

PANCRACE-LIGHT ou PANCRACE-MEDIUM - 3 ROUNDS

CATÉGORIE (Age, série, poids) : RENCONTRE N°

PANCRACE - "LIGHT-CONTACT" & "MÉDIUM-CONTACT"

Série: ESPOIR (- de 6 victoires) Série: ÉLITE (6 victoires et +) – Nb. de reprises: ... x ...mn

ROUGE

BLEU

Nom : Prénom :				Nom : Prénom :			
Annotations et NOTE BRUTE*	Point négatif	Note /10	R	Annotations et NOTE BRUTE*	Point négatif	Note /10	
			1				
			2				
			3 Extra round				
En déduisant le point négatif ⚡ Noter à chaque round : avertissement, (W) point négatif (M), le + technique (+T) ou le + combattif (+C), si pas en accord avec arbitre car non vu, ou pas vu par l'arbitre, etc.			Total	En déduisant le point négatif ⚡ Noter à chaque round : avertissement, (W) point négatif (M), le + technique (+T) ou le + combattif (+C), si pas en accord avec arbitre car non vu, ou pas vu par l'arbitre, etc.			Total

Vainqueur (NOM et couleur de coin) :

NOM Prénom du juge :

Signature :

En LIGHT-CONTACT : Mini-poussin à benjamin après une immobilisation de 3s. validée par l'arbitre le combat repart debout
À partir de minime (14-15 ans) le combat peut se terminer par une technique de soumission ou un catch pour les plus jeunes

ROUND-AVERAGE : ROUND ÉGALITÉ = 10 vs 10 - ROUND GAGNÉ = 10 vs 9 - ROUND DOMINÉ = 10 vs 8
(On note ÉGALITÉ si l'écart est inférieur à 3 points techniques - GAGNÉ si écart inférieur à 10 points - DOMINÉ si écart supérieur à 10 points)

POINT-AVERAGE : sont comptabilisées les TOUCHES qui arrivent sur des CIBLES AUTORISÉES et les techniques effectives de GRAPPLING à puissance contrôlée et ne sont ni bloquées activement ni esquivées (elles sont reportées au fur et à mesure sur le tableau du veso de ce carton)

Points accordés en BOXING

Coup de poing (tête et tronc), coup de genou	1 POINT
Coup de pied en ligne basse	1 POINT
Coup de pied en ligne moyenne	2 POINTS
Coup de pied et de genou en ligne haute - Coup de coude sauté et de poing sauté	3 POINTS
Coup de pied et de genou retourné ou sauté en " ligne moyenne et haute "	5 POINTS

Points accordés en GRAPPLING

Fuite (échappé d'un contrôle et retour en position debout) – Tentative de projection – Tentative de clé ou étranglement	1 POINT
Contrôle à terre partiel au moins 3 s – Passage complet à travers la garde – Contrôle avec pression du genou sur le ventre ou le plexus	2 POINTS
Renversement (sortie d'un contrôle adverse efficace) – Amené à terre ou projection de petite amplitude sans contrôle immédiat	2 POINTS
Immobilisation latérale au moins 3 s. (dos à terre) – Passage dans le dos sans contrôle immédiat	3 POINTS
Immobilisation totale au moins 3 s. (jambes crochetées)	4 POINTS
Immobilisation arrière au moins 3 s. (jambes crochetées)	5 POINTS
Mise en danger en technique de soumission (clé ou étranglement) au moins 3 s.	3 POINTS
Projection à partir du sol avec contrôle au moins 3 s. – Projection de grande amplitude sans contrôle immédiat	3 POINTS
Projection à partir de la position debout (avec grande amplitude) et contrôle immédiat	5 POINTS
BONUS : pour différence de deux immobilisations réussies (et par groupe de deux)	2 POINTS

W = avertissement arbitre

M = point négatif arbitre

J = point négatif accordé directement par le juge

EN CAS D'ÉGALITÉ AU SCORE À L'ISSUE DES TROIS ROUNDS

1^{er} critère : « un match se gagne aux points ». Dans le cas d'une égalité après l'extra-round (s'il faut donner un vainqueur) on applique le 2^{ème} critère (le plus technique gagne) et, si encore égalité technique on applique le 3^{ème} critère (le plus offensif sera désigné vainqueur)

MARQUAGE DES POINTS & TECHNIQUES EFFICACES + PÉNALITÉS

Total à reporter sur le recto de ce carton

ROUGE		BLEU
<div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">Total =</div>	R1	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">..... Total</div>
<div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">Total =</div>	R2	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">..... Total</div>
<div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">Total =</div>	R3 Ou Extra- round	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">..... Total</div>