

### **Sistema di combattimento Art. I**

Il Goshin Jitsu è un sistema di combattimento che vede due avversari confrontarsi in tre fasi:

1° fase Distanza: Atemi-calci e pugni

2° fase Presa: Nage -Waza lanci, proiezioni, leve e strangolamenti.

3° fase Suolo: Ne- Waza immobilizzazioni, leve e strangolamenti

Il sistema è composto di un solo round di tre minuti per esordienti -cadetti-maschili e femminili, quattro minuti per juniores -senior maschili e femminili. Per le finali aumento di un minuto per tutte le categorie. La durata indicata deve intendersi reale. Pertanto il tempo che trascorre tra gli annunci dell'arbitro centrale di Matte, Sonomama e l'Hajime, non farà parte della durata del combattimento. L'arbitro può interrompere un combattimento in seguito ad un incidente sopravvenuto (perdita di sangue dal naso, unghia rotta, scioglimento di fasciatura, di cintura ed ogni altro episodio per cui risulta necessaria una interruzione). Se l'arbitro lo ritiene può richiedere l'intervento di un medico. La durata dell'interruzione non deve superare i 5 minuti complessivi. Quando sono in uso diverse aree di gara contemporaneamente e necessario l'uso di strumenti udibili e che abbiano un suono differente l'uno dall'altro.

### **Area di competizione e attrezzature Art.2**

L'area di competizione deve avere le dimensioni minime di metri 12x12 Deve essere ricoperta di tatami o altro materiale equivalente, generalmente di colore verde. L'area di competizione deve essere divisa in due zone. La demarcazione tra queste due zone si chiama area di pericolo e si rappresenta con una superficie rossa, di circa un metro di larghezza, facente parte dell'area di competizione. La zona al di fuori dell'area di pericolo corrisponde all'area di sicurezza e deve essere larga 3 metri.

---

### **Materiale richiesto Art.3**

Gli organizzatori delle competizioni devono provvedere a dotare ciascuna area di competizione delle seguenti attrezzature:

- 1) tavoli e sedie per i Presidenti di giuria, pili precisamente ogni tavolo sarà presieduto da un cronometrista, un presidente di giuria.
  
- 2) tabelloni di punteggio.
  
- 3) cronometri: uno per la durata del combattimento uno per la durata delle immobilizzazioni uno

di riserva.

4) campane o altri strumenti sonori per la segnalazione della fine degli incontri. Gli organizzatori provvederanno inoltre alla convocazione di un medico che presenzi la gara.

---

### **Vestiario dei concorrenti Art.4**

I contendenti dovranno indossare il JuJitsugi che dovrà rispondere ai seguenti requisiti:

1) Essere confezionato in modo resistente in cotone o altro materiale simile ed in buone condizioni, senza lacerazioni o strappi

2) La casacca dovrà essere abbastanza lunga da coprire la metà delle cosce

3) Le maniche della casacca dovranno essere abbastanza lunghe da coprire più della metà dell'avambraccio, ma non oltrepassare l'articolazione del polso, ed abbastanza larghe da permettere la presa

4) I pantaloni dovranno essere abbastanza lunghi da coprire più della metà del polpaccio ma non superare la caviglia.

5) Il Ju Jitsugi dovrà essere stretto in vita con una cintura annodata con un nodo piatto e ben stretto e deve pendere per circa 15 cm. per parte

6) Le donne dovranno indossare sotto la casacca una maglietta piuttosto resistente ed abbastanza lunga da poter essere portata all'interno dei pantaloni.

7) Agli uomini è fatto divieto di indossare la maglietta sotto la casacca

8) Ai concorrenti è fatto obbligo di indossare protezioni in materiale soffice di spessore non superiore ai 2 cm., privi di parti metalliche interne e/o esterne, (para nocche, para tibia, sospensorio e paradenti); le donne possono indossare il para seno.

