



## LEGENDA

MR .....	Arbitro Centrale
SR .....	Arbitro Laterale
TR .....	Arbitro di Tavolo
CR.....	Arbitro di Sedia
PDG .....	Presidente Di Giuria
FS.....	Fighting System



# INDICE

<b>LEGENDA ABBREVIAZIONI</b>	1
<b>I. PARTE GENERALE</b>	<b>3</b>
Sezione 1 Campo di Applicazione	3
Sezione 2 Abbigliamento di gara e protezioni personali	3
Sezione 3 Area di gara	4
Sezione 4 Materiale	5
Sezione 5 Coach - Atleti	5
<b>II. REGOLAMENTO</b>	<b>6</b>
Sezione 6 Parte Generale	6
Sezione 7 Materiali	7
Sezione 8 Categorie di peso	7
Sezione 9 Arbitri	7
Sezione 10 Tavolo di Giuria	8
Sezione 11 Svolgimento dell'incontro	8
Sezione 12 Applicazioni di Hajime – Matte – Sonomama - Yoshi”	9
Sezione 13 Punteggi	10
Sezione 14 Sanzioni	12
Sezione 15 Esito dell'incontro	14
Sezione 16 Ritiro e abbandono	15
Sezione 17 Infortunio, malore o indisposizione	15
Sezione 18 Gare a squadre	16
Sezione 19 Riserve nelle Gare a squadre	16
<b>III. DISPOSIZIONI FINALI</b>	<b>17</b>
Sezione 20 Situazioni non contemplate dal Regolamento	17
Sezione 21 Entrata in vigore	17
<b>IV. REGOLAMENTO AGGIUNTIVO FIGHTING SYSTEM PER U15 2017</b>	<b>18</b>
<b>V. GESTUALITA' ARBITRALE</b>	<b>19</b>

# **I. PARTE GENERALE**

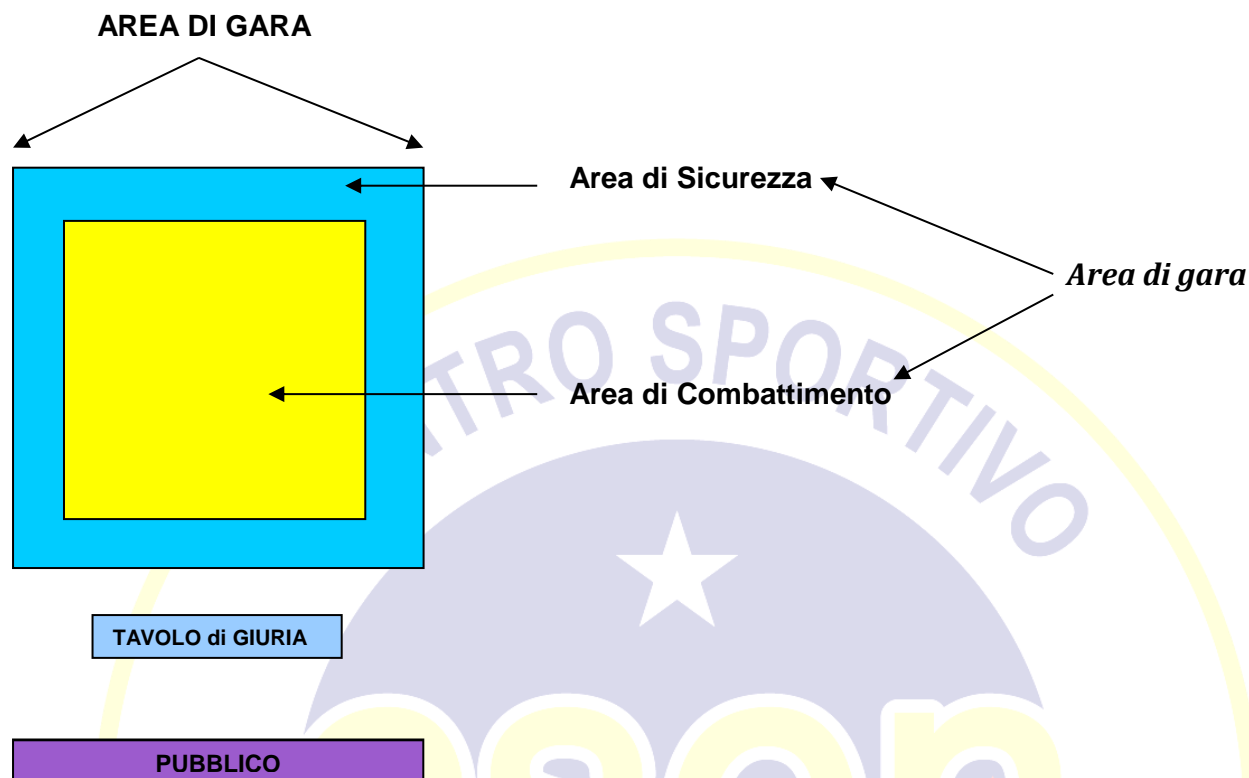
## **Sezione 1 CAMPO DI APPLICAZIONE**

- A** - Il presente Regolamento è rivolto alle Associazioni e Tesserati al C.S.E.N. Centro Sportivo Educativo Nazionale.
- B** - I termini Atleti/ egli / esso / lui / loro contenuti in questo regolamento devono intendersi sia al maschile che al femminile singolare e/o plurale.
- C** - Il presente Regolamento viene utilizzato in tutte le competizioni organizzate da C.S.E.N. a livello Nazionale, Regionale, Provinciale salvo deroghe approvate dalla Commissione Tecnica Nazionale.

