

**K.K.T.C.
KICKBOKS VE MUAYTHAI FEDERASYONU**



AMATÖR MMA MÜSABAKA TALİMATI

K.K.T.C.
KICKBOKS VE MUAYTHAI FEDERASYONU
AMATÖR MMA MÜSABAKA TALİMATI

BİRİNCİ BÖLÜM
Amaç, Kapsam, Dayanak ve Tanımlar

1. **Amaç:** Bu Talimatın amacı; K.K.T.C. Kickboks ve Muaythai Federasyonu ile bağlı bulunduğu Uluslararası Federasyonların kurallarına uygun olarak yurt içi ve yurt dışında Federasyonun izniyle düzenlenecek resmi veya özel MMA (Mixed Martial Arts) müsabakaları ile ilgili usul ve esasları belirlemektir.
2. **Kapsam:** Bu Talimat; K.K.T.C. Kickboks ve Muaythai Federasyonu ile bağlı bulunduğu Uluslararası Federasyonların kurallarına uygun olarak yurt içi ve yurt dışında Federasyonun izniyle düzenlenecek resmi veya özel MMA (Mixed Martial Arts) müsabakalarına katılacak sporcu, antrenör, hakem, idareci ve diğer görevlileri kapsar.
3. **Dayanak:** Bu Talimat, K.K.T.C. Kickboks ve Muaythai Federasyonu Tüzüğü'ne dayanılarak hazırlanmıştır.
4. **Tanımlar:** Bu Talimatta metin başka türlü gerektirmedikçe;

Federasyon	: K.K.T.C. Kickboks ve Muaythai Federasyonu'nu,
Başkan	: K.K.T.C. Kickboks ve Muaythai Federasyonu Başkanı'nı,
Yönetim Kurulu	: K.K.T.C. Kickboks ve Muaythai Federasyonu Yönetim Kurulu'nu,
Disiplin ve Ceza Kurulu	: K.K.T.C. Kickboks ve Muaythai Federasyonu Disiplin ve Ceza Kurulu'nu,
Dernek	: 6/1961 sayılı Birlikler ve Dernekler Yasası uyarınca kurulan ve Federasyona üye olan spor derneklerini,
Yönetici	: Seçim veya atama suretiyle, sürekli veya geçici, fahri veya ücretli olarak Federasyonda veya ona bağlı derneklerde görev yapanları,
Temsilci	: Federasyon Yönetim Kurulu'nca atanan ve Federasyonu temsil eden kişiyi, ifade eder.
Gözlemci	: Federasyon tarafından görevlendirilmiş yetkili kişiyi,
Hakem	: İlgili sınıflarda düzenlenmiş MMA (Mixed Martial Arts) hakem kurslarına katılan ve başarı ile bitiren ve Federasyondan lisans alan ve vize ettiren kişileri,
Antrenör	: İlgili kademelerde düzenlenmiş MMA (Mixed Martial Arts) antrenör kurslarına katılan ve başarı ile bitiren veya ilgili spor dalında eğitim görmüş ihtisası olan ve Federasyondan lisans alan ve vize ettiren kişileri,
Sporcu	: MMA (Mixed Martial Arts) spor dalı ile uğraşan, Federasyondan lisans çıkaran ve vize ettiren kişileri, ifade eder.

İKİNCİ BÖLÜM
Esas Hükümler

5. **Müsabaka Çeşitleri:** MMA (Mixed Martial Arts) müsabakaları resmi ve özel olmak üzere iki türde yapılır;
 - 1) **Resmi Müsabakalar;** Yıllık faaliyet programında yer alan ve Federasyonca düzenlenen müsabakalardır.
 - 2) **Özel Müsabakalar;** Resmi müsabakalar dışında kalan müsabakalardır. Özel müsabakalar izne tabidir. Her türlü televizyon ve basın yayın hakları Federasyona aittir. Özel müsabaka

yapmak isteyen kurum, kuruluş veya kişiler Federasyondan izin almak zorundadır. İzin verilen müsabakaların sonuçları, müsabakaları düzenleyenler tarafından 24 saat içerisinde Federasyona bildirilecektir.

6. **Müsabaka Usulleri:** Resmi ve özel müsabakalar ferdi ve takım müsabakaları olmak üzere iki şekilde, eleme veya pul sistem usulü ile yapılır;
- 1) Müsabakalar ağırlık esasına göre yapılır. Her sporcu kendi sıklisindeki rakiplerle karşılaşır. Her sıklıkta sporcular başarı durumlarına göre 1'inci ve 3'üncülük arasında ödüllendirilir.
 - 2) Profesyonel ve benzeri müsabakalara iştirak etmek isteyen sporcular 18 yaşını bitirmiş olmalarının yanı sıra, dilekçe ve o yıla ait lisans fotokopileriyle Federasyona başvurarak gerekli izni almak zorundadırlar.
7. **Müsabaka Yönetimi:** MMA (Mixed Martial Arts) müsabakaları, Federasyon talimatına uygun olarak yönetilir. Federasyon katılımcıların durumlarına, yoğunluğuna ve disiplinlerin ülkemizdeki gelişmişliğine göre bazı disiplinlerde müsabaka yapmayabilir, raunt sayılarını ve sürelerini indirebilir. Müsabakalarda görev yapacak kurul ve diğer görevliler şunlardır;
- 1) **Müsabaka Tertip Komitesi;** Federasyonca düzenlenen ulusal müsabakalarda; Federasyon Temsilcisi, Bölge Temsilcisi ve Hakem Komitesi Başkanından, Federasyonca düzenlenen uluslararası müsabakalarda; Federasyon Temsilcisi, Organizasyon Komitesi ve Hakem Komitesi Başkanından, oluşur. Görevleri şunlardır;
 - a) Federasyonca gönderilen müsabaka programını uygulamak,
 - b) Müsabaka yapılacak salonu imkanlar dahilinde hazır hale getirmek,
 - c) Müsabakalar için gerekli olan her türlü malzeme, araç ve teçhizatı temin etmek ve hazır bulundurmak,
 - d) Federasyon tarafından verilen diğer görevleri yapmak.
 - 2) **Tesis Amiri, Salon Amiri ve Yardımcısı;**
 - a) Salondaki disiplini ve güvenliği sağlamak üzere gerekli tedbirleri almak ve aldırarak,
 - b) Salonun tertibinden, ışık ve ses yayın cihazlarını işler hale getirmek.
 - 3) **Temsilci ve Gözlemci;**
 - a) Müsabaka sırasında sporcu, antrenör ve hakemlerin kurallara uyup uymadığını ve müsabakanın akışını izlemek,
 - b) Müsabakada meydana gelen olumsuzlukları giderecek girişimlerde bulunmak,
 - c) Organizasyonla ilgili tespitlerini ve görüşlerini Federasyona rapor etmek.
 - 4) **Antrenör ve Antrenör Yardımcısı;**
 - a) Her sporcunun köşesinde bir antrenör ve bir antrenör yardımcısı bulunur. Bu kişilerin antrenör belgesine sahip olmaları gerekir,
 - b) Müsabaka alanı içerisine yalnız antrenörü girebilir. Müsabaka esnasında müsabaka alanı üzerinde bulunamaz. Oturarak müsabakayı izler. Her raund öncesi Rink veya Octagon'a tabureleri, havluları, kovaları vs. kaldırmak zorundadırlar,
 - c) Antrenör ve antrenör yardımcısı sporcu için havlu, su ve sünger bulundurur. Antrenör, orta hakemin sayı sayması haricinde sporcunun zor durumda olduğuna kanaat getirirse müsabaka alanına havlu atarak müsabakayı bitirebilir. Antrenör tarafından atılan havlu orta hakemin görebileceği şekilde olmalıdır,
 - d) Antrenör ve antrenör yardımcısı sporcuyu hazırlar. Kaskın, eldivenin, dişliğin, kaval kemiği koruyucusunun, kogi ve ayak koruyucusunun sporcusuna uygun olup olmadığını kontrol eder,
 - e) Müsabaka esnasında antrenör ve antrenör yardımcısı sporcularına sözlü müdahalede bulunamaz. Bu durumda orta hakem antrenörü ikaz eder, gerekirse müsabakadan uzaklaştırır. Müsabakadan uzaklaşan antrenör ve antrenör yardımcısı, o müsabakada görev alamaz. Ancak,

diğer müsabakada görev alabilir. İkinci kez uzaklaştırılan antrenör ve antrenör yardımcısı, o turnuva boyunca görev alamaz,

f) Kuralları ihlal eden bir antrenör veya antrenör yardımcısı uyarı alabilir veya kötü davranışlarından dolayı orta hakem tarafından sporcusu ve takımı diskalifiye edilebilir.

8. Raporların Verilmesi: MMA (Mixed Martial Arts) müsabakasında, müsabaka ile ilgili kayıtlar bir dosya halinde Hakem Komitesi Başkanı tarafından derlenir. Bu dosyada;

1) Müsabakaya iştirak eden sporcu, antrenör ve idareci isim listesi, **(EK-A)**

2) Kura cetveli,

3) Muayene ve tartı kâğıtları, **(EK-B)**

4) Hakem görev dağılım listesi,

5) Elektronik cihaz kullanılmadığı durumlarda hakem puan kâğıtları,

6) Müsabaka raporu, bulunur.

➤ Dosya, Müsabaka sonunda Hakem Komitesi Başkanı tarafından muhafaza edilmek üzere Federasyona gönderilir.

9. Sağlık Kontrolü: Müsabıklar sağlıkçı kontrolünden geçerek tartı kartını onaylatmak zorundadırlar. Müsabaka boyunca müsabaka alanında bir sağlıkçı bulunması şarttır. Sakatlanma durumunda sporcunun devam edip edemeyeceğine sağlıkçı karar verir. Sağlıkçı kararıyla maçtan ayrılan sporcu turnuva boyunca hiçbir şekilde müsabakaya tekrar katılamaz.

10. Tartı: Sporcuların tartı şekli Federasyon'un öngördüğü kurallara tabidir. Sporcular tartıya girmeden önce sağlıkçı kontrolünden geçip tartı kartını onaylattıktan sonra tartıya girmek için başvuruda bulunurlar. Tartıya katılacak sporcular için tartı işlemi elbisesiz iç çamaşırı ile yapılır. Sporcuların tartı hakkı ikidir. Tartı sonunda bir sporcu kendi kilosuna erişmemişse diskalifiye edilir. Tartı günü ve saati Federasyon tarafından belirlenir. Tartı Kartı **EK-B**'da görüldüğü gibidir.

11. Kura Çekimi: Kurallar, sağlıkçı kontrolünden ve tartıdan sonra çekilir. Kura eşleştirmeleri Hakem Komitesi, tartı hakemleri tarafından, antrenörlerin huzurunda yapılır. Dörtten fazla sporcunun bulunduğu kilolarda, ikinci turda sporcuların adedini 4, 8, 16 ve 32'ye indirmek için birinci turda tur atlamak maksadıyla yeterli sayıda kura çekilir. Bütün sporcular en az bir müsabaka yaptıktan sonra, ikinci müsabakayı yapar. Birinci turda tur atlayan sporcular, ikinci turda ilk olarak müsabaka yaparlar. Tur atlayanların sayısı tek ise, son olarak tur atlayan sporcunun ikinci turdaki rakibi, birinci turdaki ilk müsabakanın galibi olur. Tur atlayanların sayısı çift ise, tur atlayan sporcular ikinci tur atladıkları sıra ile ilk müsabakalarını yaparlar. Kura çekiminde bilgisayar programı kullanılacağı gibi, elle kura topu, rakam yazılı kâğıt çekme şeklinde de olabilir.

12. Müsabakalara katılacak Dernekler ve Katılma Şartları:

1) Müsabakaya katılacak derneklerin Federasyona kayıt olması şarttır,

2) Dernekler müsabakaya katılacak İdareci, Antrenör, Antrenör Yardımcısı ve Sporcu Listelerini Hakem Komitesine teslim ederler, **(EK-A)**

3) Dernekler müsabakaya katılacak Antrenör, Antrenör Yardımcısı ve Sporcuların geçerli Lisanslarını Hakem Komitesine teslim ederler.

13. Müsabakalara Katılacak Sporcularda Aranacak Şartlar: Ulusal müsabakalara katılacak sporcularda aşağıdaki şartlar aranır;

1) K.K.T.C vatandaşı olmak veya başka bir ülke vatandaşı olup, K.K.T.C.'de yasal olarak bulunmak,

2) Kategoriler dahil yaş grubuna dahil edilmiş ve MMA (Mixed Martial Arts) spor dalında mevcut ağırlıklı sıklıktan birine erişmiş olmak,

3) Yetkili sağlıkçı tarafından müsabakaya uygundur iştirak belgesi olmak,

- 4) O yıl için sporcu lisansının vizesini yaptırmış olmak, Müsabaka tarihinde, müsabakalara girmekten men edilmemiş olmak,
- 5) Federasyon tarafından tespit edilecek level derecesine sahip olmak,
- 6) Müsabakaya giriş için belirlenen level derecesini gösterir geçerli lisansını beyan etmek.

14. Özel Müsabaka Düzenlenmesi ve Özel Müsabakalara Katılma Koşulları:

- 1) Yurt içinde düzenlenecek özel müsabakalara izin almak için; Yurt dışından gelecek kafiledekilerin isim listesi ve yurt içinden katılacak dernekler, antrenör ve sporcuların isim listesi ile birlikte müsabakadan en az 15 gün önce Federasyona yazılı olarak müracaat edilir,
- 2) Özel Müsabakayı düzenleyen taraflarca yapılan anlaşmalar ile mali hususları kapsayan sözleşmelerin asılları veya noter tasdikli suretleri müsabaka tarihinden en az 15 gün önce Federasyona teslim edilir,
- 3) Federasyon izinli özel müsabakalar için gözlemci ve hakem görevlendirir. Bu takdirde görevlendirilenlerin masrafları organizatör tarafından Federasyonun belirlediği ücrete göre ödenir,
- 4) Yurt dışında düzenlenecek özel müsabakalara katılmak isteyen dernek, antrenör ve sporcular, en az 15 gün önceden Kafiye listesi, antrenör ve sporcuların geçerli lisansları ile Federasyona müracaat ederler,
- 5) Yurt dışında yapılacak özel müsabakalarda kafiye, Federasyon tarafından bir gözlemci görevlendirilir. Görevlendirilen bu kişinin tüm masrafları müsabakaya katılacak kafilenin organizatörü tarafından karşılanır,
- 6) Yabancılarla yapılacak müsabakalarda, müsabakayı yapacak dernek veya kuruluşun seçilen sporcuları, Federasyonun müsabaka davetine uymak zorundadır. Yapılacak resmi müsabakalar için seçilmiş olan sporcuların sakatlanmalarının önlenmesi için özel müsabakalara katılmalarına Federasyon izin vermeyebilir.

15. Müsabaka Sonuçlarının Tescili: Resmi ve özel müsabakaların sonuç tutanakları, Hakem Komitesinden onaylatılmadan Federasyona bildirilmez. Müsabaka sonuç tutanakları, Federasyonca tasdik edilmediği sürece geçerli sayılmaz. Tasdik edilen müsabaka sonuç tutanakları 5 yıl süre ile saklanır.

16. Usule Aykırı İtirazlar: Sporcuların kendi insiyatifi ile veya antrenörlerin kararı doğrultusunda tatamiye, mata, mindere, ringe veya octagona oturarak müsabakanın ilerleyişini engellemeleri gibi kararlara karşı usule aykırı itirazlar veya ihtilaflar, doğrudan Hakem Komitesine sevk edilir. Böylesi davranışların sonucunda yapılan uyarılardan bir sonuç alınmadığı takdirde aynı kategoride yarışan takımın tamamı yarışmadan diskalifiye edilir. İtiraz yazılı dilekçe şeklinde teslim edilir, yukarıda bahsi geçen davranışlar söz konusu olduğunda itiraz dilekçesi sunulamaz.

17. Usule Uygun İtirazlar: Yönetici, antrenör veya sporcu verilen bir karara itiraz etmek istediğinde bu itiraz, müsabakadan sonra en geç 15 dakika içerisinde yazılı olarak Hakem Komitesi'ne sunulmalıdır. Yazılı itiraz sorunu açıkça dile getirilmelidir. İtiraz değerlendirilerek hemen sonuçlandırılır. Federasyonun belirlediği itiraz ücreti açıktan ödenmelidir. İtiraz yerinde bulunursa bu ücret iade edilir. Aksi takdirde bu ücret, makbuz karşılığında Federasyona gelir olarak kaydedilir.