---

### Igiene e requisiti personali Art.5

1) Il gi dovrà essere pulito, generalmente asciutto e privo di odori sgradevoli

2) Le unghie delle mani e dei piedi dovranno essere tagliate corte e pulite

3) L'igiene personale dovrà essere di livello accettabile

4) I capelli lunghi dovranno essere legati in modo che non creino alcun inconveniente all'avversario

5) Non è consentito agli atleti indossare anelli, collanine, orecchini, fermagli metallici etc.

6) I concorrenti che portano lenti a contatto o apparecchiature dentali, lo faranno a proprio rischio e pericolo.

---

### **Modalità di svolgimento degli incontri Art.6**

All'inizio di ogni incontro i due contendenti si portano ai margini dell'area di combattimento, e si cingono la vita con le cinture di riconoscimento. Il primo chiamato indosserà la cintura rossa e si porterà alla destra dell'arbitro centrale; il secondo chiamato indosserà la cintura bianca e si porterà alla sinistra dell'arbitro centrale. Tale posizione rispetto all'arbitro centrale verrà mantenuta dagli atleti ogni qual volta l'incontro ripartirà dalla prima fase. L'arbitro centrale si porrà al centro dell'area di gara ad una distanza di circa un metro tra i due combattenti, dovrà essere rivolto di fronte al tavolo ove siedono il cronometrista e presidenti di giuria. In seguito gli atleti quindi si porteranno al centro dell'area di gara, ad una distanza approssimativa di circa 2 metri uno di fronte all'altro. Prima dell'inizio dell'incontro i due atleti al segnale dell'arbitro centrale effettuano il saluto con un inchino prima rivolti verso l'arbitro centrale e poi tra loro. All'ordine del direttore di gara che indica la fine dell'incontro i due combattenti devono interrompere qualunque azione e portarsi ai margini dell'area di combattimento dopo aver ricomposto il Ju Jitsugi, attendono l'esito finale dell'incontro. Al termine eseguiranno l'inchino di saluto prima tra di loro e poi rivolti verso l'arbitro centrale.

### **Gli Ufficiali di gara Art.7**

Il combattimento verrà condotto da un arbitro centrale e da due arbitri laterali. Gli arbitri centrali e gli arbitri laterali devono appartenere a società o regioni differenti tra loro e da quelle dei concorrenti (nei limiti del possibile e a seconda del numero disponibile di arbitri qualificati). Gli arbitri saranno coadiuvati nella condizione degli incontri:

1) Da due presidenti di giuria che registreranno su apposita modulistica i punteggi, le sanzioni chiamate dall'arbitro centrale.

2) Da un cronometrista che registrerà il tempo reale del combattimento e il tempo delle immobilizzazioni

### **Posizione e funzione dell'arbitro centrale**

L'arbitro centrale deve stare all'interno dell'area di gara ed è responsabile della condizione dell'incontro. Dovrà inoltre accertarsi che le sue decisioni siano registrate correttamente sui tabelloni di gara, visibili anche al pubblico. Nell'assumere il controllo di un'area di competizione l'arbitro centrale insieme agli arbitri laterali, dovrà assicurarsi che la superficie del Tatami sia pulita ed in buone condizioni, che non vi siano spazi tra le materassine, e che i contendenti rispondano ai requisiti dell'articolo 5

### Posizione e funzione degli arbitri laterali

Gli arbitri laterali assistono l'arbitro centrale, prendono posto ai bordi dell'area di gara. Gli stessi potranno e dovranno spostarsi lungo i bordi del Tatami per potere seguire al meglio l'incontro (ogni arbitro potrà muoversi su due lati del perimetro di gara) e non possono entrare nell'area di gara. Qualora uno o entrambi gli arbitri laterali non è d'accordo con una decisione dell'arbitro centrale, o vuole segnalare allo stesso un particolare movimento, atteggiamento o pericolosità di azione, sventola al di sopra del capo le mani, se l'arbitro centrale non si accorge del gesto, allora l'arbitro laterale attirerà l'attenzione battendo le mani. Ogni discussione potrà ritenersi possibile e necessaria solo se l'arbitro centrale o anche uno degli arbitri laterali, è stato testimone di qualcosa che gli altri non hanno visto. In questi casi gli arbitri discutono e prendono la relativa decisione. Se un combattente dovesse temporaneamente lasciare l'area di competizione (ad esempio cambiare il gi ritenuto non conforme) un arbitro laterale dovrà obbligatoriamente accompagnarlo per assicurarsi che non intervenga alcun tipo di irregolarità.

