



Federación Española de Luchas Olímpicas y Disciplinas Asociadas
www.felucha.com



Ilustración de Tomasz Usyk

Reglas Nacionales de Suples

Octubre 2021
Versión 1.0

Federación Española de Luchas Olímpicas y Disciplinas Asociadas
www.felucha.com

Índice

Estas reglas se componen de un Preámbulo, 9 Capítulos y 3 Disposiciones resultando un total de 36 artículos.

Preámbulo	3
Capítulo I. Principios generales	
Artículo 1. Objeto y ámbito de aplicación.....	4
Artículo 2. Objetivo.....	4
Artículo 3. Interpretación.....	4
Artículo 4. Regla Fundamental.....	4
Capítulo II. Estructura material	
Artículo 5. Área de competición. El Tapiz.....	5
Artículo 6. Vestimenta.....	6
Artículo 7. Requisitos de participación.....	6
Artículo 8. Categorías de edad y peso.....	6
Artículo 9. Materiales a utilizar según categorías de edad y peso..	7
Capítulo III. Desarrollo de la competición	
Artículo 10. El pesaje.....	8
Artículo 11. El sorteo.	8
Artículo 12. Orden de competición. Listados.	9
Artículo 13. Normas generales de conducta.	9
Artículo 14. Prohibiciones.	9
Artículo 15. Descalificación.	9
Capítulo IV. Sistema de competición	
Artículo 16. Llamada.	10
Artículo 17. Sistema de competición.	10
Artículo 18. Criterios de clasificación en igualdad de puntos.....	10
Artículo 19. Puntuaciones técnicas.	11
Artículo 20. Desarrollo.	11
Artículo 21. Prórroga.	13
Artículo 22. Asistencia médica.	14
Artículo 23. Ranking.	14
Artículo 24. Participación por equipos.	14
Capítulo V. El Cuerpo Arbitral	
Artículo 25. El cuerpo arbitral.	15
Artículo 26. Uniformidad.	15
Artículo 27. Jefe de tapiz.	15
Artículo 28. Jueces-árbitros laterales.	15
Artículo 29. Cronometrador.	16
Artículo 30. Confección de hojas de puntuación o planillas.....	16
Capítulo VI. Entrenadores y Delegados	
Artículo 31. Entrenador y Delegado.	20
Capítulo VII. Infracciones Técnicas	
Artículo 32. Pasividades.	21
Artículo 33. Amonestaciones.	21
Artículo 34. Reclamación.	21
Artículo 35. Técnicas prohibidas.	22
Capítulo VIII. Ética y Deportividad	
Artículo 36. Controversias.	23
Capítulo IX. Disposiciones	
Disposición derogatoria única.....	24
Disposición final primera.....	24
Disposición final segunda.....	24
Anexo I. Vocabulario.	25
Anexo II. Hojas de puntuación/ planillas.....	26



Preámbulo

A lo largo de los años, el deporte de la Lucha Olímpica ha evolucionado con importantes cambios en su desarrollo dirigiéndose hacia un camino prometedor. Durante este tiempo, nuestro mundo, vuestro mundo, ha recibido contribuciones con aportes de practicantes que han dedicado su vida al estudio y práctica de la Lucha como en el caso de Iván Radnev Ivanov.

Iván Radnev Ivanov, nacido en la ciudad de Kazanlak (Bulgaria) en 1968. Logró medalla de plata en el Campeonato Mundial de Lucha de 1994 en la modalidad de Lucha Greco-romana y quinto puesto en los Juegos Olímpicos de Atlanta en 1996. Ha sido seleccionador nacional USA de Lucha Greco-romana llegando a ser Campeones del Mundo por equipos.

Iván, en su búsqueda de mejora de las condiciones físicas de sus luchadores, inventó Bulgarian Bag (bolsa búlgara), muñecos Suples, Suples Ball (pelota con asas) y más herramientas de la marca Suples.

Estos equipos y los ejercicios que desarrollan favorecen entre muchas otras condiciones, *mejora de la condición física, agilidad, fuerza, cardio, concentración y explosión física.*

El deporte de la Lucha es eterno, sus practicantes sienten pasión, vibran y hacen vibrar, conectan con la comunidad como práctica honorable y sacrificada, evolucionan y revolucionan, en definitiva, **“La Lucha crea camino, crea futuro”**.

