

REGLAMENTO Y ESTRUCTURA DE COMBATE - Lucha

TIEMPOS DEL COMBATE (Bloque de 5 minutos)

00:00 - 00:30 (30 seg): Entrada al tapiz, revisión de seguridad obligatoria y saludo inicial (**apretón de manos** como muestra de respeto a la oponentencia).

00:30 - 03:30 (**3 minutos**): **TIEMPO EFECTIVO DE COMBATE. Reloj corrido.**

03:30 - 04:00 (30 seg): Finalización, proclamación de victoria (el juez levanta el brazo de la persona ganadora), saludo final al equipo arbitral y a la persona adversaria.

04:00 - 05:00 (1 minuto): Transición y cambio de deportistas.

VÍAS DE VICTORIA

Victoria por Tocado o touché: Inmovilizar los dos omóplatos de la oponentencia contra el tapiz. El combate termina inmediatamente.

Superioridad Técnica: Alcanzar una ventaja de 10 puntos técnicos. El combate termina.

Por Puntos: Al agotar los 3 minutos, gana quien tenga mayor puntuación.

SISTEMA DE PUNTUACIÓN TÉCNICA

1 Punto - Salida del Tapiz (Step-out): Forzar a la oponentencia a pisar fuera de la zona de combate con control.

1 Punto - Reversión / Escape: Escapar del dominio en el suelo y pasar a controlar desde arriba.

1 Punto - Pasividad: Penalización a quien rechaza el contacto o huye del tapiz.

2 Puntos - Derribo: Llevar a la persona oponente al suelo superando su base de sustentación y estableciendo control (aunque esté boca abajo en el suelo).

2 Puntos - Exposición de Espalda: Lograr que la espalda de la oponentencia rompa el ángulo de 90 grados respecto al tapiz (peligro de tocado).

4 Puntos - Derribo de Gran Amplitud: Proyección donde el centro de gravedad de quien defiende pasa por encima de quien ataca (Se valorará el control absoluto de la caída).

NORMAS DE SEGURIDAD Y LÍNEAS ROJAS (Descalificación inmediata)

Higiene y prevención: Uñas cortas, pelo recogido (sin horquillas metálicas), sin anillos, collares ni pulseras.

Cero Golpes: Prohibidos puñetazos, patadas, cabezazos o cualquier técnica de percusión (striking).

Prohibidas las luxaciones articulares y las estrangulaciones.

Protección Cervical: Prohibido clavar a la oponentencia de cabeza o cuello. Quien ataca es responsable de proteger la caída de su pareja o quedará descalificada inmediatamente.