



UNITED WORLD
WRESTLING

MIĘDZYNARODOWE ZASADY PANKRATIONU

*Tłumaczenie z angielskiego - Konrad Pietkiewicz
Korekta – Andrzej Kozłowski*

Maj 2021



SPIS TREŚCI	02
PANKRATION ATHLIMA	04
PRZEPISY OGÓLNE	04
Art. 1 – Cele	04
Art. 2 – Stosowanie przepisów i licencja UWW	04
Art. 3 – Przepisy antydopingowe i warunki sanitarne	04
Art. 4 – Redukcja wagi	04
PROCEDURA ZAWODÓW	04
Art. 5 – System zawodów	04
Art. 6 – Kontrola medyczna i kontrola ubioru	04
Art. 7 – Ważenie	05
Art. 8 – Losowanie par	05
STRUKTURA	05
Art. 9 – Kategorie wiekowe i wagowe	05
Art. 10 – Endyma i wygląd zawodnika	05
Art. 11 – Strefa walki	06
Art. 12 – Opieka medyczna	06
HELLANODEKEA – ZESPÓŁ SĘDZIOWSKI	07
Art. 13 – Skład	07
Art. 14 – Uniform	07
Art. 15 – Ogólne obowiązki	07
Art. 16 – Sędzia centralny <i>Hellanodekes</i>	07
Art. 17 – Sędzia boczny <i>Hellanodekes</i>	08
Art. 18 – Szef sekretariatu	08
Art. 19 – Sędzia główny (<i>Delegat sędziowski</i>)	08
Art. 20 – Delegat techniczny (<i>Dyrektor techniczny</i>)	08
AGON – WALKA	10
Art. 21 – Czas trwania walki	10
Art. 22 – Wezwanie i rozpoczęcie walki	10
Art. 23 – Neutralna pozycja stojąca	10
Art. 24 – Poziomy kontaktu i cele	10
Art. 25 – Punktowanie akcji	10
Art. 26 – <i>Kato pankration (Pankration w parterze)</i>	11
Art. 27 – Kontuzje i czas interwencji medycznej	11
Art. 28 – Przerwanie <i>Agon</i> /walki	11
Art. 29 – Kryteria decyzji sędziowskiej	12
Art. 30 – Protesty	12
Art. 31 – <i>Agon</i> –Walka- Punkty klasyfikacji	12
WYKROCZENIA TECHNICZNE	12
Art. 32 – Pasywność	12
Art. 33 – Niedozwolone akcje i trzymanie	13
Art. 34 – Dyskwalifikacja	13
POLYDAMAS	14
Art. 35 – Uczestnictwo	14
Art. 36 – Program	14
Art. 37 – Ocena	14
PALAESMATA	15
Art. 38 – Uczestnictwo	15
Art. 39 – Program	15
Art. 40 – Ocena	15

SYSTEM PUNKTACJI DLA POLYDAMAS i PALAESMATA	- - - - -	16
PANKRATION	- - - - -	16
Art. 42 – Ogólne normy	- - - - -	16
Art. 43 – Uniform	- - - - -	16
Art. 44 – Elementy ochronne	- - - - -	16
Art. 45 – Wyniki	- - - - -	16
Art. 46 – Chwyty	- - - - -	16
KOŃCOWE USTALENIA	- - - - -	17
SŁOWNICZEK	- - - - -	17
OCHRONA ZAWODNIKÓW	- - - - -	18
BIAŁA ENDYMA (UNIFORM)	- - - - -	19
NIEBIESKA ENDYMA (UNIFORM)	- - - - -	20
UNIFORM HELLANODEKESA (SĘDZIEGO)	- - - - -	21

PANKRATION ATHLIMA

OGÓLNE ZASADY

Art. 1 – Cele

Oparte na Statucie i regulaminach UWW, międzynarodowe przepisy określone w niniejszym dokumencie stanowią ramy, w których sport Pankration jest prowadzony i promowany, oraz mają na celu:

- zdefiniowanie i sprecyzowanie praktycznych i technicznych warunków w jakich odbywają się walki;
- ustalenie wartości punktowej akcji i chwytów;
- wyszczególnienie określonych sytuacji i zakazów;
- określenie funkcji pełnionych przez zespół sędziowski *hellanodekes'ów*;
- określenie systemu zawodów, kryteriów zwycięstwa, porażki, klasyfikacji, kar, eliminacji uczestników itp.

Art. 2 – Zastosowanie zasad i licencja UWW

Zasady przedstawione w niniejszym dokumencie będą stosowane podczas wszystkich sankcjonowanych zawodów UWW, w celu zapewnienia optymalnego poziomu bezpieczeństwa zawodników i zdrowego rozwoju dyscypliny.

Licencja jest obowiązkowa dla każdego zawodów Pankration, gdzie uczestniczą reprezentanci więcej niż dwóch krajów. Każde zawody międzynarodowe muszą być zgłoszone do UWW i dodane do oficjalnego kalendarza. Ubezpieczenie UWW odnosi się wyłącznie do zawodów ujętych w kalendarzu UWW.

Art. 3 - Doping

Zgodnie z ustaleniami Statutu, oraz w celu zwalczania dopingu, który jest oficjalnie zakazany, UWW zastrzega sobie prawo do nakazania zawodnikom przejścia badań antydopingowych dla wszystkich zawodów wymienionych w oficjalnym kalendarzu. To ustalenie musi być wprowadzone zgodnie z przepisami UWW dla mistrzostw kontynentalnych i świata oraz zgodnie z zasadami Międzynarodowego Komitetu Olimpijskiego (IOC).

W żadnym przypadku nie jest dopuszczalne sprzeciwienie się weryfikacji przez zawodników lub trenerów bez poniesienia sankcji wyszczególnionych w Zasadach Antydopingowych UWW. Komisja Medyczna UWW decyduje o czasie, ilości, oraz częstotliwości tych badań, które zostaną przeprowadzone przy użyciu wszelkich dostępnych środków jakie zostaną uznane za konieczne. Odpowiednie próbki zostaną pobrane przez lekarza posiadającego certyfikat UWW i w obecności trenera danego zawodnika.

Organizacyjne i finansowe implikacje kontroli antydopingowej ponoszone są przez kraj-gospodarza i Federacje Narodowe.

W przypadku pozytywnego wyniku testu, zostaną zastosowane sankcje wymienione w Zasadach Antydopingowych UWW. W związku z tym, że UWW który podlega konwencji w sprawie walki z dopingiem podpisanej przez Międzynarodowy Komitet Olimpijski i respektowanej przez Światową Agencję Antydopingową (WADA), stosuje się do regulaminów, procedur i sankcji tej ostatniej.

W przypadku sankcji antydopingowej wniesionej przez UWW wobec zawodnika, organem odwoławczym jest Sportowy Sąd Arbitrażowy (Court of Arbitration for Sport - CAS) w Lozannie (Szwajcaria), po tym jak wyczerpane zostały wszelkie odnośne przepisy odwoławcze wymienione w zasadach antydopingowych UWW.

Art. 4 – Redukcja wagi

W odniesieniu do redukcji wagi w strefie zawodów UWW przyjęło następujące ustalenia: odwadnianie się lub nadmierne ograniczenie kaloryczne, używanie leków moczopędnych, wymiotnych, przeczyszczających i powodowanie samoistnych wymiotów jest zakazane przez UWW. *Pankrationiści* poniżej 18-go roku życia są objęci zakazem używania sauny, łaźni parowych, oraz kombinezonów paroprzepuszczalnych.

PROCEDURA ZAWODÓW

Art. 5 – System zawodów

System zawodów jest zgodny z systemem przyjętym przez UWW dla zawodów olimpijskich w oparciu o eliminację bezpośrednią (bez repasaży). Parowanie odbywa się w kolejności wylosowanych liczb. W przypadku nieidealnej liczby *pankrationistów* (tj. 4, 8, 16, 32, 64 itd.), wybrane mecze kwalifikacyjne będą rozgrywane od dołu drabinki. *Pankrationiści* wygrywający walki będą je kontynuować zgodnie z zestawieniem w drabinkach, dopóki nie pozostanie dwóch niepokonanych *pankrationistów*. Będą oni walczyć w finale o złoty i srebrny medal. Przegrani w półfinałach biorą udział w walkach o 3 i 4 miejsce (jeden brązowy medal za jedno 3 miejsce).

W przypadku gdy kategoria liczy mniej niż 6 zawodników, konkurencja będzie przebiegać według „systemu nordyckiego” (każdy zawodnik będzie rywalizował z innym). Również w tym przypadku jest tylko jedno 3 miejsce nagradzane brązowym medalem. W „systemie nordyckim” ranking będzie tworzony według liczby zwycięstw. W przypadku remisu o pozycji *pankrationistów* zadecydują punkty w klasyfikacji, a jeśli nadal będą równe, zwycięzca ich bezpośredniej walki zostanie sklasyfikowany przed konkurentem.

Do obowiązków członków Komitetu (co najmniej dwóch z nich) i Dyrektora Technicznego (DT) należy decyzja, czy przyjęć system „nordycki”, czy pucharowy. System będzie zastosowany w dniu zawodów, zależnie od liczby uczestników.

Art. 6 – Kontrola medyczna i kontrola ubioru

Na badania lekarskie zostaną zapewnione oddzielne pokoje lub godziny dla mężczyzn i kobiet. Zawodnicy powinni nosić szorty lub bieliznę. Personel medyczny będzie badał zawodników pod kątem infekcji skóry i schorzeń, takich jak skaleczenia lub choroby zakaźne. Personel medyczny ma pełne uprawnienia do decydowania, czy sportowcy zostaną dopuszczeni do zawodów.

