

**REGOLAMENTO  
DI ARBITRAGGIO  
DELLA DISCIPLINA  
PANCRAZIO OLIMPICO**

## Indice

<b>PREFAZIONE</b> .....	<b>4</b>
<b>REGOLE GENERALI</b> .....	<b>4</b>
<b>CAPITOLO 1 – STRUTTURE E MATERIALI</b> .....	<b>5</b>
Articolo 1.1 – IL Ring .....	5
Articolo 1.2 – L’Uniforme.....	5
Articolo 1.3 – La Licenza .....	7
Articolo 1.4 – Fasce di età, categorie di perso e competizioni .....	7
<b>CAPITOLO 2 – COMPETIZIONI E PROGRAMMI</b> .....	<b>9</b>
Articolo 2.1 – Sistema di gara .....	9
Articolo 2.2 – Cerimonie di premiazione .....	9
<b>CAPITOLO 3 – PROCEDURA DELLE COMPETIZIONI</b> .....	<b>10</b>
Articolo 3.1 – Peso.....	10
Articolo 3.2 – Pareggio e abbinamento.....	10
Articolo 3.3 – Lista di partenza .....	11
Articolo 3.4 – Eliminazione dalla competizione.....	11
<b>CAPITOLO 4 – CORPO ARBITRALE (HELLANODEKEA)</b> .....	<b>12</b>
Articolo 4.1 – Composizione .....	12
Articolo 4.2 – Doveri Generali .....	12
Articolo 4.3 – Abito dell’Arbitro .....	12
Articolo 4.4 – L’Arbitro Centrale .....	13
Articolo 4.5 – Gli arbitri laterali .....	13
Articolo 4.6 – Il Presidente di Materassina ( <i>Palaestra</i> ) .....	14
Articolo 4.7 – Sanzioni nei confronti dell’Organo Arbitrale.....	14
<b>CAPITOLO 5 – L’INCONTRO</b> .....	<b>14</b>
Articolo 5.1 – Durata dell’incontro.....	14
Articolo 5.2 – Convocazione sulla Palaestra .....	15
Articolo 5.3 – Presentazione degli atleti .....	15
Articolo 5.4 – Inizio e ripresa della gara.....	15
Articolo 5.5 – Interruzione e prosecuzione dell’incontro .....	15
Articolo 5.6 – Fine dell’incontro .....	16
Articolo 5.7 – Tipi di vittorie.....	16
Articolo 5.8 – L’allenatore.....	17
Articolo 5.9 – Graduatoria a squadre durante le competizioni individuali.....	18
<b>CAPITOLO 6 – PUNTI DELLE TECNICHE E LORO VALORE</b> .....	<b>18</b>

Articolo 6.1 – Intensità del contatto e zone da colpire .....	18
Articolo 6.2 – Criteri di assegnazione dei punti .....	18
Articolo 6.3 – Punteggio .....	19
Articolo 6.4 – Atterramento ( <i>knockdown</i> ) .....	20
Articolo 6.5 – Infortunio e tempo .....	20
<b>CAPITOLO 7 – PUNTI DI CLASSIFICA ASSEGNATI DOPO UN INCONTRO .....</b>	<b>21</b>
Articolo 7.1 – Punti di classifica.....	21
<b>CAPITOLO 8 – PASSIVITA’ .....</b>	<b>22</b>
Articolo 8.1 – Passività.....	22
<b>CAPITOLO 9 – DIVIETI E ATTI ILLECITI .....</b>	<b>22</b>
Articolo 9.1 – Azioni illegali e sospensioni.....	22
Articolo 9.2 – Procedure di espulsione .....	25
<b>CAPITOLO 10 - MEDICO .....</b>	<b>25</b>
Articolo 10.1 – Servizio medico .....	25
Articolo 10.2 – Interventi di servizio medico .....	26
Articolo 10.3 – Perdita di peso .....	26
Articolo 10.4 – Sospensione medica .....	26
Articolo 10.5 – Antidoping.....	26
<b>CAPITOLO 11 – PYX-LAX E KATO-PANCRAZIO .....</b>	<b>27</b>
Articolo 11.1 – Pyx-Lax .....	27
Articolo 11.2 – Kato-Pancrazio .....	27
<b>CAPITOLO 12 - POLYDAMAS E PALAESMATA .....</b>	<b>27</b>
Articolo 12.1 – Polydamas .....	27
Articolo 12.2 – Palaesmata .....	28
Articolo 12.3 - Punteggio per Polydamas e Palaesmata .....	29
Articolo 12.4 – Modifiche .....	30
<b>GLOSSARIO .....</b>	<b>30</b>

## **PREFAZIONE**

Il Pancrazio/Pankration è l'arte marziale che era presente negli antichi Giochi Olimpici facendo il suo ingresso nel 648 a.C. fino alla chiusura degli stessi nell'anno 393 d.C.. I regolamenti di gara furono raffinati a tal punto che nel 500 a.C. si aprirono le porte dei Giochi Olimpici anche per i bambini. Per questo motivo è più legittimo chiamarlo Pancrazio Olimpico. Attraverso la data dei reperti archeologici e attraverso i vari testi, si può evidenziare l'antichità della disciplina del Pancrazio/Pankration e si evidenzia che tutte le altre arti marziali nate molti anni dopo, sono l'estrazione e successiva elaborazione delle tecniche del Pancrazio/Pankration.

In accordo con la filosofia generale dello sport, gli atleti sono tenuti a onorare i valori della sportività e della correttezza (fair play), e non devono mai ferire intenzionalmente un compagno.

Le Regole qui riportate devono essere conosciute e accettate da tutti gli atleti, allenatori, arbitri e dirigenti. Si invitano coloro che praticano questo sport a combattere con totale onestà e correttezza per il piacere degli spettatori.

## **GLI EVENTI DELLA COMPETIZIONE INCLUDONO:**

- Agon Eléftheron:** Combattimento con l'uso di tecniche da **semi-contact** portate con le gambe e braccia, nonché proiezioni, leve e strangolamenti (*definite submission*);
- Palaesmata:** Evento dimostrativo con due atleti.
- Polydamas:** Evento dimostrativo a squadre le quali sono composte da quattro atleti;
- Pix-Lax:** Combattimento in piedi con l'uso di tecniche da **semi-contact** portate con le gambe e braccia;
- Kato-Pancrazio:** Combattimento a terra, proiezioni, leve e strangolamenti (*definite submission*).

## **REGOLE GENERALI**

### **Obiettivi**

Redatto nel rispetto della Costituzione FIPA/LIBETAS/UWW, del Regolamento Disciplinare, delle norme generali che disciplinano l'organizzazione delle competizioni nazionali e internazionali e di tutti i Regolamenti specifici, il Regolamento del Pancrazio/Pankration ha come obiettivi specifici di:

- Definire e specificare le condizioni tecniche e pratiche che regolano la competizione.
- Determinare il valore da attribuire alle azioni di combattimento.
- Decidere sui divieti e sulle diverse situazioni che si verificano.
- Definire le funzioni e i compiti del Corpo Arbitrale.
- Stabilire il sistema di gara, i metodi di classificazione, i punti, le sanzioni, ecc.

Essendo soggette a modifiche alla luce di osservazioni pratiche sulla loro applicazione e ricerca sulla loro efficacia, le regole stabilite nel documento seguente costituiscono il quadro entro il quale si svolge lo sport del Pancrazio/Pankration in tutti i suoi stili.

### **Interpretazione:**

In caso di disaccordo sull'interpretazione delle disposizioni di qualsiasi articolo nelle seguenti Regole, la Commissione Nazionale Ufficiali di Gara ha il potere esclusivo di determinare l'esatto significato dell'articolo o degli articoli in questione.

## **Applicazione del regolamento**

L'applicazione di queste regole è obbligatoria in tutte le competizioni, anche quelle chiaramente sotto il controllo della FIPA/LIBERTAS/UWW, per garantire una sicurezza ottimale agli atleti ed uno sviluppo sano della disciplina.

La licenza FIPA/LIBERTAS è obbligatoria per ogni competizione nazionali. Ogni competizione nazionale deve essere segnalata alla FIPA/LIBERTAS e previa autorizzazione sarà aggiunta al suo calendario ufficiale. L'assicurazione FIPA/LIBERTAS si applicherà solo alle competizioni inserite nel calendario FIPA/LIBERTAS.

## **CAPITOLO 1 – STRUTTURE E MATERIALI**

### **Articolo 1.1 – Il ring**

Il ring è messo a terra dalla grandezza da 6X6 fino a 8X8, a terra è messa una materassina omologata dalla FIPA/LIBERTAS. Tale Palaestra (ring) è obbligatoria in tutti i Campionati e Coppe. Per tutte le Competizioni, i tappeti devono essere omologati, ma non obbligatoriamente nuovi. Per i Campionati internazionali è necessario il tappeto di riscaldamento.

L'allenatore di ogni Pankratiast dovrà posizionarsi nello stesso angolo della Palaestra corrispondente al colore dell'uniforme del proprio atleta. Il Pankratiast bianco sulla sinistra ed il blu sulla destra.

L'installazione del ring deve essere tale da lasciare un ampio spazio libero intorno alla stessa, in modo da permettere il normale svolgimento della competizione.

Tutti i dettagli riguardanti il logo della FIPA/LIBERTAS ed il logo del produttore dei tappeti, devono essere indirizzati alla sede della FIPA/LIBERTAS e autorizzati dalla stessa.

### **Articolo 1.2 - L'uniforme**

Per partecipare agli eventi sportivi della FIPA/LIBERTAS, gli atleti di tutte le fasce di età devono rispettare le linee guida riguardanti l'uniforme e l'equipaggiamento previsto. Queste linee guida hanno lo scopo di consentire caratteristiche progettuali innovative conformi alle norme e ai regolamenti delle gare di Combattimento libero / Agon Eléftheron.

### **Responsabilità di conformità**

Allo stesso modo in tutte le Competizioni organizzate sul territorio Nazionale, le Società Sportive tesserate con la FIPA/LIBERTAS dovranno garantire che l'uniforme e l'equipaggiamento indossati o utilizzati dai Pankratiast a loro tesserati rispettino i termini di queste regole.

Il primo atleta chiamato si porterà sul bordo del tappeto indossando l'uniforme di colore blu per la tipologia di gara prevista e il secondo atleta chiamato dovrà indossare l'uniforme di colore bianco.

### **Equipaggiamento di protezione**

#### **Agon Eléftheron – Pix Lax – Kato Pancrazio**

1) Pantaloncino nero con meandri bianchi e petto nudo, le ragazze nella parte superiore avranno il corpetto elasticizzato;

- 2) Guanti di colore bianco o blu del peso non meno di 7 onces con dita aperte;
- 3) Protezioni per i genitali (*obbligatorio per gli uomini, facoltativo per le donne*);
- 4) Parastinchi elasticizzati (*a forma di calzino*) di colore bianco o blu;
- 5) Paradenti;
- 6) Il corpetto rigido (paraseno) per le donne è facoltativo.

