

TRANTA

Introducere

Încă din cele mai vechi timpuri, odată cu desfășurarea procesului de socializare a sa, OMUL a simțit nevoia constantă de a se întrece cu semenii săi. Primele forme de întrecere s-au desprins din însăși condițiile existentei.

Asigurarea unor condiții minime pentru ducerea vieții precum și câștigarea hranei, erau posibile numai printr-o luptă continuă. Supunerea naturii înconjurătoare a avut un început greu, în care omul primitiv a fost nevoit să acționeze cu propriile sale puteri, pe care începea să și le cunoască cu acest prilej și apoi să și le dezvolte.

Nevoia, dorința și satisfacția de a fi puternic și biruitor în lupta cu vicisitudinile naturii au condus foarte curând la împregnarea activităților ludice cu diferite forme de întrecere prin "luptă...". Se poate afirma că alergarea și lupta au fost mai înainte de toate, componente de bază ale vieții omului. Sesizarea importanței lor i-au determinat pe oamenii primitivi să le asigure locul cuvenit în cadrul preocupărilor cultural-spirituale. Lupta sub forma de joc are așadar o existență milenară, prezenta sa fiind constantă pretutindeni în forme dintre cele mai diferite.

Cercetările arheologice efectuate în Egipt au condus la constatarea că în urmă cu aproape 5000 de ani pe aceste teritorii se practicau în mod organizat luptele sub forma de întrecere.

Olimpiadele antice (cum de altfel și olimpiadele moderne) apreciind valoarea aplicativă și frumusețea întrecerii prin luptă au inclus în programul lor întrecerile de lupte.

Grecia Antică a oferit apreciere întrecerilor de lupte. Mulți dintre câștigătorii întrecerilor de luptă din cadrul Jocurilor Olimpice au intrat în legendă pentru iscusința, puterea, curaj și abilitatea lor. Între aceștia pot fi menționați: Hercule, Milon din Cratana, Xenofon Carintianul, Teagene din Tsatsas ș.a.

Imperiul roman în perioada decadentei sale a transformat întrecerile de lupte în spectacole singeroase, înscriind astfel cea mai "neagră" pagină în istoria luptelor. Interzicerea organizării J.O. în anul 393 de către Teodosiu, împăratul Bizanțului, a dat posibilitatea „regenerării” spiritului și conținutului întrecerilor de lupte care în forme autohtone foarte diverse au continuat să dezvolte la toate popoarele. De altfel, aceste forme locale de întrecere cu amprente autohtone au existat în mod permanent și există și în prezent la toate popoarele.

Jocurile Olimpice Antice desfășurându-se sub amprenta caracterului de clasă al societății, nu au putut stinge sau asimila formele cele mai populare de întrecere prin lupte, clasele de jos fiind cele care au păstrat și transmis formele autohtone de întrecere. În Evul Mediu, practicarea întrecerilor sub forma de luptă capătă o mai mare extensie, aparând treptat tranta, luptele mongole, gruzine, ale

tirolezilor, elvetienilor, englezilor si ale altor popoare, constituindu-se in ramuri sportive nationale cu tehnica si reguli de desfasurare foarte precise si diferite in acelasi timp.

Cu trecerea timpului, formele populare de lupta s-au fixat tot mai adinc in practicarea obiceiurilor traditionale, dand nastere unui gen de intrecere populara foarte spectaculoasa si atragatoare prin simplitatea ei, practicata pe scara larga si astazi: numita TRANTA.

Cele mai cunoscute forme ale trantei populare sunt:

- ✓ Lupta dreapta cu aparare in cruce;
- ✓ Lupta cu piedica;
- ✓ Lupta de curea sau olteneasca (cu sau fara piedica)
- ✓ Lupta cu fixarea braului
- ✓ Lupta ciobanescă.

Fiecare din ceste forme s-au practicat si se practica cu precadere in zone diferite ale tarii, dupa reguli nescrise dar foarte bine transmise din generatie in generatie, prin practicarea trantei in mod succesiv de generatiile de tineri care traiesc la sate.

TRANTA sub forma de lupta dreapta cu apucare in cruce avind o arie de practicare mai larga si radacini mai adanci in cultura neamului nostrum, a fost introdusa cu ani in urma in cadrul spartachiadei tineretului iar in anul 1968 se desfasura Campionatul National Satesc de Tranta dotat cu „Cupa U.T.C.”, in cadrul activitatilor sportive de masa sub egida DACIADEI.