Art. 7 – Ważenie

Ważenie odbywa się dzień przed zawodami. Dostęp do niego jest otwarty wyłącznie dla zawodników, *proponetów* (trenerów), *hellanodekesów* (sędziów) i oficjalnego personelu ważenia. Żaden zawodnik nie zostanie dopuszczony do ważenia, jeśli nie przeszedł badania lekarskiego w terminie określonym w programie danych zawodów. Zawodnik lub *proponet* (trener) przed wagą muszą okazać: a) licencję UWW; b) paszport; c) międzynarodowe zaświadczenie lekarskie.

Oficjalne ważenie dla zawodów Pankration odbywa się dzień przed zawodami. Jeśli z jakiegokolwiek powodu (np. ceremonii otwarcia) zostanie zaproponowany inny termin, zostanie to zatwierdzone przez WPAC. Ważenie i kontrola medyczna trwa 30 minut. Dostęp jest ograniczony dla zawodników, *proponetów* (trenerów), *hellanodekesów* (sędziów) i oficjalnego personelu ważenia. Żaden zawodnik nie zostanie dopuszczony do ważenia, jeśli nie przeszedł badania lekarskiego w terminie określonym w programie danych zawodów. Zawodnik lub *proponet* (trener) przed wagą muszą okazać: a) licencję UWW; b) paszport; c) międzynarodowe zaświadczenie lekarskie.

Art. 8 – Losowanie par

Zawodnicy są dobierani w pary w każdej rundzie według kolejności numerycznej ustalonej na podstawie losowania dokonanego najpóźniej w dniu poprzedzającym dzień zawodów w danej kategorii wagowej. Losowanie musi być otwarte dla mediów. System zarządzania zawodami UWW będzie stosowany do losowania i zarządzania wszystkimi zawodami międzynarodowymi wpisanymi do kalendarza UWW.

W przypadku braku możliwości skorzystania z systemu zarządzania zawodami UWW, należy umieścić w urnie, torbie lub innym podobnym przedmiocie numerowane żetony. Jeśli używany jest inny system, musi być przejrzysty.

Jeśli lider zespołu (lub jego zastępca) nie może uczestniczyć w losowaniu z wyjątkowego powodu, musi poinformować o tym organizatora, w przeciwnym razie jego zawodnik (zawodnicy) nie będzie uczestniczyć w losowaniu. Organizator będzie odpowiedzialny za kontakt z zespołem wyników UWW.

Ważne: Jeżeli osoba odpowiedzialna za ważenie i losowanie zauważy błąd w regulaminowej procedurze, jak opisano powyżej, losowanie dla danej kategorii należy anulować. Losowanie tej kategorii zostanie następnie powtórzone za zgodą delegata technicznego.

Sędziowie są odpowiedzialni za spisanie liczb wylosowanych przez zawodników oraz podpisanie i datowanie formularza ważenia, który będzie decydował w przypadku jakiegokolwiek protestu.

STRUKTURA

Art. 9 – Kategorie wiekowe i wagowe

Wszyscy sportowcy muszą przedstawić oficjalny dokument potwierdzający ich wiek i tożsamość. Każdy zawodnik startujący w kategorii wiekowej niższej niż wyznaczona przez UWW kategoria wiekowa zostanie automatycznie zdyskwalifikowany z aktualnych zawodów. We wszystkich kategoriach sportowcy mogą startować do dokładnej górnej kategorii kilogramowej i wiekowej. Każdy zawodnik może startować tylko w jednej kategorii wiekowej i wagowej.

Chłopcy/dziewczęta: 14-15 lat

- **Chłopcy:** 45, 50, 55, 60, 65, 70, +70kg.
- **Dziewczęta:** 40, 45, 50, 55, 60, 65, +65kg.

Kadeci: 16-17 lat (od 15 lat z zaświadczeniem medycznym i rodzicielskim)

- **Mężczyźni:** 50, 55, 60, 65, 70, 75, +75kg.
- **Kobiety:** 45, 50, 55, 60, 65, 70, +70kg.

Juniorzy: 18-19 lat (od 17 lat z zaświadczeniem medycznym i rodzicielskim)

- **Mężczyźni:** 60, 66, 71, 77, 84, 92, 100, +100 kg.
- **Kobiety:** 50, 53, 57, 61, 65, 70, 75, +75kg:

Seniorzy: 20 lat i starsi (20-35 lat; od 19 lat z zaświadczeniem medycznym i rodzicielskim)

- **Mężczyźni:** 60, 66, 71, 77, 84, 92, 100, +100 kg.
- **Kobiety:** 50, 53, 57, 61, 65, 70, 75, +75kg

Weterani: powyżej 35 lat (36-45 lat)

- **Mężczyźni:** 60, 66, 71, 77, 84, 92, 100, +100 kg.
- **Kobiety:** 50, 53, 57, 61, 65, 70, 75, +75kg.

*Pankrationiści w kategorii Weteranów A 36-40 lat mogą startować w niższej kategorii wiekowej Seniorów 20-35 lat po okazaniu zgody lekarskiej. Pankrationiści w kategorii Weteranów B 41-45 mogą startować w dokładnie niższej kategorii wiekowej Weteranów A 36-40, ale nie w kategorii seniorów. Ta kategoria może być podzielona na dwie kategorie: Weterani A 36-40 i Weterani B 41-45 lat, wyłącznie gdy w każdej kategorii wagowej jest co najmniej 3 zawodników. W sytuacji zjednoczenia obu kategorii Weteranów (A+B) nie dopuszcza się dalszej zmiany do niższej kategorii wiekowej. Wszystkie kategorie wagowe mogą zostać ujednoczone decyzją członków Komisji (co najmniej dwóch) i DT zależnie od liczby uczestników.

Art. 10 – Endyma (uniform) i wygląd zawodnika

Pankrationiści pojawiają się na skraju palestry w endymie i zatwierdzonych przez WPAC ochraniaczach.

Endyma:

Endyma składa się z *rush guard'a* (biały i niebieski) i spodni (białe i niebieskie) sięgających do kostek z paskiem meandrów po bokach. Pierwszy wezwany *pankrationista* będzie nosił białą *endymę*, a drugi wezwany *pankrationista* będzie nosił niebieską *endymę*.

Sprzęt ochronny:

Pankrationiści (*Athlima*) mogą używać zatwierdzonych przez WPAC rękawic o wadze 7 uncji i ochraniaczy na golenie, ochraniacza pachwiny i (opcjonalnie) ochraniacza szczęki. Kobietom wolno również nosić ochraniacz na klatkę piersiową. Sportowcy w niebieskiej *endymie* będą używać niebieskich rękawic, a zawodnicy w białej *endymie* - białych rękawic. 7-uncjowe rękawice *Pankration Athlima* są używane tylko w *Pankration Athlima*. Zawodnicy mogą zdecydować się na użycie sprzętu ochronnego w *Polydamas* i *Palaesmata*.

Kody państw:

Na wszystkich Mistrzostwach Kontynentalnych i Świata *Pankrationiści* powinni nosić oficjalny skrót nazwy swojego kraju na plecach swojego ubioru (*rush guard'a*).

Reklamy na uniformie:

Pankrationiści mogą nosić nazwy lub symbole sponsorów na swoich strojach startowych, o ile nie przeszkadzają one w identyfikacji koloru stroju i skrótu kraju. Możliwe miejsca to: 1) na plecach maksymalnie 30 x 25 cm; obejmująca

a) sponsora; b) imię i nazwisko zawodnika; c) kod kraju 2) na prawym ramieniu zarezerwowane dla logo UWW maksymalnie 12 x 12 cm; 3) na lewym ramieniu zarezerwowane dla logo federacji narodowej maksymalnie 12 x 12 cm; 4) na prawej piersi maksymalnie 12 x 12 cm dla sponsora; 5) na lewej piersi zarezerwowane dla flagi narodowej maksymalnie 10 x 7 cm

Wygląd i higiena osobista:

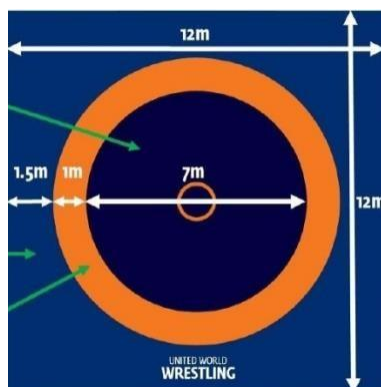
Endyma powinna być czysta, generalnie sucha i wolna od nieprzyjemnego zapachu. *Pankratiastom* zabrania się noszenia bandażu na nadgarstkach, ramionach lub kostkach, z wyjątkiem następstwa kontuzji lub na polecenie lekarza.

Pankratiastom zabrania się noszenia jakichkolwiek przedmiotów które mogą zranić przeciwnika, takich jak naszyjniki, bransoletki, obrączki na kostkach u nóg, pierścienie na palce u rąk i nóg, wszelkiego rodzaju kolczyki, protezy itp. Palce i paznokcie *pankratiastów* powinny być starannie obcięte, bez ostrych krawędzi. Jeżeli włosy zawodnika są dłuższe niż długość ramion, zawodnik musi nosić sportową osłonę na włosy. *Pankratiastom* powinni być zadbany, a ich włosy i skóra powinny być wolne od tłustych, oleistych i lepkich substancji. W trosce o zdrowie, higienę i warunki sanitarne zawodników zasady te należy bezwzględnie egzekwować.

