



REGLEMENT FEDERAL
LUTA LIVRE

Mis à jour 30-06-2018

Par Flavio Santiago, Yoann Coulon et Christophe Levy-Pank

Réfèrent : Yoann Coulon

Chapitres

- 1- Arbitrage.....p3
- 2- Gestuelle de l'arbitre.....p4
- 3- Finalités de combat.....p5
- 4- Décompte des points.....p6
- 5- Techniques autorisées.....p8
- 6- Les fautes.....p8
- 7- Les interdictions.....p9
- 8- Les impossibilités de combattre ..p9
- 9- Les droits.....p10
- 10- Les devoirs.....p10
- 11- La compétition.....p10
- 10- Les combats.....p11&12

1) ARBITRAGE :

- L'arbitre est la plus haute autorité lors d'un combat. Sa décision est incontestable. Il a cependant, la capacité de consulter ses juges de table pour un avis supplémentaire.
- Il peut modifier sa décision après concertation avec son collègue, ou sur décision du référent si ce dernier a vu l'action.
- Suite à un combat 'NUL' après prolongation, seul l'arbitre devra décider du vainqueur du combat en se basant sur la prise d'initiative et la combativité de ce dernier.
- En cas de tentative de projection allant vers l'extérieure de la zone de combat, l'arbitre doit par la voix et/ou par le geste stopper l'action devenue dangereuse.
- Lors d'une action au sol, si le déplacement des combattants va vers l'extérieur du tapis, l'arbitre doit interrompre le combat afin de remettre les combattants dans la même situation au centre de l'aire du combat. Si cette action n'est pas assez stable pour permettre un remplacement à l'identique, le combat devra repartir debout.
- La tenue de l'arbitre devra répondre aux exigences suivantes : Tee-Shirt, Polo ou chemise de couleur uniforme Noire ou Blanche. Pantalon type Sport ou dit Habillé de 'couleur' uniforme Noire ou Blanche (Jeans interdit !). Chaussettes Noires.
- Il portera à son poignet gauche un bandeau de couleur rouge afin d'aider la compréhension entre sa décision et l'inscription de celle-ci par ses juges de table.
- La table devra être équipée de deux chaises minimum, un tableau mécanique ou informatique (ce dernier relié à un ordinateur), un objet alertant la fin du combat (sonore ou visuel), un chronomètre, feuilles de points avec stylos, un micro relié à une sono.

2) GESTUELLE DE L'ARBITRAGE : (voir photos plus bas)

- L'arbitre, doit faire entrer les combattants sur l'aire de combat, bras pliés à 90°, paumes de main tournées à soi. (1)
- Après le 'CHECK' des deux protagonistes, l'arbitre lance le début du combat d'un geste de la main vertical de haut en bas commenté de sa voix du mot : COMBAT ! (2)
- L'arbitre note à ses commissaires sportifs (juges de table) les points attribués aux combattants avec sa main, très visiblement : Main droite coin blanc - Main gauche coin Rouge. (3)
- L'arbitre peut attribuer une pénalité, retirant un point au combattant concerné. Dans ce cas, il montre à ses juges bras fléchi à 90°, poing fermé face à la table. (5)
- En cas de disqualification, il croise les bras devant son torse face à la table, puis désigne le combattant concerné. (6)
- L'arbitre, en cas d'attribution de points trop anticipée peut revenir sur sa décision en annonçant à ses juges une déduction de point. Il balaye d'un bras au-dessus de sa tête main tendue. (7)
- L'arbitre peut demander aux athlètes de remettre leur pantalon de kimono ou resserrer la ceinture. Dans ce cas, il croise ses bras vers le bas, paumes de mains face au sol en direction du combattant concerné. (8)
- L'arbitre, lors de la décision, doit lever la main du vainqueur, face à la table des juges, puis face au public.
- En Luta Livre, il n'y a pas d'avantage !



3) DIFFERENTES FINALITES DU COMBAT :

- ✓ **SOUMISSION**
Etranglement, clef articulaire ou compression musculaire.

- ✓ **ARRET de l'ARBITRE**
Arrêt du combat par l'arbitre évitant syncope, fracture ou tout autre risque.