---

### Gestualità Art.8

L'arbitro centrale al fine di aggiudicare punteggi e valutazioni, indosseranno delle manichette colore diverso (rossa al braccio destro e bianca al braccio sinistro). Gli arbitri per esprimere valutazioni e giudizi in merito alle tecniche eseguite dagli atleti, eseguiranno i gesti sotto indicati

- 1) Ippon : alzare il braccio teso al di sopra del capo, con il palma della mano rivolto in avanti
- 2) Wazari: alzare il braccio orizzontalmente al lato del corpo con il palma della mano rivolto verso il basso

- 3) Tecnica non valida: alzare una mano al di sopra del capo agitandolo verso sinistra due o tre volte
  
- 4) Osaekomi: tendere il braccio verso i combattenti con il palma della mano rivolto verso il basso piegando il corpo verso di loro e stando loro di fronte
  
- 5) Toketa: alzare un braccio in avanti e agitarlo velocemente da sinistra verso destra, due o tre volte
  
- 6) Hicky Wake: Alzare una mano bene verso l'alto poi abbassarla frontalmente rispetto al corpo (con il pollice verso l'alto) e tenerla in questa posizione per qualche istante.
  
- 7) Matte: alzare il braccio orizzontalmente in direzione del cronometrista col palmo della mano verso quest'ultimo (con le dita rivolte verso l'alto)
  
- 8) Sonomama: Piegarsi in avanti e toccare i due combattenti con il palma delle mani.
  
- 9) Yosci: esercitare una certa pressione sui due combattenti con il palma delle mani
  
- 10) Gachi: per indicare il vincitore del combattimento alzare una mano al di sopra della spalla in direzione del vincitore
  
- 11) Riassetto del Gi: incrocerà la mano sinistra sopra la destra all'altezza della cintura
  
- 12) Passività: Far roteare gli avambracci con un movimento verso l'avanti, all'altezza del petto e quindi puntare il dito indice al combattente.



13) Assegnazione di penalità: per assegnare una sanzione puntare il dito indice, tenendo il resto delle dita chiuse in un pugno, menzionando nel contempo la penalità assegnata.

### **Gli arbitri laterali**

1) Per indicare che secondo lui un combattente è rimasto all'interno dell'area di combattimento l'arbitro deve alzare una mano per poi abbassarla in posizione orizzontale (col braccio teso e il pollice verso l'alto) tenendola al di sopra della linea che delimita l'area di combattimento.

2) Per indicare che secondo lui uno dei combattenti è uscito dall'area di combattimento, l'arbitro deve alzare una mano in posizione orizzontale (col braccio teso e il pollice verso l'alto) tenendola al di sopra della linea che delimita l'area di combattimento e deve quindi agitarla da destra verso sinistra due o tre volte.

---

### **Aree valide Art. 9**

Il combattimento si deve svolgere nell'area di combattimento. Qualsiasi tecnica applicata quando uno o entrambi i combattenti si trovano al di fuori dell'area di combattimento non sarà ritenuta valida. Un combattente è considerato fuori dell'area di combattimento se appoggerà il piede, la mano o il ginocchio fuori dall'area di combattimento quando è in atto un Tachi-waza o se più della metà del corpo uscirà dall'area di combattimento mentre esegue un sutemi-waza.

### Eccezioni

- 1) Quando uno dei combattenti proietta l'avversario all'esterno dell'area di combattimento, rimanendo tuttavia nella stessa area abbastanza a lungo da evidenziare l'efficacia della sua tecnica, la tecnica sarà ritenuta valida. Se una proiezione inizia mentre i due combattenti si trovano all'interno dell'area, una durante la proiezione il combattente proiettato si sposta all'esterno dell'area di combattimento, l'azione può essere ritenuta valida per la valutazione, sempre che l'azione sia continua e che il combattente che sta effettuando la proiezione resti all'interno dell'area di combattimento abbastanza a lungo da dimostrare l'efficacia della sua tecnica.
  
