



REGOLAMENTO D'ARBITRAGGIO  
PER  
LE COMPETIZIONI  
DI JU JITSU  
JJIF



EDIZIONE 1 GENNAIO 2011

## Modalità di lettura

Per una corretta lettura del regolamento occorre ricordare che:

Il testo scritto in corsivo è quello che riguarda le note (collocate in testo a parte e qui riportate), quello scritto in rosso e grassetto riguarda le novità inserite nel nuovo regolamento

---

# INDICE

## **I. Disposizioni generali**

- Sezione 1 Area di applicazione
- Sezione 2 Abbigliamento di Gara e Requisiti Personali
- Sezione 3 Area Di Gara
- Sezione 4 Coaches

## **II. JJIF Fighting System**

- Sezione 5 Disposizioni Generali
- Sezione 6 Occorrente
- Sezione 7 Categorie di Peso
- Sezione 8 Arbitri
- Sezione 9 Tavolo di Giuria
- Sezione 10 Svolgimento dell'incontro
- Sezione 11 Applicazione di "Hajime", "Matte", "Sonomama" e "Yoshi"
- Sezione 12 Punteggi
- Sezione 13 Penalità
- Sezione 14 Risoluzione dell'Incontro
- Sezione 15 Ritiro e Abbandono
- Sezione 16 Infortunio, Malore o indisposizione
- Sezione 17 Gare a Squadre
- Sezione 18 Riserve nelle Gare a Squadre

## **III. JJIF Duo System**

- Sezione 19 Disposizioni Generali
- Sezione 20 Occorrente
- Sezione 21 Categorie
- Sezione 22 Criteri di Giudizio
- Sezione 23 Svolgimento dell'Incontro
- Sezione 24 Sistema di valutazione
- Sezione 25 Giuria
- Sezione 26 Ritiro e Abbandono
- Sezione 27 Infortunio, Malore o Indisposizione
- Sezione 28 Gare a Squadre

## **IV. Regolamentazioni Conclusive**

- Sezione 29 Situazioni non Previste dal Regolamento
- Sezione 30 Entrata in Vigore del Presente Regolamento

## **Appendice I Gestualità Arbitrale**

### **Appendice II Attacchi del Duo System**

- Serie A Attacchi in Presa
- Serie B Prese Avvolgenti al Corpo e al collo
- Serie C Atemi di Mano e di Piede
- Serie D Attacchi a Mano Armata

### **Appendice III Categorie di età e di peso per i I Fighting System**

## **I. Disposizioni Generali**

### **Sezione 1: Ambito di utilizzo**

- A - Questo regolamento deve essere applicato nelle gare di Fighting System e di Duo System, organizzate dalla Federazione Internazionale e dalle Unioni Continentali per campionati e tornei internazionali
- B - Ogni volta che in questo documento ci si riferisce a "lui" deve intendersi come a "lui o lei"
- C – Le Nazioni sono libere riguardo ai regolamenti per i rispettivi tornei nazionali

### **Sezione 2: Uniforme di gara e requisiti personali**

- A - I contendenti devono indossare il Ju Jitsu Gi (Keikogi) bianco, di buona qualità, pulito e ben ordinato, annodato con la cintura rossa o blu.
- B - La giacca deve essere lunga abbastanza da coprire i fianchi e deve essere chiusa attorno alla vita con una cintura.
- C - Le maniche devono essere abbastanza larghe da permettere le prese ed abbastanza lunghe da coprire la metà dell'avambraccio, ma non il polso. Le maniche non devono essere rimboccate
- D - I pantaloni devono essere abbastanza larghi da permettere le prese ed abbastanza lunghi da coprire metà dei polpacci. Le gambe dei pantaloni non devono essere rimboccate
- E - La cintura deve essere annodata con un nodo piatto, ben stretto, in modo tale da mantenere chiusa la giacca e deve pendere dal nodo circa 15 cm per parte.
- F - Le contendenti femmine devono portare sotto la giacca una T-shirt o una canottiera bianca. Ai maschi non è consentito portare nulla.
- G - I contendenti devono avere le unghie delle mani e dei piedi corte.
- H - I contendenti non possono portare alcun oggetto che possa procurare danno fisico all'avversario.
- I - Ai contendenti non è consentito portare gli occhiali. Sono permesse le lenti a contatto a proprio rischio.
- J – Devono essere indossate protezioni rosse o blu per le mani, le gambe ed i piedi.

### **Note**

*Qualora un Atleta non si presenti in regola con queste norme, non è possibile fare iniziare l'incontro. Gli viene concessa la possibilità di sostituire le parti non idonee e di ripresentarsi entro due minuti.*

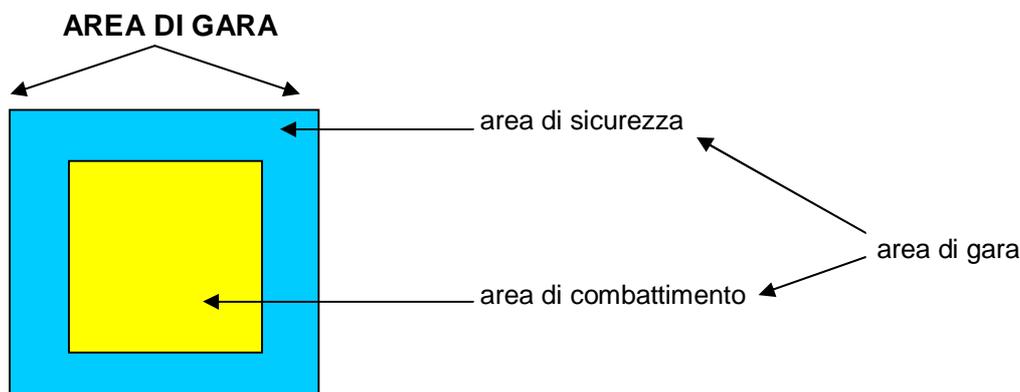
### **Sezione 3: Area di gara**

- A - Ogni "Area di Gara" deve misurare m 12 x 12 e deve essere ricoperta da tatami di colori differenti tra area di combattimento e di sicurezza.
- B – L'Area di Gara deve essere divisa in due zone.
- C – L'area **di Combattimento** deve misurare sempre m **8 x 8**.

D – L'area all'esterno dell'area di **Combattimento** è chiamata "Area di sicurezza" ed è della larghezza minima di **2** metri.

E – Quando sono utilizzate due o più aree di competizione affiancate, non è consentito l'utilizzo di una area di sicurezza comune.

**F – Per i tornei nazionali ed internazionali l'area di combattimento può essere di metri 6 x 6. E' ammessa la possibilità di condividere una parte dell'Area di Sicurezza, ma tra le due Aree di Combattimento devono esserci almeno 3 metri**



### **Note**

*La distanza tra il tavolo di Giuria e l'Area di Gara deve essere almeno di due metri  
La distanza tra il pubblico e l'area di gara deve essere almeno di tre metri*

### **Sezione 4 : Coaches**

A – Gli Atleti possono essere assistiti solamente da un Coach il quale può stare al limite dell'area di gara durante l'incontro.

B – Se un Coach mostra un atteggiamento scorretto nei confronti degli atleti avversari, degli arbitri, del pubblico o di chiunque altro, il MR può decidere di farlo allontanare dall'area riservata agli accompagnatori per la durata dell'incontro.

C – Se il cattivo comportamento continua gli Arbitri dell'incontro potranno decidere di farlo allontanare dall'area della gara per l'intera durata della stessa. (1)

### **Note**

*La sedia per i Coaches può essere posta accanto al tatami*

## **II. JJIF Fighting System**

### **Sezione 5 : Disposizioni generali**

- A – Nel F.S. due atleti combattono l'uno contro l'altro in uno scontro sportivo applicando tecniche di Ju Jitsu
- B - Il Fighting System si articola in tre fasi:
- 1° fase: – attacchi a colpire di mano e piede
  - 2° fase: – proiezioni, atterramenti, leve, strangolamenti
  - 3° fase: – tecniche al suolo (leve, strangolamenti, immobilizzazioni)
- I contendenti devono essere tecnicamente attivi in una fase prima di passare alla successiva. Una tecnica è tecnicamente valida quando l'atleta la esegue in buon equilibrio e con combinazioni controllate
- C – Gli attacchi in prima fase sono limitati ai seguenti bersagli: testa, volto, collo, addome, petto, schiena e fianchi
- D – E' permesso qualsiasi strangolamento eccetto quelli con le mani/dita nude
- E – Il tempo di combattimento per ogni incontro è di tre minuti. Il MR assieme ai SR deve decidere, dopo aver consultato il TR, se l'ultima azione sia stata eseguita prima o dopo lo scadere dei tre minuti.
- F – Quando uno stesso atleta è coinvolto in più combattimenti consecutivi, ha diritto ad un tempo massimo di recupero di cinque minuti tra i due incontri.

