CBMMAD
CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE MMA AMADOR

# REGRAS

## MMA AMADOR JUVENIL + JUNIOR IMMAF

**Propósito**

A competição amadora de artes marciais mistas [MMA] deve fornecer aos participantes novos no esporte de MMA a experiência necessária para progredir em uma possível carreira dentro do esporte.

O MMA amador deve fornecer o ambiente mais seguro possível para os combatentes treinarem e ganharem a experiência e o conhecimento necessários em caminhos direcionados, permitindo que eles compitam sob os limites das regras estabelecidas neste documento.

**Jurisdição**

Todas as competições e exibições de artes marciais mistas devem ser conduzidas sob a supervisão e autoridade da cbmmad/ órgão regulador anfitrião.

O árbitro deve permanecer como única autoridade em uma luta.

**Categorias**

- Youth ou juvenil c 12-13 anos;
- Youth ou juvenil b 14-15 anos;
- Youth ou juvenil a 16-17 anos;
- Juniors 18-20 anos.

**Tempo de luta**

- Youth ou juvenil c 12-13 anos - 1 rounde de 3 minutos;
- Youth ou juvenil b 14-15 anos – 1 round de 4 minutos;
- Youth ou juvenil a 16-17 anos – 3 rounds de 2 minutos por 1 minuto de descanso. Haverá um 4 round em caso de empate;
- Juniors 18-20 anos - 3 rounds de 3 minutos por 1 minuto de descanso. Haverá um 4 round em caso de empate.

**Pesagem**

- As pesagens para competidores amadores devem ocorrer no dia da competição e em cada dia subsequente de competição em que os atletas progredirem;
- Todos os atletas devem pesar na balança oficial da competição de bermuda e camiseta/rashguard, de preferência o vestuário oficial da cbmmad/immaf;
- os competidores juvenis não têm permissão para se despir acima ou abaixo da cintura, para usar roupas íntimas ou torso nu.

**Equipe de arbitragem**

- 1 árbitro + 3 juízes;
- O árbitro e o médico do ringue são os únicos indivíduos autorizados a entrar no ringue/área de luta a qualquer momento durante a competição;
- O árbitro é o único indivíduo autorizado a interromper uma luta.

**Faltas**

- Bater com a cabeça (cabeçada);
- Arranhões oculares de qualquer tipo (dedo no olho);
- Morder ou cuspir em um oponente;
- Anzóis (fish hooking);
- Puxar o cabelo;
- Cravar o oponente na lona de cabeça ou pescoço (pile driver);
- Golpes na coluna ou na nuca. A coluna vertebral inclui o cóccix;
- Golpes na garganta de qualquer tipo e/ou agarrar a traquéia;
- Dedos estendidos em direção ao rosto/olhos do oponente;
- Golpe de cotovelo apontando para baixo (teto a solo, 12 a 6');
- Ataques na virilha de qualquer tipo;
- Joelhada e/ou chutar a cabeça de um oponente no chão;
- Pisão em um lutador no chão;
- Segurar as luvas, calções, caneleiras ou rash guard do adversário;
- Segurar ou agarrar a grade com os dedos das mãos ou dos pés;
- Manipulação de pequenas articulações(dedos das mãos ou pés);
- Jogar um oponente para fora da área de luta;
- Intencionalmente colocar um dedo em qualquer orifício, ou em qualquer corte ou laceração de seu oponente;
- Agarrar, beliscar, torcer a carne;

- Timidez (evitar contato ou deixar cair o bocal constantemente ou fingir uma lesão);
- Uso de linguagem abusiva na área de luta;
- Flagrante desrespeito às instruções do árbitro;
- Conduta antidesportiva que causa lesão ao adversário;
- Atacar um oponente após o toque do sino no final do período de combate;
- Atacar um adversário durante o intervalo;
- Atacar um adversário que está sob os cuidados do árbitro;
- Interferência do corner ou segundos de um lutador de artes marciais mistas;
- Aplicar qualquer substância estranha na cabeça ou no corpo para obter uma vantagem.

**Técnicas proibidas para todas as categorias do MMA amador**

- Cotoveladas e golpes de antebraço de qualquer tipo;
- Gancho de calcanhar valendo somente leg locks;
- Twister, manivela de pescoço, abridor de latas, sentar através de crucifixo e/ou qualquer submissão considerada como aplicação de pressão no pescoço ou na coluna;
- Joelhadas na cabeça de um oponente;
- Chutes lineares/frontais mirando diretamente no joelho.

**Técnicas proibidas para as categorias Youth/Juvenil A, B e C**

- Não haverá golpes na cabeça ou no rosto;
- Socos, chutes, joelhadas na cabeça;
- No chão ou em pé.

