



C S E N

CENTRO SPORTIVO EDUCATIVO NAZIONALE

**REGOLAMENTO
D'ARBITRAGGIO
PER LE COMPETIZIONI DI
JUDO**

2015 / 2016

A cura del Comitato Provinciale

C S E N

di Roma Capitale



INDICE

ARTICOLI	NORMA
Articolo 1	• AREA DI COMPETIZIONE
Articolo 2	• ATTREZZATURA
Articolo 3	• UNIFORME PER IL JUDO (JUDO GI)
Articolo 4	• IGIENE
Articolo 5	• ARBITRI ED UFFICIALI
Articolo 6	• POSIZIONE E FUNZIONE DELL'ARBITRO
Articolo 7	• POSIZIONE E FUNZIONE DEI GIUDICI
Articolo 8	• GESTI
Articolo 9	• LUOGO (AREEE VALIDE)
Articolo 10	• DURATA DEL COMBATTIMENTO
Articolo 11	• TEMPO ESCLUSO / SONO-MAMA / MATTE
Articolo 12	• SEGNALE FINE TEMPO
Articolo 13	• TEMPO DELLA OSAEKOMI
Articolo 14	• TECNICA COINCIDENTE CON IL SEGNALE DI FINE TEMPO
Articolo 15	• INIZIO DEL COMBATTIMENTO
Articolo 16	• PASSAGGIO IN NE-WAZA
Articolo 17	• APPLICAZIONE DEL MATTE
Articolo 18	• APPLICAZIONE DEL SONO-MAMA
Articolo 19	• FINE DEL COMBATTIMENTO
Articolo 20	• IPPON
Articolo 21	• WAZA-ARI-AWASATE-IPPON
Articolo 22	• WAZA-ARI
Articolo 23	• YUKO
Articolo 24	• OSAEKOMI-WAZA
Articolo 25	• ATTI PROIBITI E PENALITA'
Articolo 26	• ASSENZA ED ABBANDONO
Articolo 27	• INFORTUNIO, MALORE OD INCIDENTE
Articolo 28	• CODICE DI CONDOTTA DEI COACHES
Articolo 29	• SITUAZIONI NON PREVISTE DA QUESTO REGOLAMENTO

ARTICOLO 1 – AREA DI COMPETIZIONE

L'”**AREA DI COMPETIZIONE**” deve avere le dimensioni minime di 14 m x 14 m e massime di 16 m x 16 m, deve essere ricoperta di tatami o materiale simile, generalmente di colore verde.

L'area di competizione deve essere divisa in due zone.

L'area interna sarà chiamata “**AREA DI COMBATTIMENTO**” e dovrà avere sempre le misure minime di 8 m. x 8 m o massime di 10 m x 10 m. La superficie al di fuori dell'Area di Combattimento viene denominata “**AREA DI SICUREZZA**” e deve essere larga almeno 3 m (per competizioni quali Giochi Olimpici, Campionati Continentali, Grand Slam, Grand Prix la larghezza sarà di almeno 4 m).

L'Area di Combattimento e l'Area di Sicurezza dovranno avere colori differenti. I colori non sono predefiniti (**utilizzati colori quali il blu, giallo, arancio, ecc.**).

L'Area di Competizione deve essere fissata su di un pavimento o piattaforma aventi proprietà elastiche (vedi Appendice).

Qualora due o più aree di competizione siano poste l'una accanto all'altra, è necessario l'utilizzo di una comune area di sicurezza larga tra i 3 ed i 4 metri (per competizioni quali Giochi Olimpici, Campionati Continentali, Grand Slam, Grand Prix la larghezza sarà di almeno 4 m).

Intorno all'area di competizione deve essere lasciata una zona libera di almeno 50 cm.

AREA DI COMPETIZIONE



AREA DI COMBATTIMENTO



APPENDICE Articolo 1 – Area di Competizione

Per i Giochi Olimpici, Campionati del Mondo, le gare continentali ed eventi dell'IJF, l'Area di Combattimento, generalmente, dovrà essere di 8 metri x 8 metri.

Tatami

Generalmente ha una misura di un metro per due metri (accettati anche tatami con misura un metro per un metro) ed è composto di schiuma pressata.

Deve restare solido sotto il piede ed avere la proprietà di ammortizzare gli impatti durante le **Ukemi**, per tale ragione non deve essere sdruciolevole né troppo ruvido.

Gli elementi che costituiscono l'Area della Competizione, devono essere allineati senza spazi tra loro, devono offrire una superficie omogenea ed essere fissati in modo tale da non discostarsi.

Piattaforma

La piattaforma è facoltativa e deve essere fatta di solido legno ed avere una certa elasticità, deve misurare circa 18 metri per lato senza superare mai 1 metro in altezza (generalmente sarà di 50 centimetri o inferiore).

(Quando è usata una piattaforma, si raccomanda che l'area di sicurezza sia larga almeno 4 metri).

Deroghe valide per le competizioni organizzate sotto l'egida CSEN.

Le dimensioni minime delle aree di gara devono essere le seguenti:

- **ESORDIENTI “A” e “B”**: mt 12 x mt 12

- **CADETTI, JUNIORES e SENIORES** mt 13 x mt 13 comprese le aree di sicurezza che, di diverso colore, non possono essere inferiore a 3 metri.

(Estratto dal Progetto Tecnico e Regolamento di Gara CSEN per le Classi **FANCIULLI, RAGAZZI**)

“L’Area di Competizione per le classi **FANCIULLI** potrà essere di mt 4 x mt 4 (protezione 2 mt), per i **RAGAZZI** di mt 5 x mt 5 (protezione 2 mt).

Articolo 2 - ATTREZZATURA

a. Tabelloni per i risultati

Per ogni Area di Competizione ci deve essere almeno un (1) tabellone elettronico (ottimali due (2)) che indica orizzontalmente i risultati; deve essere posto al di fuori dell’**Area di Competizione** ed in modo tale da poter essere facilmente visto dagli Arbitri, membri di Commissione, Ufficiali di Gara e spettatori.

In caso di utilizzo di tabelloni segnapunti manuali, questi ultimi dovranno essere posizionati sul tavolo di Giuria in numero di due (2), uno per ciascun combattente.

I tabelloni devono essere strutturati in modo tale da poter registrare sia le valutazioni che le penalità ricevute dai combattenti.

Ogni volta che si fa uso di tabelloni elettronici, tabelloni manuali **devono essere disponibili in caso di necessità** (vedi Appendice).



(esempio di tabellone elettronico: il Blu vince)

b. Cronometri

Devono essere disponibili i seguenti cronometri:

Durata del combattimento	uno
<i>Osaekomi</i>	due
Di riserva	uno

Se utilizzati cronometri elettronici, devono essere utilizzati anche cronometri manuali per controllo (vedi Appendice).

c. Segnale del Tempo.

La fine del tempo stabilito per il combattimento deve essere segnalata all'Arbitro per mezzo di una campana o congegno sonoro analogo.

d. Judogi Bianco e Blu.

I combattenti indosseranno un *judogi bianco* o *blu* (il primo combattente chiamato indossa il *judogi bianco*, il secondo quello *blu*).

APPENDICE Articolo 2 - ATTREZZATURA

Posizione dei tabellonisti, giurie, cronometristi.

I tabellonisti ed i cronometristi devono essere di fronte all'arbitro.

Distanza degli spettatori.

In generale gli spettatori non devono essere ammessi a meno di 3 metri dall'area di competizione (o dalla piattaforma).

Cronometri e tabelloni.

I cronometri devono essere a disposizione ed affidati alla custodia dei soggetti preposti al loro utilizzo; il regolare funzionamento e precisione dei predetti strumenti dovranno essere verificati prima dell'inizio della competizione e, periodicamente, nel corso della stessa. I tabelloni devono corrispondere alle norme emanate dalla IJF e dovranno essere a disposizione degli Arbitri in caso di necessità.

I cronometri manuali devono essere usati simultaneamente a quelli elettronici nell'eventualità che, questi ultimi, cessino il loro corretto funzionamento. I

tabelloni manuali dovranno essere disponibili per riserva.

a) Segnapunti manuale

Esempi al termine dell'incontro:

Il Blu ha realizzato **Waza-Ari** ed è stato penalizzato anche con **tre (3) Shido**. Il Blu vince.

Il Bianco ha realizzato **Yuko** ed è stato penalizzato anche con **tre (3) Shido**. Il Bianco vince.

Il Blu è stato penalizzato con **uno (1) Shido**. Il Bianco vince.

Articolo 3 – UNIFORME PER IL JUDO (JUDOGI)

I combattenti devono indossare **JUDOGI** rispondenti alle seguenti condizioni:

Linee Guida per il **JUDOGI**

In ambito internazionale (**EJU** e **IJF**) il documento di riferimento è: **IJF Judogi Regulations**.

Poiché il JUDO è uno Sport di combattimento praticato da due Atleti che si confrontano lealmente, il Judogi non deve essere inteso come uno strumento da utilizzare contro l'avversario.

Il **Judogi Bianco** deve avere il colore del cotone, cioè bianco naturale o quasi bianco.

Il colore standard ufficiale per il **Judogi Blu** deve essere compreso tra il numero di Pantone n° 18-4051TCX (TPX) e il n° 18-4039TCX (TPX) sulla scala Pantone tessile e tra il n° 285M e n° 286M sulla scala Pantone di stampa.

La **cintura** deve avere flessibilità (morbidezza). Quando le mani stringono entrambe le estremità della cintura verso il nodo, quest'ultimo non deve essere "**allentato**". Non è permesso indossare una cintura troppo dura o di materiale "**scivoloso**" che permetta al nodo di allentarsi facilmente.

Tee-shirt (magliette per le donne).

Devono essere di colore bianco, con maniche corte, a girocollo.

Il documento di riferimento è: **Guidance of Judogi control during IJF Competition**. Il **Judogi**, nel corso del combattimento, deve essere sostituito nei seguenti casi:

- **Judogi** strappato nel corso del combattimento;
- macchie di sangue o qualsiasi altre macchie apparenti.

Il **Judogi**, in presenza di controllo preventivo, deve essere sostituito nei seguenti casi:

- misure irregolari;
- irregolare “**back number**”;
- pubblicità irregolare;
- emblema nazionale irregolare;
- giacca e pantalone del **Judogi** non della stessa marca;
- colore irregolare;
- **Judogi** usurato.

Il combattente che si presenta sul tatami è **responsabile** della conformità alle norme del **proprio Judogi**, con l’obbligo che quest’ultimo abbia tutti i requisiti richiesti.

Misure del Judogi - Controllo Judogi:



(Al fine di far rispettare le dimensioni e le misure del **Judogi** previste dai vigenti regolamenti e garantire un livello di parità tra tutti gli Atleti, l’IJF ha approvato l’utilizzo del dispositivo di controllo **SOKUTEIKI**. Pertanto, è stata adottata una nuova procedura di controllo del **Judogi**).

1. In tutte le manifestazioni ufficiali **CSEN**, nelle aree di riscaldamento o, in assenza, presso il tavolo della Giuria centrale, dovranno essere disponibili un

numero sufficiente di dispositivi **SOKUTEIKI**, onde permettere ai concorrenti di controllare il proprio **Judogi** prima di entrare nell'area di competizione.

All'ingresso nell'area di competizione, ciascun concorrente sarà responsabile della conformità del proprio **Judogi** rispetto al regolamento internazionale.

2. In caso di dubbio, l'Arbitro sul tatami può controllare il **Judogi** degli Atleti utilizzando il dispositivo **SOKUTEIKI**.

Qualora il **Judogi** controllato non sia conforme al regolamento, l'Arbitro, dopo consultazione coi giudici, deve penalizzare il concorrente con **Hansokumake** e dichiarare vincitore l'avversario).

(DEROGHE APPROVATE DAL CONSIGLIO DI SETTORE E VALIDE PER LE COMPETIZIONI UFFICIALI IN AMBITO NAZIONALE)

Limitatamente alle gare organizzate in Italia, ivi comprese quelle a carattere internazionale, viene autorizzato l'apposizione sul **Judogi** di marchi pubblicitari come qui di seguito indicato:

Emblema o colori sociali

Sulla parte anteriore sinistra della giacca può essere apposto l'emblema o i colori della Società Sportiva in un'area massima di cmq 100.

