



KICK JITSU

COSA E' LA KICK JITSU

Kick-Jitsu, ovvero lo sbocco agonistico dell'antica arte marziale del Ju Jitsu, è una moderna e completa forma di combattimento sportivo amatoriale la quale, grazie alla completezza delle sue tecniche può considerarsi punto di incontro tra le varie altre arti marziali e sport da combattimento.

L'atleta di Kick-Jitsu dovrà allenarsi sia in tecniche di percossa leggera (Light Contact, Karate, Kung Fu, ecc) sia in tecniche di proiezione e controllo (Judo, Lotta, Lotta Greco-Romana, ecc) anch'esse portate in modo leggero e controllato.

Si tratta quindi di un combattimento ben definito e regolato nel quale l'atleta potrà misurarsi su un vasto campo di tecniche e strategie sempre nel rispetto dell'avversario e nella completa incolumità personale.

Attraverso lo studio della Kick Jitsu che **prevede programmi tecnici per il passaggio di grado**, l'atleta agonista potrà accedere alla forma più completa di combattimento con possibilità di affondare le tecniche: la Shoot-Boxe.

STATO DELL'ATLETA

L'atleta di Kick Jitsu gareggia in pubblico per **puro spirito agonistico** e non a scopo di lucro. Con il tesseramento W.J.J.I.M. gli atleti accettano in toto lo **statuto** ed i **regolamenti** della stessa. Essi si impegnano (su richiesta della federazione) a mettersi a disposizione per l'effettuazione di gare di interesse federale a carattere regionale, interregionale, Nazionale ed Internazionale.

Tutti gli atleti di Kick-Jitsu sono **dilettanti**

Regolamento Arbitrale

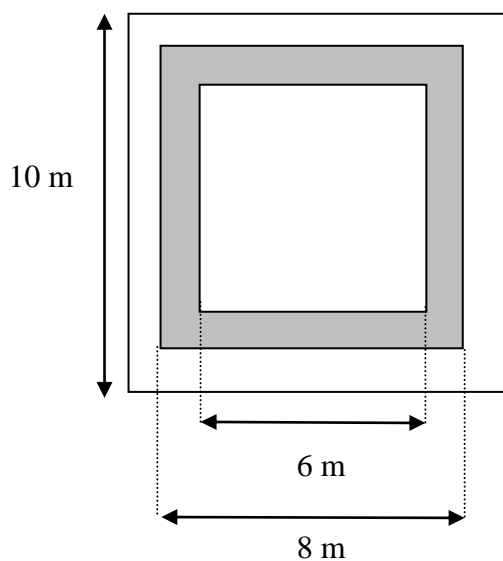
Art.0 (partecipazione alle competizioni)

Per partecipare alle competizioni è fatto obbligo per l'atleta d'essere tesserato ed assicurato, ed essere in possesso del certificato medico per l'idoneità all'attività sportiva, dalla categoria Cadetti è obbligatorio il certificato rilasciato da un medico per attività agonistica (prova sotto sforzo). L'atleta dovrà pertanto portare con sé ad ogni manifestazione la documentazione.

Il Presidente di gara è tenuto a fare controlli a campione prima dell'inizio della competizione. Chi non sarà in possesso dei requisiti richiesti (perché scaduti o dimenticati) non potrà partecipare alla competizione.

Art.1 (Quadrato di gara)

Il quadrato (tatami) dove si svolge il combattimento dovrà essere composto da una o più materassine aventi il lato minimo di metri 8 (otto) per parte, dove il combattimento si svolgerà all'interno di esso su di una superficie di metri 6 (sei) per lato, è possibile aggiungere metri 2 (due) per lato per migliorare l'area di sicurezza.



Art.2 (Abbigliamento Atleta)

L'atleta di Kick Jitsu dovrà indossare una divisa sufficientemente robusta da sopportare il carico delle proiezioni, la manica dovrà coprire l'avambraccio (8 cm dal polso), ed i pantaloni dovranno essere lunghi. L'atleta non dovrà indossare alcun oggetto che possa causare ferite a se stesso o all'avversario (Orologi, orecchini, anelli, occhiali, mollette per capelli, ecc), in caso che l'oggetto non possa essere rimosso si dovrà proteggere con cerotto, si presenterà con la divisa pulita ed in ordine (non sono ammessi risvolti ne alle maniche ne ai pantaloni), unghie tagliate ed una corretta igiene personale. Sono ammesse ginocchiere, cavigliere e gomitiere in tessuto elastico (non rigide). Per gli atleti maschi non possono indossare magliette.