### **Palaesmata**

- 1) Endyma di colore bianco o blu;
- 2) L'Equipaggiamento di protezione (*guanti, protezioni per i genitali, parastinchi, paradenti e paraseno*) è facoltativo.

### **Polydamas**

- 1) Endyma di colore bianco o blu;
- 2) L'Equipaggiamento di protezione (*guanti, protezioni per i genitali, parastinchi, paradenti e paraseno*) è facoltativo.
- 3) Coltello in legno o materiale plastico, lungo circa 20 cm (rappresenta il pugnale);
- 4) Bastone in legno o materiale plastico, lungo circa 50 – 60 cm (rappresenta la spada);
- 5) Bastone lungo del diametro di circa 2 cm e lungo circa 1,85 cm (rappresenta la lancia).

L'**Endyma** è consentito solo per le gare dimostrative (Palaesmata e Polydamas). Esso è costituito da due parti, la parte superiore chiamata kitionion (*casacca*) e la parte inferiore chiamata periskelis (*pantaloni*). Al perimetro del collo ed al bordo inferiore della giacca, come pure al lato dei pantaloni, vi sono cucite delle fasce che rappresentano i meandri (*meandros*). Le donne devono indossare una t-shirt bianca o indumento sportivo simile sotto la casacca.

**Board shorts** (Pantaloncini) devono essere di colore nero con disegnata una striscia a meandri posizionata su qualsiasi parte dei pantaloncini. Non devono avere tasche, cerniere o bottoni che potrebbero non essere sicuri durante la competizione. I pantaloncini elasticizzati o altro tipo di pantaloni indossati sotto i Board shorts sono vietati. Nella parte estrema del pantaloncino ci deve essere la larghezza di 4 dita in modo che non sia troppo stretto o troppo largo, sufficiente a coprire almeno 2/3 della coscia, ma non sotto il ginocchio.

### **Guanti**

I guanti devono contenere un palmo aperto con passanti per le dita, una protezione imbottita per il pollice e un sistema di chiusura in velcro. La parte superiore dei guanti deve essere bianca o blu, il rapporto totale di bianco e blu rappresenta almeno il 60% dei guanti. È vietata la miscela di bianco e blu sui guanti.

La parte in pelle dei guanti deve essere realizzata in pelle di alta qualità, come pelle bovina o pelle di grado A, e la parte imbottita deve essere realizzata in un unico pezzo di schiuma iniettata o gel.

### **Protezioni agli stinchi e sul collo del piede**

I parastinchi con parapiede devono essere realizzati in neoprene con un'imbottitura in schiuma di 1 cm. di spessore con copertura in stoffa elasticizzata (*a forma di calzino*) di colore bianco o blu. I parastinchi devono essere completamente bianchi o blu. È vietata la miscela di bianco e blu sui parastinchi.

### **Casco**

I caschi devono essere realizzati in pelle di alta qualità, come pelle bovina o pelle di grado A, e contengono un'imbottitura in schiuma iniettata in un unico pezzo dello spessore di 1 centimetro. Deve

avere la protezione per le guance e del mento con una chiusura in velcro regolabile dalla parte posteriore. Il casco deve essere nero, il rapporto totale di nero rappresenta almeno il 60% della superficie esterna totale.

### **Polydamas e Palaesmata**

Gli atleti possono indossare protezioni per i genitali, paradenti e paraseni per le donne. L'equipaggiamento di protezione deve essere in condizioni generalmente pulite e funzionanti e l'imbottitura non deve essere spostata, rotta o imperfetta in alcun modo.

### **Pubblicità sull'abbigliamento**

Gli atleti possono indossare i nomi o i simboli degli sponsor sulle loro divise da competizione posti nelle zone autorizzate dalla federazione, e non interferire con l'identificazione del colore delle divise.

### **Aspetto e igiene**

Le uniformi da competizione devono essere pulite, generalmente asciutte e prive di qualsiasi odore sgradevole. Ai pankratiasts è proibito indossare bende, alle braccia ai polsi o alle caviglie, tranne in caso di infortunio o su disposizione/autorizzazione del medico. Ai pankratiasts è proibito portare qualunque oggetto che possa provocare ferite ad un avversario come collane, bracciali, cavigliere, anelli, piercing di qualsiasi tipo, protesi, ecc. Le unghie delle dita e dei piedi dei pankratiasts devono essere ben curate, senza bordi taglienti. Se i capelli di un atleta sono più lunghi della spalla, l'atleta deve indossare un copri-capelli sportivo che li contenga.

I pankratiasts devono essere ben curati e i loro capelli e la pelle devono essere privi da qualsiasi sostanza grassa, oleosa o appiccicosa. Per la salute degli atleti e per un igienico ambiente sanitario, queste regole devono essere rigorosamente applicate.

Durante il controllo peso gli ufficiali di gara preposti dovranno verificare che tutti gli atleti soddisfino i requisiti del presente articolo. Se un pankratiast entra sul tappeto con una uniforme che non è consono al presente regolamento saranno dati 2 minuti per cambiarsi altrimenti perderà l'incontro per forfait.

### **Articolo 1.3 - Licenza dell'Atleta**

Qualsiasi pankratiasts uomo o donna U13, U15, U17, U20, U23, Senior e Veterani che gareggia nei Campionati nazionali, Coppe o Giochi, deve essere munito del tesseramento FIPA/LIBERTAS la quale serve anche come assicurazione per le spese mediche e ospedaliere in caso di incidente, avvenuto durante la competizione a cui l'atleta sta partecipando. La licenza è valida solo per l'anno in corso e deve essere rinnovata ogni anno.

### **Articolo 1.4 – Fasce di età, categorie di peso e competizioni**

Tutti gli atleti devono essere in grado di fornire un documento ufficiale comprovante la loro età e identità.

Qualsiasi atleta che tenta di gareggiare in una fascia di età inferiore a quelle designate sarà automaticamente squalificato dalla competizione.

I Preagonisti (6-11 anni) possono partecipare a gare di Palaesmata e Pix Lax. Nelle gare di Agon Elëftheron devono osservare rigorosamente il controllo (la distanza dell'arto dalla zona del bersaglio). Per definire le fasce di età, si prende in considerazione l'anno di nascita dell'atleta.

## **Fasce di età**

Le fasce di età sono le seguenti:

6-11 anni (*Bambini 6-7 anni, Fanciulli 8-9 anni, Ragazzi 10-11 anni*)

U13<sup>1</sup> 12-13 anni (*Esordienti*)

U15<sup>2</sup> 14-15 anni (*Cadetti*)

U17<sup>3</sup> 16-17 anni (*Speranze*)

U20<sup>4</sup> 18-20 anni

Senior U23<sup>5</sup> 19-23 anni

Senior 20 anni in su

Veterani di età superiore ai 35 anni

## **Preagonisti, U13, U15, U20, Senior e Veterani possono competere:**

1. Pix Lax: Preagonisti, U13, U15, U17, U20, Senior U23, Senior, Veterani;
2. Agon Eléftheron, Kato Pancrazio, Palaesmata: U13, U15, U17, U20, Senior U23, Senior, Veterani;
3. Polydamas: U17, U20, Senior U23, Senior, Veterani;
4. Kato Pancrazio: Preagonisti, U13, U15, U17, U20, Senior U23, Senior, Veterani;

Ogni atleta tesserato che partecipa a una competizione autorizza automaticamente la FIPA/LIBERTAS di utilizzare la propria immagine, filmati o fotografie per la promozione della competizione o delle competizioni future. Se un atleta si rifiuta di accettare queste condizioni, dovrà chiarirlo in fase di ingresso e pertanto, potrebbe essere escluso dalla competizione.

## **Categorie di peso**

Le categorie di peso sono le seguenti (*esprese in chilogrammi - Kg*):

6-11 anni (*Bambini 6-7 anni, Fanciulli 8-9 anni, Ragazzi 10-11 anni*)

Per tutte le fasce di età: 23, 27, 30, 34, 38, 42, 46, 50, 55, 60, 66, 72, kg

### U13 (12-13 anni)

Ragazzi/Ragazze: 27, 30, 34, 38, 42, 46, 50, 55, 60, 66, 72, 82, 90 kg

### U15 (14-15 anni)

Ragazzi: 32, 35, 38, 42, 47, 53, 59, 66, 73, 78, 85, 100 kg

Ragazze: 30, 32, 34, 37, 40, 44, 48, 52, 62, 80 kg

### U17 (16-17 anni)

Ragazzi: 42, 46, 50, 54, 58, 63, 69, 76, 85, 92, 110 kg

Ragazze: 38, 40, 43, 46, 49, 52, 56, 60, 65, 90 kg

### U20 (18-20 anni)

Uomini: 57, 62, 66, 71, 77, 84, 92, 100, +100 kg

Donne: 50, 53, 57, 61, 65, 70, 75, 80, +80 kg

### U23 (19-23 anni)

Uomini: 57, 62, 66, 71, 77, 84, 92, 100, +100 kg

Donne: 50, 53, 57, 61, 65, 70, 75, 80, +80 kg

### Seniores (20 anni in su)

Uomini: 57, 62, 66, 71, 77, 84, 92, 100, +100 kg



Donne: 50, 53, 57, 61, 65, 70, 75, 80, +80 kg

#### Veterani

Uomini: 62, 66, 71, 77, 84, 92, 100, +100 kg

Donne: 53, 57, 61, 65, 70, 75, +75 kg

Ogni atleta che partecipa alle competizioni di sua spontanea volontà, e sotto la propria responsabilità, potrà gareggiare in una sola categoria di peso: quella corrispondente al suo peso al momento del peso ufficiale. Per le categorie nella fascia di età senior, gli atleti possono optare per la categoria immediatamente superiore al loro peso corporeo, ad eccezione della categoria dei pesi massimi.

## **CAPITOLO 2 – COMPETIZIONI E PROGRAMMI**

### **Articolo 2.1 – Sistema di gara**

Il sistema di gara va specificato nel programma del campionato. Il sistema può essere ad eliminazione diretta con ripescaggio o ad eliminazione diretta senza ripescaggio.

Il sistema va scelto in base al numero degli atleti iscritti. Il sistema senza ripescaggio è ad eliminazione diretta e con lo svolgimento degli incontri si ottengono i vincitori delle pool A e B i quali i quali combatteranno per il 1° e 2° posto e n. 2 medaglie di bronzo a pari merito. Se il programma lo specifica, i due terzi posti potrebbero combattere per avere il 3° ed il 4° classificato. In una categoria di peso fino a tre atleti si fa il girone all'italiana.