Pubblicità o sponsorizzazioni anteriori

a. Sulle due maniche in alto, nella zona collo/clavicola, può essere apposto lo stesso marchio in un'area massima di cm 25x5 per ciascuna manica.

b. Sulle due maniche può essere apposto un marchio differente di area massima cm 10x10 per ciascuna manica.

Nome dell'Atleta

Inserito nel **Back Number**.

Pubblicità o sponsorizzazioni posteriori

Inserita nel **Back Number**.

Articolo 4 - IGIENE

1. Il **Judogi** deve essere asciutto, pulito, non mostrare macchie particolari e senza odori sgradevoli.

2. Le unghie dei piedi e delle mani devono essere tagliate corte.
3. L'igiene personale del combattente deve essere più che soddisfacente.
4. I capelli lunghi devono essere legati in modo da non provocare alcun disagio per l'altro combattente. I capelli devono essere legati per mezzo di una fascia per capelli fatta di gomma o materiale simile ed essere privo di componenti rigidi o metallo. La testa non può essere coperta ad eccezione di bendaggio di natura medica.
5. Ad ogni combattente che non intende conformarsi ai requisiti di cui agli Articoli 3 e 4 deve essere negato il diritto di combattere e l'avversario sarà dichiarato vincente in conformità all'articolo 28 del presente regolamento, per ***Fusen-gachi***, se il combattimento non è ancora iniziato, o per ***Kiken-gachi***, se il combattimento è già iniziato, in accordo alla regola della "maggioranza dei tre".

Articolo 5 – ARBITRI E UFFICIALI

Sul tatami sarà presente solo un Arbitro. Sarà assistito da due Arbitri e da un Arbitro Responsabile del tatami posizionati al tavolo del Care System. Essi potranno essere in comunicazione radio per eventualmente modificare le decisioni in base al criterio della «maggioranza dei tre». Un sistema di rotazione sarà attuato per gli Arbitri. La Commissione FIJLKAM interviene solo quando lo ritiene necessario. L'Arbitro ed i Giudici saranno assistiti dai tabellonisti e dai cronometristi.

L'uniforme dell'arbitro sarà quella stabilita dal regolamento federale.

APPENDICE Articolo 5 – ARBITRI E UFFICIALI

Il Comitato Organizzatore deve assicurarsi che i Cronometristi, le Giurie da tavolo ed i Tabellonisti, così come tutti gli altri assistenti tecnici, abbiano ricevuto una buona formazione. Devono esserci almeno due Cronometristi: uno per registrare il **tempo reale del combattimento** ed uno per quello della ***Osaekomi***. Per quanto possibile deve esserci una terza persona che avrà l'incarico di controllare i due (2) cronometristi al fine di evitare qualsiasi errore o dimenticanza.

Il cronometrista principale (quello addetto alla **durata del combattimento**) deve far partire il cronometro sentendo gli annunci di **Hajime** o **Yoshi** e lo ferma sentendo gli annunci di **Matte** o **Sonomama**.

Il cronometrista delle **Osaekomi** deve far partire il cronometro sentendo **Osaekomi**, lo deve fermare sentendo **Sonomama**, e lo fa ripartire sentendo **Yoshi**. Sia sentendo **Toketa** che **Matte** egli ferma l'orologio e indica all'Arbitro il numero dei secondi trascorsi. Al termine del tempo per l'**Osaekomi** (20 secondi quando non c'è stato un precedente punteggio o 15 secondi quando il combattente che sta effettuando l'**Osaekomi** ha avuto un **Waza-ari**), indica la fine della **Osaekomi** per mezzo di un segnale **udibile**.

Il cronometrista principale (tempo reale del combattimento) fermerà l'orologio sentendo l'annuncio e vedendo il segnale di **Matte** o **Sonomama** e lo farà ripartire sentendo **Hajime** o **Yoshi**.

Quando il tempo stabilito per il combattimento è finito i Cronometristi devono avvisare l'Arbitro per mezzo di un segnale sonoro chiaramente udibile (vedi Articoli 10, 11 e 12 del presente regolamento). Il tabellonista deve conoscere bene i gesti dell'Arbitro e gli annunci, in modo tale che egli possa registrare con precisione l'andamento ed i risultati del combattimento.

In aggiunta alle suddette persone ci deve essere una persona addetta a registrare l'andamento complessivo dei combattimenti.

Se si fa uso di sistemi elettronici, la procedura rimane la stessa come sopra descritta. Tuttavia, cronometri manuali devono essere utilizzati contemporaneamente all'apparecchiatura elettronica al fine di garantire la loro funzione e tabelloni manuali devono essere disponibili **di riserva** per la registrazione manuale.

Articolo 6 - POSIZIONE E FUNZIONE DELL'ARBITRO

L'Arbitro, generalmente, deve rimanere dentro l'area di combattimento.

Egli deve dirigere il combattimento e amministrare le decisioni. Inoltre, deve assicurarsi che le decisioni siano correttamente registrate.

APPENDICE Articolo 6 – POSIZIONE E FUNZIONE DELL'ARBITRO

L'Arbitro deve assicurarsi, prima dell'inizio del combattimento, che tutto è in ordine, ad esempio l'area di competizione, attrezzatura, uniformi, igiene, ufficiali, ecc..

Il combattente che indossa il **judogi** blu è alla sinistra dell'Arbitro ed il combattente che indossa il **judogi** bianco è alla destra dell'Arbitro.

L'Arbitro non deve mai perdere di vista l'evolversi dell'azione posta in essere dai combattenti in ogni momento. Nei casi previsti dal presente regolamento quando i combattenti sono in **Ne-waza**, ovvero ogni qual volta lo ritenga opportuno e necessario, l'Arbitro può seguire l'azione dall'**Area di Sicurezza**.

In caso di intervento da parte dei Giudici e/o dell'Arbitro Responsabile del Tatami, ovvero quando lo ritenga assolutamente necessario per l'ottimale andamento della competizione, l'Arbitro fermerà l'incontro al primo momento utile senza creare, così, situazioni di pericolo per i combattenti.

Sentiti i pareri dei colleghi ed eventualmente confrontatosi con la visione del Care System, l'Arbitro tornerà a centro del tatami per assumere i comportamenti consequenziali.

Prima di officiare un combattimento, l'Arbitro e i Giudici devono familiarizzare autonomamente con il suono della campana o con i mezzi indicanti la fine del combattimento e con la posizione del medico e dell'assistente sanitario relativamente al **tatami** di competenza. Nell'assumere il controllo di un'area di competizione l'Arbitro ed i Giudici devono assicurarsi che la superficie del tappeto sia pulita ed in buone condizioni, che non ci siano spazi tra i **tatami** e che i combattenti rispondano ai requisiti richiesti di cui agli Articoli 3 e 4 del presente Regolamento.

L'Arbitro ed i Giudici devono assicurarsi che non vi siano spettatori, sostenitori o fotografi in una posizione tale da causare intralcio o rischio d'infortunio ai combattenti.

Articolo 7 - POSIZIONE E FUNZIONE DEI GIUDICI

I Giudici devono assistere l'Arbitro prendendo posto al tavolo ove è posizionato il Care System e l'Arbitro Responsabile del tatami.

I Giudici, eventualmente sentito anche il parere dell'Arbitro Responsabile del tatami, confortati dalla visione del Care System, chiederanno all'Arbitro, a mezzo interfono o con contatto visivo, di interrompere l'incontro per comunicare la diversa opinione.

Qualsiasi intervento è possibile e necessario soltanto se i Giudici hanno chiaramente avuto contezza di qualcosa che l'Arbitro non ha visto e che può modificare la decisione finale.

La decisione finale viene presa secondo la norma della "**maggioranza dei tre**". Se un combattente lascia l'area di competizione temporaneamente dopo che il combattimento è iniziato, per una ragione ritenuta necessaria dall'Arbitro, un Giudice deve accompagnare obbligatoriamente il combattente per assicurarsi che non avvengano irregolarità. Questa autorizzazione sarà concessa solo per circostanze eccezionali (per cambiare il **judogi** che non sia più conforme alle norme).

APPENDICE Articolo 7 - POSIZIONE E FUNZIONE DEI GIUDICI

L'Arbitro ed i Giudici devono lasciare le loro posizioni in caso di lunghi intervalli nel programma.

Se un Giudice nota che il tabellone riporta un errore dovrà attirare l'attenzione dell'Arbitro sull'errore stesso.

Qualora un combattente dovesse cambiare qualche parte dell'uniforme fuori dell'area di competizione e il Giudice che lo accompagna non è dello stesso sesso, l'Arbitro Responsabile del tatami designerà un ufficiale di gara che possa accompagnare il combattente.

Articolo 8 - GESTI

(a) L'Arbitro

L'Arbitro farà i gesti come appresso descritti quando avvengono le seguenti azioni:

1 **Ippon**: alzerà un braccio con il palmo della mano rivolto verso l'avanti, alto sopra la testa.

- 2 **Waza-ari**: solleverà un braccio con il palmo della mano rivolto verso il basso, lateralmente, all'altezza della spalla. **Waza-ari-awasete-ippou**: prima il gesto di **waza-ari**, poi quello di **ippou**.
- 3 **Yuko**: solleverà un braccio, con il palmo della mano rivolto verso il basso, a 45 gradi dal suo corpo.
- 4 **Osaekomi**: tenderà il suo braccio allontanandolo dal suo corpo, giù verso i combattenti, palmo verso il basso, mentre sta di fronte ai combattenti, piegando il corpo verso di loro.
- 5 **Toketa**: alzerà un braccio verso l'avanti frontalmente e muovendolo da destra a sinistra rapidamente due o tre volte piegando il corpo verso i combattenti.
- 6 **Matte**: alzerà una mano all'altezza delle spalle e con il suo braccio approssimativamente parallelo al **tatami**, mostrerà il palmo aperto della sua mano (le dita in alto) al cronometrista.
- 8 **Sono-mama**: si piegherà in avanti e toccherà entrambi i combattenti con il palmo delle sue mani.
- 9 **Yoshi**: toccherà energicamente entrambi i combattenti facendo pressione con il palmo delle sue mani su di loro.
- 10 **Per annullare un'opinione già espressa**: ripeterà con una mano il gesto dell'opinione da annullare (**senza parlare**), mentre alza l'altra mano sopra la testa davanti e l'agiterà da destra a sinistra due o tre volte.
- 11 **Kachi (per indicare il vincitore di un combattimento)**: alzerà una mano, palmo aperto, al di sopra della spalla in direzione del vincitore.
- 12 **Indicare al(i) combattente(i) di riaggiustare il judogi**: incrocia la mano sinistra sopra la destra, palmi rivolti verso l'interno, all'altezza della cintura.
- 13 **Per invitare il medico**: l'Arbitro dovrà rivolgersi verso la postazione riservata al medico e, stendendo il braccio con il palmo della mano verso l'alto, lo inviterà a raggiungere il combattente infortunato.
- 14 **Per annunciare una penalità (Shido, Hansoku-make)**: indica il combattente da penalizzare con il dito indice tenendo il pugno chiuso.
- 15 **Non-combattività**: fa roteare, con un movimento in avanti, gli avambracci all'altezza del petto e poi indica con il dito indice il combattente da

penalizzare.

16 Falso attacco: distende entrambe le braccia in avanti con le mani chiuse portandole poi, entrambe, verso il basso.

APPENDICE Articolo 8 - GESTI

Quando non è sufficientemente evidente a quale dei due combattenti deve essere assegnato il punteggio o la sanzione (**quest'ultima in casi eccezionali: Osaekomi**), l'Arbitro, dopo il gesto ufficiale, può indicare la posizione iniziale degli Atleti (Bianco o Blu).

Nel caso di arresto prolungato del combattimento, l'Arbitro indica al(i) combattente(i) che può (**non deve**) sedersi a gambe incrociate nella posizione d'inizio, facendo un gesto con una mano aperta, palmo in alto.

I gesti di **Yuko** e **Waza-ari** devono iniziare con il braccio incrociato sul petto, per poi passare lateralmente nella corretta posizione finale.

L'Arbitro, mentre si sta muovendo per assicurarsi che il risultato sia chiaramente visibile ai Giudici, dovrà mantenere i gesti di **Yuko** e **Waza-ari**. Tuttavia, quando sta girando, non deve perdere di vista i combattenti.