## **Sezione 2 ABBIGLIAMENTO DI GARA E PROTEZIONI PERSONALI**

Qualora un Atleta non rispetti queste norme, non è autorizzato ad iniziare la gara. Egli ha la possibilità di sostituire le parti non idonee e ripresentarsi nuovamente entro 2 minuti, ma sarà sanzionato all'inizio dell'incontro con uno SHIDO per aver ritardato l'inizio dello stesso

- A** - Gli Atleti dovranno indossare un Ju-Jitsu Gi bianco di buona qualità che deve essere pulito e in buono stato.  
Dovranno indossare una cintura rossa o blu.
- B** - La giacca deve essere abbastanza lunga da coprire i fianchi e legata con la cintura attorno alla vita.
- C** - Le maniche dovranno essere abbastanza larghe da consentire la presa e abbastanza lunghe da coprire metà avambraccio ma non il polso e non possono essere arrotolate.
- D** - I pantaloni dovranno essere abbastanza larghi e abbastanza lunghi da coprire la tibia. Gli orli dei pantaloni non possono essere arrotolati.
- E** - La cintura dovrà essere legata con un nodo piatto, abbastanza stretta in modo tale da mantenere la giacca ben chiusa e abbastanza lunga da effettuare due giri attorno alla vita, lasciando circa 15 cm di cintura da ciascuna parte del nodo.
- F** - Alle Atlete è richiesto di indossare un indumento bianco (maglietta, body o rush-guard) sotto la loro giacca.  
Gli uomini non possono indossare niente sotto la giacca.
- G** - Gli Atleti devono avere unghie corte sia delle mani che dei piedi.
- H** - Gli Atleti non possono indossare niente che possa ferire o costituisca pericolo per l'avversario.
- I** - Gli occhiali non possono essere indossati.  
Le lenti a contatto possono essere indossate a proprio rischio.
- J** - I capelli lunghi devono essere legati con un elastico morbido per capelli.



- A** - La distanza tra l'Area di Gara e il Tavolo di Giuria deve essere almeno 2 m.
- B** - La distanza tra il Pubblico e l'Area di Gara deve essere almeno 3 m.
- C** - Ciascuna Area di Gara dovrà avere dimensioni 12 m x 12 m e dovrà essere coperta da tatami di colori differenti tra l'Area di Combattimento e di Sicurezza.
- D** - L'Area di Gara sarà divisa in due zone, l'Area di Combattimento e di Sicurezza.
- E** - L'Area di Combattimento deve essere sempre 8 m x 8 m.
- F** - L'Area fuori dall'Area di Combattimento sarà chiamata Area di Sicurezza e deve essere larga almeno 2 m.
- G** - Qualora due o più Aree di Gara siano adiacenti, non è concessa un'Area di Sicurezza comune.
- H** - In casi eccezionali è consentita un' Area di Combattimento minima di 6 m x 6 m. La dimensione minima dell'Area di Gara è ammessa unicamente se la dimensione del palazzetto è troppo piccola.
- I** - In casi eccezionali, potrà essere consentito condividere parte dell'Area di Sicurezza, ma tra le due Aree di Combattimento dovranno esservi almeno 3 m di distanza. Condividere parte dell'Area di Sicurezza è ammessa unicamente se la dimensione del palazzetto è troppo piccola.

## **Sezione 4 MATERIALE**

Gli organizzatori dovranno provvedere alla sistemazione delle Aree di Gara, compresi tavoli e sedie per gli Ufficiali di Gara, allestimento Sala Peso, materiale per la gestione informatica.

## **Sezione 5 COACH - ATLETI**

- A** - Solo un Coach, che dovrà rimanere al limite dell'Area di Gara durante l'incontro, può assistere gli Atleti in gara.  
E' ammessa una sedia per i Coach accanto al tatami.
- B** - Qualora il Coach dimostri un comportamento scorretto verso gli Atleti, gli Arbitri, I PDG, il Pubblico o chiunque altro, l'Arbitro Centrale può decidere di allontanarlo dall'Area a lui riservata per la durata dell'incontro.
- C** - Qualora il cattivo comportamento continui, gli Arbitri dell'incontro possono decidere di allontanarlo dall'Area per l'intera competizione.
- D** - Qualora un Atleta dimostri un comportamento antisportivo durante la competizione, gli Arbitri del Tatami ( MR + SR ) potranno unanimamente decidere che l'Atleta sia espulso per il resto della competizione.  
Essi informeranno il Responsabile Arbitri della loro decisione e quindi chiederanno al Responsabile della Gara di effettuare un annuncio ufficiale.  
L'atleta espulso perde tutti gli incontri già vinti, incluso le medaglie.

## II. REGOLAMENTO

### Sezione 6 PARTE GENERALE

**A** - Nel Fighting-System due Atleti combattono sportivamente l'uno contro l'altro con adeguate tecniche di Ju-Jitsu.

**B** - Il Fighting-System è composto da 3 fasi:

1<sup>a</sup> FASE : Pugni, colpi e calci

2<sup>a</sup> FASE : Proiezioni, atterramenti, leve articolari e strangolamenti.

3<sup>a</sup> FASE : Tecniche al suolo, leve articolari, strangolamenti e immobilizzazioni.

Gli Atleti devono essere tecnicamente attivi prima di proseguire nella parte successiva. Un'azione è tecnicamente valida quando l'Atleta mostra la tecnica con buon bilanciamento e con **combinazioni** controllate.

