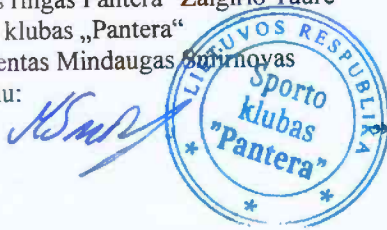


Atviras ringas Pantera "Žalgirio Taurė"  
Sporto klubas „Pantera“  
Prezidentas Mindaugas Butnorys  
Tvirtinu:



Atviras ringas Pantera "Žalgirio Taurė"  
2023 m. Spalio 21 d.  
Jurbarkas

## I. TIKSLAI IR UŽDAVINIAI

Populiarinti MMA mėgėjų sporto šakas.  
Išsiaiškinti stipriausius sportininkus.

## II. VARŽYBŲ VYKDYMO VIETA IR LAIKAS

2023 m. Spalio 21 d. Jurbarko Antano Giedraičio – Giedriaus gimnazijos sporto salė, Vydūno g. 15, Jurbarkas.  
Atvykstančios komandos turi iki 2023 m. spalio 19 d. informuoti Lietuvos MMA Federaciją apie komandų sudėtį lithuanianmmafederation@gmail.com / tel. +370 698 32406. Nurodyti sportininko vardą, pavardę, gimimo metus, tikslų svorį.

09.00-10.30.00 val. – sportininkų svėrimas, medicininė apžiūra;

12.00-12.30 val. – trenerių, teisėjų pasitarimas;

12.30 val. – varžybų pradžia.

## III. REIKALAVIMAI VARŽYBŲ DALYVIAMS

- Varžybose gali dalyvauti visi norintys (mergaitės ir berniukai) Lietuvos bei užsienio šalių sportininkai, kurie susimokėjo paramos mokestį (varžybų dieną svėrimo metu) – 30 Eur.
- Susipažino ir sutinka su varžybų taisyklėmis.
- Turi sveikatos pažymą (pageidaujama ir sveikatos draudimą).
- Visi dalyviai turi turėti asmens tapatybę patvirtinantį dokumentą.
- Nepilnamečiai sportininkai privalo turėti tėvų sutikimą.
- Nevartoja jokių draudžiamų medikamentų ar Anti-dopingo organizacijos uždraustų medžiagų.

## IV. MMA AMŽIAUS, SVORIO KATEGORIJOS IR PAGRINDINĖS TAISYKLĖS

Pilnos MMA Taisyklės - <https://mmafederation.lt/mma-taisykles/>

Visi dalyviai iki 18 privalo būti sveriami oficialiomis varžybų svarstyklėmis **apsirengę šortus ir aptemtus imtynių marškinėlius**. Visiems dalyviams iki 18 m. oficialiuose svėrimuose suteikiama teisė sverti papildomai 1 svarą (454 g) viršijančius jų nustatytą svorio kategoriją. Suaugusieji (+18) oficialiuose svėrimuose viršsvoris jų nustatytą svorio kategorijose draudžiamas!

**Jei svorio kategorijoje yra tik vienas dalyvis, jis yra perkeliamas į sunkesnio svorio kategoriją!**

### Mergaitės ir Berniukai iki 18 m.

U–12 (iki 11 m. Jaunučiai) iki 24 kg.; iki 27 kg.; iki 30; iki 34 kg.; iki 37 kg.; iki 40 kg.; iki 44 kg.; iki 48 kg.; +48 kg.

U–14 (12-13 m. Jaunučiai) 34kg; iki 37 kg.; iki 40 kg.; iki 44 kg.; iki 48 kg.; iki 52 kg.; iki 57 kg.; iki 62 kg.; +62 kg.;

U–16 (14- 15 m. Jaunimas) iki 44 kg.; iki 48 kg.; iki 52 kg.; iki 57 kg.; iki 62 kg.; iki 67 kg.; iki 72 kg.; + 72 kg.;

U-18(16-17 m. Jaunimas) naudojami šalmi! **Smūgiai į veidą stovėsenoje leidžiami!**

**(Pastaba-Mergaitėms U-18 smūgiai i veidą draudžiami)**

iki 52,2; iki 56,7 kg.; iki 61,2 kg.; iki 65,8 kg.; iki 70,3 kg.; iki 77,1 kg.; iki 83,9 kg.; iki 93,0 kg.; +93 kg.

Vyrai +18/ MMA light (pradedantieji) – **stovėsenoje smūgiai į veidą leidžiami, parteryje smūgiai į veidą draudžiami.** iki 52,2; iki 56,7 kg.; iki 61,2 kg.; iki 65,8 kg.; iki 70,3 kg.; iki 77,1 kg.; iki 83,9 kg.; iki 93,0 kg.; +93 kg.

