AUTMMAF
AUSTRIAN MIXED MARTIAL ARTS FEDERATION

JUGEND-REGELWERK

Standkampf	12-13 Jahre	14-15 Jahre	16-17 Jahre
Head-Punches	NEIN	NEIN	NEIN
Head-Kicks	NEIN	NEIN	NEIN
Backfist	NEIN	NEIN	NEIN
Body-Punches	JA	JA	JA
Body-Kicks	JA	JA	JA
Low Kicks	JA	JA	JA
Calf Kicks	NEIN	NEIN	JA
Kniestöße Beine & Körper	NEIN	NEIN	NEIN
Guillotine Arm-In	NEIN	NEIN	JA
Single- & double Legs	NEIN	NEIN	JA
Schulterwurf	NEIN	JA	JA
Hüftwurf	JA	JA	JA

Bodenkampf	12-13 Jahre	14-15 Jahre	16-17 Jahre
Körperschläge	NEIN	NEIN	JA
Up-Kicks	NEIN	NEIN	NEIN
Ankle Lock, Toe hold	NEIN	NEIN	JA
Omoplata	NEIN	NEIN	JA
Guillotine	NEIN	NEIN	JA
Guillotine Arm-In	NEIN	JA	JA
Anaconda & Dárce chocke	NEIN	JA	JA
Rear nacked choke	JA	JA	JA
Triangle choke	JA	JA	JA
Arm bar	JA	JA	JA
Arm Triangle	JA	JA	JA
Americana & Kimura	JA	JA	JA

Generell verbotene Techniken:

- Alle Head-Kicks sowie Schläge zum Kopf sind strikt verboten (Stand&Boden)!
- Stampftritte sind gernell verboten auch zum Fuss des Gegners
- Kicktechniken wenn sich der Gegner in der Bodenlage befindet sind generell verboten!
- Kniestöße in der Bodenlage sind generell verboten!
- Alle Varianten von oblique Kicks sind verboten; auch auf den Oberschenkel
- Suplexe
- Slams und ausgehobene Takedowns
- Single- & double leg Varianten bei welchen der Gegner nach oben gehoben wird sind verboten
- Cranks und Hebel wo der Nacken verdreht wird - keine Can openers aus der oberen Guard
- Heel hooks & Knee bars sind generell verboten!
- Toe hold leg lock darf nur bei gestrecktem Bein angewand werden
- Calf- & Biceps slicer sind generell verboten

Ausrüstung:

- MMA Amateur Handschuhe mit einer Schlagfläche sowie Schien- Spannschutz aus Stoff
- Zahnschutz- und Tiefschutzpflicht (weibliche Jugendliche Tiefschutz freiwillig)

Runden & Zeiten:

- 3 Runden zu jeweils 2 Minuten dazwischen 1 Minute Pause