

# Road to EBD

**DIMANCHE 14.05.23**



1. Lieu
  2. Infos importantes (résumé)
  3. Pesée et contrôle médical
  4. Récapitulatif des règles
  5. Fightcard
- 

## Lieu & horaires

### Pesée et contrôle médical

Dimanche : 11H30 – 12H30 : La Terrasse, Grand Route 147 à 7000 Mons

### Évènement

La Terrasse, Grand Route 147 à 7000 Mons

Dimanche : 13H30 portes public – 14H début de la compétition

---

### Infos importantes (résumé)

- **Document d'identité obligatoire** : Tout participant doit présenter une pièce d'identité.
  - **Affiliation à la BMMAF obligatoire** pour tous (hors Belgique également, VBKBMO pour compétiteurs de Flandres), l'affiliation assure une assurance lors de la compétition (modèle belge : en complément de votre mutualité ou assurance personnelle). [Cliquez ici pour vous affilier](#)
  - Equipement officiel BMMAF obligatoire (short, rashguard et protège tibias) , compris dans les frais d'inscription.
  - Arrivée tardive à la pesée ou non présentation à la pesée ou lors de l'évènement = annulation
  - Pas d'autres accompagnants que les coachs dans la zone de préparation et de compétition
  - 2 coachs par équipe
- 

### 3. Pesée et contrôle médical

- Pesée obligatoire chaque jour de participation au tournoi
- **Tolérance de 0.5 Kgs** du poids de la catégorie lors des pesées (ex pour 70,3 Kgs, tol = 70.8 Kgs)

Pesée et contrôle médical le 14.05.23 : 11H30 – 12H30 : La Terrasse, Grand Route 147 à 7000 Mons

---

## 4. Équipement

- Le prix de l'inscription 80€ comprend (15€ si vous possédez déjà l'équipement officiel BMMAF) :
  - Short officiel
  - Rashguard officiel
  - Shinguards (protège tibias) officiels
- Les gants sont fournis par la BMMAF (+ casque pour teenagers) pour la compétition
- Protège dents et coquille obligatoire (non fourni)

---

## 5. Résumé des règles BMMAF (règle complète ici-bas)

### Amateur – 3X3 min

28 coups interdits et fautes + règles spécifiées ci-dessous

1. Coups de coude et d'avant-bras de toute nature
2. Clé de talon (heel hook)
3. Twister, neck crank, can opener, crucifix (assis sur l'adversaire) et / ou toute soumission exerçant une pression sur le cou ou la colonne vertébrale
4. Coup de genoux à la tête de l'adversaire
5. Coup de pieds directs aux genoux

### Novice – 3x3m

28 coups interdits et fautes + règles amateur et spécificités novice ci-dessous

1. Coups de coude et d'avant-bras de toute nature
2. Clé de talon (heel hook)
3. Twister, neck crank, can opener, crucifix (assis sur l'adversaire) et / ou toute soumission exerçant une pression sur le cou ou la colonne vertébrale
4. Coup de genoux à la tête de l'adversaire
5. Coup de pieds directs aux genoux
6. Ground and pound à la tête

7. Coup de pieds montant étant au sol (up-kicks) à la tête de l'adversaire
8. Backfist et spinning backfist
9. Slam

**Teen: 16-17ans (U18) - 3x2m** (*Déviation avec IMMAF : coups à la tête ou au visage autorisés en combat stand-up*)

28 coups interdits et fautes + règles Novice et spécificités teenager ci-dessous

1. Coup de genoux (corps et visage)
2. Coup de pied à un adversaire au sol – seulement coup poing fermé au corps
3. Ecrasement de bicep ou de mollet (bicep / calf crush)
4. Clé de poignet
5. Pas de souplesse, pas de projection “aérienne” ou d'épaule et pas de slam
6. Etranglement en guillotine en position debout (standing guillotine choke) \*
7. Coup de pieds montant étant au sol (up-kicks)
8. Piétinements (foot stomps)

### **Liste 28 coups interdits et les fautes en MMA – Règles professionnelles du MMA**

**Source: Unified Rules of Mixed Martial Arts – Association of Boxing Commissions**

1. Percuter avec la tête
2. Exercer un acte de pression sur l'œil et sa périphérie directe avec les doigts, les pointes des coudes ou les orteils
3. Mordre ou de cracher sur un adversaire
4. Hameçonner en crochetant la joue de l'adversaire
5. Tirer les cheveux
6. Percuter l'adversaire avec une trajectoire verticale descendante sur la partie supérieure de la tête (à la manière d'un marteau-pilon)
7. Frapper sur la colonne vertébrale, la nuque ou à l'arrière de la tête (la colonne vertébrale comprend le coccyx)
8. Frapper sur la gorge de toutes sortes et/ou d'attraper la trachée
9. Tendre les doigts vers le visage de l'adversaire, main ouverte et parallèle au sol
10. Percuter avec le coude dirigé verticalement vers le bas (trajectoire qui va du plafond vers le sol)

11. Attaquer à l'aine (parties génitales)
12. Percuter avec les genoux et/ou les jambes la tête d'un adversaire ayant plus de deux appuis au sol
13. Écraser ou piétiner un combattant au sol (stomp kicks)
14. Tenir les gants, le short ou les protège-tibias de l'adversaire
15. Tenir ou saisir la clôture de la surface de combat avec les doigts ou les orteils
16. Manipuler les petites articulations (doigts et orteils) de l'adversaire
17. Projeter un adversaire hors de la zone de combat
18. Placer intentionnellement un doigt dans un orifice, une coupure ou une lacération de l'adversaire
19. Griffes, pincer et tordre la chair
20. Simuler (éviter le contact, rejeter volontairement le protège-dents, simuler un coup irrégulier ou une blessure) en vue d'éviter l'opposition ; dans le cas où un(e) combattant(e) crache ou rejette son protège-dents de façon intentionnelle sans avoir reçu de coup, l'arbitre lui délivre obligatoirement un avertissement ; dans le cas où un(e) combattant(e) perd son protège-dents pour la troisième fois suite à un coup régulier, l'arbitre lui délivre obligatoirement une pénalité
21. Employer un langage injurieux dans la zone de combat
22. Ne pas respecter ni obtempérer aux instructions de l'arbitre
23. Adopter une conduite antisportive causant une blessure à l'adversaire
24. Attaquer un adversaire après le signal sonore indiquant la fin de la période de combat
25. Attaquer un adversaire pendant la minute de récupération ou après la fin du combat
26. Attaquer un adversaire qui est sous la protection de l'arbitre
27. Se montrer incorrect envers un officiel, l'adversaire ou les entraîneurs
28. Appliquer toute substance étrangère sur la tête ou le corps afin d'obtenir un avantage.