- 2) Se durante un attacco come o-uchi-gari o ko-uchi -gari , il piede o la gamba di Tori lascia l'area di combattimento e si sposta sull'area di sicurezza, l'azione sarà valida per la valutazione purchè Tori non poggi il peso del suo corpo sul piede o sulla gamba che sono all'esterno dell'area di combattimento.
  
- 3) Nel ne-waza l'azione è valida e può continuare fino a quando almeno una parte del corpo di uno dei combattenti tocca l'area di combattimento.
  
- 4) Se durante l'esecuzione di una proiezione, Tori uscisse dall'area di combattimento mentre è ancora "in aria" cioè che non tocca più alcuna parte dell'area di combattimento, la tecnica sarà considerata valida ai fini della valutazione solo se uke prende contatto con il tappeto prima che qualsiasi parte di Tori tocchi all'esterno dell'area di competizione.

---

### Inizio del Combattimento Art. 10

L'arbitro deve stare al centro dell'area, a circa due metri di distanza dalle posizioni di inizio del combattimento dei combattenti, deve essere rivolto verso il tavolo dei cronometristi. I combattenti devono fare il saluto all'inizio e alla fine del combattimento. Se i combattenti si dimenticassero di fare il saluto, l'arbitro dovrà ricordarglielo con l'annuncio di rei. Prima di dare inizio al combattimento, l'arbitro deve assicurarsi che tutto sia regolare (area di combattimento, attrezzatura, uniforme, igiene, ufficiali etc.)

---

### **Fasi del combattimento Art. 11**

#### **1° Fase Atemi**

Dopo l'annuncio dell'Hajime dell'arbitro centrale, si darà inizio al combattimento della prima fase, caratterizzata dall'esecuzione di tecniche Atemi -Waza. Questa fase è obbligatoria , nel senso che i combattenti dovranno dimostrare capacità eseguendo scambi di tecniche. Nel caso in cui uno o entrambi i combattenti dovessero ignorare tale fase passando direttamente a quella successiva, saranno penalizzati per non combattività in prima fase. In questo caso l'arbitro centrale annuncerà il matte d'accordo con gli arbitri laterali, e assegnerà la sanzione. Punti validi ai fini delle valutazioni e dei punteggi sono: l'addome (centrale e laterale) il petto il torace i dorsali il viso nelle parti laterali (consentiti solo colpi circolari) E' assolutamente vietato: infliggere colpi violenti e senza controllo colpire il viso con pugni o anche calci diretti colpire sotto la cintura (ad eccezione del de-ashi-barai) colpire con pugni o calci la zona della colonna vertebrale.

#### **2° Fase Nage-waza**

Non appena tra di due combattenti si effettua un contatto con una presa, inizia automaticamente la seconda fase. Da questa momentanea qualsiasi atemi, sono assolutamente vietati. Se durante il combattimento in seconda fase, avviene il distacco si continuerà automaticamente a gareggiare nella prima fase. E' comunque vietato rifiutare il combattimento in presa, sarà considerato penalizzante. In tale caso l'arbitro centrale chiamato il **sonomama** d'accordo con i laterali potrà ammonire, o in caso di reticenza sanzionare il combattente, l'incontro verrà comunque ripreso dalla stessa posizione di seconda fase

### 3° Fase Ne waza

I combattenti sono autorizzati a passare dalla posizione in piedi alla lotta a terra nei casi che seguono, anche se l'arbitro può ordinare di riprendere la posizione in piedi, se non c'è continuità nell'applicazione della tecnica

- 1) Quando un combattente, dopo aver ottenuto qualche risultato con una proiezione passa senza interruzione alla lotta a terra.
  
