

# — REGELWERK HD 21 —

---

## Zeitlimit

---

ab 16 Jahren  
15 min.

von 8 bis 15 Jahren  
10 min.

bis 8 Jahren  
5 min.

Sollte nach Ablauf der Kampfzeit ein aktiver Submissionhold bestehen, so wird der Kampf solange weiterlaufen bis die Submission erfolgreich war, erfolgreich gelöst wurde oder die max. Überziehungszeit von 3 min erreicht wurde. Sollte innerhalb der Kampfzeit keine Submission erfolgen so endet der Kampf unentschieden.

Sollte es sich um einen Finalkampf oder einen Kampf handeln der nicht als Unentschieden gewertet wird, greift die Overtime Regel.

---

## Overtime

---

- Es werden bis zu 3 Overtime-Runden ausgetragen.
- Pro Runde nimmt jeder Kämpfer einmal die aktive und einmal die defensive Position ein.
- Der aktive Kämpfer entscheidet ob in der Seated Backmount oder im Spiderweb gestartet wird. Danach wird bis zur Submission oder Escape gekämpft.
- Submission gewinnt die Runde, es findet keine weitere Runde statt. Sollten beide Kämpfer durch Submission beenden gewinnt die schnellere Submission.
- Sollten beide Kämpfer durch Escape beenden gibt es eine weitere Runde.
- Sollten alle 3 Overtime-Runden mit Escape beendet werden so gewinnt die schnellste gesamte Escapezeit.
- Submissions durch den defensiven Kämpfer werden als Escape gewertet.

---

## Kampfmodus

---

Es werden Pools innerhalb der Gewichtsklassen gebildet. In den Pools kämpfen alle Teilnehmer abwechselnd gegeneinander. Sollte pro Gewichtsklasse mehr als ein Pool gebildet werden, kämpfen die Gewinner der jeweiligen Pools gegeneinander um die Platzierungen innerhalb der gesamten Gewichtsklasse zu bestimmen. Der größtmögliche Pool besteht aus 5 Kämpfern.

Es wird folgendermaßen gewertet:

- Sieg 1 Punkt
- Niederlage 0 Punkte
- Unentschieden 0,5 Punkte

---

## Teilnehmerlimit

---

Es gibt ein Teilnehmerlimit von 16 Teilnehmer pro Gewichtsklasse.

---

## Kleiderordnung

---

- Die Kämpfer haben enganliegende Shirts oder Rashguards zu tragen.
- Die Kleidung darf keine Reißverschlüsse, Knöpfe, Taschen, Nieten o.Ä. haben.
- Die Kleidung und der Kämpfer müssen sauber und frei von unangenehmen Gerüchen sein.
- Fuß- und Fingernägel müssen kurz geschnitten sein.
- Der Kämpfer muss frei von ansteckenden Krankheiten sein.
- Haare dürfen nur mit weichen Zopfbandern zusammengehalten werden, keine Haarspangen oder andere harte oder spitze Gegenstände.

Wir empfehlen einen Zahn- und Tiefschutz. Bandagieren der Gelenke ist nur mit Tape erlaubt und ist vor den Kämpfen von einem Kampfrichter abzuzeichnen.

---

## Erlaubte Techniken

---

Alle Würger und Gelenkhebel, die nicht unter den Punkt **Verbotene Techniken** fallen. Die Techniken müssen kontrolliert ausgeführt werden und dem Gegner Zeit zum Abklopfen lassen.

---

## Ende des Kampfes

---

- Wenn einer der Kämpfer durch Abklopfen, lauten Schmerzensschrei oder verbale Aufgabe, z.B. sagen von „Stopp“, den Kampf aufgibt.
- Werfen des Handtuchs vom Trainer.
- Abbruch des Referees, da durch weiterlaufen ein zu großes Gesundheitsrisiko für den Kämpfer besteht.
- Ablaufen der Kampfzeit.
- Disqualifikation eines oder beider Kämpfer.

---

## **Verbotene Techniken**

---

### **Für alle Kämpfe:**

- Gedrehte Nackenhebel
- Heel Hooks und alle Hebeltechniken, die einzig gedreht aufs Knie einwirken
- Würfe auf den Nacken oder Kopf des Gegners
- Scissor Takedowns
- Schläge, Tritte und Kopfstöße jeglicher Art
- Augenstechen, Ohren fassen, Haare ziehen
- Greifen der Kleidung und Kleidungsteilen
- Einzelne Finger oder Zehen greifen oder hebeln
- Fassen an den Kehlkopf
- Greifen in das Gesicht des Gegners
- Zuhalten von Mund und Nase des Gegners mit der Hand
- Greifen oder Abstützen auf den Genitalien des Gegners
- Slams
- Unkontrollierte Submissions
- Gleitende Substanzen auf Körper und Kleidung, Schweiß ist vor jedem Kampf einmal abzuwischen
- Passivität

### **Zusätzlich für Kinder und Jugendliche:**

- alle Nackenhebel
- Crossface
- Bizeps Slicer
- Calfslicer
- Handgelenkshebel
- Fußhebel
- Scorpion Crunch
- Unterarmchokes auf die Kehle

Bei Kindern und Jugendlichen wird besondere Beachtung auf die kontrollierte und saubere Ausführung aller Techniken gelegt.

Der Referee kann den Kämpfer auch für unsportliches Verhalten von sich oder seinem Trainer, sowie Nichtbeachtung der Kommandos des Referees disqualifizieren.

---

## **Haftungsausschluss**

---

Die Teilnahme am Hugging Day erfolgt auf eigenes Risiko. Der Veranstalter schließt die Haftungsübernahme für Schäden jeglicher Art aus. Dies gilt sowohl für Personen- als auch für Sachschäden. Der Veranstalter setzt voraus, dass gegen eine Teilnahme an den Kämpfen keinerlei gesundheitliche Bedenken bestehen. Während der Veranstaltung werden Foto- und Videoaufnahmen erstellt, siehe auch Fotobelehrung.