**Per combinazione controllate si intende:**

1. In 1<sup>a</sup> Fase eseguire combinazioni di calci e pugni
2. In 2<sup>a</sup> Fase essere realmente attivi nel tentativo di proiettare/atterrare l'avversario
3. In 3<sup>a</sup> Fase :
  - a. cercare realmente di effettuare una buona immobilizzazione o cercare di uscirne.
  - b. finché persiste un reale tentativo di combattere e fino a quando c'è un reale progredire delle tecniche iniziate l'azione deve continuare a meno che la maggior parte del combattimento non si tenga a terra

**C** - Gli attacchi in 1<sup>a</sup> Fase sono limitati alle seguenti aree:

1. Testa
2. Viso
3. Collo
4. Addome
5. Torace
6. Dorso
7. Parte Laterale

**D** - Tutti gli strangolamenti sono consentiti ad eccezione di quelli effettuati con le mani o le dita

**E** - La durata di ciascun incontro è di 3 minuti.

L'Arbitro Centrale insieme agli Arbitri Lateralmente decideranno, dopo aver consultato l'Arbitro al Tavolo, se l'ultima azione sia avvenuta prima o dopo la fine dei 3 minuti

**F** - Tra 2 incontri è concesso un tempo di recupero non superiore a 5 minuti

## **Sezione 7 MATERIALI**

Se il Gi e le protezioni di un Atleta non seguono le presenti regole, non è autorizzato ad iniziare il combattimento.

In tal caso l'Atleta deve cambiare le sue protezioni / Gi in 2 minuti e conseguentemente sarà sanzionato con uno SHIDO per aver ritardato l'incontro.

- A** - Gli Atleti devono indossare guanti di protezione morbidi, corti, leggeri e protezioni morbide per i piedi e le tibie dello stesso colore della cintura (rosso o blu).
- B** - Le protezioni devono essere realizzate internamente di materiale morbido e dovranno essere spesse almeno 1 cm e non più di 2 cm.
- C** - Le protezioni devono essere della giusta misura ed in buono stato.
- D** - È consentito utilizzare il sospensorio (no conchiglia rigida) e il paradenti.  
Le Atlete posso indossare il paraseno
- E** - Le protezioni di piede e tibia, sospensorio e paraseno vanno indossate sotto il Gi.

## **Sezione 8 CATEGORIE DI PESO**

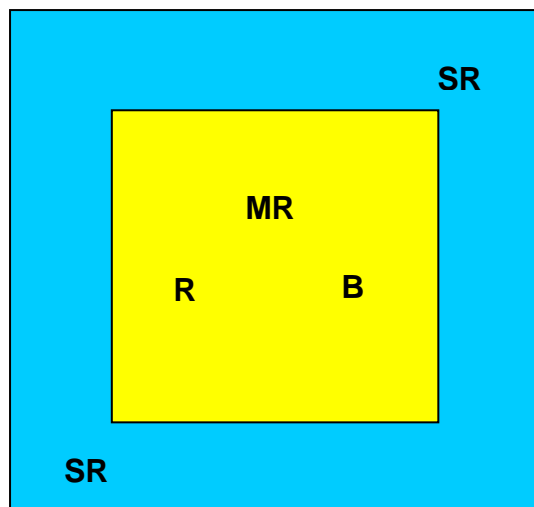
Le categorie di peso sono consultabili nel file "Classi e categorie di peso" aggiornato annualmente al sito [www.csen-jujitsu.it](http://www.csen-jujitsu.it) sezione Ufficiali di Gara.

## **Sezione 9 ARBITRI**

Gli Arbitri presenti nell'Area di Gara dovranno essere possibilmente, non appartenenti ai Team degli Atleti contendenti.

- A** - L'Arbitro Centrale (MR) rimane all'interno dell'Area di Gara e conduce l'incontro.
- B** - Due Arbitri Lateral (SR) assisteranno il MR e saranno posizionati nell'area di sicurezza. I SR devono posizionarsi in modo da poter seguire al meglio in qualsiasi momento l'andamento dell'incontro e assegnare i loro punteggi.
- C** - Un Arbitro di Tavolo (TR) detta i punti e le sanzioni ai Presidenti di Giuria ed informa il MR circa la fine del tempo di combattimento, del tempo di OSAE-KOMI e del Tempo Medico.





MR - Arbitro Centrale

SR - Arbitro Laterale

TR - Arbitro di Tavolo

R - Atleta Rosso ( 1° chiamato)

B - Atleta Blu ( 2° chiamato)

TAVOLO di GIURIA

TR

- A - Il Tavolo di Giuria è posto dall'altra parte della posizione assunta dal MR all'inizio dell'incontro.
- B - Il Tavolo di Giuria sarà composto da 3 Presidenti di Giuria, di cui 2 designati a segnare i punti ed 1 al cronometro.
- C - Uno dei Presidenti di Giuria tiene traccia della competizione su carta, il secondo controlla il tabellone elettronico.
- D - Qualora ci sia differenza tra i due registri, quello cartaceo è quello valido.

## Sezione 11 SVOLGIMENTO DELL' INCONTRO

- A - Gli Atleti iniziano rivolti uno verso l'altro al centro dell'Area di Gara ad una distanza approssimativa di 2 metri.  
L'Atleta con la **cintura rossa rimane alla destra del MR**.  
Al segnale del MR gli Atleti faranno il saluto prima agli Arbitri e quindi tra di loro.
- B - Dopo che il MR annuncia HAJIME, l'incontro inizia in 1<sup>a</sup> Fase.
- C - Non appena tra i due Atleti si stabilisce un contatto tramite una presa, inizia la 2<sup>a</sup> Fase.  
Pugni, colpi e calci non sono più concessi, a meno che non siano eseguiti simultaneamente alla presa iniziale.