**Técnicas proibidas para a categoria Youth/Juvenil A 16-17**

- Não golpear com os joelhos de forma alguma;
- Não é permitido chutar o corpo de um oponente caído (no chão apenas punho fechado golpeando só o corpo);
- Sem chaves de bíceps ou panturrilha;
- Sem wrist locks/mão de vaca;
- Sem suplex, arremessos elevados/ombros ou slams;
- Sem guilhotina na posição em pé (os estrangulamentos guilhotina devem ser finalizados a partir de uma posição de solo);

- Nenhum chute para cima de uma posição de chão;
- Sem pisão no pé;
- Chaves de tornozelo em forma de quatro devem ser aplicadas apenas a uma perna esticada, sem flexão do joelho durante a aplicação da finalização permitida.

**Técnicas proibidas para a categoria Youth/Juvenil B 14-15**

- Não golpear com os joelhos de forma alguma;
- Sem striking de solo de forma alguma;
- Sem finalização omoplata;
- Sem chaves de joelho (ataques de perna legais são chave de aquiles reta e chave de tornozelo em forma de quatro apenas com perna estendida);
- Sem chaves de bíceps ou panturrilha;
- Sem wrist locks/mão de vaca;
- Sem suplex, arremessos elevados/ombros ou slams;
- Sem guilhotina na posição em pé (os estrangulamentos guilhotina devem ser “arm-in” e finalizados a partir de uma posição de solo);
- Nenhum chute para cima de uma posição de chão;
- Sem pisão no pé.

**Técnicas proibidas para a categoria Youth/Juvenil C 12-13**

- Não golpear com os joelhos de forma alguma;
- Sem striking de solo de forma alguma;
- Sem finalização omoplata;
- Sem chave de perna de qualquer descrição;
- Sem chaves de bíceps ou panturrilha;
- Sem wrist locks/mão de vaca;
- Sem suplex, arremessos elevados/ombros ou slams (qualquer arremesso deve ser uma variação de quadril ou arremesso de quadril e ter controle de cabeça e braço);
- Sem estrangulamentos de guilhotina de qualquer tipo;
- Nenhum chute para cima de uma posição de chão;
- Sem pisão no pé.

**Cuidados**

A premissa sobre a qual o grupo mais jovem de amadores deve competir deve ser fortemente baseada na aplicação e adaptação das técnicas de artes marciais mistas em um ambiente de maior segurança.

As restrições técnicas detalhadas acima devem permitir e facilitar os jovens competidores a acumular o tempo necessário e a experiência em um formato competitivo sem o risco de lesões ou traumas desnecessários sofridos.

Como resultado, os árbitros devem ser instruídos a permitir que as técnicas sejam livremente e abertamente usadas e aplicadas, mas não necessariamente finalizadas. Em outras palavras, um jovem competidor que foi pego em uma submissão legal não terá a mesma clemência e tempo que um sênior avançado teria para utilizar uma fuga. Devemos reconhecer que em uma idade tão precoce a ênfase será a segurança em primeiro lugar e não permitir ou arriscar lesões desnecessárias aos nossos jovens atletas. Assim, as "*submissões técnicas*" serão uma ocorrência mais frequente para decidir e encerrar uma luta.

**Equipamentos**

**Luvas**

- 6-8 onças na cor azul ou vermelha;
- O padrão de luvas a ser utilizado, será o oficial para mma, com abertura para os dedos e faixa de velcro no pulso;
- Cada atleta deve usar shorts/calções de compressão sem bolsos, e sem zíperes. O cordão na cintura deve estar na parte interna;
- Os shorts devem apresentar as cores azul ou vermelha;
- É proibida a utilização de qualquer tipo de calçado.

**Caneleira e rashguard**

- As caneleiras devem ser do tipo de meia de neoprene. Caneleiras de velcro são proibidas;
- As rash guard rashguards devem ser de manga curta, sendo proibida a utlização de manga longa (a não ser por questões religiosas com prévia autorização da comissão);
- As caneleiras e a rash guard devem apresentar as cores azul ou vermelha.

**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**

- Todos os atletas devem usar protetor bucal durante um combate. O protetor bucal deve ser inspecionado e aprovado pelo médico presente;
- O round de um combate não pode começar sem o protetor no lugar;
- 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.

**Bandagens das mãos**

- Atletas das categorias juvenis não são obrigados a fazer bandagem nas mãos;
- 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;
- As bandagens devem ser distribuídas uniformemente pela mão;
- As bandagens e esparadrapos devem ser colocados nas mãos dos atletas, no vestiário, e na presença de um representante da comissão reguladora;
- Sob nenhuma circunstância, as luvas de um atleta devem ser colocadas antes de aprovadas por um representante da comissão reguladora.

**Aparência dos lutadores**

- Cada atleta deve se apresentar devidamente asseado e com aparência limpa;
- 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;
- O representante oficial da comissão deve inspecionar se cabelos, na cabeça ou no rosto 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;
- Um atleta não pode usar joias ou acessórios de piercing durante um combate.

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:
Sera 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 traquéia
9. Dedos esticados na direção dos olhos do adversário
10. Cotuveladas 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 opnente 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-calcanhar

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 despir 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 chancelados 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:
Luvas
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 utilizar 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 especifica 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 utlização 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 determiando 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.