

## REGRAS

### IMMAF SENIOR 18+

ROUNDS: será de 3 [três] rodadas cada uma com 3 [três] minutos de duração, com um período de descanso de 1 [um] minuto entre cada rodada.

Em um formato de torneio onde a progressão do lutador/campeão é necessária, nenhuma disputa e empate não podem ser aplicados. Nesses casos, após as três rodadas de competição resultarem em um empate, um quarto período/rodada extra será disputada.

Somente em formato de torneio as rodadas de prorrogação devem ser disputadas. Em todos os outros momentos, a avaliação e a pontuação dos juízes permanecem finais.

#### **ADVERTÊNCIAS**

Será emitido apenas 1 advertência para as seguintes infrações:

1. Agarrar ou segurar a grade;
2. Segurar os shorts, luvas ou qualquer outra proteção auxiliar do adversário;
3. Se posicionar com os dedos esticados (palma da mão virada para baixo), em direção aos olhos do adversário.

#### **FALTAS**

As ações a seguir são consideradas falta nas competições de Artes Marciais Mistas:

1. Dar cabeçada;
2. Qualquer tipo de ataques aos olhos;
3. Morder ou cuspir no adversário;
4. Agarrar pela boca;
5. Puxar os cabelos;
6. Arremessar um oponente direto com a cabeça no solo (Pilão);
7. Golpes na coluna ou na nuca (Cóccix incluso);
8. Qualquer golpes na garganta, incluindo, sem limitação, agarrar a traqueia;
9. Dedos esticados na direção dos olhos do adversário;
10. Cotoveladas de cima para baixo (Norte-Sul);

11. Qualquer tipo de ataque a região genital;
12. Aplicar joelhas e/ou chutes na cabeça de um adversário caído;
13. Pisar em um adversário caído;
14. Segurar os shorts, luvas ou qualquer outra proteção auxiliar do adversário;
15. Agarrar ou segurar a grade com os dedos dos pés ou das mãos;
16. Manipulação de pequenas juntas;
17. Arremessar um adversário para fora da área de luta;
18. Colocar o dedo em qualquer orifício, corte ou laceração;
19. Agarrar, beliscar, torcer a pele ou carne;
20. Timidez, incluindo, sem limitação, evitar contato, deixar cair o protetor bucal intencionalmente e/ou consistentemente, ou simular contusão;
21. Linguagem abusiva na área de luta;
22. Desobedecer os comandos do Árbitro;
23. Condutas antidesportivas que causem alguma lesão no adversário;
24. Atacar um oponente depois de o gongo ter tocado no final do round;
25. Atacar um oponente no intervalo do combate;
26. Atacar um oponente que esteja aos cuidados do Árbitro;
27. Interferência de um Segundo;
28. Aplicar qualquer substância estranha no cabelo ou no corpo para obter vantagem.

## **TÉCNICAS PROIBIDAS**

1. Qualquer tipo de golpes com o cotovelo ou antebraço , no corpo ou na cabeça;
2. Chave-de-calcancar;
3. Twister, Neck Crank (manivela de pescoço) Can Opener (abridor de latas), sentar através do crucifixo ou qualquer submissão considerada como aplicação de pressão no pescoço ou na coluna;
4. Aplicar joelhadas na cabeça;
5. Chutes lineares/frontais mirando diretamente no joelho.

## **PESAGEM**

A pesagem para atletas amadores deverá ser no mesmo dia do combate, e a cada dia subsequente do torneio, caso o mesmo avance.

Todos atletas devem pesar na balança oficial de competição, sendo obrigatório o uso de camisetas/rash guard, de preferência o modelo IMMAF. Não é permitido que atletas juvenis tenham que se despirm para atingir o peso de sua categoria. Sendo assim, para facilitar, todos atletas de todas categorias de peso possuem tolerância de 1 libra (454gr), acima ou abaixo.

## **REQUERIMENTOS MÉDICOS PARA ATLETAS**

Todos os atletas devem passar por exames médicos obrigatórios cancelados pela comissão reguladora. A relação destes exames pode ser encontrada na Licença de Competição e Manual de Registro para atletas, definido pela IMMAF. Os requerimentos e exames médicos no período pré-competição são obrigatórios.

A comissão reguladora deve conduzir e/ou supervisionar as pesagens, e a reunião de regras para todas as atletas e seus corners.

### **Exames médicos pós-combate:**

1. Todos lutadores devem passar por exames médicos imediatamente após o combate. Tal exame deve ser realizado por médico licenciado pela comissão reguladora. Este deve realizar qualquer exame que julgue necessário para a melhor avaliação física do atleta;
2. Qualquer atleta que se negue a realizar os exames médicos pós-combate deve ser suspenso por tempo indeterminado, e será aberta uma investigação sobre o caso.

