

GERMAN MIXED MARTIAL ARTS AMATEUR RULES

EINHEITLICHES DEUTSCHES MMA REGELWERK FÜR DEN AMATEUR SPORT

Am 3. Oktober 2009 wurden in Köln durch eine Kommission aus internationalen Kampfsportexperten, MMA- und K-1-Veranstaltern sowie Ärzten auf Grundlage der "Unified Rules of MMA" der California State Athletic Commission von 2000 und der Nevada Athletic Commission von 2001, sowie des Regelwerkes der FFA die "German Unified Rules of Mixed Martial Arts" mit den dazugehörigen Richtlinien entwickelt und als Standard für alle professionellen MMA-Veranstaltungen in Deutschland, Österreich und der Schweiz festgelegt.

Die Vorgaben in Sachen Regelwerk, Trainer- und Kampfrichterausbildung berücksichtigen neben der wissenschaftlichen Arbeit von Holger Hoffmann (Untersuchung auf Aggressionswerte unter Berücksichtigung soziologischer und sportpädagogischer Aspekte in Kampfstilen mit Trefferwirkung) auch die Studie der Johns-Hopkins-Universität für Medizin, Abteilung für Notfallmedizin. Ebenso wurden die Regelwerke und Erfahrungen der WKA, des MTBD, der WKN, der IPTA, der GBA, des Österreichischen MMA-Verbandes der FFA, der FFA Swiss, des Shidokan Karates sowie diverser anderer Boxverbände berücksichtigt.

Auf Grundlage der "German Unified Rules of Mixed Martial Arts" wurden für den MMA Amateur Sport in Deutschland die „German Mixed Martial Arts Amateur Rules“, in Kurzform: „MMA Amateur Rules“ entwickelt, sie sind ebenfalls seit 2009 Standard für MMA-Veranstaltungen im Amateurbereich.

- 01) DEFINITION
- 02) ZUSTÄNDIGKEITEN / KAMPFFLÄCHEN / ANMELDUNGSVORGABEN / AUFWANDENTSCHÄDIGUNGEN
- 03) GESUNDHEITSVORSCHRIFTEN FÜR ARZT / KÄMPFER / KAMPFGERICHT
- 04) WIEGEN / ANTRITTSALTER / GEWICHT
- 05) REGELWERKVORGABEN / RUNDEN / GESPERRTE TREFFERFLÄCHEN
- 06) TRAINER UND SEKUNDANTEN
- 07) KAMPFGERICHT
- 08) MÖGLICHE KAMPFENTSCHEIDUNGEN
- 09) KAMPFZEITEN
- 10) KAMPFABLAUF
- 11) KAMPFABBRUCH / ENTSCHEIDUNG
- 12) WERTUNGSVORGABEN / WERTUNGSSYSTEM
- 13) VERWARNUNGEN
- 14) REGULÄRE MMA TECHNIKEN / FOULS
- 15) VERLETZUNGEN DURCH SCHLÄGE ODER FOULS
- 16) GESUNDHEITLICHE VORAUSSETZUNGEN DER ATHLETEN
- 17) ANFORDERUNGEN AN DIE AUSSTATTUNG
- 18) SICHERHEITSANFORDERUNGEN
- 19) EINSATZ VON VERBOTENEN SUBSTANZEN / NACHWEIS / STRAFEN
- 20) VERABREICHUNG ODER EINNAHME VON ALKOHOL, STIMULANZIEN, ARZNEIMITTELN ODER INJEKTIONEN / URINPROBE ODER CHEMISCHE TESTS / DISZIPLINARMASSNAHMEN
- 21) KAMPFRICHTER AUSWAHL / VERGÜTUNG / ÄRZTLICHE UNTERSUCHUNG
- 22) EINBINDUNG ANDERER STATUTEN UND REGULARIEN / VERZICHT AUF ANFORDERUNGEN
- 23) EMPFEHLUNG / SAFTY LADDER
- 24) SALVATORISCHE KLAUSEL

01) DEFINITION

Beim „Mixed Martial Arts“ (MMA) handelt es sich um einen streng reglementierten sportlichen Wettkampf. Es gibt verschiedene Gewichts-, Alters- und Leistungsklassen, je nach Klasse gibt es Stand- und Bodenkampftechniken im Vollkontakt.

MMA ist eine sportliche Aktivität! Es zählt zu den Aufgaben der Kämpfer, der Betreuer und des Kampfgerichtes auf die Gesundheit der Kampfteilnehmer zu achten. Die Sportler haben so zu kämpfen, dass sie die eigene Gesundheit und die des Gegners nicht unnötig gefährden. Sollte es eine Gefährdung der Gesundheit während eines Kampfverlaufes geben, dann sind alle Genannten verpflichtet, diesbezüglich einzuschreiten. Das Ziel unseres Regelwerkes ist ein fairer, sportlicher Wettkampf.

Es ist jedem Veranstalter einer MMA Veranstaltung gestattet, unter Beachtung der „German Mixed Martial Arts Amateur Rules“, das Regelwerk noch spezieller / angepasster für Anfänger zu definieren. Diese Änderungen müssen allen beteiligten Athleten in der Ausschreibung und ebenso auf der Veranstalter/Event Homepage allen Beteiligten mitgeteilt werden.

02) ZUSTÄNDIGKEITEN / KAMPFFLÄCHEN / ANMELDUNGSVORGABEN / AUFWANDENTSCHÄDIGUNGEN

Für alle MMA-Wettbewerbe und MMA-Kämpfe sind in erster Linie die Veranstalter verantwortlich. Sie können nach eigenem Ermessen aber alle Aufgaben an einen Verband und/oder eine darauf spezialisierte Organisation ihrer Wahl delegieren.

02.1) Kampfflächen

Es darf auf Matten, weichem Sand, auf einer Plattform, im Käfig oder im Ring gekämpft werden. Jede Kampffläche muss so beschaffen sein, das Verletzungen durch die Kampffläche oder durch die Umgebung der Kampffläche ausgeschlossen sind.

Während des Wettkampfes dürfen sich nur folgende Personen innerhalb der Wettkampffläche aufhalten:

- a) zwei MMA Kämpfer
- b) ein Hauptkampfrichter (HKR)

02.2a) Anmeldungsvorgaben

School / Schule:

City / Stadt:

First name, Name / Vorname, Name:

Date of birth (age) / Geburtsdatum (Alter):

Weight / Gewicht:

Height / Größe:

Martial Arts career / Laufbahn im Kampfsport:

Fight class / kämpft nach Regelwerkkategorie:

MMA record / MMA Rekord:

Die Anmeldungsvorgabe für MMA Fighter ist bindend für alle Veranstaltungen. Besondere Aufmerksamkeit haben die Matchmaker auf den sportlichen Hintergrund der Kämpfer zu legen. Jeder Sportler muss seine MMA Wettkampftauglichkeit durch eine ärztliche Untersuchung, die in dem Jahr ausgestellt wurde in dem der Kämpfer starten will, nachweisen. In der ärztlichen Bescheinigung muss der „MMA Sport“ explizit erwähnt und erlaubt werden.

02.2b) Anmeldungsvorgaben für Sportler unter 18 Jahren

Zwingend für alle unter 18 ist die Einwilligung per Unterschrift der/des Erziehungsberechtigten und des jeweiligen MMA Trainers auf der Kampf Anmeldung des jeweiligen Sportlers!

02.3) Aufwandsentschädigungen

02.3a) Grundsätzlich erhält ein MMA Kämpfer kein Geld für seine MMA Kämpfe

02.3b) Der Veranstalter kann eine Startgebühr von den Kämpfern erheben.

02.3b) Eine Amateur Veranstaltung schließt, in Ausnahmefällen, nicht aus das die Kämpfer eine Aufwandsentschädigung für An- und Abreise sowie anderer Ausgaben erhalten. Dies muss vorher aber schriftlich zwischen Kämpfer und Veranstalter vereinbart werden.

03) GESUNDHEITSRICHTLINIEN FÜR ARZT / KÄMPFER / KAMPFGERICHT

Ohne einen Arzt an der Wettkampffläche dürfen keine Kämpfe durchgeführt werden! Es genügt nicht wenn der Veranstalter Sanitäter o.ä. einsetzt. Der Arzt hat sich während des Wettkampfes an der Wettkampffläche zu befinden!