Il sistema di gara ad eliminazione diretta con ripescaggio è quello adottato dalla UWW per le competizioni olimpiche. L'accoppiamento avviene secondo i numeri estratti. Se il numero dei pankratiasts non è ideale (come ad esempio 4, 8, 16, 32, 64, 128, ecc.), verranno organizzate gare di qualificazione. Gli atleti che vincono i loro incontri continuano a competere fino a quando rimangono due atleti imbattuti. Essi disputeranno la finale per il primo e il secondo posto.

Gli atleti che hanno perso contro i due finalisti sono ripescati in due differenti gruppi: il primo gruppo formato dai pankratiasts che hanno perso contro il primo finalista e il secondo gruppo formato dai pankratiasts che hanno perso contro il secondo finalista.

Le gare di ripescaggio iniziano con gli atleti che hanno perso al primo turno anche nelle gare di qualificazione per ottenere il numero ideale contro uno dei due finalisti fino ad arrivare ai perdenti in semifinale per eliminazione diretta. Entrambi i vincitori dei due gruppi di recupero ricevono una medaglia di bronzo.

### **Criteri di classifica**

Quando in un incontro c'è una parità di punteggio, viene analizzato il percorso dell'incontro e viene proclamato vincitore l'atleta che:

- 1) Ha eseguito la tecnica con maggiore punteggio;
- 2) Ha avuto la penalità minore;
- 3) Ha dominato il combattimento con maggiori attacchi

### **Articolo 2.2 – Cerimonie di premiazione**

I primi quattro atleti di ogni categoria di peso prenderanno parte alla cerimonia di premiazione e riceveranno una medaglia e un diploma, in base alla loro classifica.

- 1° Oro + diploma
- 2° Argento + diploma
- I due 3° Bronzo + diploma

Verrà assegnata una sola medaglia di bronzo nelle categorie di peso in cui viene utilizzato il Sistema all'Italiana.

### **CAPITOLO 3 – PROCEDURA DELLE COMPETIZIONI**

#### **Articolo 3.1 – Peso**

Per tutte le competizioni, ogni mattina viene organizzata la pesatura della categoria di peso interessata. Il peso e il controllo medico durano 60 minuti. Gli atleti devono presentarsi alla visita medica e al peso con la loro licenza federale e documento d'identità.

Gli atleti dopo essere stati visitati da medici qualificati, che hanno l'obbligo di eliminare qualsiasi atleta che presenti una malattia contagiosa, potranno effettuare il controllo peso indossando la divisa per il tipo di gara prevista.

I concorrenti devono essere in perfette condizioni fisiche, con le unghie tagliate molto corte. Gli arbitri responsabili del peso devono verificare che tutti gli atleti siano del peso corrispondente alla categoria in cui sono iscritti alla competizione. Gli arbitri si rifiuteranno di pesare un atleta che non è vestito correttamente.

Durante l'intero periodo di pesatura, gli atleti hanno il diritto, di salire sulla bilancia tutte le volte che vogliono, fino al termine del tempo previsto.

Gli arbitri responsabili del peso, potranno controllare solo gli atleti che si trovano nella lista.

Se un atleta non si presenta o non supera il controllo del peso, sarà eliminato dalla competizione e classificato ultimo, senza classifica.

#### **Articolo 3.2 – Pareggio e abbinamento**

I partecipanti dovranno essere accoppiati secondo l'ordine numerico determinato dal sorteggio effettuato.

Se non è possibile utilizzare il sistema di gestione delle competizioni UWW, i gettoni numerati devono essere racchiusi in un'urna, una borsa o qualsiasi altro oggetto simile.

**Importante:** Quando il responsabile del peso e dell'estrazione a sorte, rileva un errore nella procedura, l'estrazione a sorte per la categoria in questione deve essere annullata. L'estrazione a sorte per questa categoria sarà poi ripetuta con l'accordo del delegato tecnico.

Il delegato tecnico o la persona IT è responsabile del regolare svolgimento del sorteggio e deve assicurarsi che queste regole siano state rispettate. Dovrà anche confermare la lista delle pesate. Dopo la fine del sorteggio, nessuna protesta può essere presentata.

#### **Posizione degli atleti nel girone**

Nell'accoppiamento degli atleti verranno rispettati i numeri estratti all'atto del peso. Gli atleti con numero dispari vengono inseriti nella pool A, quelli con numero pari nella pool B.

#### **Articolo 3.3 – Lista di partenza**

Se uno o più atleti non partecipano o non superano il peso, i loro avversari vinceranno l'incontro per

forfait. Questi atleti saranno eliminati dalla competizione e saranno classificati ultimi, senza classifica. NESSUN atleta verrà abbinato ad altre categorie il giorno della gara.

#### **Articolo 3.4 – Eliminazione dalla competizione**

L'atleta perdente viene eliminato e classificato in base ai punti di classifica segnati, ad eccezione degli atleti che hanno perso contro uno dei finalisti di pool in quanto prendono parte al combattimento per 3° e 4° posto ove previsto.

Dopo la pesatura, nel caso in cui un atleta, non abbia superato il controllo medico o il controllo del peso, non si presenta in gara e perderà l'incontro per forfait.

Se i medici possono provare che un atleta simula un infortunio per qualsiasi motivo per evitare di competere contro il suo avversario, sarà squalificato, posto ultimo in classifica.

Se un atleta commette un'evidente scorrettezza nell'ambito del concetto di "Pankration/Pancrazio" enunciati dalla UWW/FIPA/LIBERTAS, imbrogliando apertamente, commette un grave errore o combatte con brutalità, sarà immediatamente squalificato dalla competizione ed eliminato all'unanimità dalla squadra arbitrale. In questa situazione verrà posto all'ultimo posto in classifica, senza alcuna graduatoria.

Se due atleti vengono squalificati per brutalità durante la stessa gara, saranno eliminati come sopra. L'abbinamento per il turno successivo non verrà modificato. L'atleta che dovrebbe incontrare uno degli atleti squalificati vince l'incontro per forfait.

Se due semifinalisti vengono squalificati per brutalità durante la stessa gara, saranno eliminati e gli atleti sconfitti nei quarti di finale gareggeranno in semifinale ed il gruppo di ripescaggio verrà modificato in base al risultato di questa semifinale. Se le semifinali sono organizzate durante la sessione serale, questo incontro sarà organizzato al termine della sessione in modo da lasciare tempo sufficiente per la preparazione degli atleti interessati. Se accade il primo giorno, a questi atleti verrà concessa un'ora (*dal momento che si verifica questa doppia squalifica*) per prepararsi.

Se si verifica un doppio infortunio (2VIN) durante una gara, l'avversario del round successivo vincerà l'incontro per infortunio. Se accade in una semifinale, per determinare quali atleti devono partecipare al ripescaggio, verranno utilizzati i criteri di classificazione.

Se si verificano dei forfait o delle squalifiche durante un incontro a medaglia (1-2 o 3-4 posto), gli atleti che seguono nel girone (*dalla parte del girone dell'atleta/i squalificato/i*) saliranno di livello in tabella per stabilire la classifica finale. In caso di squalifica dei due finalisti, sarà necessario fare l'incontro tra i due atleti che gareggiano per il bronzo per determinare il 1° e il 2° posto. Tutti gli altri partecipanti saliranno in classifica, i due al 5° posto diventeranno 3°. Se i due finalisti hanno dato forfait nonostante il loro secondo peso, si applicherà lo stesso processo (*un incontro aggiuntivo tra i due medagliati di bronzo*).

Per tutti i tipi di forfait, l'atleta interessato sarà classificato ultimo, senza classifica.

#### **Classifica in caso di violazione del doping**

In caso di positivo controllo antidoping, l'atleta sarà squalificato, e verrà automaticamente inserito all'ultimo posto in classifica, senza alcuna classifica e la nota "DSQ" vicino al suo nome. Saliranno in classifica i successivi atleti. Se si tratta di un atleta classificato al 3° posto, risalirà l'atleta della fascia dell'atleta trovato positivo al controllo antidoping. In tal caso, solo un atleta sarà classificato al

5° posto.

In caso di controllo antidoping positivo durante una gara a squadre, la squadra dell'atleta trovato positivo sarà squalificata e sarà piazzata ultima in classifica, senza alcuna classifica e la nota "DSQ" vicino alla sua bandiera.

## **CAPITOLO 4 – CORPO ARBITRALE (HELLANODEKEA)**

### **Articolo 4.1 – Composizione**

In tutte le competizioni, l'organo arbitrale di ogni incontro sarà composto da:

- 1 presidente di tappeto;
- 1 arbitro centrale;
- 3 arbitri da tavolo.

L'hellanodekes centrale starà al centro della Palaestra di fronte alla platea del pubblico, mentre i tre hellanodekes da tavolo staranno seduti all'esterno della Palaestra. La sostituzione di un arbitro durante un incontro è severamente vietata, tranne in caso di malattia grave confermata dal punto di vista medico. In nessun caso l'organo arbitrale può essere composto da due arbitri della stessa nazionalità per le gare UWW o società sportiva per le gare FIPA/LIBERTAS. Inoltre, è severamente vietato a un hellanodeke arbitrare incontri che coinvolgono atleti connazionali o della stessa società sportiva.

### **Articolo 4.2 – Doveri Generali**

Il corpo arbitrale deve svolgere tutti i doveri presenti nei regolamenti che disciplinano le competizioni di Pancrazio e in ogni disposizione speciale che potrebbe essere fissata per l'organizzazione di una particolare competizione. Gli arbitri centrali e gli arbitri da tavolo sono tenuti ad utilizzare la terminologia del presente regolamento e i segnali appropriati nei rispettivi ruoli nel corso degli incontri. Inoltre, non possono parlare con nessuno durante l'incontro, tranne quando devono consultarsi in modo da svolgere adeguatamente i loro compiti.

Il corpo arbitrale è responsabile del controllo delle buone condizioni del tappeto e della zona circostante (*in particolare il corretto posizionamento delle sedie degli allenatori*).

Il corpo arbitrale deve avere una profonda conoscenza ed esperienza delle tecniche ed essere in grado di valutare immediatamente l'impatto di qualsiasi tipo di tecnica e fermare l'azione se necessario, per garantire ulteriormente la salvaguardia degli atleti.

È importante inoltre conoscere il suono dei gong utilizzati su ogni tappetino.

L'arbitro centrale deve avere una forte comprensione ed esperienza delle tecniche ed essere in grado di valutare immediatamente l'impatto delle stesse in modo da interrompere l'azione se necessario per garantire la sicurezza degli atleti.

### **Articolo 4.3 – Abito dell'Arbitro**

Per gli eventi organizzati dalla UWW, l'organismo arbitrale deve indossare pantaloni neri, polo UWW nera e scarpe sportive morbide nere.

Mentre per le competizioni FIPA/LIBERTAS – Pancrazio/Pankration il corpo arbitrale, deve indossare pantalone grigio e camicia bianca a maniche lunghe.

