

Standkampf

	Amateur	Profi
Fauststöße zum Körper	JA	JA
Fauststöße zum Kopf	JA	JA
Fußtritte zum Körper & Beine	JA	JA
Fußtritte zum Kopf	JA	JA
Kniestöße zum Körper & Beine	JA	JA
Kniestöße zum Kopf	NEIN	JA
Oblique Kicks zum Knie	NEIN	JA
Unterarmschläge	NEIN	JA
Ellbogenstöße	NEIN	JA

Bodenkampf

Fauststöße zum Körper	JA	JA
Fauststöße zum Kopf	JA	JA
Fußtritte zum Körper & Beine	JA	JA
Kniestöße zum Körper & Beine	JA	JA
Unterarmschläge	NEIN	JA
Ellbogenstöße	NEIN	JA

Submission Techniken

Twister, neck cranks, can opener	NEIN	JA
Heel hooks	NEIN	JA

Schutzausrüstung

Schienbein- Stoffstrumpf	JA	NEIN
MMA Handschuhe	7 oz Amat.	4 oz PRO
Männer: Tiefschutz & Zahnschutz	JA	JA
Frauen: Brustschutz & Tiefschutz	freiwillig	freiwillig

Rundenanzahl- und Dauer	3 x 3	3 x 5 od 5 x 5
--------------------------------	-------	----------------

Amateur: 35 Verbotspunkten laut IMMAF

Profi: Es gelten die 31 Verbotspunkte der Unified-Rules of MMA

Gewichtsklassen

Atomweight	-47,6 kg	-105 lbs
Straw-weight	-52,2 kg	-115 lbs
Flyweight	-56,7 kg	-125 lbs
Bantamweight	-61,2 kg	-135 lbs
Featherweight	-65,8 kg	-145 lbs
Lightweight	-70,3 kg	-155 lbs
Welterweight	-77,1 kg	-170 lbs
Middleweight	-83,9 kg	-185 lbs
Light Heavyweight	-93,0 kg	-205 lbs
Heavyweight	-120,2 kg	-265 lbs
Super Heavyweight	+ 120,2 kg	+265 lbs

Amateure: wiegen am gleichen Tag ohne Gewichtstoleranz

Profi: wiegen einen Tag vorher mit Gewichtstoleranz 0,5kg