Vyrai +18/ IMMAF taisyklės, iki 52,2; iki 56,7 kg.; iki 61,2 kg.; iki 65,8 kg.; iki 70,3 kg.; iki 77,1 kg.; iki 83,9 kg.; iki 93,0 kg.; +93 kg.

Merginos +18 / (MMA light) iki 47,7 kg.; iki 52,2 kg.; iki 56,7 kg.; iki 61,2 kg.; iki 65,8 kg.; iki 70,3 kg.; +70,3 kg.

## KOVOS TRUKMĖ – RAUNDAI

C / U-12 (iki 11 m. Jaunučiai) (1×2)/ pratėsimas (1×1)

C / U-14 (12-13 m. Jaunučiai) (1×3)/pratėsimas (1×1)

B / U-16 (14- 15 m. Jaunimas) (1×4)/pratėsimas (1×2)

A / U-18 (16 – 17 m. Jaunimas) (3×2)/pratėsimas (1×2)

+18 suaugusieji MMA (3×3)/ pratėsimas (1×3)

## **VARŽYBŲ VADOVAVIMAS**

Varžybas vykdo: Sporto klubas „Pantera“, LMMAF  
Varžybų partneris: Lietuvos sporto draugijos „Žalgiris“  
Varžybų vedėjas - Marius Pavalkis  
Varžybų vyr. teisėjas – Tadas Rimkevičius  
Vyr. sekretorė – Deimantė Smirnovaitė.



## **V. APDOVANOJIMAI**

Varžybų nugalėtojai ir prizininkai bus apdovanojami medaliais ir rėmėjų prizais.  
Geriausiai pasirodę klubai bus apdovanojami taurėmis.

## **VI. VARŽYBŲ FINANSAVIMAS**

Atvykstančių komandų ar pavienių sportininkų maitinimo ir kelionės išlaidas dengia komandiruojanti organizacija ar patys sportininkai. Čempionato organizavimo išlaidas dengia Sporto klubas Pantera

## **VII. TAISYKLĖS**

Varžybos vyks pagal LMMAF/IMMAF taisykles, dviejuose MMA Narvuose.

### **K-1 TAISYKLES.**

**K-1 AMŽIAUS, SVORIO KATEGORIJOS tokios pačios, kaip MMA kovose!**

#### **Kovos trukmė:**

- U-12 (2 x 1 min.)
- U-14 (2 x 1,5 min.), Mergaitės (2 x 1 min.)
- U-16 (3 x 1,5 min.), Mergaitės (2 x 1,5 min.)
- U-18 ir suaugusieji (3x2 min.) Merginos (2 x 2 min.)

## **VEIKSMŲ VERTINIMAS**

Pergalė:

1. Nokautas
  2. 3 nokdaunai per kovą/ per raundą 2 nokdaunai.
  3. Teisėjų sprendimu (surinkus daugiau taškų).
- Teisėjai kiekvieną raundą vertina atskirai nuo 10 iki 8 balų.  
Įvertinimais teisėjai žymisi smūgių tikslumą ir efektyvumą, kovos dominavimą ir aktyvumą.

## **DRAUDŽIAMIE VEIKSMAI:**

- Smūgiai į galvą su keliu vaikams/jaunimui iki 18 m.
- Smūgiai su galva, alkūne.
- Smūgiai į sąnarius, smūgiai žemiau juostos.
- Draudžiami visi imtynių veiksmai!
- Galima kojos gaudymas, bet smūgio metu koja reikia paleisti!
- Kikbokso taisyklėmis vaikai iki 12 m ir mergaitės iki 16 m. – kovoje privalo dėvėti apsauginę kovos liemenę.
- K-1 taisyklėmis (berniukai ir mergaitės) iki 12 m, neleidžiami smūgiai į veidą nei rankomis nei kojomis!

## **APRANGA / APSAUGOS (MMA ir K-1 kovose)**

- MMA arba kikbokso sportiniai šortai ir aptemti imtynių marškinėliai.
- bandažas (tarpkojo apsauga);
- kapa (dantų apsauga);
- kojų apsaugos (minkštos);
- klasikinės 10 ozu. kikbokso pirštinės
- Klasikinės MMA mėgėjų pirštinėlės nuo 6 iki 8 ozų

**Pastaba: dalyvių komandos turi savo kojų apsaugas, MMA/K-1 pirštines, kurios patvirtintos LMMAF. Atitinkamas MMA pirštinėles ir kojų apsaugas komandos galės įsigyti už papildomą mokesį prieš čempionatą atvykus į svėrimus.**

## **SUTIKIMAS**

Sportininkai, treneriai bei komandų vadovai SAVO DALYVAVIMU varžybose PRIPAŽĮSTA, kad yra susipažinę ir sutinka su visais aukščiau išvardintais nuostatais bei keliamais reikalavimais.