#### **Note**

*B – Per Combinazioni si intende:*

*1° fase: si devono portare combinazioni di attacchi di mano e piede*

*2° fase: si deve essere attivi nel cercare di proiettare o portare a terra realmente l'avversario*

*3° fase: si deve cercare realmente di fare immobilizzazione o di uscire da una immobilizzazione.*

*3° fase: Per tutto il tempo in cui c'è la reale volontà di combattere e vi sono reali progressi nella applicazione di una tecnica l'azione viene lasciata proseguire, senza tuttavia che tutto l'incontro si svolga in terza fase*

### **Sezione 6 : Attrezzatura**

- A - Gli organizzatori della gara devono mettere a disposizione: cinture rosse e blu, moduli per registrare i punteggi degli incontri, tabelloni di gara, elenchi e documenti di gara, posti per gli arbitri e la Commissione Tecnica.
- B – Gli Atleti devono indossare guantini morbidi, di piccole dimensioni e leggeri e paratibie/piede morbidi, ciascuno del proprio colore (rosso o blu)
- C – Le protezioni devono essere realizzate in materiale soffice e spesse da uno a due centimetri.
- D – Le protezioni devono essere ben messe ed in buone condizioni.
- E – E' permesso indossare sospensorio e paradenti. Alle atlete femmine è consentito indossare il paraseno.
- F – Paratibie/piede, sospensorio e paraseno devono essere indossati sotto il Gi.

#### **Note**

*C – Se l'abito e le protezioni non sono regolamentari, all'Atleta non è consentito iniziare il combattimento. In questo caso all'Atleta è consentito cambiare le protezioni o il gi, entro due minuti. L'Atleta sarà sanzionato con SHIDO per aver ritardato l'inizio dell'incontro.*

## **Sezione 7 : Categorie di peso**

Nei Campionati del Mondo e nelle gare continentali maschili e femminili che si svolgono sotto l'egida della JJIF devono essere utilizzate le seguenti categorie di peso:

FEMMINE: -48 / -55 / -62 / -70 / + 70

MASCHI : -55 / -62 / -69 / -77 / -85 / -94 / + 94

## **Sezione 8: Arbitri**

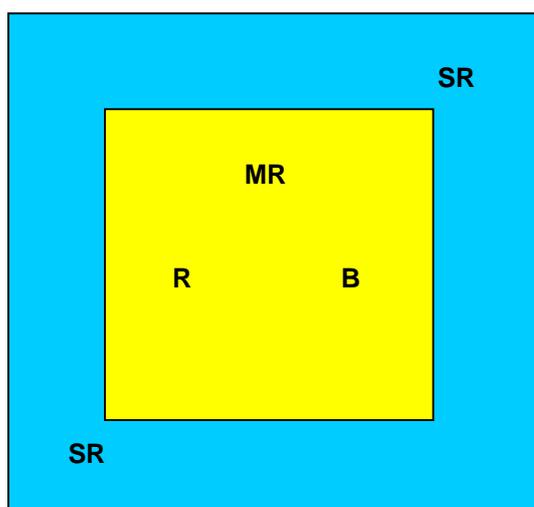
- A – Il Mat-Referee (MR) ( Arbitro Centrale ) sta nella area di combattimento e dirige l'incontro
- B – I due Side-Referis (SR) ( Arbitro Laterale ) assistono il MR e stanno nell'area di **sicurezza**. I SR si spostano lungo i lati di loro pertinenza dove ritengono più opportuno per seguire il meglio possibile in ogni momento lo svolgimento dell'incontro per poter assegnare i loro punteggi.
- C – Il Table-Referee (TR) ( Arbitro di Tavolo ) è responsabile della Giuria di Tavolo. Egli detta punti e penalità ai Presidenti di Giuria e comunica al MR quando finisce il tempo del combattimento, dell'Osae-Komi e il tempo di infortunio.
- D – Possono esserci assieme due TR nelle finali se il numero degli arbitri lo consente e se questo può essere fatto in tutte le finali della gara

### **Note**

*Gli Arbitri, se possibile, devono essere di differenti nazionalità*

## **Sezione 9 : Tavolo di giuria**

- A – Il tavolo di giuria all'inizio del combattimento è posto di fronte al MR.
- B – La giuria è formata da due segnapunti e da un cronometrista
- C – Un presidente di giuria registra i risultati del combattimento su carta, il secondo gestisce il tabellone elettronico.
- D – Se risulta una differenza tra i due risultati registrati, fa fede quello cartaceo.



**TAVOLO di GIURIA**

**TR**

- MR - Arbitro Centrale**
- SR - Arbitro Laterale**
- TR - Arbitro di Tavolo**
- R - Atleta Rosso (primo chiamato)**
- B - Atleta Blu (secondo chiamato)**

## Sezione 10 : Svolgimento dell'Incontro

- A – I contendenti iniziano ponendosi l'uno di fronte all'altro al centro dell'area di combattimento, circa a due metri di distanza uno dall'altro. L'atleta che indossa la cintura rossa si pone alla destra del MR. Al segnale del MR i contendenti eseguono il saluto in piedi rivolti prima agli Arbitri e poi tra di loro.
- B – Successivamente il MR annuncia "Hajime" e l'incontro inizia in prima fase.
- C – Appena uno dei contendenti riesce a fare una presa sull'avversario, ha inizio la seconda fase. In questa fase non è consentito portare pugni, colpi o calci eccetto se sono portati contemporaneamente all'effettuazione della presa.
- D – Non appena **entrambi i contendenti vanno a terra con entrambe le ginocchia**, o uno dei due è messo a terra sul sedere o sdraiato, l'incontro continua in terza fase.
- E – Gli atleti possono passare da una fase all'altra, ma devono essere attivi in tutte e tre le fasi.
- F – Nella prima fase se un contendente si avventa solamente contro l'avversario senza eseguire una azione tecnicamente valida o se lo stesso si mette in una situazione di pericolo per se stesso, ("Mubobi"), gli deve essere assegnata una penalità (SHIDO) e l'incontro deve continuare in prima fase.
- G – Le proiezioni devono partire dall'Area di Combattimento. **L'avversario può essere proiettato nell'area di sicurezza, purchè la proiezione non presenti rischi per l'avversario.**
- H – Alla fine dell'incontro gli atleti si pongono al centro dell'area di combattimento e il MR proclama il vincitore e ordina il saluto, prima tra i contendenti e poi verso gli Arbitri, ponendosi allineati nell'area di combattimento di fronte al Tavolo di Giuria.

### Note

- D – *Se un Atleta ripetutamente scende direttamente a terra con le ginocchia, deve essere sanzionato per passività.  
Non è consentito sollevare di peso l'avversario che si trova a terra per effettuare una proiezione.  
In questo caso il MR ferma l'incontro dichiarando MATTE*

## Sezione 11 : Applicazione di "Hajime", "Matte", "Sonomama" e "Yoshi"

- A - L'Arbitro Centrale (MR) ordina HAJIME per dare inizio al combattimento o per riprenderlo dopo una interruzione.
- B - L'Arbitro Centrale (MR) ordina MATTE, per fermare momentaneamente l'incontro, nei seguenti casi:
- 1) Quando **uno o** entrambe i contendenti escono completamente **dall'area di combattimento in prima o seconda fase.**
  - 2) **Quando entrambe i contendenti escono completamente dall'area di combattimento in terza fase.**
  - 3) Quando uno o entrambe i contendenti eseguono una azione vietata nella prima fase.
  - 4) Quando uno o entrambe i contendenti subiscono un infortunio o vengono colti da malore.
  - 5) Quando uno dei contendenti non è in grado di battere durante uno strangolamento o una leva.
  - 6) Quando è finito il tempo dell'Osaekomi
  - 7) Quando si perde il contatto in 2° e 3° fase e i contendenti non mostrano di voler continuare spontaneamente in 1° fase
  - 8) In ogni altro caso in cui il MR lo ritenga opportuno (ad es. per fare ricomporre il Keikogi o per segnalare un giudizio)
  - 9) In ogni altro caso urgente in cui un SR ritenga opportuno interrompere l'incontro (in questo caso il SR batterà le mani per richiamare l'attenzione del MR)
  - 10) Quando il tempo del combattimento è terminato
- C - SONOMAMA viene utilizzato dal MR quando deve fermare temporaneamente l'incontro, in questo caso gli atleti non devono assolutamente muoversi.

SONOMAMA può essere annunciato:

- 1) Per infliggere una ammonizione ad uno o entrambe i contendenti **nella fase 2 o 3**
- 2) Per infliggere ad uno o entrambe i contendenti una penalità **nella fase 2 o 3**
- 3) Ogniqualvolta l'Arbitro Centrale lo ritiene necessario

D - Dopo il SONOMAMA gli atleti devono riprendere a gareggiare esattamente nella stessa posizione in cui si trovavano quando l'ordine è stato impartito. Per ridare il via al combattimento l'Arbitro Centrale (MR) ordina YOSHI.

### Note

- B - 2) *Se un SR batte le mani, il MR interrompe il combattimento*  
 9) *Il MR assieme ai SR deve decidere, dopo aver consultato il TR, se l'ultima azione è stata eseguita prima o dopo la fine dei tre minuti di gara*

### Sezione 12 : Punteggi

Il risultato delle azioni deve essere segnalato dalla maggioranza degli Arbitri, cioè da almeno due Arbitri. Se gli Arbitri segnalano risultati differenti l'uno dall'altro prevale il risultato intermedio. Se uno degli Arbitri non vede una azione prevale il risultato minore degli altri due..