Art.3 (Protezioni)

Gli atleti hanno obbligo di presentarsi sul tatami, indossando sotto i pantaloni una conchiglia (facoltativa per le donne) di materiale resistente, le donne indosseranno un paraseno sotto la divisa. Sono inoltre obbligatori: un caschetto con protezione alla nuca (Caschetto con griglia obbligatoria fino alla categoria esordienti compresa o per atleti menomati, previa autorizzazione del commissario di riunione prima dell'inizio della competizione), paradenti obbligatorio dalla categoria Cadetti compresa, paratibie senza anima dura, calzari con protezione del tallone e che coprano la lunghezza del piede per intero (dita coperte). Sono facoltativi paragoniti e ginocchiere. I guanti potranno essere chiusi (10 once) o a mano aperta specifici per Kick Jitsu, proteggeranno la mano per intero lasciando scoperte solo le dita dalla parte del palmo ed il pollice potrà essere libero (Oriente sport, Balistic). Tutte le protezioni non dovranno essere deteriorate (sgualcite con crepe ecc). Sono consentiti leggeri bendaggi a mani e polsi se coperti dai guantoni una volta indossati e senza l'ausilio di nastri o induritori (amido, cementite, ecc). L'atleta si dovrà presentare sul quadrato di gara senza guanti indossati per consentire agli arbitri il controllo delle bende.

Art.4 (Chiamata dell'atleta)

Al momento della prima chiamata l'atleta dovrà presentarsi immediatamente sul quadrato, alla terza chiamata verrà squalificato automaticamente. L'atleta dovrà presentarsi in regola con gli articoli 2 e 3, in caso contrario avrà un minuto di tempo per sistemarsi, trascorso questo, se non sarà in regola verrà penalizzato di un punto e dopo la terza chiamata verrà squalificato.

Art.5 (Durata incontro)

Tutti gli incontri a torneo saranno ad eliminazione diretta, avranno una durata per la categoria bambini ed esordienti di 2 round da 1min. 30sec con un minuto di recupero. Per le categorie dei cadetti ed adulti, le qualificazioni avranno una durata di 2 round da 2 min, la finale si disputerà sulla lunghezza di 3 round di 2 min con 1 min di recupero. Il tempo di gara se diverso da regolamento, viene fissato antecedente alla competizione in accordo con il commissario di riunione a seconda della necessità del momento (numero atleti, tempo a disposizione, ecc). In caso di esubero di atleti, l'organizzazione potrà stabilire la durata degli incontri di qualificazione nel tempo di 1 round da 3 min e per la finale 2 round da 2 min.

Art.6 (Svolgimento combattimento)

Per le categorie dei bambini e degli Esordienti la gara si divide in due fasi, nel primo round si svolgerà un combattimento solo alla distanza (tipo semi-contact), nel secondo round si affronteranno solo con proiezioni ed immobilizzazioni. Nelle categorie Cadetti e Adulti la competizione sarà completa con tecniche di pugni e calci controllate, e con proiezioni, leve, strangolamenti immobilizzazioni. Durante la fase di gara in caso di presa prolungata (oltre 10-15 sec) l'arbitro dovrà staccare i due atleti (Break) invitandoli a riprendere il combattimento (non c'è sospensione del tempo).

Art.7 (Tecniche obbligatorie)

Per la categoria dei Cadetti e Adulti è obbligatorio per gli atleti:

- n° 3 tentativi di proiezione
- n° 5 tecniche di calcio (staccate tra loro)

per ogni round. Se non verranno osservate queste regole, l'arbitro ha l'obbligo di avvisare l'atleta delle tecniche non portate tra un round e l'altro. L'atleta dovrà recuperare le tecniche mancanti nel secondo round. Al termine dell'incontro se l'atleta non avrà effettuato la totalità delle tecniche obbligatorie perderà automaticamente l'incontro.