- D** - Appena entrambi gli Atleti hanno entrambe le ginocchia a terra o almeno uno dei due è seduto o sdraiato sul tatami, l'incontro continua in 3<sup>a</sup> Fase.  
Se un Atleta ripetutamente si inginocchia o si siede direttamente sarà punito per passività in 2<sup>a</sup> Fase.  
Non è consentito sollevare l'avversario sdraiato per effettuare una proiezione.  
In questo caso il MR ferma l'incontro tramite MATTE.
- E** - Gli Atleti possono passare da una Fase all'altra, ma devono essere attivi in tutte le Fasi.  
Non è consentito colpire l'avversario quando egli abbia entrambe le ginocchia sul tatami.  
In questo caso il MR ferma l'incontro con il MATTE
- F** - Se un Atleta si avventa contro l'avversario senza eseguire alcuna azione tecnica o se è pericoloso per sé stesso, MUBOBI, verrà comminata una sanzione tecnica e l'incontro ricomincerà in 1<sup>a</sup> Fase.
- G** - Le proiezioni devono partire dall'Area di Combattimento.  
L'avversario può essere proiettato sull'Area di Sicurezza, facendo attenzione che la proiezione non comporti rischio di infortunio per l'avversario.
- H** - Alla fine dell'incontro, il MR annuncia il vincitore e ordina il saluto prima tra i due Atleti, quindi agli Arbitri, che rimangono in linea sull'Area di Gara di fronte al Tavolo di Giuria

## **Sezione 12      APPLICAZIONE DI HAJIME - MATTE - SONOMAMA - YOSHI**

- A** - Il MR annuncerà HAJIME per iniziare l'incontro e per riprenderlo dopo il MATTE.
- B** - Il MR annuncerà MATTE per fermare temporaneamente l'incontro nei seguenti casi:
1. Se uno o entrambi gli Atleti lasciano l'Area di Combattimento completamente in tutte e 3 le Fase  
Se uno degli Atleti lascia con entrambi i piedi l'Area di Combattimento solo per poco e rientra immediatamente, l'incontro non sarà fermato.
  2. Per comminare ad uno o ad entrambi gli Atleti una sanzione in 1<sup>a</sup> Fase.
  3. Se uno o entrambi gli Atleti sono infortunati o colti da malore.
  4. Se uno degli Atleti non può battere durante uno strangolamento o leva articolare.
  5. Quando il tempo di OSAE-KOMI è terminato.
  6. Se il contatto in 2<sup>a</sup> Fase e 3<sup>a</sup> Fase si perde e gli Atleti non continuano in 1<sup>a</sup> Fase autonomamente.
  7. In ogni caso in cui il MR lo ritenga necessario (ad esempio per sistemare il Gi o per emettere un giudizio)
  8. In ogni caso in cui un SR lo ritenga necessario e quindi batta le mani.  
Se un SR batte le mani, il MR deve fermare l'incontro.
  9. Quando il tempo del combattimento è terminato.  
Il MR unitamente ai SR deciderà, dopo aver consultato il TR, se l'ultima azione è avvenuta prima o dopo la fine del tempo dell'incontro.

**C - Il SONOMAMA** sarà usato se il MR deve temporaneamente sospendere l'incontro. In questo caso, agli Atleti, non è più consentito muoversi e SONOMAMA sarà annunciato:

1. Per dare ad uno od entrambi gli Atleti un'ammonizione in 2<sup>a</sup> Fase o 3<sup>a</sup> Fase.
2. Per dare ad uno od entrambi gli Atleti una sanzione in 2<sup>a</sup> Fase o 3<sup>a</sup> Fase.
3. Ogniqualevolta il MR lo ritenga necessario.

**D -** Dopo il SONOMAMA gli Atleti continuano esattamente nella stessa posizione in cui si trovavano quando è stato annunciato il comando.  
Per far continuare nuovamente l'incontro, il MR annuncia YOSHI.

## Sezione 13 PUNTEGGI

I punti devono essere assegnati dalla maggioranza degli Arbitri, ovvero almeno 2 Arbitri.

Se uno degli Arbitri non vede un'azione, prevale il punteggio minore dei due rimanenti.

### • FASI

#### A - I seguenti punti possono essere assegnati in 1<sup>a</sup> Fase

Pugni, colpi e calci devono essere applicati con HIKITE / HIKIASHI, con buon bilanciamento e controllo.

Un calcio che venga afferrato dall'avversario non potrà mai essere valutato come Ippon.

- |   |                |
|---|----------------|
| 1. Un pugno, colpo o calcio non parato          | Ippon 2 Punti  |
| 2. Un pugno, colpo o calcio parzialmente parato | Wazari 1 Punto |

#### B - I seguenti punti possono essere assegnati in 2<sup>a</sup> Fase

Proiezioni, atterramenti, leve articolari e strangolamenti

- |  |                |
|--|----------------|
| 1. Strangolamenti e leve articolari nel caso in cui l'atleta non possa battere (resa) e il MR debba fermare l'incontro annunciando MATTE | Ippon 2 Punti  |
| 2. Strangolamenti e leve articolari con battuta (resa)   | Ippon 2 Punti  |
| 3. Una proiezione perfetta (anche nel caso in cui l'avversario cada sullo stomaco) o atterramento  | Ippon 2 Punti  |
| 4. Una proiezione o atterramento non perfetti  | Wazari 1 Punto |