L'arbitro centrale indosserà rispettivamente di colore azzurro al polso destro e di colore bianco al polso sinistro. Gli arbitri da tavolo devono essere in possesso di bandierine, di colore bianco e blu per eventuali segnalazioni all'arbitro centrale.

#### **Articolo 4.4 – L'Arbitro Centrale**

L'arbitro centrale è il principale responsabile della buona condotta dell'incontro, dell'area agonistica e del suo perimetro. Deve ottenere il rispetto degli atleti ed esercitare una piena autorità su di loro affinché obbediscano immediatamente ai suoi ordini ed alle sue istruzioni. Analogamente, l'arbitro centrale deve condurre l'incontro senza tollerare interventi esterni irregolari.

Il compito principale dell'arbitro centrale consiste nell'iniziare (**ARXASTHE o AZIONE**) e interrompere gli incontri (**PAFSASTHE o STOP**), imporre a causa di penalità, assegna i punti con le dita corrispondenti la mano del colore dell'atleta. Alla fine del tempo di gara, dopo il responso dei punteggi assegnati ai legittimi atleti da parte degli arbitri da tavolo, dichiarare il legittimo vincitore.

#### **Compiti specifici degli arbitri centrali:**

- Stringere la mano agli atleti quando entrano in Palaestra e prima che escano.
- Non avvicinarsi troppo agli atleti quando sono in piedi, ma stare vicini se sono a terra.
- Essere pronto a cambiare posizione rapidamente ed in particolare abbassarsi velocemente per osservare meglio un'imminente sottomissione da leva o strangolamento (submission).
- Non ostruire la visuale dei giudici laterali stando troppo vicino agli atleti (in particolare quando è imminente una sottomissione da leva o strangolamento).
- Non dare le spalle agli atleti in nessun momento per non rischiare di perdere il controllo della situazione.
- Stimolare un atleta passivo richiamandolo verbalmente senza interrompere l'incontro.
- Non permettere agli atleti di riposarsi durante il combattimento con la scusa di asciugarsi, pulirsi il naso o simulando ferite, ecc...
- Interrompere l'incontro e attribuire le penalità per violazione delle regole.
- Interrompere l'incontro per permettere all'atleta di cambiarsi l'uniforme che si è strappata (*gli atleti hanno al massimo 1 minuto di tempo per effettuare queste operazioni ogni volta che gli viene richiesto*).
- Interrompere l'incontro in caso di infortunio e chiedere l'intervento del medico.
- Interrompere l'incontro dopo che un atleta si è arreso per sottomissione da leva o strangolamento (*submission*) segnalato con un tocco (*mano o piede*) o verbalmente. L'arbitro può anche mettere una mano sugli atleti nel momento in cui si appresta a interrompere l'azione per garantire ulteriormente la sicurezza.
- Interrompere l'incontro alla fine dei (20) venti secondi di immobilizzazione solo per la categoria Esordienti (12-13 anni) e per le competizioni di Kato-Pancrazio. Nonché pure per le altre categorie in quanto i 15 secondi è il tempo massimo concesso per lottare a terra.
- Interrompere l'incontro quando è necessario (per infortuni, scorrettezze ecc.).
- Proclamare il vincitore (*alzandogli la mano*) previo accordo con il presidente della Palaestra.

#### **Articolo 4.5 – Gli arbitri laterali**

Gli arbitri da tavolo devono stare seduti al loro tavolo situato al bordo del ring e scrivere i punti delle tecniche effettuate dagli atleti.

#### **Compiti degli arbitri laterali:**

- Ispezionare la pelle, le uniformi e le protezioni degli atleti e chiedergli di sostituirle entro 2 minuti di tempo nel caso in cui non siano conformi alle presenti regole.

- Controllare che sulla pelle degli atleti non ci sia sudore o sostanze scivolose o appiccicose.
- Controllare e supervisionare la Palaestra e l'area circostante (*in particolare per assicurarsi che non ci siano persone non autorizzate tranne i coach vicino alla Palaestra*).
- Osservare gli atleti in ogni momento durante gli attacchi.
- Segnalare, con l'esaltazione della mano o fischiare, quando si accorgono di qualche infrazione di cui il giudice centrale non si è accorto per far interrompere l'incontro.

#### **Articolo 4.6 – Il Presidente di Materassina (Palaestra)**

Il Giudice di tappeto si siede al tavolo di giuria e supervisiona il lavoro dell'arbitro centrale, e del personale addetto al tavolo di giuria designato per ciascuno degli incontri.

##### **Compiti del Presidente Materassina (Palaestra):**

- Controllare e sorvegliare il tappeto e la zona circostante ad esso.
- Assicurarsi che i punti e le penalità assegnati vengano trascritti dal tavolo della giuria.
- Interrompe l'incontro lanciando un oggetto morbido (*spugna*) sul tappeto, per richiamare al tavolo l'arbitro centrale in caso sia necessaria una consultazione.

##### **Al termine dell'incontro:**

- 1) Confermare il vincitore all'arbitro centrale in modo che possa alzare la mano del vincitore.
- 3) Firmare il referto a fine gara.

#### **Articolo 4.7 – Sanzioni nei confronti dell'Organo Arbitrale**

La Commissione ufficiali di Gara Pancrazio – FIPA/LIBERTAS che costituisce l'organo superiore, avrà collettivamente il diritto di adottare le seguenti misure disciplinari nei confronti del/i membro/i dell'organo arbitrale tecnicamente colpevole, su segnalazione dei delegati delle competizioni:

- Avvertire il/i funzionario/i interessato/i.
- Sospensione dalla competizione per una o più sessioni
- Ritirare l'arbitro(i) dalla competizione.

Altre sanzioni decise per competenza dalle diverse Commissioni, in relazione alle Competizioni, possono essere applicate a seconda della gravità della colpa.

### **CAPITOLO 5 – L'INCONTRO**

#### **Articolo 5.1 – Durata dell'incontro**

- Per i Preagonisti: la durata di un incontro è di 1,5 minuti.
- Per U13 e U15: la durata di un incontro sarà di 2 minuti.
- Per U17, U20 e Veterani: la durata di un incontro sarà di 3 minuti.
- Per U23 e Senior: la durata di un incontro sarà di 4 minuti.
- Il Polydamas e il Palaesmata durano minimo 1 minuto e massimo 2 minuti.

Si ricorda che:

- Il vincitore è dichiarato dalla somma dei punti segnati al termine dei tempi regolamentari.

## **Articolo 5.2 – Convocazione sulla Palaestra**

Prima di essere chiamati al tappeto, i concorrenti sono scortati al punto di controllo delle divise e attrezzature dove un ufficiale di gara si assicurerà che l'uniforme le protezioni siano del colore giusto e nel pieno rispetto del presente regolamento. Una volta effettuato il controllo, gli atleti si porteranno sulla Palaestra designata per l'incontro.

Entrambi i nomi degli atleti sono chiaramente chiamati al tappeto. Gli atleti sono chiamati 3 volte con un intervallo di almeno 30 secondi tra ogni chiamata. L'atleta che non si presenta al tappeto dopo la terza chiamata perde l'incontro per forfait.

Un atleta non può essere chiamato a competere in un nuovo incontro finché non ha avuto un periodo di riposo di dieci (10) minuti dal momento in cui il suo incontro precedente è terminato.

## **Articolo 5.3 – Presentazione degli atleti**

La seguente cerimonia si svolge per ogni categoria di peso nelle finali per il primo e il secondo posto: I finalisti vengono presentati e i loro risultati possono essere annunciati quando stanno arrivando sulla Palaestra.

## **Articolo 5.4 – Inizio e ripresa della gara**

Gli atleti quando vengono chiamati, devono andare nell'angolo corrispondente al colore loro assegnato bianco o blu e aspettare in piedi che l'arbitro centrale li chiami al centro del tappeto con il comando "**LAVETE THESIS**" (*ai propri posti*).

Gli arbitri da tavolo ispezionano le uniformi e le protezioni degli atleti e saranno dati 2 minuti di tempo per sostituirle nel caso in cui non siano conformi alle presenti regole. Se l'atleta non ritorna sul tappeto con una uniforme e delle protezioni regolari entro 2 minuti, perde l'incontro per forfait.

Una volta completata l'ispezione, l'arbitro pronuncia "**ETIMI**" o "**PRONTI**", ordina il saluto dicendo "**CHERETISMOS EN**", gli atleti portano il pugno destro alla loro tempia destra pronunciano "**ERROSO**". Successivamente l'arbitro pronuncia "**ARXASTHE**" o "**AZIONE**" per dare inizio all'incontro. Per interrompere l'incontro verrà pronunciato il comando "**PAFSASTHE**" o "**STOP**".

La posizione eretta, è ordinata all'inizio dell'incontro e dopo ogni interruzione. Entrambi gli atleti (*con i pugni abbassati*) stanno uno di fronte all'altro al centro della Palaestra e aspettano gli ordinativi dell'arbitro.

## **Articolo 5.5 – Interruzione e prosecuzione dell'incontro**

- a) Se per qualsiasi motivo l'incontro è stato interrotto (ad es. ferita, perdita di sangue, consultazione tra ufficiali di gara, ecc.) i due atleti devono stare nei rispettivi angoli in piedi o seduti rivolti al centro della Palaestra, senza parlare o assumere liquidi e aspettare che l'arbitro centrale li chiami per riprendere l'incontro.
- b) In caso di problemi con le protezioni o l'uniforme, l'arbitro centrale deve fermare l'incontro. Entrambi gli atleti si fermeranno immediatamente e rimarranno in attesa sino a che non verrà indicato di riprendere a combattere.
- c) Se un incontro non può essere ripreso per motivi medici, il medico di gara che ha preso la decisione informa sia l'allenatore dell'atleta coinvolto che il presidente di tappeto; quest'ultimo

poi ordina che l'incontro venga interrotto. La decisione del medico di gara non può essere revocata.

- d) In nessun caso un atleta può di sua iniziativa interrompere l'azione.
- e) Se un'azione viene interrotta a causa di un atleta che ha ferito deliberatamente il suo avversario, l'atleta colpevole sarà squalificato.
- f) In caso di perdita di sangue di uno degli atleti, l'arbitro dovrà interrompere l'incontro e far intervenire il medico. Un cronometro partirà non appena il dottore entrerà sulla Palaestra. Nel caso in cui il tempo accumulato di interruzione per il trattamento superi i 4 minuti per l'intera durata dell'incontro, il presidente di tappeto ordina la fine dell'incontro. In tal caso, l'atleta in questione perde l'incontro e l'avversario vince l'incontro per infortunio. Se l'incontro continua fino alla fine, il cronometro verrà azzerato per il round successivo.
- g) Dopo il trattamento medico, l'incontro riprende con le posizioni di ripartenza predefinite.
- h) Se un incontro viene interrotto a causa di qualsiasi incidente che non dipende dagli atleti, l'arbitro può interrompere l'incontro e il tempo rimanente dell'incontro sarà disputato non appena l'interruzione termina. Se una sessione non può essere conclusa nel programma previsto, può essere posticipata al giorno successivo. Se è l'ultimo giorno di gara e per motivi straordinari, la fine della competizione può essere posticipata a data successiva e aver luogo in altra sede.