Art.8 (Uscite)

Le uscite volontarie dal quadrato di gara saranno così penalizzate:

- 1° Uscita = Richiamo ufficiale
- 2° Uscita = Perdita di un punto
- 3° Uscita = Perdita di un punto
- 4° Uscita = Perdita round

Le uscite si sommano per tutti i round.

Viene considerata uscita un solo piede fuori dal perimetro di gara (i 6 metri).

Ogni tecnica iniziata all'interno dell'area di combattimento e continuata fuori è considerata valida, viene interrotta senza assegnazione di punti solo se ritenuta pericolosa (es. Proiezione esterna al tatami)

Art.9 (Compilazione del cartellino)

L'arbitro ha l'obbligo di seguire attentamente tutte le fasi del combattimento, segnando tutte le tecniche portate a segno. Alla fine del round basandosi sul numero delle tecniche segnate, segnerà un punteggio da 8 a 10 (non sono ammessi decimali), ed eventualmente detrarre punti di penalità.

Art.10 (Gestione incontro)

Punto 1 Ogni quadrato dovrà avere a disposizione come minimo un arbitro centrale e due laterali. Per le categorie dei Bambini e degli Esordienti gli arbitri possono essere 2 e dovranno lavorare a “specchio”, Per la categoria dei Cadetti e degli Adulti è obbligatorio per gli arbitri l’uso dei cartellini, che saranno messi a disposizione insieme ai tabelloni di gara dagli organizzatori della competizione con la collaborazione della Segreteria Nazionale.

Punto 2 La gestualità dell’arbitro centrale e dei laterali dovranno scrupolosamente attenersi a precisi gesti e comportamenti codificati, [aggiungerei immagini dei gesti] al fine di agevolare il corretto svolgimento dell’incontro. L’apprendimento dei gesti verranno insegnati durante specifici incontri, corsi e stage.

Punto 3 Le decisioni degli arbitri sono definitive e senza possibilità di appello, sarà possibile inviare alla Segreteria Nazionale eventuali reclami o consigli (entro 7 giorni dall’evento), al fine di migliorare il sistema di arbitraggio ed eliminare eventuali errori. I reclami dovranno essere correlati di video con spiegazioni scritte e l’invio di €50,00, che saranno restituiti nel caso di accettazione del reclamo.

Punto 4 L’incontro di kick jitsu è diretto a maggioranza semplice, nel caso che due arbitri su tre siano d’accordo sull’assegnazione della vittoria, questa va assegnata. **Nel caso il punteggio risulti pari, l’incontro verrà protratto per un ulteriore minuto, se il risultato restasse ancora in parità, si assegnerà la vittoria per preferenza, basandosi sulle regole proprie della kick jitsu (completezza di combattimento).**

Punto 5 Ogni atleta sul quadrato sarà assistito all’angolo da un solo accompagnatore, che dovrà indossare un abbigliamento adeguato per la manifestazione e con scarpe ginniche. Il “Coach” avrà la responsabilità del comportamento sportivo dell’atleta, non dovrà tenere comportamenti antisportivi e sarà il portavoce dell’atleta, il quale sul quadrato non potrà parlare. Il mancato rispetto comporterà l’allontanamento del coach, la detrazione di punti o la squalifica dell’atleta.

Art.11 (Valutazione delle tecniche)

Tecniche di calci e pugni

TECNICA	POSIZIONE	PUNTEGGIO
Calcio*	Coscia	1
Calcio	Corpo	1
Calcio	Tronco	1
Calcio	Viso	2
Calcio saltato	Tronco	2
Calcio saltato	Viso	3
Calcio in presa	VIETATO	
Pugno	Viso	1
Pugno	Tronco	1
Pugno saltato	Viso	1
Pugno saltato	Tronco	1
Pugno in presa**	NESSUNO	

Tecniche di proiezione e controllo

TECNICA	DESCRIZIONE	PUNTEGGIO
Proiezione semplice o sbilanciamento	L'avversario tocca terra con una mano o ginocchio (provocato da tori)	1
Proiezione normale	L'avversario cade senza staccare entrambe i piedi da terra	2
Proiezione completa	L'avversario cade staccando entrambe i piedi da terra	3
Immobilizzazione	L'avversario è immobilizzato a terra per 10 sec (qualsiasi posizione e presa)	3
Leve articolari***	L'avversario si arrende	VINCITA ROUND
Strangolamento***	L'avversario si arrende	VINCITA ROUND

N.B.