Dancho Hristov Panayotov
Suples Spain®

Capítulo I

Principios generales

Artículo 1. *Objeto y ámbito de aplicación.*

El presente reglamento tiene por objeto, la creación de un marco normativo que garantice el desarrollo de los encuentros deportivos denominados *Suples* dentro del territorio nacional al amparo de las competencias de la *Federación Española de Luchas Olímpicas y Disciplinas Asociadas* que le son propias.

Artículo 2. *Objetivos.*

Promoción del deporte de la *Lucha* como actividad beneficiosa entre sus practicantes mediante la creación de un sistema práctico y complementario en su desarrollo.

Involucrar a federados en la práctica deportiva para detectar *talentos deportivos*.

Fomentar la práctica del deporte de la *Lucha* propiciando la mejora física desarrollando **Valores deportivos, Cívicos y Morales**.

Incentivar la toma de conciencia sobre la importancia que posee la *Actividad Física Deportiva* en el *desarrollo social*.

Coadyuvar y potenciar el deporte de la *Lucha* como actividad en el establecimiento de los principios que deben inspirar su realización como tarea socioeducativa.

Artículo 3. *Interpretación.*

En situaciones de desacuerdo o controversias en la interpretación de las presentes reglas, la federación asignará un Comité de Competición o Dirección Técnica quienes precisarán las aclaraciones oportunas siendo su decisión, inapelable.

Artículo 4. *Regla fundamental.*

Se establece como Regla fundamental, “*Cuánto **Más** Lucha practiques, **Más** mejorarás*”.

Capítulo II

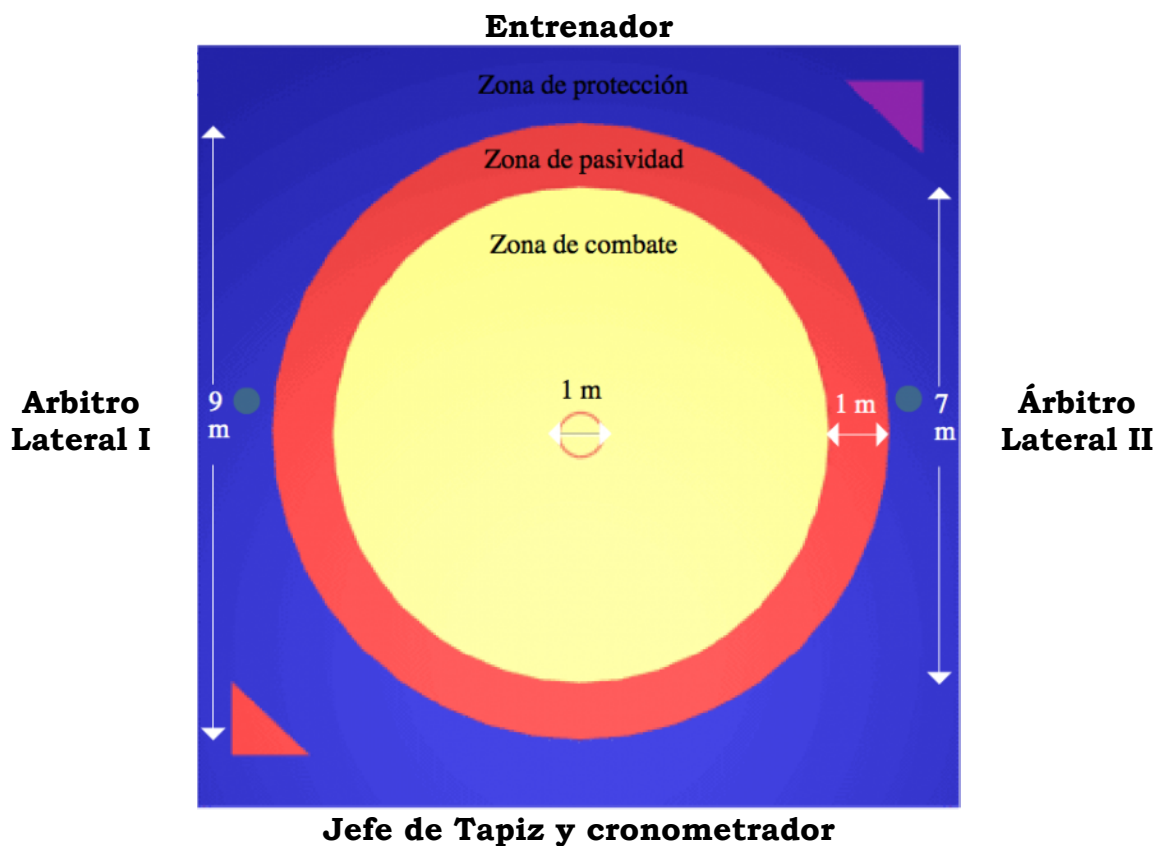
Estructura material

Artículo 5. Área de competición. El Tapiz.