Apresiasi efectele pozitive ale practicarii trintei, asupra organismului, precum si aptitudinile tinerilor de la sate pentru practicarea acestui sport national, Ministerul Educatiei si Invatamantului a hotarat, incepind cu anul 1985, introducerea „ trantei” in Programa scolara de educatie fizica din mediul satesc VII-VIII si IX-X.

CAMPIONATUL NATIONAL DE TRANTA – CADRU LARG SI ACCESIBIL DE PRACTICARE LA ACTIVITATEA SPORTIVA DE MASA

Activitatea sportiva de masa a devenit tot mai mult in ultimile doua decenii „in fapt ”, o activitate organizata cu o larga participare a tinerilor de la orase in sate la intreceri pe diferite ramuri de sport, activitate care a capatat sub egida „DACIADEI” semnificatii noi si profunde privind rolul sportului in formarea si educarea tinerei generatii.

In acest context Campionatul National de Trinta organizat de Ministerul Educatiei si Agentia Nationala pentru Sport se inscrie ca o modalitate eficienta de valorificare si continuare a traditiilor poporului nostru. La acest campionat cu desfasurare anuala, participa tinerii care traiesc la sate.

Avantajele pe care le are organizarea acestui campionat in rindurile tineretului satesc, sunt :

- ✓ Se asigura continuarea practicarii unei ramuri sportive nationale, traditionale;
- ✓ Prin natura lor social-economica activitatile ce se desfasoara la sate ingusteaza avantajul activitatilor sportive. Tranta ramane o ramura accesibila in orice loc;
- ✓ Baza materiala este foarte simpla , deloc costisitoare;
- ✓ Regulile de intrecere se insusesc cu usurinta, fiind clare si pe intelesul tuturor;

- ✓ Datorita robustetii fizice caracteristice, tineretul satesc, poate participa in numar mare la aceste intreceri:
- ✓ Campionatul national satesc de tranta reuneste in fiecare an la faza finala a intrecerii tineri din toate judetele tarii. Intrecerea pentru obtinerea locului intai a purtat de fiecare data ampreta vigoriei fizice a tineretului nostru. Etapa finala se contituie de fiecare data intr-o sarbatoare a sportului national.

SCOPUL ORGANIZARI SI DESFASURARII CAMPIONATULUI NATIONAL DE TRANTA

- Cultivarea traditiilor poporului nostru
- Depistarea si selectionarea unor tineri cu aptitudini reale pentru practicarea Luptelor.
- Cuprinderea si angrenarea tinerilor de la sate intr-o competitie sportiva de larga accesibilitate.
- Cultivarea si dezvoltarea la tinerii din mediul rural a calitatilor fizice si morale precum cinstea, curajul, indrazneala, forta, rezistenta si altele prin practicarea trantei, in vederea integrarii lor cu rezultate bune in viata sociala si activitatea productiva.
- Popularizarea trantei si atragerea unui numar cat si mai mare de tineri la practicarea organizata a acestei ramuri sportive.
- Trebuie subliniat faptul ca intrecerile de tranta au prilejuit in timp observarea, depistarea si selectionarea multor tineri care au dovedit aptitudini pentru practicarea luptelor greco romane si lupte libere. Un numar insemnat dintre acestia au cucerit medalii la Jocuri Olimpice, Campionate Mondiale si Campionate Europene.

Doua dintre medaliile de aur cucerite la Jocurile Olimpice de catre luptatori au fost obtinute de tineri care au fost remarcati la concursurile de tranta.

PREVEDERI REGULAMENTARE

Campionatul National Individual de tranta va fi organizat de Federatia Romana de Lupte si se desfasoara in cadrul a trei etape:

- I - etapa locala
- II - etapa zonala
- III – etapa nationala (finala pe tara)

Comisiile desemnate de Federatia Romana de Lupte pentru a raspunde de organizarea si desfasurarea concursului (faza judeteana si faza finala) vor stabili componenta subcomisiei tehnice si vor nominaliza (in cadrul acestuia) arbitrul principal al concursului si pe inlocuitorul acestuia.

In protocolul concursului, in directa colaborare a subcomisiei tehnice, vor fi mentionate atributiile si indatoririle corpului de arbitri si va fi nominalizata componenta secretariatului concursului.