A – **Nella 1° fase** possono essere assegnati i seguenti punteggi:  
 (Pugni, colpi e calci devono essere portati con i requisiti di Hikite / Hikiashi, in buon equilibrio e con controllo)

- |  |                  |
|--|------------------|
| 1 – Per pugni, colpi e calci che non vengono parati    | Ippon (2 punti)  |
| 2 – Per pugni, colpi e calci parzialmente intercettati | Wazari (1 punto) |

B - **Nella seconda fase** possono essere assegnati i seguenti punti:  
 (Proiezioni, atterramenti, leve, strangolamenti)

- |   |                  |
|---|------------------|
| 1 - Per uno strangolamento o una leva, nel caso in cui il contendente non possa battere e il MR debba interrompere l'incontro annunciando MATTE | Ippon (2punti)   |
| 2 - Per uno strangolamento o leva con resa  | Ippon (2 punti)  |
| 3 - Per una proiezione o un atterramento perfetto   | Ippon (2 punti)  |
| 4 - Per un atterramento o proiezione non perfetta   | Wazari (1 punto) |

C - **Nella terza fase** possono essere assegnati i seguenti punti:  
 (Tecnica al suolo: immobilizzazioni, strangolamenti, leve )

- |   |                  |
|---|------------------|
| 1 - Per uno strangolamento o una leva, nel caso in cui il contendente non possa battere e il MR debba interrompere l'incontro annunciando MATTE | Ippon (3 punti)  |
| 2 - Per strangolamento e/o leva con resa  | Ippon (3 punti)  |
| 3 - Per un controllo efficace annunciato con Osae Komi di 15"   | Ippon (2 punti)  |
| 4 - Per un controllo efficace annunciato con Osae Komi da 10" a 14"   | Wazari (1 punto) |

D - Se un Controllo efficace (OSAE KOMI) inizia prima della fine del tempo regolamentare si deve lasciare continuare l'azione fino al termine dell'Osae Komi, anche se sono scaduti i 3 minuti del tempo regolamentare. (Se l'Osae Komi si interrompe prima dello scadere dei 15", il MR ordina TOKETA).

### Note

A – *Il calcio che viene intercettato dall'avversario non può mai essere conteggiato IPPON*

B – 3) *Una proiezione perfetta con arrivo dell'avversario sulla pancia deve essere conteggiato IPPON*

C - *Si può annunciare l'OSAE-KOMI solo se:*

- 1) *Uke è disteso a terra (schiena, pancia o fianco)*
- 2) *Le gambe di Tori sono libere*

- 3) *Uke è ben controllato e non può muoversi liberamente. Tori controlla bene Uke standogli sopra (anche parzialmente)*

*Il tempo di OSAE-KOMI continua anche quando:*

- 1) *Uke sia riuscito ad avvolgere le gambe di Tori*
- 2) *Uke possa rotolarsi sul fianco, sulla schiena o sul petto*

*Quando **entrambe** i contendenti si trovano con il corpo completamente fuori dell'Area di **Combattimento**, l'OSAE-KOMI viene interrotta con TOKETA*

*Sankaku-Jime deve essere fatto con un braccio all'interno delle gambe incrociate*

*Sankaku-Jime e Juji-Gatame contano come Osae-Komi qualora durante la presa vi sia completo controllo della parte superiore del corpo di UKE.*

*Leve alle gambe con controllo della parte superiore del corpo di Uke possono essere considerate Osae-komi.*

*Tuttavia se ad Uke è possibile far ruotare il corpo bisogna dare TOKETA.*

*Non si possono sommare i punti di diverse tecniche di Ne-Waza (ad es. una immobilizzazione della durata di più di 10" e una leva articolare non sono conteggiati Waza Ari più Ippon) a meno che il M.R. non abbia prima interrotto il tempo dell'immobilizzazione annunciando TOKETA.*

### **Sezione 13: Penalità**

A – Le penalità devono essere assegnate dalla maggioranza degli Arbitri

B – Le "Azioni vietate leggere" devono essere punite con "SHIDO" e all'avversario viene assegnato un Wazaari. Sono valutate "Azioni proibite leggere" le seguenti azioni:

- 1) Quando uno o entrambi i contendenti mostrano passività o commettono infrazioni tecniche di minor valore
- 2) Mubobi
- 3) Andare deliberatamente fuori dell'area di **Combattimento** con entrambi i piedi
- 4) Spingere di proposito l'avversario fuori dell'area di **Combattimento**
- 5) Colpire di proposito l'avversario con atemi dopo l'inizio della 2° fase
- 6) Eseguire qualsiasi azione dopo che l'Arbitro Centrale ha ordinato MATTE (o SONOMAMA).
- 7) Colpire l'avversario con atemi alle gambe
- 8) Colpire l'avversario con atemi mentre si trova al suolo
- 9) Flettere o torcere le dita delle mani e dei piedi.
- 10) Avvolgere con le gambe i fianchi dell'avversario *stringendo le gambe (DO JIME)*.
- 11) Eseguire uno strangolamento direttamente con mani /dita nude
- 12) Presentarsi sul tappeto non pronto, ritardando l'inizio del combattimento
- 13) Perdere tempo apposta (mettendo a posto il Gi, togliendosi la cintura, togliendosi i guantini,)

C – Le "Azioni vietate" devono essere punite con "CHUI" e all'avversario vengono aggiunti due WAZAARI:

- 1) Eseguire attacchi come calci, pugni, spinte, colpendo il corpo dell'avversario con violenza.
- 2) **Proiettare l'avversario dall'area di combattimento oltre l'Area di Sicurezza**
- 3) Ignorare gli ordini dell'Arbitro Centrale.
- 4) Rivolgere senza necessità osservazioni o gesti non sportivi agli Arbitri, all'avversario, alla giuria di tavolo e al pubblico.
- 5) Eseguire una azione priva di controllo, come possono essere pugni e calci circolari che non si fermano anche se non colpiscono l'avversario e proiezioni dopo le quali chi le subisce non è in grado di proseguire immediatamente il combattimento.
- 6) Portare calci e pugni diretti verso la testa (OI TSUKI – MAE GERI)

D – Nel caso di due azioni vietate (CHUI) il combattimento termina con "HANSOKU-MAKE"

E – Le seguenti azioni sono considerate Azioni Vietate Gravi:

- 1) Eseguire qualsiasi azione che possa ferire o danneggiare l'avversario.
- 2) Proiettare o cercare di proiettare l'avversario con una leva o uno strangolamento
- 3) Applicare una qualsiasi leva o torsione al collo o alla colonna vertebrale

- 4) Applicare torsioni alle ginocchia e alle caviglie.
- F – La prima volta che un atleta commette una Azione Vietata Grave viene sanzionato con “HANSOKU-MAKE”. Egli perde l'incontro con zero punti e all'avversario vengono attribuiti 14 punti o quelli che aveva fin qui ottenuto, se superiori ai 14 punti. *(L'atleta può continuare la gara)*
- G – La seconda volta che nella stessa gara un atleta perde per HANSOKU-MAKE, questo non può più continuare la gara.
- H – Se un atleta manifesta un atteggiamento antisportivo dopo la fine dell'incontro, il gruppo degli arbitri del tatami decide all'unanimità se questi deve essere estromesso dal resto della gara. Gli arbitri devono informare il Responsabile degli Arbitri della loro decisione e questi lo comunica al Coordinatore di Gara perché venga annunciato ufficialmente.  
L'atleta espulso è considerato perdente in tutti i combattimenti che aveva già vinto, compresi quelli per le medaglie.
- I – Se entrambe i contendenti sono puniti con Hansoku-make l'incontro deve essere ripetuto.

### **Note**

A) *Gli errori fatti nell'assegnazione di punteggi e penalità possono essere corretti da tutti e tre gli arbitri di tappeto e dal TR che ne siano stati responsabili.*

B) *Passività nella 1° fase:*

*Uno o entrambe i contendenti non eseguono alcuna azione con la quale ottenere dei punti.*

*Uno o entrambe i contendenti vanno direttamente in 2° o 3° fase*

*Uno o entrambe i contendenti non eseguono alcuna combinazione di tecniche prima di passare alla fase successiva*

*Passività nella 2° fase:*

*Uno o entrambe i contendenti non eseguono alcuna azione con la quale ottenere dei punti.*

*Uno o entrambe i contendenti cercano solamente di bloccare gli attacchi o i movimenti dell'avversario scendono a terra di proposito*

*Uno o entrambe i contendenti escono volontariamente dall'area di competizione*

*Uno o entrambe i contendenti rifiutano di passare alla 2° fase, pur rimanendo attivi nella 1° fase*

*Un atleta esegue un falso attacco gettandosi al tappeto senza eseguire una tecnica per rompere la presa*

*Passività nella 3° fase:*

*Uno o entrambe i contendenti non eseguono alcuna azione con la quale ottenere dei punti*

*Se un Atleta rimane ripetutamente passivo dopo essere stato sanzionato, può essere sanzionato con CHUI (per non aver ascoltato le istruzioni del MR: 1° SHIDO / 2° SHIDO + avvertimento / 3° CHUI )*

12) *La sanzione deve essere assegnata dopo il saluto in piedi, prima che sia dato inizio al combattimento con Hajime*

C) 1 *Un esempio di C1 è una tecnica che colpisca con forza corpo/testa dell'avversario, anziché essere controllata da chi la esegue*

*Un altro esempio di C1 è una tecnica che deve il contatto ad un movimento della testa*

