

ビギナー／プレステージ GT-F(グラップリング)ルール

試合形式

- 試合は、プレステージ GT-F ルールによる3分×1ラウンド、1本勝負(※)とし、時間切れの場合は引き分けとする。
(※レフェリーの判断による早期の試合ストップあり。)

コスチューム

- マウスピース・ファールカップの着用は任意とする。
- シューズの着用は自由とする。(ソールが硬質でないレスリング・サンボシューズのみ)
- 上記以外は、ランニング・T シャツ、プラスチック、金属、またずれ落ちやすく破れやすい素材や安全性に欠ける材質等を使用した物以外で、試合に支障をきたさない範囲であれば、原則自由とする。

セコンド

- セコンドは、1名のみとし、棄権時の意思表示に備え、白いタオルを持参し試合に臨むものとする。

主な反則事項

- あらゆる消極的戦い。
 - A) “手の探り合い”を続ける。
 - B) “お見合い状態”を続ける。
 - C) 相手の攻撃を待つばかりで、カウンター狙いに固執し自ら積極的に攻めない。
 - D) “亀になる”行為を繰り返す。
 - E) 積極的に極めに行こうとしない。
- クリンチ・ホールディング。(ポジションに関わらず)
- クローズド(クロス)ガード。(攻撃時を除く)
- 胴締め。(攻撃時を除く)
- 相手選手の片足をロックする行為。(攻撃時を除く)
- あらゆる打撃技。
- 頭部から落とすバスター系の投げ技。
- ヒールホールド。
- 技のかけ逃げ。
- 目に対するあらゆる攻撃。(サミング等)
- 鼻腔・耳腔・口腔・肛門の粘膜部位に指を入れる・引っ掛ける・引っ張る行為。
- 咽喉への鷲掴みや頸動脈への指先による圧迫行為。
- 唾を吐く・噛み付く・つまむ・つねる・引っかく等の行為。
- 性器部位へのあらゆる攻撃。
- 頭髪・髭・陰毛・脇毛等の体毛を掴み引っ張る行為。
- 手足の指3本以下を掴む行為。
- 相手選手及び自己の着衣(スパッツ・トランクス等)を引っ掛ける・掴む利用行為。(伝統的格闘技の衣・帯を除く)
- 道着の帯そのものによる関節・絞め技等における利用行為。
- 頭髪を含む身体に、ワセリン・グリース等の油脂類を塗布する行為。
- 双方、あるいは一方の選手が作り試合(八百長)を行う、また戦意を示さずに、馴れ合い的な試合を行った場合。
- 興奮剤・痛み止め用麻薬類の使用。(気つけ用アンモニアは除外)
- 相手選手・セコンド・レフェリー・主催者らへの、あらゆる侮辱行為。