18. MMA (Mixed Martial Arts) Spor Dalındaki Disiplinler; MMA (Mixed Martial Arts) spor dalında 4 disiplin vardır. Bunlar;

- 1) MMA Grappling,
- 2) MMA Light,
- 3) MMA Full,
- 4) MMA Elit.

19. **MMA GRAPPLİNG:** MMA Grappling müsabakası çok az kısıtlamayla boğma ve submission (pes ettirme) tekniklerini içeren tüm güreş türlerini uygulayan bir disiplindir. MMA Grappling müsabakası vuruş içermez, rakip üzerinde fiziksel avantaj edinmek ve teslim olmaya zorlamak için kullanılan teknik manevraları kapsar.
20. **Müsabaka Alanı:**
- 1) MMA Grappling müsabakası, tatemide, matta, minderde, ringde veya oktagonda yapılabilir,
 - 2) Ring veya Octagonda mücadele alanı en az 6×6 metre, en fazla 9×9 metre olmalıdır,
 - 3) Tatami, mat veya minderde 6×6 metre, 8×8 metre veya 10×10 metre alanda yapılıır ve tercihen en dış kısmında farklı renkte 1 metrelik emniyet alanı bırakılır. Tatami, mat ve minder en az 3 cm kalınlığında olmalıdır.
21. **Müsabaka Kıyafet ve Koruyucu Malzemeleri:**
- 1) **Müsabıkların Koruyucu Malzemeleri;** MMA Grappling müsabakasında sporcular dişlik (mecburi değildir), bayanlar göğüs koruyucu kullanmalıdır. Ayak malzemesi kullanılması yasaktır. Bilezik, kolye, küpe, yüzük veya benzeri zarar verebilecek takılar kullanılamaz.
 - 2) **Müsabıkların Kıyafetleri;** MMA Grappling müsabakasında sporcular bermuda uzunluğunda şortları ve ağ kısmı tekniklerde sporcuyu kısıtlamayacak lıgralı şortlar tercih edilmeli ve kullanılmalıdır. Şort, tayt (uzun-kısa) kısa kollu veya uzun kollu spor tişörtü (rashguard) olacaktır. Forma vücudu sarmalıdır.
 - Müsabakada kullanılan koruyucu malzeme ve kıyafetler, Federasyon Kılık, Kıyafet, Malzeme ve Davranış Talimatına uygun olmalıdır. Uygunluk Hakem Komitesi tarafından denetlenecektir.
22. **Müsabaka Raund ve Süreleri:** Katılımcıların durumlarına göre Federasyon tarafından süre ve raund ayarlaması yapılabilir.
- 1) **Alt Minikler / Minikler (Erkek / Kız);**
 - Elemeler: 2 round x 1.5 dk.
 - Finaller: 3 round x 1.5 dk.
 - Aralar: 1 dk
 - Beraberlik durumunda ek olarak round 1 dk.
 - 2) **Yıldızlar (Erkek / Kız);**
 - Elemeler: 2 round x 2 d.
 - Finaller: 3 round x 2 dk.
 - Aralar: 1 dk.
 - Beraberlik durumunda ek olarak round 1 dk.
 - 3) **Gençlerler (Erkek / Kız);**
 - Elemeler: 2 round x 3 dk.
 - Finaller: 3 round x 3 dk.
 - Aralar: 1 dk.
 - Beraberlik durumunda ek olarak round 3 dk.
 - 4) **Büyükler (Erkek / Kadın);**
 - Elemeler: 2 round x 5 dk.
 - Finaller: 3 round x 5 dk.
 - Aralar: 1 dk.
 - Beraberlik durumunda ek olarak round 5 dk.
 - 5) **Veteranlar (Erkek / Kadın);**
 - Elemeler: 2 round x 3 dk.
 - Finaller: 3 round x 3 dk.
 - Aralar: 1,5 dk.
 - Beraberlik durumunda ek olarak round 3 dk.

23. Müsabaka Sıklet ve Yaş Grupları: Alt Minikler, Minikler, Yıldızlar, Gençler, Büyükler ve Veteranlar olmak üzere altı yaş kategorisinde yapılır. Günün koşulları, tasarruf tedbirleri ve katılımcıların durumlarına göre Federasyon gerek gördüğünde yaşlar ve sıkletler arasında değişiklik yapılabilir.

1) Alt Minikler (7-9 yaş);

Erkek: 20, 24, 28, 32, 37, 42, 47, 52, +52 kg.

Kız: 20, 24, 28, 32, 37, 42, 47, +47 kg.

2) Minikler (10-12 yaş);

Erkek: 24, 28, 32, 37, 42, 47, 52, 57, +57 kg.

Kız: 24, 28, 32, 37, 42, 47, 52, +52 kg.

3) Yıldızlar (13-15 yaş);

Erkek: 42, 47, 52, 57, 63, 69, +69 kg.

Kız: 42, 46, 50, 55, 60, 65, +65 kg.

4) Gençler (16-18 yaş);

Erkek: 47, 52, 56, 60, 65, 71, 78, 86, +86 kg.

Kız: 40, 45, 50, 55, 60, 65, 70, 75, +75 kg.

5) Büyükler (19-40 yaş);

Erkek: 56, 60, 65, 71, 78, 86, 95, 105, +105 kg.

Kadın: 50, 55, 61, 68, 76, 85, 95, +95 kg.

6) Veteranlar (41-55 yaş);

Erkek: 56, 60, 65, 71, 78, 86, 95, 105, +105 kg.

Kadın: 50, 55, 61, 68, 76, 85, 95, +95 kg.

24. Müsaade Edilen Teknik ve Hareketler:

- 1) Tüm boğmalar (ellerle hava yolunu kapamak hariç),
- 2) Ayakta ve yerde indirmeler ve atışlar,
- 3) Ayakta ve yerde boğmalar,
- 4) Tüm arm bar, omuz kilitleri, bilek kilitleri,
- 5) Ayak ve ayak bilek kilitleri (18 yaş üstü),
- 6) Kalf (baldır) kilitleri (18 yaş üstü),

25. Müsaade Edilmeyen Teknik ve Hareketler:

- 1) Tüm vuruşlar,
- 2) Parmaklara ve ellere yapılan kilitler, burkmalar,
- 3) İsteyerek rakibi başı üstüne atmak,
- 4) İsteyerek sakatlamak amaçlı atışlar,
- 5) Kemikleri ve el eklemlerini istemli sakatlamak,
- 6) Çimdiklemek, kafa atmak, ısırarak ve saç çekmek,
- 7) Gözü, burnu, kulakları çekmek ve parmak batırmak,
- 8) Ağza parmak sokmak,
- 9) Kilitli rakibi fırlatmak,
- 10) Parmaklarla boğmak (boğazı sıkmak),
- 11) Sırttayken çeneye önkolu bastırmak,
- 12) Çarmıh veya Full Nelson da olduğu tarzda elleri rakibin ensesine koyarak çekmek (enseye bası boğmalarda izinlidir. Giyotin ve sırt boğma gibi),

- 13) Küçük eklemlere (parmaklara) saldırı,
- 14) Dört parmaktan azını tutmak,
- 15) İsteyerek formayı veya deriyi tutmak,
- 16) Kayganlaştırıcı yağ sprey krem veya izinli olmayan bandajlar, sargılar kullanmak.

26. Puan Tablosu:

1) Yüksek atış (göğüs seviyesi üstü)	3
2) Atış (iki ayak yerden kesilerek)	2
3) İndiriş	1
4) İmmobilize (gard)	1
5) Yan immobilize (yan gard)	2
6) Mount veya Montada	3
7) Alt Minikler ve Minikler için her indiriş	2
8) Alt Minikler ve Minikler için her immobilize	2
9) Her yasadışı hareket	-1

27. Uyarı, Ceza ve Diskalifiye: Uyarılar müsabaka süresince bütün raundlarda yapılmalıdır.

- 1) 1. ihlal veya çıkış – Sözlü Uyarı (Warning) veya 1. Çıkış
- 2) 2. ihlal veya çıkış – Resmi Uyarı (Official Warning) veya 1.Çıkış
- 3) 3. ihlal veya çıkış – Ceza puanı -1 (Minus Point)
- 4) 4. ihlal veya çıkış – Diskalifiye etme (Disqualification)

➤ Dışarı çıkma, yalnızca tek ayakla bile olsa çizginin dışına çıkma anlamına gelir. Çizgi üstünde durma, dışarı çıkma olarak kabul edilmez. Müsabık diğer müsabık tarafından dışarı itildiyse veya bir darbe sonucunda çizginin dışına çıktıysa dışarı çıkma sayılmaz. Hareketin dışarı çıkma olup olmadığı her zaman yan hakem tarafından belirlenir veya bu konuda yan hakemler arasında oy çokluğu ile karar alınır. Dışarıya çıkma ile ilgili uyarılar, diğer ihlal uyarılarından ayrı tutulacaktır. Hakem uyarı veya ceza puanı (eksi puan) verirken müsabaka süresini gösteren saati durdurmalıdır.

28. Kural İhlalleri:

- 1) Müsaade edilmeyen teknikleri kullanmak,
- 2) Müsabakayı engellemek veya müsabakadan kaçmak,
- 3) Hakem kararlarına itiraz etmek,
- 4) Sakatlanma durumunda antrenörün müsabaka alanına girmesi,
- 5) Antrenörün bağırarak taktik vermesi,
- 6) Antrenörün her kural ihlalinde hakem sporcusuna ceza puanı verecektir.
- 7) Sportmenliğe aykırı davranışlar,
- 8) Müsabaka alanını terk etmek. Bir müsabık, rakibinden herhangi bir darbe almadan müsabaka alanını terk ederse (alan dışına çıkarsa) bu durum “Kasıtlı Çıkış” olarak kabul edilecek ve müsabık hakemden uyarı alacaktır. Müsabık üç kez bu şekilde dışarı çıktığında bir puan kaybedecektir. Dördüncü kez de müsabık diskalifiye edilecektir. Müsabaka boyunca yapılan uyarılarda diskalifiye edilebileceği kendisine bildirilecektir.
- 9) Müsabık yalnızca bir uyarı yapılacaktır, ardından normal cezalandırma ve diskalifiye etme prosedürü uygulanacaktır. Bununla birlikte, sportmenliğe aykırı davranış durumunda, müsabık aykırı davranışının ciddiliğine bağlı olarak ilk seferde uyarılmadan doğrudan diskalifiye edilebilecektir.

10) Müsabık skor işareti yapamaz. Müsabaka esnasında centilmenliğe aykırı yapılan her türlü davranıştan dolayı antrenöre, sporcuya, idareciye ve takımın tamamına ceza verilecektir. Hatta diskalifiye dahi edilebilecektir.

11) Müsabaka içinde veya dışında müsabakanın ahengini bozan, hangi nedenle olursa olsun bir hakeme veya görevliye bağırarak, vurmaya, tükürmeye, tutmaya veya bu hareketlerden herhangi birine teşebbüs eden antrenör, sporcucu ve idareci hemen ceza kuruluna sevk edilebileceği gibi takımın tamamına ceza kuruluna sevk edilir veya diskalifiye edilebilir.

12) Müsabıkın kafasına veya vücuduna darbe atmak puan kaybına veya diskalifiye etme işlemine yol açabilecektir. Bu konuda yan hakemler oy çokluğuyla karar verecektir.

13) Büyük ve ciddi kural ihlalleri hemen bir ceza puanıyla, belirli durumlarda da müsabıkın diskalifiye edilmesiyle sonuçlanabilir. Orta hakem ve yan hakemler müsabıkın diskalifiye etmeyi gerekli gördükleri her durumda müsabaka alanı sorumlusuna danışarak uygun prosedürün uygulanıp uygulanmadığından emin olmalıdır. Müsabık aynı zamanda hem puan alıp hem de uyarı veya ceza alamaz.

29. Puanlama:

1) **Jüri Değerlendirmesi;** Her roundun sonunda yan hakemler skor cetvelini doldurur. İyi olan müsabık 10 puan diğerine 9 puan, eğer kayda değer fark varsa 8 puan yazılır. Sonra ceza sayılarını düşerler ve toplam skoru yazarlar. Başhakem, müsabaka sonunda her yan hakem tarafından verilen puanları toplar. Eleme müsabakalarında eğer puanlar eşitse başhakem kanaat kullanarak bir sporcuyu galip ilan eder.

2) **Orta Hakem;** Müsabakayı yönetir, müsabaka alanına ilk girendir, yan hakemlere sporcuların koruyucuların kontrol ettirir, selam verir, "FIGHT" komutuyla başlatır gereğinde "STOP" komutuyla durdurur. Uyarı ve ceza verebilir, diskalifiye edebilir. Atışları, kolunu kaldırarak, immobilizeyi kolunu yatay uzatarak sinyal verir.

3) **Yan Hakem;** Teknikleri, kontrolü, kombinasyonları, dayanıklılığı, dikkate alarak puanlar. Orta hakemin sinyal verdiği atışların veya immobilizasyonların geçerliliğine karar verir. Orta hakemi danışmak için çağırabilir. Ceza puanı verebilir. Orta hakemin isteği üzerine sporcuların korumalarını kontrol eder. Skor cetvelini eksiksiz doldurur.

4) **Hakem Masası (Jüri);** Hakem masası; zaman hakemi, anonsör ve başhakemden oluşur. Başhakem skor cetvellerini okur ve tüm müsabakadan sorumludur. Eğer yeterli üye yoksa jüriden herhangi biri anonsör olabilir. Başhakem gereklilik durumunda Olağan kurallar dışında karar alabilir. Bu kararları, sonuçları, zamanı, gözlemlerini ve başhakemin onayını sorduktan sonra müsabaka müddetinde almalıdır.

30. **Yer Oyunu:** Yerde aktif güreş süresi sınırsızdır. Aktif güreş durursa hakem sporcuları uyarır. 20 saniye sonra bir uyarı daha verilir. Halen değişiklik olmazsa ayağa kaldırılır. Yer oyununda sporcular ringden düşme durumuna gelirse, hakem müsabakayı durdurur ve sporcuları ortaya alır, tam aynı pozisyonu aldırır, orta hakem komutuyla maç yeniden başlar.

31. **Müsabakayı Durdurma ve Mola:** Yalnızca orta hakemin müsabakayı durdurma yetkisi vardır. Bir müsabık, sakatlanması varsa sakatlığı kontrol etmek veya koruyucu malzemelerini düzeltmek / bağlamak için kolunu kaldırarak mola talebinde bulunabilir. Orta hakem, bu talebin müsabıkın haksız bir avantaj kazandıracakını veya her durumda diğer müsabık için dezavantaj oluşturacağını düşünüyorsa, mola talebi sağlık ve güvenlik ile ilgili olmadığı sürece, molayı vermeyebilir. Molalar minimum sürede tutulmalıdır. Orta hakem müsabıkın molaları dinlenmek veya öteki müsabıkın puan almasını engellemek amacıyla kullandığını düşünürse, talebi yapan müsabıkın müsabakayı geciktirme uyarısı verilebilir. Müsabakayı dışarıdan yalnızca Hakem Komitesi veya müsabaka alanı sorumlusu durdurabilir. Bunun için mola çağrısında bulunacak olan orta hakemin dikkatini çekmeleri gerekmektedir.

32. **Sakatlanmalar:** Müsabıklardan herhangi birinin sakatlanması durumunda müsabaka, sakatlanan müsabıkın müsabakaya devam edip edemeyeceğine ilişkin müsabaka sağlıkçı veya sağlıkçı bir karar verilene kadar durdurulmalıdır. Sağlıkçı veya sağlıkçı müsabaka alanına geldiğinde

sakatlığın tedavi gerektirip gerektirmediğine karar verir ve bu tedavi iki dakikayı geçmemelidir. Bu çerçevede gerekli tüm tedaviler iki dakika içinde tamamlanmalıdır. Sakatlanma ciddi boyuttaysa ve sağlıkçı tedavisi gerektiriyorsa, sağlıkçı veya sağlıkçı müsabakanın sona ermesi gerektiğini söyleyebilir. Müsabakanın bir sakatlanma yüzünden durdurulması gerekiyorsa hakemler;

- 1) Sakatlanmaya kimin neden olduğu,
- 2) Kasıtlı bir sakatlama olup olmadığı,
- 3) Sakatlanan müsabıkın kasıtlı hatası olup olmadığı,
- 4) Sakatlanmanın kurallara aykırı bir tekniğin kullanılması sonucunda meydana gelip gelmediği,
- 5) Sakatlanmamış müsabık herhangi bir kural ihlali yapmadıysa, bu müsabıkın hükmen galip sayılıp sayılmayacağı,
- 6) Sakatlanmamış müsabık kural ihlali yaptıysa, sakatlanan müsabıkın hükmen galip sayılması ve sakatlanmamış müsabıkın da diskalifiye edilmesi hususlarında karar verirler.
- 7) Sağlıkçı veya sağlıkçı sakatlanan müsabıkın müsabakaya devam edebileceğini bildirmesi durumunda hakemler, müsabakanın devam edip etmeyeceği yönünde bir karar verirler.