*La tecnica che **crea un sanguinamento all'avversario** (non quella che riapre una precedente ferita) deve essere valutata dal MR e dai SR per determinare in base alla situazione se la penalità debba essere C1 (azioni vietate) o E1 (azioni gravemente vietate)*

*Le tecniche (escluse quelle dirette) alla testa che toccano lievemente o sono portate entro i 10 cm sono tecniche ritenute valide per il punteggio.*

*A seconda di come è portato il contatto al corpo può essere considerato “contatto leggero” (a fior di pelle) oppure contatto violento penalizzato secondo C1.*

*Un altro criterio deve essere utilizzato per l'applicazione di C1 se il contatto violento avviene perché durante l'esecuzione della tecnica l'avversario si sposta. In questo caso, poiché non vi è l'intento dell'attaccante di eseguire un attacco violento, ci potrebbe essere la penalità di Mubobi per l'avversario, se il movimento avviene precedentemente all'arrivo della tecnica o per un movimento azzardato.*

E) 2 *Le tecniche di proiezione in combinazione con leve o strangolamenti non sono permesse (attenzione: Kote-gaeshi è una tecnica di atterramento)*

H) *La sanzione di squalifica comunicata vale per l'intera gara*

#### **Sezione 14 : Conclusione del combattimento**

- A - Un contendente può vincere l'incontro prima del tempo regolamentare quando si aggiudica un Ippon da 2 o da 3 punti in ognuna delle tre fasi (*vale a dire un Ippon da 2 o 3 punti nella 1°, 2°, 3° fase.*). Questo viene chiamato "Full Ippon". In tal caso al perdente vanno 0 punti ed al vincitore 14 punti o il punteggio che aveva fin qui ottenuto, se superava i 14 punti.
- B - Il contendente che alla fine del combattimento ha ottenuto più punti vince l'incontro
- C - Quando alla fine dell'incontro i due contendenti hanno totalizzato uno stesso numero di punti, **viene dichiarato vincitore il contendente che ha realizzato uno o più Ippon in un numero maggiore di fasi differenti** (*Gli Ippon da 2 o 3 punti vengono conteggiati ciascuno come un normale Ippon*)
- D - Se l'incontro finisce in parità di punti e **di fasi nelle quali i punti sono stati ottenuti**, vince l'atleta che ha realizzato più ippon
- D) Se l'incontro finisce in assoluta parità di punti , **di fasi nelle quali i punti sono stati ottenuti**, e di ippon, il combattimento continua con altri extraround di **2** minuti, fino a che l'incontro sia vinto da qualcuno. Si deve lasciare un intervallo di un minuto prima di ogni round aggiuntivo. Questa procedura può essere ripetuta. Negli Extra round si tiene conto degli ippon e delle penalità ottenuti nei round precedenti.

#### **NOTE**

14 ) D - *Agli Atleti vengono assegnati i punti e le penalità che avevano fin lì ottenuto.*

#### **Sezione 15 : Ritiro e abbandono**

- A - La vittoria per FUSEN GACHI (ritiro dell'avversario) viene assegnata dal MR all'atleta il cui avversario non si presenta sul tatami per gareggiare (dopo essere stato chiamato tre volte per un tempo complessivo di tre minuti). In tal caso al vincitore vanno 14 punti *ed al perdente 0 punti.*
- B - La vittoria per KIKEN GACHI (abbandono dell'avversario) viene assegnata dal MR all'atleta il cui avversario si ritira durante la gara. In tal caso al vincitore vanno 14 punti, o il punteggio che aveva realizzato durante l'incontro (se superiore), ed al perdente 0 punti.

#### **Sezione 16 : Infortunio, malore o indisposizione**

- A - In ogni caso in cui un combattimento viene interrotto a causa di un infortunio, di un malore o di una indisposizione di uno o entrambe i contendenti, L'Arbitro Centrale in accordo con i due Arbitri Laterali, può concedere all'atleta infortunato un tempo massimo di 2' per riprendersi (2' di recupero in totale, per ogni atleta e per ogni incontro)
- B - Il tempo di infortunio ha inizio al comando del MR, (da quando il dottore inizia a trattare l'atleta)
- C - Quando un atleta non è più in grado di continuare l'incontro, a causa di infortunio, malore o indisposizione, l'Arbitro Centrale, in accordo con gli Arbitri Laterali, deciderà a chi assegnare la vittoria e la sconfitta in base ai seguenti casi:
- 1) Quando la responsabilità della lesione viene attribuita all'atleta leso, questo perde l'incontro con 0 punti e all'avversario viene assegnata la vittoria con 14 punti (o con il punteggio che aveva totalizzato, se superiore)

- 2) Quando la responsabilità della lesione viene attribuita all'atleta non leso, questo perde l'incontro con 0 punti e all'avversario viene assegnata la vittoria con 14 punti (o con il punteggio che aveva totalizzato, se superiore)
- 3) Quando è impossibile attribuire la responsabilità della lesione ad uno dei due contendenti, l'atleta che può continuare vince con 14 punti o con il punteggio realizzato fino a quel momento, se superiore, mentre al perdente vengono assegnati 0 punti.

D - Quando un atleta viene colto da malore o indisposizione durante un incontro e non è più in grado di continuare, questi perde l'incontro con 0 punti e all'avversario viene aggiudicata la vittoria con 14 punti (o con il punteggio che aveva totalizzato, se superiore)

E - Spetta al Medico di gara decidere se l'atleta leso può continuare il combattimento e la gara, o no

F - Se un atleta perde conoscenza o sviene l'incontro deve essere interrotto e l'atleta non può continuare la gara.

### **Sezione 17 : Competizioni a squadre**

E' possibile effettuare gare a squadre, per le quali il regolamento è uguale a quello delle gare individuali.

### **Sezione 18 : Riserve nelle gare a squadre**

- i. Le riserve possono sostituire gli atleti infortunati o colti da malore
- ii. Le riserve devono essere dello stesso peso dell'atleta da sostituire. Tuttavia le riserve di peso inferiore possono sostituire gli atleti di peso superiore, ma non viceversa.
- iii. Le riserve non possono sostituire gli atleti squalificati.
- iv. Le riserve devono essere iscritte e pesate assieme agli atleti titolari

### III. JJIF Duo System

#### **19 : Disposizioni generali**

A - La competizione del Duo System comporta l'esecuzione di tecniche di difesa da parte di un atleta, contro un numero di attacchi prestabiliti, portati da un compagno in coppia con lui.

Gli attacchi sono divisi in quattro gruppi di cinque tecniche per ogni gruppo:

- 1) Serie A: Attacchi con prese
- 2) Serie B: Attacchi con avvolgimenti al corpo e prese al collo
- 3) Serie C: Attacchi con pugni, calci, colpi
- 4) Serie D: Attacchi con armi

B – Ogni attacco deve essere preparato con una sola azione preliminare, che può consistere nello spingere, nel portare atemi, nel tirare, ecc.

**C - Ogni attacco può essere eseguito liberamente con la mano destra o sinistra, a scelta della coppia**

D – La difesa è completamente libera, gli atleti possono conservare i rispettivi ruoli di attaccante e difensore oppure scambiarsi, la posizione dei piedi di entrambi è libera.

E – Il MR estrae tre attacchi per ogni serie. Per la seconda coppia vengono utilizzati gli stessi attacchi ma in un ordine diverso, annunciato dal MR.

F – Al primo attacco di ogni serie Tori (quello che deve difendersi) deve avere la giuria alla sua destra, dopo l'attacco può spostarsi da un lato all'altro

G – Il punteggio dell'esibizione viene dato dalla giuria dopo l'esecuzione di ogni serie.  
Dopo che il MR ha annunciato "Hantei" ciascun giudice solleva il proprio cartellino di punteggio al di sopra della propria testa.

**H - Se necessario il MR segnala l'Attacco Sbagliato con il relativo segnale e indica il numero dell'Attacco Sbagliato**

I - Quando la stessa coppia è chiamata in incontri susseguenti, deve essere concesso un tempo di recupero di cinque minuti tra due incontri.

#### **Note**

*A) Nella terza serie (C) Uke può portare un solo preattacco a sua scelta prima di eseguire l'attacco richiesto dal MR.*

*Sia il pre-attacco che l'attacco devono essere portati dall'attaccante*

***D) Il cambio di ruolo tra attaccante e difensore può essere fatto anche durante una stessa serie***

***G) Il MR legge dapprima tutti i punteggi. Dopo fa abbassare il punteggio più alto e quello più basso.***

***H) Il segnale di "attacco sbagliato" deve essere fatto dal MR se l'attaccante effettua attacco diverso da quello indicato dal MR.***

***I) Nella 4° serie (D) UKE può presentarsi con entrambe le armi in mano prima della richiesta di attacco da parte del MR***

#### **Sezione 20 : Attrezzatura**

A - Gli organizzatori della gara devono mettere a disposizione:  
cinture rosse e blu, blocchi numerati per la giuria, tabelloni segnapunti, moduli di registrazione dei punteggi degli incontri, posti per gli arbitri e la Commissione Tecnica.