El desarrollo de los encuentros se realizará en tapices de 8 ó 12 metros de diámetro o cualquier otro que determine la *Federación organizante*.

Como norma general, el ejercicio se disputará sobre un tapiz circular de 9 metros de ancho que consta de una *zona central* de color amarillo de 7 metros de diámetro denominada *zona central*, circundada por 1 metro de grosor de color rojo, calificada como *zona de pasividad* que determinarán los límites válidos de las *técnicas ejecutadas*. En la *zona central* de competición, habrá un círculo de 1 metro de diámetro denominado *Corona* que determinará la posición de reinicio. Toda el área, estará rodeada de una zona de color azul llamada *zona de protección* con un ancho comprendido entre 1,20 y 1,50 metros.

La disposición del Jefe de Tapiz, Árbitros laterales, cronometrador y Entrenador se determina en la siguiente imagen.



En cada participación, se limpiará la zona de competición.

Artículo 6. Vestimenta.

- Los luchadores vestirán maillot de lucha teniendo libre elección de color, rojo o azul.
- Botas de lucha.

Los deportistas podrán disponer de patrocinios en su vestimenta con prohibición **expresa** de contenidos que **incentiven** o **aludan** el consumo de tabaco, alcohol o sustancias prohibidas, violencia verbal o física, ideas políticas, religiosos, racistas, xenófobos, antisemitas, homófobas o en contra de cualquier tipo de orientación sexual, identidad de género, rasgos personales u otras formas de intolerancia en el deporte.

Si un competidor se presentará en el tapiz con *vestimenta inapropiada*, dispondrá de **un minuto** para adecuarse a los requisitos fijados. Transcurrido ese tiempo, el participante será *descalificado por incomparecencia*.

Artículo 7. Requisitos de participación.

Los participantes deberán cumplir los siguientes requisitos:

- Cumplir las condiciones psicofísicas adecuadas.
- Higiene personal u otras medidas higiénico-sanitarias que determine la organización o responsables.
- Poseer licencia federativa en vigor.
- Cartilla de competición si se requiere.
- Documento **oficial y original** que acredite la identidad del participante, (D.N.I., N.I.E. o Pasaporte). No se admitirán fotocopias, fotografías en dispositivos electrónicos o similares.
- Los menores de edad presentarán *autorización paterna/materna*.

Cualquier *incumplimiento* de los preceptos reseñados *impedirá* la participación del deportista.

Artículo 8. Categorías de Edad y Peso.

a) *Categorías de edad*,

- Junior: 17, 18, 19 y 20 años.
- Senior: 20 años en adelante.

b) *Categorías de peso masculino*,

Junior	Senior
70 kg	70 kg
90 kg	90 kg
+90 kg	+90 kg

c) Categorías de peso femenino,

Junior	Senior
55 kg	55 kg
70 kg	70 kg
+70 kg	+70 kg

Exclusivamente se participará en una única modalidad y peso.

Se aplicará el *Principio de Voluntariedad* de participación es decir, se participa bajo responsabilidad del deportista y/o tutores.

Las categorías de edad y pesos, podrán adecuarse por la organización en función del número de participantes mediante circular al efecto.

Artículo 9. *Materiales a utilizar según categorías de edad y peso.*

Los equipos, *Suples Dummy*, *Suples Ball* y *Bulgarian Bag*, serán facilitados por la organización con el fin de promover la *práctica y equidad* entre participantes.

Suples Dummy	Suples Ball	Bulgarian Bag

Características de los equipos por categorías de edad, peso y género.

Junior y Senior Masculino			
	70 kg	90 kg	+90 kg
Suples Dummy	160 cm	170 cm	170 cm
	17 kg	21 kg	21 kg
Suples Ball	6 kg	8 kg	10 kg
Bulgarian Bag	8 kg	12 kg	17 kg
Junior y Senior Femenino			
	55 kg	70 kg	+70 kg
Suples Dummy	145 cm	160 cm	170 cm
	17 kg	17 kg	17 kg
Suples Ball	4 kg	6 kg	8 kg
Bulgarian Bag	5 kg	8 kg	12 kg

Capítulo III

Desarrollo de la competición

Artículo 10. *El pesaje.*

Una vez finalizada la fecha de inscripción, no podrán realizarse modificaciones.