Vor jedem Kampf muss der Kämpfer zusätzlich auf seine Kampftauglichkeit untersucht werden. Stellt der Arzt fest, dass der Kämpfer durch Krankheit, Doping oder aus anderen Gründen nicht kampftauglich ist, wird der betreffende Kämpfer sofort vom Kampf ausgeschlossen. Gegen diese Entscheidung sind Rechtsmittel nicht zulässig. Der betroffene Kämpfer hat alle für diese Kampfpaarung anfallenden Kosten zu tragen und seine eventuell ausgelobte Kampfgage verfällt. (Reisekosten, Hotel, (eventuelle) Kampfgage des Gegners, Ausfallentschädigung für den Veranstalter usw.)

Der Arzt ist auch berechtigt, nach einem Kampf eine Dopingkontrolle durchzuführen. Sollte sich der betreffende Kämpfer weigern, wird ihm - im Falle eines Sieges - der Sieg wieder ab erkannt. Über die Dauer einer anschließenden Sperre, sowie eine eventuelle rechtliche und/oder publizistische Würdigung dieses Vorfalles, entscheidet der Veranstalter und sein Kampfgericht.

Jeder MMA Sportler muss seine Wettkampftauglichkeit durch eine ärztliche Untersuchung nachweisen. Der ärztliche Untersuchungsnachweis muss beim wiegen vorgelegt werden, dieser darf nicht älter als ein Jahr alt sein und muss explizit auf den MMA Sport hinweisen. Ohne diesen Nachweis darf der Sportler nicht kämpfen!

Jeder Hauptkampfrichter eines Events muss seine allgemeine Sporttauglichkeit durch eine ärztliche Untersuchung nachweisen. Der ärztliche Untersuchungsnachweis darf nicht älter als ein Jahr alt sein und muss auf verlangen des Veranstalters auch vorgelegt werden können.

04) WIEGEN / ANTRITTSALTER / GEWICHT

Die Kämpfer werden zu einem vom Veranstalter festgelegten Zeitpunkt gewogen. Sollten die Kämpfer nicht anwesend sein, erlischt dadurch jedes Recht auf den vereinbarten Kampf, sie können für alle eventuell entstehenden Kosten haftbar gemacht werden!

Der HKR und sein Team haben dafür zu sorgen, dass immer beide Gegner zur gleichen Zeit gewogen werden. Nach dem wiegen geben sich beide Kämpfer die Hand!

Der HKR ist für die Erstellung eines Wiegeprotokolls verantwortlich. Sollte einer der Kämpfer Übergewicht haben, so wird ihm eine Frist von ca. 2 Stunden eingeräumt, um das geforderte Gewicht auf die Waage zu bringen. Sollte der über gewichtige Kämpfer dann immer noch nicht das geforderte Gewicht bringen, kann der Gegner sich weigern, den Kampf zu bestreiten. In diesem Falle hat der über gewichtige Kämpfer alle finanziellen Auslagen seines Gegners zu erstatten.

Gewogen wird mit einer geeichten Waage, welche der Veranstalter zur Verfügung zu stellen hat. Alle Kampfangaben werden in Kilogramm gemacht. Eine zusätzliche Angabe in Pfund "lbs" ist möglich. Ein englisches Pfund sind 453,59 Gramm.

04.1) Altersklassen

Kids Class = Mädchen und Jungen ab 10 bis 14 Jahre starten unter dem Allkampf U14 Reglement

Junior Class = Mädchen und Jungen ab 15 bis 18 Jahre starten unter dem Allkampf U18 Reglement

Adult Class = Frauen und Männer ab 18 dürfen in allen Regelwerksklassen kämpfen

04.2a) Gewichtsklassen

Regelwerk	Alter	Gewichtsklasse bis (Kg)	wer wo
Allkampf Kids Class	10 -14 Jahre	25, 27, 29, 31, 34, 37, 41, 45, 49, 53, 57 + offiz. Gewichtsklassen	Mädchen und Jungen gemeinsam
Allkampf Junior Class	15 - 18 Jahre	25, 27, 29, 31, 34, 37, 41, 45, 49, 53, 57 + offiz. Gewichtsklassen	Mädchen und Jungen gemeinsam
Adult Class	ab 18 Jahre	offiz. Gewichtsklassen	Frauen und Männer getrennt

04.2b) Gewichtsklassen

1. Fliegengewicht:	unter 57 kg
2. Bantamgewicht:	57,1 bis 61 kg
3. Federgewicht:	61,1 bis 66 kg
4. Leichtgewicht:	66,1 bis 70 kg
5. Weltergewicht:	70,1 bis 77 kg
6. Mittelgewicht:	77,1 bis 84 kg
7. Halbschwergewicht:	84,1 bis 93 kg
8. Schwergewicht:	93,1 bis 120 kg
9. Super Schwergewicht:	über 120 kg

Flyweight:	under 125.9 lbs
Bantamweight:	126 lbs to 134.9 lbs
Featherweight:	135 lbs to 144.9 lbs
Lightweight:	145 lbs to 154,9 lbs
Welterweight:	155 lbs to 169,9 lbs
Middleweight:	170 lbs to 184,9 lbs
Light Heavyweight:	185 lbs to 204,9 lbs
Heavyweight:	205 lbs to 264,9 lbs
Super Heavyweight:	over 265 lbs

05) REGELWERKVORGABEN / RUNDEN / GESPERRTE TREFFERFLÄCHEN

Jeder Kämpfer der Adult Class, der noch keine 5 (in Worten FÜNF) MMA-Kämpfe nachweisen kann, muss nach dem „U18“ und kann aber auch nach dem „U14“ Regelwerk kämpfen.

05.1) Allkampf U14 / Kids Class

Die Kämpfe gehen über zwei Runden, davon dauert jede Runde nicht länger als drei Minuten, mit einer Pause von einer Minute zwischen den beiden Runden.

05.2) Allkampf U18 / Junior Class

Die Kämpfe gehen über drei Runden, davon dauert jede Runde nicht länger als vier Minuten, mit einer Pause von einer Minute zwischen den beiden Runden.

05.3) Adult Class

MMA Kämpfe in der Erwachsenen Klasse gehen maximal über drei Runden, davon dauert jede Runde nicht länger als fünf Minuten, mit einer Pause von einer Minute zwischen den beiden Runden.

05.4) gesperrte Trefferflächen

05.4.1) Kopf / keine Trefferzone und somit gesperrter Bereich:

- Hals / vorne
- Hinterkopf
- Genick
- alles was hinter den Ohren liegt
- Fontanelle bis zum Haaransatz

Anmerkung des MMA-Trainerakademie Teams: Umgangssprachlich könnte man es auch so sagen: wenn ein Sportler ein Kopfhörer und ein Basecap aufhaben würde, so wäre alles Trefferfläche was sich unter dem Basecape und vor den Kopfhörern in Richtung Nase befindet. Reguläre Trefferfläche ist die sogenannte Maske.

05.4.2) Körper / keine Trefferzone und somit gesperrter Bereich:

- Wirbelsäule
- Nieren
- Genitalbereich

05.4.3) Beine / keine Trefferzone und somit gesperrter Bereich:

- Kniescheiben / Gerade Tritte gegen diese

06) TRAINER UND SEKUNDANTEN

Während den MMA- und Allkampf Wettkämpfen dürfen sich maximal 2 Personen, pro Kämpfer in der Ecke des Kämpfers befinden.

Jede Person die ihren Kämpfer beim Kampf betreuen möchte muss bei der Regelbesprechung anwesend sein!

Die Trainer und Sekundanten die ihren Kämpfer betreuen, haben Sportkleidung und Turnschuhe zu tragen.

In der Kampfzeit, haben die betreuenden Personen auf zwei Stühlen zu sitzen und dürfen während des Kampfes diese nicht verlassen.

Der Trainer ist berechtigt, einen Kampf abubrechen. Dies macht er dem Ringrichter deutlich, indem er ein Handtuch in den Ring wirft. Diese Regel schließt aber nicht aus, dass der Kämpfer selbst aufgeben kann.

Ein anwesender Trainer oder ein Kämpfer hat die Möglichkeit, Protest gegen ein Urteil einzulegen. Protest ist immer in schriftlicher Form beim Veranstalter einzureichen. Bevor die Bearbeitung beginnt, muss die Protestgebühr von 200,- Euro auf dem Veranstalterkonto gutgeschrieben worden sein.

Betreten während eines Kampfes Trainer und/oder Sekundanten die Kampffläche, wird der Kampf abgebrochen und der Gegner erhält den Sieg als TKO zuerkannt! Der Kampf ist erst zu Ende, wenn der HKR das Ergebnis verkündet, oder die Kampffläche für die Pausenbetreuung freigegeben wurde.