Subcomisia tehnica trebuie sa asigure desfasurarea in conditii regulamentare depline a intrecerilor, sa apere si sa promoveze, in cadrul intrecerilor , spiritul, caracteristicile si esenta trantei in forma sa traditionala, sa asigure conditii egale de intrecere pentru toti concurentii astfel incat cei mai buni sa castige.

Fiecare intalnire va fi condusa de o brigada formata din 3 arbitri:

- 1 arbitru principal (sef saltea);
- 1 arbitru care conduce lupta pe saltea;
- 1 arbitru judecator

Comisia de organizare va numi „ Juriul de apel ” format (dupa caz din 3-5 membri) si pe presedintele acestuia. Arbitrul principal al concursului face parte de drept din componenta juriului.

Problemele neprevazute in protocolul concursului sau in regulile prezentate mai jos, privitoare la continutul specific al intrecerilor, tin de competenta subcomisiei tehnice.

A.PARTICIPARE – DESFASURARE

„Campionatul national satesc ” de tranta se organizeaza pentru tinerii din mediu rural cuprinsi in categoriile de varsta 11 – 13 ani.

Nu au dreptul de participare tinerii care sint membri ai unor sectii pe ramura de sport fiind legitimati si avand clasificare sportiva.

Concursul se desfasoara in limitele a 8 categorii de greutate:

CATEGORII DE GREUTATE MASCULIN	CATEGORII DE GREUTATE FEMININ
34 KG	31 KG
40 KG	36 KG
46 KG	42 KG
52 KG	48 KG
58 KG	54 KG
65 KG	60 KG
72 KG	65 KG
85 KG	70 KG

Categoria de greutate nu poate fi schimbata de la o faza a concursului la alta.

Cantarirea concurentilor se efectueaza astfel incat ea sa se incheie cu cel putin 2 ore inainte de inceperea intrecerilor din prima reuniune a concursului.

La faza finala cantarirea concurentilor se efectueaza in ziua desfasurarii competitiei intre orele 08:00-08:30.

Concurentii se vor prezenta la proba cantarului, in echipament specific competitiei (baieti - doar in pantaloni scurti, fete – panatloni scurti si bustiere).

In momentul in care concurentul se incadreaza in limitele categoriei pentru care a fost inscris in concurs (si la care a participat si la fazele anterioare) el este inscris in tabelul de concurs si extrage din urna numarul de sort – pe baza caruia se realizeaza formarea perechilor de lupta.

La toate fazele concursului, cantarirea se efectueaza numai intr-o singura zi.

La fiecare faza, intrecerile se desfasoara in scopul stabilirii primilor sportivi clasati pe locurile I, II, III la fiecare categorie de greutate.

La faza finala concursul se desfasoara pe baza de sistem eliminatoriu.

La faza finala Sedinta Tehnica va avea loc in seara dinaintea zilei de competitie la ora 17:00-17:30.

Durata intrecerilor finale este de 1 zi.

Durata minima de timp ce trebuie asigurata intre doua intalniri ale aceluiasi sportiv trebuie sa fie de 20 minute.

B. REGULILE LUPTEI

Suprafata de Lupta

Suprafata de intrecere este amenajata din saltele (special de lupte) cu dimensiunea de 2/1 m asezate compact (fara spatii libere intre marginile lor) astfel incat sa se obtina o suprafata de 12 m² patrati.

Cercul din mijloc indică mijlocul saltelei (diametrul=1 metru). Partea interioară a saltelei, situată în interiorul cercului portocaliu, este suprafața centrală de luptă (diametrul=7 m). Zona pasivă (banda portocalie) are 1 metru lățime. Suprafața de protecție are 1,50 m lățime. Dacă se folosește mai mult de o saltea, atunci în jurul fiecărei saltele trebuie să existe 2 metri de separație. În toate cazurile, culoarea suprafeței de protecție va trebui să fie diferită de culoarea saltelei.

Antrenorul fiecărui sportiv va fi așezat pe aceeași parte a saltelei. Luptătorul roșu va fi așezat pe partea stângă, iar luptătorul albastru pe dreapta. Salteaua va fi așezată în așa fel încât să fie înconjurată de un spațiu larg complet liber, pentru a asigura desfășurarea normală a competiției. Instalarea saltelei trebuie să permită ca un spațiu larg să fie complet liber în jurul acesteia cu scopul de a asigura desfășurarea normală a competiției.