Podczas badania lekarskiego UWW *hellanodekes* (sędzia) sprawdza, czy wszyscy zawodnicy spełniają wymagania tego sportu/sztuki. Zawodnicy muszą zostać ostrzeżeni, że jeśli ich wygląd lub strój nie są prawidłowe, nie zostaną dopuszczeni do zawodów. Jeśli *pankratiastom* wejdzie do palestry z wyglądem niezgodnym z niniejszym regulaminem, będzie miał 2 minuty na zmianę, w przeciwnym razie przegra mecz przez poddanie.

Art. 11 – Strefa walki

Strefa walki w *Pankrationie* nazywa się **PALAESTRA**. We wszystkich zawodach sankcjonowanych przez UWW należy stosować zatwierdzone przez UWW maty o wymiarach 12x12 metrów zawierające okrąg o średnicy 10 metrów. W centrum *palaestry* powinien znajdować się okrąg o średnicy od 1 do 3 metrów, który będzie służył jako punkt wyjścia dla *pankratiastów*. Maty mogą być białe, niebieskie lub w oficjalnych kolorach olimpijskich zapasów.



Art. 12 – Opieka medyczna

Za obsługę medyczną odpowiada organizator zawodów UWW. Personel medyczny jest odpowiedzialny za przeprowadzanie wszystkich badań lekarskich, jak również za nadzór medyczny podczas całych zawodów.

W trakcie zawodów lekarz interweniuje tylko na wezwanie centralnego *hellanodekes* (sędziego), personel medyczny powinien być gotowy do interwencji w razie wypadku lub urazu i zdecydować, czy *pankratiastom* jest zdolny do kontynuowania *agonu* (walki).

Pankratiastom nie może opuścić *palaestry* w przypadku poważnej kontuzji. W takim przypadku *hellanodekes* (sędzia) niezwłocznie przerywa walkę i zwraca się do naczelnego lekarza o zbadanie *pankratiasty* na *palaestrze*.

HELLANODEKEA - ZESPÓŁ SĘDZIOWSKI

Art. 13 – Skład

Hellanodikia (zespół sędziowski) na każdy *agon* (walkę) składać się będzie z: 1 przewodniczącego *palaestry* (maty),

1 sędziego centralnego (*hellanodekesa*) i 2 sędziów bocznych (*hellanodekes*).

Sędzia centralny *hellanodekes* ustawiony jest na środkowym kręgu *palaestry*, twarzą do stolika sędziowskiego, podczas gdy dwóch bocznych *hellanodekes*ów ustawionych jest naprzeciw siebie po obu stronach *palaestry*. Na ważniejszych zawodach członkowie organu *hellanodekes*ów nie mogą w żadnym wypadku być tej samej narodowości, ani prowadzić walk gdzie udział biorą *Pankrationiści* z tego samego kraju co sędzia. Jeśli to konieczne, zespół sędziowski *Hellanodikii* może zostać zmieniony. Decyzja może zostać podjęta za zgodą członków komisji obecnych na mistrzostwach (co najmniej dwóch) oraz w porozumieniu z Sędzią Głównym (Delegatem Sędziowskim).

Art. 14 – *Endyma* (Uniform)

Zespół sędziowski *hellanodekea* powinien nosić *endymę* złożoną z czarnej koszulki polo, czarnych spodni i czarnych butów sportowych. Zespół sędziowski *hellanodekea* powinien nosić niebieską opaskę na lewym nadgarstku i białą opaskę na prawym nadgarstku. Boczni *hellanodekea* powinni trzymać małą, białą flagę w prawej ręce i małą, niebieską flagę w lewej ręce. Ponadto centralny *hellanodekes* powinien nosić rękawiczki chirurgiczne.

Art. 15 – Ogólne obowiązki

Zespół sędziowski *hellanodekea* wykonuje wszystkie przedstawione w przepisach właściwych dla zawodów *Pankration* i wszelkich ustaleniach szczególnych, które mogą być ustanowione do organizacji poszczególnych zawodów. *Hellanodekes* centralny i *hellanodekea* boczni są zobowiązani do używania podstawowej terminologii UWW i sygnałów odpowiednich do ich ról podczas prowadzenia walk. Oprócz tego, nie wolno im rozmawiać z kimkolwiek podczas walki, z wyjątkiem konsultowania się między sobą, kiedy jest to niezbędne, aby właściwie wykonywali swoje zadania.

Zespół sędziowski *hellanodekea* odpowiedzialny jest za sprawdzenie dobrego stanu *palaestry* i terenu wokół niej (zwłaszcza prawidłowego ustawienia bocznych *hellanodekea* i krzesłek w narożnikach). Od zespołu sędziowskiego oczekiwana jest również znajomość dźwięku gongów używanych w każdej *palaestrze* i sprawdzanie, czy obsada stołu sędziowskiego właściwie wykonuje swoje obowiązki. Zespół *Hellanodekea* musi posiadać całkowite zrozumienie i doświadczenie w sportach/sztukach walki, aby móc natychmiastowo ocenić wagę każdego rodzaju uderzeń i w razie potrzeby przerwać akcję, w celu zapewnienia sportowcom bezpieczeństwa.

Art. 16 – Sędzia centralny *Hellanodekes*

Hellanodekes musi być zwrócony twarzą do stolika sędziowskiego i podawać punkty i przewinienia popełnione przez zawodników. Dlatego niebieski atleta będzie po lewej stronie sędziego centralnego *hellanodekea*, a biały atleta po jego prawej stronie. Centralny *hellanodekes* będzie miał dwie kolorowe opaski na nadgarstki wskazujące kolor zawodnika, aby odpowiednio przypisać wynik. *Hellanodekes* centralny rozpatruje raport *hellanodekea* bocznych, jeśli obaj nie zgadzają się z jego opinią.

Sędzia centralny *hellanodekes* odpowiada za prawidłowe przeprowadzenie *agonów* (walk), którymi musi kierować zgodnie z oficjalnymi przepisami UWW. Powinien wzbudzać szacunek wśród zawodników i sprawować nad nimi pełną władzę tak, aby natychmiast wykonywali jego rozkazy i polecenia. Ponadto, przeprowadza walki, nie tolerując żadnych nieprzepisowych i zewnętrznych interwencji. Głównym jego zadaniem jest rozpoczynanie i przerywanie walk, nakładanie kar, przyznawanie wszystkich punktów i ogłaszanie właściwych zwycięzców. *Hellanodekes* może używać gwizdka do swojej działalności w *palaestrze*. Komendy słowne używane przez centralnego *hellanodekesa* podczas walki powinny być wydawane zgodnie z międzynarodowymi przepisami. Za każdym razem kiedy akcja musi zostać przerwana, centralny *hellanodekes* musi wydać komendę „*Pafsasthae*” (Stop) i rozdzielić *pankratiastów* poprzez dotknięcie. Obowiązki centralnego *hellanodekesa*:

- Uściskanie ręki *pankratiastów*, gdy wchodzi do *palaestry* i zanim z niej wyjdą.
- Dokonanie kontroli strojów startowych i ochraniaczy *pankratiastów* i żądanie ich zmiany w ciągu 2 minut w przypadku niezgodności z niniejszym regulaminem.
- Nie może zbliżać się zbyt blisko do zawodników w pozycji stojącej, ale zachowywać bliski dystans, jeśli są na ziemi.
- Nie zasłaniać widoku bocznemu sędziemu *hellanodekes*, stojąc zbyt blisko *pankratiastów* (zwłaszcza jeśli poddanie się wydaje się nieuchronne).

- W żadnym momencie nie może odwracać się tyłem do *pankratiastów* ryzykując utratę kontroli nad sytuacją.
- Stymulowanie werbalne biernego *pankrationisty* bez przerywania *agonu* (walki).
- Upewnienie się, że *pankrationiści* nie odpoczywają podczas walki pod pretekstem wycierania ciała, wydmuchiwania nosa, udawania kontuzji itp.
- Przerywanie akcji i wyznaczanie kar za łamanie zasad lub brutalność.
- Przerywanie akcji i zalecenie zawodnikom zmiany stroju w przypadku rozerwania (*Pankrationiści* będą mieli maksymalnie 1 minutę za każdym razem gdy zostaną poproszeni o zmianę endymy).
- Gotowość na powstrzymanie *pankratiastów*, którzy zbliżą się do krawędzi palestry.
- Przerwanie akcji i sprowadzenie *pankratiasty* z powrotem do pozycji wyjściowej, gdy akcja wyjdzie poza granice pola (tj. gdy żadna część ciała któregokolwiek z *pankratiastów* nie dotyka pola walki lub gdy jakakolwiek część ciała któregokolwiek z *pankratiasty* znajduje się poza obszarem ochronnym).
- Zatrzymanie walki w przypadku kontuzji i wezwanie do interwencji personelu medycznego.
- Zatrzymanie walki po tym jak *pankrationista* zasygnalizuje poddanie się fizycznie (przez klepanie) lub ustnie.
- *Hellanodekes* powinien również położyć rękę na każdym zawodniku, aby jeszcze bardziej zapewnić bezpieczeństwo *pankrationistom*.
- Zatrzymanie walki w odpowiednim momencie, gdy jest to konieczne.
- Upewnienie się, że *Pankrationiści* pozostaną na macie do czasu ogłoszenia wyniku *agonu*.
- Ogłoszenie zwycięzcę (podnosząc rękę zwycięzcy) po uzgodnieniu z prezydentem *palaestry*.

Art. 17 – Boczny Hellanodekes

Dwóch bocznych *hellanodekesa*, będą stać po ich wyznaczonych stronach. Będą mieli w ręku dwie flagi i zgłoszą swoje spostrzeżenia tylko wtedy, gdy nie zgodzą się z centralnym *hellanodekesem*. Jeśli centralny *hellanodekes* nie widzi zgłoszenia bocznego *hellanodekesa*, mogą oni przyciągnąć jego uwagę wymachując flagami lub gwizdząc. Centralny *hellanodekes* powinien przerwać walkę i wysłuchać spostrzeżeń bocznego *hellanodekesa*.