33. Hakemlerin puan vermeleri:

- 1) **Puanlar;** Orta Hakem puan çıktığı anda “STOP” komutuyla müsabakayı durdurur. Puan alan müsabıkı göstermek için, puan alan köşeyi el işareti ile gösterir. Puan verilmesi için orta hakem yan hakemlere eli ile sayıyı ve köşe rengini belirtir.
- 2) **Maddi Hata;** Orta hakem ve yan hakemlerin kararı yalnızca bir **maddi hata** yapıldığında değiştirilebilir. Hakemin yanlış tarafın kolunu kaldırması veya köşelerin yanlışlıkla karıştırılmış olması durumları **maddi hata** olarak kabul edilir.
- 3) **Puan Yok;** Orta hakem stop komutu verip de müsabıklardan birine kural dışı bir teknikten dolayı bir uyarıda bulunduğu saldıran müsabıkta puan verilmez.
- 4) **Uyarı;** Uyarılar her iki müsabıkın ve antrenörlerin rahatlıkla duyup anlayabilecekleri şekilde belirgin ve yüksek sesle yapılmalıdır. Orta hakem müsabıkın tam karşısında durarak uyarıyı vermelidir.
- 5) **Ceza;** Orta hakem, ceza puanını vermek için önce müsabaka süresini gösteren saatin durdurulmasını ister, yan hakemler ve masa hakeminin göreceği şekilde müsabıkta ceza puanını anlaşılır ve yüksek sesle bildirir.
- 6) **Diskalifiye Etme;** Diskalifiye durumunda orta hakem, minder sorumlusuna danışarak uygun prosedürün uygulanıp uygulanmadığından emin olmalıdır.

34. Müsabaka Alanının Dışına Çıkılması: İki sporcunun da müsabaka alanının dışına çıkması durumunda hakemin karşılaşmayı durdurmasında üç şık dikkate alınır;

- 1) Müsabıklardan biri yan mount veya pozisyonunu sağlamlaştırdıysa, müsabaka yan pozisyonda veya mountta ortada başlatılır. Her iki durumda da üstteki ellerini rakibin yanlarında yere koyarak başlar. Ve alttaki müsabık üstteki rakibin beline kollarını sararak başlar.
- 2) Sporculardan hiçbiri mount veya lateral pozisyon kuramadığı durumda müsabaka ayakta başlar.
- 3) Sporculardan biri devam edegelen bitiriş sürecinde. Yakalanan sporcunun toplam skorundan bir puan düşülür ve müsabaka ayakta başlar.

35. Kararlar: Şu kararlar sonucunda müsabaka sona erebilir.

1) Puanla kazanmak;

- a) Tapout ile (Rakibin pes etmesiyle) (Gençler ve Büyüklerde Tapout’a izin verilmektedir.
- b) Puan üstünlüğü ile (hakemlerinin çoğunluğu tarafından en fazla puan verilen müsabık kazanır)

2) Rakibin diskalifiye olmasıyla kazanmak;

a) Üç eksi puandan sonra müsabakanın durdurulması gerekir. Rakip, diskalifiye sebebiyle müsabakanın galibi olur. Bazı zor durumlarda orta hakem önceden bir uyarı cezası vermeden önce müsabaka alanı sorumlusuna danıştıktan sonra diskalifiye kararı verebilir. Örneğin; Rakibe uygulanan kuraldışı ve kasıtlı bir vuruşla ile üzerine saldırarak sakatlamak veya nakavt etmek,"STOP" komutundan sonra rakibe vurarak sakatlamak,

b) Bir müsabıkın; hakemlere, rakibine veya antrenörüne hakaret etmek veya aşırı saldırgan davranışlarla sportmenlik dışı hareketlerde bulunmak,

3) Çekilme ve müsabakaya çıkmamak;

Eğer bir müsabık sakatlanma veya başka bir sebep dolayısıyla müsabakaya devam edemeyeceğini (havlu atmak v.s) bildirmesi sonucunda rakibi galip ilan edilir.

4) Müsabakanın durdurulmasıyla kazanmak;

Eğer bir sporcu dövüşemeyecek veya kendini koruyamayacak durumdaysa, ayrıca diğer sporcu sportif anlamda bariz bir üstünlük kurduysa müsabaka durdurulabilir. Galibi, orta hakem belirler. Eğer müsabaka müsabıklardan biri sakatlandığı için durdurulursa, mevcut kurallara göre bir karar verilmesi gerekir.

36. **Bir Kararın Değiştirilmesi:** Resmi olarak ilan edilen bütün kararlar nihaidir ve şu durumlar dışında değiştirilemez.

1) Puanlar hesaplanırken hata yapıldığının farkına varılırsa,

2) Yan hakemlerden biri yanlışlık yaptığını ve müsabıkların köşelerini (puanlarını) değiştirdiğini bildirirse; Böyle bir durumda müsabaka alanı sorumlusu, Hakem Komitesi ile gerekli görüşmeleri yaptıktan sonra resmi sonucu açıklar.

37. **Klinç;** Her iki müsabığın ayakta veya yerde müsabakayı kendi avantajına çevirme ihtimali sağlamayan yaklaşık 5 saniye süren bir çıkmaz pozisyon olarak kabul edilir. Unutulmamalıdır ki klinç, müsabakanın süresini, rakibe bir bitiriş yapmaya çalışmadan bitirme girişimidir.

38. **El Sıkışma veya Eldivenleri Tokuşturma:** Bir müsabakadan önce ve sonra müsabıklar el sıkışırlar, eldivenlerini tokuştururlar. Bu uygulama sportif ve dostça rekabetin bir göstergesidir. El sıkışma ilk raundun başlamasından önce ve karardan sonra uygulanır.

39. **Baygınlık, RSC, RSC-H, Sakatlanma Sonrası Uygulanacak Prosedür:** Bir müsabık, müsabaka sırasında sakatlanırsa durumu değerlendirmeye yetkili sağlıkçı veya sağlıkçıdır. Müsabık bilincini kaybederse yalnızca sağlıkçının veya sağlıkçının müsabaka alanında kalmasına izin verilir, bu durumda sağlıkçı veya sağlıkçı gerekli gördüğünde yardım isteyebilir.

40. **Baygınlık, RSC, RSC-H, Sakatlanma Durumunda Uygulanacak Prosedür:** Bir müsabık, müsabaka sırasında her hangi bir nedenle bayıldıysa veya sağlıkçı veya sağlıkçı sporcunun baş travması nedeniyle müsabakaya devam edememesi gerekçesiyle müsabakayı durdurduysa, bu durumdaki sporcu hemen bir sağlıkçı veya sağlıkçı tarafından muayene edilir ve ambulansla uygun bir hastaneye veya uygun bir yere sevk edilir.

1) Bir müsabık, müsabaka sırasında başına aldığı bir darbe nedeniyle bayıldıysa veya orta hakem müsabıkın baş travması nedeniyle müsabakaya devam edememesi gerekçesiyle müsabakayı durdurduysa, söz konusu müsabıkın baygınlığın ardından en az **4 hafta süreyle** başka bir müsabakaya katılmasına izin verilmez.

2) Bir müsabık, müsabaka sırasında başına aldığı bir darbe nedeniyle bayıldıysa veya orta hakem müsabıkın baş travması nedeniyle müsabakaya devam edememesi gerekçesiyle müsabakayı durdurduysa, ayrıca **bu durum 3 aylık bir süre içinde iki kez tekrarlandıysa**, söz konusu müsabıkın ikinci baygınlığının veya geçirdiği **RSC-H'ın ardından en az 3 ay süreyle** başka bir müsabakaya katılmasına izin verilmez.

- 3) Bir müsabık, müsabaka sırasında başına aldığı bir darbe nedeniyle bayıldıysa veya sağlıkçı veya sağlıkçı müsabıkın baş travması nedeniyle müsabakaya devam edememesi gerekçesiyle müsabakayı durdurduysa, ayrıca **bu durum 12 aylık bir süre içinde üst üste üç kez tekrarlandıysa**, söz konusu müsabıkın üçüncü baygınlığının veya geçirdiği **RSC-H' ın ardından en az 1 yıl süreyle** başka bir müsabakaya katılmasına izin verilmez.
- 4) Yukarıda anılan karantina dönemlerini **yetkili sağlıkçı veya sağlıkçı gerekli gördüğü takdirde uzatabilir**. Ayrıca hastanedeki sağlıkçılar da baş taramaları ve testlere dayanarak söz konusu karantina dönemini sonradan uzatabilir.
- 5) Karantina dönemi müsabıkın, hangi dalda olursa olsun hiçbir MMA müsabakasına katılmayacağı dönem anlamına gelir. Karantina dönemleri minimum sürelerdir ve baş travmasından dolayı alınan yara/yaralar tamamen iyileşene kadar kesinlikle iptal edilemez.
- 6) Sağlıkçı veya sağlıkçı, müsabıkın başına aldığı darbe nedeniyle müsabakaya devam etmemesi kararı alarak müsabakayı durdurduğunda, hakemler puan kağıtlarına Bayılma, RSC-H veya RSC yazacaklardır. Durum, söz konusu müsabaka alanı sorumlusuna da gerektiği gibi bildirilecek ve nakavt tutanağına yazılacaktır. Bu aynı zamanda ilgili müsabakanın resmi sonucu olacaktır ve değiştirilemeyecektir.
- 7) Yukarıda belirtildiği şekilde bir ara sonrasında MMA spor dalına devam etmeden önce söz konusu müsabık, özel bir tıbbi incelemeden geçtikten sonra spor hekimlerinden **müsabaka yapmasında herhangi bir sakınca olmadığını gösteren bir rapor almalıdır**.
41. **Genel Sakatlanma Durumunda Uygulanacak Prosedür:** Baygınlık veya RSC-H dışındaki sakatlanmalarda sağlıkçı en düşük karantina süresini verebilir ve hastanede tedavi tavsiyesinde bulunabilir. Sağlıkçı zorunlu olarak hastanede tedavi isteyebilir.
42. **MMA LIGHT:** MMA Light müsabakasında çok iyi kontrol edilen teknikler kullanılmalıdır. MMA Light sporcuları orta hakem "STOP" diyene kadar müsabakaya devam ederler. Fakat müsaade edilen hedeflere uygulanan tekniklerin hafif ve iyi kontrol edilmesi gerekir.
43. **Müsabaka Alanı:**
- 1) MMA Light müsabakaları, tatamde, matta, minderde, ringde ve oktagonda yapılabilir.
- 2) Ring veya Octagonda mücadele alanı en az 6×6 metre, en fazla 9×9 metre olmalıdır. Her durumda zemin sporcu sağlığına uygun materyallerden tercih edilmelidir.
- 3) Tatami, mat veya minderde 6×6 metre, 8×8 metre veya 10×10 metre alanda yapılır ve tercihen en dış kısmı farklı renkte 1 metrelik emniyet alanı bırakılır. Tatami, mat ve minder en az 3 cm kalınlığında olmalıdır.
44. **Müsabaka Kıyafet ve Koruyucu Malzemeleri:**
- 1) **Müsabıkların Koruyucu Malzemeleri;** MMA Light müsabakasında sporcuları, Kogi, ayak üstü kaval koruyucu, başparmakları kapsayan açık eldiven (kaplumbağa modeli), dişlik, tek sarım bandla tuturulmuş el sargısı giymek zorundadırlar. Dişlik sıkı yerleşimli olmalıdır, kırmızı renk dişilik olmamalıdır. Müsabık sporcunun ağzı açık ve dişliksiz mücadele etmesine izin verilmeyecektir. Dizlik giymek isteyen sporcular giyebilir zorunlu değildir. Bayanlar göğüs koruyucu giymek zorundadır. Kask mecburidir. Bilezik, bileklik, kolye, küpe, pircing, yüzük ve/veya müsabaka esnasında sakatlanma sebebi olabilecek herhangi bir eşya giymek yasaktır.
- 2) **Müsabıkların Kıyafetleri;** MMA Light müsabakasında sporcular bermuda uzunluğunda şortları ve ağ kısmı tekniklerde sporcu kısıtlamayacak ligralı şortlar tercih edilmeli ve kullanılmalıdır. MMA şortunun altına tayt giymek zorunludur (Bay ve bayan sporcularda). Bay sporcular uzun veya kısa tayt şortlarının altına giydikleri gibi; bayan sporcular mecburi olarak

uzun tayt giymek zorundadırlar. Bayanlar üstlerine t-şört (rash guard uzun veya kısa kol) giymek zorundadırlar. Erkek sporcularda rash guard giymek zorundadırlar.

3) MMA Light Eldivenleri:

a) MMA Light eldivenleri köşe rengine göre kırmızı veya mavi olmalıdır. Müsabaka esnasında eğer kırmızı veya mavi renkte eldiven yoksa siyah renk eldiven tercih edilebilir. Bu takdirde sporcuları ayırt etmek için sporcuların eldivenlerine köşelerini belli eden bantlar takılması gerekmektedir,

b) Ellerin üzerinde 1,0-1,2 cm ped içermelidir,

c) Başparmağı kapsamalıdır,

d) Başparmaktaki ped 1-2 cm olmalıdır,

e) Parmakların orta boğumları (ikinci boğumlar) eldiven içinde kalmalıdır.

➤ Müsabakada kullanılan koruyucu malzeme ve kıyafetler, Federasyon Kılık, Kıyafet, Malzeme ve Davranış Talimatına uygun olmalıdır. Uygunluk Hakem Komitesi tarafından denetlenecektir.

45. **Müsabaka Raund ve Süreleri:** Katılımcıların durumlarına göre Federasyon tarafından raund ve süre ayarlaması yapılabilir.

1) Yıldızlar (Erkek / Kız);

Elemeler: 2 round x 2 dk

Finaller: 3 round x 2 dk

Aralar: 1 dk

2) Gençler (Erkek / Kız);

Elemeler: 2 round x 3 dk

Finaller: 3 round x 3 dk

Aralar: 1 dk

3) Büyükler ve Veteranlar (Erkek / Kadın);

Elemeler: 2 round x 3 dk

Finaller: 3 round x 3 dk

Aralar: 1.5 dk

46. **Müsabaka Sıklet ve Yaş Grupları:** Yıldız, Genç, Büyük ve Veteranlar olmak üzere dört yaş kategorisine yapılır. Günün koşulları, tasarruf tedbirleri ve katılımcıların durumlarına göre Federasyon gerek gördüğünde faaliyetlerde yaşlar ve sıkletler arasında değişiklik yapılabilir.

1) Yıldızlar (13-15 yaş);

Erkek: 24, 28, 32, 37, 42, 47, 52, 57, +57 kg.

Kız: 24, 28, 32, 37, 42, 47, 52, +52 kg.

2) Gençler (16-18 yaş);

Erkek: 56, 60, 65, 71, 78, 86, +86 kg.

Kız: 50, 55, 61, 68, +68 kg.

3) Büyükler (19-40 yaş);

Erkek: 56, 60, 65, 71, 78, 86, 95, +95 kg.

Kadın: 50, 55, 61, 68, 76, +76 kg.

4) Veteranlar (41-55 yaş);

Erkek: 56, 60, 65, 71, 78, 86, 95, 105, +105 kg.

Kadın: 50, 55, 61, 68, 76, 85, 95, +95 kg.

47. **Müsaade Edilen / Edilmeyen Teknik ve Hareketler:** İzin verilen teknikler kullanılarak vücudun şu bölgelerine vuruş yapılabilir;

7) **Yasal Hedefler;** MMA Light müsabakasinda genitaller (kasıklar), boğaz, gözler, ense, omurga haricinde kalan tüm vücut bölgelerine kontrollü yumruk, tekme vurulabilir. Hedefleneni aşan tüm

teknikler için “kontrolsüz” kararı verilecektir. Kapıldığında (kapmak, rakibe kollar veya bacaklarla sarılarak, kısıtlamak) vurmak veya tutmak serbesttir. Müsabıklardan herhangi birinin yerde olması durumunda vuruş yasaktır.