- ✓ **ABANDON - ARRÊT DE L'ARBITRE OU DU MEDECIN**
Non possibilité de continuer un combat : vomissement, malaise, saignement trop important, crampe, blessure, perte de connaissance ou autre malaise...
L'arbitre peut également stopper une tentative de soumission si celle-ci présente un réel danger (ex : Un jiu-jitsu ka refuse d'abandonner sur une clef de bras en extension).

- ✓ **AUX POINTS**
Décision donnée suite à l'attribution des points.

- ✓ **DECISION**
Nomination du vainqueur par l'arbitre suite à un match nul au terme de la prolongation. Si à la fin du match il y a égalité, toute tentative de Soumission Fermée sera prise en compte pour la décision de l'arbitre.

4) DECOMPTE DES POINTS :

❖ 2 pts

Deux points peuvent être attribués pour différentes raisons :

- Projection ou Amenée au Sol : Consiste à provoquer une perte d'équilibre de l'adversaire debout. Dans le cas où une partie arrière du combattant devait toucher le sol, celui-ci disposera de 3 secondes pour reprendre une position active/défensive (sprawl/carré) ou se relever ; dans le cas contraire les points seront accordés à son adversaire.
Accordés uniquement si l'acteur du geste ne perd pas le contrôle et se trouve en fin de mouvement en position supérieure, sans forcément se retrouver en contrôle.
- Contrôle de 3 secondes en Genou/Estomac (de face ou de dos) avec le pied d'appui au sol et non l'autre genou.
- Renversement ou changement de position positive (ex : arm-Bragg suivi contrôle dos).
- Passage de garde (suivi d'un contrôle).
- Contrôle de 3 secondes dit en Croix (100 kilos).
- Contrôle de 3 secondes en Nord/Sud.

(!) ATTENTION, les contrôles en Croix et la Nord/Sud sont considérés comme identiques.

❖ 4 pts

Quatre points peuvent être attribués pour différentes raisons :

- Contrôle de 3 secondes en montée (technique et sur un bras compris)
- Contrôle de 3 secondes dans le Dos.

(!) ATTENTION, les contrôles en Montée et Dos sont considérés comme identiques. Les triangles de jambes sont autorisés pour ces contrôles.

Il est primordial de placer ses crochets pour valider ses points. Exception faite dans le cas où mon adversaire se retrouve à plat ventre et refuse de défendre à quatre pattes.

❖ **BON A SAVOIR**

- * Les points ne peuvent être attribués en descendant, mais uniquement en montant. Exemple : passer de la Croix à la Montée avec les 3 secondes de contrôles respectifs rapporte 6 points, le contraire n'est pas possible (autre exemple : je passe de la croix à Genou Estomac, je n'ai pas mes deux points, je repasse en croix, j'obtiens de nouveau 2pts).
- * Un athlète subissant une tentative de soumission, se retrouvant en position de contrôle ou de renversement, ne pourra se voir attribuer ses points, uniquement une fois libéré de la soumission en cours.
- * Si un combattant saute directement à la garde, et que son adversaire le pose au sol en ayant saisi au moins d'une main son pantalon, ce dernier se verra attribuer 2 pts d'amenée au sol.
- * En cas de passivité, l'arbitre peut stopper le combat et le faire reprendre au sol et ce, afin de favoriser l'utilisation des techniques de la Luta Livre sportive.

5) TECHNIQUES AUTORISEES :

- ✓ Clefs articulaires : Se rapporter au tableau des interdictions ci-dessous.
- ✓ Tous les étranglements avec les membres supérieurs (la guillotine dans l'axe avec pour seule saisie la tête est considérée comme étranglement).
- ✓ Tous les étranglements avec les membres inférieurs, à condition qu'il y a au moins un bras compris dans la compression.
- ✓ Les compressions musculaires : clefs de biceps et mollet.
- ✓ Toutes techniques de projections identiques au Judo, et amenées au sol type Lutte/grappling/JJB (ex : les arrachées).