Obowiązki:

- Kontrola i nadzór *palaestry* i otaczającego ją obszaru (w szczególności w celu upewnienia się, że w pobliżu palestry nie znajdują się osoby nieupoważnione, z wyjątkiem *proponetes*).
- Poruszanie się po swojej stronie *palaestry*, aby zachować maksymalną widoczność *pankratiastów* w akcji.

Uwaga: Sekretariat Główny rozpatrzy jedynie raporty złożone przez centralnego *hellanodekesa*. Boczny *hellanodekes* powinien sygnalizować flagą, gdy nie zgadza się z centralnym *hellanodekesem*, tak aby centralny *hellanodekes* był świadomy różnicy zdań i zmuszony do ponownego rozważenia wyniku.

Art. 18 – Przewodniczący Palaestry (Maty)

Przewodniczący *Palaestry* zasiada przy stole punktacyjnym i nadzoruje pracę *hellanodekesów* centralnych, bocznych i obsady stolika punktowego wyznaczonych do każdego *agonu*

Przewodniczący *Palaestry* rozpatrzy punkty i zgłoszone działania, podane tylko przez centralne *Hellanodekes*. Obowiązki prezesa *Palaestry* podczas walki:

- Kontrola i nadzór palestrę i otaczającego ją obszaru.
- Potwierdzanie punktów i kar sędziemu punktowemu.
- Przerwanie *agonu*, rzucając gąbkę na *palaestrę*, aby wezwać centralnego *hellanodekesa* i bocznych *hellanodekesów* do stolika w razie potrzeby konsultacji.
- W przypadku jakiegokolwiek różnicy zdań pomiędzy sędziami, jego zadaniem jest rozstrzygnięcie sporu w celu ustalenia wyniku, wartości punktów i poddań.
- Potwierdzanie zwycięzcy (pod koniec walki) do centralnych *hellanodekesa*, aby mógł podnieść rękę zwycięzcy.
- Potwierdzanie punktów klasyfikacyjnych sędziemu punktowemu zgodnie z tabelą punktacji.
- Podpisanie protokołu po zakończeniu walki.
- Resetowanie elektronicznej tablicy wyników przed następnym meczem.

Art. 19 – Główny sędzia (Sędzia Delegat)

1. Główny sędzia kieruje pracą zespołu sędziowskiego podczas zawodów i odpowiada za organ sędziowski oraz za wszelkie kwestie związane z sędziowaniem. Sędzia Główny musi siedzieć przy specjalnym stole, monitorując maty i pracę zespołu sędziowskiego.

2. Sędzia Główny zobowiązany jest do:

- wyznaczania sędziów do ważenia;;
- przeprowadzenia konsultacji lub spotkania z sędziami w celu omówienia zasad *Pankration*;
- zorganizowania szkolenia lub kursu sędziowskiego (z egzaminami) dla uczestniczących sędziów;
- przypisania kierowników maty i sędziów do każdej maty;
- podjęcia szybkiej decyzji w razie sprawdzania nagrania wideo;
- dostarczenia prezesom *WPAC* raportu oceniającego pracę sędziów;
- podjęcia decyzję o dyskwalifikacji zawodnika;

3. Sędzia Główny ma prawo:

- zarządzenia przerwy lub przerwania zawodów w przypadku wystąpienia okoliczności uniemożliwiających normalne ich przeprowadzenie.
- zmiany Programu i harmonogramu zawodów w razie najwyższej konieczności, po porozumieniu z Delegatem Technicznym;
- zmiany funkcji sędziów w trakcie zawodów;
- odwołać sędziów za rażące błędy lub odwołać osoby, które nie wypełniają swoich obowiązków, zaznaczając to w protokole i informując DT;
- zmienić sekwencję lub kolejność walk, jeśli jest to konieczne;
- zatwierdzenia ostatecznych par i wyznaczenia sędziów do ich przeprowadzenia;;
- wydania ostrzeżenia (lub usunięcia) sportowców, sędziów, trenerów i przedstawicieli zespołów, którzy zachowują się nagannie, kłócą się z sędziami oraz naruszają przedstawione tu zasady;

4. Sędzia Główny nie ma prawa

- a) wycofać lub zmienić sędziów podczas walki;
- b) anulować decyzji sędziów;
- c) zmusić sędziego do zmiany swojej decyzji lub narzucenia swojej decyzji sędziom.

5. Ocena Sędziego Głównego

- Praca sędziego głównego (delegata sędziowskiego) nad przebiegiem mistrzostw będzie oceniana przez Prezesa ASO i WPAC.

Art. 20 – Delegat Techniczny (Dyrektor Techniczny)

1. Dyrektor Techniczny powoływany jest przez Prezydenta UWW do przeprowadzania mistrzostw międzynarodowych. Musi on zapewnić bezpieczeństwo sportowców i zasad sportowych, w miejscu gdzie odbywają się mistrzostwa.

2 Jest zobowiązany do zapewnienia:

- Pięknej i przestronnej hali sportowej jako miejsca rozgrywek międzynarodowych mistrzostw UWW;
- Hotelu dla sportowców (minimum 3 gwiazdki) oraz hotelu dla pracowników WPAC/ASO/UWW (minimum 4 gwiazdki);
- Restauracji dla wszystkich uczestników mistrzostw;
- Powitania na lotnisku ze stałym dyżurem;
- Transportu z lotniska do hoteli dla członków UWW ASO/WPAC, sędziów i drużyn
- odpowiedniej jakości i marki mat, które muszą być nowe i zatwierdzone przez UWW;
- Podium dla zawodników;
- Rezerwacji miejsc dla sędziów, członków WPAC/UWW, lekarzy, prelegentów, zapaśników i kierowników zespołów;
- Sprzętu i personelu sekretariatu technicznego;
- Sprzętu i personelu do kontroli medycznej;
- Pomieszczenia do ważenia kobiet i mężczyzn oraz metody losowania i tablic wyników;
- Internetu o odpowiedniej prędkości (minimum 4G) do stream'owania walk;
- Dystrybucji informacji, programów, wyników i biografii do prasy;
- Sal konferencyjnych dla sędziów i VIPów;
- Biura dla członków WPAC/ASO/UWW i Prezydenta;
- Hali rozgrzewkowej;
- Szatni dla drużyn;
- Punktu lub pokoju pierwszej pomocy;
- Instalacji kamer wideo i ekranów do konsultacji wideo;
- Bezpieczeństwa drzwi awaryjnych;
- Sprawdzenia rodzaju systemu przyjętego do parowania sportowców;
- Pracowników ochrony;
- Utrzymania w czystości łazienek, szatni i mat;
- Przekazania prezesom ASO i WPAC raportu z postępów w mistrzostwach.

3. Dyrektor Techniczny nie ma prawa decydować o:

- Wyborze sędziów;
- Decyzjach sędziowskich.

4. Ocena Dyrektora Technicznego

- Praca Dyrektora Technicznego w kwestii przeprowadzania mistrzostw będzie oceniana przez Prezesa ASO i WPAC.

AGON (Walka)

Art. 21 – Czas trwania Agonów (walk)

- Chłopcy/dziewczęta - 2 minuty.
- Kadeci, juniorzy i weterani - 3 minuty.
- Seniorzy - 4 minuty.
- Walki pokazowe Polydamas i Palaesmata - maksymalnie 2 minuty.

Art. 22 – Wezwanie i rozpoczęcie Agonów (walki)

Imiona obu *pankrationistów* będą wywoływane donośnym, wyraźnym głosem do palaestry. Pankrationiści powinni być wywoływani 3 razy, z co najmniej 30-sekundową przerwą między każdym wywołaniem. Jeżeli po trzecim wywołaniu *pankrationista* nie zgłosił się do *palaestry*, przegrywa mecz przez poddanie.

Kiedy ich imię zostanie wywołane, *Pankrationiści* staną po stronie odpowiadającej ich przydzielonemu kolorowi i czekają, aż centralny hellanodekes przywoła ich do siebie. Centralny hellanodekes sprawdzi ich endymy i ochraniacze, oraz daje im 2 minuty na ich wymianę w przypadku, gdy nie spełniają wymogów niniejszego regulaminu. W przypadku, gdy zawodnik nie wróci do palaestry z regulaminową endymą lub ochraniaczem po 2 minutach, przegrywa mecz walkowerem. Po zakończeniu oględzin zawodników centralny hellanodekes wydaje polecenie „AETEME” (Gotowy); zawodnicy stoją naprzeciwko siebie z opuszczonymi ramionami i zaciśniętymi pięściami, po czym unoszą prawą pięść do skroni, wymawiając „ERROSO” (to samo powitanie pojawi się również pod koniec walki). *Agon* zaczyna się, gdy *hellanodekes* ogłasza „ARXASTHAE” (Akcja), natomiast aby przerwać walkę, centralny hellanodekes ogłasza „PAFSASTHAE” (Stop).

Art. 23 – Stojąca pozycja neutralna

Stożąca pozycja neutralna jest zarządzana na początku agonów (walki) i po każdej przerwie. Obaj Pankrationiści stoją naprzeciw siebie, z pięściami w dół, z centralnym kręgiem między nimi i czekają, aż hellanodekes wypowie „AETEME” (Gotowy), aby zająć pozycję bojową.