- 2) Quando un combattente cade in seguito ad una proiezione non riuscita, l'altro può avvantaggiarsi della posizione squilibrata dell'avversario per proseguire il combattimento a terra.
  
- 3) Quando un combattente ottiene un risultato importante applicando uno strangolamento o una leva articolare nella posizione in piedi e continua, senza interruzione in **ne-waza**; va precisato che è assolutamente vietato proiettare un avversario con uno strangolamento o una leva articolare.
  
- 4) Quando un combattente porta l'avversario in **ne-waza** con l'applicazione particolarmente abile di un movimento che, anche se può assomigliare ad una tecnica di proiezione.
  
- 5) ) In ogni altro caso non previsto in questo articolo in cui un combattente può cadere o essere sul punto di cadere, l'altro combattente potrà trarre vantaggio dalla posizione del suo avversario per proseguire nella lotta a terra. Se durante la terza fase avviene il distacco si

continuerà automaticamente a gareggiare nella prima fase In questa fase è vietato: colpire con atemi e applicare il Do-Jime.

---

### **Applicazione del Matte Art. 12**

- L'arbitro centrale annuncerà il matte per fermare temporaneamente l'incontro nei seguenti casi:
    - Quando uno od entrambi i combattenti vanno al di fuori dell'area di gara
    - Quando uno od entrambi i combattenti commettono un atto proibito
    - Quando uno od entrambi i combattenti si infortunano o sono colti da malore
    - Quando è necessario che uno o entrambi i combattenti rimettano a posta il loro Gi.
    - Quando durante il combattimento a terra non c'è alcun progresso evidente oppure entrambi i combattenti giacciono in una posizione che non porta ad alcun esito
      - Quando un combattente dalla lotta a terra riprende la posizione in piedi o semi rialzata, con l'avversario sulla schiena
      - Quando un combattente esegue o tenta di eseguire uno shime--waza o un kansetsu-waza da una posizione in piedi e il risultato non è subito evidente
    - In qualsiasi altro caso giudicato necessario dall'arbitro
    - Quando gli arbitri o la commissione per l'arbitraggio desiderano conferire
    - Ogni volta che l'arbitro annuncia il matte e necessario fermare il cronometro.
- 

### **Sonomama Art. 13**

L'arbitro deve annunciare il **sonomama** quando deve fermare temporaneamente il combattimento; in tal caso i combattenti non dovranno muoversi e mantenere la loro posizione.

Il **sonomama** verrà pronunciato:

- Per ammonire uno o entrambi i combattenti per passività
- Per dare ad un combattente una penalità tecnica
- Ogni qualvolta l'arbitro lo riterrà necessario

Dopo il **sonomama** i combattenti riprenderanno a gareggiare esattamente nella posizione in cui si erano fermati. Per riprendere il combattimento l'arbitro pronuncerà **Yoshi.**

---

### Osaekomi -waza Art. 14

L'arbitro deve annunciare l'**Osaekomi** quando a suo avviso la tecnica applicata corrisponde ai seguenti criteri:

- Il combattente che viene immobilizzato deve essere controllato dall'avversario e deve avere il dorso, entrambe le spalle o una sola, a contatto con il tatami. -Il controllo può essere eseguito di lato, di dietro e da sopra
- Il combattente che applica la presa di immobilizzazione non deve avere le gambale o il corpo controllati dalle gambe dell'avversario
- Almeno un combattente deve avere una parte qualsiasi del corpo che tocca l'area di combattimento all'annuncio dell' **Osaekomi**, per validità dell'**osaekomi**.

Se durante l'**Osaekomi** il combattente immobilizzato riesce a liberarsi l'arbitro deve annunciare Toketa.

---

### **Regole di gara Art. 15**

Si può vincere il combattimento prima del tempo regolamentare quando un combattente si aggiudica un ippon nella prima, seconda e terza fase. Alla fine dell'incontro il combattente che ha più punti vince.