Echipamentul Sportivilor

Sportivii vor fi imbracati in echipament specific competitiei (baieti -doar in pantaloni scurti, fete – panatloni scurti si bustiere).

In picioare, concurentii se vor prezenta desculți.

Tinuta generala trebuie sa fie ingrijita (unghiile taiate scurt, fara cleme de par, agrafe (fete), fara inele/bijuterii) concurentii neavind dreptul sa-si unga corpul cu substante alunecoase care pot impiedica pe adversar sa apuce corespunzator.

Prezentarea pe Saltea

Prezentarea concurenților la saltea se va face în timpul cel mai scurt, după anunțul crainicului. Timpul maxim de așteptare a sportivului este de 3 minute.

Concurenții neprezenți în limitele de timp menționate sunt declarați învinsi prin neprezentare.

Concurentul poate fi asistat la colțul său, de o singură persoană (antrenor), pe toată durata întâlnirii.

Durata Luptei

Durata maximă a unei lupte este de 2 minute pe o singură repriză. Pe parcursul desfășurării luptei fiecare concurent poate beneficia în caz de ranire (accidentare) de o întrerupere (sau mai multe) pentru îngrijiri. Concurentul în cazul în care nu va putea relua lupta din cauza accidentării, el este declarat învins prin abandon.

Incheierea Luptei Înainte de Limita

Lupta se încheie înainte de epuizarea celor 2 minute regulamentare (înainte de limita) în urma unor situații:

- când unul dintre concurenți reușește să-și trantească adversarul pe spate și să-l țină fixat în această poziție 3 secunde.
- când unul dintre concurenți se recunoaște învins.
- când unul dintre concurenți, datorită unui raniri sau accidentări nu mai poate lupta.
- când unul sau ambii concurenți sunt descalificați pentru abateri grave, ori abateri repetate de la regulile de luptă;
- când lupta nu se poate desfășura datorită neprezentării în timp regulamentar a unuia dintre concurenți la saltea;
- când unul dintre concurenți are o diferență de 10 puncte, față de adversarul său.

Felul Victoriilor

Scopul urmărit de fiecare concurent în cadrul luptei este acela de a-și trânti adversarul la pământ astfel încât acesta să cadă cu spatele spre sol și să încerce astfel să obțină victoria prin cea mai pretioasă decizie: victorie netă.

- Victorie netă (tus) – fixarea adversarului cu spatele pe saltea, în urma unei trantiri, timp de cel puțin 3 secunde.

- Victorie prin abandon – unul dintre concurenți se recunoaște inferior și cere întreruperea luptei, recunoscându-se învins;

- când unul dintre concurenți nu mai poate continua lupta datorită accidentării sau ranirii sale, fără ca adversarul să fie vinovat de acest fapt.

- **medicul concursului poate cere întreruperea luptei și declara imposibilă reluarea ei de către concurentul ranit.**

- Victoria prin descalificarea adversarului – unul dintre concurenți se face vinovat de abatere foarte gravă de la regulile de desfășurare a luptei; de la esența și spiritul întrecerii prin „luptă dreaptă cu apucarea în ”cruce” sau se face vinovat de abateri repetate și primește cel de-al 3 avertisment.

Concurentul descalificat pentru abatere grava, este eliminat din concurs si in consecinta el nu este inclus in clasament.

- Victoria prin neprezentare – victoria obtinuta de unul din concurenti, cand adversarul sau nu s-a prezentat regulamentar la saltea.

Pentru toate aceste situatii prezentate, este caracteristic faptul ca lupta se incheie odata cu constatarea sau atribuirea victoriei, indiferent cat timp efectiv de lupta s-a scurs.

- Victoria prin puncte tehnice – este victoria ce se atribuie unuia dintre concurenti dupa incheierea timpului regulamentar de lupta (2 minute) pe baza numarului mare de puncte tehnice (insumate) acumulate pe parcursul luptei in urma trantirii adversarului: puncte acordate conform regulamentului.

- Victorie la egalitate – este victoria ce se atribuie unuia dintre concurenti in situatia in care dupa epuizarea celor 2 minute se constata egalitate la puncte tehnice. In astfel de situatii castiga concurentul care:

- are mai putine avertismente primite pe parcursul luptei, iar daca egalitatea persista castiga concurentul care este mai tanar.