B – La giuria di tavolo deve essere composta almeno da due Presidenti di Giuria

C – Gli atleti devono utilizzare un bastone morbido (50 cm) e un coltello di gomma. **Il bastone deve essere di 50/70 cm**

### **Sezione 21 : Categorie**

A – Le coppie possono essere formate senza alcuna restrizione di peso, età e grado

B – Si devono suddividere le seguenti categorie: uomini, donne e mista

### **Sezione 22 : Criteri di giudizio**

A - La Giuria deve valutare le azioni in base ai seguenti criteri:

- 1) Decisione dell'attacco
- 2) Realisticità dell'azione
- 3) Controllo
- 4) Efficacia
- 5) Kime
- 6) Velocità
- 7) **Varietà delle azioni**

B - Nel punteggio complessivo si deve dare maggiore importanza alla precisione e decisione dell'attacco ed alla prima parte della difesa.

C - Gli atemi devono essere portati con potenza, buon controllo ed in modo naturale, tenendo conto nel proseguimento dell'azione degli spostamenti che l'atemi può generare in UKE

D - Le proiezioni e gli atterramenti devono essere eseguiti rompendo l'equilibrio dell'avversario ed essere reali

E - Le leve e gli strangolamenti devono essere eseguiti in modo tale che la Giuria possa vederli ed in modo chiaro e corretto, con la resa (battuta)

F - Sia l'attacco che la difesa devono essere eseguiti con buona tecnica ed in modo realistico.

### **Note**

<b>B) <u>ATTACCO</u></b>	<b>Detrazione di punteggio</b>
<b>Attacco Sbagliato</b>	<b>2 punti</b>
<b>Presca non ben chiusa</b>	<b>½ punto</b>
<b>Preattacco e attacco non collegati logicamente</b>	<b>½ punto</b>
<b>Cattivo equilibrio</b>	<b>½ punto</b>
<b>Attacco non sufficientemente energico</b>	<b>½ punto</b>
<b>Attacco fuori bersaglio</b>	<b>½ punto</b>

### **DIFESA E ATTERRAMENTO**

<b>Difesa non sufficiente</b>	<b>½ punto</b>
<b>Mancanza di squilibrio</b>	<b>½ punto</b>
<b>Azioni portate in anticipo</b>	<b>½ punto</b>
<b>Uke che si lancia</b>	<b>½ punto</b>
<b>Tecniche troppo spettacolari</b>	<b>½ punto</b>
<b>Azioni non logicamente collegate</b>	<b>½ punto</b>
<b>Grida non necessarie</b>	<b>½ punto</b>

**CONTROLLO A TERRA**

**Mancato controllo dell'arma**

**Insufficiente controllo di Uke (leva, strangolamento)**

**Atemi che mancano Uke**

**½ punto**

**½ punto**

**½ punto**

Questo metodo di giudizio è in vigore dal 01/09/2010

**Sezione 23 : Svolgimento dell'incontro**

- A - Le coppie si dispongono una di fronte all'altra nel centro dell'area di combattimento, a circa due metri l'una dall'altra. La prima coppia chiamata (Coppia 1) indossa la cintura Rossa e si pone alla destra del MR. La seconda coppia (Coppia 2) indossa la cintura Blu. Al segnale del MR le coppie eseguono il saluto in piedi prima al MR e poi l'una all'altra. Quindi la Coppia 2 abbandona l'Area di Combattimento e raggiunge l'Area di Sicurezza.
- B - L'incontro inizia quando il MR annuncia il primo attacco pronunciando il numero dell'attacco ed eseguendo l'appropriato segno con la mano.
- C - Dopo la fine della prima Serie (A) i componenti della coppia Rossa si mettono in ginocchio ed attendono il loro punteggio. Dopo di ciò si alzano e abbandonano l'Area di Combattimento, raggiungendo l'Area di Sicurezza.  
A sua volta la Coppia Blu esegue la serie A ed attende il suo punteggio. La Coppia Blu inizia per prima la Serie B ed attende il suo punteggio; dopo di ciò la Coppia Rossa procede con l'esecuzione della Serie B e attende il suo punteggio. Poi la Coppia R inizia per prima la Serie C, ecc., e la Coppia B esegue per prima la Serie D, ecc.
- D - L'incontro termina dopo l'esecuzione dell'ultima Serie da parte dell'ultima Coppia (Rossa). Su richiesta del MR entrambe le Coppie si pongono nella posizione in cui hanno iniziato. Il MR chiede al Presidente di Giuria il vincitore e lo indica sollevando il braccio e dichiarandone il colore della cintura.
- E - Se il punteggio delle due coppie risulta essere uguale ("Hikiwake"), l'incontro continua fino a che non vi sia un vincitore.  
In tal caso la coppia Blu inizia per prima con la Serie A.
- F - Dopo che il MR ha proclamato il vincitore ordina il saluto in piedi prima tra le Coppie e successivamente agli Arbitri.

**Note**

*Il MR mostra i numeri prima agli Atleti, poi alla giuria*

**Sezione 24 : Sistema di assegnazione dei punteggi**

- A – Il punteggio assegnato può variare da 0 a 10 punti (con intervallo di ½ punto)
- B - Il punteggio più alto e quello più basso vengono scartati dal MR e viene registrata la somma dei restanti punteggi intermedi.

**Sezione 25 : Giuria**

La giuria deve essere composta da cinque arbitri, ciascuno di diversa nazionalità

### **Sezione 26 : Ritiro e abbandono**

- A - La vittoria per FUSEN GACHI (ritiro dell'avversario) viene assegnata dal MR alla coppia i cui avversari non si presentano sul tatami per gareggiare, dopo essere stato chiamato tre volte per un tempo complessivo di tre minuti. **Alla coppia vincitrice vengono assegnati 12 punti dopo che gli avversari sono stati chiamati tre volte in tre minuti. Alla coppia che si ritira sono assegnati zero punti**
- B - La vittoria per KIKEN GACHI (abbandono dell'avversario) viene assegnata alla coppia i cui avversari si ritirano durante la gara. **In questo caso la coppia che abbandona ottiene zero punti e vincitrice 12 punti**

### **Sezione 27 : Infortunio, malore o indisposizione**

- A – Per infortunio, malore o indisposizione, la coppia che si sta esibendo ha diritto a un massimo di **2** minuti per poter riprendere (un totale di **2** minuti per ogni incontro)
- B – Se una coppia non può continuare dopo un infortunio, viene assegnata la vittoria per “Kuken-Gachi” all'altra coppia.

### **Sezione 28 : Competizioni a squadre**

E' possibile effettuare gare a squadre, per le quali il regolamento è uguale a quello delle gare individuali.

## IV. Regolamentazioni Conclusive

### **Sezione 29: Situazioni non contemplate**

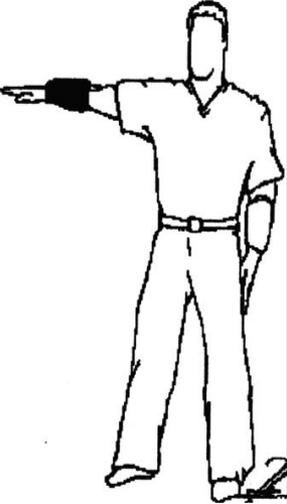
- A - Se si presenta una situazione non contemplata nel presente regolamento, sarà esaminata e verrà presa una decisione dal MR in accordo con i SR, che arbitrano nell'incontro in questione.
- B - Il TR non ha diritto a voto, può solo assistere alla discussione.

### **Sezione 30 : Entrata in vigore**

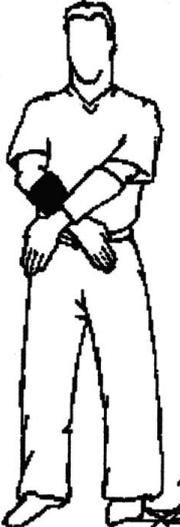
Questo regolamento è stato autorizzato dal Comitato Centrale della JJIF il **26 Novembre 2009** ed è entrato in vigore dal **1° Gennaio 2010**.  
Questo regolamento sostituisce tutti gli altri esistenti.