- Se i combattenti alla fine dell'incontro hanno gli stessi punti, vince il combattente che avrà realizzato più ippon
- Se il combattimento finisce in parità sia in punti che in ippon i combattenti disputeranno un altro minuto di gara prima di lasciare il Tatami

Scaduto il minuto senza punteggio gli arbitri giudicheranno il vincitore

### **I punteggi**

I punteggi assegnati durante la competizione verranno registrati da una segreteria per ogni area di gara

- I punteggi verranno registrati solo se assegnati dalla maggioranza degli arbitri
- I punteggi che gli arbitri potranno assegnare nel corso del combattimento sono **ippon** e **waza-ri**

---

### Assegnazione di punteggi Art. 16

#### **1° Fase Atemi: Ippon un punto**

- Gli arbitri assegneranno ippon per ogni colpo, non parato, portato a bersaglio valido con tecnica, efficacia e controllo. Al fine della valutazione dell'ippon, non è necessario che la tecnica di atemi sia portata in seguito ad una parata. E' valida pertanto la tecnica portata in anticipo sull'avversario, o di iniziativa
- I colpi portati al busto in genere (torace, petto, addome, dorsali) dovranno essere controllati e colpire il bersaglio senza violenza. I colpi al viso dovranno essere unicamente circolari portati senza colpire, si potrà solo sfiorare il viso o anche fermare il colpo poco prima di arrivare al bersaglio

#### **Waza-ri: mezzo punto**

Gli arbitri assegneranno **wazari** per ogni colpo parzialmente parato portato a bersaglio valido con tecnica, efficacia, controllo. I colpi parati e comunque portati senza validità tecnica efficacia e controllo, non porteranno ad alcuna valutazione utile



Nel caso in cui i due combattenti eseguano contemporaneamente tecniche valide, e non si è in grado di stabilire quale delle due tecniche abbia prevalso, non si aggiudica alcun punteggio e gli arbitri dovranno indicare la propria decisione usando il gesto di non valido.

### **2° Fase □ Nage waza: ippon un punto**

L'arbitro deve annunciare ippon quando a suo avviso una tecnica corrisponde ai seguenti criteri: quando un combattente proietta, con controllo, l'avversario ampiamente sul dorso con forza e velocità. Quando entrambi i combattenti cadono in seguito ad attacchi che sembrano essere eseguiti simultaneamente e gli arbitri non sono in grado di decidere quale delle due tecniche abbia prevalso, non si deve dare alcun punteggio

### **Wazari: mezzo punto**

L'arbitro deve annunciare wazari quando a suo avviso, una tecnica applicata corrisponde ai seguenti criteri: -quando un combattente con controllo proietta l'avversario, una la tecnica manca parzialmente di uno dei requisiti necessari per l'ippon. Anche se i criteri richiesti per l'ippon possono essere evidenti durante una proiezione come il tomoe-nage, ecc. il punteggio massimo concesso deve essere wazari, se vi è un'interruzione durante la proiezione.

### **3° Fase Ne waza: □ Ippon due punti**

L'arbitro deve annunciare ippon da due punti al combattente che con un **osaekomi** abbia bloccato l'avversario per il tempo di 25 secondi. L'arbitro deve annunciare ippon da un punto al combattente che con un

**osaekomi**

abbia bloccato l'avversario per il tempo da 20 a 24 secondi. Quando un combattente si arrende battendo almeno due volte con la mano o col piede oppure dicendo resa, generalmente a seguito di una tecnica di

**shime waza**

oppure di

**Kansetsu waza**

. L'arbitro darà ippon da due punti

Wazari: mezzo punto

L'arbitro deve annunciare **wazari** al combattente che con un **osaekomi** abbia bloccato l'avversario per il tempo da 15 a 19 secondi per il tempo da 0 a 14 secondi nessuna valutazione.