Benehmen sich Trainer und/oder Sekundanten in irgend einer Form unsportlich, wird diese Mannschaft ermahnt oder verwahrt. Die Wertung dieser Ermahnung / Verwarnung fließt in die Kampfbewertung mit ein.

Der HKR kann auch den Kampf sofort abbrechen. Der Gegner erhält dann den Sieg als TKO zuerkannt!

07) KAMPFGERICHT

Die Hauptkampfrichter (HKR), der Ringarzt (RA) und Kampfrichter (KR) haben sich vor, während und nach den Kämpfen, insbesondere im Umgang mit den Kämpfern und Trainern, so zu verhalten, dass sie zu keinem Zweifel an ihrer Unparteilichkeit Anlass geben.

07.1) Das Kampfgericht

Das Kampfgericht (KG) besteht aus einem oder mehreren Hauptkampfrichter (HKR) drei Kampfrichter (KR) und einem Arzt, dieser wird unabhängig von der Wettkampffläche „Ring Arzt“ (RA) genannt.

Der HKR steht im Ring und wertet nicht, die KR punkten nach den KG Vorgaben. Nur in Ausnahmefällen kann auch ein sogenanntes „kleines Kampfgericht“ einen Kampf leiten, dann wertet der HKR mit und wird von zwei KR unterstützt. Der HKR ist der Teamchef und für die Arbeitsaufteilung verantwortlich, zwei KR während des Kampfes für das Protokoll und als Zeitnehmer zuständig.

Die Kampfrichter, im besonderen der HKR überwachen die Einhaltung der Vorschriften und Regeln. Der HKR ermahnt, verwarnt oder disqualifiziert einen oder beide Kämpfer, je nach Schwere des Verstoßes gegen die geltende MMA Regeln. Das KG hat unparteiisch und nach besten Wissen und Gewissen Aufgrund der vorgeschriebenen Wertungsrichtlinien, die Leistungen der Kämpfer zu beurteilen. Sie haben am Ende des Kampfes das komplette Ergebnis im Protokoll zu vermerken. Insbesondere haben sie bei einem Kopf KO, eines Kämpfers, einen gesonderten Sperrvermerk an den jeweiligen Verband des Kämpfers zu senden.

Der HKR und oder die KR haben vor dem Kampf die Bandagierungen der Kämpfer zu kontrollieren und abzuzeichnen. Der HKR hat direkt vor dem Kampf das Vorhandensein der Schutzausrüstung zu kontrollieren. Der HKR hat mit allen Kämpfern (und den jeweiligen Betreuern, die in der Ecke des Kämpfers stehen wollen,) vor einem Turnier gemeinsam das den Kampf betreffende Regelwerk durchzusprechen und alle offenen Fragen abzuklären.

Wenn im Kampf eine Situation entsteht die nicht in den Regeln aufgeführt ist, so wird der HKR sich mit dem Kampfgericht beraten und dann die Entscheidung des KG verkünden.

07.2) Kleidung

Die KG Kleidung besteht grundsätzlich aus einem schwarzen kurzärmeligen Hemd oder T-Shirt, schwarzer Hose und schwarzen Sportschuhen. Die KR haben selbst dafür zu sorgen das ihre Kleidung immer sauber und anständig aussieht. Weiterhin hat der HKR beim Wettkampf Anti Aids Handschuhe zu tragen. Dabei gilt: ein Kampf ein paar Handschuhe.

Der HKR darf keine Gegenstände tragen, welche den Kämpfer verletzen könnten. Das tragen von Ringen, Halsketten und Uhren während des Kampfes ist verboten. Der Kampfrichter darf keine Brille tragen, Kontaktlinsen sind erlaubt.

07.3) Hauptkampfrichter

HKR kann nur werden, wer eine gültige Kampfrichter Lizenz der MMA Trainerakademie oder einer von ihr akzeptierten Organisation hat. Voraussetzung ist die praktische Arbeit als KR unter Anleitung eines lizenzierten HKR, sowie einer bestandenen Prüfung.

08) MÖGLICHE KAMPFENTSCHEIDUNGEN

Ein Kampf kann auf vier verschiedenen Arten enden:

08.1) knock out (KO)

- Ein Kämpfer wird von einem erlaubten Schlag oder Tritt getroffen und wird entweder ohnmächtig oder ist nicht in der Lage den Kampf weiterzuführen.

08.2) Aufgabe (SUB)

- 8.2a) physisches Abklopfen.
- 8.2b) verbale Aufgabe.

08.3) Technisches Knockout (TKO)

- 8.3a) HKR bricht den Kampf ab. Ein „Referee Stoppage“, in welcher der Ringrichter den Kampf abbricht, weil einer der Kämpfer nicht mehr in der Lage ist sich „intelligent zu verteidigen“. Ebenso wenn der Trainer für seinen Schützling das Handtuch wirft, weil er eine Situation sieht die dem HKR entgangen ist und eine Gefahr für den Kämpfer darstellt. Nach dem Handtuchwurf bricht der HKR sofort ab.
- 8.3b) Ringarzt bricht den Kampf ab. Der Ringarzt wird einen Kampf abbrechen, wenn eine Verletzung einen Kämpfer zu stark hindert oder auch eine größere Blutung aus einer Platzwunde nicht gestillt werden kann.

08.4) Kampfrichter Entscheidung (decision):

Nachdem es nach Ablauf der regulären Kampfzeit keinen Sieger gibt, liegt die Entscheidung bei den Kampfrichtern. Es gilt ein „10 Punkte System“, in dem der Gewinner einer Runde 10 Punkte bekommt und der Verlierer 9 oder weniger.

- 08.4a) einstimmige Entscheidung; wenn alle drei Kampfrichter den Kampf für denselben Athleten werten.
- 08.4b) geteilte Entscheidung; wenn zwei Kampfrichter den Kampf für einen Athleten werten und ein Kampfrichter für den Gegner stimmt.
- 08.4c) Mehrheitsentscheidung; wenn zwei Kampfrichter den Kampf für einen Athleten werten und ein Kampfrichter für ein Unentschieden stimmt.
- 08.5) Unentschieden (draw)
- 08.5a) einstimmiges Unentschieden; wenn alle drei Kampfrichter den Kampf als unentschieden werten.
- 08.5b) mehrheitliches Unentschieden; wenn zwei Kampfrichter den Kampf als unentschieden werten.
- 08.5c) geteiltes Unentschieden; wenn alle drei Kampfrichter unterschiedlich werten.
- 08.6) Disqualifikation. (Disqualification)
- 08.7) Gegner tritt, nach dem wiegen nicht an. (walk over)

09) KAMPFZEITEN

	Kids Class	Junior Class	Adult Class
	Allkampf U 14	Allkampf U 18	Adult
	10 – 14 Jahre	15 – 18 Jahre	ab 18
<hr/>			
Rundenzeit round time	2x3	3x4	3x5

09.1) Pause

Eine Pause ist jeweils ein Minute lang.

10) KAMPFABLAUF

Bevor ein Kampf stattfindet hat es eine Regelbesprechung gegeben, in der das jeweilige Regelwerk durchgesprochen wird! Der Arzt, der Veranstalter, das komplette Kampfgericht und alle Kämpfer sowie alle Betreuer bzw. Trainer – die in der Ecke ihrer Kämpfer stehen wollen – haben dabei anwesend zu sein!

10.1) Vor dem Kampf

Der HKR organisiert die Kontrolle: der Bandagen, der Handschuhe, der Schutzausrüstung und das Auftragen der Vaseline direkt vor dem Kampf

10.2a) Während dem Kampf

Auf ein Zeichen des Hauptkampfrichters (HKR) betreten beide Sportler die Kampffläche. Der HKR fragt beide Kämpfer ob sie fertig/bereit zum Kampf sind. Es ist möglich dass er nochmals auf einzelne Regeln des Kampfes hinweist. Beide Kämpfer grüßen, auf ein Signal des HKR, (in ihrer ihrem Stil entsprechenden Weise) ihren Gegner!

10.2b) Kommando zur Einleitung des Kampfes

Kommando "Bist Du bereit?" ("are you ready?") - der Kämpfer muss klar mit "Ja" ("yes") antworten oder ganz offensichtlich nicken (bzw. seine Kampfbereitschaft zeigen).

10.2c) Kommandos im Kampf

10.2c1) Kommando "kämpft" ("fight") eröffnet den Kampf!

10.2c2) Kommando "Pause" ("break") unterbricht den Kampf

10.2c3) Kommando "STOP" ("Stop" / "Stop the Fight") heißt alle Handlungen sofort beenden!