El pesaje se realizará y *finalizará* con una anterioridad mínima de una hora y máxima de dos horas antes del comienzo de la competición.

Ningún competidor podrá pesarse sin previo control médico.

En los encuentros **nacionales**, no se admitirán tolerancias de peso.

Se facilitará báscula de testeo donde los participantes podrán chequearse durante el tiempo oficial del pesaje.

Una vez finalizado el tiempo de pesaje o en situaciones donde un deportista no se ajuste al peso según inscripción, quedará *descalificado*.

El deportista se presentará al pesaje con documento de identidad, licencia federativa, cartilla y autorización paterna/materna si procede, maillot y botas que utilizará en la competición para comprobación por el colectivo arbitral.

El participante se pesará en maillot y sin botas.

Podrán permitirse tolerancia de peso en encuentros autonómicos o similares mediante circular publicitada *no inferior a 10 días naturales del evento*.

En cualquier caso, la organización podrá determinar o modificar las condiciones del pesaje mediante circular comunicada por correo electrónico o publicación en la web oficial con una anticipación *no inferior a 10 días naturales*.

Artículo 11. *El sorteo.*

La prelación de participación se determinará por la organización pudiendo utilizarse fichas, orden de llegada al pesaje, fecha de nacimiento (ascendente o descendente), peso (ascendente o descendente), sistemas electrónicos u otros.

Artículo 12. *Orden de competición, listados.*

Se publicitará en lugar visible o mediante medios electrónicos a todos los participantes, entrenadores y/o delegados con un tiempo no inferior a **45 minutos** antes del comienzo de la competición.

Artículo 13. *Normas generales de conducta.*

Es deseable que todos los deportistas participen de acuerdo con el espíritu olímpico recordando algunos *matices fundamentales*.

- Deben actuar con total integridad conociendo y cumpliendo las presentes reglas.
- Respetando a los demás éticamente como ejemplo, *sin distraer a otros deportistas durante su participación*.

Artículo 14. *Prohibiciones.*

No se permiten en ningún caso, cualquier método de pérdida de peso severa, dopaje u otras prácticas que perjudiquen de alguna manera la salud del atleta.

Artículo 15. *Descalificación.*

Por cualquier federado,

- Comportamientos en contra de estas reglas.
- Conductas generales impropias en contra de los **Valores deportivos** y del **Espíritu Olímpico**.
- Violencia verbal de cualquier tipo.
- Violencia física en contra de federados o materiales de competición.
- Otras formas de agresividad o provocación, (escupir, cortes de mangas, peinetas, etc.).

Por deportista,

- Una vez finalizado el tiempo de *1 minuto* por vestimenta inapropiada, (*art. 6*).
- No presentarse a tiempo en el tapiz, (*art. 16*).
- Simulación de lesiones, (*art. 21*).

Algunos de los puntos expuestos, se encuentran tipificados en el Reglamento de Disciplina y Competición pudiéndose instar procedimiento administrativo sancionador al efecto.

Capítulo IV

Sistema de competición

Artículo 16. Llamada.

Los participantes, entrenadores y delegados, estarán pendientes de los listados y orden de competición. Deberán personarse en el tapiz correspondiente pocos segundos después de la finalización del atleta precedente.

Los competidores, serán invitados de forma clara a través de megafonía a presentarse en el tapiz. Las llamadas se realizarán en idioma castellano.

En caso de no acudir, se realizarán tres llamadas con un intervalo de *30 segundos* cada una. Después de la última, el deportista será *descalificado* por incomparecencia.

Los Luchadores que se encuentren en situaciones donde no pueda determinarse una clasificación por los *Criterios de clasificación en igualdad de puntos*, deberán repetir los ejercicios a tenor del artículo 18.6 teniendo derecho a 20 minutos de descanso desde su última participación.

Artículo 17. Sistema de competición.

El sistema de competición constará de 4 períodos de 45 segundos cada uno a tiempo corrido incluso, entre ellos, (3 minutos en total). En cada estadio, el luchador realizará ejercicios diferentes que a continuación se relacionan.

- 1^{er} Período: Ejecuciones de Suples con *Suples Dummy*.
- 2^o Período: Ejecuciones con Suples Ball.
- 3^{er} Período: Ejecuciones con Bulgarian Bag.
- 4^o Período: Ejecuciones Brazo Martillo con *Suples Dummy*.

La duración del ejercicio será igual para todos los deportistas con indiferencia de la categoría de edad, peso o género que participen.

No puntuarán las ejecuciones fuera del tiempo de cada período.