---

### Azioni proibite e penalità Art. 17

Le azioni proibite sono suddivise in leggere, serie e gravi e molto gravi. Le penalità che l'arbitro centrale in accordo con gli arbitri sono: le sanzioni sono cumulabili. Ogni sanzione deve essere inflitta per il suo proprio valore. L'assegnazione di una eventuale seconda sanzione annulla automaticamente la precedente. Tuttavia l'arbitro quando assegna una sanzione, deve se necessario dimostrare la ragione con un semplice gesto

**Shido:** e inflitto a qualsiasi combattente che abbia commesso un'infrazione leggera:

- 1) andare di proposito fuori dall'area di gara
- 2) passare direttamente dalla prima alla seconda fase senza avere eseguito scambi di tecniche a distanza.
- 3) colpire di proposito l'avversario, con atemi quando c'è una presa in atto
- 4) Evitare intenzionalmente la presa per impedire all'avversario l'azione del combattimento
- 5) Adottare nella posizione in piedi una attitudine che sia eccessivamente difensiva mostrando quindi una non combattività (passività)
- 6) Introdurre un dito o le dita all'interno della manica dell'avversario o nel lato basso dei pantaloni
- 7) Adottare una presa che impedisca in qualsiasi modo l'esecuzione di tecniche da parte dell'avversario es. (fare la presa attorcigliando la manica, spingere verso il basso entrambe le braccia dell'avversario)
- 8) tenere intrecciate le dita dell'avversario di una o entrambe le mani
- 9) Disfare intenzionalmente il Gi, disfare o allacciare la cintura o allacciare i pantaloni senza il permesso dell'arbitro

10) Avvolgere l'estremità della cintura o della giacca attorno a qualsiasi parte del corpo dell'avversario

11) Afferrare il Gi con i denti

12) Mettere una mano, un braccio, un piede o una gamba direttamente sul volto dell'avversario. Uno stato di non combattività può ritenersi generalmente in atto quando, per un periodo di 20-30 secondi non vi siano movimenti di attacco da parte di uno o di entrambi i combattenti. In genere nel caso in cui un'azione proibita leggera venga commessa per la prima volta da uno o entrambi i combattenti, si procederà ad avvertire l'atleta.

**Chui:** è inflitta a qualsiasi combattente che abbia commesso un'infrazione seria (o che abbia ripetuto un'infrazione leggera dopo essere già stato penalizzato con uno **shido**).

1) Eseguire attacchi (calci, pugni e spinte) e colpire il corpo dell'avversario con violenza

2) Colpire direttamente il viso dell'avversario anche lievemente

3) Di proposito spingere l'avversario al di fuori dell'area di gara

4) Colpire la mano o il braccio dell'avversario con il ginocchio o il piede per obbligarlo a lasciare la presa

5) Piegare indietro il dito o le dita dell'avversario per obbligarlo a lasciare la presa

- 6) Applicare shime-waza usando la parte finale della casacca o della cintura
- 7) Trascinare l'avversario a terra allo scopo di iniziare la lotta a terra
- 8) Ignorare le istruzioni dell'arbitro centrale
- 9) Emettere delle grida e/o fare osservazioni

**Keikoku:** è inflitto a qualsiasi combattente che abbia commesso un'infrazione grave (oppure che abbia ripetuto un'infrazione leggera o seria dopo essere stato penalizzato con un **Chui**

- 1) Sollevare l'avversario che è disteso a terra per proiettarlo di nuovo sul tatami
- 2) Falciare dall'interno la gamba d'appoggio dell'avversario quando quest'ultimo sta applicando una tecnica come harai goshi ecc

**Hansoku Make:** è inflitto a qualsiasi combattente che abbia commesso un'infrazione molto grave (oppure che ripete un'infrazione di qualsiasi tipo dopo essere stato penalizzato con un **Keikoku**)

- 1) Tuffarsi verso il tatami per primo con la testa in avanti e verso il basso applicando o tentando di applicare una tecnica come uchi mata, harai goshi etc.
  