Se dovesse essere data una sanzione ad entrambi i combattenti, l'Arbitro dovrà fare il gesto appropriato e indicare alternativamente entrambi i combattenti (l'indice sinistro per il combattente sulla sua sinistra e l'indice destro per il combattente alla sua destra).

Se dovesse essere necessario un gesto di rettifica, questo sarà fatto subito dopo il gesto di annullamento. Nessun annuncio dovrà essere dato in caso di annullamento di un risultato o di una sanzione.

Tutti i gesti devono essere mantenuti da 3 a 5 secondi.

Per indicare il vincitore, l'Arbitro ritornerà nella posizione in cui si trovava all'inizio del combattimento, farà un passo in avanti, indicherà il vincitore e poi farà un passo indietro.



Saluto all'ingresso e all'uscita dal tatami



Posizione prima del combattimento



Invito ai combattenti di salire sul tatami



Ippon



Waza Ari



Waza Ari Awasete Ippon

Yuko



Osaekumiwaza

Toketa

Matte



Matte



Sonomama Yoshi



Alzarsi



Riordinare il Judogi



Annullamento di una di una valutazione



Non valido



Hajime – Soremade

Kaci (vittoria)

Penalità



Non combattività

Falso attacco

Intervento medico



**Penalità per
difesa eccessiva**



**Penalità per
prese incrociate**



**Penalità per rifiuto di fare
Kumikate, strappando le prese**



Shido per piede fuori



Invito ad alzarsi



Penalità per presa a pistola



Penalità per dito nella manica



Penalità per presa alla gamba



Assegnazione di una penalità



Penalità per uscita

Articolo 9 – LUOGO (AREE VALIDE)

Il combattimento si svolge all'interno dell'**Area di Combattimento**. Un'azione di proiezione deve iniziare quando almeno un combattente è a contatto con l'**Area di Combattimento**.

Qualsiasi tecnica iniziata quando entrambi i combattenti sono al di fuori dell'**Area di Combattimento** non sarà considerata valida.

Tutte le azioni sono valide e possono continuare (**No Matte**) sino a quando un combattente ha una parte del corpo che tocca l'Area di Combattimento.

ECCEZIONI:

Quando una proiezione è iniziata con almeno un combattente in contatto con l'Area di Combattimento ma, nel corso della stessa azione, entrambi i combattenti si spostano fuori dall'**Area di Combattimento** e l'azione è continua e non ha subito alcuna interruzione:

- a) la proiezione deve essere considerata valida ai fini dell'attribuzione di un eventuale punteggio;
- b) se l'azione si conclude con una **Osaekomi**, l'Arbitro la annuncerà lasciandola continuare sino all'**Ippon** o al **Matte**;
- c) se l'azione si conclude con **Kansetsu-Waza** o **Shime-Waza** riconosciute come efficaci nei confronti di chi le subisce, l'Arbitro lascerà continuare sino all'**Ippon** o all'eventuale **Matte** in caso di sopraggiunta inefficacia delle situazioni di cui sopra.

In **Ne-waza** l'azione è valida e può continuare sino a quando un combattente ha una parte del suo corpo che tocca l'**Area di Combattimento**. Inoltre:

- a) una **Osaekomi** iniziata all'interno dell'**Area di Combattimento** può continuare anche con i combattenti completamente fuori della stessa (e, quindi, nell'**Area di Sicurezza**) sino all'**Ippon** o al **Matte**.
Durante questo prolungamento del tempo stabilito per il combattimento il combattente che è immobilizzato (**UKE**), può contrattaccare applicando **Shime-Waza** o **Kansetsu-Waza**. In caso di resa o impossibilità a continuare da parte del combattente che sta effettuando l'**Osaekomi** (**TORI**), il suo avversario (**UKE**) vincerà il combattimento per **Ippon**.

- b) azioni di **Kansetsu-Waza** o **Shime-Waza** iniziate all'interno dell'area di combattimento e riconosciute come efficaci nei confronti di chi le subisce, possono continuare anche se i concorrenti escono fuori dall'area di combattimento. L'Arbitro lascerà continuare sino all'**Ippon** o all'eventuale **Matte** in caso di sopraggiunta inefficacia delle situazioni di cui sopra.

Appendice Articolo 9 - LUOGO (AREE VALIDE)

Una volta che il combattimento è iniziato, i combattenti possono lasciare l'**Area di Competizione** solo se l'Arbitro dà loro il permesso di farlo.

Tale permesso è concesso soltanto in circostanze eccezionali, come la necessità di cambiare *uno Judogi* che non è più conforme all'Articolo 3 (per es. che si sia danneggiato o sporcato).

Articolo 10 – DURATA DEL COMBATTIMENTO

Per tutte le competizioni svolte sotto l'egida della **FIJLKAM** la durata dei combattimenti, il "**Golden Score**" ed il tempo relativo al riposo tra i combattimenti saranno i seguenti.

SENIORES – Uomini e Donne	-5 minuti di tempo reale di combattimento. -nessun limite per il " Golden Score "
JUNIORES – Uomini e Donne	-4 minuti di tempo reale di combattimento. -nessun limite per il " Golden Score "
CADETTI – Uomini e Donne	-4 minuti di tempo reale di combattimento. -nessun limite per il " Golden Score "
ESORDIENTI "B" – Uomini e Donne	-3 minuti di tempo reale di combattimento. -nessun limite per il " Golden Score "
ESORDIENTI "A" – Uomini e Donne	-2 minuti di tempo reale di combattimento. -nessun limite per il " Golden Score "
UNDER 23 – Uomini e Donne	-4 minuti di tempo reale di combattimento. -nessun limite per il " Golden Score "
COPPA ITALIA – Uomini e Donne	-4 minuti di tempo reale di combattimento. -nessun limite per il " Golden Score "
MASTER – Uomini e Donne	-3 minuti di tempo reale di combattimento. -nessun limite per il " Golden Score "

Nei Campionati Italiani a Squadra il tempo reale del combattimento sarà di 5 minuti e nessun limite per il "Golden Score".

2.- Ogni combattente ha diritto ad un periodo di recupero tra un

combattimento e l'altro pari a 10 minuti.

3.- L'Arbitro dovrà informarsi della durata del combattimento prima di salire sull'area di competizione.

Articolo 11 - TEMPO ESCLUSO

Il tempo che trascorre tra gli annunci dell'Arbitro di **Matte** e **Hajime** e tra **Sono-mama** e **Yoshi** non deve essere conteggiato come parte della durata del combattimento.

Articolo 12 – SEGNALE DI TEMPO

La fine del tempo stabilito per il combattimento sarà segnalata all'Arbitro dal suono di una campana o altro segnale sonoro ugualmente udibile.

Appendice Articolo 12 - SEGNALE DI TEMPO

Quando si utilizzano più aree di competizione nello stesso tempo, è necessario l'uso di mezzi sonori **DIVERSI**.

Il segnale del tempo deve essere sufficientemente forte da poter essere udito nonostante il rumore causato dagli spettatori.

Articolo 13 - TEMPO DELLA OSAEKOMI

1. Tempo equivalente.

a) **Ippon**: 20 secondi.

b) **Waza-ari**: 15 secondi o più ma meno di 20 secondi.

c) **Yuko**: 10 secondi o più ma meno di 15 secondi.

3. **Osaekomi** annunciata simultaneamente al segnale di fine tempo.

Quando l'**Osaekomi** viene annunciata simultaneamente con il segnale di fine tempo o quando il tempo rimanente non è sufficiente per permettere il completamento dell'**Osaekomi**, il tempo a disposizione del combattimento sarà prolungato fino all'annuncio di **Ippon** (o equivalente) o **Matte**.

Durante questo prolungamento del tempo stabilito per il combattimento il combattente che è immobilizzato (**UKE**), può contrattaccare applicando **Shime-Waza** o **Kansetsu-Waza**. In caso di resa o impossibilità a continuare

da parte del combattente che sta effettuando l'**Osaekomi (TORI)**, il suo avversario (**UKE**) vincerà il combattimento per **Ippon**.

Articolo 14 – TECNICA COINCIDENTE CON IL SEGNALE DEL TEMPO

1.-Ogni risultato di una tecnica iniziata simultaneamente con il segnale di fine tempo sarà valutabile.

2.- Benché una tecnica di proiezione possa essere eseguita simultaneamente con il suono della campana, se l'Arbitro decide che questa non sarà immediatamente efficace, egli dovrà annunciare **Sore-made** senza alcun valore ai fini di un eventuale punteggio.

3.- Ogni tecnica applicata dopo il suono della campana (o altro mezzo) per indicare il termine del tempo del combattimento non sarà valida, anche se l'Arbitro non ha ancora annunciato **Sore-made**.

4.- Nel caso di **Osaekomi** annunciata simultaneamente con il segnale del fine tempo, l'Arbitro dovrà porre in essere le norme di cui all'Art. 13.2 (**il tempo a disposizione per il combattimento sarà prolungato fino a che verrà assegnato Ippon <o equivalente> o Matte**).

Articolo 15 – INIZIO DEL COMBATTIMENTO

1.- All'inizio di ogni incontro l'Arbitro si deve recare all'interno dell'area di competizione (centralmente) e saluterà **Joseki** prima di far entrare gli Atleti all'interno dell'**Area di Combattimento**.

I Giudici devono assistere l'Arbitro prendendo posto al tavolo ove è posizionato il Care System e l'Arbitro Responsabile del **tatami**.

Al termine di ogni incontro l'Arbitro ripeterà il saluto a **Joseki** prima di lasciare l'**Area di Combattimento**.

2.- L'Arbitro ed i Giudici devono essere nella posizione di inizio del combattimento sempre prima dell'arrivo dei combattenti sull'**Area di Combattimento**.

Nelle competizioni individuali l'Arbitro deve essere al centro, due metri dietro la linea mediana dove i combattenti si posizioneranno per iniziare l'incontro, rivolto verso il tavolo dei cronometristi.

Nella competizione a squadre, prima dell'inizio delle gare per ogni incontro, la cerimonia del saluto tra le due squadre dovrà essere la seguente:

a. - l'Arbitro resterà nella stessa posizione come nelle competizioni individuali. Al suo invito le due squadre si recheranno sul lato loro assegnato, in linea con il bordo esterno dell'area di gara, in ordine decrescente e con l'Atleta più pesante in prossimità dell'Arbitro, in posizione eretta e frontale l'un l'altra.

b. – su ordine dell'Arbitro le due squadre entreranno nell'**Area di Combattimento** fermandosi sulla linea loro assegnata sul **Tatami**.

c. – l'Arbitro ordinerà alle squadre di rivolgersi verso **Joseki**, stendendo le sue braccia parallelamente in avanti, con i palmi aperti, pronuncerà **Rei** (saluto) che sarà eseguito contemporaneamente da tutti i componenti le squadre.

L'Arbitro non dovrà salutare.

d. – successivamente l'Arbitro ordinerà, con un gesto delle braccia, avambraccio ad angolo retto e palmi rivolti frontalmente, "**OTAGANI-NI**" (saluto reciproco) alle due squadre di nuovo in posizione frontale. Annunciando **Rei** (saluto), da eseguire con le stesse modalità della sezione precedente.

e. – al termine della cerimonia del saluto iniziale, i componenti delle due squadre usciranno attraverso la stessa posizione dalla quale erano entrati, attendendo, in un angolo loro riservato nell'area di competizione, i combattenti di ciascuna squadra che devono sostenere il primo incontro. In ciascun incontro i combattenti devono seguire la stessa procedura della competizione individuale.

f. – al termine dell'ultimo incontro di ciascuna competizione a squadra l'Arbitro ordinerà alle squadre di procedere come descritto nei paragrafi "a" e "b", segnalando, con il gesto appropriato, la squadra vincitrice.

3. - sebbene non obbligatorio, i combattenti sono liberi di salutare quando entrano o escono dall'area di combattimento.

4. – I combattenti cammineranno verso il centro dell'**Area di Combattimento**, arrivando dal bordo riservato all'area di sicurezza, sui rispettivi lati in accordo con l'ordine dei combattimenti (primo chiamato sul lato destro ed il secondo chiamato sul lato sinistro della posizione dell'Arbitro) fermandosi in posizione eretta. All'annuncio dell'Arbitro, i combattenti avanzeranno verso le rispettive posizioni di partenza, si saluteranno contemporaneamente l'un l'altro ed

avanzeranno di un passo partendo con il piede sinistro.