### **Posizione neutra in piedi**

La posizione neutra in piedi è ordinata all'inizio dell'incontro e dopo ogni interruzione. Entrambi gli atleti stanno uno di fronte all'altro, i pugni rivolti verso il basso, e aspettano che gli Hellanodekes ordinino "ETIMI" o "PRONTI" per prendere posizione di combattimento. Possono iniziare a combattere solo dopo che viene dato da parte dell'arbitro il comando "ARXASTHE" o "AZIONE" (oppure dopo il fischio).

### **Articolo 5.6 – Fine dell'incontro**

L'incontro termina quando viene data una squalifica per infortunio di uno degli avversari, oppure al termine dei tempi regolamentari.

Se l'arbitro non ha sentito il gong, il presidente di tappeto deve intervenire e fermare l'incontro lanciando un oggetto morbido sul tappeto, in modo da attirare l'attenzione dell'arbitro. Qualsiasi azione iniziata nel momento in cui il gong suona non è convalidata e nessuna azione eseguita tra i suoni del gong e il fischio dell'arbitro è valida.

Quando l'incontro è terminato, l'arbitro si trova al centro del tappeto di fronte al tavolo del presidente di tappeto. Gli atleti si stringono la mano, stanno ai lati dell'arbitro e aspettano la decisione. È fatto divieto loro di togliere qualsiasi parte della divisa prima di lasciare la Palaestra. Subito dopo l'annuncio della decisione, gli atleti stringono la mano all'arbitro.

Ogni atleta deve poi stringere la mano all'allenatore del proprio avversario. In caso di non osservanza delle disposizioni di cui sopra, l'atleta inadempiente sarà sanzionato secondo il Regolamento Disciplinare.

### **Articolo 5.7 – Tipi di vittorie**

Un incontro può essere vinto:

- per sottomissione (*leva o strangolamento*);
- per infortunio;



- da 3 (*tre*) ammonizioni dati all'avversario durante un incontro;
- per superiorità tecnica;
- a seguito di forfait;
- per squalifica;
- per punti;

L'arbitro centrale ha piena autorità per fermare l'incontro se ritiene che un pankratiast sia in imminente pericolo di lesioni gravi o non possa più resistere a un colpo, un calcio, una leva o uno strangolamento, anche se l'atleta non ha battuto con la mano, piede o l'abbia fatto verbalmente (*apagorefsis*). La sicurezza degli atleti prevarrà in ogni momento.

Quando un pankratiast abbandona il combattimento, verbalmente o battendo (*apagorefsis*) sulla Palaestra o sul corpo dell'avversario con una mano o un piede, l'avversario viene automaticamente dichiarato vincitore, indipendentemente dal numero di punti accumulati o dal tempo del combattimento.

Se, al termine dei tempi regolamentari, non si è verificata nessuna delle situazioni sopra descritte, vincerà l'incontro il pankratiast che avrà ottenuto il maggior numero di punti.

Nota per gli eventi sportivi organizzati dalla UWW: se un pankratiast di età inferiore ai 18 anni (*UI7*, *UI5*) perde conoscenza durante un combattimento a seguito di uno strangolamento, sarà sospeso dal resto della competizione come precauzione di sicurezza.

In caso di parità di punti, il vincitore sarà determinato secondo i seguenti criteri:

- 1) Ha eseguito la tecnica con maggiore punteggio;
- 2) Ha avuto la penalità minore;
- 3) Ha dominato il combattimento con maggiori attacchi.

### **Articolo 5.8 – L'allenatore**

L'allenatore può rimanere ai piedi della materassina o ad almeno due metri dal bordo del tappeto durante l'incontro. Se il medico di gara lo consente, è autorizzato ad assistere il trattamento dell'infortunio del proprio atleta. Salvo questa situazione e durante la pausa, è severamente vietato all'allenatore calpestare la Palaestra. In tal caso può essere sanzionato dall'arbitro.

All'allenatore è severamente vietato influenzare le decisioni o insultare l'organo arbitrale. Può parlare solo con l'atleta.

Se queste direttive non vengono rispettate, l'arbitro è obbligato a chiedere al presidente di tappeto di presentare all'allenatore un cartellino "**GIALLO**" (*attenzione*); se persiste, il presidente di tappeto gli consegnerà un cartellino "**ROSSO**" (*eliminazione*). Il presidente di tappeto può anche presentare il cartellino "**GIALLO**" o "**ROSSO**" di propria iniziativa.

Non appena il cartellino rosso viene assegnato, il presidente di tappeto riferisce al direttore di gara e l'allenatore sarà eliminato dalla competizione e non potrà più continuare le sue funzioni. Questi fatti devono anche essere riportati sul referto dell'incontro in questione. Tuttavia, la squadra coinvolta ha il diritto di ottenere il supporto di un altro allenatore. La Federazione Nazionale/Società Sportiva dell'allenatore eliminato sarà sanzionata secondo le disposizioni del Regolamento Disciplinare e Finanziario.

Inoltre, se un allenatore riceve due cartellini “**GIALLI**” durante una competizione (*non necessariamente durante lo stesso incontro*), sarà anche lui eliminato dalla competizione e non potrà più continuare le sue funzioni e sarà estromesso dall’intera competizione.

### **Articolo 5.9 – Graduatoria a squadre durante le competizioni individuali**

La classifica a squadre è determinata dai primi 10 atleti classificati alla competizione. Durante una competizione internazionale in cui un paese può iscrivere più di un atleta per categoria di peso, i punti squadra vengono assegnati solo all'atleta di un paese con il punteggio più alto nella categoria. L’assegnazione dei punti della classifica a squadre rimarrà la stessa.

## **CAPITOLO 6 – PUNTI DELLE TECNICHE E LORO VALORE**

### **Articolo 6.1 – Intensità del contatto e zone da colpire**

A. Agon Eléftheron: uso di tecniche da SEMI-CONTACT portate con le gambe o con le braccia, nonché proiezioni, leve e strangolamenti (definite submission).

Per le fasce di età 6-7, 8-9, 10 - 11 e 12-13 anni le tecniche di percossa devono essere portate con controllo (senza impatto), le leve e gli strangolamenti sono vietati, ma vengono valutati i bloccaggi a terra.

### **Agli atleti non è permesso colpire:**

1. Dietro la testa;
2. Collo;
3. Gola;
4. Faccia;
5. Lungo la spina dorsale;
6. Reni;
7. Ginocchia e al disotto delle stesse;
8. Articolazioni;
9. Inguine.

### **Articolo 6.2 - Criteri di assegnazione dei punti**

I punti verranno assegnati solo se tutti i seguenti criteri sono soddisfatti.

- Le caratteristiche che rendono valida una tecnica di percossa sono:
  - Potenza nell’esecuzione;
  - Tempismo;
  - Distanza corretta;
  - Concentrazione prima e dopo l’applicazione della tecnica;
  - Completa escursione dell’arto nelle tecniche di percossa in piedi e a terra.
- Le caratteristiche che rendono valida una tecnica di proiezione sono:
  - Squilibrio (*rompere o deformare la posizione naturale*).
  - Preparazione alla tecnica (*entrata nella posizione dell’avversario*).
  - Proiezione (*atto conclusivo del proiettare l’avversario dopo lo squilibrio e l’entrata*).

## **Articolo 6.3 – Punteggio**

### **A. Agon Eléftheron**

#### Tecniche da 1 punto:

- Pugni al corpo o alla testa (*in piedi o a terra*). Alla testa devono essere eseguiti con controllo e consentito al massimo un leggero contatto epidermico (*skin touch*);
- Calci esterni alla coscia (*in piedi*);
- Atterramento (*takedown - il piede dell'avversario tocca la Palaestra*).

#### Tecniche da 2 punti:

- Calci al corpo (*in piedi*);
- Ginocchiate al corpo (*in piedi*);
- Proiezioni (*in piedi*) dall'altezza del bacino (*tecniche di braccia, di anca, di gamba e di sacrificio*), proiezioni da terra con busto eretto, (*con rotazione dell'avversario sulla spalla o sopra la testa*);

#### Tecniche da 3 punti:

- Calci alla testa (*in piedi*) eseguiti con controllo. Alla testa è consentito al massimo un leggero contatto epidermico (*skin touch*);
- Proiezioni dalla posizione in piedi con l'atleta che passa da sopra la testa.

### **Precisazione:**

- La pressione sui nervi o muscoli non è consentita ma è tollerata nei passaggi di disimpegno nella lotta a terra.
- Le tecniche di percossa allo stinco sono vietate e ma possono essere effettuate solo spazzate o proiezioni.
- Le tecniche di percossa eseguite durante una proiezione non danno punti.
- Le tecniche di percossa simultanee non danno punti.
- Una proiezione/takedown (*atterramento*) è degna di valutazione quando l'atleta viene proiettato sul dorso o sul fianco, toccando la Palaestra con l'intero corpo. In mancanza dell'impatto necessario tra atleta e la Palaestra (materassina), sono da considerarsi rotolamenti (*in piedi o a terra*) e non sono meritevoli di punteggio.
- Le tecniche di percossa eseguite mentre è in corso una presa a due mani non danno punti (*esempio calcio*).
- Le tecniche di percossa eseguite mentre è in corso una presa della gamba/del piede dopo un calcio valido non danno punti (*eseguita dallo stesso atleta che gli è stato afferrato l'arto*).
- Qualsiasi tecnica iniziata al gong sarà considerata valida e verranno assegnati i punti corrispondenti.
- Qualsiasi attacco iniziato dopo che il gong ha suonato comporterà una penalità per l'attaccante (+ *1 punto all'avversario*).
- Nel caso in cui il combattimento a terra raggiunga un punto di stallo, l'hellanodekes ha piena autorità per interrompere l'incontro e riportare gli atleti nella posizione iniziale.