#### C - I seguenti punti possono essere assegnati in 3<sup>a</sup> Fase

Tecniche al suolo, leve articolari, strangolamenti, immobilizzazioni

- |  |               |
|--|---------------|
| 1. Strangolamenti e leve articolari nel caso in cui l'atleta non possa battere (resa) e il MR debba fermare l'incontro annunciando MATTE | Ippon 3 Punti |
|--|---------------|

- |  |                |
|--|----------------|
| 2. Osae - Komi, strangolamenti e leve articolari con battuta ( resa )    | Ippon 3 Punti  |
| 3. Un controllo efficace annunciato come Osae – Komi che duri 15 secondi | Ippon 2 Punti  |
| 4. Un controllo efficace annunciato come Osae – Komi che duri 10 secondi | Wazari 1 Punto |

## ● OSAE - KOMI

L'Osae-Komi è un controllo efficace in 3° Fase e viene annunciato dal MR

Il tempo massimo della sua durata è di 15 secondi e assegna a Tori un IPPON da 2 PUNTI  
Da 10 a 14 secondi un WAZARI ( 1 PUNTO )

Fino a 9 secondi non è assegnato nessun punteggio.

La resa dell'atleta controllato ( Uke ) durante l' Osae – Komi assegna a Tori un IPPON da 3 PUNTI

Se l'Osae - Komi si interrompe prima dello scadere dei 15 secondi , il MR ordina TOKETA

Se entrambi i corpi degli Atleti sono completamente fuori dall'Area di Combattimento, il tempo dell'Osae - Komi viene fermato con il TOKETA

L' Osae - Komi può unicamente essere annunciato quando :

1. L' Atleta controllato ( Uke ) è sdraiato sul tatami
2. Le gambe di chi controlla ( Tori ) sono libere
3. Uke è ben immobilizzato e non può muoversi liberamente.  
Tori ha un buon controllo su di Uke

Un Osae-Komi annunciato deve continuare sino alla fine anche se il tempo del combattimento è finito.

Il tempo dell'Osae-Komi continua anche qualora:

1. Uke riesce ad afferrare una gamba di Tori
2. Uke riesce a girare sul fianco o sulla schiena

Il Sankaku-Jime deve essere effettuato con un braccio all'interno delle gambe incrociate. Sankaku-Jime e Juji-Gatame sono considerati come Osae-Komi finché c'è un completo controllo della parte superiore del corpo di Uke.

Un blocco articolare della gamba distesa (Kata Ashi Hishigi) con controllo della parte superiore di Uke deve essere valutato come Osae-Komi.

Se Uke riesce a ruotare il corpo, verrà annunciato TOKETA.

Punteggi differenti per tecniche di controllo non possono venire accumulati (esempio: un Osae-Komi mantenuto per più di 10 secondi e una leva articolare al braccio non daranno un Wazari e un Ippon).

Ciò è possibile se il MR aveva fermato precedentemente l'Osae-Komi annunciando TOKETA.

## Sezione 14 Sanzioni

Le sanzioni devono essere comminate dalla maggioranza degli Arbitri.  
Eventuali errori occorsi nell'assegnazione dei punteggi e penalità dovranno essere corrette dai 3 Arbitri e dall'Arbitro di Tavolo in carica

Le sanzioni si distinguono in :

- Azioni Vietate Leggere
- Azioni Vietate
- Azioni Vietate Gravi

### ● Azione Vietata Leggera

**Un'azione vietata leggera sarà sanzionata con SHIDO e all'avversario sarà assegnato un WAZARI ( 1 Punto )**

Un'azione vietata leggera sarà sanzionata con CHUI (2 Punti) se un Atleta è ripetutamente passivo dopo le sanzioni, indifferentemente dalla Fase o più Fasi in cui ha mostrato passività, in quanto ha ignorato le istruzioni del MR.

Le seguenti azioni sono considerate Azioni Vietate Leggere:

- A.** Se uno o entrambi gli Atleti mostrano passività o applicano scorrettezze tecniche di minore entità
- 1.** Passività in 1<sup>a</sup> Fase:
    - Uno o entrambi gli Atleti non eseguono alcuna azione volta ad ottenere punti
    - Uno o entrambi gli Atleti passano direttamente in 2° o 3° Fase
    - Uno o entrambi gli Atleti non eseguono combinazioni di tecniche prima di procedere alla Fase successiva
    - Qualora un Atleta blocca una gamba dell'avversario a seguito di un calcio, potrà passare in 2<sup>a</sup> Fase pur essendo inattivo in 1<sup>a</sup> Fase. In caso effettua nuovamente la suddetta azione, senza essere attivo in 1° Fase, sarà sanzionato con SHIDO per passività
  - 2.** Passività in 2<sup>a</sup> Fase:
    - Uno o entrambi gli Atleti non eseguono alcuna azione volta ad ottenere punti
    - Uno o entrambi gli Atleti si limitano unicamente a bloccare gli attacchi o i movimenti dell'avversario o vanno al suolo di proposito
    - Se gli Atleti rifiutano di procedere in 2<sup>a</sup> Fase, pur essendo attivi in 1<sup>a</sup> Fase
    - Un Atleta esegue un falso attacco per raggiungere il suolo volutamente per rompere la presa
  - 3.** Passività in 3<sup>a</sup> Fase:
    - Uno o entrambi gli Atleti non eseguono alcuna azione volta ad ottenere punti
- B.** MUBOBI.
- C.** Uscire fuori dall'Area di Gara con entrambi i piedi volontariamente  
Se uno degli Atleti lascia l'Area di Combattimento solo per poco e rientra nell'Area di Combattimento, non sarà sanzionato