Quando l'incontro è terminato e l'Arbitro ha annunciato il vincitore, i combattenti, contemporaneamente, faranno un passo indietro partendo con il piede destro e si saluteranno reciprocamente.

Se i combattenti non saluteranno o lo faranno in modo non corretto (quando, cioè, qualcuno non lo esegue con un angolo di 30 gradi misurati dalla vita) l'Arbitro ordinerà ai combattenti di farlo in modo corretto.

È molto importante effettuare il saluto nella forma corretta.

5.- Il combattimento inizierà sempre nella posizione in piedi quando l'Arbitro annuncia **Hajime**.

I combattenti non potranno stringersi la mano prima dell'inizio del combattimento.

6.- Il Medico accreditato (**ovvero, in assenza di quello accreditato, il Medico Ufficiale della competizione**) può richiedere all'Arbitro di fermare il combattimento nei casi e con le conseguenze regolate dall'Articolo 29.

7.- I componenti della Commissione Arbitrale (**ovvero gli Arbitri Responsabili del tatami**) possono interrompere il combattimento.

Articolo 16 – PASSAGGIO IN NE-WAZA

1.- I combattenti potranno passare da **Tachi-waza** (*posizione in piedi*) al **Ne-waza** (*lotta a terra*) se si verificano uno dei casi riportati in questo Articolo. Comunque, se la tecnica applicata ha subito una considerevole interruzione nella sua applicazione, l'Arbitro annuncerà **Matte** ed ordinerà ad entrambi i combattenti di riassumere la posizione in piedi.

2.- Situazioni che permettono il passaggio da **Tachi-waza** in **Ne-waza**.

a.- quando un combattente, dopo aver ottenuto un risultato con una tecnica di proiezione, passa senza interruzione in **Ne-waza** e prende l'iniziativa.

b.- quando uno dei combattenti cade a terra, a seguito dell'applicazione non riuscita di una tecnica di proiezione, l'altro può trarre vantaggio dalla posizione del suo avversario per proseguire in **Ne-waza**;

c.- quando un combattente, effettuando un'azione di **Shime-waza** o **Kansetsu-**

waza nella posizione in piedi, ottiene un effetto apprezzabile, può proseguire la sua azione, senza interruzione, in **Ne-waza**;

d.- quando un combattente porta al suolo il suo avversario in **Ne-waza** con l'applicazione di un movimento particolarmente abile che non può qualificare come una tecnica di proiezione;

e.- In ogni altro caso non previsto dalle sotto sezioni di questo Articolo, quando uno dei combattenti sia caduto o stia per cadere, l'altro combattente potrà trarre vantaggio dalla posizione di squilibrio per proseguire in **Ne-waza**.

1.- Eccezioni.

a.- Quando un combattente trascina il suo avversario a terra in **Ne-waza** in maniera non conforme all'articolo 16, paragrafo 2, ed il suo avversario **non trae** vantaggio da ciò per continuare in **Ne-waza**, l'Arbitro deve annunciare **Matte**, fermare il combattimento e sanzionare con **Shido** il combattente che non ha rispettato l'Articolo 25 – Shido 7). Se l'avversario, invece, prende vantaggio dall'azione di **Tori**, l'attività in **Ne-waza** può continuare.

Articolo 17 – APPLICAZIONE DEL MATTE

1. Norma generale

L'Arbitro annuncerà **Matte** per interrompere temporaneamente il combattimento nei casi previsti da questo articolo ed i combattenti devono velocemente ritornare alle loro posizioni di inizio incontro così come definite al paragrafo due dell'Articolo 6 del presente regolamento. Per far riprendere il combattimento l'Arbitro annuncerà **Hajime**.

Dopo aver annunciato il **Matte**, l'Arbitro deve essere attento a non perdere di vista i combattenti in modo da assicurarsi che gli stessi, non avendo udito il **Matte** annunciato, stiano continuando a combattere ovvero per qualsiasi altro incidente possa accadere.

2. Situazioni nelle quali l'Arbitro deve annunciare Matte.

a.- Quando entrambi i combattenti escono completamente fuori dall'area di combattimento.

b.- Quando uno o entrambi i combattenti commettono uno degli atti proibiti elencati nell'Articolo 25 del presente Regolamento.

c.- Quando uno o entrambi i combattenti si infortunano o sono colti da malore. Nel caso si verificano le condizioni di cui all'Articolo 27, l'Arbitro, dopo aver

annunciato **Matte**, chiamerà il Dottore per eseguire un esame medico in conformità allo stesso Articolo, sia su richiesta del combattente che direttamente a seguito della gravità dell'infortunio, permettendo al combattente, al fine di facilitare l'esame medico, di assumere qualsiasi posizione diversa dalla posizione di partenza.

d.- Quando è necessario che uno o entrambi i combattenti rimettano in ordine il loro **Judogi**.

e.- Quando, durante il **Ne-waza**, non c'è un evidente progresso.

f.- Quando un combattente dal **Ne-waza** riguadagna la posizione eretta o semieretta con l'avversario sulla sua schiena e con le mani completamente e chiaramente staccate dal **Tatami**, dimostrando una perdita di controllo da parte dell'avversario.

g.- Quando un combattente rimane in piedi o, dal **Ne-waza** riguadagna la posizione in piedi e solleva chiaramente dal **Tatami** il suo avversario che è in posizione supina con una o entrambe le gambe intorno a qualsiasi parte del corpo del combattente in piedi.

h.- Quando un combattente esegue o tenta di eseguire **Kansetsu-waza** o **Shime-waza** dalla posizione eretta ed il risultato non è **sufficientemente evidente**.

i.- Quando uno dei combattenti inizia o tenta un movimento preparatorio di una tecnica proibita, l'Arbitro può chiamare immediatamente **Matte**, cercando di fermare e di non lasciare che il concorrente che effettua il movimento, finisca l'azione.

j.- Quando in ogni altro caso giudicato dall'arbitro necessario farlo.

k.- Quando l'Arbitro ed i Giudici o la Commissione d'Arbitraggio desiderano conferire.

3. Situazioni nelle quali l'Arbitro non deve annunciare Matte.

a. –L'Arbitro non annuncerà **Matte** per fermare il/i combattente/i che stanno uscendo dall'Area di combattimento, a meno che la situazione sia considerata pericolosa.

b. –L'Arbitro non deve annunciare *matte* quando un combattente che si è liberato, ad esempio da **Osaekomi**, **Shime-waza** o **Kansetsu-waza**, sembra aver bisogno di una pausa o la richieda espressamente.

4. Situazioni eccezionali.

a. -Se l'Arbitro annuncia **Matte** per errore durante il **Ne-waza** ed i combattenti

per questo annuncio si separano, l'Arbitro, sentiti i Giudici e confortati dalla visione del Care System, se possibile ed in accordo con la regola della "**maggioranza dei tre**", faranno rimettere i combattenti nella posizione più simile a quella che avevano prima del **Matte** e il combattimento riprenderà, se così facendo si potrà rimediare ad una eventuale ingiustizia subita da uno dei combattenti.

Articolo 18 - SONO-MAMA

1.- In ogni caso in cui l'Arbitro vuole fermare temporaneamente il combattimento (**ad esempio per rivolgersi ad uno o ad entrambi i combattenti**), senza causare un cambiamento delle loro posizioni, egli deve annunciare **Sono-mama** facendo il gesto di cui all'Articolo 8 – punto 8, mentre deve assicurarsi che non vi siano variazioni nelle posizioni o nelle prese di ciascun combattente.

2.- **Sono-mama** può essere applicato **soltanto** nelle situazioni in cui i combattenti sono in posizione di **Ne-waza**.

3.- Procedure nelle varie situazioni:

a- Per assegnare una penalità, se il combattente al quale deve essere assegnata è in una situazione sfavorevole, **Sono-mama** non deve essere applicato: **la penalità sarà assegnata direttamente**.

b.- Intervento medico. Se durante il **Ne-waza** un combattente mostra segni di infortunio e, in accordo con l'Articolo 29 può essere assistito dal Dottore, l'Arbitro può annunciare **Sono-mama** e, se necessario, separare i combattenti.

Successivamente l'Arbitro, in accordo con la regola della "**maggioranza dei tre**", riposizionerà i combattenti nella posizione che essi avevano prima dell'annuncio di **Sono-mama**.

4.- Per far riprendere il combattimento, l'Arbitro annuncerà **Yoshi** compiendo la gestualità di cui all'Articolo 8 – punto 9.

Articolo 19 – FINE DEL COMBATTIMENTO

1.- L'Arbitro deve annunciare "**Sore-made**" per indicare la fine del combattimento nei casi previsti dal seguente Articolo. Dopo questo annuncio, l'Arbitro deve sempre mantenere i combattenti nella sua visuale, in caso essi

non abbiano udito il suo annuncio e continuino a combattere.

Se necessario e prima di indicare il risultato finale, l'Arbitro ordinerà ai combattenti di rimettere in ordine il loro "**Judogi**".

Dopo che l'Arbitro ha indicato il risultato del combattimento applicando la gestualità di cui all'Articolo 8, i combattenti devono fare un passo all'indietro verso le rispettive posizioni di partenza, faranno il saluto (**stando in piedi**) e lasceranno l'**Area di Combattimento** utilizzando l'**Area di Sicurezza** al lato del "**Tatami**".

Se l'Arbitro dovesse, per errore, assegnare la vittoria al combattente sbagliato, i due Giudici dovranno assicurarsi che egli modifichi la decisione prima che lasci l'Area di Competizione. **Nessuna situazione è irrevocabile se la correzione potrà rimediare ad una eventuale ingiustizia subita da uno dei combattenti.**

Tutti i provvedimenti e le decisioni prese da Arbitro e Giudici, in conformità alla regola della "**maggioranza dei tre**", saranno definitivi e senza possibilità di reclamo.

2.- Situazioni per annunciare **Sore-made**.

a.- Quando un combattente ottiene il risultato di **Ippon** o **Waza-ari-awasete-ippun** (Articoli 20 e 21).

b.- Nel caso di **Kiken-gachi** (Articolo 26).

c.- Nel caso di **Hansoku-make** (Articolo 25).

d.- Quando un combattente non può continuare a causa di infortunio (Articolo 27).

e.- Quando il tempo stabilito per il combattimento è terminato.

3.- L'Arbitro aggiudicherà il combattimento come di seguito riportato:

a.- Quando un combattente ottiene il punteggio di **Ippon** o equivalente, egli sarà dichiarato vincitore.

b.- Quando non c'è stato punteggio di **Ippon** o equivalente, il vincitore sarà dichiarato sulla base del seguente criterio:

c) sarà dichiarato vincitore il combattente che ha al suo attivo il punteggio più

alto (**Waza-ari** o **Yuko**);

- d) il punteggio di **Waza-ari** prevale su qualsiasi numero di **Yuko**;
- e) il punteggio di **Waza-ari** o **Yuko** prevale sulle sanzioni di **SHIDO** (al massimo tre) attribuite ad uno o entrambi i combattenti;
- f) in assenza di punteggio il combattente che ha il minor numero di **SHIDO** vince l'incontro.

c.- Quando nessun punteggio è registrato ovvero sono esattamente identici sotto ogni aspetto (**Waza-ari**, **Yuko**, **Shido**), **il combattimento sarà deciso con il "Golden Score" sia nelle gare individuali che in quelle a squadra.**

4.- Situazione di "Golden Score".

Quando il tempo assegnato al combattimento termina a seguito della circostanza riferita al paragrafo 3.c di questo Articolo, l'Arbitro annuncia **Sore-made** per terminare temporaneamente il combattimento ed i combattenti ritornano alle loro posizioni d'inizio del combattimento.

Il cronometro sarà resettato e ripartirà da 00.00 (zero secondi) senza limite di tempo per il "**Golden Score**" mentre sul tabellone segnapunti rimarranno le registrazioni eventualmente annotate nel tempo regolamentare.

L'Arbitro annuncerà immediatamente **Hajime** per iniziare nuovamente il combattimento. Non vi è alcun periodo di riposo fra la conclusione del combattimento iniziale e l'inizio del combattimento con "**Golden Score**" la cui durata è indicata all'Articolo 10 di questo Regolamento.

Il combattimento termina, e l'Arbitro deve annunciare **Sore-made**, quando ad un combattente viene assegnato un punteggio (sarà dichiarato vincitore) o una sanzione (sarà dichiarato vincitore il suo avversario).

