



Professional Shido MMA ITALY

Branc Chief Shihan M° Gianluca Mariani
Chief Assistant M° Mariani Hiroshi
Pubbliche Relazioni Francesca Bardino
Webmaster Di Massa Antonio
Site: www.shidokan.it
E-Mail: shidokan@shidokan.it

Regole e Regolamento Ufficiale

1. Allenatori

- a- Ogni combattente durante un combattimento Shido MMA ufficiale può avere nel suo/a angolo da un allenatore nei match di classe D fino a 3 allenatori nei match di classe C, B e A. Solamente al capo allenatore è permesso l'ingresso nel ring prima e dopo il combattimento, così come nell'intervallo del combattimento
- b- Se un allenatore o qualsiasi altro compagno del team o qualsiasi amico del combattente entrerà nel ring durante il match il combattente sarà immediatamente squalificato e sarà dichiarato sconfitto.

2. Incontri

- a- Un incontro di classe D consiste in 1 round della durata di 5 minuti.
- b- Un incontro di classe C consiste in 2 round della durata di 5 minuti.
- c- Un incontro di classe B consiste in 2 round della durata di 5 minuti.
- d- Un incontro di classe A consiste in 3 round della durata di 5 minuti.
- e- In tutti gli incontri c'è un intervallo di 1 minuto tra ogni round.
- f- Gli incontri di classe D sono riservati ai combattenti amatoriali o ai neofiti dell'MMA.
- g- Gli incontri di classe C sono riservati ai combattenti amatoriali.
- h- Gli incontri di classe B sono riservati ai combattenti di categoria Pro/Am che hanno poca esperienza nelle Arti Marziali Miste (o meno di 5 vittorie in Shido MMA)
- i- Gli incontri di classe A sono riservati ai combattenti professionisti (o con più di 5 vittorie in Shido MMA)
- j- Tutti gli incontri per un titolo Shido MMA consistono in 3 round della durata di 5 minuti secondo le regole dei combattimenti di classe A.
- k- I combattenti per un titolo Shido MMA saranno selezionati dalla Commissione Shidokan secondo quanto mostrato nei precedenti combattimenti e secondo la posizione nel ranking ufficiale.
- l- Tutti i combattenti per gli incontri di classe A, B o per un Titolo Shido MMA devono sottoscrivere un contratto per il combattimento almeno 4 settimane prima dell'evento.
- m- Gli incontri avverranno su un Ring per Boxe. Negli eventi speciali la Commissione può dare il permesso affinché si possano disputare incontri anche su stuoie, gabbie ecc. (Beach Grappling, Team Competitions, House Galas...)
- n- Gli incontri saranno organizzati ed ospitati unicamente dalla Commissione SHIDOKAN o dai suoi associati autorizzati.
- o- Tutti gli incontri devono seguire le regole ufficiali per gli incontri Shido MMA e devono essere giudicati dalla Commissione SHIDOKAN o dai suoi associati autorizzati.



Professional Shido MMA ITALY

Branc Chief Shihan M° Gianluca Mariani
Chief Assistant M° Mariani Hiroshi
Pubbliche Relazioni Francesca Bardino
Webmaster Di Massa Antonio
Site: www.shidokan.it
E-Mail: shidokan@shidokan.it

3. Come vincere

- a- Un incontro di Shido MMA ufficiale può essere vinto per KO (Knockout), TKO (Knockout Tecnico), Sottomissione, RSC (Referee Stops Contest: fermo dell'arbitro), Punti o DQ (Squalifica)
- b- KO: un combattente perderà il combattimento per KO se viene steso per 10 secondi da una tecnica autorizzata.
- c- TKO: un combattente perderà l'incontro per TKO se non può più sostenere l'incontro propriamente a causa di un problema fisico (slogatura, frattura ecc.) causato da una tecnica autorizzata oppure da una casualità.
- d- Sottomissione: un combattente perderà l'incontro per sottomissione se si ritirerà attraverso un segnale verbale oppure battendo sul tappeto. Questa regola rimane valida se uno degli allenatori fa ritirare il combattente dall'incontro lanciando una spugna al tappeto durante l'incontro
- e- RSC: Se l'arbitro interrompe l'incontro poiché decide che uno dei combattenti non può continuare il combattimento nella maniera appropriate o che non è in grado di difendersi propriamente da ulteriori attacchi, allora il combattente verrà considerato sconfitto. Questa regola rimane valida nel caso in cui durante 1 round un combattente subisca 3 atterramenti.
- f- DQ: un combattente può essere squalificato se:
 - l'arbitro rileva che è colpevole di una e/o ripetute violazioni di una e/o più regole ufficiali durante l'incontro,
 - se il combattente è colpevole della violazione delle regole sportive e/o di un comportamento Scorretto dentro o fuori il Ring in un evento,
 - se il combattente non segue i comandi dell'arbitro in caricaUna squalifica può essere dichiarata fino a 4 settimane dopo un combattimento se la commissione riceve una protesta scritta da una delle parti.

4. Tecniche ammesse

- a- Tutti i calci e le ginocchiate alle gambe, al corpo, alle braccia e alla testa durante il combattimento in posizione eretta
- b- Tutti i pugni e le gomitate alle gambe, al corpo e alle braccia durante il combattimento in posizione eretta.
- c- Lanci, spazzate e atterramenti (Throws, sweeps and takedowns)
- d- Prese di sottomissione, (Submission holds, joint locks and chokes) durante il combattimento a terra o in posizione eretta.
- e- Tutti i calci, le ginocchiate, i pugni e le gomitate alle gambe, al corpo e alle braccia durante il combattimento a terra.



Professional Shido MMA ITALY

Branc Chief Shihan M° Gianluca Mariani
Chief Assistant M° Mariani Hiroshi
Pubbliche Relazioni Francesca Bardino
Webmaster Di Massa Antonio
Site: www.shidokan.it
E-Mail: shidokan@shidokan.it

- f- Colpire con calci e pugni un avversario a terra alle gambe, al corpo o alle braccia dalla posizione eretta.
- g- Colpire con un calcio la testa dell'avversario in piedi da terra.
- h- Pugni alla testa nel combattimento in posizione eretta (incontri di classe C, B, A).
- i- Pugni alla testa nel combattimento a terra (Incontri di classe B, A e per Titolo Shido)

5. Tecniche non ammesse

- a- Tutti i pugni e i calci alla spina dorsale, alla parte posteriore della testa ed alla zona inguinale.
- b- Tutti i colpi con avambraccio anteriore e gomitate alla testa
- c- Pugni alla testa durante il combattimento in posizione eretta (incontri di classe D).
- d- Pugni e calci durante il combattimento a terra.
- e- Pugni alla testa durante il combattimento a terra. (Matches classe C)
- f- Colpire i piedi e/o le mani dell'avversario
- g- Testate
- h- Graffiare
- i- Afferrare i capelli dell'avversario
- j- Morsi
- k- Attaccare gli occhi (anche con la testa, la guancia, il mento o il gomito.)
- l- Manipolazione delle mani nelle giunture o nelle falangi
- m- Chiudere le vie respiratorie con una mano
- n- Premere la parte anteriore della gola con il gomito
- o- Colpire l'avversario a terra alla testa o al collo
- p- Attacchi Back-Suplex
- q- Calci e/o ginocchiate alla testa di un avversario a terra
- r- Sbattere un avversario a tappeto (Bombing)
- s- Comportamento anti-sportivo

Ufficialmente approvato dalla F.S.K.I.