Yıldızlarda tutarak vurmak yasaktır. Tüm bitiriş teknikleri kullanılabilir fakat bitiriş yasaktır. Yalnızca teknik puan müsabakalı gösterilebilir.(Kilitler vs.)

8) Atışlar; MMA Light müsabakasında rakibi her şekilde kapmak veya atmak serbesttir (supleks hariç). Fakat bitiriş esnasında kapmak veya atmak yasaktır. (arm-bar kilidi vurduğumuz bir rakibi aynı anda bir atış tekniği ile atmak veya kapmak istesek kalıcı sakatlanma sebebe olabilir). Rakibi kafası veya ensesi üzerine dikey atmak (çivilemek, supleks) yasaktır. Rakibin dizleri üzerine düşecek şekilde atılması yasaktır. Müsabak alanında başlayan atışlar, güvenlik alanında bitse bile geçerli kabul edilir. Rakibi güvenlik çizgisinden dışarı atmak yasaktır. Rakibin üzerinde bir pozisyonda kalmak üzere, rakibi taşıyarak veya iterek herhangi bir şekilde yere indirmek, rakibin üzerine düşse de ayakta da kalsa “takedown” kabul edilir. Rakibin herhangi bir nedenle yere düşmesi kendi hatasıyla bile olsa “takedown” kabul edilir.

9) İmmobilize; MMA Light müsabakasında rakibi herhangi bir şekilde yerde sabitlemek serbesttir, fakat yalnızca avantajlı pozisyonda duran müsabık puan kazanır. İmmobilize 10 saniye sürmelidir. (5 saniye saymanın başlaması, 5 saniye hakem sayması). Yüzüstü olan rakibin el-diz kalkması (emekleme pozisyonu) immobilizeden kurtulduğu anlamına gelir ve hakem saymayı durdurur. İmmobilize olan rakip müsabaka alanından dışarıya çıkarsa sayma durdurulur. Alttaki müsabığın puan kazanabileceği tek istisnai pozisyon “montada”dır. (bu pozisyon bizim “rear naked choke” dan alışık olduğumuz çift bacak kancasıyla rakibin sırtında kontrol sağlamak). İmmobilize esnasında sporcu pozisyon değiştirebilir ve pozisyon değiştirirken immobilize halen devam ediyorsa sayma devam eder. Son aldığı pozisyonun puanı verilir.

10) Bitiriş; MMA Light müsabakasında bitiriş boğma, kitleleme, basma, arm-bar uygulayarak yapılabilir. Eller rakibin yüzünde tutulamaz. Eğer yakalanan müsabığın tehlikede kaldığını farkederse hakem devam etmekte olan bir bitiriş’i durdurabilir. Bu durum yakalanan müsabıktan bir puan kesilmesi demektir. Yer mücadelesinde kask veya dişlik çıkmasıyla müsabaka durdurulmaz. Hakem yerdeki sporcunun uygun anında kaskı veya dişliği yerleştirir. “koparma” (şiddetle uygulanan) eklem kilitleri yasaktır. Kilitler ancak birbirini takip eden tekniklerin sonucu gerçekleşmelidir. Parmakları kaldırarak yapılan kilitler yasaktır. Bitiriş uygulandığında müsabaka ayakta devam etmez. Bitiriş müsabakayı sonlandırır.

48. Puan Tablosu:

1) Atış (iki bacağın da yerden kesilmesi ile)	3
2) Atış (herhangi diğer teknik ile)	2
3) Takedown	1
4) İmmobilize	1
5) İmmobilize (yan kontrol veya yan pozisyon)	2
6) İmmobilize (mount veya montana)	3
7) Yıldızlarda her 5 saniyeye yakın bitiriş pozisyonu	2
8) Yasal her vuruş	1

49. Uyarı, Ceza ve Diskalifiye: Uyarılar müsabaka süresince bütün raundlarda yapılmalıdır.

- 1) 1. ihlal veya çıkış – Sözlü Uyarı (Warning) veya 1.Çıkış
- 2) 2. ihlal veya çıkış – Resmi Uyarı (Official Warning) veya 2.Çıkış
- 3) 3. ihlal veya çıkış – Ceza puanı -1 (Minus Point)
- 4) 4. ihlal veya çıkış – Diskalifiye etme (Disqualification)

➤ Dışarı çıkma veya çıkış, yalnızca tek ayakla bile olsa çizginin dışına çıkma anlamına gelir. Çizgi üstünde durma, dışarı çıkma olarak kabul edilmez. Müsabık diğer müsabık tarafından dışarı itildiyse veya bir darbe veya tekme sonucunda çizginin dışına çıktıysa dışarı çıkma sayılmaz.

Hareketin dışarı çıkma olup olmadığı her zaman yan hakem tarafından belirlenir veya bu konuda yan hakemler arasında oy çokluğu ile karar alınır. Dışarıya çıkma ile ilgili uyarılar, diğer ihlal uyarılarından ayrı tutulacaktır. Hakem uyarı veya ceza puanı (eksi puan) verirken müsabaka süresini gösteren saati durdurmalıdır.

50. Kural İhlalleri:

- 1) Kontrolsüz tüm vuruşlar,
- 2) Müsabaka esnasında konuşmak,
- 3) Mücadeleden kaçınarak zaman öldürmek,
- 4) Kafa atmak, omuzla vurmak, dirsek vurmak, hedefe bakmadan vurmak,
- 5) Net bir teknik uygulama amacı olmaksızın rakibe arkasını dönmek,
- 6) Rakibe, orta hakeme, yan hakemlere saygısız davranışlar.
- 7) Antrenör ve antrenör yardımcılarını bağırarak konuşamaz,
- 8) Rakibe veya ring amirine seslenemez. Şortu veya rashguardı veya tatami köşelerini tutmak yasaktır.

51. Puanlama:

1) **Jüri Değerlendirmesi;** Her raundun sonunda yan hakemler skoru kağıda yazar; iyi olan dövüşçüye 10 puan ve diğerine 9 puan ve eğer arada kayda değer fark varsa 8 puan yazılır. Sonra ceza puanlarını çıkarırlar ve toplam skoru kağıddaki bir kutucuğa yazarlar. Müsabakanın sonunda, her yan başhakem verilen puanları toplar. Eğer iki müsabık berabereyse başhakem eleme müsabakalarında kendi kanaatiyle bir müsabıkı galip ilan eder.

2) **Orta Hakem;** Müsabakayı yönetir. Müsabaka alanına ilk giren kişidir, yan hakemlerden koruyucu malzemeleri denetlemelerini ister, selamlaşmayı yaptırır, müsabakayı “fight” komutuyla başlatır. Gereğinde “stop” komutuyla müsabakayı durdurur, ihtar verebilir, ceza puanı kesebilir, diskalifiye edebilir. Atışları kolunu kaldırarak sinyal verir. İmmobilizasyonu kollarını yatay uzatarak sinyal verirken sporcuların duyabileceği yakınlıkta 4 saniye saymaya başlar, sonra müsabıkları kaldırarak puanları verir. Orta hakem 5 saniye sayma bitmeden evvel eğer tehlikeli bir durum varsa saymayı keserek durdurabilir. Bu keserek durdurmayı jüri masasına işaret eder, alandan istemli çıkışları işaret eder, sporcular birbirlerini kapmışlarsa bir atış gerçekleşmeden evvel ayırır. Orta hakem immobilize esnasında pozisyonda bozulma olursa ve atışlardan sonra immobilize gerçekleşmezse müsabakayı durdurabilir, ayakta başlatır. Müsabakanın sonunda galibiyeti ilan eder.

3) **Yan Hakem;** Skoru vermek için, atletlerin tekniklerini, kontrollerini, kombolarını, kondusyonlarını değerlendirir. İmmobilizenin ve orta hakemin verdiği işaretlerin geçerliliğini değerlendirir. Orta hakemin istemi üzerine koruyucu malzemeyi denetler. Skor kağıdını tam doldurur.

4) **Hakem Masası (Jüri);** Jüri yalnızca orta hakemin işaretiyle saati durduran ve raundun sonuna 10 saniye kala işaret veren bir zaman hakemi, bir anonsör, tüm müsabakadan sorumlu bir amir, görevi sakatlanmalı sporcunun müsabakaa devam edip edemeyeceğine karar verendir. Aynı zamanda sağlıkçı veya sağlıkçıdan oluşur. Sağlıkçının veya sağlıkçının kararına itiraz edilemez.

52. **Yer Oyunu:** Yerde aktif güreş süresi sınırsızdır. Aktif güreş durursa hakem sporcuları uyarır. 20 saniye sonra bir uyarı daha verilir. Halen değişiklik olmazsa ayağa kaldırılır. Yer oyununda ringden düşmek durumuna gelirlerse, hakem durdurur ve ortaya alır, tam aynı pozisyonu aldırır, orta hakem komutuyla müsabakayı yeniden başlar.

53. **Müsabakayı Durdurma ve Mola:** Yalnızca orta hakemin müsabakayı durdurma yetkisi vardır. Bir müsabık, sakatlanması varsa sakatlığı kontrol etmek veya koruyucu malzemelerini düzeltmek / bağlamak için kolunu kaldırarak mola talebinde bulunabilir. Orta hakem, bu talebin müsabık haksız bir avantaj kazandıracığını veya her durumda diğer müsabık için dezavantaj oluşturacağını düşünüyorsa, mola talebi sağlık ve güvenlik ile ilgili olmadığı sürece, molayı vermeyebilir.

Molalar minimum sürede tutulmalıdır. Orta hakem müsabıkın molaları dinlenmek veya öteki müsabıkın puan almasını engellemek amacıyla kullandığını düşünürse, talebi yapan müsabıkın müsabakayı geciktirme uyarısı verilebilir. Müsabakayı dışarıdan yalnızca Hakem Komitesi veya müsabaka alanı sorumlusu durdurabilir. Bunun için mola çağrısında bulunacak olan orta hakemin dikkatini çekmeleri gerekmektedir.

54. Sakatlanmalar: Müsabıklardan herhangi birinin sakatlanması durumunda müsabaka, sakatlanan müsabıkın müsabakaya devam edip edemeyeceğine ilişkin müsabaka sağlıkçı veya sağlıkçı bir karar verilene kadar durdurulmalıdır. Sağlıkçı veya sağlıkçı müsabaka alanına geldiğinde sakatlığın tedavi gerektirip gerektirmediğine karar verir ve bu tedavi iki dakikayı geçmemelidir. Bu çerçevede gerekli tüm tedaviler iki dakika içinde tamamlanmalıdır. Sakatlanma ciddi boyuttaysa ve sağlıkçı tedavisi gerektiriyorsa, sağlıkçı veya sağlıkçı müsabakanın sona ermesi gerektiğini söyleyebilir. Müsabakanın bir sakatlanma yüzünden durdurulması gerekiyorsa hakemler;

- 1) Sakatlanmaya kimin neden olduğu,
- 2) Kasıtlı bir sakatlama olup olmadığı,
- 3) Sakatlanan müsabıkın kasıtlı hatası olup olmadığı,
- 4) Sakatlanmanın kurallara aykırı bir tekniğin kullanılması sonucunda meydana gelip gelmediği,
- 5) Sakatlanmamış müsabık herhangi bir kural ihlali yapmadıysa, bu müsabıkın hükmen galip sayılıp sayılmayacağı,
- 6) Sakatlanmamış müsabık kural ihlali yaptıysa, sakatlanan müsabıkın hükmen galip sayılması ve sakatlanmamış müsabıkın da diskalifiye edilmesi hususlarında karar verirler.
- 7) Sağlıkçı veya sağlıkçının sakatlanan müsabıkın müsabakaya devam edebileceğini bildirmesi durumunda hakemler, müsabakanın devam edip etmeyeceği yönünde bir karar verirler.

55. Hakemlerin puan vermeleri:

1) Puanlar; Orta Hakem puan çıktığı anda “STOP” komutuyla müsabakayı durdurur. Puan alan müsabıkı göstermek için, puan alan köşeyi el işareti ile gösterir. Puan verilmesi için orta hakem yan hakemlere eli ile sayıyı ve köşe rengini belirtir.

2) Maddi Hata; Orta hakem ve yan hakemlerin kararı yalnızca bir **maddi hata** yapıldığında değiştirilebilir. Hakemin yanlış tarafın kolunu kaldırması veya köşelerin yanlışlıkla karıştırılmış olması durumları **maddi hata** olarak kabul edilir.

3) Puan Yok; Orta hakem “STOP” komutu verip de müsabıklardan birine kural dışı bir teknikten dolayı bir uyarıda bulunduğu saldırı müsabıkın puan verilmez.

4) Uyarı; Uyarılar her iki müsabıkın ve antrenörlerin rahatlıkla duyup anlayabilecekleri şekilde belirgin ve yüksek sesle yapılmalıdır. Orta hakem müsabıkın tam karşısında durarak uyarıyı vermelidir.

5) Ceza; Orta hakem, ceza puanını vermek için önce müsabaka süresini gösteren saatin durdurulmasını ister, yan hakemler ve masa hakeminin göreceği şekilde müsabıkın ceza puanını anlaşılır ve yüksek sesle bildirir.

6) Diskalifiye Etme; Diskalifiye durumunda orta hakem, minder sorumlusuna danışarak uygun prosedürün uygulanıp uygulanmadığından emin olmalıdır.

56. Müsabaka Alanının Dışına Çıkılması: İki sporcunun da müsabaka alanının dışına çıkması durumunda hakemin karşılaşmayı durdurmasında üç şık dikkate alınır;

1) Müsabıklardan biri yan mount veya pozisyonunu sağlamlaştırdıysa, müsabaka yan pozisyonda veya mountta ortada başlatılır. Her iki durumda da üstteki ellerini rakibin yanlarında yere koyarak başlar. Ve alttaki müsabık üstteki rakibin beline kollarını sararak başlar.

2) Sporculardan hiçbiri mount veya lateral pozisyon kuramadığı durumda müsabaka ayakta başlar.

3) Sporculardan biri devam edegelen bitiriş sürecinde. Yakalanan sporcunun toplam skorundan bir puan düşülür ve müsabaka ayakta başlar.

57. **Kararlar:** Şu kararlar sonucunda müsabaka sona erebilir.

1) Puanla Kazanmak;

a) Tapout ile (Rakibin pes etmesiyle) (Genç ve Büyüklerde Tapout'a izin verilmektedir.

b) Puan üstünlüğü ile (hakemlerinin çoğunluğu tarafından en fazla puan verilen müsabık kazanır)

2) Rakibin Diskalifiye Olmasıyla Kazanmak;

a) Üç eksi puandan sonra müsabakanın durdurulması gerekir. Rakip, diskalifiye sebebiyle müsabakanın galibi olur. Bazı zor durumlarda orta hakem önceden bir uyarı cezası vermeden önce müsabaka alanı sorumlusuna danıştıktan sonra diskalifiye kararı verebilir. Örneğin; Rakibe uygulanan kuraldışı ve kasıtlı bir vuruşla ile üzerine saldırarak sakatlamak veya nakavt etmek, STOP komutundan sonra rakibe vurarak sakatlamak,

b) Bir müsabıkın; hakemlere, rakibine veya antrenörüne hakaret etmek veya aşırı saldırgan davranışlarla sportmenlik dışı hareketlerde bulunmak,

3) Çekilme ve Müsabakaya Çıkmamak;

Eğer bir müsabık sakatlanma veya başka bir sebep dolayısıyla müsabakaya devam edemeyeceğini (havlu atmak v.s) bildirmesi sonucunda rakibi galip ilan edilir.

4) Müsabakanın Durdurulmasıyla Kazanmak;

Eğer bir sporcu dövüşemeyecek veya kendini koruyamayacak durumdaysa, ayrıca diğer sporcu sportif anlamda bariz bir üstünlük kurduysa müsabaka durdurulabilir. Galibi, orta hakem belirler. Eğer müsabaka müsabıklardan biri sakatlandığı için durdurulursa, mevcut kurallara göre bir karar verilmesi gerekir.

58. **Bir Kararın Değiştirilmesi:** Resmi olarak ilan edilen bütün kararlar nihaidir ve şu durumlar dışında değiştirilemez.

