagem limpa (passando a guarda);

Art. 4 - Pontos Negativos (Faltas)

- 1 – Recuar (fugir da luta indo para traz)
- 1 – Ir para fora da área da luta (intencionalmente)
- 1 – Falta de combatividade (evitar a luta)

A decisão do Árbitro central ou os da mesa não podem ser questionados!

Art. 5 - O vencedor será decidido da seguinte forma:

- a) Se um competidor se rende ou submete batendo a perna, braço ou verbalmente.
- b) Se o Árbitro sente que um competidor não pode se defender ou sente a vida dele está em perigo.
- c) Quando arbitro declarará o vencedor.



d) Se um lutador quebra as regras duas vezes, ele será desqualificado pelo Árbitro.

Art. 6 - Modos para ganhar

- * Finalização;
- * Pontos;
- * A decisão de árbitro;

Art. 7 - Equipamento

Lutador pode usar: bermudas, calças de lycra, shorts, camisas ou Quimono

Art. 8 - Regras (Proibido) para as categorias Pré Juvenil (14 e 15 anos):

- a) Bate estaca;
- b) Chave de bíceps;
- c) Mão de vaca;
- d) Triângulo puxando a cabeça;
- e) Chave de pé ou calcanhar;
- f) Chave de joelho (leg lock);
- g) Americana no pé.
- h) Chave de panturrilha
- i) Cervical;
- j) Mata leão de frente;
- k) Ezequiel;
- l) Tesoura (queda) "kanibassami"

Art. 9 - Regras (Proibido) para as categorias Juvenil (16 e 17 anos):

- a) Bate estaca;
- b) Chave de bíceps;
- c) Mão de vaca;
- d) Triângulo puxando a cabeça;
- e) Chave de calcanhar;
- f) Chave de panturrilha
- g) Chave de joelho (leg lock);
- h) Americana no pé.
- i) Cervical;
- j) Mata leão de frente;
- k) Ezequiel;

Art. 10 - Outras Informações:

- a) *A área de tapete é 14 x 14 metros, (8x8m, 4m área de segurança);*
- b) *Fuga da área de luta, na mesma posição como o lutador estava dentro da área de combate, quando eles cruzarem a área de segurança o árbitro diz "Stop" (pare) e retorna na mesma posição no centro da área de luta;*
- c) *Tempo médico será de 2 (dois) tempos de 1 (um) minuto;*
- d) *O atleta em momento algum poderá beber algum líquido caso a luta seja interrompida.*



Art. 11 - Os atletas que descumprirem este regulamento serão punidos com uma observação (menos um ponto) persistindo no mesmo erro será desclassificado.

Art.12 – Orientações:

Pontos Negativos:

* Os pontos **negativos** subtraem os pontos **positivos**

Exemplo1:

Atleta 1 tem 2 pontos (queda caindo na guarda) e tem 2 pontos **negativos**.

Atleta 2 não tem nenhum ponto

Resultado exemplo 1: será empate pois os dois atletas tem a mesma pontuação, caso continue esta pontuação no **Over Time** o Arbitro deverá dar a vitória ao atleta que teve mais ação durante a luta, sendo sempre a decisão melhor de três (arbitros).

Exemplo 2:

Atleta 1 tem 4 pontos (2 queda e 2 joelho no estomago) e tem 2 pontos **negativos. Total 4-2 = 2 pontos**

Atleta 2 tem 3 pontos (passagem de guarda);

Resultado exemplo 2: O **Atleta 1** tem 2 pontos, o **Atleta 2** tem 3 pontos vencedor **Atleta 2**.

Posição de Montada e inversão:

Se o **Atleta 1** estiver na posição de montada (por cima) e o **Atleta 2** (por baixo) inverter a posição deixando o **Atleta 1** dentro da sua guarda o **Atleta 2** ganha 2 pontos pela inversão.

TABELA DE PESO

FEMININO

CATEGORIAS	PRÉ-JUVENIL 14 e 15 anos 3 MINUTOS	JUVENIL 16 e 17 anos 4 MINUTOS	ADULTO AMADOR AC 18 ANOS 4 MINUTOS	ADULTO PROF AC 18 ANOS 5 MINUTOS
LIGEIRO	Até 38 Kg	Até 44 kg	XXXXXXX	XXXXXXX
MEIO LEVE	+ 38 a 42 kg	+ 44 a 48 kg	XXXXXXX	XXXXXXX
LEVE	+ 42 a 47 kg	+ 48 a 52 kg	50 kg	XXXXXXX
MEIO MÉDIO	+ 47 a 52 kg	+ 52 a 57 kg	+ 50 a 55 kg	Até 55 kg
MÉDIO	+ 52 a 60 kg	+ 57 a 63 kg	+ 55 a 60 kg	Até 66 kg
PESADO	+ 60 Kg	+ 63 a 70 kg	+ 60 a 66 kg	+ 66 kg
SUPER PESADO	xxxxxxxxx	+ 70 Kg	+ 60 kg	XXXXXXX



MASCULINO

CATEGORIAS	PRÉ- JUVENIL 14 e 15 anos 3 MINUTOS	JUVENIL 16 e 17 anos 4 MINUTOS	ADULTO AMAD "MASTER" AC 18 ANOS 5 MINUTOS	ADULTO PROFISS AC 18 ANOS 6 MINUTOS
LIGEIRO	Até 45 Kg	Até 50 Kg	Até 60 kg	Até 66 kg
MEIO LEVE	+ 45 a 50 Kg	+ 50 a 55 Kg	65 kg	77 kg
LEVE	+ 50 a 55 Kg	+ 55 a 60 Kg	70 kg	88 kg
MEIO MÉDIO	+ 55 a 60 Kg	+ 60 a 65 Kg	76 kg	99 kg
MÉDIO	+ 60 a 65 Kg	+ 65 a 70 Kg	83 kg	+99 kg
MEIO PESADO	+ de 65 Kg	+ de 70 Kg	91 kg	xxxxxxxxxxx
PESADO	xxxxxxxxxxx	xxxxxxxxxxx	100 kg	Xxxxxxxxxxxx
SUPER PESADO			+ 100 kg	xxxxxxxxxxx

Atenção:

- 1- *Haverá um tempo extra é somado se as lutas forem para o empate (over time).*
- 2- A idade do atleta será aferida pelo ano de nascimento.
- 3- O tempo de luta para as categorias pré **Juvenil, Juvenil e Adulto Amador** será em um **Único tempo de luta (contando pontos do início ao fim do combate).**

Presidente: Lefterious Magriopolus

Secretário Geral: **Wagner Gomes**

Informações pesquisas:

www.adccbrazil.com.br Site Comitê Sul Americano
www.adcombat.com.br Site Comitê Mundial
www.adccitaly.com Site Comitê Europeu
www.fpsfonline.com Site Federação Portuguesa

Contatos:

E-mail. wagnergomes@adccbrazil.com.br

Nextel .21 -78642029 – Id 10* 2001 – Wagner Gomes