Quando un combattente, nel corso del tempo riservato al "**Golden Score**", viene controllato dal suo avversario e l'**Osaekomi** è stato annunciato, l'Arbitro deve permettere che il controllo continui per 20 secondi (**Ippon**), ovvero sino al **Toketa** o **Matte**, oppure se uno **Shime-Waza** o un **Kansetsu-waza** viene applicato **con risultato immediato** da uno dei combattente. In questo caso il combattimento sarà vinto con il punteggio relativo.

Se durante il combattimento del "**Golden Score**" viene assegnato un **Hansoku-make** diretto, gli effetti per il combattente penalizzato saranno gli stessi che in un normale combattimento.

Nel caso in cui l'Arbitro decide di penalizzare un combattente e questo significa

la vittoria del suo avversario, egli deve prima consultarsi con i Giudici e prendere la decisione finale in conformità alla regola della “**maggioranza dei tre**”.

5.- Situazioni speciali nel tempo del “**Golden Score**”.

a.- Nel caso in cui solo un combattente eserciti il suo diritto a disputare il “**Golden Score**” e l'altro combattente rifiuta di farlo, il combattente che desidera combattere sarà dichiarato vincitore per **Kiken-gachi**.

b.- Nel caso in cui entrambi i combattenti ottengano il punteggio di **Ippon** contemporaneamente nel tempo previsto per il “**Golden Score**”, l'Arbitro annuncerà **Matte** ed il combattimento continuerà senza tener conto di queste azioni ai fini del punteggio.

c.- Nel caso in cui entrambi i combattenti sono penalizzati contemporaneamente con **Hansoku-make** non diretto (sommatoria di più **Shido**) il combattimento sarà deciso con il “**Golden Score**”.

d.- Nel caso in cui entrambi i combattenti sono penalizzati contemporaneamente con **Hansoku-make** disciplinare **saranno esclusi dalla competizione**.

6.- CARE SYSTEM

Il Care System, così come definito nell'Articolo 2 di questo regolamento e nel **SOR** (Sport and Organization Rules in International Judo Federation), sarà di competenza esclusiva della terna arbitrale e dell'Arbitro Responsabile addetto al Care System e nessuno può interferire o definire il suo funzionamento al di fuori delle regole qui elencate o, per quanto non contemplato, dalla decisione presa della terna arbitrale e dell'Arbitro Responsabile addetto al Care System a questo proposito.

Previste le seguenti situazioni di utilizzo:

a.- i Giudici e/o l'Arbitro Responsabile addetto al Care System interverranno, fermando il combattimento e tenendo un breve colloquio a bordo del **Tatami** con l'Arbitro centrale nei casi qui di seguito definiti;

b.- i Giudici e/o l'Arbitro Responsabile addetto al care System possono fare un gesto affermativo, rendendo inutile l'incontro al bordo del **Tatami**, quando, a loro giudizio e dopo aver visto l'azione di cui trattasi sia in diretta che col **CARE SYSTEM**, la loro opinione è in sintonia con il giudizio che vorrebbe prendere l'Arbitro;

Particolare attenzione dovrà essere posta dai Giudici e dall'Arbitro Responsabile del tatami addetto al **CARE SYSTEM** nelle seguenti situazioni: a.- Qualsiasi decisione che comporta la fine del combattimento, sia durante il tempo previsto per lo stesso che nel tempo previsto per il "**Golden Score**".

b.- Azioni di **Kaeshi-waza** nelle quali vi sia difficoltà di individuare il combattente che aveva il controllo dell'azione e che implicano la fine dell'incontro.

L'utilizzo del supporto video è di esclusiva competenza della terna arbitrale e dell'Arbitro Responsabile del tatami; nessun altro è autorizzato a richiederne l'utilizzo.

Il parere dell'Arbitro Responsabile del tatami non è vincolante in quanto la decisione finale spetta sempre e comunque alla terna arbitrale.

Articolo 20 – IPPON

L'Arbitro deve annunciare **ippon** quando, a suo giudizio, l'applicazione di una tecnica risponde ai criteri seguenti:

a.- Quando un combattente proietta con controllo l'altro largamente sulla sua schiena con considerevole forza e velocità.

Se uno dei combattenti deliberatamente esegue un "**ponte**" (testa e uno o entrambi i piedi in contatto con il **Tatami**) dopo essere stato proiettato ed al fine di evitare che sussistano i criteri necessari per l'**ippon**, l'Arbitro, al fine di scoraggiare quest'azione, deve comunque annunciare **ippon**.

b.- Quando un combattente immobilizza con **Osaekomi-waza** l'altro combattente, quest'ultimo incapace di liberarsi per 20 secondi dopo l'annuncio di **Osaekomi**;

c.- Quando un combattente si arrende battendo due o più volte con la sua mano o il piede oppure dice **Maitta (Mi Arrendo!)** generalmente a seguito di un risultato di tecniche di **Osaekomi, Shime-waza o Kansetsu-waza**.

d.- Quando un combattente è reso incapace a continuare per l'effetto di uno **Shime-waza o Kansetsu-waza**.

2.- Equivalenza.

Se un combattente dovrà essere penalizzato con **Hansoku-make**, il suo avversario sarà immediatamente dichiarato vincitore con il punteggio

equivalente di **Ippon**.

3.- Situazioni speciali.

a.- **Tecnica simultanea**. Quando entrambi i combattenti cadono sul tappeto a seguito di attacchi che sembrano essere eseguiti simultaneamente e sia l'Arbitro che i Giudici e l'Arbitro Responsabile addetto al Care System, a loro giudizio e dopo aver visto l'azione di cui trattasi sia in diretta che col **CARE SYSTEM**, non sono in grado di giudicare quale tecnica abbia prevalso, non si deve aggiudicare alcun punteggio.

b.- Nel caso in cui entrambi i combattenti ottengano il punteggio di **Ippon**, l'Arbitro dovrà seguire agire in conformità al paragrafo 5.b dell'Articolo 19.

c.- Per la categoria **Cadetti maschile e femminile**:

- è consentita l'applicazione di **Kansetsu-waza**.

- un Atleta che ha perso conoscenza, a seguito di **Shime-waza**, **non potrà continuare la competizione**.

Articolo 21 – WAZA-ARI AWASATE IPPON

Se un combattente ottiene un secondo **Waza-ari** nel combattimento, (vedi Articolo 22) l'arbitro annuncerà **Waza-ari-awasete-ippou**.

Articolo 22 – WAZA-ARI

L'Arbitro deve annunciare **Waza-ari** quando, a suo giudizio, la tecnica applicata corrisponde ai seguenti criteri:

(a). Quando un combattente proietta con controllo l'avversario, ma la tecnica è parzialmente mancante di uno dei tre elementi necessari per **Ippon** (vedi Articolo 20 (a) ed Appendice).

(b). Quando un combattente immobilizza con **Osaekomi-waza** l'altro, quest'ultimo incapace di liberarsi, **per 15 secondi o più, ma meno di 20 secondi**.

Articolo 23 – YUKO

L'arbitro deve annunciare **Yuko** quando, a suo giudizio, la tecnica applicata corrisponde ai seguenti criteri:

(a). Quando un combattente proietta con controllo l'avversario ma la tecnica è **parzialmente mancante di due degli altri tre** elementi necessari per l'**Ippon**.

Esempi:

(1). Parzialmente mancante dell'elemento "**largamente sul dorso**" ed anche parzialmente mancante di uno degli altri due elementi, "**forza**" o "**velocità**".

(2). **Largamente sul dorso** ma parzialmente mancante in **entrambi gli altri due elementi**, "**forza**" e "**velocità**".

(b). Quando un combattente immobilizza con **Osaekomi-waza** l'altro combattente, quest'ultimo incapace di liberarsi, **per 10 secondi o più ma meno di 15 secondi**.

Indipendentemente dal numero di **Yuko** annunciati, nessuna somma totale sarà considerata pari ad un **Waza-Ari**.

Sarà registrato il numero totale annunciato.

Articolo 24 – OSAEKOMI WAZA

L'Arbitro deve annunciare **Osaekomi** quando, a suo giudizio, la tecnica applicata corrisponde ai criteri seguenti:

(a). Il combattente che è stato immobilizzato deve essere controllato dal suo avversario e deve avere la sua schiena, entrambe le spalle o una sola a contatto con il tatami.

(b). Il controllo può essere fatto dal fianco, da dietro o da sopra.

(c). Il combattente che sta applicando l'immobilizzazione non deve avere la sua gamba(e) o il corpo controllato dalle gambe del suo avversario.

(d). Almeno un combattente deve avere qualche parte del suo corpo che tocca l'Area di Combattimento (vedi eccezione appendice Art. 25).

(e). Il combattente che sta applicando l'immobilizzazione deve avere il proprio corpo nella posizione o di **Kesa** o di **Shiho**, cioè simile alle tecniche di **Kesa-gatame** o **Kamishiho-gatame**.

APPENDICE Articolo 24 – OSAEKOMI WAZA

Se il combattente che sta controllando il suo avversario con un'**Osaekomi**, cambia senza perdere il controllo in un'altra **Osaekomi**, il tempo della **Osaekomi** continuerà fino all'annuncio di **Ippon** (o **Waza-ari** o **equivalente**) o **Toketa** o **Matte** o **Sore-made**.

Quando un'**Osaekomi** è stata applicata, se è il combattente che è in una posizione vantaggiosa che commette un'infrazione meritevole di una sanzione, l'Arbitro annuncerà **Matte**, farà ritornare i combattenti alle loro posizioni iniziali, annuncerà la penalità (e qualsiasi punteggio della **Osaekomi**), e quindi ricomincerà il combattimento annunciando **Hajime**.

Quando un'**Osaekomi** è stata applicata, se il combattente che è in una posizione svantaggiosa commette un'infrazione meritevole di una sanzione, l'arbitro deve annunciare **Sono-mama**, assegnare la sanzione, quindi fare riprendere il combattimento toccando entrambi i combattenti e annunciando **Yoshi**.

Tuttavia, se la penalità che dovrebbe essere annunciata fosse **Hansoku-make**, l'Arbitro, dopo aver annunciato **Sono-mama**, consultati i Giudici, annuncerà **Matte** e farà ritornare i combattenti sulle loro posizioni iniziali di combattimento, sanzionerà l'**Hansoku-make** e farà finire il combattimento annunciando **Sore-made**.

Se i Giudici, posizionati con l'Arbitro Responsabile addetto al Care System, sono d'accordo che vi sono i requisiti di una un'**Osaekomi** non ancora annunciata dall'Arbitro, essi dovranno segnalarlo e, per la regola della "**maggioranza dei tre**", l'Arbitro deve annunciare immediatamente **Osaekomi**.

Toketa dovrà essere annunciato se, durante l'**Osaekomi**, il combattente che è stato immobilizzato riesce a "**prendere a forbice**" la gamba dell'altro combattente.

Nelle situazioni in cui la schiena di **Uke** non è più in contatto con il **tatami**, (ad esempio stando in ponte), ma **Tori** mantiene il controllo, l'**Osaekomi**

continuerà.

Articolo 25 – ATTI PROIBITI E PENALITA'

Gli atti proibiti si dividono in: infrazioni “Leggere” (*Shido*) ed in infrazioni “Gravi” (*Hansoku-make*).

INFRAZIONI LEGGERE: saranno sanzionate con *Shido*.

INFRAZIONI GRAVI: saranno sanzionate con *Hansoku-make* diretto.

L'Arbitro assegnerà una sanzione di *Shido* o di *Hansoku-make* secondo la natura dell'atto commesso.

Ogni volta che un Arbitro assegna una sanzione deve dimostrarne la ragione con un gesto appropriato.

SHIDO (gruppo di infrazioni leggere).