Interdictions en Compétitions Luta Livre Esportiva : ADULTE et +40 ans		
Novice	Intermédiaire	Avancé
- Clef de Nuque / Cervicales	- Clef de Nuque / Cervicales	- Clef de Nuque / Cervicales
- Clef de Colonne Vertébrale	- Clef de Colonne Vertébrale	Ok
- Clef de Talon	- Clef de Talon	Ok
- Kimura de Cheville	Ok	Ok
- Clef de Genou	Ok	Ok
- Amené au sol en ciseau	Ok	Ok
- Fuite de l'aire de combat debout ou de la soumission	- Fuite de l'aire de combat debout ou de la soumission	- Fuite de l'aire de combat debout ou de la soumission

6) LES FAUTES : *(Premier avertissement verbal puis, amène à une pénalité = +1 pour l'adversaire) (4 pénalités = disqualification).*

- ❖ Pousser son adversaire à l'extérieur de l'air de combat.
- ❖ Sortir volontairement de l'air de combat.
- ❖ Enlever sa ceinture ou défaire son pantalon de kimono dans le but de stopper le combat.
- ❖ Parler à l'arbitre (sauf raison médicale ou problème de membres coincés).
- ❖ Saisie de moins de quatre doigts.
- ❖ Saisir le Rashgard de l'adversaire.

7) TECHNIQUES INTERDITES : (*Disqualification directe*)

X- Compression ou Mise en extension du cou : Clef de Nuque.

Ex : Tirage de tête depuis la garde, Full Nelson, Saisie de tête avec deux bras...

X- Clef de doigts - orteils (Hyper-extension / Torsion).

X- Les slams sont strictement interdits, que ce soit à partir d'une position debout ou au sol.

X- Les projections en prenant appuis sur la tête (ex : Uchi Mata sur la tête).

Projeter son adversaire sur la nuque.

X- Toutes strangulations mains autour du cou avec les pouces de face, les autres doigts dans le dos ou inversement.

X- Etrangler avec une ceinture.

X- Enfoncer ses doigts ou orteils dans un des orifices de l'adversaire.

X- Boucher avec sa main les orifices de l'adversaire (ex : main sur bouche et narines).

X- Technique de percussion (aucune frappe autorisée).

X- Cracher, insulter, tirer les cheveux/oreilles, mordre, griffer, gestes obscènes...

8) LES IMPOSSIBILITES DE COMBATTRE :

- ❖ Pantalon trop court. Extrémité du pantalon à 5cm maxi de la malléole.
- ❖ Pantalon sale, nauséabond ou taché de sang.
- ❖ Torse Nu & Tee-Shirt strictement interdit.
- ❖ Porter tout objet étranger à la disciplines (Bijoux, téléphone, lunettes, etc).
- ❖ La nudité sous le kimono est interdite. Sous-vêtements obligatoires.
- ❖ Toute crème, huile, gel, baume provoquant des glissades ou brûlure des yeux sont strictement interdites !
- ❖ Porter des protections rigides (ex : genouillère atèles métalliques ou coquille en matière dure style Thaiï : métal ou bois).
- ❖ Ongles longs.
- ❖ Cheveux longs non attachés.
- ❖ Plaies, croutes, sutures non protégés.

9)LES DROITS :

- ❖ Port de patchs si ces derniers sont bien fixés.
- ❖ Un seul coach autorisé. Ce dernier peut être accompagné par une personne silencieuse telle qu'un photographe ou cameraman.

10)LES DEVOIRS : *(Coach inclus).*

- ❖ Respecter l'arbitre, les juges de table, l'adversaire et le public.
- ❖ Ne pas marcher pieds nus hors de la zone de combat.
- ❖ Ne pas marcher avec des chaussures sur le tatami.

11)LA COMPETITION :

- La pesée se fera soit la veille de compétition, soit le matin de celle-ci.
- Les pesées se feront en sous-vêtement.
- L'athlète inscrit devra avoir sa licence FSGT valide de la saison en cours et son passeport sportif FSGT.
- Un combattant ayant perdu connaissance pendant la compétition ne pourra être repêché et donc ne pourra combattre sur le reste de la journée.
- Une disqualification clôtura la compétition du fautif si la faute est considérée comme « Grave ».
- Selon le nombre d'inscrits, la compétition se déroulera sous forme de poule, de tableau, voire les deux.
- Une seule place de troisième sera attribuée.
- En cas d'égalité de poule, le sortant sera le propriétaire dans un premier temps du plus gros cumul de victoires, en second temps du nombre de soumissions, puis si nécessaire en dernier temps par le nombre de points marqués.
- Un combattant se présentant avec un pantalon de kimono non homologué, bijoux, saignement, ongles long, etc... se verra attribuer un délai de 2 minutes pour se présenter dans les conditions écrites sur ce règlement. Au-delà, il se verra disqualifié.
- Un combattant ne répondant pas à l'appel de la table, se verra disqualifié au bout du troisième appel.
- En cas de situation d'athlète unique, ce dernier avec son accord et celui de son coach, pourra être surclassé de catégorie de poids et/ou de catégorie d'âge. Par exemple, un Junior ou Vétéran peut se retrouver chez les seniors, le temps du tournoi, mais son classement sera validé dans sa propre catégorie.