Desfasurarea Luptei

Lupta incepe la fluierul arbitrilor si se incheie tot la fluierul arbitrilor. Pe parcursul luptei, cronometrul se opreste la fluierul arbitrilor care conduce lupta pe saltea si se reia tot la fluierul acestuia.

La inceputul luptei, cei doi concurenti se apuca reciproc in „cruce”.

Apucarea regulamentara (in cruce), figura 1,2,3 consta in cuprinderea trunchiului adversarului (identic) cu un brat pe deasupra umarului si cu celalalt pe sub axila. Mainile se incheieaza la spatele adversarului in apucarea „ (fig 4) sau prin apucarea incheieturii pumnului (fig 5).

Fig 1.



Fig 2.



Fig 3.



Fig 4.

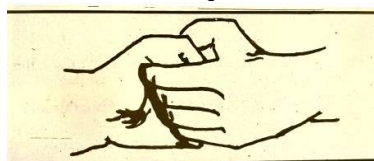


Fig 5.



Nu este permisa impletirea degetelor mainilor in cadrul apucaturii (fig 6)

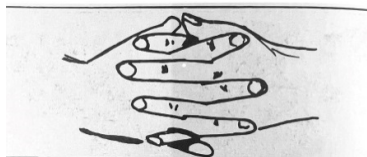


Fig 6.

Pozitia bratelor (bratul drept sus sau jos) este aleasa de catre concurentul care a tras numar mai mic (sorti), fata de adversar.

In timpul efectuarii apucarii, concurentii trebuie sa se situeze aproape unul de celalalt, sa ia contact piept la piept, cu trunchiul aproape de vertical (fig 1). Oferirea posibilitatii ca adversarul sa apuce corect, reprezinta un gest de loialitate.

Dupa efectuarea corecta (de catre ambii concurenti) a apucarii se da semnalul de incepere a luptei (fluierul arbitrului).

Lupta se desfasoara cu preponderenta in picioare fiecare dintre concurenti urmarind trintirea adversarului la pamant, cu spatele la saltea, prin actiuni care vizeaza invingerea rezistentei acestuia, localizate in principal in parte inferioara a trunchiului.

Sunt considerate admise (conform traditiei si spiritului de intrecere prin tranta) actiunile si procedeele prin care se determina caderea spre inapoi, sau lateral-inapoi a adversarului, fara o pune in pericol integritatea fizica a acestuia si pastrand in mod permanent apucarea in cruce. (fig.7, 8,9,10).

Fig. 7

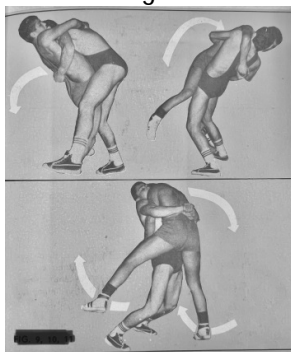


Fig.8

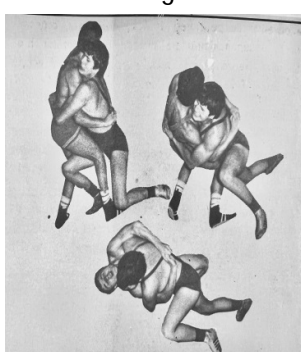


Fig.9

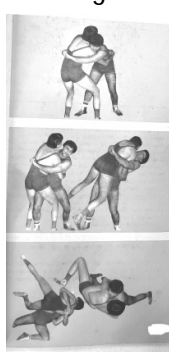
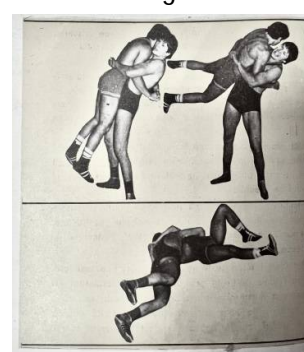


Fig.10



Trimiterea adversarului prin actiuni si procedee tehnice care determina proiectarea acestuia pe o faza de zbor, trimiterea pe alte directii ori impiedicarea cu orice parte a corpului (sold, coapsa, gamba etc) sunt socotite (dupa caz) actiuni neregulamentare sau interzise si se sanctioneaza ca atare.