- D. Spingere l'avversario fuori dall'Area di Combattimento volontariamente
- E. Colpire con calci o pugni l'avversario dopo l'inizio della 2ª Fase volontariamente .
- F. Eseguire una qualsiasi azione dopo l'annuncio di MATTE o SONOMAMA.
- G. Colpire con calci o pugni le gambe dell'avversario.
- H. Colpire con calci o pugni l'avversario se questi è sdraiato o ha entrambe le ginocchia a terra.
- I. Eseguire leve alle dita di mani o piedi.
- J. Incrociare le gambe attorno alle reni e comprimere (do-jime).
- K. Eseguire soffocamento a mani/dita nude.
- L. Qualora l'Atleta si presenti impreparato sul tatami e ritardi l'inizio dell'incontro verrà sanzionato dopo il saluto prima dell'inizio dell'incontro con HAJIME
- M. Qualora l'Atleta perda tempo volontariamente (aggiustando il Gi, togliendosi la cintura o i guanti, ecc.).

#### ● Azione Vietate

Un'azione vietata sarà punita con CHUI e all'avversario saranno assegnati 2 Wazari:  
Se ad un Atleta vengono assegnati 2 CHUI , perde per HANSOKUMAKE.

Le seguenti azioni sono considerate Azioni Vietate :

- A. Eseguire attacchi come calci, pugni, spinte e colpire l'avversario con violenza.  
Una tecnica che sia fermata dal corpo / testa invece che dal controllo dell'attaccante.  
Una tecnica che causi il movimento della testa a causa del contatto.  
Tecniche che causino sanguinamento (ma non dovute alla riapertura di precedenti ferite) devono essere valutate dagli Arbitri per determinare se siano da sanzionare quali Azione Vietata o Azione Vietata Grave sulla base della situazione corrente.  
Tecniche (ad eccezione di quelle dirette) aventi come obiettivo la testa che sfiorano o sono entro i 10 cm sono tecniche che danno punteggio valido.  
Il contatto con il corpo deve essere identificato con un contatto della pelle (sfioramento). Altrimenti potrebbe essere identificato come contatto violento e quindi Azione Vietata.  
Un altro criterio di Azione Vietata che va considerato è qualora il contatto violento avvenga perché l'avversario si è mosso verso la tecnica. In tal caso, non si configura l'intento dell'attaccante ad effettuare un contatto violento; potrebbe inoltre configurarsi la sanzione di MUBOBI per l'avversario, se vi è mancanza di auto-tutela o presenza di comportamento imprudente.
- B. Proiettare l'avversario dall'Area di Combattimento fuori dall'Area di Sicurezza.
- C. Ignorare le istruzioni del MR.
- D. Proferire inutili grida, osservazioni o gesti all'avversario, Arbitri, Presidenti di Giuria o chiunque altro.
- E. Eseguire un'azione incontrollata, come calci e pugni circolari che non siano arrestati, anche qualora manchino l'avversario; oppure qualora, a seguito di una proiezione, l'avversario non sia in grado di continuare immediatamente il combattimento.
- F. Eseguire pugni o calci diretti alla testa.

## ● Azione Vietata Grave

La prima volta che un Atleta commette un'Azione Vietata Grave viene sanzionato con un HANSOKUMAKE, perde l'incontro con **0** Punti mentre all'avversario saranno assegnati **14** Punti o il punteggio già ottenuto, qualora maggiore di 14.

L'Atleta sanzionato può continuare l'incontro.

La seconda volta che un Atleta perde per HANSOKUMAKE in una gara, è espulso per il resto della competizione.

Qualora entrambi gli Atleti siano sanzionati per HANSOKUMAKE, l'incontro sarà ripetuto.

Le seguenti azioni sono considerate Azioni Vietate Gravi :

- A. Eseguire una qualsiasi azione che possa ferire l'avversario.
- B. Proiettare o cercare di proiettare l'avversario con una leva articolare o strangolamento in atto.  
Una tecnica di proiezione eseguita in combinazione di una leva articolare o strangolamento non è ammessa (Kote-Gaeshi è intesa come tecnica di atterramento).
- C. Effettuare qualsiasi leva articolare al collo o alla colonna vertebrale.
- D. Effettuare qualsiasi leva in torsione al ginocchio o al piede.
- E. Eseguire Kani-Basami (forbice alle gambe).

## Sezione 15      Esito dell'incontro

- A. Un Atleta può vincere l'incontro prima della fine del tempo regolamentare, qualora si aggiudichi almeno un Ippon in ciascuna delle 3 Fasi.  
Ciò viene chiamato **FULL-IPPON**.  
In questo caso al perdente vengono assegnati 0 punti e il vincitore otterrà 50 punti o il punteggio già ottenuto, qualora maggiore di 50.
- B. Scaduto il tempo del combattimento, l'Atleta che ha più punti alla fine dell'incontro sarà il vincitore.
- C. Se gli Atleti hanno lo stesso punteggio alla fine dell'incontro, l'Atleta che ha ottenuto uno o più Ippon in un numero maggiore di Fasi vince l'incontro.
- D. Se il risultato è uguale sia nel punteggio che nel numero di Fasi in cui sono stati ottenuti gli Ippon, l'Atleta che ha ottenuto il maggior numero di Ippon vince l'incontro.
- E. Se il risultato è uguale sia nel punteggio che nel numero di Fasi in cui sono stati ottenuti gli Ippon, che per numero di Ippon, verrà effettuato **un ulteriore combattimento ( extra round ) di 2 minuti finché non vi sia un esito dell'incontro. E' prevista una pausa di 1 minuto tra i round addizionali.**  
La procedura può essere ripetuta.  
Gli Atleti mantengono i punteggi e le sanzioni dell'incontro iniziale e verranno riportati nell'incontro supplementare.