1) Puanlar hesaplanırken hata yapıldığının farkına varılırsa,

2) Yan hakemlerden biri yanlışlık yaptığını ve müsabıkların köşelerini (puanlarını) değiştirdiğini bildirirse; Böyle bir durumda müsabaka alanı sorumlusu, Hakem Komitesi ile gerekli görüşmeleri yaptıktan sonra resmi sonucu açıklar.

59. **Klinç;** Her iki müsabığın ayakta veya yerde müsabakayı kendi avantajına çevirme ihtimali sağlamayan yaklaşık 5 saniye süren bir çıkmaz pozisyon olarak kabul edilir. Unutulmamalıdır ki klinç, müsabakanın süresini, rakibe bir bitiriş yapmaya çalışmadan bitirme girişimidir.

60. **El Sıkışma veya Eldivenleri Tokuşturma:** Bir müsabakadan önce ve sonra müsabıklar el sıkışırlar, eldivenlerini tokuşturlar. Bu uygulama sportif ve dostça rekabetin bir göstergesidir. El sıkışma ilk raundun başlamasından önce ve karardan sonra uygulanır.

61. **Baygınlık, RSC, RSC-H, Sakatlanma Sonrası Uygulanacak Prosedür:** Bir müsabık müsabaka sırasında sakatlanırsa, durumu değerlendirmeye yetkili tek kişi sağlıkçı veya sağlıkçıdır. Müsabık bilincini kaybederse yalnızca sağlıkçının veya sağlıkçının müsabaka alanında kalmasına izin verilir, bu durumda sağlıkçı veya sağlıkçı gerekli gördüğünde yardım isteyebilir.

62. **Baygınlık, RSC, RSC-H, Sakatlanma Durumunda Uygulanacak Prosedür:** Bir müsabık, müsabaka sırasında her hangi bir nedenle bayıldıysa veya sağlıkçı veya sağlıkçı sporcunun baş travması nedeniyle müsabakaya devam edememesi gerekçesiyle müsabakayı durdurduysa, bu durumdaki sporcu hemen bir sağlıkçı veya sağlıkçı tarafından muayene edilir ve ambulansla uygun bir hastaneye veya uygun bir yere götürülür.

1) Bir müsabık, müsabaka sırasında başına aldığı bir darbe nedeniyle bayıldıysa veya orta hakem müsabıkın baş travması nedeniyle müsabakaya devam edememesi gerekçesiyle müsabakayı

durdurduysa, söz konusu müsabıkın baygınlığının ardından en az **4 hafta süreyle** başka bir müsabakaya katılmasına izin verilmez.

2) Bir müsabık, müsabaka sırasında başına aldığı bir darbe nedeniyle bayıldıysa veya orta hakem müsabıkın baş travması nedeniyle müsabakaya devam edememesi gerekçesiyle müsabakayı durdurduysa, ayrıca **bu durum 3 aylık bir süre içinde iki kez tekrarlandıysa**, söz konusu müsabıkın ikinci baygınlığının veya geçirdiği **RSC-H'ın ardından en az 3 ay süreyle** başka bir müsabakaya katılmasına izin verilmez.

3) Bir müsabık müsabaka sırasında başına aldığı bir darbe nedeniyle bayıldıysa veya sağlıkçı müsabıkın baş travması nedeniyle müsabakaya devam edememesi gerekçesiyle müsabakayı durdurduysa, ayrıca **bu durum 12 aylık bir süre içinde üst üste üç kez tekrarlandıysa**, söz konusu müsabıkın üçüncü baygınlığının veya geçirdiği **RSC-H'ın ardından en az 1 yıl süreyle** başka bir müsabakaya katılmasına izin verilmez.

4) Yukarıda anılan karantina dönemlerini **yetkili sağlıkçı gerekli gördüğü takdirde uzatabilir**. Ayrıca hastanedeki sağlıkçılar da baş taramaları ve testlere dayanarak söz konusu karantina dönemini sonradan uzatabilir.

5) Karantina dönemi müsabıkın, hangi dalda olursa olsun hiçbir MMA müsabakasına katılamayacağı dönem anlamına gelir. Karantina dönemleri minimum sürelerdir ve baş travmasından dolayı alınan yara/yaralar tamamen iyileşene kadar kesinlikle iptal edilemez.

6) Sağlıkçı veya sağlıkçı, müsabıkın başına aldığı darbe nedeniyle müsabakaya devam etmemesi kararı alarak müsabakayı durdurduğunda, hakemler puan kağıtlarına Bayılma, RSC-H veya RSC yazacaklardır. Durum, söz konusu ringin müsabaka alanı sorumlusuna da gerektiği gibi bildirilecek ve nakavt tutanağına yazılacaktır. Bu aynı zamanda ilgili müsabakanın resmi sonucu olacaktır ve değiştirilemeyecektir.

7) Yukarıda belirtildiği şekilde bir ara sonrasında MMA spor dalına devam etmeden önce söz konusu müsabık, özel bir tıbbi incelemeden geçtikten sonra spor hekimlerinden **müsabaka yapmasında herhangi bir sakınca olmadığını gösteren bir rapor almalıdır**.

63. **Genel Sakatlanma Durumunda Uygulanacak Prosedür:** Baygınlık veya RSC-H dışındaki sakatlanmalarda sağlıkçı en düşük karantina süresini verebilir ve hastanede tedavi tavsiyesinde bulunabilir. Sağlıkçı zorunlu olarak hastanede tedavi isteyebilir.

64. **MMA FULL:** MMA Full müsabakası sporcunun rakibini tüm enerjisi ve gücüyle yenmek olduğu bir disiplindir. Yumrukların, tekmelerin ve yerde mücadele'nin müsaade edilen hedeflere odaklanarak hızlı ve kararlı bir şekilde güçlü bir temas oluşturarak vurulması gerekir. Bu mücadele stilinde ayakta vuruşlara izin verilir ama yerde rakibe vurmaya izin verilmez. Yerde sadece boğma ve submission (pes ettirme) tekniklerine izin verilir. Müsabaka standartlara uygun bir Octagonda veya Ringde gerçekleştirilir. Kronometre genelde durdurulmaz. Orta hakem "STOP" komutu verirse müsabaka durur. Bu müsabakanın süresi brütür.

65. **Müsabaka Alanı:**

- 1) MMA Full müsabakaları, ringde ve oktagonda yapılır,
- 2) Ring veya Octagonda mücadele alanı en az 6×6 metre, en fazla 9×9 metre olmalıdır,
- 3) Her durumda zemin sporcu sağlığına uygun materyallerden tercih edilmelidir.

66. **Müsabaka Kıyafet ve Koruyucu Malzemeleri:**

1) **Müsabıkların Koruyucu Malzemeleri;** MMA Full müsabakasında sporcular, Kogi, ayaküstü kaval koruyucu, başparmakları kapsayan açık eldiven (kaplumbaga modeli), dişlik, tek sarım bandla tuturulmuş el sargısı giymek zorundadırlar. Dişlik sıkı yerleşimli olmalıdır, kırmızı renk

dişilik olmamalıdır. Müsabık sporcunun ağız açık ve dişliksiz mücadele etmesine izin verilmeyecektir.

Dizlik giymek isteyen sporcular giyebilir zorunlu değildir. Bayanlar göğüs koruyucu giymek zorundadır. Gençler kategorisinde kask mecburidir. Büyükler kategorisinde kask mecburi değildir. Bilezik, bileklik, kolye, küpe, pircing, yüzük ve/veya müsabaka esnasında sakatlanmaa sebep olabilecek herhangi bir eşya giymek yasaktır.

2) Müsabıkların Kıyafetleri; MMA müsabakasında sporcular bermuda uzunluğunda şortları ve ağız kısmı tekniklerde sporcuyu kısıtlamayacak ligralı şortlar tercih edilmeli ve kullanılmalıdır. MMA şortunun altına tayt giymek zorunludur (Bay ve bayan sporcularda). Bay sporcular uzun veya kısa tayt şortlarının altına giydikleri gibi; bayan sporcular mecburi olarak uzun tayt giymek zorundadırlar. Bayanlar üstlerine t-şört (rash guard uzun veya kısa kol) giymek zorundadırlar. Erkek sporcularda rash guard giymek zorundadırlar.

3) MMA Full Eldivenleri:

a) MMA Full Eldivenleri köşe rengine göre kırmızı veya mavi olmalıdır. Müsabaka esnasında eğer kırmızı veya mavi renkte eldiven yoksa siyah renk eldiven tercih edilebilir. Bu takdirde sporcuları ayırt etmek için sporcuların eldivenlerine köşelerini belli eden bantlar takılması gerekmektedir.

b) Ellerin üzerinde 1,0-1,2 cm ped içermelidir.

c) Başparmağı kapsamalıdır.

d) Başparmaktaki ped 1-2 cm olmalıdır.

e) Parmakların orta boğumları (ikinci boğumlar) eldiven içinde kalmalıdır.

➤ Müsabakada kullanılan koruyucu malzeme ve kıyafetler, Federasyon Kılık, Kıyafet, Malzeme ve Davranış Talimatına uygun olmalıdır. Uygunluk Hakem Komitesi tarafından denetlenecektir.

67. Müsabaka Raund ve Süreleri: Katılımcıların durumlarına göre Federasyon tarafından süre ve raund ayarlaması yapılabilir.

1) Gençler (Erkek / Kız);

Elemeler: 2 round x 3 dk

Finaller: 3 round x 3 dk

Aralar: 1 dk

2) Büyükler (Erkek / Kız);

Elemeler: 2 round x 3 dk

Finaller: 3 round x 3 dk

Aralar: 1 dk

68. Müsabaka Sıklet ve Yaş Grupları: Genç ve Büyükler olmak üzere iki yaş kategorisine yapılır. Günün koşulları, tasarruf tedbirleri ve katılımcıların durumlarına göre Federasyon gerek gördüğünde faaliyetlerde yaşlar ve sıkletler arasında değişiklik yapılabilir.

1) Gençler (16-18 yaş);

Erkek: 56, 60, 65, 71, 78, 86, +86 kg.

Kız: -50, 55, 61, 68, +68 kg.

2) Büyükler (19-40 yaş);

Erkek: 56, 60, 65, 71, 78, 86, 95, +95 kg.

Kadın: 50, 55, 61, 68, 76, +76 kg.

69. Müsaade Edilen / Edilmeyen Teknik ve Hareketler: İzin verilen teknikler kullanılarak vücudun şu bölgelerine vuruş yapılabilir;

1) Yasal Hedefler; MMA Full müsabakasında müsabık ayaktayken omurga, ense, başın tepesi, boğaz, genitaler dışındaki tüm vücuda, yumruklar, tekmeler (ayak ve kaval) vurabilir. Diz ve

dirsek vuruşları kesinlikle yasaktır. Tüm kilitler ve boğmalar serbesttir. Yerdeki rakibe vurmak veya (sen) yerdeyken vurmak yasaktır. Sadece bir eli veya bir dizi bile mindere değen atlet “yerde” kabul edilir.

2) Fırlatmalar; (Yönlendirmeler) Bitiriş anı dışında rakibi her şekilde atmak, kapmak, tutmak serbesttir(supleks hariç). Yanı sıra kapıldığında vurmak veya kaptığında vurmak da serbesttir. Rakibi ensesinin üzerine veya kendi dizlerinin üstüne fırlatmak yasaktır(supleks). Rakibi iplerin dışında sürüklemek yasaktır. Rakibi taşıyarak iterek her şekilde düşürmek, rakibinin üstünde kalsa da ayakta kalsa da “take down” yapmış kabul edilir. Rakip yanlışlıkla kendi düşse de “take down” kabul edilir. İpleri tutmak yasaktır. Bir atıştan sonra rakip hemen müsabakaya dönemeyecek durumdaysa hakem 8’e kadar sayar, halen devam edemeyecek durumdaysa normal KO gibi “faaliyet dışı” olduğuna hüküm verilir.

3) İmmobilize; Rakibi yerde bloklamak ne şekilde olursa olsun serbesttir, yalnızca avantajlı durumda olan puanlandırılır. İmmobilizeyi sağlamak için boğmak, kilitlemek ve pes ettirmek serbesttir. Pes durumunda “abandone” hükmüyle sonlanır. Orta hakem eğer tehlikeli bir durum görürse müsabakayı durdurur. Saymaya başlar.

Hakem 5 saniye yerde klinç durumunda müsabakayı durdurur. Avantaj her zaman üstteki atlete verilir, tek istisnası “montada” dır. Hakem pozisyonun sabitlendiğini (5 saniye) fark ettiğinde kollarını sporcular üzerinde gergin tutarak, onların duyabileceği sesle sayar, 5 saniye saydıktan sonra durdurur, sporcuları kaldırır, puanlandırır. Eğer sayma esnasında kilit bozulur, engellenir ise sayma durur ve sporcular kaldırılır. Eğer sayma esnasında bir kilitten diğerine geçilirse sayma devam eder. 5 saniye saymanın ve puanlandırmanın sonuçlanmasından sonra, eğer sporculardan biri hemen devam edemeyecekse, hakem 8’e kadsar sayar, halen devam edemeyecekse KO hükmü verilir.

4) Bitiriş; MMA Full müsabakasında boğma, kilit, bası, arm-bar’la bitiriş serbesttir. Bitiriş müsabakası sonlandırır. Müsabaka devam etmez. Eller rakibin yüzüne konulamaz. Hakem devam etmekte olan bir bitiriş’i eğer kapılan sporcular için tehlikeli gördüyse durdurabilir. Bu kapılan sporcudan 1 puan kesilmesiyle sonuçlanır. Yerde dişlik çıkması durumunda karşılaşma durdurulmaz, hakem uygun anda kendisi sporcuya dişliği takar. Kilitleri koparma tarzında yapmak yasaktır, kilit ilerleyen teknikler neticesinde gerçekleşmelidir. Parmakları kaldırarak kilitler yasaktır.

70. Puan Tablosu:

1) Atış (fırlatma) iki bacağı da yerden kaldırarak	3
2) Atış (herhangi diğer teknik ile)	2
3) Takedown (go down)	1
4) İmmobilize	1
5) İmmobilize (mount veya montada)	3
6) Yasal hedefe her vuruş	1
7) Teknik iyi uygulamak (teknik döğüşmek)	1
8) Sayma (toplamdan 1 puan düşülür)	- 1

71. Uyarma, Ceza ve Diskalifiye: Uyarılar müsabaka süresince bütün raundlarda yapılmalıdır.

- 1) 1. ihlal veya çıkış – Sözlü Uyarı (Warning) veya 1.Çıkış
- 2) 2. ihlal veya çıkış – Resmi Uyarı (Official Warning) veya 2.Çıkış
- 3) 3. ihlal veya çıkış – Ceza puanı -1 (Minus Point)
- 4) 4. ihlal veya çıkış – Diskalifiye etme (Disqualification)

➤ Dışarı çıkma veya çıkış, yalnızca tek ayakla bile olsa çizginin dışına çıkma anlamına gelir. Çizgi üstünde durma, dışarı çıkma olarak kabul edilmez. Müsabık diğer müsabık tarafından dışarı itildiyse veya bir darbe veya tekme sonucunda çizginin dışına çıktıysa dışarı çıkma sayılmaz.

Hareketin dışarı çıkma olup olmadığı her zaman yan hakem tarafından belirlenir veya bu konuda yan hakemler arasında oy çokluğu ile karar alınır. Dışarıya çıkma ile ilgili uyarılar, diğer ihlal uyarılarından ayrı tutulacaktır. Hakem uyarı veya ceza puanı (eksi puan) verirken müsabaka süresini gösteren saati durdurmalıdır.

72. Kural İhlalleri;

- 1) Rakibin şortunu veya eldivenlerini tutmak,
- 2) Kafesi tutmak,
- 3) Keriyi kazımak,
- 4) Yüzün önünü (gözler, burun, ağız) başla itmek,
- 5) Kaşlara, elmacık kemiklerine, buruna başhakemin izin verdikleri dışında tahriş eden mide bulandıran, göz yaşartan kremler sürmek.
- 6) Kontrolsüz tüm vuruşlar,
- 7) Müsabaka esnasında konuşmak,
- 8) Mücadeleden kaçınarak zaman öldürmek,
- 9) Isırmak, kafa atmak, omuzla vurmak, dirsek vurmak, hedefe bakmadan vurmak,
- 10) Net bir teknik uygulama amacı olmaksızın rakibe arkasını dönmek,
- 11) Rakibe, orta hakeme, yan hakemlere saygısız davranışlar.
- 12) Antrenör ve antrenör yardımcıları bağırarak konuşamaz,
- 13) Rakibe veya ring amirine seslenemez. Şortu veya rashguardı veya tatami köşelerini tutmak yasaktır.