Artículo 18. Criterios de clasificación en igualdad de puntos.

Si existiera *igualdad* en puntos al finalizar la competición, la clasificación se determinará en función de los criterios siguientes,

1. Mayor número de puntos en el primer ejercicio, (*Suples Dummy*).
2. Mayor número de puntos en el cuarto ejercicio, (*Martillo Dummy*).

3. Mayor número de puntos en el segundo ejercicio, (*Suples Ball*).
4. Mayor número de puntos en el tercer ejercicio, (*Bulgarian Bag*).
5. El deportista de menor peso en el pesaje.
6. Repetición de los ejercicios.

Artículo 19. *Puntuaciones técnicas.*

El valor atribuido a cada una de las técnicas válidas de cada periodo será de **un punto** exclusivamente.

Artículo 20. *Desarrollo.*

Principios generales

Toda ejecución, iniciada totalmente fuera de la *zona de pasividad* no será *evaluada*. En cambio, puntuarán las acciones iniciadas con un pie completo en contacto con la zona de pasividad.

El deportista podrá disponer, dentro del tapiz, la colocación del material a utilizar como estime oportuno incluso, en la *zona de protección*. Sin embargo, no podrá situarlos frente al Jefe de Tapiz.

El participante, comenzará en el centro de tapiz tocando con un pie indistintamente en la *corona* con el Dummy agarrado y de pie, tal y como se indica en la ilustración.



El deportista deberá situarse a izquierda o derecha del Jefe de Tapiz.

1) Ejecuciones de Suples con *Suples Dummy*.

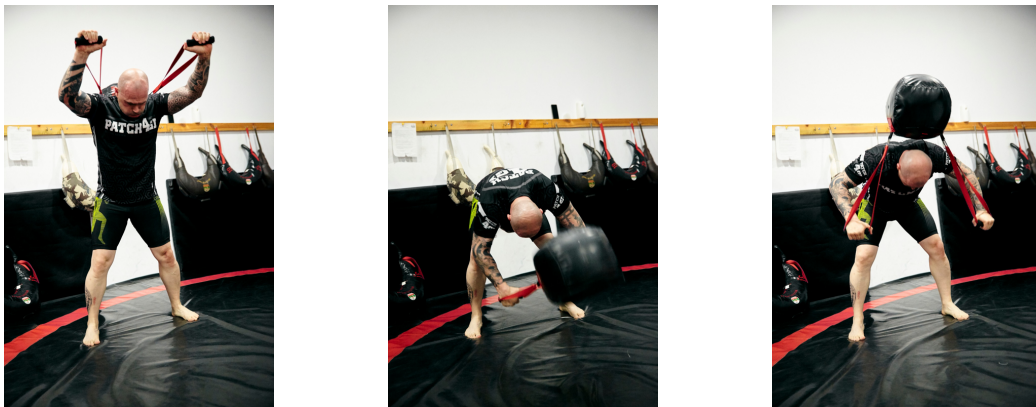
Suples, es una técnica de Lucha cuyo movimiento consta de agarrar y proyectar a su oponente hacia atrás haciéndolo pasar sobre su propio cuerpo. Ilustraciones de ejecución correcta y puntuable,



Cualquier ejecución donde el Suples Dummy sea proyectado lateralmente no se valorará técnicamente.

2) Ejecuciones con *Suples Ball*.

Para la ejecución correcta de este ejercicio, el *Suples Ball* deberá golpear contra el tapiz y ser impulsado hacia la espalda y desde ésta, con movimientos de brazos y cuerpo contra el suelo. Fotografías de ejecución correcta y puntuable,



Cualquier ejecución donde el Suples Ball golpee en parte del cuerpo diferente a la espalda no será evaluada.

3) Ejecuciones con Bulgarian Bag.

La ejecución correcta de este ejercicio denominado *Sping*, constaría de movimientos circulares con el *Bulgarian Bag* haciéndolo pasar por la espalda. Fotografías de ejecución correcta y puntuable,



Cualquier ejecución donde el Bulgarian Bag pase por encima de la cabeza o no realice el movimiento circular al completo, no será evaluada.

4) Ejecuciones Brazo Martillo con Suples Dummy.

Brazo Martillo, es una técnica de Lucha cuyo movimiento consta de proyectar a su adversario sobre su hombro teniéndolo agarrado del brazo. Imágenes de ejecución correcta y puntuable,



Cualquier ejecución donde el Suples Dummy sea proyectado lateralmente no será valorada.