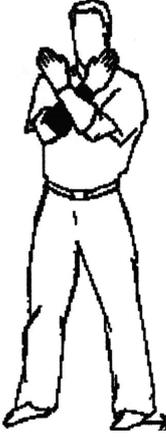
APPENDICE I

GESTUALITA' ARBITRALE

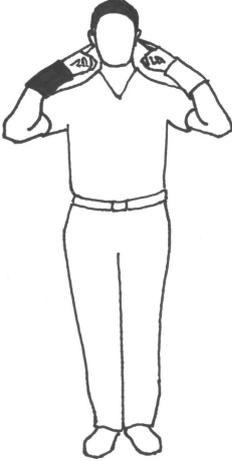
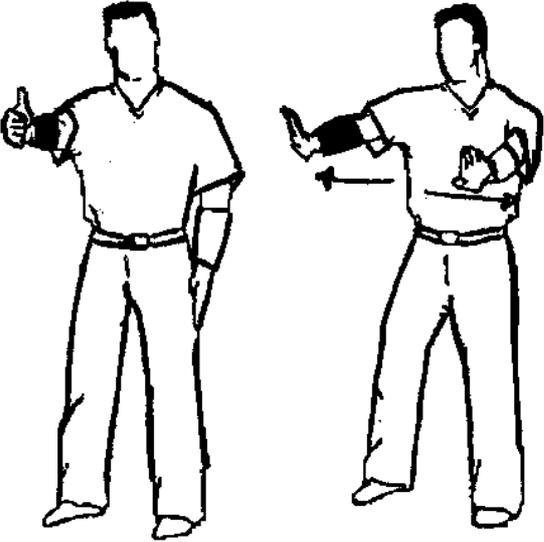
<p><b>HAJIME</b></p> 	<p><b>Inizio dell'incontro o ripresa del combattimento:</b></p> <p>L'Arbitro sta in mezzo ai due contendenti, leggermente arretrato, e, mentre annuncia "Hajime" con voce forte ed autoritaria, fa un gesto avvicinando le due mani aperte, con le braccia distese ed avanzando con il piede destro.</p>	<p><b>MATTE</b></p> 	<p><b>Interruzione del combattimento:</b></p> <p>L'Arbitro, con il braccio disteso, rivolge il palmo della mano destra aperto verso il tavolo di giuria ed annuncia "Matte" con voce forte ed autoritaria.</p>
<p><b>IPPON</b></p> 	<p><b>Massimo risultato di una azione (aggiudica due punti):</b></p> <p>L'Arbitro solleva sopra la testa il braccio destro o sinistro disteso (a seconda che il risultato sia stato ottenuto dal contendente rosso o blu), con il palmo della mano rivolto verso la giuria.</p>	<p><b>IPPON 3 da punti</b></p> 	<p><b>Massimo risultato di una azione che aggiudica tre punti:</b></p> <p>L'Arbitro solleva sopra la testa il braccio destro o sinistro disteso (a seconda che il risultato sia stato ottenuto dal contendente rosso o blu), segnalando con le dita della mano rivolta verso la giuria il numero tre.</p>
<p><b>WAZA ARI</b></p> 	<p><b>Risultato di una azione che aggiudica un punto:</b></p> <p>L'Arbitro solleva di lato il braccio destro o il braccio sinistro disteso orizzontalmente all'altezza della spalla (a seconda che il risultato sia stato ottenuto dal contendente rosso o blu), con il palmo della mano verso terra</p>	<p><b>ANNULLAMENTO</b></p> 	<p><b>Annullamento del giudizio appena espresso:</b></p> <p>L'Arbitro segnala il giudizio da annullare con il braccio corrispondente al colore dell'atleta a cui il giudizio era stato assegnato e contemporaneamente compie con l'altro braccio disteso sopra la testa un ripetuto gesto da destra a sinistra; il gesto deve essere preciso, deciso e chiaro da interpretare per il tavolo di giuria.</p>

<p><b>PASSIVITA'</b></p> 	<p><b>Richiamo per passività:</b></p> <p>L'Arbitro ruota uno sull'altro gli avambracci posti orizzontalmente davanti al proprio petto e quindi indica con il braccio corrispondente il contendente a cui è rivolto il richiamo.</p> <p><b>Penalità SHIDO</b></p>	<p><b>TECNICA PRIVA DI CONTROLLO</b></p> 	<p><b>Ammonizione per tecnica eseguita senza controllo:</b></p> <p>L'Arbitro solleva il braccio destro o sinistro (rosso o bianco) piegato orizzontalmente davanti al petto con il pugno chiuso.</p> <p>Il gesto può essere seguito da una breve descrizione mimata dell'azione penalizzata.</p> <p><b>Penalità SHIDO</b></p>
<p><b>MUBOBI</b></p> 	<p><b>Azione confusa e/o pericolosa per chi la compie:</b></p> <p>L'Arbitro solleva orizzontalmente in avanti le braccia con i pugni chiusi, mantenendo la posizione per qualche secondo; dopo il gesto il MR annuncia con voce forte ed autoritaria "Mubobi".</p> <p><b>Penalità SHIDO</b></p>	<p><b>AZIONI SIMULTANEE (AIUCHI)</b></p> 	<p>L'Arbitro solleva orizzontalmente entrambe le braccia piegate davanti al petto, con i pugni chiusi che si toccano.</p>
<p><b>ATTACCO DIRETTO ALLA TESTA</b></p> 	<p>L'Arbitro porta il pugno chiuso del braccio corrispondente al colore dell'atleta che ha commesso l'infrazione verso la propria guancia.</p> <p><b>Penalità CHUI</b></p>	<p><b>CONTATTO VIOLENTO</b></p> 	<p>L'Arbitro colpisce violentemente con un pugno il palmo aperto dell'altra mano, davanti al proprio petto, (se il richiamo è per il rosso con il pugno destro, se è per il bianco con il pugno sinistro).</p> <p><b>Penalità CHUI</b></p>

<p><b>COLPO PORTATO CON PRESA IN ATTO</b></p> 	<p>L'Arbitro simula con una mano la presa al Gi e con l'altra il pugno.</p> <p><b>Penalità SHIDO</b></p>	<p><b>USCITA DALL'AREA DI COMBATTIMENTO (segnale del SR)</b></p> 	<p>Il SR indica al MR l'accaduto facendo un gesto da dentro a fuori con la mano corrispondente al lato da cui è avvenuta l'uscita. Il MR può anche decidere autonomamente.</p> <p><b>Penalità SHIDO</b></p>
<p><b>RIORDINO DEL GI</b></p> 	<p>L'Arbitro incrocia le braccia distese davanti al proprio corpo, con il palmo delle mani aperto e teso rivolto verso di se, voltandosi verso il contendente che deve riordinare il Gi.</p>	<p><b>PROIEZIONE DL'AREA Di COMBATTIMENTO FUORI dell'Area di COMPETIZIONE</b></p> 	<p>L'Arbitro segnala con il braccio sinistro o destro (a seconda di quale atleta ha eseguito la proiezione) il lancio dall'area di combattimento o di competizione al di fuori di quella di sicurezza</p> <p><b>Penalità CHUI</b></p>
<p><b>SPINTA FUORI DALL'AREA DI COMBATTIMENTO</b></p> 	<p>L'Arbitro simula a braccia distese in avanti e con i pugni chiusi l'azione di spinta dall'area di <b>Combattimento</b> verso l'Area di Sicurezza</p> <p><b>Penalità SHIDO</b></p>	<p><b>OSAE – KOMI</b></p> 	<p><b>Controllo a terra:</b></p> <p>L'Arbitro distende il braccio contrassegnato dal colore di chi esegue l'immobilizzazione verso gli atleti, con la mano aperta e distesa e con il palmo rivolto in basso ed annuncia con voce chiara e autorevole "Osae – Komi". Il braccio deve rimanere in posizione per tutto il tempo della durata dell'immobilizzazione</p>

<p><b>TOKETA</b></p> 	<p><b>Fine del controllo a terra:</b>  <b>L'Arbitro</b> fa oscillare in modo deciso e chiaro da destra a sinistra sopra i contendenti il braccio con cui stava segnalando l'immobilizzazione, dopo aver posto la mano in posizione di taglio, ed annuncia "Toketa" con voce chiara ed autoritaria.  Il segnale deve essere netto, forte e chiaro</p>	<p><b>PAROLE NON NECESSARIE, RECLAMI</b></p> 	<p><b>L'Arbitro pone il dito Indice disteso fuori dal pugno chiuso davanti alla sua bocca</b></p> <p>Penalità CHUI</p>
<p><b>HIKIWAKE</b></p> 	<p><b>Pareggio:</b>  L'Arbitro Incrocia gli avambracci con le mani aperte rivolte verso il petto, ed annuncia con voce chiara ed autoritaria "Ikiwake"</p>	<p><b>SEGNALE DI NON AVER VISTO UNA AZIONE</b></p> 	<p>L'arbitro copre gli occhi con il palmo delle mani per qualche secondo</p>
<p><b>FULL IPPON</b></p> 	<p><b>Fine dell'incontro per il raggiungimento di un ippon in ciascuna delle tre fasi del combattimento:</b>  Il TR, dopo aver segnalato "Tempo" (o suonato il gong) segnala al MR il "Full Ippon" portando le punte delle dita delle mani a contatto ed i gomiti verso l'esterno, con gli avambracci inclinati uno verso l'altro ed indica il colore del vincitore .  Successivamente il MR dichiara il vincitore eseguendo successivamente lo stesso gesto.</p>	<p><b>ASSEGNAZIONE DELLA VITTORIA</b></p> 	<p><b>Indicazione del vincitore al termine dell'incontro:</b>  L'Arbitro indica il vincitore sollevando verso di lui con un angolo di 45° verso l'alto il braccio disteso (destro o sinistro a seconda che abbia vinto il rosso o il bianco) con la mano aperta verso l'alto ed annuncia con voce chiara ed autoritaria "Vince Rosso (o Bianco)"</p>

<p><b>SONOMAMA (state fermi)</b></p> 	<p>Il MR tocca con una certa forza (un tocco normalmente è sufficiente) con le mani entrambe i contendenti sul dorso o le spalle mentre stanno combattendo in seconda o terza fase ed annuncia con voce chiara ed autoritaria "Sonomama". Questo segnale indica ai contendenti di fermarsi nella posizione in cui si trovano in quel momento.</p>	<p><b>YOSHI (ricominciate)</b></p> 	<p>Dopo che è stato soddisfatto il motivo che ha reso necessaria l'interruzione temporanea, il MR tocca nuovamente con le mani entrambi i contendenti sulla spalla o la schiena e annuncia con voce chiara ed autoritaria "Yoshi"; questo è il segnale per i due contendenti di riprendere l'incontro da dove era stato interrotto.</p>
<p><b>Penalità Shido, Chui, Hanso ku Make</b></p> 	<p>L'Arbitro indica in direzione dell'Atleta che deve essere penalizzato con il dito indice disteso fuori dal pugno chiuso e annuncia la penalità</p>	<p><b>Hantei</b> (segnale del Duo System)</p> 	<p>L'Arbitro solleva al di sopra della sua testa il braccio destro con il palmo della mano rivolto verso i Giudici di Sedia e pronuncia Hantei</p>
<p><b>Tempo medico</b></p> 	<p>L'Arbitro mette le mani in posizione di " T "</p>	<p><b>Perdita di tempo</b></p> 	<p>L'Arbitro indica il suo orologio da polso con l'indice disteso fuori dal pugno Chiuso</p> <p>Penalità SHIDO</p>