10.2c4) Das Kommando "STOP - Position merken" ("freeze") dient dazu den Kampf zu stoppen, wenn die Kämpfer, im Bodenkampf aus dem Ring fallen könnten. Beide Kämpfer merken sich ihre Position, beide gehen in die Ringmitte und dort wird in der gleichen Position wie zuvor (in der unterbrochen wurde) - nachdem der HKR beide Kämpfer gefragt hat, ob sie beide bereit sind ("are you ready?") und beide mit "Ja" ("Yes") geantwortet haben - der Kampf fortgesetzt.

10.2d) Inaktivität im Bodenkampf

Der HKR kann den Bodenkampf bei Inaktivität der Kämpfer jederzeit abbrechen. Der Kampf wird dann im Stand fortgeführt.

10.3) Pausen Betreuung

Ein Kämpfer darf in der Pause zwischen den Runden nur noch von seinen 2 Sekundaten betreut werden. Der Veranstalter legt fest ob du wie ein Cutman eingesetzt wird. Wird er bzw werden sie eingesetzt gilt: Ausschließlich den Cutman, nicht einem der Betreuer, ist es erlaubt, den Kämpfer mit Vaseline einzureiben, um Cuts zu behandeln oder vorzubeugen. Sollte ein Cutman erforderlich sein, darf nur ein einziger Betreuer mit in die jeweilige Ecke.

10.4) Nach dem Kampf

Nach Kampf Ende treten sich die Kämpfer wieder gegenüber. Beide Sportler geben sich die Hände. DANACH erst gibt der Hauptkampfrichter den Sieger bekannt!

11) KAMPFABBRUCH / ENTSCHEIDUNG

Der Hauptkampfrichter (HKR) und der Ringarzt sind die Einzigen, die befugt sind den Ring/die Kampffläche jederzeit während des Kampfes zu betreten. Der HKR ist der einzige Schiedsrichter eines Kampfes. Nur der HKR und der Ringarzt dürfen einen Kampf abbrechen. Das Werfen des Handtuches auf die Kampffläche durch einen Sekundanten für den eigenen Kämpfer ist ebenfalls regelkonform.

Jeder Kampf wird grundsätzlich von drei Kampfrichtern (KR) bewertet und gepunktet. Für Ausnahmeregelungen siehe Punkt 7.1) Das Kampfgericht: „...Der HKR steht im Ring und wertet nicht, die KR punkten nach den KG Vorgaben. Nur in Ausnahmefällen kann auch ein sogenanntes „kleines Kampfgericht“ einen Kampf leiten, dann wertet der HKR mit und wird von zwei KR unterstützt.“

12) WERTUNGSVORGABEN / WERTUNGSSYSTEM

Beim Bewerten eines Kampfes kommt standartgemäß das Zehn-Punkte-System zum Einsatz. Beim Zehn-Punkte-System werden dem Gewinner einer Runde 10 Punkte zugesprochen und dem Verlierer der Runde 9 Punkte oder weniger, außer im seltenen Fall einer ausgeglichenen Runde, die mit 10 Punkten für beide Athleten gewertet wird.

12.1) Die Kampfrichter bewerten MMA-Techniken nach

effektiven Schlägen,
effektiven Bodenkampf,
Kontrolle des Kampfareals,
effektive Aggressivität und
Verteidigung.

Die Bewertungen findet in der oben genannten Reihenfolge statt

12.1a) Effektive Schläge werden gewertet, indem die Gesamtzahl der erlaubten schweren Treffer, die durch einen Athleten ausgeführt werden und beim Gegner landen, ermittelt wird.

12.1b) Unter effektivem Bodenkampf versteht man erfolgreiche Wurftechniken und Konter gegen Würfe. Beispiele dafür sind Wurftechniken aus dem Stand, bei dem der Sportler auf seinem Gegner landet, das Passieren der gegnerischen Deckung am Boden sowie die eigene Verwendung einer aktiven, offensiven Deckung im Bodenkampf.

12.1c) Es kontrolliert der Athlet das Kampfareal, der das Tempo und den Ort des Kampfes bestimmt. Punktebringende Aktionen sind u. a. die Abwehr einer Wurftechnik, eigene Wurftechniken durch die der Bodenkampf forciert wird, potenziell den Kampf beendende Aufgabegriffe, das Passieren der gegnerischen Deckung in die Mount sowie aktives Schlagen.

12.1d) Effektive Aggressivität bedeutet eine Vorwärtsbewegung und das Landen eines erlaubten Schlages.

12.1e) Effektive Verteidigung bedeutet die Vermeidung, Treffer zu fangen, zu Boden geworfen oder umgedreht zu werden durch Kontern mit offensiven Angriffen.

12.2) Wertungssystem

Von den Kampfrichtern sind beim Zählen einer Runde die folgenden Zählkriterien zu anzuwenden:

Eine Runde wird als 10-10 gewertet, wenn beide Athleten gleich stark kämpfen und kein Kontrahent die Runde klar dominiert.

Eine Runde ist als 10-9 zu werten, wenn ein Athlet knapp gewinnt, eine größere Anzahl an effektiven erlaubten Treffern landet, Bodenkämpfe und andere Manövern für sich entscheidet.

Eine Runde ist als 10-8 zu werten, wenn ein Athlet die Runde durch Treffer oder Bodenkampf überwältigend dominiert.

Eine Runde ist als 10-7 zu werten, wenn ein Kontrahent die Runde vollkommen durch Treffer oder Bodenkampf dominiert.

Die Kampfrichter müssen eine gleitende Skala verwenden und die Zeitdauer bewerten, in der die Athleten entweder stehen oder sich wie folgt am Boden befinden:

12.2a) Wertungssystem Schwerpunkt Boden

Wenn die Athleten die meiste Zeit einer Runde am Boden zubrachten; dann:
wird effektiver Bodenkampf zuerst gewichtet, und
effektives Schlagen anschließend gewichtet.

12.2b) Wertungssystem Schwerpunkt Stand

Wenn die MMA-Athleten die meiste Zeit einer Runde stehend zubrachten, dann:
wird effektives Schlagen zuerst gewichtet, und
effektiver Bodenkampf anschließend gewichtet.

12.2c) Wertungssystem bei gleichem Verhältnis von Stand- und Bodenkampf

Endet eine Runde mit einem ausgeglichenen Verhältnis von Stand- und Bodenkampf, so werden Schlagen und Bodenkampf gleich gewichtet.

13) VERWARNUNGEN

Bei folgenden Verstößen wird eine Verwarnung ausgesprochen:

- 13.1) Festhalten oder Greifen der Abzäunung der Kampffläche.
- 13.2) Festhalten der Hose oder der Handschuhe des Gegners.
- 13.3) Liegenbleiben auf der Ringumrandung länger als eine Sekunde.
- 13.4) Unsportliche Gesten
- 13.5) Während des Kampfes reden

Mehrmaliges Verwarnen in der gleichen Sache wird wie ein Foul gewertet.

Mehrmaliges Verwarnen in der gleichen Sache kann aber auch zur sofortigen Disqualifikation führen.

14) REGULÄRE MMA TECHNIKEN / FOULS

Da MMA Wettkämpfe erst ab dem achzehnten Lebensjahr möglich sind, gibt es – unter Beachtung der Safty Ladder – auch für jüngere Sportler, durch das „Allkampf“ Regelwerk, die Möglichkeit zu kämpfen.