- 2) Lasciarsi cadere intenzionalmente all'indietro mentre l'avversario si aggrappa sul dorso
  
- 3) Indossare un oggetto duro o metallico (ricoperto o non). La penalità subita verrà convertito in punteggio a favore dell'avversario come segue:
  - Azione proibita leggera **shido** 1 punto all'avversario
  - Azione proibita sena **Chui** 2 punti all'avversario
  - Azione proibita grave **Keikoku** 3 punti all'avversario
  - Azione proibita molto grave **Hansoku Make** (squalifica) Vittoria dell'avversario

Qualora un arbitro decida di penalizzare uno o entrambi i combattenti, fatta eccezione per il caso di immobilizzazioni in lotta a terra, dovrà interrompere il combattimento far ritornare i combattenti alle loro posizioni iniziali ed annunciare la penalità indicando il combattente (i).

Qualora la penalità da annunciare dovesse essere **Hansoku make**, l'arbitro centrale dopo aver fatto ritornare i combattenti nelle loro posizioni iniziali, farà un passo avanti, si girerà verso colui che deve essere sanzionato, lo indicherà ed annuncerà

**Hansoku make**

. Quindi dopo aver fatto un passo indietro annuncerà

**Soremade**

ed indicherà il vincitore

Prima di assegnare una sanzione grave l'arbitro centrale consulterà gli arbitri laterali per prendere la decisione a maggioranza

**Hansoku Make:**

Applicare qualsiasi azione che possa provocare danno alla testa, al collo o alla colonna

vertebrale dell'avversario.

Tentare di proiettare l'avversario avvolgendo una gamba attorno alla sua

Fare gesti poco sportivi, al concorrente agli arbitri o alla giuria.

---

### **Ritiro e abbandono Art. 18**

La decisione di vittoria per ritiro verrà assegnata all'atleta il cui concorrente non si presenta sul tatami per gareggiare.

La decisione di vittoria per abbandono verrà assegnata all'atleta il cui concorrente si ritira durante la gara.

---

### **Infortunio Art. 19**

La decisione di vittoria o sconfitta, qualora un combattente non sia in grado di continuare a causa di un infortunio, malore o incidente ..avvenuto nel corso del combattimento, verrà presa dall'arbitro in conformità ai seguenti casi

---

- 1) Se la responsabilità dell'infortunio è del combattente infortunato, quest'ultimo perderà il combattimento
  
- 2) Se la responsabilità dell'infortunio è del combattente non infortunato, quest'ultimo perderà il combattimento
  
- 3) Quando è impossibile stabilire la causa dell'infortunio, e quindi poterla attribuire ad uno dei combattenti, si dovrà assegnare la vittoria al combattente non infortunato indipendentemente dal punteggio conseguito fino al momento dell'infortunio.
  
- 4) Il medico di gara deciderà se un combattente leso potrà continuare o meno il combattimento.
  
- 5) Quando un combattente viene colto da malore durante il combattimento e non è in grado di continuare perderà l'incontro. L'arbitro può autorizzare il medico a curare un combattente sul tatami se l'infortunio è stato causato dall'avversario. Questo intervento non dovrà essere registrato come un esame medico. Se un lieve incidente (epistassi, rottura di un'unghia, dolore di breve durata, scioglimento di una fasciatura ecc.) richiede un intervento, questa deve essere effettuato il più rapidamente possibile. Durante un combattimento ogni combattente ha il diritto di richiedere due interventi medici: l'arbitro dovrà assicurarsi che il numero di interruzioni del combattimento per esami medici sia registrato per ogni combattente. Generalmente è ammesso sull'area di competizione un solo medico per combattente, salvo casi eccezionali in cui si richieda l'ausilio di un assistente.

---

### **Riserve nelle gare a squadre Art.20**



Le riserve possono sostituire gli atleti infortunati o colti da malore

Le riserve devono essere della stessa categoria di peso dell'atleta da sostituire. Tuttavia le riserve di una classe di peso inferiore possono sostituire le riserve della classe di peso successivo superiore, ma non il contrario.

Le riserve non possono sostituire gli atleti squalificati

Le riserve dovranno essere regolarmente iscritte in gara e pesate insieme agli atleti titolari

### **Situazioni non contemplate**

Qualora dovesse verificarsi una situazione non contemplata dal presente regolamento, sarà esaminata e sarà presa una decisione dall'arbitro centrale in accordo con gli arbitri laterali