<p><b>Azione vietata</b></p> 	<p><b>Azione che deve essere punita con "SHIDO"</b>  <b>(Torcere le dita delle mani e dei piedi, stringere ai fianchi con le gambe incrociate, colpire con atemi l'avversario a terra, colpire con calci alle gambe)</b>  <b>L'Arbitro segnala ponendo il taglio del la sua mano aperta sul suo avambraccio.</b></p>	<p><b>Non Ascoltare le Disposizioni del MR</b></p> 	<p><b>Arbitro segnala indicando con gli indici delle due mani, tesi fuori dai pugni chiusi, entrambe le sue orecchie</b></p> <p>Penalità CHUI</p>
<p><b>Break</b>  <b>(in caso di Hikiwake, prima dell'extra round)</b></p> 		<p><b>L'Arbitro segnala "OK", con il pollice rivolto verso l'alto, al Tavolo di Giuria e poi indica agli Atleti di uscire dall'Area di Combattimento per il trmpo di recupero.</b></p>	

## APPENDICE II

### ATTACCHI DEL DUO SYSTEM

**Tutti gli attacchi possono essere portati a destra o a sinistra**  
**Tutti gli attacchi devono essere preceduti da un preattacco**

Gli attacchi modificati secondo le tabelle seguenti  
entreranno in vigore dal 01/01/2011

SERIE A  
ATTACCHI IN PRESA

	<p>UKE afferra il braccio di Tori Una mano afferra il polso, l'altra l'avambraccio</p> <p>Intenzione della presa:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tirare o spingere</li> <li>- Controllare il braccio avanzato di Tori</li> <li>- Bloccare Tori per evitare la difesa</li> </ul>
	<p>UKE afferra un bavero del Gi di Tori con una mano</p> <p>Intenzione della presa:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Portarsi vicino all'avversario per eseguire un'altra azione</li> <li>- Tirare, spingere o bloccare l'avversario per colpirlo successivamente</li> </ul>
	<p>UKE afferra il collo di TORI, con le mani, di fronte o da dietro, per strangolarlo</p> <p>Intenzione della presa:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Spingere Tori</li> <li>- Bloccare Tori</li> </ul>
	<p>UKE afferra il collo di TORI da un lato, con le mani per strangolarlo</p> <p>Intenzione della presa:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Spingere Tori</li> <li>- Bloccare Tori</li> </ul>
	<p>UKE attacca TORI da un lato, afferrandone il GI all'altezza della spalla con <b>una</b> mano (la posizione della mano è libera)</p> <p>Intenzione della presa:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Spingere Tori</li> <li>- Tirare Tori</li> <li>- Bloccare Tori</li> </ul>

Commento generale: Le prese con le mani devono essere ben chiuse

SERIE B  
PRESE AVVOLGENTI AL CORPO E AL COLLO

	<p>UKE afferra TORI al corpo in posizione Frontale, bloccando le braccia o lasciandole libere La testa di UKE poggia sul petto di TORI Prima dell'attacco Tori tiene le braccia in una posizione naturale.</p>
	<p>UKE afferra TORI al corpo in posizione Posteriore, bloccando le braccia o lasciandole libere La testa di UKE poggia sul dorso di TORI Prima dell'attacco Tori tiene le braccia in una posizione naturale</p>
	<p>UKE avvolge il collo di TORI con un Braccio da un lato volgendogli le spalle  Intenzione della presa: Strangolare o eseguire una proiezione</p>
	<p>UKE avvolge il collo di TORI con un braccio da un lato in posizione frontale  Intenzione della presa: Strangolare o eseguire una proiezione</p>
	<p>UKE attacca Tori con Hadaka-Jime,  Intenzione della presa: Strangolare o squilibrare.</p>

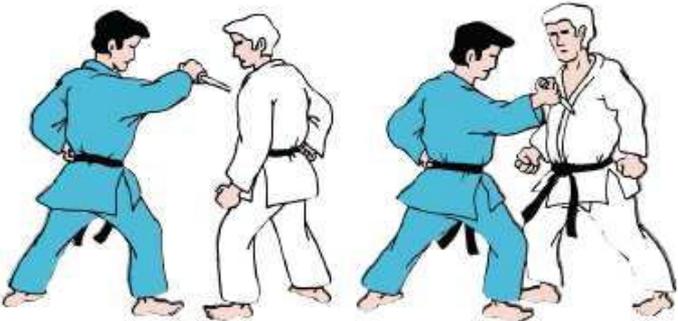
Commento generale: Le prese con le mani devono essere ben serrate

SERIE C  
ATTACCHI A COLPIRE

	<p>JODAN TSUKI Pugno frontale diretto alla testa o al corpo</p> <p>Obiettivo: stomaco, plesso solare, viso</p>
	<p>AGO TSUKI (Upper cut) Pugno frontale dal basso verso l'alto</p> <p>Obiettivo: mento</p>
	<p>MAWASHI TSUKI Pugno semicircolare</p> <p>Obiettivo: parete laterale del viso/testa di Tori</p>
	<p>MAE GERI Calcio frontale</p> <p>Obiettivo: Plesso Solare, Stomaco</p>
	<p>MAWASHI GERI Calcio circolare</p> <p>Obiettivo: Plesso Solare, Stomaco Tori può portare indietro un piede) e ruotare il corpo in posizione di guardia laterale</p>

**Commento generale: L'attacco deve essere portato in modo da colpire Tori, se questi non si dovesse muovere in tempo per difendersi. In ogni modo non è consentito a Tori muoversi prima che sia partito l'attacco. Tori deve "reagire" all'attacco**

SERIE D  
ATTACCHI CON ARMI

	<p>Attacco di coltello dall'alto, con la lama dalla parte del mignolo,</p> <p>Obiettivo: Base del collo di Tori, appena sopra la clavicola sinistra o destra</p>
	<p>Attacco di coltello diretto frontale</p> <p>Obiettivo: Stomaco</p>
	<p>Attacco semicircolare di coltello frontale con la lama dalla parte del mignolo, portato in posizione laterale o diagonale</p> <p>Obiettivo: parte anteriore e laterale del corpo</p>
	<p>Attacco di bastone dall'alto</p> <p>Obiettivo: Parte superiore della testa</p>
	<p>Attacco di bastone laterale portato lateralmente o diagonalmente</p> <p>Obiettivo: Tempia/testa di Tori</p>

**Commento Generale:** L'attacco deve essere portato dove si trovava Tori se non si fosse mosso per anticipare l'attacco  
Tori deve avere il pieno controllo dell'arma durante e dopo la difesa

## Appendice III

### Classi di età e categorie di peso degli atleti

#### Maschili

Masters 36/40	Seniores 21/35	Juniors 18/19/20	Cadetti 15/16/17	Esordienti 12/13/14	Ragazzi 10/11	Fanciulli 8/9	Bambini 5/7
1 x 3 min	1 x 3 min	1 x 3 min	1 x 3 min	1 x 2 min	1 x 2 min	1 x 2 min	1 x 2 min
- 62kg - 69 kg - 77kg - 85kg - 94kg + 94kg	<b>- 55kg</b> - 62kg - 69 kg - 77kg - 85kg - 94kg + 94kg	- 56kg - 62kg - 69kg - 77kg - 85kg - 94kg + 94kg	- 46kg - 50kg - 55kg - 60kg - 66kg - 73kg - 81kg + 81kg	- 37kg - 41kg - 45kg - 50kg - 55kg - 60kg - 66kg <b>- 72kg</b> <b>- 78kg</b> <b>+ 78kg</b>	- 24kg - 27kg - 30kg - 34kg - 38kg - 42kg - 46kg - 50kg <b>- 55kg</b> <b>+ 55kg</b>	- 21kg - 24kg - 27kg - 30kg - 34kg - 38kg - 42kg <b>- 48kg</b> <b>+ 48kg</b>	-18 - 20kg - 22kg - 24kg - 26kg - 28kg - 30kg - 32kg - 34kg - 36kg - 38kg

#### Femminili

Masters 36/40	Seniores 21/35	Juniors 18/19/20	Cadette 15/16/17	Esordienti 12/13/14	Ragazze 10/11	Fanciulle 8/9	Bambine 5/7
1 x 3 min	1 x 3 min	1 x 3 min	1 x 3 min	1 x 2 min	1 x 2 min	1 x 2 min	1 x 2 min
- 55kg - 62 kg - 70kg + 70kg	<b>- 48kg</b> - 55kg - 62 kg - 70kg + 70kg	- 49kg - 55kg - 62kg - 70kg + 70kg	- 40kg - 44kg - 48kg - 52kg - 57kg - 63kg - 70kg + 70kg	- 36kg - 40kg - 44kg - 48kg - 52kg - 57kg - 63kg <b>- 68kg</b> <b>+ 68kg</b>	- 22kg - 25kg - 28kg - 32kg - 36kg - 40kg - 44kg - 48kg <b>- 52kg</b> <b>+ 52kg</b>	- 20kg - 22kg - 25kg - 28kg - 32kg - 36kg - 40kg <b>- 44kg</b> <b>+ 44kg</b>	-18 - 20kg - 22kg - 24kg - 26kg - 28kg - 30kg - 32kg - 34kg - 36kg - 38kg