14.1) Reguläre Techniken

Techniken im Stand Stand Up Techniques	Kids Class	Junior Class	Adult Class
	Allkampf U 14	Allkampf U 18	Adult
	10 – 14 Jahre	15 – 18 Jahre	ab 18
Schläge zum Kopf punches to the head	Ja Yes	Ja Yes	Ja Yes
Schläge zum Körper punches to the body	Ja Yes	Ja Yes	Ja Yes
Ellbogen zum Kopf elbows to the head	Nein No	Nein No	Nein No
Ellbogen zum Körper elbows to the body	Nein No	Nein No	Ja Yes
Tritte zum Kopf kicks to the head	Nein No	Ja Yes	Ja Yes
Tritte zum Körper kicks to the body	Nein No	Ja Yes	Ja Yes
Knie zum Kopf knees to the head	Nein No	Nein No	Ja Yes
Knie zum Körper knees to the body	Nein No	Nein No	Ja Yes

Techniken am Boden Ground Techniques	Kids Class	Junior Class	Adult Class
	Allkampf U 14	Allkampf U 18	Adult
	10 – 14 Jahre	15 – 18 Jahre	ab 18
Schläge zum Kopf punches to the head	Nein No	Ja Yes	Ja Yes
Schläge zum Körper punches to the body	Ja Yes	Ja Yes	Ja Yes
Ellbogen zum Kopf elbows to the head	Nein No	Nein No	Nein No
Ellbogen zum Körper elbows to the body	Nein No	Nein No	Ja Yes
Tritte zum Kopf kicks to the head	Nein No	Nein No	Nein * No *
Tritte zum Körper kicks to the body	Nein No	Ja Yes	Ja Yes
Knie zum Kopf knees to the head	Nein No	Nein No	Nein No
Knie zum Körper knees to the body	Nein No	Ja Yes	Ja Yes
Bodyslams body slams	Nein No	Nein No	Ja bis Kniehöhe Yes/only knee height

* Nur Upkicks zum Kopf eines stehenden Gegners sind erlaubt

* only Upkicks

Schutzausrüstung Safeties	Kids Class	Junior Class	Adult Class
	Allkampf U 14	Allkampf U 18	Adult
	10 – 14 Jahre	15 – 18 Jahre	ab 18
Zahnschutz* mouth piece*	Ja Yes	Ja Yes	Ja Yes
Tiefschutz groin guard	Ja Yes	Ja Yes	Ja Yes
MMA Handschuhe MMA gloves	Dicke MMA Handschuhe ca. 8 oz MMA gloves approximately 8 oz	Dicke MMA Handschuhe ca. 8 oz MMA gloves approximately 8 oz	MMA Handschuhe ca. 5 oz MMA gloves approximately 5 oz
Kopfschutz helmet	Ja Yes	Ja Yes	optional
Schienbeinschützer shin guard	Ja Yes	Ja Yes	optional
Rundenzeit round time	2x3	3x4	3x5

* Information zum Verlieren des Zahnschutzes: 1te = Kampfstop (1te Ermahnung), 2te = Kampfstop (1te Verwarnung), 3te = Kampfstop (2te Verwarnung und Kampfabbruch TKO)

* information about the loss of the mouth guard: 1st stop fighting (Admonition) / 2nd stop fighting (1st warning) / 3rd stop fighting (2nd warning and TKO)

ACHTUNG! Die Augen sind offen zu halten während man gewürgt wird!

Attention please! Keep the eyes open while you are getting choked/strangled!

14.2) Fouls

Nach drei „normalen“ Fouls oder einem „grogen“ Foul, wird der Athlet disqualifiziert. Die Wertigkeit zwischen einem „normalem“ und einem „grogen“ Foul obliegt dem HKR.

- Ein Foul im Affekt bzw ohne erkennbare Absicht wird als „normales Foul“ behandelt.
- Ein Foul das zu verhindern gewesen wäre und/oder das mit Absicht begangen wurde, wird als „grobtes Foul“ behandelt.

14.1a) Ein Foul führt zu Abzug eines Punktes durch den HKR vom Punktestand des foulenden Athleten. Die Kampfrichter notieren für jede Runde die durch den HKR abgezogenen Punkte. Nur ein HKR kann ein Foul erklären. Erklärt der HKR kein Foul, so dürfen die Kampfrichter nicht eigenmächtig diese Entscheidungen treffen.

14.1b) Wenn ein Foul begangen wird, so unterbricht der HKR den Kampf und prüft den Zustand des gefoulten Athleten und seine Sicherheit.

14.1c) Der HKR signalisiert anschließend optisch den Abzug des Punktes vom Punktestand des foulenden Athleten. Damit informiert er die Betreuer in den Ecken und die offiziellen Punktrichter.

14.1d) Ein gefoulter Athlet darf sich bis zu fünf Minuten lang erholen.

14.2.a) Begeht ein am Boden liegender Athlet ein Foul, so wird der Kampf trotzdem fortgesetzt, es sei denn der sich obenauf befindende Athlet wird so verletzt das er in seiner Kampfführung behindert wird.

14.2b) Der HKR informiert den am Boden liegenden Athleten mündlich über das Foul.

14.2c) Wenn die Runde beendet ist, bewertet der HKR das Foul und informiert beide Ecken, die Kampfrichter und die offiziellen Punktrichter darüber.

14.3a) Grundsätzliche Fouls

Grundsätzliche Fouls	fundamental fouls
Kopfstöße	headbutt
Anspucken	to spit on somebody
Tiefschläge	strikes to groin
Augenkratzen	to scratch in the eyes
Haare ziehen	hairpulling
Beißen / Kratzen / Kneifen	bite / scratch / pinch
Festhalten des Schlüsselbeines	to stick the collarbone
Unsportliche Vorgehensweise / Beleidigungen	unsporting conduct / insults
Beleidigungen innerhalb des Ringes / Zaunes	insults inside the ring / fence
Angriffe während der Pause	attacks during the break
Fremdes Eingreifen	foreign intervention
Unsportliche Vorgehensweise die eine Verletzung zur Folge hat	unsporting conducts with approach to injury
Nichtbeachtung der Schiedsrichterentscheidungen	disregarding of referee decisions
Einführung der Finger in Körperöffnungen / Verletzungen	introduction of the finger into body orifices / injuries
Angriffe auf Gegner unter der Obhut des Schiedsrichters bei fehlender Kampffreigabe	attacks on opponents under the care of the referee in the absence of fight release
Hebel an kleinen Gelenken (weniger als 2 Finger/Zehen)	Small joint manipulation (less than two fingers/toes)
Feigheit, u. a. Vermeidung des Kontaktes mit dem Gegner, absichtliches oder wiederholtes Verlieren des Mundschutzes oder Vortäuschen einer Verletzung	Timidity, including, without limitation, avoiding contact with an opponent, intentionally or consistently dropping the mouthpiece or faking an injury.

Grundsätzliche Fouls**fundamental fouls**

Stampftritte auf den Kopf	stompkicks on the head
Knie auf die Fontanelle (z.B. aus d. Nord Süd Position)	knee on the fontanelle (e.g. from the north-south position)
Festhalten an den Seilen oder dem Zaun	adherence to the ropes or the fence
Fersentritte auf die Niere	heel kicks to the kidney
Schläge auf Hinterkopf oder Wirbelsäule	strikes to back of the head or spine
Angriffe nach Ertönen der Ringglocke für das Kampfende	attacks after the tone of the bell ring for the fight end
Schläge auf den Hals, sowie das Abdrücken der Luftröhre mit krallender Hand	strikes to the neck and to shoot of the windpipe with a claw hand
Nach unten gerichtete Schläge mit der Spitze des Ellbogens (Strikes)	downward strikes with the tip of the elbow
Das absichtliche Werfen des Gegners auf den Kopf oder das Genick!	throwing the opponent on the head or neck
Das Werfen des Gegners aus dem Ring oder dem umzäunten Bereich	throwing the opponent from the ring or the fenced area
Festhalten der Hose oder Handschuhe des Gegners	adherence of trousers or gloves of an opponent
Tritte, Knie und Ellbogen zum Kopf wenn ein anderer Körperteil als die Fußsohle des Gegners den Boden berührt. Tritte zum Kopf wenn der Bauch zum Boden zeigt	Kicks, knees and elbows to the head when another part of the body of the opponent than the sole of the foot touches the ground. kicks to the head, when the belly shows to the ground

14.3b) Spezielle Fouls

Spezielle Fouls diese gelten generell für alle Kämpfe. Bei den Erwachsenen ist es möglich diese Techniken zuzulassen, wenn in einer Ausschreibung explizit darauf hingewiesen wird das diese Techniken erlaubt werden.

Spezielle Fouls**special Fouls**

Gedrehte Genickhebel	Twisted Neck Holds
Grade Genickhebel (Can-Opener, Crucifix)	Straight Neck Holds (Can opener / Cruzifix)
Wirbelsäulenhebel wie Twister oder Cobra	Twisted Spine Holds (Body Twister / Cobra)
Gedrehte Kniehebel (Heelhook)	No heel hooks or other twisted knee attacks
Das Ausführen eines Wurfes aus einem Hebel oder einem Würger ist nicht zulässig	No takedowns from a locked submission or choke
Würfe, die den Gegner auf den Kopf oder Genick stellen sind ebenfalls verboten	No takedowns on the head or neck area

15) VERLETZUNGEN DURCH SCHLÄGE ODER FOULS

15.1) Faire Schläge

Ist die Verletzung schwerwiegend genug, um einen Kampf zu beenden, so verliert der verletzte Athlet durch TKO.