## **EQUIPAMENTOS**

### **Luvras**

1. Todas as luvas devem ser novas, e em boas condições para uso, caso contrário devem ser substituídas. Somente luvas fornecidas pela comissão reguladora devem ser utilizadas, após pré-aprovação do Comitê Técnico da IMMAF,;
2. Todos os atletas devem usar luvas que pesem no mínimo 6 onças, e não ultrapassem 8 onças. As luvas para competição amadora devem ser diferenciadas das utilizadas na categoria profissional. Competidores estão proibidos de utilizar suas próprias luvas;
3. O padrão de luvas a ser utilizado, será o oficial para MMA, com abertura para os dedos e faixa de velcro no pulso;
4. As luvas devem ter as cores Azul ou Vermelha.

## **Equipamento**

1. Cada atleta deve usar shorts/calções de compressão sem bolsos, e sem zíperes. O cordão na cintura deve estar na parte interna;
2. É proibida a utilização de qualquer tipo de calçado;
3. Os shorts devem apresentar as cores Azul ou Vermelha.

A IMAFF respeita as especificidades de cada religião e cultura. Qualquer atleta da categoria feminina poderá se assim desejar vestir rash guards manga longa, sendo exigida a pré-autorização da comissão reguladora Caneleira e Rash Guard.

1. A utilização de caneleiras e rash guards são obrigatórias na categoria amadora. O tipo de caneleira deve ser específica para lutas agarradas;
2. As caneleiras devem ser do tipo de meia de neoprene. Caneleiras de velcro são proibidas;
3. As rash guard devem ser de lycra perfeitamente ajustada ao corpo do atleta.
4. Todas as rash guards devem ser de manga curta, sendo proibida a utilização de manga longa;
5. As caneleiras e a rash guard devem apresentar as cores Azul ou Vermelha.

A IMAFF respeita as especificidades de cada religião e cultura. Qualquer atleta da categoria feminina poderá se assim desejar vestir rash guards manga longa, sendo exigida a pré-autorização da comissão reguladora.

## **Protetor Genital**

Todos os atletas da categoria masculina devem usar protetores genitais. As atletas femininas tem a opção de utilização, ou não, de proteção.

## **Protetor Bucal**

1. Todos os atletas devem usar protetor bucal durante um combate. O protetor bucal deve ser inspecionado e aprovado pelo médico presente;
2. O round de um combate não pode começar sem o protetor no lugar;
3. Se o protetor cair involuntariamente durante o combate, o árbitro deve pedir tempo, limpá-lo e reinseri-lo na boca do atleta, no primeiro momento oportuno, sem interferir na ação imediata.

## **EXIGÊNCIAS DE SEGURANÇA**

Especificações para bandagens das mãos

Atletas das categorias Juvenis não são obrigados a fazer bandagem nas mãos.

1. Em todas as divisões de peso, as bandagens em cada uma das mãos dos atletas devem ser restritas a gazes leves, que não ultrapassem 20 jardas (18.3m) de comprimento por 2 polegadas (5 cm) de largura, afixadas por não mais que 10 pés (3 m) de esparadrapo cirúrgico, com 1 polegada (2.5 cm) de largura, em cada mão;
2. As bandagens devem ser distribuídas uniformemente pela mão;
3. As bandagens e esparadrapos devem ser colocados nas mãos dos atletas, no vestiário, e na presença de um representante da comissão reguladora;
4. Sob nenhuma circunstância, as luvas de um atleta devem ser colocadas antes de aprovadas por um representante da comissão reguladora.

## **Aparência de um atleta**

1. Cada atleta deve se apresentar devidamente asseado e com aparência limpa;
2. É proibido o uso excessivo de vaselina ou qualquer outra substância estranha no rosto ou corpo do atleta. O Árbitro, ou algum representante oficial da comissão reguladora, pode exigir a remoção do excesso de vaselina ou qualquer outra substância estranha;
3. O representante oficial da comissão deve inspecionar se cabelos, na cabeça ou no rosto, apresentam algum perigo para a segurança do atleta, ou seu adversário. Ou se pode interferir com a supervisão de um combate. Se o cabelo, ou pelo facial, de um atleta apresentar perigo e/ou interferir na supervisão de um combate, o mesmo deve ser impedido de lutar até que as circunstâncias sejam corrigidas;
4. Um atleta não pode usar joias ou acessórios de piercing durante um combate.

## PROTESTO

Se um competidor ou seu / sua treinador acreditar que o resultado do combate foi incorreto, um protesto pode ser entregue ao organizador dentro de quarenta e oito (48) horas após a conclusão do combate.

Um protesto deve ser apresentado a partir de chefe da equipe do competidor, e não do competidor pessoalmente.

O protesto deverá conter informações sobre o um determinado combate, os motivos que o levam a discordar da decisão, bem como informações de contato.

Os resultados de um combate só será alterado se um erro óbvio for descoberto, que teve um efeito sobre o resultado da combate e for decorrente de um erro cometido pelo árbitro, os juízes ou outro funcionário.