

Allowable Techniques

Technique	Youth 15U	16+/Beginner/White	Intermediate/Blue	Advanced/Expert/Purple/Brown/Black
Straight armbars	Y	Y	Y	Y
Gi chokes	Y	Y	Y	Y
Kimura/Americana	Y	Y	Y	Y
Rear Naked Chokes	Y	Y	Y	Y
Head & Arm Chokes (Arm Triangles)	Y	Y	Y	Y
Triangles	Y	Y	Y	Y
Ezequiel Chokes	Y	Y	Y	Y
Guillotine Chokes (Grounded)	Y	Y	Y	Y
Omoplata	Y	Y	Y	Y
Advanced -platas (Gogo, Tariko, Barato)	N	Y	Y	Y
Groin Stretches (Banana Splits)	N	Y	Y	Y
Straight foot locks	N	Y	Y	Y
Wrist Locks	N	Y	Y	Y
Guillotine Chokes (Standing)	N	Y	Y	Y
Knee Bars	N	N	Y	Y
Toe Holds	N	N	Y	Y
Bicep & Calf Slicers	N	N	Y	Y
Compression Chokes (Chest/Body)	N	N	Y	Y
Smothering/Covering Mouth	N	N	Y	Y
Suplexes	N	N	Y	Y
Neck Cranks (Can Openers/Crossface)	N	N	N	Y
Jumping Closed Guard	N	N	N	Y
Twisters	N	N	N	Y
Knee Reaps	N	N	N	No Gi Only
Heelhooks	N	N	N	No Gi Only
Scissor Takedowns	N	N	N	No Gi Only
Slams to escape position/submission	N	N	N	N
Spiking Head on Mats	N	N	N	N