15.2) Unfaire Schläge / grobes Fouls

15.2.1) Ist bei einem Foul eine Verletzung schwerwiegend genug, um die sofortige Beendigung eines Kampfes zu begründen, so verliert der Verursacher den Kampf durch Disqualifikation.

15.2.2) Kann nach einer Verletzung durch ein Foul der Kampf trotzdem fortgesetzt werden, so informiert der HKR die Punktrichter und zieht dem das Foul verursachenden Athleten automatisch zwei Punkte ab.

15.2.3) Ist eine unter 15.2.2) beschriebene Verletzung der Grund für einen Kampfabbruch in einer späteren Runde, so gewinnt der verletzte Athlet durch TECHNISCHE ENTSCHEIDUNG, wenn er nach Punkten vorne liegt.

15.2.4) Ist eine unter 15.2.2) beschriebene Verletzung der Grund für einen Kampfabbruch in einer späteren Runde, so endet der Kampf als TECHNISCHES UNENTSCHEIDEN, wenn der verletzte Athlet nach Punkten hinten liegt oder ein Punktegleichstand vorliegt.

15.3) Eigenverletzung

Verletzt sich ein Athlet beim Versuch eines Fouls an seinem Gegner, so greift der Ringrichter nicht zu seinen Gunsten ein und die Verletzung wird so gewertet, als wäre sie durch einen fairen Schlag entstanden.

15.4) Unbeabsichtigtes / normales Foul

15.4.1) Jeder Kampf, bei dem eine Verletzung durch ein Foul dem Ringrichter als schwerwiegend genug erscheint, den Kampf sofort abubrechen, gilt in einem 3 Runden andauernden Kampf vor der Beendigung von 2 Runden als NICHT GEFÜHRTER KAMPF.

15.4.2) Jede Verletzung, die dem Ringrichter als schwerwiegend genug erscheint, den Kampf sofort nach 2 Runden in einem 3 Runden andauernden abubrechen, führt zu einer technischen Entscheidung, die zu Gunsten desjenigen Athleten gefällt wird, der bei Abbruch des Kampfes nach Punkten vorne liegt.

15.4.3) Tritt eine Verletzung auf, so werden für eine nicht beendete Runde keine Punkte vergeben.

15.4.4) Tritt eine Verletzung auf und der Ringrichter bestraft einen der Athleten, so wird/werden der Punkt/die Punkte vom Endstand abgezogen.

16) GESUNDHEITLICHE VORAUSSETZUNGEN DER ATHLETEN

Sämtliche Athleten müssen für die Zulassung zu MMA-Kämpfen alle medizinischen Untersuchungen und Tests durchführen lassen, die vom Veranstalter oder der vom Veranstalter bestimmten betreuenden Organisation verlangt werden.

16.1) Jeder Sportler muss mindestens einmal im Jahr seine Wettkampftauglichkeit durch eine ärztliche Untersuchung schriftlich nachweisen. Diesen Nachweis hat er am Wettkampftag ungefragt beim Wiegen den zuständigen Kampfrichtern vorzuzeigen.

16.2a) Vor jedem Kampf muss der Kämpfer durch einen Arzt auf seine aktuelle Kampftauglichkeit untersucht werden.

16.2b) Stellt der Arzt fest, dass der Kämpfer durch Krankheit, Doping oder aus anderen Gründen nicht kampftauglich ist, wird der betreffende Kämpfer vom Kampf ausgeschlossen. Gegen diese Entscheidung sind Rechtsmittel nicht zulässig.

16.3a) Unmittelbar nach einem Kampf kann jeder Athlet von einem vom HKR und/oder dem Veranstalter ernannten Arzt untersucht werden.

16.3b) Jeder Athlet, der sich weigert, sich nach dem Kampf einer ärztlichen Untersuchung zu unterziehen, wird sofort für eine unbestimmte Zeit gesperrt. Im Falle eines Sieges wird dem sich weigernden Athleten der Sieg wieder aberkannt. Aufwandsentschädigung für einen sich einer Untersuchung verweigernden Athlet entfällt, sämtliche mit seinem Kampf zusammenhängende Kosten werden gegen ihn geltend gemacht.

17) ANFORDERUNGEN AN DIE AUSSTATTUNG

Die MMA Handschuhe müssen für alle Veranstaltungen neu und/oder in sehr gutem Zustand sein. Jede Kampffläche muss so beschaffen sein, dass Verletzungen durch die Kampffläche und/oder durch die Umgebung der Kampffläche ausgeschlossen sind.

17.1) Alle Athleten der Kids und Junior Class müssen dick gepolsterte MMA Handschuhe mit einem Gewicht von über 5 Unzen (113g bis 170g) tragen. Empfohlen werden MMA Handschuhe ab 8 Unzen. Der Veranstalter eines Events stellt die Handschuhe zur Verfügung.

17.2) Alle Athleten der Adult Class müssen dick gepolsterte MMA Handschuhe mit einem Gewicht von ca. 5 Unzen (113g bis 170g) die in der Regel vom Veranstalter zur Verfügung gestellt werden tragen.

Die Kämpfer dürfen nicht Ihre eigenen Handschuhe tragen.

17.3) Ringhocker

Für jeden Betreuer muss ein entsprechender Hocker/Stuhl bereitstehen.

18) SICHERHEITSANFORDERUNGEN

Die Punkte 18.1a) und 18.1b) sind derzeit lediglich als Empfehlungen und Richtwerte zu verstehen. Vor einer Veranstaltung werden die Athleten über die Wirksamwerdung dieser Punkte in der Ausschreibung informiert. Die persönliche Schutzausrüstung darf generell keine sportlichen Aktionen verhindern und/oder verstärken. Jeder Athlet muss sauber sein und ein ordentliches Erscheinungsbild bieten.

18.1) Spezifikationen der Handbandagen der Athleten

18.1a) In allen Gewichtsklassen haben die Handbandagen aus weichem Mullstoff nicht länger als 13,72 m (15 Yard) und nicht breiter als 5,08 cm (2 Inch) zu bestehen, befestigt mit einem höchstens 1,83 m (6 Fuß) langen und 2,54 cm (1 Inch) breiten Pflasterstreifen.

18.1b) Jeder Pflasterstreifen muss zum Schutz direkt auf der Hand und in der Nähe des Handgelenks angebracht werden. Das Pflaster kann zweimal über den Handrücken gewickelt werden, darf aber höchstens 1,91 cm (3/4 Inch) über den Knöchel reichen wenn die Hand zur Faust geballt wird. Pflasterstreifen dürfen zwischen den Fingern angebracht werden um die Bandagen nach unten zu drücken.

18.1c) Die Bandagen müssen gleichmäßig und eben auf der Hand angebracht werden. Bandagen dürfen keine Technik verstärken oder verhindern. Sogenannte „harte Einbauten“ sind verboten.

18.1d) Die Bandagen und das Pflaster müssen in der Umkleidekabine in Anwesenheit eines Mitglieds des Kampfgerichts und des Managers/Chefsekundanten des Gegners an den Händen des Athleten angelegt werden. Ein Athlet kann auf sein Recht verzichten, einen Vertreter zum Anlegen der Bandagen des Gegners zu schicken.

18.1e) Auf keinen Fall dürfen dem Athleten die Handschuhe vor der Zulassung durch das dafür verantwortliche Mitglied des Kampfgerichts angezogen werden. Der Veranstalter kann auch darauf bestehen das die Handschuhe erst innerhalb des Wettkampfareals angezogen werden

18.2) Tiefschutz

Alle männlichen Athleten müssen einen folsicheren Tiefschutz tragen, welcher vor den Kampf von einem Mitglied des Kampfgerichtes geprüft und zugelassen werden muss. Tiefschutz sind für weibliche Athleten möglich.

18.3) Brustschutz

Alle weiblichen Athleten müssen während des Kampfes einen Brustschutz tragen, welcher vorher von einem Mitglied des Kampfgerichtes geprüft und zugelassen werden muss.

18.4) Mundschutz

18.4.a) Alle Athleten müssen einen gut sitzenden Mundschutz tragen, welcher vorher von einem Mitglied des Kampfgerichtes geprüft und zugelassen werden muss.

18.4b) Eine Runde beginnt erst, wenn beide Athleten ihren Mundschutz eingesetzt haben.

18.4c) Fällt ein Mundschutz während des Kampfes unbeabsichtigt heraus, so unterbricht der HKR den Kampf im ersten möglichen, die Kampfhandlung nicht störenden Moment und setzt den Mundschutz wieder ein.

18.5) Bekleidung der Athleten

18.5a) Shorts

Jeder Athlet muss sich selbst mit MMA-Shorts, Biker-Shorts, Box- oder Kickbox-Shorts/Pants ausstatten.