73. Puanlama:

1) Jüri Değerlendirmesi; Her raundun sonunda yan hakemler iyi olan sporcuya 10, diğerine 9 eğer anlamlı fark varsa 8 puan verirler. Sonra ceza puanlarını ve hakem saymalarını düşerler ve raund sonu sütununa yazarlar. Müsabakanın sonunda raundların toplam puanı hesaplanır. Eğer eleme müsabakasıysa ve rakipler berabereyse yan hakem kendi kanaatini vermelidir. Galip hakemlerin ve jürinin çoğunluğuyla belirlenir.

2) Orta Hakem; Müsabaka alanına ilk girendir, müsabakayı yönetir, müsabakayı "FIGHT" komutuyla başlatır, gerekli gördüğünde "STOP" komutuyla durdurur, uzayan bir klinçi "break" komutuyla ayırır ki bu komuttan sonra müsabaka bir adım geri attıktan sonra otomatik olarak tekrar başlar. Fırlatmaları (atışları) kolunu kaldırarak, immobilizeyi kollarını uzatarak sinyal verir, immobilizede döğüşçülerin duyabilecekleri yakınlıkta sayar, 5 saniye saydıktan sonra müsabakayı durdurur ve puanları verir. İmmobilizede tehlikeli bir durum tanımlarsa hakem saymayı kesebilir. İmmobilizeden ve saymalardan ve puan verildikten sonra sporcu devam edemeyecekse hakem aynı knock-down gibi 10 saniyeye kadar saymaya devam eder. Fırlatmadan sonra aynı yapılar, bu durumda sayma 1'den başlar. Orta hakem her hangi bir anda zor durumda bulduğu sporcuya sayabilir veya bariz üstünlüğe binaen sporcuyu mağlup ilan edebilir. Sakatlanma durumunda sağlıkçıya veya sağlıkçıya danışmalıdır. Eğer bir fırlatmadan sonra hemen immobilize takip etmediyse veya yerde sayma başladıktan sonra bir fırlatma olduysa hakem jüri masasından saati durdurmasını isteyebilir. İmmobilizede sporcunun tehlikede kaldığını düşünürse saymayı durdurabilir. Bir sakatlanma olduğunda müsabakayı durdurup sağlıkçıya veya sağlıkçıyı sakatlanma değerlendirme üzere çağırır.

3) Yan Hakem; Yan hakemler teknikleri, atak sıklığını, isabetli vuruşları, etkinliği, takedownları, immobilizeyi değerlendirir. Orta hakem, yan hakemden danışma isteyebilir. Skor kağıdını tam doldurmalıdırlar. Skor kağıtlarının altında mutlaka dolduran hakemin adı ve soyadı bulunması zorunludur.

4) Hakem Masası (Jüri); Jüri yalnızca orta hakemin işaretiyle saati durduran ve raundun sonuna 10 saniye kala işaret veren bir zaman hakemi, bir anonsör, tüm müsabakadan sorumlu bir amir,

görevi sakatlanmalı sporcunun müsabakaa devam edip edemeyeceğine karar verir. Aynı zamanda sağlıkçı veya sağlıkçıdan oluşur. Sağlıkçının veya sağlıkçının kararına itiraz edilemez.

- 74. Yer Oyunu:** Yerde aktif güreş süresi sınırsızdır. Aktif güreş durursa hakem sporcuları uyarır. 20 saniye sonra bir uyarı daha verilir. Halen değişiklik olmazsa ayağa kaldırılır. Yer oyununda ringden düşmek durumuna gelirlirse, hakem durdurur ve ortaya alır, tam aynı pozisyonu aldırır, orta hakem komutuyla maç yeniden başlar.
- 75. Müsabakayı Durdurma ve Mola:** Yalnızca orta hakemin müsabakayı durdurma yetkisi vardır. Bir müsabık, sakatlanması varsa sakatlığı kontrol etmek veya koruyucu malzemelerini düzeltmek / bağlamak için kolunu kaldırarak mola talebinde bulunabilir. Orta hakem, bu talebin müsabık haksız bir avantaj kazandıracakını veya her durumda diğer müsabık için dezavantaj oluşturacağını düşünüyorsa, mola talebi sağlık ve güvenlik ile ilgili olmadığı sürece, molayı vermeyebilir. Molalar minimum sürede tutulmalıdır. Orta hakem müsabıkın molaları dinlenmek veya öteki müsabıkın puan almasını engellemek amacıyla kullandığını düşünürse, talebi yapan müsabıkın müsabakayı geciktirme uyarısı verilebilir. Müsabakayı dışarıdan yalnızca Hakem Komitesi veya müsabaka alanı sorumlusu durdurabilir. Bunun için mola çağrısında bulunacak olan orta hakemin dikkatini çekmeleri gerekmektedir.
- 76. Sakatlanmalar:** Müsabıklardan herhangi birinin sakatlanması durumunda müsabaka, sakatlanan müsabıkın müsabakaya devam edip edemeyeceğine ilişkin müsabaka sağlıkçı veya sağlıkçı bir karar verilene kadar durdurulmalıdır. Sağlıkçı veya sağlıkçı müsabaka alanına geldiğinde sakatlığın tedavi gerektirip gerektirmediğine karar verir ve bu tedavi üç dakikayı geçmemelidir. Bu çerçevede gerekli tüm tedaviler üç dakika içinde tamamlanmalıdır. Eğer birinci raund tamamlanmadan, istemsiz bir sakatlanma oluşursa müsabaka “no contest” (oyanmadı) kabul edilir. Birinci raund tamamlandıktan sonra oluşursa ilk raundun skoruna göre kazananın kim olduğuna karar verilir. Sakatlanma ciddi boyuttaysa ve sağlıkçı tedavisi gerektiriyorsa, sağlıkçı veya sağlıkçı müsabakanın sona ermesi gerektiğini söyleyebilir. Müsabakanın bir sakatlanma yüzünden durdurulması gerekiyorsa hakemler;
- 1) Sakatlanmaya kimin neden olduğu,
 - 2) Kasıtlı bir sakatlama olup olmadığı,
 - 3) Sakatlanan müsabıkın kasıtlı hatası olup olmadığı,
 - 4) Sakatlanmanın kurallara aykırı bir tekniğin kullanılması sonucunda meydana gelip gelmediği,
 - 5) Sakatlanmamış müsabık herhangi bir kural ihlali yapmadıysa, bu müsabıkın hükmen galip sayılıp sayılmayacağı,
 - 6) Sakatlanmamış müsabık kural ihlali yaptıysa, sakatlanan müsabıkın hükmen galip sayılması ve sakatlanmamış müsabıkın da diskalifiye edilmesi hususlarında karar verirler.
 - 7) Sağlıkçı veya sağlıkçının sakatlanan müsabıkın müsabakaya devam edebileceğini bildirmesi durumunda hakemler, müsabakanın devam edip etmeyeceği yönünde bir karar verirler.
- 77. Hakemlerin puan vermeleri:**
- 1) **Puanlar;** Orta Hakem puan çıktığı anda “STOP” komutuyla müsabakayı durdurur. Puan alan müsabıkı göstermek için, puan alan köşeyi el işareti ile gösterir. Puan verilmesi için orta hakem yan hakemlere eli ile sayıyı ve köşe rengini belirtir.
 - 2) **Maddi Hata;** Orta hakem ve yan hakemlerin kararı yalnızca bir **maddi hata** yapıldığında değiştirilebilir. Hakemin yanlış tarafın kolunu kaldırması veya köşelerin yanlışlıkla karıştırılmış olması durumları **maddi hata** olarak kabul edilir.
 - 3) **Puan Yok;** Orta hakem “STOP” komutu verip de müsabıklardan birine kural dışı bir teknikten dolayı bir uyarıda bulunduğu saldıran müsabıkın puan verilmez.

- 4) Uyarı;** Uyarılar her iki müsabıkın ve antrenörlerin rahatlıkla duyup anlayabilecekleri şekilde belirgin ve yüksek sesle yapılmalıdır. Orta hakem müsabıkın tam karşısında durarak uyarıyı vermelidir.
- 5) Ceza;** Orta hakem, ceza puanını vermek için önce müsabaka süresini gösteren saatin durdurulmasını ister, yan hakemler ve masa hakeminin göreceği şekilde müsabıkı ceza puanını anlaşılır ve yüksek sesle bildirir.
- 6) Diskalifiye Etme;** Diskalifiye durumunda orta hakem, minder sorumlusuna danışarak uygun prosedürün uygulanıp uygulanmadığından emin olmalıdır.
- 78. Müsabaka Alanının Dışına Çıkılması:** İki sporcunun da müsabaka alanının dışına çıkması durumunda hakemin karşılaşmayı durdurmasında üç şık dikkate alınır;
- 1) Müsabıklardan biri yan mount veya pozisyonunu sağlamlaştırdıysa, müsabaka yan pozisyonda veya mountta ortada başlatılır. Her iki durumda da üstteki ellerini rakibin yanlarında yere koyarak başlar. Ve alttaki müsabık üstteki rakibin beline kollarını sararak başlar.
 - 2) Sporculardan hiçbiri mount veya lateral pozisyon kuramadığı durumda müsabaka ayakta başlar.
 - 3) Sporculardan biri devam edegelen bitiriş sürecinde. Yakalanan sporcunun toplam skorundan bir puan düşülür ve müsabaka ayakta başlar.
- 79. Kararlar:** Şu kararlar sonucunda müsabaka sona erebilir.
1. **Puanla kazanmak;**
 - a) Tapout ile (Rakibin pes etmesiyle)
 - b) Puan üstünlüğü ile (hakemlerinin çoğunluğu tarafından en fazla puan verilen müsabık kazanır)
 - 2) **Rakibin Diskalifiye Olmasıyla Kazanmak;**

Üç uyarıdan, yani üç eksi puandan sonra müsabakanın durdurulması gerekir. Rakip, diskalifiye sebebiyle müsabakamın galibi olur. Bazı zor durumlarda orta hakem önceden bir uyarı cezası vermeden önce müsabaka alanı sorumlusuna danıştıktan sonra diskalifiye kararı verebilir. Örneğin; Rakibe uygulanan kuraldışı ve kasıtlı bir vuruşla ile üzerine saldırarak sakatlamak veya nakavt etmek, "STOP" komutundan sonra rakibe vurarak sakatlamak, Bir müsabıkın; hakemlere, rakibine veya antrenörüne hakaret etmek veya aşırı saldırgan davranışlarla sportmenlik dışı hareketlerde bulunmak,
 - 3) **Çekilme ve Müsabakaya Çıkmamak;**

Eğer bir müsabık sakatlanma veya başka bir sebep dolayısıyla müsabakaya devam edemeyeceğini (havlu atmak v.s) bildirmesi sonucunda rakibi galip ilan edilir.
 - 4) **Müsabakanın Durdurulmasıyla Kazanmak;**

Eğer bir sporcu dövüşemeyecek veya kendini koruyamayacak durumdaysa, ayrıca diğer sporcu sportif anlamda bariz bir üstünlük kurduysa müsabaka durdurulabilir. Galibi, orta hakem belirler. Eğer müsabaka müsabıklardan biri sakatlandığı için durdurulursa, mevcut kurallara göre bir karar verilmesi gerekir.
- 80. Bir Kararın Değiştirilmesi:** Resmi olarak ilan edilen bütün kararlar nihaidir ve şu durumlar dışında değiştirilemez.
- 1) Puanlar hesaplanırken hata yapıldığının farkına varılırsa,
 - 2) Yan hakemlerden biri yanlışlık yaptığını ve müsabıkların köşelerini (puanlarını) değiştirdiğini bildirirse; Böyle bir durumda müsabaka alanı sorumlusu, Hakem Komitesi ile gerekli görüşmeleri yaptıktan sonra resmi sonucu açıklar.
- 81. Müsabaka Alanının Dışına Çıkılması:** İki sporcunun da müsabaka alanının dışına çıkması durumunda hakemin karşılaşmayı durdurmasında üç şık dikkate alınır.

- 1) Sporculardan biri yan mount veya pozisyonunu sağlamlaştırdıysa, müsabaka yan pozisyonda veya mountta ortada başlatılır. Her iki durumda da üstteki ellerini rakibin yanlarında yere koyarak başlar. Ve alttaki müsabık üstteki rakibin beline kollarını sararak başlar.
 - 2) Sporculardan hiçbiri mount veya lateral pozisyon kuramadığı durumda müsabaka ayakta başlar.
 - 3) Sporculardan biri devam edegelen bitiriş sürecinde. Yakalanan sporcunun toplam skorundan bir puan düşülür ve müsabaka ayakta başlar.
- 82. Klinç:** Klinç, her iki müsabığın ayakta veya yerde müsabakayı kendi avantajına çevirme ihtimali sağlamayan yaklaşık 5 saniye süren bir çıkmaz pozisyon olarak kabul edilir. Unutulmamalıdır ki klinç, müsabakanın süresini, rakibe bir bitiriş yapmaya çalışmadan bitirme girişimidir.
- 83. El Sıkışma veya Eldivenleri Tokuşturma:** Bir müsabakadan önce ve sonra müsabıklar el sıkışırlar, eldivenlerini tokuştururlar. Bu uygulama sportif ve dostça rekabetin bir göstergesidir. El sıkışma ilk raundun başlamasından önce ve karardan sonra uygulanır.
- 84. Baygınlık, RSC, RSC-H, Sakatlanma Sonrası Uygulanacak Prosedür:** Bir müsabık, müsabaka sırasında sakatlanırsa, durumu değerlendirmeye yetkili tek kişi sağlıkçıdır veya sağlıkçı. Müsabık bilincini kaybederse yalnızca sağlıkçının müsabaka alanında kalmasına izin verilir, bu durumda sağlıkçı gerekli gördüğünde yardım isteyebilir.
- 85. Baygınlık, RSC, RSC-H, Sakatlanma Durumunda Uygulanacak Prosedür:** Bir müsabık, müsabaka sırasında her hangi bir nedenle bayıldıysa veya sağlıkçı veya sağlıkçı sporcunun baş travması nedeniyle müsabakaya devam edememesi gerekçesiyle müsabakayı durdurduysa, bu durumdaki sporcu hemen bir sağlıkçı veya sağlıkçı tarafından muayene edilir ve ambulansla uygun bir hastaneye veya uygun bir yere götürülür.
- 1) Bir müsabık, müsabaka sırasında başına aldığı bir darbe nedeniyle bayıldıysa veya orta hakem müsabıkın baş travması nedeniyle müsabakaya devam edememesi gerekçesiyle müsabakayı durdurduysa, söz konusu müsabıkın baygınlığın ardından en az **4 hafta süreyle** başka bir müsabakaya katılmasına izin verilmez.
 - 2) Bir müsabık, müsabaka sırasında başına aldığı bir darbe nedeniyle bayıldıysa veya orta hakem müsabıkın baş travması nedeniyle müsabakaya devam edememesi gerekçesiyle müsabakayı durdurduysa, ayrıca **bu durum 3 aylık bir süre içinde iki kez tekrarlandıysa**, söz konusu müsabıkın ikinci baygınlığının veya geçirdiği **RSC-H'ın ardından en az 3 ay süreyle** başka bir müsabakaya katılmasına izin verilmez.
 - 3) Bir müsabık müsabaka sırasında başına aldığı bir darbe nedeniyle bayıldıysa veya sağlıkçı veya sağlıkçı müsabıkın baş travması nedeniyle müsabakaya devam edememesi gerekçesiyle müsabakayı durdurduysa, ayrıca **bu durum 12 aylık bir süre içinde üst üste üç kez tekrarlandıysa**, söz konusu müsabıkın üçüncü baygınlığının veya geçirdiği **RSC-H'ın ardından en az 1 yıl süreyle** başka bir müsabakaya katılmasına izin verilmez.
 - 4) Yukarıda anılan karantina dönemlerini **yetkili sağlıkçı gerekli gördüğü takdirde uzatabilir**. Ayrıca hastanedeki sağlıkçılar da baş taramaları ve testlere dayanarak söz konusu karantina dönemini sonradan uzatabilir.
 - 5) Karantina dönemi müsabıkın, hangi dalda olursa olsun hiçbir MMA müsabakasına katılmayacağı dönem anlamına gelir. Karantina dönemleri minimum sürelerdir ve baş travmasından dolayı alınan yara/yaralar tamamen iyileşene kadar kesinlikle iptal edilemez.
 - 6) Sağlıkçı veya sağlıkçı, müsabıkın başına aldığı darbe nedeniyle müsabakaya devam etmemesi kararı alarak müsabakayı durdurduğunda, hakemler puan kağıtlarına Bayılma, RSC-H veya RSC yazacaklardır. Durum, söz konusu ringin müsabaka alanı sorumlusuna da gerektiği gibi bildirilecek ve nakavt tutanağına yazılacaktır. Bu aynı zamanda ilgili müsabakanın resmi sonucu olacaktır ve değiştirilemeyecektir.