Desfacerea apucarii de catre atacant in timpul executarii unei trantiri atrage dupa sine anularea executiei, lupta reluandu-se in conditii egale de la centrul saltelei.

Atunci cand un concurent ataca, aflat in inferioritate, desface apucarea (in principiu) se aplica „legea avantajului”.

Daca luptatorul atacat, aflat in inferioritate in faza respectiva, desface apucarea (priza) si isi creeaza drept urmare un avantaj prin care evita trantirea sau chiar mai mult determina punerea in inferioritate a adversarului, lupta se intrerupe sic el vinovat va fi sanctionat.

Lupta se desfasoara in interiorul zonei centrale de lupta.

In zona centrala de lupta sunt valabile si se puncteaza ca atare, toate trantirile regulamentare ale adversarului, fiind socotita valabila fixarea pe spate a adversarului timp de 3 secunde (victorie tus).

Pe suprafata de protectie se pot finaliza toate incercarile de trimitere a adversarului initiate in zona centrala de lupta, ele primind punctajul convenit, dupa care lupta se reia de la centrul saltei.

In afara zonei de lupta nu se socoteste tusul.

Se va lua in calcul toate actiunile pornite din zona de lupta astfel:

- La lupta in picioare – cand un luptator face un procedeu din zona de lupta si aterizarea adversarului va fi in afara suprafetei de lupta.

Lupta in afara zonei de lupta .

- La lupta in picioare – cand ambele picioare sunt iesite in afara zonei de lupta
- Cand concurentii trimisi la pamant – cand capul unuia dintre ei atinge parte zonei de protectie (in afara saltei).

Atribuirea Punctelor Tehnice

1 punct:

- luptătorului al cărui adversar merge în zona de protecție cu un picior întreg (in picioare) fără a executa o priză.

Clarificare pentru pășirea în afară în picioare pentru ambele stiluri:

- Când atacatorul pășește primul în zona de protecție în comiterea unei prize, se poate întâmpla astfel:

- ✓ dacă luptătorul finalizează priza cu succes în acțiune continuă, atunci va primi punctele: 1, 2, 4 sau 5 puncte.
- ✓ dacă luptătorul nu poate finaliza cu succes priza, după oprirea acțiunii arbitrul atribuie adversarului 1 punct.
- ✓ dacă luptătorul ridică și controlează adversarul, dar este incapabil să finalizeze prize în acțiune continuă, arbitrul va opri meciul, dar nu va acorda adversarului 1 punct.

N.B Când un luptător își împinge deliberat adversarul în zona de protecție fără o acțiune cu sens, nu va mai primi 1 punct (ci doar avertizare verbală).

- toate opririle prin accidentare fără sângerare sau fără o accidentare vizibilă sunt penalizate cu 1 punct pentru adversar.
- luptătorului al cărui adversar a solicitat o contestație, dacă decizia inițială este confirmată
- pentru trecerea deasupra (contra atac al luptătorului dominat la parter și care trece deasupra)
- atacatorului al cărui adversar fuge din priză, de pe saltea, comite acțiuni sau acte nelegale de brutalitate
- atacatorului al cărui adversar comite o priză nelegală în timpul execuției unei prize de atac
- sportivului al cărui adversar comite fault ofensiv, după ce a fost avertizat.
- luptătorului de deasupra al cărui adversar refuză poziția corectă (prize), după prima avertizare
- luptătorului care finalizează/reușește priza chiar dacă adversarul face o priză nelegală

2 puncte:

- luptătorului care își doboară și apoi controlează adversarul trecând la spate (trei puncte de contact: două brațe și un genunchi sau doi genunchi și un braț sau cap sau cot).
- luptătorului care aplică o aruncare corectă și completă care îl duce pe adversar pe burtă sau lateral sau într-o poziție cu trei puncte de contact. Atacatul trebuie să piardă controlul în timpul aruncării.
- luptătorului care execută o priză care plasează spatele adversarului într-un unghi mai mic de 90 de grade, inclusiv când adversarul este pe una sau două mâini întinse.
- luptătorului care atacă, adversarul rulând pe umeri.
- luptătorului care blochează adversarul în executarea unui procedeu la lupta din picioare și-l duce într-o poziție periculoasă.
- luptătorului al cărui adversar fuge de saltea în poziție periculoasă.
- atacatorului al cărui adversar comite un fault într-o poziție periculoasă.