18.5b) Shirt/Gi

Die männlichen Athleten dürfen während des Kampfes weder Shirt noch Gi tragen. Die weiblichen Athleten müssen ein sog. Top tragen welches keine Techniken verhindert.

18.5c) Schuhe

Die Athleten dürfen während des Kampfes keine Schuhe tragen.

18.6) Gleitmittel und ähnliche

Die übermäßige Verwendung von Fetten und anderen fremden Substanzen auf Gesicht, Haaren oder Körperteilen eines Kämpfers ist untersagt. Hierzu gehören u. a. auch Cremes, Sprays und Lotionen. Der HKR/KR wird anordnen, dass übermäßige Fette oder fremde Substanzen entfernt werden müssen.

18.7) Haare

Der der HKR/KR legt fest, ob Kopf- oder Körperbehaarung für den Athleten oder seinen Gegner eine Sicherheitsgefährdung darstellt oder die Überwachung bzw. die Durchführung des Kampfes behindert. Stellt die Kopf- oder Körperbehaarung eines Athleten solch eine Gefährdung dar oder behindert sie die Überwachung oder Durchführung des Kampfes, so darf der Athlet den Kampf erst dann fortsetzen, wenn die Umstände, die zu dieser Gefährdung geführt haben oder den Kampf potenziell gefährden können zur Zufriedenheit des HKR/KR beseitigt sind. Ohne die vorangehenden Anforderungen einzuschränken muss das Kopfhair gestutzt oder so zurückgebunden werden, dass es die Sicht eines Athleten nicht behindert oder eine Gesichtspartie eines Athleten nicht verdeckt.

18.8) Schmuck

Während des Kampfes dürfen die Athleten weder Schmuck noch Piercings tragen.

18.9) Zusätzliche Sicherheitsanweisung für den Kampf

ACHTUNG! Die Augen sind offen zu halten während man gewürgt wird!

18.10) Medizinische Einrichtungen, Personal und Ausrüstung für Notfälle

18.10a) Jeder Veranstalter muss für jeden MMA-Wettbewerb medizinische Informationen, Einrichtungen und Ausrüstung bereitstellen, einschließlich, aber nicht beschränkt auf eine Trage, für Notfälle einsetzbaren Sauerstoff und einen Rettungswagen. Diese medizinischen Einrichtungen und Ausrüstungen müssen vorher von dem HKR/KR zugelassen werden. Eine Veranstaltung darf nur begonnen werden, wenn ein Rettungswagen verfügbar und zugegen ist. Wird ein Rettungswagen benötigt, um einen Athleten in eine medizinische Einrichtung zu transportieren, so darf die Veranstaltung erst dann fortgesetzt werden, wenn ein anderer Rettungswagen/Krankentransport verfügbar und zugegen ist. Unberührt davon bleibt die Anweisung: „Ohne einen Arzt dürfen keine Kämpfe durchgeführt werden. Der Arzt hat sich während des Wettkampfes an der Wettkampffläche zu befinden.“

18.10b) Bei jeder Veranstaltung muss, von Beginn des ersten Kampfes und während der gesamten Veranstaltung bis zum Verlassen des Rings/des Kampfareals durch den letzten Athleten, mindestens ein Rettungssanitäter anwesend sein. Verlässt ein Rettungssanitäter den Veranstaltungsort um einen Athleten in eine medizinische Einrichtung zu transportieren, so darf die Veranstaltung erst dann fortgeführt werden, wenn ein anderer Rettungssanitäter verfügbar und bei der Veranstaltung zugegen ist.

18.10c) Der Veranstalter wird den Ringarzt ernennen. Um einen reibungslosen Ablauf zu gewährleisten wird empfohlen mindestens zwei Ringärzte zu ernennen. Eine Veranstaltung darf erst dann beginnen oder fortgesetzt werden, wenn ein Ringarzt anwesend ist und neben dem Ring Platz genommen hat.

18.10d) Die Sekundanten, Ringrichter, Ringärzte müssen während sie am Kampf beteiligt sind, Einweghandschuhe tragen. Die Einweghandschuhe sind vom Veranstalter bereitzustellen.

19) EINSATZ VON VERBOTENEN SUBSTANZEN / NACHWEIS / STRAFEN

Neben einer möglichen strafrechtlichen Reaktion ist es dem Veranstalter eines Events freigestellt medial gegen einen Sportler vorzugehen dem der Einsatz von einem verbotenen Mittel nachgewiesen wurde und/oder der sich weigerte eine Überprüfung auf verbotene Substanzen zuzulassen, diese sabotierte, sich ihr entzog.

19.1) Einsatz von verbotenen Substanzen

Die Einnahme von jeglichen illegalen Arzneimitteln, Narkotika, Aufputzmitteln, Beruhigungsmitteln oder anderen sonstigen schmerzstillenden Mitteln oder alkoholischen Substanzen durch Athleten entweder vor einem Kampf oder während eines Kampfes, führt zur sofortigen Disqualifizierung des Athleten vom Kampf.

19.2) Nachweis von verbotenen Substanzen

Um jegliche verbotene Substanzen nachzuweisen, muss sich der Athlet vor oder nach dem Kampf einer Urinprobe oder einer anderen Laboruntersuchung, die durch den vom Veranstalter ernannten Arzt angeordnet wird, unterziehen. Weigert sich ein Athlet vor einer solchen Untersuchung, so wird er sofort vom Kampf disqualifiziert.

19.3) Urinprobe

19.3a) Um ein Vorhandensein von etwaigen Arzneimitteln festzustellen, kann verlangt werden, dass jeder Athlet vor dem Kampf eine Urinprobe abgibt.

19.3b) Auch nach einem Kampf kann, auf ein Vorhandensein von leistungssteigernden Mitteln getestet und daher auch Urinproben verlangt werden.

19.3c) Das Einsammeln von Urinproben für die Analyse wird von einem Mitarbeiter des Kampfgerichts durchgeführt und/oder überwacht. Weigert sich ein Athlet vor einer solchen Untersuchung, so wird er sofort vom Kampf disqualifiziert.

20) VERABREICHUNG ODER EINNAHME VON ALKOHOL, STIMULANZIEN, ARZNEIMITTELN ODER INJEKTIONEN / URINPROBE ODER CHEMISCHE TESTS / DISZIPLINARMASSNAHMEN

20.1) Die Verabreichung oder der Einsatz von Alkohol, Aufputzmitteln, Arzneimitteln oder Injektionen, die nicht von der WADA (siehe 20.2f)) zugelassen worden sind, einschließlich, aber nicht beschränkt auf Arzneimittel oder Injektionen, die in Unterabschnitt 20.2) aufgeführt sind, in irgendeinem Teil des Körpers, entweder vor oder während eines Wettbewerbes oder Kampfes, an oder bei einem jeden Kämpfer sind verboten.

20.2) Die folgenden Arzneimittel, Injektionen oder Aufputzmittel sind gemäß Unterabschnitt 20.1) verboten

- 20.2a) Afrinol oder ein anderes Produkt, das pharmazeutisch Afrinol gleichkommt.
- 20.2b) Co-Tylenol, oder ein anderes Produkt, das pharmazeutisch Co-Tylenol gleichkommt.
- 20.2c) Ein antihistaminhaltiges oder schleimhautabschwellendes Mittel.
- 20.2d) Ein anderes als ein in Unterabschnitt 20.4) aufgeführtes, schleimhautabschwellendes Mittel.
- 20.2e) Jedes andere als in Unterabschnitt 20.4) aufgeführtes, frei verkäufliches Medikament gegen Erkältungen, Husten oder Schnupfen. Dieser Paragraph schließt ein, aber ist nicht beschränkt auf Ephedrin, Phenylpropanolamin und Mahuang und Mahuang-Derivate.
- 20.2f) Jedes Mittel, das in der aktuellen Ausgabe der Verbotsliste der Welt-Anti- Doping-Agentur aufgeführt ist und auf die hiermit ausdrücklich verwiesen wird. Die aktuelle Ausgabe der Verbotsliste kann kostenlos unter der Internetadresse www.wada-ama.org eingesehen werden.

20.3) Zusatzinformation

Arzneimitteln oder Injektionen wie Aspirin und Mittel die Aspirin enthalten raten die meisten Kampfsportverbände ab. Der Veranstalter kann diese Mittel ebenfalls verbieten und wird das in seiner Ausschreibung und/oder den Kampfverträgen veröffentlichen. Das gleiche gilt für „nicht steroidale anti-inflammatorische“ Mittel.