(a) *Shido* è inflitto al combattente che ha commesso un'infrazione leggera:

1)	Evitare intenzionalmente di fare le prese (<i>Kumikata</i>) al fine di ostacolare l'azione nel combattimento.
2)	Adottare nella posizione eretta, dopo aver effettuato le prese (<i>Kumikata</i>), un atteggiamento eccessivamente difensivo.
3)	Eseguire un'azione volta a dare l'impressione di un attacco ma che chiaramente mostra che non c'era alcun intento di proiettare l'avversario (FALSO ATTACCO).
4)	Nella posizione in piedi tenere continuamente l'estremità della/e manica/maniche dell'avversario per scopo difensivo o prendere “torcendo” la/e manica/maniche.
5)	Nella posizione in piedi, trattenere continuamente le dita di una o entrambe le mani intrecciate dell'avversario, allo scopo di ostacolarne l'azione nel combattimento.
6)	Intenzionalmente mettere in disordine il proprio <i>judogi</i> o sciogliere o annodare la cintura o i pantaloni senza il permesso dell'Arbitro.
7)	Trascinare al suolo l'avversario al fine d'iniziare <i>ne-waza</i> tranne nel caso in cui si verifichi quanto stabilito dall'Articolo 16.
8)	Inserire un dito o le dita all'interno delle maniche dell'avversario o del fondo dei suoi pantaloni.
9)	In posizione in piedi, fare qualsiasi presa diversa dalla presa “normale” senza attaccare immediatamente.

10)	Nella posizione in piedi, prima o dopo che è stato effettuato il <i>Kumi-kata</i> , non fare alcun movimento di attacco (vedi l'appendice "Non Combattività").
11)	Prendere il bordo o parte finale della/e manica/maniche tenendola tra il pollice e le dita ("presa a pistola").
12)	Tenere la parte finale della/e manica/maniche facendone scomparire il bordo o parte di esso "presa a tasca".
13)	Nel tentativo di effettuare una tecnica di proiezione, abbracciare l'avversario, in una posizione di petto contro petto, con entrambe le braccia che circondano il corpo con le mani che possono o meno toccarsi.
14)	Avvolgere la parte finale della cintura o il bordo della giacca del judogi intorno a qualunque parte del corpo dell'avversario.
15)	Afferrare il Judogi con i denti (il proprio o quello dell'avversario).
16)	Mettere la mano, un braccio, un piede, o una gamba direttamente sul viso dell'avversario.
17)	Mettere un piede o una gamba dentro la cintura, nel collo o nel bavero dell'avversario.
18)	Applicare Shime waza utilizzando la parte bassa della giacca o la cintura o utilizzando solo le dita.
19)	In posizione Tarchi waza o Ne waza uscire fuori dell'area di combattimento o forzare intenzionalmente a uscire dall'area di combattimento l'avversario (vedi Articolo 9 "Eccezioni").
20)	Eseguire un'azione di "gambe a forbice" (dojime) al tronco, al collo o alla testa dell'avversario ("gambe a forbice" - piedi incrociati, estendendo le gambe).
21)	Colpire con il ginocchio o il piede, la mano o il braccio dell'avversario per fargli lasciare la presa;
22)	Colpire la gamba o la caviglia dell'avversario senza applicare alcun gesto tecnico teso alla ricerca della proiezione dell'avversario;
23)	Utilizzare la propria gamba quale supporto per rompere la presa dell'avversario alla sua manica.
24)	Torcere indietro il/le dito/a dell'avversario per fargli lasciare la presa.

HANSOKU MAKE (gruppo di infrazioni gravi).

(b) **Hansoku-make** è inflitto a qualunque combattente che ha commesso un'infrazione grave (o che essendo stato penalizzato con **tre (3) shido**, commette un'ulteriore infrazione leggera).

L'applicazione di **Hansoku-make** diretto prevede due tipologie: **Hansoku-make tecnico** ed **Hansoku-make disciplinare**.

L'**Hansoku-make tecnico** comporta che il combattente è squalificato per l'incontro interessato e, qualora recuperato, può continuare la competizione.

L'**Hansoku-make disciplinare** comporta che il combattente è squalificato per l'incontro interessato, non può più proseguire la competizione e, in classifica, si ferma nella posizione raggiunta.

In caso di particolare gravità della situazione che prevede l'**Hansoku-make disciplinare**, la terna, sentito anche il parere del Commissario Gara/Direttore Sportivo comunica alla Giuria di Tavolo l'esclusione dell'Atleta interessato dalla classifica redigendo apposito rapporto.

Le situazioni che prevedono l'**Hansoku-make tecnico sono:**

1. il gesto definito "Diving": "Tuffarsi" con la testa in avanti direttamente verso il tatami mentre si sta eseguendo o tentando di eseguire una tecnica come *Uchi mata, Harai goshi*, etc.

2. da una posizione eretta, prendere direttamente o bloccare con una o due mani o con uno o due braccia al di sotto della cintura dell'avversario.

Tutti gli altri gesti tecnici meritevoli di Hansoku-make diretto sono da considerarsi disciplinari.

Tutte le altre situazioni contrarie allo spirito ed all'etica del Judo meritevoli di Hansoku-make diretto devono essere punite in qualsiasi momento del combattimento e sono da considerarsi disciplinari.

In caso di **Hansoku-make diretto**, l'Arbitro dovrà sempre comunicarne la tipologia alla Giuria di tavolo per le consequenziali procedure.

Una sanzione può essere inflitta dopo l'annuncio di **Soremade** per qualsiasi atto proibito commesso durante il tempo previsto per il combattimento oppure, in casi eccezionali, per atti gravi commessi dopo il segnale che indica la fine combattimento, anche se il risultato è stato espresso.

25)	Applicare <i>Kawazu-gake</i> (Proiettare l'avversario avvolgendo la propria gamba intorno a quella dell'avversario mentre in posizione frontale/affiancata più o meno nella stessa direzione dell'avversario e cadendo indietro sopra di lui). (Commento: situazione nella quale viene punita anche la " sola intenzione " di infrangere la norma).
-----	--

26)	Applicare <i>Kansetsu waza</i> in parti diverse dall'articolazione del gomito. (Commento: situazione nella quale viene punita anche la " sola intenzione " di infrangere la norma).
27)	Sollevarre dal tatami l'avversario disteso per poi proiettarlo con violenza sul tatami stesso.
28)	Falciare dall'interno la gamba d'appoggio dell'avversario mentre sta eseguendo una tecnica come <i>Haraigoshi</i> , ecc.. (Commento: situazione nella quale viene punita anche la " sola intenzione " di infrangere la norma).
29)	Ignorare le istruzioni dell'arbitro.
30)	Fare delle osservazioni, gesti inutili o richiami offensivi contro l'avversario o l'arbitro durante il combattimento.
31)	Fare delle azioni che possano mettere in pericolo o ferire l'avversario in particolare azioni dirette alla regione cervicale o la colonna vertebrale o che possano essere contrarie allo spirito dello Judo. (Commento: situazione nella quale viene punita anche la " sola intenzione " di infrangere la norma).
32)	Lasciarsi cadere, direttamente sul tatami eseguendo o tentando di eseguire una tecnica come <i>Ude-HishigiWaki-gatame</i> . (Commento: situazione nella quale viene punita anche la " sola intenzione " di infrangere la norma).
33)	Gettarsi direttamente all'indietro mentre si esegue o si tenta di eseguire tecniche come <i>Kata Guruma</i> partendo dalla posizione eretta o sulle ginocchia. (Commento: situazione nella quale viene punita anche la " sola intenzione " di infrangere la norma).
34)	Lasciarsi cadere intenzionalmente all'indietro mentre l'avversario sta
	agganciato sul proprio dorso ed ogni combattente controlla i movimenti dell'altro;
35)	Indossare un oggetto duro o metallico (ricoperto o non).

Sul tabellone segnapunti, la ripetizione dello **Shido** sarà cumulativa.

Quando un combattente ha ripetuto un'infrazione leggera che deve essere penalizzata con **Shido** per la quarta (4) volta l'Arbitro, dopo essersi consultato con i Giudici e/o l'Arbitro Responsabile addetto al care System, sanzionerà il combattente con **Hansoku-make** senza annunciare **Shido** come tale, ma solo direttamente **Hansoku-make**.

Il combattimento termina secondo quanto stabilito dall'art. 19.

7) Se un combattente porta l'avversario in **Ne-waza** in modo non conforme all'articolo 16 e il suo avversario non trae vantaggio da ciò per continuare in

Ne-waza, l'Arbitro annuncerà **Matte**, fermerà temporaneamente il combattimento e annuncerà **Shido** al combattente che ha infranto l'Articolo 16.

9) Per presa "**normale**" si intende quando un combattente afferra con la mano sinistra il lato destro del **Judogi** del suo avversario, la manica, il collo, la zona pettorale, sopra la spalla o nella parte posteriore e con la mano destra la parte di sinistra dell'avversario quali la manica, la zona pettorale, sopra la spalla o la parte posteriore di sinistra sempre sopra la cintura.

Se un combattente continua a combattere con una presa "**non normale**" il tempo consentito si ridurrà progressivamente, anche fino alla "**sanzione diretta**" di **Shido**.

Se un combattente esegue una **presa incrociata (Cross grip)**, cioè con due mani, una mano sul lato opposto della parte posteriore della spalla o del braccio dell'altro combattente, egli deve attaccare immediatamente o l'Arbitro lo deve sanzionare con **Shido**.

Un combattente non deve essere penalizzato se ha una presa anormale quando la situazione è stata causata dal suo avversario che ha schivato con la sua testa sotto il braccio in presa. Se un combattente schiva "**volontariamente**" con la sua testa il braccio in presa, l'Arbitro dovrà penalizzarlo per "**posizione eccessivamente difensiva**" (2).

Agganciare una gamba tra le gambe dell'avversario senza contemporaneamente tentare una tecnica di lancio non deve considerarsi come "**normale kumikata**" ed il combattente deve attaccare o sarà penalizzato con **Shido**.

10) "**Non-combattività**" può essere considerata tale quando non ci sono azioni d'attacco da parte di uno o entrambi i combattenti in un tempo congruo per applicare un'azione judoisticamente apprezzabile. La "**non combattività**" non deve essere assegnata quando non ci sono azioni d'attacco, se l'arbitro considera che il combattente sta cercando veramente l'opportunità per attaccare.

13) Per poter effettuare l'attacco contemporaneo di entrambe le mani, denominato come "**Presca dell'orso**", l'atleta che lo effettua deve avere, prima, almeno una presa sul corpo dell'avversario.

14) L'atto di "**avvolgere**" significa che la cintura o la giacca devono avvolgere completamente. L'uso della cintura o della giacca come un'"ancora" per una presa (**senza avvolgere**) che, per esempio, serve a bloccare il braccio dell'avversario non deve essere penalizzata.

16) Per "**volto**" s'intende quella area delimitata entro: fronte, davanti alle orecchie e la linea della mascella.

25) Se durante la proiezione, colui che proietta, si gira rivolgendosi anche all'indietro durante l'azione, ciò sarà considerato come "**kawazu-gake**" e sarà penalizzato.

Tecniche come **Osoto-gari**, **Ouchi-gari** o **Uchimata** dove il piede di tori avvolge quello di **Uke** sono consentite e dovranno essere valutate in caso di proiezione.

31) Durante un tentativo di rovesciamento a terra con presa sotto l'ascella del collo di uno dei due combattenti, se colui che subisce riesce, tirandosi indietro, a recuperare la posizione eretta, l'arbitro dovrà dare immediatamente matte se l'atleta con la presa intorno al collo esegue un attacco tipo "**Ko Soto Gari/Gake**". In questo caso la penalità sarà di Hansoku Make.

32) Il tentativo di proiettare con tecniche quali **Harai-goshi**, **Uchimata**, ecc., con una sola mano che prende il bavero dell'avversario da una posizione simile a **Ude-hishigi-waki-gatame** (nella quale il polso dell'avversario è imprigionato sotto l'ascella di chi proietta) e gettandosi deliberatamente verso il basso sul tappeto, è facilmente causa d'infortunio e sarà, quindi, penalizzato.

Quanto sopra si riferisce alle azioni che non hanno il chiaro scopo di proiettare il contendente sulla schiena e, quindi, essendo pericolose, saranno trattate come **waki-gatame**.

TEST NUOVE NORME ARBITRALI 2013 – 2016

ARBITRO

Sul tatami sarà presente solo un Arbitro. Sarà assistito da due Arbitri o da un Arbitro ed un componente la Commissione Arbitrale posizionati al tavolo del Care System. Essi saranno in comunicazione radio per eventualmente modificare le decisioni in base al criterio della «maggioranza dei tre». Un sistema di rotazione sarà attuato per gli Arbitri.

La Commissione IJF interviene solo quando lo ritiene necessario.