**Appartenenza alle diverse classi di età:** Gli atleti sono considerati appartenenti alle diverse classi di età il funzione dell'anno di nascita e non della data specifica

#### Edizione 2010

Curata da  
Henrik Sandberg,  
Roel Van Ravens  
Ueli Zürcher  
Linus Bruhin

Director of international Referee Committee (IRC)  
Director of European Referee Committee (ERC)  
Member of European Referee Committee (ERC)  
World Referee, Lawyer

APPENDICE III

REGOLAMENTO INTERNAZIONALE

PER LE

MANIFESTAZIONI GIOVANILI

# Dall'anno di compimento degli 8 anni all'anno compimento degli 11 anni (“Preagonisti” Fanciulli 8/10 Ragazzi 10/12)

## FIGHTING SYSTEM

Gli incontri devono essere condotti secondo i regolamenti dell'JJIF, con le seguenti limitazioni:

- Oltre alle azioni proibite menzionate dal Regolamento Gare di Fighting System relativamente alle tre fasi del combattimento, sono anche vietate le seguenti azioni:

### AZIONI VIETATE PER GLI ATLETI DAGLI 8 AGLI 11 ANNI COMPIUTI

PRIMA FASE	SECONDA FASE	TERZA FASE
Tutti gli Atemi di mano diretti alla testa (Chui)	Tutti i Kansetsu Waza (Chui)	Tutti i Kansetsu Waza alle braccia (Chui)
Tutti gli Atemi di piede diretti alla testa (Chui)	Tutti gli Shime Waza (Chui)	Tutti i Kansetsu Waza alle gambe (Chui)
	Tutti i Sutemi Waza (ESCLUSO TANI OTOSHI) (Chui)	Tutti gli Shime Waza (Chui)
	Tutti i Manicomi (Chui)	
	Eseguire proiezioni andando su entrambe le ginocchia (Chui)	Tutti i Sankaku Waza (Chui)
	Morote Gari o Ryo Ashi Dori (presa alle due gambe) (Chui)	Afferrare attorno al collo per immobilizzare senza altre prese al Ji su dorso/spalla (Hansoku Make)
	Afferrare con un braccio attorno al collo per proiettare senza presa al Ji sul dorso/spalla (avvolgimento del collo) (Chui)	
	Cadere sull'avversario dopo aver eseguito una proiezione (Chui)	

### SANZIONI

Ad ogni azione vietata l'arbitro deve spiegare agli atleti perché è stata applicata la sanzione

### PROTEZIONI

- Guantini (obbligatori)
- Paradenti (obbligatorio)
- Paratibie / piede (consigliato)
- Sospensorio (consigliato)
- Per le ragazze: Paraseno (consigliato)

### DURATA DEGLI INCONTRI

1 tempo di 2 minuti

## DURATA DELLE IMMOBILIZZAZIONI

Tempo massimo di immobilizzazione (Ippon): 15 secondi

secondi 0 / 9 = 0 punti

secondi 10 / 14 = 1 punto

secondi 15 = 2 punti

resa con battuta = 3 punti

## SALVAGUARDIA DELLA SICUREZZA DEGLI ATLETI

In tutti i casi non previsti dal regolamento, ma nei quali il Direttore di Tappeto ritiene che la sicurezza di uno o entrambe gli atleti sia in pericolo, il D. di T. deve interrompere immediatamente l'incontro e prendere le misure opportune.

L'Arbitro non può in ogni caso punire l'intenzione di commettere un atto vietato (qualora sia intervenuto preventivamente per evitare che lo stesso creasse una situazione di pericolo).

## LESIONI

Ogni caso di lesione deve essere valutato e preso in carico dal medico di gara

## FASCE DI ETA' INTERESSATE DALLE PRESENTI NORME

Queste norme regolamentari riguardano gli atleti che al 31 dicembre dell'anno in corso non hanno compiuto il 10° o il 12° anno di età.

## CATEGORIE DI PESO

Da 8 anni compiuti a		Da 10 anni compiuti a	
10 anni non compiuti		12 anni non compiuti	
MASCHI	FEMMINE	MASCHI	FEMMINE
- 21	- 20	- 24	- 22
- 24	- 22	- 27	- 25
- 27	- 25	- 30	- 28
-30	- 28	-34	- 32
- 34	- 32	- 38	- 36
- 38	- 36	- 42	- 40
- 42	- 40	- 46	- 44
<b>- 48</b>	<b>- 44</b>	- 50	- 48
<b>+ 48</b>	<b>+ 44</b>	<b>- 55</b>	<b>- 52</b>
		<b>+ 55</b>	<b>+ 52</b>

L'organizzazione può unire categorie di peso quando non vi sia un numero sufficiente di iscritti in ciascuna categoria, o aggiungerne in caso di macroscopiche differenze di peso, sia verso il basso sia verso l'alto.

## **DUO SYSTEM**

Veranno eseguiti tre attacchi per ogni serie, sorteggiati dal MR

Per la classe Fanciulli si gareggerà solo con le serie 1 e 2 (gli attacchi sono mostrati agli atleti)

Per la classe Ragazzi si gareggerà solo con le serie 1, 2, 3

### **CATEGORIE**

- Categoria maschio + maschio
- Categoria maschio + femmina
- Categoria femmina + femmina

L'organizzazione può unire diverse categorie quando non vi sia un numero sufficiente di iscritti in ciascuna categoria.

# Dall'anno di compimento dei 12 anni all'anno di compimento del 15° anno (Rientrano nelle categorie Agonistiche – Esordienti)

## FIGHTING SYSTEM

Gli incontri devono essere condotti secondo i regolamenti dell'JJIF, con le seguenti limitazioni:

- Oltre alle azioni proibite menzionate dal Regolamento Gare di Fighting System relativamente alle tre fasi del combattimento, sono anche vietate le seguenti azioni:

### AZIONI VIETATE PER GLI ATLETI DAI 12 AI 14 ANNI COMPIUTI

PRIMA FASE	SECONDA FASE	TERZA FASE
<b>Sono vietati tutti gli atemi diretti al viso (chui)</b>	<b>Sono vietate tutte le proiezioni eseguite senza controllo (Chui)</b>	E' permesso tutto ciò che è scritto nei regolamenti ufficiali

### SANZIONI

Ad ogni azione vietata l'arbitro deve spiegare agli atleti perché è stata applicata la sanzione

### PROTEZIONI

- Guantini (obbligatori)
- Paradenti (obbligatorio)
- Paratibie / piede (obbligatorio)
- Sospensorio (consigliato)
- Per le ragazze: Paraseno (consigliato)

### DURATA DEGLI INCONTRI

1 tempo di 2 minuti e 1/2

### DURATA DELLE IMMOBILIZZAZIONI

Tempo massimo di immobilizzazione (Ippon): 15 secondi

secondi 0 / 9 = 0 punti

secondi 10 / 14 = 1 punto

secondi 15 = 2 punti

resa con battuta = 3 punti

## **SALVAGUARDIA DELLA SICUREZZA DEGLI ATLETI**

In tutti i casi non previsti dal regolamento, ma nei quali il Direttore di Tappeto ritiene che la sicurezza di uno o entrambe gli atleti sia in pericolo, il D. di T. deve interrompere immediatamente l'incontro e prendere le misure opportune.

L'Arbitro non può in ogni caso punire l'intenzione di commettere un atto vietato (qualora sia intervenuto preventivamente per evitare che lo stesso creasse una situazione di pericolo).

## **LESIONI**

Ogni caso di lesione deve essere valutato e preso in carico dal medico di gara

## **FASCE DI ETA' INTERESSATE DALLE PRESENTI NORME**

Queste norme regolamentari riguardano gli atleti che al 31 dicembre dell'anno in corso non hanno compiuto il 14° anno di età.

## **CATEGORIE DI PESO**

<b>Dall'anno di compimento dei 12 anni a quello di compimento dei 14 anni</b>	
<b>MASCHI</b>	<b>FEMMINE</b>
- 37	- 36
- 41	- 40
- 45	- 44
- 50	- 48
- 55	- 52
- 60	- 57
- 66	- 63
<b>- 72</b>	<b>- 68</b>
<b>- 78</b>	<b>+ 68</b>
<b>+ 78</b>	

L'organizzazione può unire categorie di peso quando non vi sia un numero sufficiente di iscritti in ciascuna categoria, o aggiungerne in caso di macroscopiche differenze di peso, sia verso il basso sia verso l'alto.

## **DUO SYSTEM**

Verranno eseguiti tre attacchi per ogni serie, come da regolamento ufficiale per gli Agonisti

### **CATEGORIE**

- Categoria maschio + maschio
- Categoria maschio + femmina
- Categoria femmina + femmina

L'organizzazione può unire diverse categorie quando non vi sia un numero sufficiente di iscritti in ciascuna categoria.