Art. 24 – Poziomy kontakt i cele

Uderzenia i kopnięcia w ciało dozwolone są tylko w „półkontakcie”. Uderzenia bezpośrednie w twarz są zabronione w pozycji stojącej lub na ziemi. Ataki na następujące obszary ciała są zabronione.:

- Szyja
- Gardło
- Kolana
- Stawy
- Nerki
- Wzdłuż kręgosłupa
- Pachwiny

Art. 25 – Punktowanie akcji Techniki za 1 punkt

- Prawidłowe ciosy w ciało (stojąc lub na ziemi), haki w głowę, wymagana całkowita kontrola;
- Prawidłowe kopnięcie w udo od wewnątrz lub od zewnątrz;
- Prawidłowy łokieć do tułowia lub głowy (tylko boczną częścią łokcia podczas stania. Zabrania się używania kości łokcia)

Techniki za 2 punkty

- Prawidłowe kopnięcie w ciało (stojąc);
- Prawidłowe kopnięcie kolanem w ciało (tylko w pozycji stojącej)
- *Rassen* (rzuty) stojąc przez biodro i na ziemi (z wyprostowanym tułowiem) z przeciwnikiem, który rzucony jest przez ramię przeciwnika

Techniki za 3 punkty

- Prawidłowe kopnięcie okrężne w głowę z kontrolą (z pozycji stojącej);
- *Rassen* (rzut) z pozycji stojącej (z przeciwnikiem przechodzącym nad ciałem rzucającego i spadającym na plecy lub boki). Kiedy to się dzieje z pozycji kolanowej, technika warta jest 2 punkty.

Uwagi: decyzje dotyczące oceny technik

- Punktacja może być przyznana tylko przez decyzję centralnego *hellanodekesa*, lub jeśli jest wskazana przez 2 *hellanodekesów* bocznych.
- Jednoczesne uderzenia lub *rassen*, nie są nagradzane punktami.
- Każda technika rozpoczęta w granicach palaestry, ale zakończona poza jej obrębem, będzie uważana za ważną i nagrodzona odpowiednimi punktami. Z kolei każdy atak zainicjowany gdy obaj sportowcy wyjdą z palaestry, spowoduje nałożenie kary dla atakującego.

- Każda technika rozpoczęta równo z dźwiękiem gongu zostanie uznana za ważną i nagrodzona odpowiednimi punktami.
- Każdy atak zainicjowany po tym, jak zadzwonił gong, spowoduje nałożenie kary na atakującego.
- Rassen zasługuje na ocenę, gdy zawodnik jest rzuwany na plecy lub bok, dotykając palaestry całym ciałem. W przypadku braku odpowiedniego kontaktu pomiędzy zawodnikiem a palaestrą, należy je traktować jako przewroty (stojące lub na ziemi) i nie podlegające punktacji.
- Duszenia można wykonać przedramionami, za pomocą kołnierza kurtki lub z pomocą nóg.
- Technika, która rozpoczyna się w granicach pola walki, ale kończy się poza polem palaestry, jest uważana za ważną. Z kolei wszelkie techniki rozpoczęte poza palaestrą są karane.

Cechy charakteryzujące poprawnie wykonany rassen (rzut):

- Wytrącenie z równowagi (złamanie lub zdeformować naturalnej pozycji stojącej).
- Przygotowanie do zastosowania („otwarcie” pozycji przeciwnika).
- Rassen (końcowy akt rzutu po wytrąceniu z równowagi i wejściu).

Cechy charakteryzujące poprawnie wykonane uderzenie:

- Równowaga; (kontrola pozycji)
- Odległość (dokładna odległość od celu);
- Szybkość (szybka realizacja);
- Kontrola (wylimitowanie wszelkich obrażeń);
- Powrót/ponowne ustawienie (nogi lub ramienia po ataku);

Art. 26 Kato Pankration (Pankration w parterze)

Dla kategorii zawodników innych niż Uczniowie, Kadeci, Juniorzy i Seniorzy, nie przyznaje się punktów, gdy wobec przeciwnika zostaje zastosowane trzymanie/kontrola. Zawodnik może zadawać ciosy przeciwnikowi na ziemi zachowując kontrolę. Jeżeli centralny *hellanodekes* zauważy statyczną sytuację, musi on przerwać mecz i nakazać zawodnikom przejście do pozycji wyjściowej. Limit czasowy każdego poddania to 20 sekund, z wyjątkiem przypadków „apagorefsis” (zakaz klepania).

Art. 27 – Kontuzje i czas interwencji medycznej

W przypadku kontuzji lub krwawienia *Pankrationista*, natychmiast powinien interweniować personel medyczny. Właściwe przybory do czyszczenia i roztwory dezynfekujące muszą być dla nich łatwo dostępne przy stole palaestry. Obowiązkiem naczelnego lekarza jest ustalenie, czy krwawienie zostało skutecznie zatamowane i czy zawodnik może wznowić walkę, czy nie. Niezależnie od rezultatu, maksymalnie dopuszcza się 3 minuty dla każdego *Pankrationista* przez cały czas trwania walki, na leczenie krwawiącego urazu.

Jeśli centralny *hellanodekes* uzna, że *pankratysta* udaje kontuzję, aby uniknąć poddania się i/lub działania, może zdyskwalifikować winnego zawodnika. Podobnie, jeśli kontuzja nastąpi w wyniku nielegalnej akcji, centralny *hellanodekes* powinien ukarać lub zdyskwalifikować winnego *pankratystę*.

W przypadku jednoczesnej kontuzji dwóch *pankratystów* i niezdolności do kontynuowania walki, zwycięstwo przyznaje się temu, kto zdobędzie najwięcej punktów. Jeśli wynik jest równy, skład sędziowski *Hellanodekesów* konsultuje się i głosuje w celu ustalenia bardziej aktywnego zawodnika.

Art. 28 – Przerwanie Agonu

a) Jeżeli zawodnik zostanie zmuszony do przerwania walki z powodu kontuzji lub innego legalnego incydentu poza jego kontrolą, sędzia może przerwać walkę. Podczas takiej przerwy *Pankrationiści* muszą stać w pozycji wyjściowej twarzą do środka palaestry. Nie wolno im przyjmować płynów i rozmawiać z nikim. Mogą otrzymać porady od swojego trenera.

b) Jeżeli agon nie może być wznowiony z powodów medycznych, decyzję podejmuje lekarz prowadzący, który informuje zarówno trenera zawodnika którego dotyczy decyzja, jak i przewodniczącego palaestry; ten ostatni musi wtedy przerwać walkę. Decyzja wydana przez lekarza zawodów nie może zostać cofnięta.

c) W żadnym wypadku zawodnik nie może sam przerwać akcji.

d) Jeżeli akcja musi zostać przerwana z powodu celowego zranienia zawodnika przez jego przeciwnika, zostanie on zdyskwalifikowany.

e) W przypadku krwawienia u jednego z zawodników sędzia przerywa agon, aby zatamować krwawienie. Stoper uruchamia się w momencie wejścia lekarza na matę. W przypadku, gdy łączny czas przerw na leczenie krwawienia przekracza 4 minuty w całym okresie agonu, przewodniczący palestry zarządza zakończenie agonu. W takim przypadku dany zawodnik przegrywa agon, a przeciwnik wygrywa agon z powodu kontuzji konkurenta. Jeśli agon dobiegnie końca, stoper zostanie zresetowany na następną rundę.

Art. 29 – Kryteria decyzji

a) Centralny Hellanodekes ma pełne prawo do przerywania walki, jeśli uzna, że zawodnikowi grozi bezpośrednie niebezpieczeństwo poważnej kontuzji lub nie może dłużej wytrzymać uderzeń, kopnięć, techniki kończącej lub duszenia, nawet jeśli wymieniony zawodnik nie zadeklarował „apagorefsis ” (sygnału poddania). Bezpieczeństwo sportowców ma zawsze pierwszeństwo. Kiedy pankrationista porzuca walkę, ustnie lub przez apagorefsis – klepanie w palaestrę lub w ciało przeciwnika ręką lub nogą, przeciwnik jest automatycznie ogłaszany zwycięzcą, bez względu na ilość zgromadzonych punktów lub czas agonu. Jeżeli na koniec czasu nie wystąpiła żadna z wyżej opisanych sytuacji, zwycięzcą zostaje pankrationista, który zdobył największą liczbę punktów.

b) Przewaga techniczna. Jeśli zawodnik uzyskał 10 punktów przewagi nad przeciwnikiem, centralny hellanodekes

zatrzyma mecz i ogłosi zwycięstwo „przewagą techniczną”.

c) W przypadku remisu punktowego zwycięzca zostanie ogłoszony z uwzględnieniem następujących kwestii:

- najwyżej punktowana technika;
- najniższa liczba punktów karnych/ostrzeżeń;
- decyzja hellanodeksa o przewadze technicznej;

Art. 30 – Protesty

Przegląd wideo może zostać zarządzony podczas agonu (walki), jeśli naczelny Hellanodekes (sędzia) zauważy, że popełniono rażący błąd sędziowski, ale wynik walki nie może w żadnym wypadku zostać zmodyfikowany po ogłoszeniu zwycięstwa na *Palaestrze*. Organizatorzy muszą być przygotowani na nagranie wideo z zawodów, aby dać hellanodekes kontrolę nad ewentualnymi protestami. Protest może zostać wniesiony powstać tylko podczas walki. *Proponetes* (trenerzy), którzy zamierzają wnieść protest, muszą natychmiast po przyznaniu punktów przez Hellanodekes rzucić gąbkę i pozostać na swoim miejscu. Dlatego szef Sekretariatu i *Hellanodekes* przerywa *agon* (walka), gdy tylko zakończy bieżącą akcję. Jeśli zawodnik nie zgadza się z decyzją swojego trenera, *agon* jest kontynuowany. Jeśli zawodnik akceptuje protest trenera, zespół *hellanodekes*ów obserwuje nagrania wideo. Jeśli zespół zaakceptuje protest, *hellanodekesi* ponownie ocenią wynik, ale jeśli protest nie zostanie potwierdzony decyzją sędziowską, zawodnik przegrywa protest, a przeciwnik otrzymuje 3 punkty. Jednak wynik *agonu* w żadnym wypadku nie może zostać zmieniony po ogłoszeniu zwycięzcy. Ostateczna decyzja głównego *hellanodekesa* uznawana przez wszystkich i we wszystkich przypadkach.