## Sezione 16 Ritiro e abbandono

- A. La Vittoria per **FUSEN-GACHI** (ritiro dell'avversario) verrà assegnata dal MR all'Atleta il cui avversario **non si presenti all'incontro** dopo essere stato chiamato 3 volte per un tempo complessivo di 3 minuti ad intervalli di 1 minuto.  
Al vincitore verranno assegnati 14 punti, al perdente 0 punti.
- B. La Vittoria per **KIKEN-GACHI** (abbandono dell'avversario) verrà assegnata dal MR all'Atleta il cui avversario **si ritira dalla gara durante l'incontro**.  
Al vincitore verranno assegnati 14 punti, al perdente 0 punti.

## Sezione 17 Infortunio, malore o indisposizione

- A. In qualsiasi casi in cui un incontro debba essere fermato a causa di infortunio di uno o di entrambi gli Atleti, il MR consente **un Tempo Medico massimo di 2 minuti a ciascuno o ad entrambi gli Atleti**.  
**Il tempo totale dell'intervento Medico per Atleta in ciascun incontro sarà di 2 minuti.**
- B. Il Tempo Medico inizia al comando del MR.
- C. Se uno degli Atleti non è più in grado di continuare, il MR e i SR effettueranno la loro decisione sulla base delle seguenti clausole:
1. Quando la causa dell'infortunio è attribuita all'Atleta infortunato, questi perderà l'incontro con 0 punti e all'avversario saranno assegnati 14 punti o il punteggio già ottenuto, qualora maggiore di 14.
  2. Quando la causa dell'infortunio è attribuita all'Atleta illeso, questi perderà l'incontro con 0 punti e all'avversario saranno assegnati 14 punti o il punteggio già ottenuto, qualora maggiore di 14.
  3. Quando sia impossibile attribuire la causa dell'infortunio, all'atleta illeso verranno assegnati 14 punti o il punteggio già ottenuto, qualora maggiore di 14, mentre l'atleta infortunato perderà l'incontro con 0 punti.
- D. Qualora un Atleta sia colto da malore durante l'incontro e non è più in grado di continuare, questi perderà l'incontro con 0 punti e all'avversario saranno assegnati 14 punti o il punteggio già ottenuto, qualora maggiore di 14.
- E. Il medico di gara deve decidere se l'Atleta infortunato può continuare o no.
- F. Se un atleta perde conoscenza o sviene, il combattimento deve essere fermato e l'atleta sarà sospeso dal resto della competizione.