VALUTAZIONE TECNICA

- IPPON: per dare più valore al punteggio «**prendere in considerazione solo le tecniche con un impatto reale al suolo con il dorso**».
- Tutte le situazioni di arrivo in posizione di “*ponte*” saranno considerate Ippon.

GOLDEN SCORE

Nessun limite di tempo per il Golden Score (Hantei viene cancellato). Il cronometro sarà resettato e ripartirà da 00.00 (zero secondi) senza limite di tempo per il “*Golden Score*” mentre sul tabellone segnapunti rimarranno le registrazioni eventualmente annotate nel tempo regolamentare.

Quando il combattimento continua con il Golden Score (in caso di pareggio), il primo Atleta che riceve uno Shido perde o il primo Atleta a

conseguire un punteggio tecnico positivo vince.

PENALITÀ

Durante il combattimento potranno essere comminati 3 Shido mentre al quarto l'Arbitro annuncerà Hansoku-make (3 avvertimenti ed una squalifica).

Gli Shido attribuiti ad un combattente non saranno tramutati in punteggio per l'avversario; solo le valutazioni tecniche, a partire da Yuko, saranno registrate sul tabellone segnapunti.

Al termine dell'incontro, se il punteggio registrato è uguale, il vincitore sarà l'Atleta con il minor numero di Shido.

In caso di Golden Score, il primo Atleta a ricevere Shido perderà l'incontro, mentre il primo Atleta a segnare un punteggio positivo, vincerà l'incontro.

PRESE: ORA PENALIZZATE CON SHIDO

E' proibito:

- Rompere la presa dell'avversario con 2 (due) mani su una mano, sul polso, sull'avambraccio o sulla manica (1)

Nota: Non è considerata come rottura se una delle (2) due mani è sul proprio Judogi (2).



Figura 1



Figura 2

Rompere la presa alla manica usando il proprio ginocchio/gamba (3) e (4).



Figura 3



Figura 4

- Rompere la presa colpendo (5).

- Dominare fisicamente l'avversario con un Kumikata senza alcun vero attacco (6).



Figura 5



Figura 6

- Bloccare con una mano (Fig. 7) o due mani (Fig. 8) senza alcuna intenzione di attaccare.



Figura 7



Figura 8

- La presa in Cross Guard (presa incrociata) deve essere seguita da un immediato attacco. La stessa regola deve essere applicata nei casi di presa in cintura e presa su un lato con due mani (9, 10).



Figura 9



Figura 10

Gli Arbitri devono strettamente penalizzare i combattenti:

- chi non permette all'avversario di effettuare le prese (es. nascondendo il bavero) (11).**
- chi non effettua un Kumikata (prese) rapidamente e/o chi cerca di evitare che l'avversario esegua un Kumikata (prese) (12).**



Figura 11



Figura 12

- E' proibito abbracciare direttamente e frontalmente l'avversario per proiettarlo (Bear hug) (13).

Nota: se Uke ha soltanto una mano (presa) sul Judogi di Tori, quest'ultimo non lo può abbracciare direttamente per proiettarlo (Sanzione: Shido).



Figura 13

PRESA alle GAMBE: Ora penalizzata con Hansoku-make (14 - 19)

- Tutte le prese o le azioni in Tachi-waza sotto la cintura, con una o due mani o con un o due braccia direttamente in attacco, difesa, in combinazione, bloccando, in contrattacco o in una situazione di transizione da una posizione in piedi a terra.



Figura 14



Figura 15



Figura 16



Figura 17



Figura 18



In Ne-Waza le prese sotto la cintura sono permesse.

In una situazione di transizione da una posizione in piedi a terra è necessario che la posizione di Ne Waza sia ben definita per essere in grado di agire sulle gambe.

Esempio: impossibilità di proiettare l'avversario perché è in una posizione di completo Ne-Waza.

OSAEKOMI, KANSETSU WAZA E SHIME WAZA

- Punteggio per Osaekomi:

10 secondi per Yuko, 15 secondi per Waza-ari, e 20 secondi per Ippon.

- I Kansetsu-waza sono autorizzati per la classe Cadetti, con l'applicazione delle stesse norme per Juniores e Seniores.

- Le azioni di Kansetsu-waza e Shime-waza iniziate all'interno dell'Area di Combattimento e riconosciute efficaci nei confronti dell'avversario possono continuare anche se i combattenti sono fuori dall'Area di Combattimento (nell'Area di Sicurezza).



Figura 20



Figura 21



Figura 22



Figura 23



Figura 24



Figura 25

L'azione di Osaekomi continuerà anche fuori dell'Area di Combattimento se l'Osaekomi era stata conclamata tale dentro la stessa area (26-27).



Figura 26



Figura 27

IL SALUTO

Quando entrano nell'area del tatami i combattenti dovranno camminare verso l'entrata dell'Area di Combattimento e salutarsi entrambi, contemporaneamente, nell'Area di Combattimento.

I combattenti non devono scambiarsi il saluto dandosi la mano **PRIMA**

dell'inizio del combattimento. (28).



Figura 28

Arbitri e Giudici possono infliggere le penalità secondo la “**situazione**” e nell’interesse superiore dello Sport.

Se l’Arbitro dovesse decidere di sanzionare il combattente(i), (eccetto che nel caso di **Sonomama** in **Ne-waza**) egli fermerà temporaneamente il combattimento, farà ritornare i combattenti alla loro posizione iniziale e annuncerà la penalità, mentre indica il combattente(i) che ha commesso l’atto proibito.

Prima dell’annuncio di **Hansoku-make**, l’Arbitro deve consultarsi con i Giudici e prendere la sua decisione in base alla regola della “**maggioranza dei tre**”. Se entrambi i combattenti infrangono le regole nello stesso momento, ad ognuno dovrà essere inflitta una penalità secondo il grado dell’infrazione.

Quando entrambi i combattenti sono stati penalizzati con **tre (3) shido** e successivamente ricevono un’ulteriore penalità, entrambi saranno destinatari di **Hansokumake**.

Una penalizzazione in **Ne-waza** dovrà essere inflitta con le stesse disposizioni dell’**osae-komi** (appendice articolo 24, 2° e 3° paragrafo Appendice).

Rigorosa applicazione delle norme arbitrali nei seguenti casi. –

VIETATO: Prese o blocco alle gambe.

Sono vietati tutti gli attacchi diretti o il bloccare con uno o due mani o con uno o due braccia al di sotto la cintura.



HANSOKUMAKE BLUE



HANSOKUMAKE BLUE



HANSOKUMAKE BLUE



HANSOKUMAKE BLUE



HANSOKUMAKE BLUE

POSIZIONE ESTREMAMENTE DIFENSIVA:



SHIDO PER ENTRAMBI I COMBATTENTI

Articolo 26 – ASSENZA ED ABBANDONO

La decisione di *Fusen-gachi* deve essere attribuita ad ogni combattente il cui avversario non si presenta per il suo combattimento. Un combattente che non è al suo posto d'inizio dopo **tre (3) chiamate ad intervalli di un (1) minuto**, perderà il combattimento.

L'Arbitro dovrà essere sicuro, prima di annunciare **Fusen-gachi**, di aver ricevuto l'autorizzazione da parte della Giuria di Tavolo e/o Commissione d'Arbitraggio.

La decisione di **Kiken-gachi** sarà attribuita ad ogni combattente il cui avversario abbandona la competizione per qualsiasi ragione, durante il combattimento.

APPENDICE Articolo 26 – ASSENZA ED ABBANDONO

Lenti a contatto: nel caso in cui un Atleta, durante il combattimento, perde le sue lenti a contatto e non riesce a recuperarle immediatamente ed informa l'Arbitro che non può continuare a combattere senza le lenti a contatto, l'Arbitro assegnerà la vittoria al suo avversario per **Kiken-gachi**, dopo consultazione con i Giudici e/o l'Arbitro Responsabile del tatami.

Articolo 27 - INFORTUNIO, MALORE O INCIDENTE

La decisione di un incontro, quando un combattente non è in grado di continuare a causa di un infortunio, malore o incidente avvenuti nel corso del combattimento, dovrà essere data dall'Arbitro, dopo consultazione con i Giudici e/o l'Arbitro Responsabile del tatami, nel rispetto delle disposizioni seguenti.

(a) Infortunio:

- 1) quando la causa dell'infortunio è attribuita al combattente infortunato, egli perderà il combattimento;
- 2) quando la causa dell'infortunio è attribuita al combattente non infortunato, il combattente non infortunato perderà il combattimento;
- 3) quando è impossibile attribuire la causa dell'infortunio all'uno o all'altro combattente, perde l'Atleta che non può continuare.

(b) Malore

Generalmente, se un Atleta è colto da malore durante l'incontro e non è in condizioni di continuare, perderà il combattimento.

(c) Incidente

Se si verifica un incidente che è dovuto ad una causa esterna (**forza maggiore**), previa consultazione con la Commissione di Arbitraggio, il combattimento può essere annullato o posticipato. In questi casi di "**forza**

maggiore", il Direttore della Gara, la Commissione Sportiva e/o la Giuria assumeranno l'ultima decisione.

Esami Medici

A) L'Arbitro chiederà l'intervento del Medico per assistere un combattente nei casi in cui avviene un forte impatto con la testa o alla colonna vertebrale, ovvero, ogni volta che ha fondate ragioni di ritenere una ferita grave o seria. In ciascuno di questi casi, il Medico esaminerà il combattente nello spazio di tempo più breve possibile, riferendo all'Arbitro se il combattente può o meno continuare.

Se il Medico, dopo un esame di un combattente infortunato, avvisa l'arbitro che quest'ultimo non può continuare l'incontro, l'Arbitro, dopo consultazione con i Giudici, porrà termine al combattimento e dichiarerà l'avversario vincitore per ***Kiken-gachi***.

B) Il combattente, può chiedere all'Arbitro l'intervento del Medico, ma in questo caso il combattimento terminerà e l'avversario vincerà per ***Kiken-gachi***.

C) Il Medico accreditato per la Società di appartenenza del combattente può chiedere l'intervento per il suo combattente, ma in questo caso il combattimento terminerà e l'avversario vincerà per ***Kiken-gachi***.

In qualsiasi caso, quando l'Arbitro, i Giudici e/o l'Arbitro Responsabile del tatami sono dell'opinione che il combattimento non debba continuare, l'Arbitro porrà termine allo stesso ed indicherà il risultato secondo le norme del presente regolamento.

FERITA SANGUINANTE

In presenza di una ferita sanguinante l'Arbitro chiamerà il Medico per le cure necessarie al combattente allo scopo di arrestare e isolare l'emorragia.

In caso di emorragia, per motivi di salute, l'Arbitro chiamerà il Medico; non è consentito combattere mentre è in corso un'emorragia.

In ogni caso, la stessa ferita sanguinante, può essere curata dal Medico in due (2) occasioni. La terza (3) volta che si riproduce la stessa ferita sanguinante, l'Arbitro, dopo essersi consultato con i Giudici e/o l'Arbitro Responsabile del tatami, porrà fine al combattimento allo scopo di proteggere l'integrità del combattente e dichiarerà l'avversario vincitore per ***Kiken-gachi***.

In qualsiasi caso dove non è possibile arrestare e isolare l'emorragia, l'avversario sarà dichiarato vincitore per ***Kiken-gachi***.

LESIONI MINORI

Una lesione minore può essere trattata dal combattente stesso.

Nel caso, per esempio, di un dito slogato, l'Arbitro arresterà il combattimento (mediante ***Matte*** o ***Sono-mama***) e consentirà al combattente di porre in asse il dito slogato.

Questa azione deve essere fatta immediatamente, senza alcuna assistenza da parte dell'Arbitro o del Medico e l'Atleta può continuare il combattimento.

Al combattente sarà consentito di porre in asse lo stesso dito slogato in due (2) occasioni. Se avviene una terza (3) volta, il combattente non sarà considerato in condizione di continuare l'incontro. L'Arbitro, previa consultazione con i Giudici, porrà fine al combattimento e dichiarerà l'avversario vincitore per ***Kiken-gachi***.

Se durante il combattimento un Atleta viene ferito in seguito ad una azione dall'avversario e non può continuare, la terna arbitrale deve analizzare il caso e prendere una decisione in base alle norme. Ogni caso deve essere deciso in base alla sua importanza (vedi par. A) Ferita 1, 2 e 3).

Generalmente solo un Medico per ogni combattente è ammesso sull'area di competizione.

