

Regolamento submission wkf

I due atleti possono competere a torso nudo o con maglie tecniche elasticizzate e con pantaloncini sopra il ginocchio, purchè privi di tasche.

Sono valide tutte le tecniche di proiezione, tranne quelle effettuate trattenendo la sola testa.

Sono altresì valide tutte le tecniche di strangolamento (tranne quelle effettuate stringendo con le mani la trachea) e le leve alle braccia e alle spalle.

Sono ammesse le leve alle caviglie in asse e in torsione (americane al piede)

Tecniche proibite (che comportano immediata squalifica): microleve (alle dita) chiavi al tallone, kneebar (leva al ginocchio in asse) chiavi o compressioni al polso, compressioni muscolari, leve cervicali.

Punteggio: 2 punti per le proiezioni , il ginocchio sullo stomaco, i ribaltamenti effettuati partendo da una posizione di guardia.

3 punti per il passaggio di guardia

4 punti per la presa della schiena e la monta.

Il tap out (resa dell'atleta battendo il suolo o l'avversario) corrisponde al ko e decreta la vittoria indipendentemente dal punteggio.

Durata delle lotte: un round da 5 minuti.