Uwaga: protest można wnieść tylko w odniesieniu do akcji (walka) i w kwestiach technicznych. Nie może być on wniesiony przez trenerów lub sportowców w sprawie odwołań, odpowiedzialności lub nielegalnych działań.

Art. 31 – Punkty klasyfikacji

Punkty klasyfikacji, które zawodnicy otrzymują za walkę (dla każdej kategorii wagowej), służą do ustalenia ostatecznego rankingu ich federacji.

- 1 Miejsce = 10 punktów
- 2 Miejsce = 8 punktów
- 3 Miejsce = 6 punktów

Przewinienia Techniczne

Art. 32 Pasywność

Obowiązkiem pankratiasty jest utrzymanie akcji poprzez ciągłą aktywność poprzez uderzanie i kopanie, zapasy i/lub poprawianie pozycji w celu podporządkowania przeciwnika, przy jednoczesnym podejmowaniu uczciwych prób kontrolowania akcji.

Kiedy centralny hellanodekes zauważy, że Pankrationiści wykazują bierność lub przeciąganie, powinien spróbować stymulować ich komendami słownymi („Niebiesko-Biały Otwarte” lub „Niebiesko-Biała Akcja”) bez przerywania agonu. Jeżeli zawodnik nadal pozostaje bierny po wydaniu komendy słownej, centralni hellanodekes wskazują pasywnego pankratiastę poprzez podniesienie właściwej ręki z kolorowym paskiem i ostrzegają go. Każde ostrzeżenie musi być zapisane na karcie punktowej.

Pierwsze ostrzeżenie za bierność jest ustne i nie powoduje żadnych konsekwencji, kolejne ostrzeżenie dodaje przeciwnikowi 1 punkt, natomiast trzecie ostrzeżenie skutkuje dyskwalifikacją biernego zawodnika:

1. Ostrzeżenie ANTATHLETIC= 1 punkt;
2. Drugie Ostrzeżenie ANTATHLETIC= 1 punkt;
3. Trzecie ostrzeżenie ANTATHLETIC= Dyskwalifikacja.

Pasywność obejmuje:

- Opóźnianie działania poprzez komunikację z proponetes/naróżnikiem.
- Opuszczenie palaestry bez pozwolenia
- Zbyt wolny powrót do centrum palestry w celu wznowienia walki
- Nadużywanie przerw technicznych
- Uciekanie z palaestry. Za wyjście poza matę uznawana jest sytuacja gdy żadna część ciała któregokolwiek z Pankratiastów nie dotyka pola walki lub gdy jakakolwiek część ciała któregokolwiek z Pankrationista znajduje się poza obszarem ochronnym.
- Ucieczka z pozycji w celu uniknięcia wstawania lub walki naziemnej.
- Odwrócenie się tyłem do przeciwnika w celu uniknięcia uderzenia
- Falstart (tj. rozpoczęcie walki przed komendą *hellanodekesa*)

Art. 33 – Nielegalne akcje i trzymania

Wszystkie przewinienia podlegają autorytetowi centralnego *hellanodekesa*. Jeżeli *Pankrationista* złamie Kodeks Etyki UWW w sposób rażący i niesportowy, centralny hellanodekes musi zdyskwalifikować go z *agonu* lub z zawodów. Każde naruszenie spowoduje wstrzymanie akcji oraz zgłoszenie wykroczenia i nałożenie sankcji. Każde wykroczenie skutkuje przyznaniem przeciwnikowi 1 punktu, aż do trzeciego wykroczenia, które prowadzi do dyskwalifikacji.

1. ANTATHLETIC= 1 punkt;
2. ANTATHLETIC= 1 punkt;
3. ANTATHLETIC= Dyskwalifikacja.

Jeżeli pankrationista zostanie kontuzjowany w wyniku nielegalnego działania i nie może kontynuować walki, zawodnik, który spowodował kontuzję zostanie zdyskwalifikowany i nie może kontynuować walki w aktualnych mistrzostwach. Zawodnik, który na którym została użyta nielegalna technika, wygrywa mecz, ale nie może kontynuować walki w aktualnych mistrzostwach i zatrzymuje się w danym miejscu w rankingu.

Niedozwolone akcje obejmują:

- Uderzenia w głowę, szyję, gardło, kręgosłup, nerki, szyję, stawy, pachwiny, kolana i poniżej.
- Niekontrolowane kopnięcia w ciało przeciwnika na ziemi;
- Dźwignie na kręgosłupa, uciskanie genitaliów;
- Celowe próby złamania kości lub stawów (tj. nie danie przeciwnikowi wystarczającej ilości czasu na odklepanie przy próbach poddania);
- Uderzenia głową, agresywne uciskanie/uderzanie twarzy przedramieniem
- Gryzienie, drapanie, plucie
- Wkładanie palców we wrażliwe części ciała (oczy, uszy, nos, genitalia)
- Ciągnięcie za włosy, nos, uszy lub atakowanie pachwiny
- Niekontrolowane rassen (tj. rzuty z pozycji stojącej na głowę lub szyję i rzuty z lądowaniem na kolanie rzucającego)
- Niekontrolowane ciosy i kopnięcia
- Uderzanie przeciwnika o ziemię (lub spadanie na przeciwnika), aby uniknąć dźwigni lub duszenia, lub jeśli przeciwnik oplata ciało nogami.
- Łączenie dźwigni na przeguby i rasy

- Używanie palców do duszenia gardła/tchawicy
- Skręcanie lub stąpanie na głowę lub szyję, kolana i łokcie.
- Używanie chwytu na szyi przeciwnika do rzucania, lub upadku do uniknięcia chwytów i/lub kontroli lub przetoczenia.
- Skręcanie palców.
- Krucyfiks, Nelson, Can opener.
- Trzymanie mniej niż czterech palców u rąk lub nóg.
- Powlekanie skóry jakąkolwiek substancją lub stosowanie gazików lub wszelkiego rodzaju materiałów ochronnych bez upoważnienia naczelnego lekarza i zgody hellanodekesa.
- Klótnie/obelgi wobec kogokolwiek obecnego na sali zawodów.
- Obojętność własnego bezpieczeństwa przez brak ochrony.
- Umieszczanie dłoni na twarzy podczas walki na ziemi lub w stójce.
- Pchanie lub ciągnięcie głowy od tyłu przeciwnika w pozycji stojącej lub na ziemi. Kopnięcie hakiem z góry (kopnięcie z góry, uderzenie piętą).

Uwaga: Jakiegokolwiek nielegalne działanie lub wyjście z pola walki wykonane w celu uniemożliwienia przeciwnikowi dokończenia poddania za pomocą dźwigni lub uduszenia będzie skutkowało natychmiastową sankcją aż do dyskwalifikacji po konsultacji z bocznymi hellanodekesami.

Art. 34 – Procedura dyskwalifikacji (kod etyki)

Kodeks Etyki UWW zdecydowanie potępia wszelkie formy brutalności, przemocy lub nękania w strefie zawodów. Jeśli sportowiec, proponetes (trener) lub widz okazuje niedopuszczalne zachowanie w swoich słowach, gestach lub działaniach, obowiązkiem centralnego Hellanodekesa jest osądzenie, czy to zachowanie jest uważane za naruszenie regulaminu etyki. Jeśli centralny hellanodekes stwierdzi, że zachowanie narusza regulamin, wyda on pierwsze ostrzeżenie osobie winnej jako ostrzeżenie przed wyrzuceniem. Pierwsze ostrzeżenie spowoduje odjęcie 1 punktu klasyfikacyjnego drużynie, którą reprezentuje dana osoba. Jeśli naruszenie wystąpi ponownie, osoba odpowiedzialna za naruszenie zostanie wykluczona z zawodów. Wykluczenie spowoduje odjęcie drużynie tego zawodnika 2 punktów klasyfikacyjnych. Jeśli centralny hellanodekes uzna, że zachowanie wykracza daleko poza normalne naruszenie, może pominąć pierwsze ostrzeżenie i bezpośrednio usunąć odpowiedzialną za to osobę.

POLYDAMAS

Polydamas to impreza demonstracyjna upamiętniająca starożytnego zwycięzcę olimpijskiego Polydamasa ze Skotousy w Tesalii (Grecja), który nagi i nieuzbrojony unicestwił trójreki żołnierzy perskiego króla Dario, zwanych nieśmiertelnymi. Stało się to pod koniec VI wieku p.n.e. na jego dziedzińcu jego pałacu w Sousa.

Art. 35 – Uczestnictwo

W Polydamas mogą brać udział wszyscy sportowcy w wieku od 18 lat. Drużyny składają się z trzech napastników i jednego obrońcy i mogą być mężczyznami lub kobietami (w zależności od środkowego sportowca- Polydamy). Liczba uczestniczących drużyn będzie każdorazowo weryfikowana.

Art. 36 – Program

Czas prezentacji Polydamas nie może przekroczyć 2 minut. Zawodnicy mogą zaprezentować wybrane przez siebie techniki zapaśnicze i uderzeniowe, ale każdy program powinien zawierać co najmniej 6 kombinacji. Podczas imprezy Polydamas można wykonywać techniki zabronione w walce.