Nel caso il Medico necessiti di uno o più assistenti, deve prima informarne l'Arbitro.

Il coach non è mai ammesso sull'area di competizione.

Quando è richiesto l'intervento Medico, l'Arbitro si avvicinerà al combattente ferito per assicurarsi che l'assistenza prestata dal medico rientri nelle regole.

Tuttavia l'Arbitro può chiamare i Giudici per situazioni eccezionali che lo richiedono o consultare i Giudici nel caso è necessario commentare una decisione.

Assistenza medica

a) Infortuni minori:

Nel caso di unghia rotta, il Medico può tagliare l'unghia al combattente. Il

Medico può fornire aiuto a seguito di un impatto nello scroto (testicoli).

b) Ferita sanguinante

Il sangue, per ragioni di sicurezza, deve essere isolato completamente con cerotto, bende, fasciature, tamponi nasali, (è permesso utilizzare prodotti emostatici). Quando il Medico è chiamato per assistere un combattente, l'assistenza deve svolgersi nel più breve tempo possibile.

Nota: Con l'eccezione delle situazioni di cui sopra, se il medico applica un qualsiasi trattamento, l'avversario vincerà per **kiken-gachi**.

Tipi di Vomito:

Nel caso che un combattente vomiti, l'incontro finirà con il risultato di **Kiken-gachi** per il suo avversario (Vedi paragrafo B) malori).

Nel caso in cui un combattente, con un'azione intenzionale, lesiona l'avversario, la sanzione da applicare al combattente che ha causato le lesione sarà di **Hansoku-make** diretto: la terna, sentito anche il parere del Commissario Gara/Direttore Sportivo, comunica alla Giuria di Tavolo l'esclusione dell'Atleta interessato dalla classifica redigendo apposito rapporto.

Nel caso che un Medico realizzi chiaramente, specialmente in caso di tecniche di **Shime-waza**, che c'è un serio pericolo per la salute del combattente, egli può andare sul limite del **Tatami** e chiedere alla terna arbitrale di fermare immediatamente il combattimento. La terna arbitrale deve compiere tutti gli atti e/o azioni necessari al fine di assistere il Medico. Un tale intervento comporterà conseguentemente la perdita del combattimento e perciò dovrebbe essere adottato soltanto in casi estremi.

(Commento: ovviamente se nell'immediatezza il Medico realizza che non vi è alcun pericolo per la salute del combattente e, soprattutto, non ha posto in essere alcun trattamento, l'Arbitro, previa consultazione con i Giudici, l'Arbitro Responsabile del tatami e, se del caso, con la Commissione Arbitrale, può far proseguire il combattimento).

Nel caso in cui un combattente sia vittima di un infortunio che si manifesti dopo che la vittoria sia stata assegnata all'altro, l'arbitro chiamerà il medico e rimarrà sul tatami senza intralciare il suo operato. In tale caso, la terna e, se necessario la commissione, dovrà riesaminare la questione per accertare eventuali responsabilità ed operare secondo quanto previsto dal regolamento.

Nei Campionati il medico ufficiale deve avere una laurea in medicina e deve registrarsi prima della competizione. Egli è la sola persona autorizzata a sedersi nell'area designata e deve essere identificabile (per esempio indossare un bracciale con croce rossa).

I medici devono essere informati sugli emendamenti ed interpretazioni delle regole.

Articolo 28 – CODICE DI CONDOTTA DEI COACHES

Comportamento dei Tecnici durante le competizioni. Posizione per i Tecnici.

Due sedie per i due Tecnici in ogni tatami, una dal lato del Bianco ed una da quello del Blu, saranno previste dietro la barriera formata dai pannelli pubblicitari o, in mancanza di questi ultimi, ad almeno 50 cm. dall'Area di Competizione.

Codice di condotta dei Tecnici.

Il Tecnico è responsabile per il comportamento dei suoi Atleti e di tutti i tesserati dal momento in cui entrano nel sito di gara fino a quando lo lasciano, prima e dopo ogni incontro.

Il Tecnico rimarrà seduto sulla sua sedia per tutta la gara.

Appendice Articolo 28 – CODICE DI CONDOTTA DEI COACHES

- 1** - Ai Tecnici non è consentito dare indicazioni agli Atleti **mentre** questi ultimi stanno combattendo.
- 2** – Solo nel corso della pausa nel tempo del combattimento (**dopo il *Matte***), I Tecnici avranno la possibilità di dare indicazioni ai propri Atleti.
- 3** – Al termine della pausa nel tempo del combattimento, e quando l'incontro

riprende (**Hajime**), i Tecnici dovranno nuovamente mantenere il silenzio.

4 – Se un Tecnico non segue queste normative, potrà essere allontanato dall'area di competizione.

5 – Se il Tecnico persiste con questo suo comportamento anche fuori dall'area di competizione, potranno essere prese ulteriori decisioni sanzionatorie.

Comportamento proibito dei Tecnici:

- Nessun commento o critica al verdetto degli Arbitri;
- Richiedere correzioni delle decisioni arbitrali;
- Nessun gesto antisportivo verso Arbitri, Ufficiali Gara o pubblico;
- Colpire, stratonare, calciare, ecc. i pannelli pubblicitari o ogni altro equipaggiamento;
- Qualsiasi altro comportamento che mostri mancanza di rispetto verso l'avversario, Ufficiali Gara, Tecnico avversario, il proprio Atleta (ad. es. abbandonando il proprio posto in caso di sconfitta dell'Atleta assistito e lasciandolo solo durante l'assegnazione della vittoria all'avversario), il pubblico, etc..

Norme relative al vestiario del Tecnico:

- Il Tecnico è ammesso sul campo di gara per assistere il proprio Atleta solo in divisa federale o tuta sociale.

I seguenti indumenti sono proibiti in ogni momento della competizione: pantaloni corti, restare a petto nudo, qualsiasi tipo di cappello, jeans, magliette o abbigliamento sportivo simile, ciabatte, infradito.

Articolo 29 - SITUAZIONI NON CONTEMPLATE DAL REGOLAMENTO.

Quando si presenta una qualsiasi situazione non contemplata dalle norme del presente Regolamento, essa deve essere trattata dalla terna arbitrale che dovrà prendere una decisione in merito, dopo una consultazione con la Commissione Arbitrale.

TABELLA RIASSUNTIVA

categoria	Area competizioni e	Partenza	Durata	Durata Osaekomi	Leve e strang.	Sanzioni	Vittoria	In caso di pareggio
Bambini e fanciulli	4 x 4 + 2 di protezione	Con prese	1' 30''	5'' a 9'' Yuko 10'' a 14'' W.A. 15'' Ippon	Vietate	Shido diretto con spiegazione	20 punti Yuko 5 W. A. 7 Ippon 10	Hantei
Ragazzi	5 x 5 + 2 di protezione	Senza prese	1' 30''	10'' a 14'' Yuko 15'' a 1900 W. A. 20 '' Ippon	Vietate	Shido diretto con spiegazione	20 punti Yuko 5 W. A. 7 Ippon 10	Hantei
Esordienti A	12 x 12 + 3 di protezione	Prese	2'	10'' a 14'' Yuko 15'' a 1900 W. A. 20 '' Ippon	Vietate	1°, 2°, 3° Shido avvertimento 4° Shido Hansoku Make	Ippon	Golden Score senza limiti di tempo
Esordienti B	12 x 12 + 3 di protezione	Prese	3'	10'' a 14'' Yuko 15'' a 1900 W. A. 20 '' Ippon	vietate	1°, 2°, 3° Shido avvertimento 4° Shido Hansoku Make	Ippon	Golden Score senza limiti di tempo
Cadetti	13 x 13 + 3 di protezione	Prese	4'	10'' a 14'' Yuko 15'' a 1900 W. A. 20 '' Ippon	Ammesse	1°, 2°, 3° Shido avvertimento 4° Shido Hansoku Make	Ippon	Golden Score senza limiti di tempo
Juniors	13 x 13 + 3 di protezione	Prese	4'	10'' a 14'' Yuko 15'' a 1900 W. A. 20 '' Ippon	Ammesse	1°, 2°, 3° Shido avvertimento 4° Shido Hansoku Make	Ippon	Golden Score senza limiti di tempo
Seniores	13 x 13 + 3 di protezione	Prese	5'	10'' a 14'' Yuko 15'' a 1900 W. A. 20 '' Ippon	Ammesse	1°, 2°, 3° Shido avvertimento 4° Shido Hansoku Make	Ippon	Golden Score senza limiti di tempo
Master	13 x 13 + 3 di protezione	Prese	3'	10'' a 14'' Yuko 15'' a 1900 W. A. 20 '' Ippon	Ammesse	1°, 2°, 3° Shido avvertimento 4° Shido Hansoku Make	Ippon	Golden Score senza limiti di tempo
Under 23	13 x 13 + 3 di protezione	Prese	4'	10'' a 14'' Yuko 15'' a 1900 W. A. 20 '' Ippon	Ammesse	1°, 2°, 3° Shido avvertimento 4° Shido Hansoku Make	Ippon	Golden Score senza limiti di tempo
Coppa Italia	13 x 13 + 3 di protezione	Prese	4'	10'' a 14'' Yuko 15'' a 1900 W. A. 20 '' Ippon	Ammesse	1°, 2°, 3° Shido avvertimento 4° Shido Hansoku Make	Ippon	Golden Score senza limiti di tempo
Camp. Italiano squadre	13 x 13 + 3 di protezione	Prese	5'	10'' a 14'' Yuko 15'' a 1900 W. A. 20 '' Ippon	Ammesse	1°, 2°, 3° Shido avvertimento 4° Shido Hansoku Make	Ippon	Golden Score senza limiti di tempo

GLOSSARIO DEI TERMINI GIAPPONESI

<i>Ashi-garami</i>	Gambe agganciate
<i>Chui</i>	Richiamo
<i>Dojime</i>	Compressione del corpo con le gambe
<i>Fusen-gachi</i>	Vittoria per assenza ("fusen")
<i>Hajime</i>	Iniziate
<i>Hansoku-make</i>	Squalifica
<i>Hantei</i>	Decisione
<i>Harai-goshi</i>	Spazzata d'anca
<i>Hikkomi</i>	Trascinamento a terra
<i>Hiki-wake</i>	Parità
<i>Ippon</i>	Punto pieno
<i>Joseki</i>	Tavolo principale
<i>Judogi</i>	Uniforme per il Judo
<i>Kachi</i>	Vittoria
<i>Kami-shiho-gatame</i>	Immobilizzazione a 4 punti per dietro
<i>Kani-basami</i>	Forbice
<i>Kansetsu-waza</i>	Tecniche sulle giunture
<i>Kawazu-gake</i>	Agganciamento - attorcigliato
<i>Keikoku</i>	Avvertimento
<i>Kiken-gachi</i>	Vittoria per abbandono ("kiken")
<i>Ko-soto-gari</i>	Piccola falciata esterna
<i>Ko-uchi-gari</i>	Piccola falciata interna
<i>Kumi-kata</i>	Prese
<i>Maitta</i>	Mi arrendo
<i>Matte</i>	Aspettate
<i>Nage-waza</i>	Tecniche di proiezione
<i>Ne-waza</i>	Tecniche a terra
<i>O.uchi-gari</i>	Grande falciata interna
<i>Osaekomi</i>	Immobilizzazione
<i>Rei</i>	Saluto
<i>Shido</i>	Avviso
<i>Shime-waza</i>	Tecniche di strangolamento
<i>Sogo-gachi</i>	Vittoria composta
<i>Sonomama</i>	Fermatevi
<i>Sore-made</i>	Questo è tutto
<i>Sutemi-waza</i>	Tecniche di sacrificio
<i>Tachi-waza</i>	Tecniche stando in piedi
<i>Tatami</i>	Tappeto
<i>Toketa</i>	Rottura
<i>Tomoe-nage</i>	Proiezione in cerchio
<i>Tori</i>	Chi attacca
<i>Uchi-mata</i>	Interno di coscia
<i>Uke</i>	Chi subisce
<i>Ukemi</i>	Rottura di caduta
<i>Waki-gatame</i>	Immobilizzazione ascellare
<i>Waza-ari</i>	Quasi ippon
<i>Waza-ari-awasete ippon</i>	Ippon con due waza-ari
<i>Yoshi</i>	Riprendete
<i>Yuko</i>	Quasi waza-ari