7) Yukarıda belirtildiği şekilde bir ara sonrasında MMA spor dalında devam etmeden önce söz konusu müsabık, özel bir tıbbi incelemeden geçtikten sonra spor hekimlerinden **müsabaka yapmasında herhangi bir sakınca olmadığını gösteren bir rapor almalıdır.**

86. Genel Sakatlanma Durumunda Uygulanacak Prosedür: Baygınlık veya RSC-H dışındaki sakatlanmalarda sağlıkçı en düşük karantina süresini verebilir ve hastanede tedavi tavsiyesinde bulunabilir. Sağlıkçı zorunlu olarak hastanede tedavi isteyebilir.

87. MMA ELİT: MMA Elit müsabakası sporcunun rakibini tüm enerjisi ve gücüyle yenmek olduğu bir disiplindir. Yumrukların, tekmelerin ve yerde mücadele'nin müsaade edilen hedeflere odaklanarak hızlı ve kararlı bir şekilde güçlü bir temas oluşturarak vurulması gerekir. Bu mücadele stilinde ayakta ve yerde vuruşlara izin verilir. Müsabaka standartlara uygun bir Octagonda veya Ringde gerçekleştirilir. Kronometre genelde durdurulmaz. Orta hakem "STOP" komutu verirse müsabaka durur. Bu müsabakanın süresi brütür.

88. Müsabaka Alanı:

- 1) MMA Elit müsabakaları, ringde ve oktagonda yapılır,
- 2) Ring veya Octagonda mücadele alanı en az 6×6 metre, en fazla 9×9 metre olmalıdır,
- 3) Her durumda zemin sporcu sağlığına uygun materyallerden tercih edilmelidir.

89. Müsabaka Kıyafet ve Koruyucu Malzemeleri:

1) Müsabıkların Koruyucu Malzemeleri; MMA Elit sporcuları, Kogi, avuç içi açık eldivenler (kaplumbağa modeli), dişlikten oluşur. Dişlik sıkı yerleşimli olmalıdır, kırmızı renk dişilik olmamalıdır. Müsabık sporcunun ağzı açık ve dişiksiz mücadele etmesine izin verilmeyecektir. Bu stilde erkek sporcular rash guard giymeyeceklerdir. Kask takmayacaklardır. Bayanlar göğüs koruyucu giymek zorundadır. Bilezik, bileklik, kolye, küpe, pircing, yüzük ve/veya müsabaka esnasında sakatlanma sebebi olabilecek herhangi bir eşya giymek yasaktır.

2) Müsabıkların Kıyafetleri; MMA Elit müsabakalarında sporcular bermuda uzunluğunda şortları ve ağ kısmı tekniklerde sporcu kısıtlamayacak ligralı şortlar tercih edilmeli ve kullanılmalıdır. MMA şortunun altına tayt giymek zorunludur (Bay ve bayan sporcularda). Bay sporcular uzun veya kısa tayt şortlarının altına giydikleri gibi; bayan sporcular mecburi olarak uzun tayt giymek zorundadırlar. Bayanlar üstlerine t-şört (rash guard uzun veya kısa kol) giymek zorundadırlar.

3) MMA Elit Eldivenleri:

MMA Elit Eldivenleri köşe rengine göre kırmızı veya mavi olmalıdır. Müsabaka esnasında eğer kırmızı veya mavi renkte eldiven yoksa siyah renk eldiven tercih edilebilir. Bu takdirde sporcuları ayırt etmek için sporcuların eldivenlerine köşelerini belli eden bantlar takılması gerekmektedir.

b) Ellerin üzerinde 7,5-1,0 cm ped içermelidir.

c) Başparmağı kapsamalıdır.

d) Başparmaktaki L pedi 0.5-1 cm olmalıdır.

e) Parmakların orta boğumları eldiven dışına taşmamalıdır.

➤ Müsabakada kullanılan koruyucu malzeme ve kıyafetler, Federasyon Kılık, Kıyafet, Malzeme ve Davranış Talimatına uygun olmalıdır. Uygunluk Hakem Komitesi tarafından denetlenecektir.

90. Müsabaka Raund ve Süreleri: Katılımcıların durumlarına göre Federasyon tarafından süre ve raund ayarlaması yapılabilir.

Büyükler (Erkek / Kız);

Elemeler: 3 round x 5 dk

Finaller: 5 round x 5 dk

91. Müsabaka Sıklet ve Yaş Grupları: Büyükler yaş kategorisine yapılır. Günün koşulları, tasarruf tedbirleri ve katılımcıların durumlarına göre Federasyon gerek gördüğünde faaliyetlerde yaşlar ve sıkletler arasında değişiklik yapılabilir.

Büyükler (19-40 yaş);

Erkek: 56, 60, 65, 71, 78, 86, 95, +95 kg.

Kadın: 50, 55, 61, 68, 76, +76 kg.

92. Müsaade Edilen / Edilmeyen Teknik ve Hareketler: İzin verilen teknikler kullanılarak vücudun şu bölgelerine vuruş yapılabilir;

1) Yasal Hedefler; MMA Elit müsabakasında müsabık ayaktayken omurga, ense, başın tepesi, boğaz, genitaler dışındaki tüm vücuda, yumruklar, dizler, tekmeler (ayak ve kaval) vurabilir. Dirsek vuruşları kesinlikle yasaktır. Yerde yalnızca bir veya iki parmağın değmesiyle, aynı vuruşlar yasaldir, fakat kafaya yalnızca yumruk vurulabilir. Yerde ve Ayakta vucuda diz serbesttir. Yerden yukarıya yüze tekme serbesttir. Tüm kilitler ve boğmalar serbesttir.

2) Takedownlar (İndirişler); Rakibi grab, tutmak ve fırlatmak her tarzda yasaldir. Grappling esnasında vurmak serbesttir. İplere veya kafese tutunmak yasaktır. Rakibi iplerin üstüne indirmek yasaktır. Rakibi başı üstüne denk gelecek şekilde veya kendi dizleri üstüne fırlatmak (yönlendirmek) yasaktır. İplere asılmak veya kafesi tutacak olarak kullanmak yasaktır.

3) Kilitler; Daha iyi pozisyonda olduğu ve 5 saniye tutabildiği süreç tüm kilitler puanlandırılır. Tüm üstteki pozisyonlar daha iyi (avantaj) kabul edilir, istisnai olarak montada altta da olsa avantaj kabul edilir.

4) Pes Ettirme; Müsabakanın bitişi boğma, burkma, kilitleme, bası, kol, bacak veya ayak kilitleriyle (parmaklar değil) serbesttir. Ellerini rakibinin yüzüne (ağız, burun, gözler) koymak yasaktır. Hakem pes etme sürecindeyken yakalanan sporcu için tehlikeli olduğuna inandığında müdahale edip hareketi durdurup, diğer sporcuyu galip ilan edebilir. Sporculardan biri yer mücadelesinde dişliğini düşürdüğünde hakem sporculara pozisyonda donmalarını talimat verir, dişliğin yerine takılmasına izin verir, müsabakası devam ettirir. Dişlik birkaç kez daha aynı sporcunun tarafından ağızdan düşerse hakem müsabakayı bitirebilir.

93. Puan Tablosu:

1) Takedown (iki bacağından yerden kalkmasıyla)	3
2) Takedown (her teknik)	2
3) İmmobilize (her pozisyon)	1
4) İmmobilize (yan kontrol)	2
5) İmmobilize (mount veya montada)	3
6) Vuruş (yasal hedefe her vuruş)	1
7) Etkinlik (bir tekniğin etkinlikle kullanılması)	1
8) Sayma	- 1

94. Uyarı, Ceza ve Diskalifiye: Uyarılar müsabaka süresince bütün raundlarda yapılmalıdır.

1) 1. ihlal veya çıkış – Sözlü Uyarı (Warning) veya 1.Çıkış

2) 2. ihlal veya çıkış – Resmi Uyarı (Official Warning) veya 2.Çıkış

3) 3. ihlal veya çıkış – Ceza puanı -1 (Minus Point)

4) 4. ihlal veya çıkış – Diskalifiye etme (Disqualification)

➤ Dışarı çıkma veya çıkış, yalnızca tek ayakla bile olsa çizginin dışına çıkma anlamına gelir. Çizgi üstünde durma, dışarı çıkma olarak kabul edilmez. Müsabık diğer müsabık tarafından dışarı itildiyse veya bir darbe veya tekme sonucunda çizginin dışına çıktıysa dışarı çıkma sayılmaz.

Hareketin dışarı çıkma olup olmadığı her zaman yan hakem tarafından belirlenir veya bu konuda yan hakemler arasında oy çokluğu ile karar alınır. Dışarıya çıkma ile ilgili uyarılar, diğer ihlal uyarılarından ayrı tutulacaktır. Hakem uyarı veya ceza puanı (eksi puan) verirken müsabaka süresini gösteren saati durdurmalıdır.

95. Kural İhlalleri:

- 1) Rakibin şortunu veya eldivenlerini tutmak,
- 2) Kafesi tutmak,
- 3) Deriyi kazımak,
- 4) Yüzün önünü (gözler, burun, ağız) başla itmek,
- 5) Kaşlara, elmacık kemiklerine, buruna başhakemin izin verdikleri dışında tahriş eden mide bulandıran, göz yaşartan kremler sürmek.
- 6) Kontrolsüz tüm vuruşlar,
- 7) Müsabaka esnasında konuşmak,
- 8) Mücadeleden kaçınarak zaman öldürmek,
- 9) Isırmak, kafa atmak, omuzla vurmak, dirsek vurmak, hedefe bakmadan vurmak,
- 10) Net bir teknik uygulama amacı olmaksızın rakibe arkasını dönmek,
- 11) Rakibe, orta hakeme, yan hakemlere saygısız davranışlar,
- 12) Antrenör ve antrenör yardımcıları bağırarak konuşamaz,
- 13) Rakibe veya ring amirine seslenemez. Şortu veya rashguardı veya tatami köşelerini tutmak yasaktır.

96. Puanlama:

1) **Jüri Değerlendirmesi;** Her raundun sonunda iyi olan sporcuya 10 puan diğerine 9 puan (eğer kayda değer fark varsa 8 puan) verirler. Sonra saymaları ve ceza puanlarını çıkararak toplam skoru kağıdın ilgili raund sütununa yazarlar. Müsabakanın sonunda sonuç tüm raunların toplanmasıyla elde edilir. Eleme turnuvalarında eğer puanlar berabereyse yan hakem kanaatini kullanmalıdır. Galip çoğunluk oyuyla ilan edilir. İtiraz dilekçesi yazmak mümkündür. Uygun ücret ödendikten sonra müsabakanın hemen ardından yazılarak beyan edilir.

2) **Orta Hakem;** Müsabaka alanını ilk girer, müsabakayı yönetir, “FIGHT” komutuyla müsabakayı başlatır, “STOP” komutuyla durdurur, uzamış bir klinçi “BREK” komutuyla ayırır ki burada bir adım geri atıldıktan sonra müsabaka otomatik yeniden başlar. Hakem müsabıkları ayaktaiken uzamış klinçten ayırır, yere uzamış klinçten ayağa kaldırır. Yerdeyken üstteki rakip tarafından alttaki pasif kalana tüm güçle vurulan 3 yumruktan sonra müsabakaYı Knock Out için durdurup üsttekini galip ilan eder. Hakem büyük bir güç farkı ve/veya rakiplerden birinde aşırı zorlanma tanımladığında müsabakamın her hangi bir anında müsabakaYı durdurup iyi olanı galip ilan edebilir. Bir sakatlanma olduğunda müsabakayı durdurup ring sağlıkçısını sakatlanmayı değerlendirmek üzere çağırır.

3) **Yan Hakemler;** Yan hakemler teknikleri, atak sıklığını, isabetli vuruşları, etkinliği, takedownları, immobilizasyonu değerlendirir. Orta hakem, yan hakemden danışma isteyebilir. Skor kağıdını tam doldurmalıdırlar. Skor kağıtlarının altında mutlaka dolduran hakemin adı ve soyadı bulunması zorunludur.

4) **Hakem Masası (Jüri);** Jüri, yalnızca orta hakemin işaretiyle saati durduran ve raundun sonuna 10 saniye kala işaret veren bir zaman hakemi, bir anonsör, tüm müsabakadan sorumlu bir amir, görevi sakatlanmalı sporcunun müsabakaa devam edip edemeyeceğine karar verendir. Aynı zamanda sağlıkçıdan oluşur. Sağlıkçının kararına itiraz edilemez.

97. Yer Oyunu:

Yerde aktif güreş süresi sınırsızdır. Aktif güreş durursa hakem sporcuları uyarır. 20 saniye sonra bir uyarı daha verilir. Halen değişiklik olmazsa ayağa kaldırılır. Yer oyununda ringden

düşmek durumuna gelirlirse, hakem durdurur ve ortaya alır, tam aynı pozisyonu aldırır, orta hakem komutuyla maç yeniden başlar.

98. Müsabakayı Durdurma ve Mola: Yalnızca orta hakemin müsabakayı durdurma yetkisi vardır. Bir müsabık, sakatlanması varsa sakatlığı kontrol etmek veya koruyucu malzemelerini düzeltmek / bağlamak için kolunu kaldırarak mola talebinde bulunabilir. Orta hakem, bu talebin müsabıkça haksız bir avantaj kazandıracakını veya her durumda diğer müsabık için dezavantaj oluşturacağını düşünüyorsa, mola talebi sağlık ve güvenlik ile ilgili olmadığı sürece, molayı vermeyebilir. Molalar minimum sürede tutulmalıdır. Orta hakem müsabıkın molaları dinlenmek veya öteki müsabıkın puan almasını engellemek amacıyla kullandığını düşünürse, talebi yapan müsabıkça müsabakayı geciktirme uyarısı verilebilir. Müsabakayı dışarıdan yalnızca Hakem Komitesi veya müsabaka alanı sorumlusu durdurabilir. Bunun için mola çağrısında bulunacak olan orta hakemin dikkatini çekmeleri gerekmektedir.

99. Sakatlanmalar: Müsabıklardan herhangi birinin sakatlanması durumunda müsabaka, sakatlanan müsabıkın müsabakaya devam edip edemeyeceğine ilişkin müsabıkça sağlıkçı veya sağlıkçı bir karar verilene kadar durdurulmalıdır. Sağlıkçı veya sağlıkçı müsabıkça alanına geldiğinde sakatlığın tedavi gerektirip gerektirmediğine karar verir ve bu tedavi üç dakikayı geçmemelidir. Bu çerçevede gerekli tüm tedaviler üç dakika içinde tamamlanmalıdır. Eğer birinci raund tamamlanmadan, istemsiz bir sakatlanma oluşursa müsabıkça “no contest” (oynanmadı) kabul edilir. Birinci raund tamamlandıktan sonra oluşursa ilk raundun skoruna göre kazananın kim olduğuna karar verilir.

Sakatlanma ciddi boyuttaysa ve sağlıkçı tedavisi gerektiriyorsa, sağlıkçı veya sağlıkçı müsabıkın sona ermesi gerektiğini söyleyebilir. Müsabıkın bir sakatlanma yüzünden durdurulması gerekiyorsa hakemler;

- 1) Sakatlanmaya kimin neden olduğu,
- 2) Kasıtlı bir sakatlama olup olmadığı,
- 3) Sakatlanan müsabıkın kasıtlı hatası olup olmadığı,
- 4) Sakatlanmanın kurallara aykırı bir tekniğin kullanılması sonucunda meydana gelip gelmediği,
- 5) Sakatlanmamış müsabık herhangi bir kural ihlali yapmadıysa, bu müsabıkın hükmen galip sayılıp sayılamayacağı,
- 6) Sakatlanmamış müsabık kural ihlali yaptıysa, sakatlanan müsabıkın hükmen galip sayılması ve sakatlanmamış müsabıkın da diskalifiye edilmesi hususlarında karar verirler.
- 7) Sağlıkçı veya sağlıkçının sakatlanan müsabıkın müsabıkça devam edebileceğini bildirmesi durumunda hakemler, müsabıkın devam edip edemeyeceği yönünde bir karar verirler.