* E' ammesso solo il calcio circolare portato con il collo del piede (tibia vietato), la tecnica dà diritto al punteggio quando risulta "pulita", cioè non è stata parata o schivata. Es. L'avversario alza e indietreggia con la gamba che riceve il colpo

** Il pugno in presa è da considerarsi di disturbo e pertanto non dà diritto a nessun punteggio

*** In caso di resa dell'avversario che subisce leve articolari o strangolamenti, l'atleta che porta la tecnica vince il round ma non l'incontro.

In caso di leve o strangolamenti dove chi subisce non si arrende (Batte con la mano o piede), l'arbitro può decidere di fermare l'incontro e assegnare la vittoria per pericolosità del combattimento.

Art.12 (Tecniche proibite)

- Colpire con la testa, le ginocchia, i gomiti.
- Colpire le gambe dell'avversario ad esclusione della spazzata colpendo la zona del malleolo e la coscia con il calcio circolare portato con il collo del piede.
- Colpire le articolazioni, la nuca, la gola e sotto la cintura.
- Portare tecniche senza controllo o richiamo anche su bersaglio consentito.
- Girare la schiena senza portare nessuna tecnica o rifiutare il combattimento.
- Protestare, parlare, fingere lesioni, fingere di aggiustare le protezioni per perdere tempo, schernire l'avversario.
- Colpire con tecniche di calcio quando si è in presa.
- Combattere non osservando l'articolo sette.
- Colpire con Uraken girato
- Inarcare l'avversario
- Usare la conchiglia o il paraseno per premere e procurare dolore.
- Usare pressioni su punti dolorosi, fatta eccezione per tutti gli strangolamenti compresi quelli fatti con le gambe anche al tronco, controllo col ginocchio sul petto (Uki Gatame) e l'uso dei gomiti (no percossa, solo pressione) sulle cosce per uscire da in mezzo alle gambe.
- Levarsi volontariamente protezioni, kimono o parti di ass

Art.13 (Richiami)

Per ogni azione proibita possono essere date le seguenti penalità a seconda della gravità commessa:

- Richiamo verbale (non si ferma il tempo)
- Richiamo ufficiale (si segna sul cartellino RU)
- Detrazione da uno a tre punti
- Squalifica (prima di questa decisione l'arbitro centrale dovrà consultarsi con gli altri arbitri laterali)

Art.14 (Organizzazione incontri)

Per potere organizzare una competizione è necessario avere il nullaosta della Segreteria Nazionale, che lo rilascerà dopo avere esaminato i requisiti del richiedente. La domanda deve essere inviata con minimo due mesi di anticipo dalla data della stessa. Nella domanda dovrà essere specificato: il periodo (la competizione non dovrà sovrapporsi ad altri appuntamenti in calendario), il luogo (dovrà essere adeguato alla manifestazione, con servizi igienici, docce in buone condizione, ecc). Nella domanda si assicurerà la presenza di un servizio medico con ambulanza, di premiazioni (trofei, medaglie, ecc) in linea con l'importanza dell'evento, dovrà essere presente inoltre un Commissario di Riunione e arbitri qualificati. La Segreteria Nazionale provvederà ad inoltrare la circolare relativa alla manifestazione a tutte le società interessate.