### **Ulteriori precisazioni:**

- Le immobilizzazioni vengono valutate solo per la categoria U13 (12 – 13 anni) delle competizioni di **Agon Eléftheron** e per le competizioni di **Kato-Pancrazio**. Le immobilizzazioni durano al massimo (20) venti secondi. I bloccaggi sotto i 10 secondi non producono punteggio. Il tempo di immobilizzazione è cronometrato dal Giudice di giuria. Il conteggio parte con l'annuncio vocale e gestuale dell'arbitro centrale bianco - blu "SYNGRATISIS" o "IMMOBILIZZAZIONE", la fine dell'immobilizzazione è segnalata dall'arbitro centrale che dice "LIKISIS" o "LIBERO" con l'opportuna gestualità oppure con un fischio. Dopo dieci (10) secondi di bloccaggio, il giudice da tavolo emette un fischio, l'arbitro centrale assegna un punto, ai (20) venti secondi di bloccaggio il giudice da tavolo dopo due fischi, L'arbitro centrale assegna il secondo punto. Il giudice centrale interromperà il bloccaggio invitando gli atleti a rialzarsi e ricominciare il combattimento. I bloccaggi effettuati in contemporanea non danno inizio al conteggio dei secondi. Se durante l'immobilizzazione, l'atleta si stacca dall'avversario, l'arbitro centrale dà il comando di "LIKISIS" o "LIBERO" oppure emetterà un fischio e verrà assegnato l'eventuale punteggio. Se successivamente l'atleta si riporta in bloccaggio, l'arbitro centrale indicherà nuovamente l'inizio del bloccaggio e ripartirà il conteggio dell'immobilizzazione.

### **Articolo 6.4 – Atterramento (knockdown)**

Quando un pankratiast viene atterrato o reso temporaneamente incapace di competere a causa dell'esecuzione di un pugno, calcio o proiezione valida (corretto/a e controllato/a) dell'avversario, gli hellanodikis centrali devono immediatamente fermare l'incontro annunciando "**PAFSASTHE o STOP**" e ordinare all'altro atleta di raggiungere suo angolo e attendere ulteriori istruzioni.

L'hellanodikis centrale controllerà quindi le condizioni del pankratiast atterrato e determinerà attentamente se è necessaria o meno l'assistenza medica. Se non è richiesta assistenza medica, l'hellanodikis centrale procederà con il conto alla rovescia di 10 secondi affinché il pankratiast atterrato riprenda i sensi e riprenda a combattere.

Se il pankratiast atterrato non è in condizione di riprendere a combattere dopo il conteggio dei 10 secondi, o se il medico lo dichiara non idoneo dal punto di vista medico a continuare, l'hellanodekes centrale dovrà quindi terminare l'incontro e dichiarare l'avversario vincitore per infortunio.

### **Articolo 6.5 – Infortunio e tempo**

L'arbitro centrale deve fermare l'incontro e far partire il tempo se un pankratiast è temporaneamente ferito a causa di un colpo accidentale o volontario (ad esempio, colpo nell'occhio, testata, ecc.). Quando viene fatto iniziare il tempo di recupero, l'arbitro addetto al cronometro deve fare in modo che il recupero totale per atleta non superi i 4 minuti di tempo per tutto l'incontro, altrimenti l'atleta infortunato non potrà continuare l'incontro.

Il medico deve immediatamente intervenire in caso di atleti infortunati o con emorragia di sangue. Al tavolo di giuria devono essere prontamente disponibili gli strumenti di pulizia adeguata. Il medico ha il dovere di determinare se l'emorragia o la perdita di sangue è stata fermata e se l'atleta può riprendere il combattimento oppure no.

L'incontro riprenderà solo dopo che tutti i materiali utilizzati per la pulizia del sangue saranno stati smaltiti correttamente. In caso di indumento insanguinato o strappato che deve essere sostituito, tutti gli atleti devono avere una divisa di riserva a disposizione dei propri allenatori.

Se un atleta tenta di evitare un'azione o una sottomissione da leva o strangolamento simulando una ferita, l'arbitro può squalificarlo (previa consultazione degli arbitri da tavolo ~~periferici~~). Allo stesso modo, se si verifica un infortunio a causa di una tecnica illegale, l'arbitro centrale deve squalificare (previa consultazione degli arbitri periferici) l'atleta che ha commesso l'azione illegale.

Nel caso in cui i due atleti si infortunano nello stesso momento e non possono continuare l'incontro, la vittoria viene assegnata a chi ha il punteggio più alto. Se il punteggio è di parità, il corpo arbitrale si consulta e vota per determinare il vincitore.

## **CAPITOLO 7 – PUNTI DI CLASSIFICA ASSEGNATI DOPO UN INCONTRO**

### **Articolo 7.1 – Punti di Classifica**

I punti di classifica che gli atleti riceveranno per i loro incontri saranno utilizzati per determinare la loro classifica finale.

1) Vittoria per Sottomissione (5 punti al vincitore – 0 punti al perdente) – VBS

Una vittoria per sottomissione è dichiarata quando un pankratiast ammette la sua sconfitta verbalmente o fisicamente (*battendo sul tappeto o sull'avversario con una mano o un piede*). Una vittoria per sottomissione può anche essere dichiarata dall'arbitro centrale se, dopo aver osservato un tentativo di sottomissione, ritiene che il pankratiast che sta subendo la sottomissione è in grave pericolo.

2) Vittoria per Squalifica (5 punti al vincitore – 0 punti al perdente) – DSQ

Una vittoria per squalifica viene dichiarata quando un pankratiast viene allontanato dalla competizione o in caso di comportamento scorretto (*brutalità*).

3) Doppia Squalifica (0 punti per il pankratiast bianco e 0 punti per il pankratiast blu) - 2DSQ

- Nel caso in cui entrambi gli atleti siano stati squalificati per infrazione al regolamento (2DSQ 0:0);
- Nel caso in cui entrambi gli atleti si siano infortunati (2VIN 0:0);
- Nel caso in cui entrambi gli atleti siano stati eliminati per forfait (2VFO 0:0).

4) Vittoria per Forfeit (5 punti al vincitore – 0 punti al perdente) – VFO

Una vittoria per forfait è dichiarata quando un pankratiast non si presenta sul tappeto per l'incontro o non rispetta le attuali regole per quanto riguarda l'uniforme da competizione e l'equipaggiamento di protezione.

5) Vittoria per Superiorità Tecnica (4 punti al vincitore – 0 punti al perdente) – VSU

Una vittoria per superiorità tecnica si verifica quando un pankratiast è in vantaggio di 12 punti sul suo avversario.

6) Vittoria per Superiorità Tecnica (4 punti al vincitore – 1 punto al perdente) - VSU1

Una vittoria per superiorità tecnica si verifica quando un pankratiast è in vantaggio di 12 punti sul suo avversario e il perdente aveva alcuni punti prima che si verificasse la differenza di 12 punti.

7) Vittoria per punti (3 punti al vincitore – 0 punti al perdente) – VPO

Una vittoria per punti si verifica quando il margine di vittoria alla fine dei tempi regolamentari è inferiore a 12 punti e il perdente è senza punti.

**8) Vittoria per punti (3 punti al vincitore – 1 punto al perdente) - VPO1**

Una vittoria per punti si verifica quando il margine di vittoria alla fine dei tempi regolamentari è inferiore a 12 punti e il perdente con uno o più punti.

**9) Vittoria per infortunio (5 al vincitore - 0 punti al perdente) – VIN**

Se un pankratiast è ferito prima o durante un incontro e l'infortunio è certificato dal medico.

**10) Vittoria per 3 ammonizioni (5 al vincitore - 0 punti al perdente) - VCA**

Se un pankratiast riceve tre ammonizioni durante un incontro.

**Nota:**

Il certificato medico agonistico viene conservato negli archivi della ASD di competenza e per gli atleti iscritti al campionato se ne fa carico il presidente della stessa ASD.

## **CAPITOLO 8 – PASSIVITÀ**

### **Articolo 8.1 – Passività**

È dovere degli atleti essere costantemente attivi nel corso del combattimento per imporsi nei confronti dell'avversario, cercando di rimanere all'interno della Palaestra.

Quando l'arbitro centrale ritiene che gli atleti siano in una posizione di passività o di stallo, sia in piedi che a terra, deve cercare di stimolarli con comandi verbali (Blu / Bianco ACTION - AZIONE) senza interrompere l'incontro e devono procedere con il conteggio sino a 5 secondi.

Se un atleta continua a rimanere passivo dopo che sono stati impartiti i comandi verbali, gli Hellanodekes centrali interromperanno la gara e ripartiranno dalla posizione in piedi.

La prima ammonizione per passività è verbale e non ha conseguenze, le successive ammonizioni assegnano 1 punto all'avversario fino alla terza ammonizione che comporta la squalifica dell'atleta passivo:

- Richiamo verbale (RICHIAMO)
- 1° richiamo (penalità) = 1 punto
- 2° richiamo (penalità) = 1 punto
- 3° richiamo (penalità) = squalifica

**La Passività comprende anche:**

- Ritardare l'azione parlando con l'allenatore all'angolo.
- Lasciare il tappeto senza permesso.
- Impiegare troppo tempo per tornare al centro del tappeto per ricominciare il combattimento.
- Abusare della pausa (time out).
- Sottrarsi/fuggire dal combattimento in piedi o a terra.
- Dare le spalle all'avversario al fine di evitare di essere colpito.
- Falsa partenza (esempio: iniziare il combattimento prima del comando dell'arbitro centrale).

## **CAPITOLO 9 – DIVIETI E ATTI ILLECITI**

### **Articolo 9.1 – Azioni illegali e sospensioni**

Tutte le infrazioni sono di competenza dell'arbitro centrale. Se un atleta assume un comportamento antisportivo, l'arbitro centrale deve sanzionare o squalificare l'atleta dall'incontro o dalla competizione previa consultazione con gli arbitri periferici. Se un'atleta si è infortunato a causa di un'azione illegale e non può continuare il combattimento, l'atleta che ha causato il danno deve essere squalificato con la conseguente vittoria dell'avversario.