100. Hakemlerin puan vermeleri:

- 1) **Puanlar;** Orta Hakem puan çıktığı anda “STOP” komutuyla müsabakayı durdurur. Puan alan müsabıkı göstermek için, puan alan köşeyi el işareti ile gösterir. Puan verilmesi için orta hakem yan hakemlere eli ile sayıyı ve köşe rengini belirtir.
- 2) **Maddi Hata;** Orta hakem ve yan hakemlerin kararı yalnızca bir **maddi hata** yapıldığında değiştirilebilir. Hakemin yanlış tarafın kolunu kaldırması veya köşelerin yanlışlıkla karıştırılmış olması durumları **maddi hata** olarak kabul edilir.
- 3) **Puan Yok;** Orta hakem stop komutu verip de müsabıklardan birine kural dışı bir teknikten dolayı bir uyarıda bulunduğu saldıran müsabıkça puan verilmez.
- 4) **Uyarı;** Uyarılar her iki müsabıkın ve antrenörlerin rahatlıkla duyup anlayabilecekleri şekilde belirgin ve yüksek sesle yapılmalıdır. Orta hakem müsabıkın tam karşısında durarak uyarıyı vermelidir.
- 5) **Ceza;** Orta hakem, ceza puanını vermek için önce müsabıkça süresini gösteren saatin durdurulmasını ister, yan hakemler ve masa hakeminin göreceği şekilde müsabıkça ceza puanını anlaşılır ve yüksek sesle bildirir.

- 6) **Diskalifiye Etme;** Diskalifiye durumunda orta hakem, minder sorumlusuna danışarak uygun prosedürün uygulanıp uygulanmadığından emin olmalıdır.
101. **Müsabaka Alanının Dışına Çıkılması:** İki sporcunun da müsabaka alanının dışına çıkması durumunda hakemin karşılaşmayı durdurmasında üç şık dikkate alınır;
- 1) Müsabıklardan biri yan mount veya pozisyonunu sağlamlaştırdıysa, müsabaka yan pozisyonda veya mountta ortada başlatılır. Her iki durumda da üstteki ellerini rakibin yanlarında yere koyarak başlar. Ve alttaki müsabık üstteki rakibin beline kollarını sararak başlar.
 - 2) Sporculardan hiçbiri mount veya lateral pozisyon kuramadığı durumda müsabaka ayakta başlar.
 - 3) Sporculardan biri devam edegelen bitiriş sürecinde. Yakalanan sporcunun toplam skorundan bir puan düşülür ve müsabaka ayakta başlar.
102. **Kararlar:** Şu kararlar sonucunda müsabaka sona erebilir.
1. **Puanla Kazanmak;**
 - a) Tapout ile (Rakibin pes etmesiyle)
 - b) Puan üstünlüğü ile (hakemlerinin çoğunluğu tarafından en fazla puan verilen müsabık kazanır)
 - 2) **Rakibin Diskalifiye Olmasıyla Kazanmak;**
 - a) Üç uyarıdan, yani üç eksi puandan sonra müsabakanın durdurulması gerekir. Rakip, diskalifiye sebebiyle müsabakanın galibi olur. Bazı zor durumlarda orta hakem önceden bir uyarı cezası vermeden önce müsabaka alanı sorumlusuna danıştıktan sonra diskalifiye kararı verebilir. Örneğin; Rakibe uygulanan kuraldışı ve kasıtlı bir vuruşla ile üzerine saldırarak sakatlamak veya nakavt etmek, "STOP" komutundan sonra rakibe vurarak sakatlamak, Bir müsabıkın; hakemlere, rakibine veya antrenörüne hakaret etmek veya aşırı saldırgan davranışlarla sportmenlik dışı hareketlerde bulunmak,
 - 3) **Çekilme ve Müsabakaya Çıkmamak;**

Eğer bir müsabık sakatlanma veya başka bir sebep dolayısıyla müsabakaya devam edemeyeceğini (havlu atmak v.s) bildirmesi sonucunda rakibi galip ilan edilir.
 - 4) **Müsabakanın Durdurulmasıyla Kazanmak;**

Eğer bir sporcu dövüşemeyecek veya kendini koruyamayacak durumdaysa, ayrıca diğer sporcu sportif anlamda bariz bir üstünlük kurduysa müsabaka durdurulabilir. Galibi, orta hakem belirler. Eğer müsabaka müsabıklardan biri sakatlandığı için durdurulursa, mevcut kurallara göre bir karar verilmesi gerekir.
103. **Bir Kararın Değiştirilmesi:** Resmi olarak ilan edilen bütün kararlar nihaidir ve şu durumlar dışında değiştirilemez.
- 1) Puanlar hesaplanırken hata yapıldığının farkına varılırsa,
 - 2) Yan hakemlerden biri yanlışlık yaptığını ve müsabıkların köşelerini (puanlarını) değiştirdiğini bildirirse; Böyle bir durumda müsabaka alanı sorumlusu, Hakem Komitesi ile gerekli görüşmeleri yaptıktan sonra resmi sonucu açıklar.
104. **Klinç:** Klinç, her iki müsabığın ayakta veya yerde müsabakayı kendi avantajına çevirme ihtimali sağlamayan yaklaşık 5 saniye süren bir çıkmaz pozisyon olarak kabul edilir. Unutulmamalıdır ki klinç, müsabakanın süresini, rakibe bir bitiriş yapmaya çalışmadan bitirme girişimidir.
105. **El Sıkışma veya Eldivenleri Tokuşturma:** Bir müsabakadan önce ve sonra müsabıklar el sıkışırlar, eldivenlerini tokuştururlar. Bu uygulama sportif ve dostça rekabetin bir göstergesidir. El sıkışma ilk raundun başlamasından önce ve karardan sonra uygulanır.
106. **Baygınlık, RSC, RSC-H, Sakatlanma Sonrası Uygulanacak Prosedür:** Bir müsabık müsabaka sırasında sakatlanırsa, durumu değerlendirmeye yetkili tek kişi sağlıkçudur. Müsabık bilincini

kaybederse yalnızca sağlıkçının müsabaka alanında kalmasına izin verilir, bu durumda sağlıkçı gerekli gördüğünde yardım isteyebilir.

107. Baygınlık, RSC, RSC-H, Sakatlanma Durumunda Uygulanacak Prosedür: Bir müsabık, müsabaka sırasında her hangi bir nedenle bayıldıysa veya sağlıkçı veya sağlıkçı sporcunun baş travması nedeniyle müsabakaya devam edememesi gerekçesiyle müsabakayı durdurduysa, bu durumdaki sporcu hemen bir sağlıkçı veya sağlıkçı tarafından muayene edilir ve ambulansla uygun bir hastaneye veya uygun bir yere götürülür.

1) Bir müsabık, müsabaka sırasında başına aldığı bir darbe nedeniyle bayıldıysa veya orta hakem müsabıkın baş travması nedeniyle müsabakaya devam edememesi gerekçesiyle müsabakayı durdurduysa, söz konusu müsabıkın baygınlığın ardından en az **4 hafta süreyle** başka bir müsabakaya katılmasına izin verilmez.

2) Bir müsabık, müsabaka sırasında başına aldığı bir darbe nedeniyle bayıldıysa veya orta hakem müsabıkın baş travması nedeniyle müsabakaya devam edememesi gerekçesiyle müsabakayı durdurduysa, ayrıca **bu durum 3 aylık bir süre içinde iki kez tekrarlandıysa**, söz konusu müsabıkın ikinci baygınlığının veya geçirdiği **RSC-H'ın ardından en az 3 ay süreyle** başka bir müsabakaya katılmasına izin verilmez.

3) Bir müsabık müsabaka sırasında başına aldığı bir darbe nedeniyle bayıldıysa veya sağlıkçı veya sağlıkçı müsabıkın baş travması nedeniyle müsabakaya devam edememesi gerekçesiyle müsabakayı durdurduysa, ayrıca **bu durum 12 aylık bir süre içinde üst üste üç kez tekrarlandıysa**, söz konusu müsabıkın üçüncü baygınlığının veya geçirdiği **RSC-H'ın ardından en az 1 yıl süreyle** başka bir müsabakaya katılmasına izin verilmez.

4) Yukarıda anılan karantina dönemlerini **yetkili sağlıkçı gerekli gördüğü takdirde uzatabilir**. Ayrıca hastanedeki sağlıkçılar da baş taramaları ve testlere dayanarak söz konusu karantina dönemini sonradan uzatabilir.

5) Karantina dönemi müsabıkın, hangi dalda olursa olsun hiçbir MMA müsabakasına katılamayacağı dönem anlamına gelir. Karantina dönemleri minimum sürelerdir ve baş travmasından dolayı alınan yara/yaralar tamamen iyileşene kadar kesinlikle iptal edilemez.

6) Sağlıkçı veya sağlıkçı, müsabıkın başına aldığı darbe nedeniyle müsabakaya devam etmemesi kararı alarak müsabakayı durdurduğunda, hakemler puan kağıtlarına Bayılma, RSC-H veya RSC yazacaklardır. Durum, söz konusu ringin müsabaka alanı sorumlusuna da gerektiği gibi bildirilecek ve nakavt tutanağına yazılacaktır. Bu aynı zamanda ilgili müsabakanın resmi sonucu olacaktır ve değiştirilemeyecektir.

7) Yukarıda belirtildiği şekilde bir ara sonrasında MMA spor dalına devam etmeden önce söz konusu müsabık, özel bir tıbbi incelemeden geçtikten sonra spor hekimlerinden **müsabaka yapmasında herhangi bir sakınca olmadığını gösteren bir rapor almalıdır**.

108. Genel Sakatlanma Durumunda Uygulanacak Prosedür: Baygınlık veya RSC-H dışındaki sakatlanmalarda sağlıkçı veya sağlıkçı en düşük karantina süresini verebilir ve hastanede tedavi tavsiyesinde bulunabilir. Sağlıkçı zorunlu olarak hastanede tedavi isteyebilir.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM **Çeşitli ve Son Hükümler**

109. Yabancı Uyruklu Sporcular:

1) Sicil, Lisans ve Aktarma Talimatı çerçevesinde işlem yaptıran yabancı uyruklu sporcular Federasyonca düzenlenen müsabakalara katılabilirler.

2) Bu sporcular uyruğunda bulunduğu ülkenin milli takım seçmeleri ve kadroları hariç, yabancı bir ülkenin milli takım seçmeleri ve kadrolarında yer alamazlar. Ancak Türk kökenli sporcular Yönetim Kurulu tarafından belirlenecek kurallara bağlı kalınması şartı ile Milli Takım seçmelerine çağrılabilirler.

110. Yurt Dışından Yaşayan K.K.T.C. Vatandaşı Sporcular:

1) K.K.T.C. vatandaşı olup, sürekli olarak yurt dışında ikamet eden sporcular, ülkemizde organize edilecek ulusal müsabakalara ve milli takım seçmelerine katılabilirler. Ancak yurt dışında yaşadıkları ülke federasyonunun izin belgesi, K.K.T.C. vatandaşlık belgesini ve sporcu lisansını ibraz etmek zorundadırlar.

2) Sürekli olarak yurt dışında ikamet eden K.K.T.C. vatandaşı sporcular, Federasyon Yönetim Kurulu'ndan izin almak ve konacak koşullara uymak kaydıyla uluslararası müsabakalara K.K.T.C.'yi temsilen katılabilirler.

111. Ödül: Ulusal ve uluslararası müsabakalarda derece elde eden başarılı takımlara, sporculara, antrenörlere ve kulüplere, Gençlik ve Spor Bakanlığı Ödül Tüzüğü ile Federasyonun Ödül Talimatı hükümlerine göre ödül verilir.

112. Doping: Spor Dairesi Müdürlüğü Dopingle Mücadele Yönetmeliği hükümlerine göre doping olarak tanımlanan tüm maddelerin sporcular tarafından kullanımı yasaktır. Resmi ve/veya özel müsabakalarda doping kullanıldığı tespit edilen sporcular Federasyon Disiplin ve Ceza Kurulu'na sevk edilir.

113. Ceza: Müsabakalarda, bu talimat hükümleri ile cezayı gerektiren fiil ve hareketlerde bulunanlar Federasyonun Disiplin ve Ceza Yönetmeliği hükümlerine göre işlem yapılır.

114. Talimatta Yer Almayan Hususlar: Bu talimatta yer almayan hususlarda karar verme yetkisi Yönetim Kurulu'na aittir.

115. Yürürlük: Bu Talimat, Federasyonun internet sitesinde yayımlandığı tarihte yürürlüğe girer.

116. Yürütme: Bu Talimat hükümlerini, Federasyon Başkanı yürütür.



KKTC KICKBOKS VE MUAYTHAI FEDERASYONU

TRNC KICKBOXING & MUAYTHAI FEDERATION

MÜSABAKA KATILIM FORMU:

K.K.T.C. KICKBOKS VE MUAYTHAI FEDERASYON BAŞKANLIĞI

K.K.T.C. Kickboks ve Muaythai Federasyonu Başkanlığı'nın faaliyet programında yer alan ve/...../.....tarikhinde.....yapılacak olanŞampiyonasına'na Derneğimizi temsilen aşağıda adı - soyadı yazılı idareci, antrenör ve sporcuların katılmaları uygun görülmüştür.

Bilgilerinize arz ederim.

**Dernek Başkanı
(İmza ve Mühür)**

.....DERNEĞİ 'NİN KAFİLE LİSTES

İDARECİ :

ANTRENÖR :

S/No	Adı-Soyadı	Sıkleti (Kg.)	Level Derecesi	Doğum Tarihi	Katılacağı Disiplini
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					
6.					
7.					
8.					
9.					
10.					
11.					
12.					
13.					
14.					
15.					
16.					
17.					
18.					
19.					
20.					

NOT: . Form eksiksiz olarak doldurulacak ve dernek mühürü ile mühürlenecektir.



SPORCU TARTI KARTI

ADI SOYADI : KİLOSU :
 KATEGORİSİ : DERNEĞİ :
 MMA Grapling : []
 MMA Light : [] Federasyon Sicil No. :
 MMA Full : []
 MMA Elit : [] Level Derecesi :

SAĞLIK BELGESİ

Bu belgede adı geçen sporcunun tıbbi muayenesinin şampiyonaya katılabileceğini beyan ederim.

MÜSABAKA SAĞLIKÇI:

Tarih :
 İmza :
 Adı ve Soyadı :

AĞIRLIK BELGESİ

Bu belgede adı geçen sporcunun ağırlık yapıldığı ve bu ölçülerinin sınırları içinde olduğunu ve Resmi tartı ile tespit edildiğini beyan ederim.

TARTI HAKEMİ:

Tarih :
 İmza :
 Adı ve Soyadı :

NOT: Tartıya gelen sporcu bu formla birlikte yeni çıkarılmış Sporcu Lisansını ve Kimlik Kartını ibraz etmek zorundadır.

SPORCU İMZASI



SPORCU TARTI KARTI

ADI SOYADI : KİLOSU :
 KATEGORİSİ : DERNEĞİ :
 MMA Grapling : []
 MMA Light : [] Federasyon Sicil No. :
 MMA Full : []
 MMA Elit : [] Level Derecesi :

SAĞLIK BELGESİ

Bu belgede adı geçen sporcunun tıbbi muayenesinin şampiyonaya katılabileceğini beyan ederim.

MÜSABAKA SAĞLIKÇI:

Tarih :
 İmza :
 Adı ve Soyadı :

AĞIRLIK BELGESİ

Bu belgede adı geçen sporcunun ağırlık yapıldığı ve bu ölçülerinin sınırları içinde olduğunu ve resmi tartı ile tespit edildiğini beyan ederim.

TARTI HAKEMİ:

Tarih :
 İmza :
 Adı ve Soyadı :

NOT: Tartıya gelen sporcu bu formla birlikte yeni çıkarılmış Sporcu Lisansını ve Kimlik Kartını ibraz etmek zorundadır.

SPORCU İMZASI