Podrán visualizarse vídeo-ejemplos en la siguiente url:

<https://www.fmlucha.es/multimedia/265-videos-web/5509-video-ejemplos-campeonatos-de-suples>

Artículo 21. Prórroga.

No se considera.



Artículo 22. Asistencia Médica.

En situaciones de lesión, se permitirá **1 minuto** de asistencia médica efectiva. Los Jueces-árbitros detendrán el tiempo y reanudarán en el mismo periodo y tiempo si el deportista pudiera continuar.

Si transcurrido el tiempo de asistencia médica el participante no pudiera continuar, será descalificado por lesión.

La simulación de lesión derivará en la descalificación del participante. Esta situación será *determinada por el médico*.

Artículo 23. Ranking.

Podrá regularse una clasificación nacional o autonómica a determinarse, previamente comunicada, a todos los interesados a través de *Circular* publicitada con anterioridad mínima de *10 días naturales*.

Artículo 24. Participación por equipos.

Podrán desarrollarse eventos por equipos o bien por Clubes, o bien por Autonomías, regulándose mediante publicación de *Circular* en tiempo no inferior a *10 días naturales*.

Capítulo V

El Cuerpo Arbitral

Artículo 25. *El Cuerpo Arbitral.*

Cada tapiz estará formado por un *mínimo* de cuatro miembros; *Jefe de Tapiz, Árbitro Lateral I, Árbitro Lateral II y Cronometrador.*

Podrá designarse un controlador, comité o dirección de competición a discreción de la federación organizante.

Artículo 26. *Uniformidad.*

La uniformidad de jueces-árbitros y cronometradores estará compuesta por un polo, calcetines, calzado de tapiz y cinturón de color negro, pantalón gris y silbato.

Artículo 27. *Jefe de Tapiz.*

Será responsable del tapiz con las funciones siguientes,

- Coordinar al equipo arbitral.
- Comunicar el comienzo a los participantes.
- Contar y comunicar de **viva voz, 5, 4, 3, 2, 1** y **cambio** (de ejercicio) al deportista, (esta función puede delegarse al cronometrador).
- Puntuar las acciones técnicas.
- Confeccionar hojas de puntuación/planillas u otra documentación que se determine.
- Observancia en el buen desarrollo y funcionamiento de su tapiz.

Artículo 28. *Jueces-árbitros laterales.*

Las funciones del árbitro lateral serán,

- Puntuar las acciones técnicas.
- Confeccionar hora de puntuación/planillas.
- Finalizado el tiempo, entregar al Jefe de Tapiz su hoja de puntuación/planilla.
- Aquellas encomiendas que determine el Jefe de Tapiz.

Artículo 29. *Cronometrador.*

Las competencias atribuidas al cronometrador son,


- Controlar la duración del combate.

Jefe de Tapiz

<p>FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE LUCHAS OLÍMPICAS Y DISCIPLINAS ASOCIADAS www.felucha.com</p>				
<p>CAMPEONATO <i>Copa de España de Suples</i></p>				
FECHA <i>20 de noviembre de 2021</i>		Nº DE COMBATE <i>1</i>	Nº DE TAPIZ <i>2</i>	
CATEGORÍA <i>Senior</i>		PESO <i>90 kg</i>		
NOMBRE DEL DEPORTISTA <i>Carlos López Gutiérrez</i>				
JEFE DE TAPIZ <i>Luis Armengol Martínez</i>				
ÁRBITRO LATERAL I <i>Pedro García Pérez</i>			ÁRBITRO LATERAL II <i>Antonio Martín Fernández</i>	
PERIODO	EJERCICIO	TIEMPO	Nº REPETICIONES	SUBTOTAL
1	SUPLES DUMMY	45''		<i>38</i>
2	SUPLES BALL	45''		<i>37</i>
3	BULGARIAN BAG	45''		<i>34</i>
4	MARTILLO DUMMY	45''		<i>20</i>
TOTAL <i>Árbitro lateral I</i> <i>117 pts</i>		TOTAL <i>Árbitro lateral II</i> <i>123 pts</i>		TOTAL <i>Jefe Tapiz</i> <i>129 pts</i>
HORA EXACTA <i>11:07 h</i>			PUNTUACIÓN DEFINITIVA <i>117 + 123 + 129 = 369 puntos</i> <small>(Suma totales)</small>	
OBSERVACIONES			<p><i>Firma Jefe Tapiz</i></p>	