Art.15 (Conduzione di gara)

Durante il combattimento l'arbitro centrale dovrà dirigere con fermezza e decisione l'incontro, al fine di preservare l'incolumità degli atleti ed il regolare svolgimento dell'incontro. Gli arbitri laterali hanno l'obbligo di controllare l'abbigliamento e le protezioni, che siano in regola con gli Art.2 e 3. Gli atleti si posizioneranno uno di fronte all'altro, ad un cenno dell'arbitro si avvicineranno ad una distanza di circa un metro, alla parola "Saluto" o "Rey" si inchineranno e si toccheranno i guantoni. Alla fine del saluto si sposteranno ad una distanza di circa 2 metri, al segnale "Combattere", Fight" o "Ajime" inizieranno l'incontro. All'ordine dell'arbitro "Stop" o "Matte" gli atleti dovranno ritornare nelle loro posizioni iniziali (**Rosso = Primo chiamato alla destra dell'arbitro centrale, Bianco = Secondo chiamato alla sinistra dell'arbitro centrale**). Al comando "Break" gli avversari si fermeranno e faranno un passo indietro, e aspetteranno il segnale per ricominciare (Ajime, ecc), il comando "Break" verrà usato anche quando ci sarà stasi nella presa (Art.6).

L'arbitro centrale segnerà senza interrompere il combattimento (nel caso di Cadetti e Adulti), le proiezioni andate a segno alzando il braccio e pronunciando la parola "Nage", in questo caso gli arbitri di linea valuteranno in base all'Art.11 il punteggio da attribuire. Per le immobilizzazioni (valide in qualsiasi posizione, purchè ci sia un controllo effettivo), l'arbitro centrale conterà ad alta voce fino a nove, dopo di che dichiarerà "Immobilizzazione" o "Osaekomi", battendo sulla schiena dell'atleta e facendoli ripartire.

L'arbitro potrà interrompere il conteggio se ritiene che sussista una situazione di pericolo o resa dell'avversario che, batterà la mano a terra o su l'avversario, dovrà comunque segnalare l'immobilizzazione indicando col braccio il portatore della tecnica. Al termine del combattimento gli atleti ritorneranno nelle loro posizioni iniziali, e dopo essersi salutati attenderanno sul tatami l'esito della consulta dei cartellini.

L'arbitro centrale ha la facoltà di allontanare il coach se ritiene inadeguato l'atteggiamento e può squalificare, previa consultazione degli arbitri laterali, anche l'atleta sul quadrato (Art.10)

Art.16 (Regole generali di combattimento)

1. **Completezza di combattimento.** E' importante come descritto nella presentazione, che l'atleta interessato alla Kick-jitsu sia ben preparato su tutto il repertorio di tecniche ammesse. Non è possibile vincere un incontro senza tentativi di proiezione, oppure senza tecniche di percossa. Sarà compito dei laterali penalizzando coi punti l'atleta "incompleto", mentre sarà compito dell'arbitro centrale richiamare gli atleti a gareggiare nell'ottica della kick-jitsu (è prevista la squalifica di entrambi i contendenti se vi è una netta insofferenza nei richiami arbitrali)
2. **Tecniche di percossa.** Nella Kick-jitsu si dovrà colpire **con controllo** (ogni tecnica passante e senza richiamo, anche se non a segno, sarà da considerarsi senza controllo) la parte frontale e laterale del corpo, della coscia (solo calcio circolare con il collo del piede) in su con l'esclusione di gola e occhi. Si possono colpire le gambe e le caviglie solo con l'intenzione di proiettare. Sono ammesse tutte le tecniche di calcio e di pugno (no pugno a martello), non si può colpire senza "guardare" la tecnica o girare la testa in senso opposto "tecniche cieche".
3. **Tecniche di corpo a corpo.** Nel combattimento di kick-jitsu si deve afferrare e cercare di proiettare l'avversario. Come nelle tecniche di percossa, anche nelle tecniche di proiezione **ci deve essere il massimo controllo** (no si può lanciarsi sopra l'avversario, non si può lasciare l'avversario e non si deve caricare troppo la tecnica, ecc). La proiezione inizia nell'area interna (area di combattimento) ed è valida anche se termina nella parte esterna (area di sicurezza). Nel caso la tecnica di proiezione termina nell'area esterna del combattimento non si potrà immobilizzare.
4. **Tecniche di leva e strangolamento.** Nel combattimento di kick-jitsu sono ammesse tecniche di leva e strangolamento sia a terra che in piedi. E' assolutamente vietato portare queste tecniche senza controllo o con intento di procurare lesioni o svenimento dell'avversario, pena la squalifica immediata.
5. **Tecniche di immobilizzazione.** Nella kick-jitsu si può immobilizzare l'avversario in qualsiasi modo, al comando "stop" l'atleta dovrà lasciare immediatamente l'avversario. Il bloccaggio viene interrotto se l'atleta che subisce riesce a sollevarsi (ventre a terra) sulle quattro estremità (un gomito o un ginocchio a terra è ancora attiva l'immobilizzazione). Se l'arbitro comincia il conteggio e vi è un ribaltamento di situazione, viene interrotta l'immobilizzazione e si riprende in piedi alla distanza. L'immobilizzazione iniziata nell'area interna del quadrato è valida anche se il combattente che subisce si trascina nell'area esterna.
6. **Vittoria.** La vittoria può essere assegnata per: punteggio, resa, superiorità tecnica, abbandono o squalifica. La vittoria sarà assegnata solo a combattimento effettuato, es. se vi è un solo atleta iscritto in una categoria di peso dovrà combattere nella categoria superiore. Nel caso di squalifica di entrambi gli atleti o squalifica e abbandono, per l'assegnazione della vittoria ci si rifà all'incontro precedente.