12) LES COMBATS :

LES DIFFERENTS NIVEAUX

Grade Luta Livre							
Niveau Compétition Possible / En Fonction des Backgrounds des compétiteurs	Débutant		Intermédiaire		Avancé		
Equivalence autres disciplines de Préhension	- 3 ans de Pratique de Sport de Préhension ou Combat Mixes		3 ans à 5 ans de Pratique Sport de Préhension ou Combat Mixes		Plus de 5 ans de Pratique Sport de Préhension ou Combat Mixes		

LES CATEGORIES D'AGE

Pré-poussins : 6 à 8 ans.
 Poussins : 9 & 10 ans.
 Benjamins : 11 & 12 ans.
 Minimes : 13 & 14 ans.
 Cadets : 15 & 16 ans.

Juniors : 17 & 18 ans.
 Seniors : 19 à 39 ans
 Vétérans 1 : - 50 ans.
 Vétérans 2 : - 65 ans

LES CATEGORIES DE POIDS

- Pas de catégories de poids de Poussins à Cadets. Les enfants seront groupés selon leurs pesées du jour.

Catégorie de Poids Luta livre Esportiva						
Catégorie de Poids	Juniors Masculins	Adultes Homme	Vétérans Homme	Juniors Féminines	Adultes Femmes	Vétérans Femmes
Mouche	-51 Kg	-55,5Kg	-55,5Kg	N/C	N/C	N/C
Coq	-56 Kg	-61,5Kg	-61,5Kg	-46Kg	-51Kg	-51Kg
Plume	-62 Kg	-67,5Kg	-67,5Kg	-50Kg	-56Kg	-56Kg
Léger	-67 Kg	-73,5Kg	-73,5Kg	-54Kg	-62Kg	-62Kg
Moyen	-72 Kg	-79,5Kg	-79,5Kg	-58Kg	-67Kg	-67Kg
Mi-Lourd	-77 Kg	-85,5Kg	-85,5Kg	-63Kg	-72Kg	-72Kg
Lourd	-82 Kg	-91,5Kg	-91,5Kg	N/C	+ 72Kg	+72Kg
Super Lourd	N/C	-97,5Kg	-97,5Kg	N/C	N/C	N/C
Ultra Lourd	N/C	+ 97,5Kg	+ 97,5Kg	N/C	N/C	N/C

LES TEMPS DE COMBAT

Pré-Poussins/Poussins : 2 minutes. (Aucune soumission acceptée)

Benjamins/Minimes : 3 minutes. (Seuls étranglements acceptés)

Cadets: 4 minutes. (Seuls étranglements, clefs de coude et épaule acceptées).

Grade Luta Livre							
Niveau Compétition Possible / En Fonction des Backgrounds des compétiteurs	Débutant			Intermédiaire		Avancé	
Equivalence autres disciplines de Préhension	- 3 ans de Pratique de Sport de Préhension ou Combat Mixes			2 ans à 5 ans de Pratique Sport de Préhension ou Combat Mixes		+ de 5 ans de pratique Sport de Préhension ou Combat Mixte	
Temps de Combat Adulte et Vétéran	6 minutes			7 minutes		8 minutes	
Temps de Combat Juniors	5 Minutes						

NB :

- Dans le cadre d'une compétition extra championnat (Gala, Interclubs, Open, etc...), il sera possible de régler l'évènement en « SUBMISSION ONLY », c'est-à-dire aucun point attribué, seule la soumission ou la décision désignera le vainqueur du combat.