Árbitro Lateral I

		FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE LUCHAS OLÍMPICAS Y DISCIPLINAS ASOCIADAS www.felucha.com		
CAMPEONATO <i>Copa de España de Suples</i>				
FECHA <i>20 de noviembre de 2021</i>		Nº DE COMBATE <i>1</i>		TAPIZ <i>2</i>
CATEGORÍA <i>Senior</i>			PESO <i>90 kg.</i>	
NOMBRE DEL DEPORTISTA <i>Carloz López Gutiérrez</i>				
ÁRBITRO LATERAL I <i>Pedro García Pérez</i>				
PERIODO	EJERCICIO	TIEMPO	Nº REPETICIONES	SUBTOTAL
1	SUPLES DUMMY	45''		<i>38</i>
2	SUPLES BALL	45''		<i>34</i>
3	BULGARIAN BAG	45''		<i>25</i>
4	MARTILLO DUMMY	45''		<i>20</i>
				TOTAL <i>117 pts.</i>
OBSERVACIONES				 Firma árbitro lateral

Árbitro Lateral II

		FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE LUCHAS OLÍMPICAS Y DISCIPLINAS ASOCIADAS www.felucha.com		
CAMPEONATO <i>Copa de España de Suples</i>				
FECHA <i>20 de noviembre de 2021</i>		Nº DE COMBATE <i>1</i>		TAPIZ <i>2</i>
CATEGORÍA <i>Senior</i>		PESO <i>90 kg.</i>		
NOMBRE DEL DEPORTISTA <i>Carlos López Gutiérrez</i>				
ÁRBITRO LATERAL II <i>Antonio Martín Fernández</i>				
PERIODO	EJERCICIO	TIEMPO	Nº REPETICIONES	SUBTOTAL
1	SUPLES DUMMY	45''	/// // // // // // // //	<i>35</i>
2	SUPLES BALL	45''	/// // // // // // // //	<i>33</i>
3	BULGARIAN BAG	45''	/// // // // // // // //	<i>30</i>
4	MARTILLO DUMMY	45''	/// // // // // // // //	<i>25</i>
				TOTAL <i>123/pts.</i>
OBSERVACIONES				 Firma árbitro lateral

Capítulo VI

Entrenadores y Delegados

Artículo 31. *Entrenador y Delegado.*

Normas comunes

- Deberán conocer perfectamente este Reglamento específico, así como los Reglamentos Generales u Oficiales de Arbitraje y Competición.
- Son responsables del comportamiento de los luchadores a su cargo, dentro y fuera del área de competición mientras se encuentren en la instalación donde se desarrolle el campeonato.
- Estarán pendientes del control, pesaje y sorteo y que éstos, sean realizados correctamente a sus deportistas.

Normas del Entrenador

- Vestirá en ropa deportiva.
- Se situará en el tapiz en parte opuesta al Jefe de Tapiz, (art. 5).
- Permanecerá sentado en todo momento durante la participación de su deportista.
- Acompañarán a la zona correspondiente a sus luchadores y a las gradas, una vez finalizados los ejercicios.

Normas del Delegado

- Deberá ser una persona debidamente autorizada por la Entidad Deportiva que representa; normalmente deberá ser el Profesor que imparte su enseñanza a los deportistas que acompaña, para que pueda asumir su responsabilidad como Delegado y tomar las decisiones oportunas en nombre de la Entidad y deportistas a su cargo.
- Si alguna Entidad Deportiva participara con un número elevado de deportistas, podrá autorizarse a más de un Delegado en la competición, siempre que lo solicite por escrito u otro medio que se determine cumpliendo los mismos requisitos que el primer Delegado.

Capítulo VII

Infracciones Técnicas

Artículo 32. Pasividades.

No se contemplan. Esta actitud, perjudica exclusivamente al propio participante.

Artículo 33. Amonestaciones.

Deportistas

No existen ni se aplicará ningún tipo de reprimenda exceptuando las contempladas en los artículos 13, 14 y 15 de estas reglas.

Entrenadores

Los Entrenadores no podrán influenciar en las decisiones arbitrales o comportarse en contra de este texto, exclusivamente se dirigirán a su luchador durante los ejercicios.

En situaciones de comportamientos inadecuados o en contra de estas normas, el Jefe de Tapiz realizará una primera advertencia verbal, **¡Silencio/Atención Entrenador!!**, si continuara en su actitud, mostrará *tarjeta amarilla* (aviso) y si persistiera, presentará *tarjeta roja* (eliminación).

Una vez exhibida la *tarjeta roja*, el entrenador será eliminado del evento prohibiéndose el acceso a la zona de competición permaneciendo en las gradas si lo desea.