Art.17 (categorie)

Bambini non agonisti

Età anni 6 – 7	Peso Kg	-20, -24, -28, -32, -37, +37
8 – 9		-23, -27, -31, -35, -40, -45, -50, +50
10 – 11		-28, -32, -36, -40, -45, -50, -55, +55

Esordienti

Età anni 12 – 13 Peso Kg -30, -35, -40, -45, -50, -55, -60, +60

Cadetti

Età anni 14 – 15 Peso Kg -40, -45, -50, -55, -60, -65, -70, +70

Junior / Senior

Età anni 16 – 40 Peso Kg -57, -63, -69, -74, -79, -84, -89, +89

N.B.: Per anno si intende l'anno di nascita

Per bambini e esordienti combattimento:

un minuto e mezzo effettivo di semi-contact, un minuto e mezzo di judo. Per il semi-contact sono ammessi solo calci frontali, laterali e circolari, tutti gli altri sono severamente proibiti. Per la parte judoistica sono ammesse solo tecniche di squilibrio ed immobilizzazione. Sono vietate tecniche di auto caduta(sacrificio), forbici, leve e strangolamenti. Per l'assegnazione dei punti e quant'altro vale quanto detto nel presente regolamento tecnico.

Per cadetti, Junior / senior

Combattimento completo di kick jitsu come da regolamento tecnico.

E' possibile gareggiare contemporaneamente massimo in due categorie, la propria di appartenenza e quella superiore.

Chi partecipa a tornei o qualificazioni in una determinata categoria di peso, dovrà mantenere necessariamente la stessa per le fasi finali, previa la non ammissione o la squalifica, quindi non sarà possibile partecipare alla categoria superiore o inferiore. Sono escluse le categorie dei bambini, esordienti e cadetti che per ovvi motivi di crescita potranno partecipare alle fasi finali (previa comunicazione e relativa autorizzazione da parte del commissario di riunione).

Art.18 (Certificazioni sanitarie)

E' fatto d'obbligo il certificato agonistico rilasciato da un centro di medicina sportiva, per il quale ne è diretto responsabile il Direttore Tecnico della Società di appartenenza dell'atleta.

Art.19 (Assicurazioni)

Ogni atleta deve essere coperto da assicurazione personale e RCT.

Art.20 (Sospensione incontro)

Il medico è l'unica persona che può decidere se un atleta che ha subito una lesione o viene colto da malore può continuare la gara.

In caso di abbandono dell'atleta per infortunio si dovrà decidere se la responsabilità è dell'avversario (in tal caso viene eliminato) o se è stato un incidente.

Art.21 (Incontri con titoli in Palio)

E' ammesso a chi detiene il Titolo Italiano di metterlo in palio durante l'arco dell'anno in incontri diretti sulla distanza delle tre riprese. Questi incontri dovranno avere il nullaosta dalla Segreteria Nazionale.

Art.22 (Punteggi per le gare con assegnazione di titoli alle società)

- 10 punti al 1° classificato
- 7 punti al 2° classificato
- 5 punti al 3° classificato