Każdy program musi zawierać następujące rodzaje ataków:

- Atak z góry z pionowym ciosem schodzącym w głowę.
- Atak rozpoczynający się od prawej strony napastnika z kierunkiem równoległym do lewej strony obrońcy, niezależnie od wysokości ataku.
- Atak rozpoczynający się od lewej strony napastnika z kierunkiem równoległym do prawej strony obrońcy, niezależnie od wysokości ataku.
- Atak czołowy, niezależny od wysokości ataku.
- Następujące rodzaje broni mogą być używane przez atakujących:
- Pałka wykonana z drewna o grubości około 2cm i długości 50-60cm.
- Sztylet wykonany z drewna lub elastycznego materiału o grubości ok. 1-2cm i długości 20cm.
- Lanca wykonana z drewna o grubości 2cm i długości 185cm.

Art. 37 – Ocena

Zespół *hellanodekes'ów* składa się z centralnego *hellanodekesa* jako prezydenta siedzącego przed stołem sekretariatu i jednego *hellanodekesa* siedzącego na środku każdej strony palestry. Oceniają oni wyniki każdego zespołu według następujących kryteriów:

- Dynamiczne stosowanie kombinacji.
- Prawidłowy timing ruchów obrony i ataku.
- Odpowiednia odległość oddziaływania.
- Ciągłe napięcie, uwaga, dynamiczna postawa i pozycja bojowa, koncentracja przed i po zastosowaniu kombinacji.
- Neutralizacja każdego atakującego przy ostatniej kombinacji.
- Różnorodność zastosowań w technikach i kombinacjach.

PALAESMATA

Zawody Palaesmata (zapasy z ciosami) podkreślają historyczną stronę Pankrationu, odzwierciedlając procedury treningowe, które były przeprowadzane we wszystkich starożytnych gimnazjach greckich. Zawody w Palaesmacie pokazują jakość sportowca i jego znajomość technik; odzwierciedla on trening, któremu został poddany podczas przygotowań.

Art. 38 – Uczestnictwo

W Palaesmacie może wziąć udział każdy sportowiec powyżej 6. roku życia. Drużyny składają się z dwóch pankratiastów tej samej płci. Podczas Palaesmaty można wykonywać techniki zakazane w walce. Liczba uczestniczących drużyn będzie każdorazowo weryfikowana.

Art. 39 – Program

Program Palaesmata nie może przekraczać 2 minut. Zawodnicy mogą zaprezentować wybrane przez siebie techniki, ale każda prezentacja powinna zawierać kombinacje technik stojących i w parterze (Kato-Pankration).

Program musi pokazywać realistyczne formy ataków, które mogą wystąpić poza regułami (poza palestrą i w sytuacji paniki). W takich okolicznościach mechanizmy obronne sportowców działają tak, że mogą osiągnąć poziom, który można scharakteryzować jako „Pammahos” (totalny/ostateczny/kompletny bojownik). Koniec Palaesmaty zawsze będzie zaakcentowany ostatecznym uderzeniem, albo odejściem jednego pankrationista. W żadnym wypadku nie może powodować żadnych obrażeń, widocznych lub nie. Palaesmata musi pokazywać jasny i wyraźny obraz Pankration. Dlatego teatralne ruchy bez treści nie są oceniane, ponieważ wydarzenie to nie powinno poświęcać jakości dla promocji spektaklu.

Art. 40 – Ocena

Zespół *hellanodekes'ów* składa się z jednego centralnego *hellanodekesa* siedzącego z przodu przy stole sekretariatu i trzech *hellanodekes'ów* siedzących pośrodku każdej strony palaestry. Oceniają oni wyniki każdego zespołu według następujących kryteriów:

- Dynamiczne stosowanie kombinacji.
- Prawidłowy timing ruchów obrony i ataku.
- Odpowiednia odległość oddziaływania.
- Ciągłe napięcie, uwaga, dynamiczna postawa i pozycja bojowa, koncentracja przed i po zastosowaniu kombinacji.
- Neutralizacja każdego atakującego przy ostatniej kombinacji.
- Różnorodność zastosowań w technikach i kombinacjach.

SYSTEM PUNKTOWY POLYDAMAS I PALAESMATA

W konkurencjach Polydamas i Palaesmata wyniki są wyświetlane za pomocą kwadratowych kart, które przy pierwszym gwizdku centralnego hellanodekesa są jednocześnie podnoszone przez hellanodekesów i obracane w kierunku środkowych hellanodeków. Wyniki zostaną ogłoszone i zwrócone w stronę widzów. Po drugim gwizdku hellanodekesa wszystkie karty zostaną opuszczone.

Punktacja waha się od 0 do 9 punktów. W przypadku, gdy program przekroczy przepisowe 2 minuty lub jeśli pankrationista wyjdzie poza obszar palaestry, drużyna za każdym razem straci 0,2 punktu. Za wyjście poza obszar palaestry w celu odzyskania broni nie przyznaje się kary.

Po zarejestrowaniu punktów przyznanych przez hellanodekes, Przewodniczący Palaestry odrzuca najwyższy i najniższy wynik, i dodaje sumę dwóch pozostałych wyników.

Drużyny zostaną następnie uporządkowane w kolejności malejącej, zgodnie z ich średnimi wynikami.

W przypadku równej liczby punktów pomiędzy drużynami, ranking ustala się w następujący sposób:

- w przypadku remisu dodawany jest najniższy wynik z odrzuconych,
- w przypadku remisu dodawany jest najwyższy wynik z odrzuconych.

Jeśli wynik jest nadal remisowy po zbadaniu powyższych kryteriów, dwie równe drużyny będą ponownie rywalizować poprzez nowy pokaz z nową zespołem hellanodekesów na palaestrze.

Punktacja uzyskana w Palaesmacie i Polydamas służy do ustalenia ostatecznej klasyfikacji.

- 1 miejsce = 10 punktów
- 2 miejsce = 8 punktów
- 3 miejsce = 6 punktów

Wynik uzyskany w klasyfikacji końcowej Palaesmata i Polydamas zostanie dodany do wyniku klasyfikacji końcowej walk, tworząc pojedynczą klasyfikację końcową.

PANKRATION

Art. 42 – Ogólne normy

Pankration to walka pomiędzy dwoma zawodnikami w wieku powyżej 18 lat, której celem jest zwycięstwo nad przeciwnikiem poprzez punkty przyznane za techniki ciosów i kopnięć lub uzyskując nokaut zgodnie z niniejszym Regulaminem. W Pankration zastosowano te same normy i zasady jak w Pankration Athlima, z wyjątkiem poniższych artykułów.

Art. 43 – Wygląd

Podczas walki Pankration zawodnicy muszą nosić czarne spodenki i niebieską lub białą koszulkę, bez napisów i sponsorów. Jedynym dozwolonym napisem jest 'Pankration'. Hellanodekesi muszą nosić czarne spodnie i T-shirt.

Art. 44 – Ubiór ochronny

Sportowcy mogą używać tej samej ochrony co Pankration Athlima, w tym 7-uncjowych rękawic z otwartymi palcami. Obowiązkowe jest noszenie czarnego kasku z plastikową kratką w celu ochrony twarzy. Odległość kratki od nosa nie powinna być mniejsza niż 3 cm. Zawodnicy w niebieskim stroju będą używać niebieskich rękawic, a zawodnicy w białym stroju - białych rękawic.

Art. 45 – Wynik

Kryteria techniczne i ograniczenia, w których prowadzone jest punktowanie, są zgodne z Regulaminem Pankration Athlima, art. 24, 25 i 34. W formule Pankration dozwolone są bezpośrednie uderzenia w twarz.

Jeżeli podczas *agonów* – walk – jeden z zawodników upadnie na ziemię po uderzeniu (kopnięcie lub cios ręką), zostanie on policzony do 8, a drugi zawodnik otrzyma 4 punkty. Jeśli zdarzy się to po raz drugi, sportowiec automatycznie przegra *agon*.

Art. 46 – Chwyty

W Kato Pankration (walka w parterze) obowiązują te same zasady co w Pankration Athlima. Za blokady nie są przyznawane żadne punkty. Wszystkie ciosy, dźwignie i uduszenia muszą być ukończone maksymalnie w ciągu 20 sekund.

Słowniczek

ΠΑΓΚΡΑΤΙΟΝ - *PANKRATIION*

Z helleńskiego słowa 'Pan' i 'Kratos' oznaczają osobę która posiada całkowity autorytet i wszystko kontroluje, władcę. W przenośni oznaczają najsilniejszego wojownika.

ΑΝΘ ΠΑΓΚΡΑΤΙΟΝ (ΟΡΘΟΣΤΑΔΗΝ) - ANO PANKRATIION (ORTHOSTADEN)

Pankration w stójce

ΚΑΤΩ ΠΑΓΚΡΑΤΙΟΝ (ΚΥΛΙΣΙΣ) – ΚΑΤΟ PANKRATIION (KELESES)

Pankration w parterze (rolowanie) ΠΟΛΥΔΑΜΑΣ -

POLYDAMAS

Walka pokazowa pomiędzy 3 uzbrojonymi *Pankrationistami*, a 1 nieuzbrojonym.

ΠΑΛΛΙΣΜΑΤΑ – *PALAESMATA*

Walka pokazowa w wykonaniu 2 *Pankrationistów*.

ΠΑΛΛΙΣΤΡΑ – *PALAEISTRA*

Pole walki *Pankrationu*

ΕΝΔΥΜΑ- *ENDEMA*

Uniform do *Pankrationu*

ΕΡΡΩΣΟ - *ERROSO*

Pozdrowienie przeciwnika przy rozpoczęciu walki lub przy rozdzieleniu.