Ogni infrazione fa guadagnare 1 punto all'avversario fino alla terza infrazione che porta alla squalifica con la conseguente vittoria dell'avversario:

- 1° richiamo (penalità) = 1 punto
- 2° richiamo (penalità) = 1 punto
- 3° richiamo (penalità) = squalifica

**Nota: Qualsiasi azione illegale o uscire dall'area di gara compiuta per evitare all'avversario di completare una sottomissione da leva o strangolamento avrà come risultato l'immediata squalifica.**

### **Le azioni illegali comprendono:**

- Pressioni o spinte di qualsiasi tipo, effettuate al corpo dell'avversario che possano procurare danni seri e durevoli;
- Colpire con tecniche di percussione dietro la nuca o alla testa, il collo, la gola, la colonna vertebrale, i reni, le articolazioni, l'inguine, le ginocchia e al di sotto delle stesse;
- Pugni alla testa (*per il Agon Eléftheron è consentito solo sulle parti laterali della testa un lieve contatto epidermico*);
- Pugni a martello;
- Calci incontrollati alla testa (*per il Agon Eléftheron è consentito solo sulle parti laterali della testa un lieve contatto epidermico*);
- Ginocchiate alla testa;
- Calci o ginocchiate a terra;
- Calci discendenti su un avversario a terra;
- Tirare calci ad ascia;
- Gomitate alla testa;
- Gomitate dall'alto;
- Fuggire dal combattimento;
- Testate;
- Rottura intenzionale di ossa o delle articolazioni (*cioè non dare il tempo all'avversario per la resa*);
- Mordere in testa, croce alla faccia (*pressione con le braccia sulla faccia*);
- Spingere o tirare la testa dell'avversario verso dietro in piedi e a terra;
- Mordere;
- Graffiare;
- Infilare le dita in parti sensibili del corpo (*occhi, orecchie, naso*);
- Tirare i capelli, naso, orecchie, o colpire l'inguine;
- Lanciare cadere l'avversario in maniera incontrollata (*esempio: proiettare l'avversario sulla testa o sul collo oppure lasciarlo cadere sul proprio ginocchio dopo averlo tenuto in alto*);
- Sbattere l'avversario a terra per difendersi da un tentativo da leva o strangolamento o se il corpo dell'avversario si trova agganciato al disopra della vita;
- Sbattere l'avversario senza controllo dalla posizione in piedi;

- Sputare;
- Utilizzo delle dita sulla gola/trachea per effettuare tecniche di soffocamento;
- Torsioni alla testa o al collo;
- Combinazione di chiavi articolari e lanci articolari;
- Chiavi articolari alla testa, collo e gambe;
- Crocifisso (*infilare le braccia sotto le ascelle e premere sul collo*);
- Full Nelson (*premere sulle cervicali nello strangolamento*);
- Non sono consentite prese alla pelle;
- Tecniche di percossa senza controllo, che sono vicine alla testa dell'avversario anche se non valutabili;
- Effettuare leve alla spina dorsale, pressioni agli zigomi, ai genitali, storcere le dita dei piedi o delle mani;
- Provocare ferite, durante l'esecuzione di proiezioni, leve, strangolamenti, immobilizzazioni o percosse;
- Lasciare cadere l'avversario o lasciarsi cadere per bloccaggi o ribaltamenti, solo con la presa del collo dell'avversario;
- Trattenere la l'uniforme tra i denti, sbattere la testa sulla Palaestra;
- Premere con le nocche contro il collo dell'avversario durante le prese o i bloccaggi;
- Mettere le mani in faccia, durante la lotta a terra per trovare la soluzione dell'uscita;
- Agli atleti della categoria Esordienti (12-13 anni) è vietato effettuare leve o strangolamenti in piedi e a terra, tecniche di percossa al viso e al copro di braccia e alle gambe;
- Effettuare tecniche di proiezione, spazzate o trascinamenti a terra durante l'incontro di Pix-Lax;
- Portare tecniche di pugno e di calcio ivi comprese le ginocchiate durante l'incontro di Kato-Pancrazio;
- Combattere con entrambe le ginocchia alzate durante l'incontro di Kato-Pancrazio;
- Cospargersi la pelle con qualsiasi tipo di sostanza, usare bende o qualsiasi tipo di materiale protettivo senza l'autorizzazione del medico e il consenso dell'arbitro;
- Combattere senza una adeguata guardia mettendo a repentaglio la propria incolumità;
- Litigare/insultare qualsiasi persona presente nella sede di gara;
- Sbattere l'avversario da dietro dalla posizione eretta;
- Simulare un infortunio;

#### U13 (12-13 anni)

- Leve e Strangolamenti (solo per l'Agon Eléftheron).
- Ghigliottina
- Spingere con forza sul diaframma
- Eventuali leve articolari del piede
- Strangolamento con le gambe alla testa
- Calci in testa
- Eventuali colpi a terra

#### U15 (14-15 anni) + U17 (16-17 anni)

- Ghigliottina senza trattenere il braccio dell'avversario
- Eventuali colpi a terra



## **Articolo 9.2 – Procedure di espulsione**

La UWW/FIPA/LIBERTAS fa riferimento al Codice Etico del CIO che condanna fortemente, nel luogo di gara, ogni forma di brutalità, di violenza o molestie. Se un atleta, allenatore, o spettatore offende con parole, gesti o azioni, l'arbitro centrale ha la responsabilità di valutare se tale comportamento viola il codice di condotta. Alla prima violazione l'arbitro centrale emette il primo avvertimento segnalando al Presidente di giuria la persona che ha commesso la violazione come avvertimento prima dell'espulsione.

Il primo avvertimento con cartellino “**GIALLO**” comporta la sottrazione di 1 punto di classifica alla Federazione Nazionale/Società di appartenenza. Se la violazione continua, il responsabile della violazione sarà espulso dalla competizione con cartellino “**ROSSO**”.

L'espulsione comporta la detrazione di 2 punti di classifica alla squadra/società di appartenenza. Se l'arbitro centrale ritiene che il comportamento vada ben oltre la normale violazione del primo avvertimento, può espellere direttamente il responsabile dal campionato.

### **Esempi di violazioni di condotta:**

- Essere aggressivi verso gli arbitri;
- Imprecare durante il combattimento;
- Minacciare gli arbitri;
- Entrare in contatto fisico con gli arbitri;
- Lanciare oggetti non autorizzati;
- Gesti e grida sconsiderati da parte dell'allenatore e/o quando questi si alza dalla propria sedia durante il combattimento;
- Comportamenti indecenti e/o atti che danneggiano il prestigio e l'onore del Pancrazio/Pankration da parte di una squadra, atleta, rappresentante, accompagnatori, o pubblico appartenente alla Società Sportiva;
- Polemizzare e interrompere l'incontro;
- Rifiutarsi di rimanere sul tappeto per l'assegnazione della vittoria;

## **CAPITOLO 10 – MEDICO**

### **Articolo 10.1 – Servizio medico**

L'organizzatore della competizione in questione è obbligato a fornire un servizio medico responsabile dello svolgimento delle visite mediche prima del peso e del controllo medico durante gli incontri. Il servizio medico, che è tenuto ad operare per tutta la durata della competizione, è sotto l'autorità del medico competente. I requisiti medici sono descritti in regole ad hoc.

Prima del peso dei concorrenti, i medici esamineranno gli atleti e valuteranno il loro stato di salute. Se un concorrente è considerato in cattive condizioni di salute o in una condizione pericolosa per sé stesso o per il suo avversario, sarà escluso dalla partecipazione alla competizione.

Durante tutte le gare, ed in ogni momento, il servizio medico deve essere pronto ad intervenire in caso di incidente ed a decidere se un atleta è idoneo a proseguire la gara. I medici delle squadre partecipanti (*competizioni internazionali*) sono pienamente autorizzati a curare i loro atleti infortunati, ma solo l'allenatore o un dirigente della squadra può essere presente mentre il trattamento viene somministrato dal medico. In nessun caso la UWW per i campionati Internazionali può essere ritenuta responsabile per un infortunio, invalidità o morte di un atleta.

## **Articolo 10.2 – Interventi di servizio medico**

- a) Il medico responsabile ha il diritto e il dovere di interrompere un incontro in qualsiasi momento tramite il presidente di tappeto, ogni qualvolta ritenga che uno dei concorrenti sia in pericolo. Inizialmente il trattamento delle lesioni deve essere effettuato solo dal medico. Nel caso abbia bisogno di supporto (*in campo internazionale*), può far venire il medico della squadra degli atleti o l'allenatore dell'atleta.
- b) Può anche interrompere immediatamente un incontro dichiarando uno degli atleti non idoneo a continuare. L'atleta non deve mai abbandonare il tappeto, salvo in caso di grave infortunio che ne richieda l'immediata rimozione. In caso di infortunio di un atleta, l'arbitro deve chiedere immediatamente l'intervento del medico; nel caso in cui nessun infortunio venga segnalato dal medico di gara, l'arbitro deve richiedere una sanzione al presidente di tappeto.
- c) Se un atleta ha un infortunio visibile, il medico avrà il tempo necessario per curare l'infortunio e deciderà se l'atleta può continuare la gara o meno.
- d) Verranno assegnati un massimo di 4 (*quattro*) minuti per ciascun atleta per l'intera durata dell'incontro per un infortunio con fuoriuscita di sangue.
- e) Se un atleta è infortunato e non può continuare l'incontro, perderà l'incontro per infortunio. L'atleta interessato sarà classificato in base ai punti che ha guadagnato fino all'infortunio. Se l'atleta infortunato è pronto a competere per il suo prossimo incontro, deve ricevere l'approvazione del medico di gara.

## **Articolo 10.3 - Perdita di peso**

Per quanto riguarda la perdita di peso è vietata la pratica della disidratazione, della eccessiva restrizione calorica, dell'auto-induzione al vomito, l'uso dei diuretici, delle sostanze che provocano il vomito e dei lassativi. I pankratiasts che hanno meno di 18 anni di età non possono indossare indumenti impermeabili per sudare nei locali della competizione.

## **Articolo 10.4 - Sospensione medica**

Le Federazioni Nazionali provvedono affinché ogni sospensione medica sia debitamente riportata sul libretto di licenza dell'atleta e inviata all'ufficio UWW per l'iscrizione nella banca dati internazionale degli atleti.

I medici assegnati alle competizioni internazionali di Pancrazio hanno l'obbligo di presentare alla FIPA/LIBERTAS un rapporto completo di infortuni e casi ad eliminazione diretta, nonché le loro raccomandazioni e/o decisioni sulle sospensioni degli atleti.

## **Articolo 10.5 – Antidoping**

Gli atleti portatori del virus HIV/HBV o di altre patologie infettive non possono partecipare alle competizioni di pancrazio.

Tutti gli atleti che partecipano ad eventi della FIPA/LIBERTAS - Pancrazio si impegnano a rispettare i regolamenti Anti-Doping della UWW e del Codice Mondiale Anti-Doping.

## **CAPITOLO 11 – PYX-LAX E KATO-PANCRAZIO**

### **Articolo 11.1 – Pyx-Lax**

#### **Partecipazione**

Alle gare di Pyx-Lax, (*calci e pugni*), possono partecipare ragazzi e ragazze da 6 anni in poi.

#### **Programma**

Il tempo di combattimento per il Pyx-Lax è uguale a quanto riportato nell'art.5,1. Gli atleti possono usare tecniche di braccia e di gambe (*pugni, calci e ginocchiate*), ma non si possono effettuare tecniche di proiezione, spazzate o trascinamenti a terra. La presa all'avversario deve essere limitata al tempo di esecuzione della tecnica.

Per la fascia di età dei Preagonisti è consentita la partecipazione solo a coppia della stessa Palaestra senza contatto.

#### **Valutazione**

Per la valutazione dell'incontro di Pix-Lax si usano le regole delle gare di Agon Eléftheron per la fase in piedi ivi comprese penalità, tecniche illegali, ecc., facendo comunque riferimento a quanto previsto dal presente regolamento.

### **Articolo 11.3 – Kato-Pancrazio**

#### **Partecipazione**

Alle gare di Kato-Pancrazio, ossia il combattimento a terra possono partecipare: i Preagonisti (6-11 anni), U13 (12-13 anni), U15 (14-15), U17 (16-17), U20 (18-19) e U35 (20-35).