20.4) Folgende Arten von Arzneimitteln oder Injektionen sind von der WADA zugelassen:

- 20.4a) Antazide, wie z. B. Maalox.
- 20.4b) Von einem Arzt verschriebenen Antibiotika, antifungale oder antivirale Mittel.
- 20.4c) Antidiarrhöische Mittel, wie z. B. Imodium, Kaopektat oder Pepto-Bismol.
- 20.4d) Antihistaminika gegen Erkältungen oder Allergien, wie z. B. Bromphen, Brompheniramin, Chlorpheniraminmaleat, Chlor-Trimeton, Dimetan, Hismal, PBZ, Seldan, Tavist-1 oder Teldrin.
- 20.4e) Brechreizhemmende Mittel, wie z. B. Dramamin oder Titan.
- 20.4f) Fiebersenkende Mittel, wie z. B. Tylenol.
- 20.4g) Antitussiva, wie z. B. Robitussin, wenn das Antitussivum kein Kodein enthält.
- 20.4h) Mittel gegen Magengeschwüre, wie z. B. Carafate, Pepcid, Reglan, Tagamet oder Zantac.
- 20.4i) Asthmamittel in Aerosolform, wie z. B. Brethine, Metaproterenol (Alupent) oder Salbutamol (Albuterol, Proventil oder Ventolin).
- 20.4j) Asthmamittel zum Einnehmen, wie z. B. Aminophyllin, Cromolyn, Nasalide oder Vanceril.
- 20.4k) Ohrenheilmittel, wie z. B. Auralgan, Cerumenexc, Cortisporin, Debrox oder Vosol.
- 20.4l) Hämorrhoidenmittel, wie z. B. Anusol-HC, Preparation H oder Nupercainal.
- 20.4m) Laxativ, wie z. B. Correctol, Doxidan, Dulcolax, Efferyllium, Ex-Lax, Metamucil, Modane oder Magnesiummilch.
- 20.4n) Nasenheilmittel, wie z. B. AYR Saline, HuMist Saline, Ocean oder Salinex.
- 20.4o) Die folgenden Nasenschleimhautabschwellungsmittel:
 - 20.4o1) Afrin;
 - 20.4o2) Oxymetazolin-HCL Nasenspray; oder
 - 20.4o3) Jedes andere Nasenschleimhautabschwellungsmittel, das pharmazeutisch einem in Unterparagraph (20.1)) oder (20.2)) aufgeführten Mittel entspricht.

20.5) Ein Athlet hat sich vor oder nach einem Kampf einer Urinprobe oder einem chemischen Test zu unterziehen, wenn der Veranstalter und/oder ein Vertreter des Kampfgerichtes es anordnet.

20.6) Ein Athlet, der eine Bestimmung dieses Abschnittes nicht einhält, unterliegt den Disziplinarmaßnahmen einzelner Athletikkommissionen. Wenn ein Kämpfer, der einen Kampf gewonnen hat oder mit einem Unentschieden daraus hervorging, die Bestimmungen dieses Abschnitts nicht eingehalten hat, kann der Veranstalter zusätzlich zu jeder anderen Disziplinarmaßnahme wird er das Ergebnis des Wettbewerbes abändern.

21) KAMPFRICHTER AUSWAHL / VERGÜTUNG / ÄRZTLICHE UNTERSUCHUNG

Der Veranstalter oder die vom Veranstalter beauftragte Person benennt die vorher geprüften und lizenzierten MMA-Kampfrichter für die jeweiligen MMA-Wettbewerbe bzw. die einzelnen MMA-Kämpfe.

Der Veranstalter oder die vom Veranstalter beauftragte Person setzt die Höhe der Vergütung fest die dem MMA-Kampfrichter zusteht. Jeder lizenzierte MMA-Kampfrichter muss sich jährlich einer umfassenden ärztlichen Untersuchung für die allgemeine Sporttauglichkeit unterziehen. Der lizenzierte MMA-Kampfrichter hat dem Veranstalter auf Anfrage ein ärztliche Attest vorzulegen, das ihm die allgemeine Sport Tauglichkeit bescheinigt.

22) EINBINDUNG ANDERER STATUTEN UND REGULARIEN / VERZICHT AUF ANFORDERUNGEN

22.1) Die Einbindung anderer Statuten und Regularien, sofern sie nicht dem Sinn der "German Mixed Martial Arts Amateur Rules" (MMA Amateur Rules) widersprechen, sind möglich. Die einzelnen Änderungen müssen in der Ausschreibung und in der Regelbesprechung vor einem Wettkampf bekannt gegeben werden.

22.2) Bei angemessener Unterrichtung aller beteiligten Parteien kann ein Veranstalter von MMA-Wettbewerben und MMA-Kämpfen eine oder mehrere in den vorliegenden einheitlichen Regeln dargelegten Anforderung(en) außer Kraft setzen bzw. zusätzlichen Bestimmungen definieren, um die Gesundheit, Sicherheit und das Wohl der Athleten zu schützen. Speziell im Allkampf Kids- und Junior Class Bereich sollte diese Regelung Anwendung finden, sowie bei allen Kämpfern die noch keine fünf MMA Kämpfe absolviert haben. Siehe auch den nachfolgenden Punkt 18)

23) EMPFEHLUNG / SAFTY LADDER

Jeder Trainer und Veranstalter sollte den Kämpfer folgenden Weg entsprechend seiner tatsächlichen Leistungsstufe einsetzen. Deshalb wird folgender sportliche Weg empfohlen:

Kampfsport ohne Vollkontakt

Dies ist die erste Stufe der sportlichen Entwicklung, in welcher der Athlet Bewegungen und Taktiken verschiedener Kampfsportarten ohne Vollkontakt (ungebremste Schläge, Tritte) erlernt. Beispiele für diese Kampfsportarten sind Ringen, Judo, Brazilian Jiu-Jitsu, Grappling.

Vollkontaktkampfsport

Auf dieser Stufe trainieren die MMA-Athleten Vollkontakt-Kampfsport wie Amateur-Boxen, Muay Thai Boxen, Kickboxen und treten auch in diesen Wettkämpfen an.

MMA ähnliches Regelwerk / Vollkontaktkampfsportarten

Diese Stufe ist dem Amateur-MMA ähnlich, unterliegt aber einem deutlich eingeschränkten Regelwerk. Das Regelwerk kann z. B. Schläge und Tritte im Stand erlauben, aber bei der Verlagerung des Kampfes auf den Boden diese Techniken verbieten und nur Grappling erlauben. Dies ist eine angemessene Stufe um erste Wettkampferfahrungen zu sammeln, bevor der Ausübende Amateur MMA Kämpfe bestreitet.

Nationales Amateur-MMA

Diese Stufe ist dem professionellen MMA ähnlich, ausgenommen einiger Unterscheidungen im Regelwerk. Ein weiterer Unterschied ist, dass die Athleten nicht für ihre sportliche Leistung bezahlt werden.

Nationales professionelles MMA

Dies ist die höchste Stufe auf nationaler Ebene. In verschiedenen Ländern können Unterschiede im Regelwerk im Bezug auf die Verwendung bestimmter Techniken auftreten.

Internationales Amateur-MMA

Hier werden höchste Anforderungen an den MMA Sportler gestellt. Diese Stufe ist dem professionellen MMA ähnlich, die Athleten werden aber nicht für ihre sportliche Leistung bezahlt.

Internationales, professionelles MMA

Dies ist die physisch und psychisch herausforderndste Stufe im MMA.

24) SALVATORISCHE KLAUSEL

Sollten einzelne Bestimmungen dieses Reglement unwirksam sein oder werden, so berührt dies die Gültigkeit der übrigen Bestimmungen dieses Reglement nicht. Der Vorstand verpflichtet sich, unwirksame Bestimmungen durch neue Bestimmungen zu ersetzen, die der in den unwirksamen Bestimmungen enthaltenen Regelungen in rechtlich zulässiger Weise gerecht werden. Entsprechendes gilt für im Reglement enthaltene Regelungslücken. Zur Behebung der Lücke verpflichten sich der Vorstand auf eine Art und Weise hinzuwirken, die dem am nächsten kommt, was dem Sinn und Zweck des Reglement bestimmt hätten, wenn der Punkt vom Veranstalter/Verantwortlichen bedacht worden wäre.

Fragen? Wünsche? Anregungen?

MMA Trainerakademie

+49 176 49 19 27 63

+43 676 411 60 78

info@mma-trainerakademie.de

www.MMA-Trainerakademie.de