Dos *tarjetas amarillas* durante la competición equivaldrán a *tarjeta roja* con las mismas consecuencias reseñadas en párrafo precedente.

El Jefe de Tapiz, anotará escuetamente en la hoja de puntuación/planilla en la casilla *Observaciones*, detalles que motivaron las tarjetas mostradas.

Los luchadores del equipo tendrán derecho a otro entrenador.

Artículo 34. Reclamación.

Durante los ejercicios no se aceptará ningún tipo de reclamación a las decisiones arbitrales o de organización.



Artículo 35. *Técnicas prohibidas.*

Al desarrollarse como deporte individual, no se consideran.



Capítulo VIII

Ética y Deportividad

Artículo 36. *Controversias.*

Cualquier duda no resuelta por las presentes normas, serán decididas a tenor de los Reglamentos Nacionales de Lucha de la *Federación Española de Luchas Olímpicas* por el/los responsables de la organización o de los Jueces-Árbitros según proceda, sin que la decisión final pueda ser discutida.



Capítulo IX

Disposiciones

Disposición derogatoria única. *Derogación de normativa.*

Queda sin efecto cualquier reglamentación anterior o norma que contravenga o se opongan al presente reglamento.

Disposición final primera. *Circulares.*

Sin perjuicio del contenido expresado en el presente reglamento y en función de la capacidad potestativa de las federaciones, éstas, podrán dictar las *Circulares* que aprecie para el desarrollo de eventos o práctica del presente texto normativo con una publicitación mínima de *10 días naturales*.

Disposición final segunda. *Modificaciones.*

La *Federación Española de Luchas Olímpicas* se reserva el derecho a efectuar en cualquier momento, actualizaciones, modificaciones o cambios necesarios en el presente reglamento previa comunicación por el medio que considere con un mínimo de *10 días naturales*.

ANEXO I

Vocabulario

- **Posición:** Orden de situación al deportista antes del comienzo.
- **¿Preparado?:** Pregunta al participante antes del comienzo.
- **¡¡Tiempo!!:** Comienzo y/o finalización de los ejercicios.
- **5, 4, 3, 2, 1 y ¡¡Cambio o Tiempo!!:** Comunicación en segundos y cuenta atrás al atleta próximo al cambio de ejercicio o finalización del tiempo.
- **¡¡Cambio!!:** Indicación de cambio de periodo/ejercicio.
- **Doctor:** Solicitud de asistencia médica.
- **¡¡Silencio!!:** Advertencia verbal a entrenador o deportista.
- **¡¡Atención!!:** Advertencia verbal a entrenador o deportista.
- **Suples:** Técnica de Lucha. Traducción del francés “Souplesse” que significa *flexibilidad*.



ANEXO II

Hojas de puntuación/planillas

Jefe de Tapiz

FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE LUCHAS OLÍMPICAS Y DISCIPLINAS ASOCIADAS www.felucha.com				
CAMPEONATO				
FECHA		Nº DE COMBATE		Nº DE TAPIZ
CATEGORÍA			PESO	
NOMBRE DEL DEPORTISTA				
JEFE DE TAPIZ				
ÁRBITRO LATERAL I			ÁRBITRO LATERAL II	
PERIODO	EJERCICIO	TIEMPO	Nº REPETICIONES	SUBTOTAL
1	SUPLES DUMMY	45''		
2	SUPLES BALL	45''		
3	BULGARIAN BAG	45''		
4	MARTILLO DUMMY	45''		
TOTAL <i>Árbitro lateral I</i>		TOTAL <i>Árbitro lateral II</i>		TOTAL <i>Jefe Tapiz</i>
HORA EXACTA			PUNTUACIÓN DEFINITIVA	
			(Suma totales)	
OBSERVACIONES			Firma Jefe Tapiz	



Jueces-árbitros laterales

 FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE LUCHAS OLÍMPICAS Y DISCIPLINAS ASOCIADAS www.felucha.com 				
CAMPEONATO				
FECHA		Nº DE COMBATE		TAPIZ
CATEGORÍA			PESO	
NOMBRE DEL DEPORTISTA				
ÁRBITRO LATERAL II				
PERIODO	EJERCICIO	TIEMPO	Nº REPETICIONES	SUBTOTAL
1	SUPLES DUMMY	45''		
2	SUPLES BALL	45''		
3	BULGARIAN BAG	45''		
4	MARTILLO DUMMY	45''		
				TOTAL
OBSERVACIONES				<i>Firma árbitro lateral</i>