#### **Programma**

Il tempo di combattimento per il Kato-Pancrazio deve avere una durata massima di 1,5 minuti per i preagonisti; di 2 minuti per U13 e U15; di 3 minuti per gli U35. Come previsto dal presente regolamento gli atleti appartenenti alla categoria U13, nel combattimento del Kato-Pancrazio si possono effettuare solo le immobilizzazioni senza leve e strangolamenti. Le tecniche di pugno sono consentite purché vengano effettuate con pieno controllo (senza contatto). Per gli atleti appartenenti a tutte le altre categorie non vengono valutati i bloccaggi ma possono fare leve e strangolamenti. Le tecniche di pugno sono consentite purché vengano effettuate con pieno controllo (senza contatto).

Gli atleti combattono con le ginocchia a terra ed è consentito loro alzare un solo ginocchio per volta per effettuare delle tecniche, entrambe le ginocchia si possono alzare solo per effettuare dei passaggi di tecnica purché il bacino rimanga alla stessa altezza di quando era in ginocchio.

Se il combattente accenna a combattere con entrambe le ginocchia alzate l'arbitro centrale interrompe l'incontro e comminerà la sanzione di tecnica illegale di cui al presente regolamento.

#### **Valutazione**

Per la valutazione dell'incontro di Kato-Pancrazio si usano le stesse regole delle gare dell'Agon Eléftheron per la fase a terra ivi comprese penalità, tecniche illegali, ecc.,

## **CAPITOLO 12 – POLYDAMAS E PALAESMATA**

### **Articolo 12.1 – POLYDAMAS**

Il Polydamas è una dimostrazione a squadra in memoria di Polidamante campione olimpico della città

di Scotussa in Tessaglia, il quale senza armi annientò tre degli invincibili della guardia di sicurezza del Re Persiano Darius Ochos II. Questo avvenimento si è verificato alla fine del 5° secolo a.C., nel recinto di corte del palazzo a Sousa.

### **Partecipazione**

Qualsiasi atleta dagli U17 in poi può partecipare al Polydamas. Le squadre sono composte da tre attaccanti e un difensore e possono essere maschili o femminili (*dipende dall'atleta centrale*).

### **Programma**

Il tempo di esecuzione del Polydamas deve avere una durata compresa tra 1 e 2 minuti. Gli atleti possono eseguire tecniche di difesa a loro scelta, ma le tecniche di attacco devono essere veritiere e tra quelle codificate.

### **Nel programma sono inclusi i seguenti tipi di attacchi:**

- Attacco alla testa, dall'alto in basso.
- Attacco frontale, (di punta).
- Attacco medio dalla parte destra.
- Attacco medio dalla parte sinistra.

### **Le uniche armi (oggetti in legno), ammesse e usate dagli assalitori sono:**

- Coltello (che rappresenta il pugnale) lungo circa 20 cm (può essere anche in materiale plastico).
- Bastone (che rappresenta la spada) diametro 2 cm e lungo circa 50-60 cm.
- Bastone lungo in legno (che rappresenta la lancia) diametro 2 cm e lungo 1,85 m.

### **Valutazione**

Il corpo arbitrale è fuori dall'area di gara ed è composto dal giudice centrale che sta seduto al centro, con le spalle rivolte verso il tavolo della giuria, i (3) tre giudici periferici invece sono disposti ai lati della Palaestra. La prestazione di ogni squadra viene valutata in base ai seguenti criteri:

- Prontezza di chi attacca con applicazione dinamica delle combinazioni.
- Tempo corretto di difesa e di attacco in movimento.
- Distanza appropriata nell'attacco e contrattacco.
- Continua tensione, attenzione, atteggiamento dinamico e posizione da combattimento, concentrazione prima e dopo l'applicazione delle combinazioni.
- Sottomissione da leva o strangolamento oppure neutralizzazione di ogni attaccante nella combinazione finale.
- Neutralizzazione Spettacolarità e varietà delle tecniche applicate.
- Possono essere eseguite delle tecniche di difesa o contrattacco che nel combattimento libero di Pancrazio sono vietate.

### **Articolo 12.2 – PALAESMATA**

L'evento del Palaesmata, evidenzia il lato storico del Pancrazio che riflette la gara tra Atlante e Platone, e l'addestramento che veniva effettuato a Creta, Sparta, Argo e nel resto delle antiche città Elleniche. Le gare di Palaesmata mostrano la qualità e la conoscenza del livello tecnico dell'atleta, rappresenta l'addestramento al quale è stato sottoposto durante gli allenamenti.

## **Partecipazione**

Qualsiasi atleta sopra i 6 anni può partecipare alle gare di Palaesmata. Le squadre sono composte da due atleti i quali possono essere miste o dello stesso sesso.

## **Programma**

Il tempo di esecuzione del Palaesmata deve avere una durata compresa tra 1 e 2 minuti. Gli atleti possono presentare tecniche di loro scelta, ma ogni rappresentazione deve includere una combinazione di tecniche di Pancrazio in piedi e a terra.

Il programma di attacco deve evidenziare il ritratto intero degli atleti che gareggiano applicando alternativamente, le tecniche di **difesa**, la volontà che stanno concedendo alle tecniche e quali sono le possibilità di applicazione in un combattimento agonistico di Pancrazio. In tali circostanze i meccanismi di difesa funzionano in modo tale che l'atleta può raggiungere un livello tale da identificarsi come "*Pammachos*" (*ultimo combattente*). La combinazione finale del Palaesmata verrà sempre eseguita o con una tecnica di sottomissione da leva o strangolamento oppure con la neutralizzazione. In nessun caso possono essere causate lesioni, visibili oppure no. La gara di Palaesmata deve mostrare in modo chiaro e definito il ritratto del Pancrazio. Pertanto, gesti teatrali che non hanno alcun significato non sono valutati, non si vuole sacrificare il vero contenuto e la qualità del Pancrazio, per l'unico profitto dello spettacolo.

## **Valutazione**

Il corpo arbitrale è composto dal giudice centrale che sta seduto al centro fuori dell'area di gara, con le spalle rivolte verso il tavolo della giuria, i (3) tre giudici periferici invece sono disposti ai lati della Palaestra. La prestazione di ogni squadra viene valutata in base ai seguenti criteri:

- Veracità, applicazione dinamica, complessità e vari abilità delle tecniche;
- Tempo corretto di difesa e di attacco, in movimento.
- Grinta e distanza appropriata dell'attacco e del contrattacco;
- Diversità delle tecniche di difesa;
- Continua tensione, attenzione, atteggiamento dinamico e posizione da combattimento, concentrazione prima e dopo l'applicazione delle combinazioni.
- Sottomissione da leva o strangolamento oppure neutralizzazione di ogni attaccante nella combinazione finale.
- Possono essere eseguite delle tecniche di difesa o contrattacco che nel combattimento libero di Pancrazio sono vietate.

## **Articolo 12.3 – Punteggio per Polydamas e Palaesmata**

Negli eventi di Polydamas e Palaesmata i punteggi vengono assegnati mediante le schede dei punti, che ai due fischi dell'arbitro centrale, uno breve di preparazione e uno lungo, tutti gli arbitri (*centrale e laterali*) sollevano contemporaneamente rivolgendole verso il tavolo della Giuria. Il punteggio una volta annunciato viene rivolto verso gli spettatori. Dopo la lettura e la registrazione dei punti il Giudice di tappeto sottrae il voto più alto e quello più basso, somma i due punteggi rimanenti ne comunica il totale a voce alta. Al terzo fischio dell'arbitro centrale le schede dei punti vengono abbassate.

Il punteggio va da (0) zero a (10) dieci. A seconda della mancanza del rispetto dei criteri di valutazione possono esserci delle detrazioni di punti (da 0,1 a 0,3). Nel caso in cui una dimostrazione duri meno di (1) un minuto o superiori i (2) due minuti, oppure se un'atleta esce dai limiti del tappeto, la squadra perderà 0,3 punti ogni volta che ciò si verifica. Non è considerata una penalità uscire fuori dal tappeto per recuperare un'arma durante la dimostrazione del Polydamas. La classifica delle squadre sarà fatta secondo il punteggio ottenuto.

### **In caso di parità, la classifica sarà determinata come segue:**

- Al punteggio ottenuto dalla somma dei due voti centrali si somma il voto più basso sottratto;  
Se la squadra è ancora in parità si somma al punteggio precedente il voto più alto sottratto.

Se il punteggio sarà ancora di parità dopo i criteri sopra indicati, le due squadre dovranno presentarsi nuovamente sul tappeto per una nuova dimostrazione e vi sarà un nuovo gruppo arbitrale che valuterà la dimostrazione.

Il punteggio ottenuto nel Polydamas e Palaesmata viene utilizzato per determinare una classifica finale delle palestre che hanno partecipato al campionato.

- 1° posto: 10 punti
- 2° posto: 9 punti
- 3° posto: 8 punti.

Il punteggio ottenuto nella classifica finale del Palaesmata e Polydamas verrà sommato al punteggio della classifica finale degli incontri, a formare un'unica classifica finale.

### **Articolo 12.4 – Modifiche**

La Commissione Nazionale FIPA/LIBERTAS è l'unica autorità decisionale in merito a qualsiasi modifica alle disposizioni di cui sopra che si ritenga auspicabile al fine di migliorare le regole di arbitraggio del Pancrazio Olimpico - Pankration

### **GLOSSARIO**

- Πανκράτιον - Pankration: Dalle parole elleniche Pan e Kratos che significano: colui che ha l'intera autorità, che controlla tutto, il governatore! Metaforicamente significa il più forte.
- Πολυδαμασ – Polydamas: Evento dimostrativo tra 3 atleti armati contro 1 pankratiast disarmato.
- Παλαισματα – Palaesmata: Evento dimostrativo tra due atleti.
- Παλαιστρα – Palaestra: Area agonistica di Pankration
- Ερωσσοο – Erroso: Saluto all'avversario quando inizia l'incontro o quando avviene la separazione.
- Ερωσθε – Errothe: Stesso saluto di cui sopra per due o più persone.
- Ετοιμη – Aeteme: Pronto.
- Αρχασθε- Arxasthae: inizia l'incontro (agon).
- Πασασθε – Pafsasthae: Stop, interrompendo la partita.

- Ελλανοδικησ – Hellanodekes: Arbitri
- Ελλανοδικηα – Hellanodekea: Arbitri
- Σωμα Ελλανοδικων - Ente Hellanodekea: Ente arbitrale
- Αγων – Agon: Incontro / Combattimento
- Αγωνες – Agones: Incontri / Combattimenti
- Ρασσειν- Rassen: Lanci – Lancio
- Κατω Παγκρατιον (Κυλισισ) – Kato Pankration (Keleses): Down Pankration (rolling) / Round Pankration