4 puncte

- luptătorului care execută o priză din picioare și care îl pune pe adversar în poziție periculoasă în mod continuu și fluid
- pentru orice priză executată prin smulgerea de la sol și ducerea adversarului în poziție periculoasă, de mică amplitudine, chiar dacă atacatorul se găsește cu unul sau doi genunchi la sol.
- luptătorului care execută un procedeu de mare amplitudine și care nu-l pune pe adversar în poziție periculoasă directă și imediată.
- pentru toate prizele executate din parter sau din picioare, în care adversarul este forțat să piardă contactul cu solul și aterizează pe burtă sau unu/două brațe întinse, iar luptătorul aflat în apărare se răsuște (în orice direcție) cu o amplitudine mică.

NB: Dacă în executarea procedurii, luptătorul atacat rămâne în contact cu salteaua cu o mână, dar ajunge imediat în poziție periculoasă, atacantul primește 4 puncte.

5 puncte

- toate procedeele executate din picioare, cu mare amplitudine care îl pun pe atacat în poziție periculoasă directă și imediată.
- procedeul executat de luptătorul la parter care smulge adversarul complet de la sol și execută un procedeu de mare amplitudine care îl proiectează pe ultimul în poziție periculoasă directă și imediată.

Actiuni Neregulamentare

Este interzis ca luptătorii:

Să se tragă de păr, de urechi, de părțile genitale, să se ciupească, să se muște, să tragă de degete sau de urechi și în general, să facă orice acțiune, gest sau priză având ca scop torturarea adversarului sau cauzarea de suferință pentru a-l obliga să abandoneze.

Să lovească cu piciorul, cu capul, să strânguleze, să împingă, să execute prize care pot pune în pericol viața adversarului sau să provoace o fractură, o luxare de membre, să calce pe picioarele adversarului sau să îi atingă fața între sprâncene și linia gurii.

Să lovească cu cotul sau cu genunchiul în abdomenul sau stomacul adversarului, să facă torsiuni susceptibile să provoace suferință, să-l țină pe adversar de dres.

Să se agațe sau să se prindă de saltea.

Să vorbească în timpul meciului.

Să apuce talpa piciorului adversarului (singura prindere regulamentară este de partea superioară a piciorului și a călcâiului)

Să aranjeze între ei rezultatul luptei

Să prindă și să forțeze degetele pentru blocarea adversarului și prevenirea Luptei Active

Aceste interdicții generale sunt pedepsite în funcție de gravitatea greșelii (descalificare, avertizare – 1(2) puncte sau avertizare verbală).

Sanțiuni disciplinare pot fi de asemenea aplicate și după competiție împotriva sportivului în culpa.

Prize interzise în luptele feminine - Toate cheile duble, la sol sau în picioare (dublu Nelson) sunt interzise în luptele feminine.

În scopul protejării sănătății tinerilor luptători, următoarele prize sunt considerate interzise:

- toate cheile duble înainte sau lateral (dublu NELSON).
- cheie la picioare combinat cu dublu Nelson.

Servicu Medical

Pe toata perioada competitiei trebuie sa fie ambulata de tip (B1/B2) cu medic.

Responsabilul medical are dreptul și obligația de a opri în orice moment lupta prin intermediul șefului de saltea, atunci când consideră că există pericol pentru unul sau altul dintre competitori. La început, tratamentul va fi furnizat doar de medic. În cazul în care are nevoie de sprijin, el poate permite antrenorul sportivului să participe.

El poate de asemenea să oprească imediat o luptă, declarând pe unul dintre competitori inapt pentru a continua. Luptătorul nu trebuie niciodată să părăsească salteaua, cu excepția unei răniri grave care necesită evacuarea lui imediată. În cazul în care luptător este accidentat, arbitrul trebuie imediat să ceară intervenția doctorului; în cazul în care doctorul competiției nu raportează nici o accidentare, arbitrul solicită judecătorului sau șefului de saltea sancționarea.

Dacă un luptător are o accidentare vizibilă, medicul va dispune de timpul necesar pentru a îngriji sportivul accidentat și va decide dacă luptătorul va continua lupta sau nu.

Serviciu Medical va fi prezent și la cântarul oficial unde doctorul și asistentul vor controla toți sportivii de boli transmisibile.