ΕΡΡΩΣΘΕ – *ERROSTHE*

Takie samo pozdrowienie jak powyżej ale dla dwóch lub więcej osób.

ΑΝΤΙΑΘΛΗΤΙΚΟΝ – *ANTATHLETIC*

Naruszenie zasad – *nieprawidłowość stwierdzona podczas walki*

ΕΤΟΙΜΗ – *AETEME*

Gotów

ΑΡΞΑΣΘΕ – *ARXASTHAE*

Rozpoczęcie walki

ΠΑΥΣΑΣΘΕ – *PAFSASTHAE*

Zatrzymanie lub przerwanie walki

ΕΛΛΑΝΟΔΙΚΗΣ-*HELLANODEKES.*

Hellanodekes

ΕΛΛΑΝΟΔΙΚΙΑ-*HELLANODEKEA*

Sędziowanie

ΣΩΜΑ ΕΛΛΑΝΟΔΙΚΩΝ-*HELLANODEKEA BODY*

Zespół sędziowski

ΑΓΩΝ-*AGON*

Mecz, walka

ΑΓΩΝΕΣ-*AGONES*

Mecze, walki

ΡΑΣΣΕΙΝ-*RASSEN*

Rzuty, rzucanie

OSTATECZNE USTALENIA

Powyższe zasady zostały zatwierdzone przez UWW i mogą zostać w dowolnym momencie zmodyfikowane jeśli konieczne będzie wprowadzenie poprawek. W przypadku dysputy dotyczącej interpretacji przepisów, lub/i ich stosowania, priorytet ma wersja angielskojęzyczna.

OCHRONA SPORTOWCÓW DO PANKRATIONU I ATHLIMY W KOLORACH BIAŁYCH I NIEBIESKICH

REKAWICE ŻELOWE 7 oz (UNCJI)



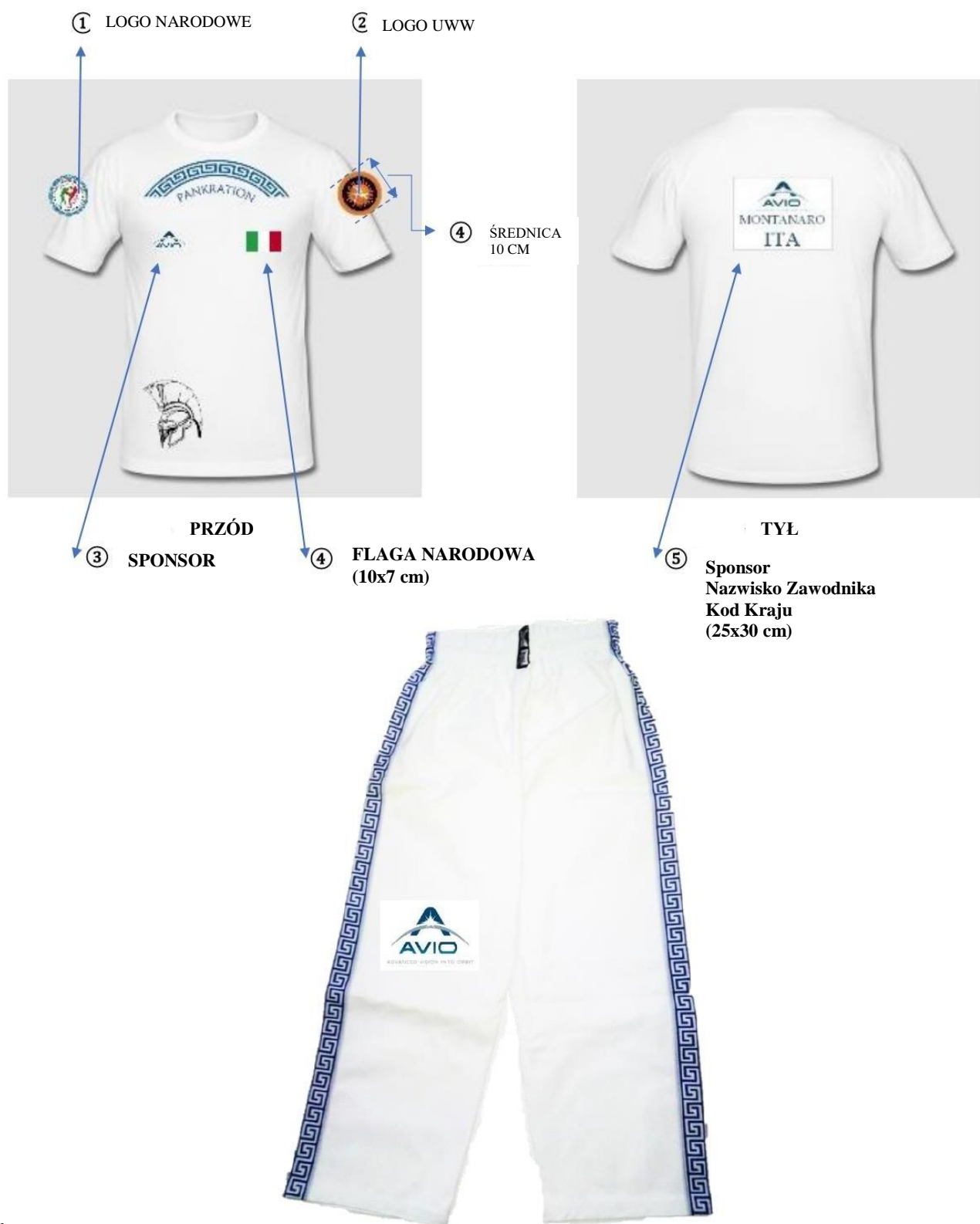
OCHRANIACZE GOLENI (materiał elastyczny)



TYLKO DO PANKRATIONU



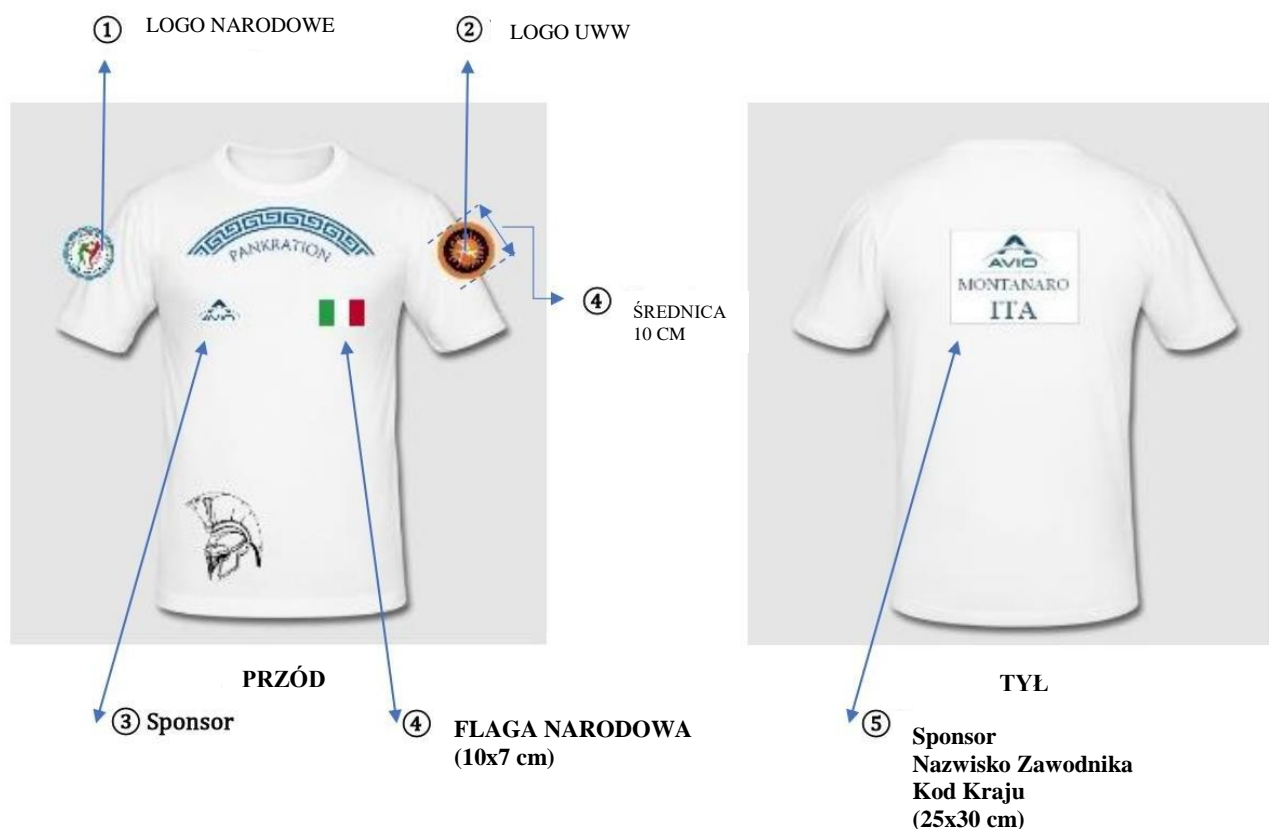
BIAŁA ENDYMA – UNIFORM DO PANKRATIONU ATHLIMA



NIEBIESKA ENDYMA – UNIFORM DO PANKRATION ATHLIMA



BIAŁA ENDYMA – UNIFORM DO PANKRATIONU



NIEBIESKA ENDYMA – UNIFORM DO PANKRATONU



Uniform sędziego (Hellanodekes'a)



