

Wettkampfbregeln

Oldendorfer Bodenkampfturnier

Kampfzeit:

U8 – U15: 2 Minuten

U18 – Senioren: 2 Minuten

Keine Verlängerung!

Gestartet wird im Sitzen Rücken an Rücken Beine gesteckt

Punktesystem:

1-10 (**10** = IPPON = Sieg)

Haltegriffe:

5 sec. = 1 Punkt

10 sec. = 2 Punkte

15 sec. = 5 Punkte

20 sec. = 10 Punkte

Würger und Hebel

Hebel führt gestreckter Arm zur Wertung

10 Punkte

Strafen:

U8 – U15: Nur Verwarnung (Aufklärung)

ab 2. Verwarnung wird dem Gegner 1 Punkt gut geschrieben.

**U18 – Senioren: Keine Verwarnung, dem Gegner werden
sofort 2 Punkte gut geschrieben!**

Verboten sind:

Bei U8 - U15: Würge- und Hebeltechniken

Der Kampfrichter kann individuell je Kampfpaarung erlaubte
Techniken anders bestimmen!