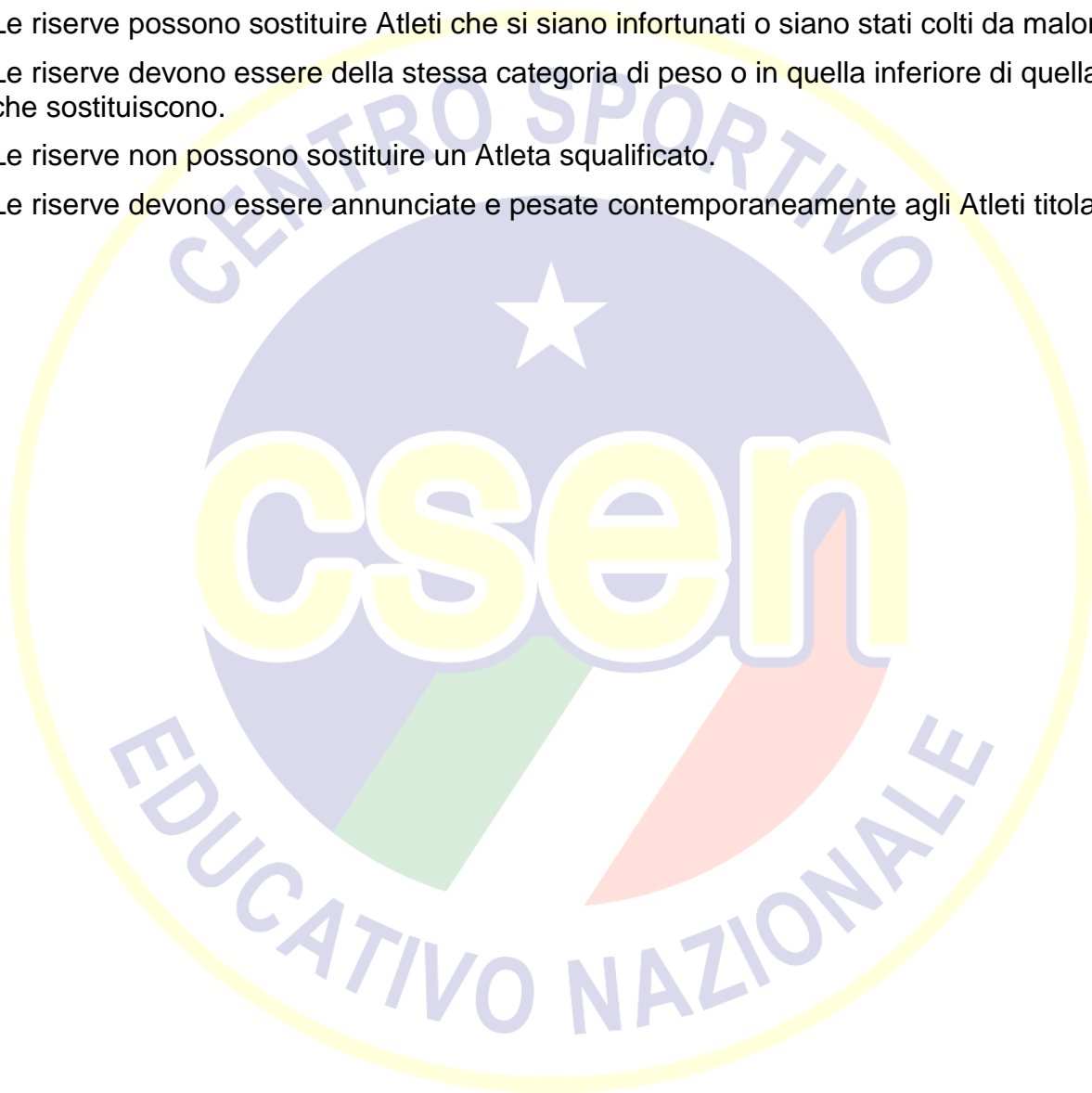


## **Sezione 18 Gare a squadre**

Le gare a squadre sono possibili e le regole sono le stesse delle gare individuali.

## **Sezione 19 Riserve nelle Gare a squadre**

- A.** Le riserve possono sostituire Atleti che si siano infortunati o siano stati colti da malore.
- B.** Le riserve devono essere della stessa categoria di peso o in quella inferiore di quella che sostituiscono.
- C.** Le riserve non possono sostituire un Atleta squalificato.
- D.** Le riserve devono essere annunciate e pesate contemporaneamente agli Atleti titolari.



### III. DISPOSIZIONI FINALI

#### Sezione 20 Situazioni non contemplate dal Regolamento

- A. Gli Arbitri dell'incontro interessato, che insieme debbano giungere ad una decisione, devono saper affrontare qualsiasi situazione si manifesti che non sia contemplata nel presente regolamento.
- B. Il TR non ha diritto decisionale.

#### Sezione 21 Entrata in vigore

Il seguente Regolamento è in vigore dal 1 Gennaio 2018.  
Esso sostituisce tutti i regolamenti precedenti.



## IV. REGOLAMENTO AGGIUNTIVO FIGHTING SYSTEM PER U15

Regole aggiuntive per gli atleti dell'età 12/13/14 anni in vigore dal 2017

### Fighting System

#### Materiale

Il sospensorio (no conchiglia rigida ) e il paraseno **sono obbligatori**.

#### Punteggio

Se gli strangolamenti e/o i bloccaggi in leva saranno eseguiti in modo tecnico corretto, con la prospettiva di una imminente resa, l'Arbitro deve interrompere il combattimento annunciando "Matte" (Ippon, 3 Punti).

#### Sanzioni

- **Azioni vietate** - penalità Chui
  1. Eseguire qualsiasi attacco (calci, atemi, pugni) che tocca la testa dell'avversario
  2. Eseguire bloccaggi e strangolamenti in 2ª Fase
  3. Eseguire bloccaggi alle gambe
  4. L'esecuzione di tecniche prive di Controllo saranno punite con Chui

## V. GESTUALITA' ARBITRALE



**Hajime**

Inizio dell'incontro/combattimento:  
L'Arbitro è tra i due atleti e con entrambe le mani annuncia "Hajime". La voce deve essere forte e autoritaria.



**Matte**

Stop dell'incontro/combattimento:  
L'Arbitro alza una mano all'altezza della spalla con il braccio approssimativamente parallelo al tatami e mostra il palmo aperto della sua mano (dita in alto) al tavolo di giuria. La voce deve essere forte e autoritaria.



**Ippon**

L'Arbitro alza il braccio destro o sinistro (a seconda che il punto venga assegnato all'atleta rosso o blu), alto sopra la testa con il palmo rivolto in avanti.



**Ippon 3 Punti**

L'Arbitro alza il braccio destro o sinistro (a seconda che il punto venga assegnato all'atleta rosso o blu), alto sopra la testa, mostrando chiaramente 3 dita.



**Wazari**

L'Arbitro alza il braccio destro o sinistro all'altezza della spalla (a seconda che il punto venga assegnato all'atleta rosso o blu), con il palmo rivolto verso il basso. Il gesto deve essere chiaramente visibile al tavolo di giuria.



**Annullare**

Riformulare una decisione:  
L'Arbitro ondeggia il braccio teso poche volte sopra la testa dopo aver mostrato la valutazione, che deve essere cancellata. Il segno deve essere deciso, forte e chiaro verso il TR.



### **Passività**

L'Arbitro ruota orizzontalmente entrambe le braccia dal gomito al polso davanti al proprio corpo.



### **Tecnica non controllata**

L'Arbitro alza orizzontalmente la mano destra o sinistra, con il braccio piegato orizzontalmente davanti al proprio corpo con il pugno chiuso (questo segno deve essere seguito dalla descrizione dell'azione prima che venga assegnata la sanzione).



### **Mubobi**

Azione confuse o pericolosa per sé stessi l'Arbitro stende le braccia con pugni chiusi poche volte davanti a sé. Dopo la segnalazione, il MR annuncia a chiara voce "Mubobi".



### **Pugno diretto al viso**

L'Arbitro alza il pugno verso la testa.



### **Contatto violento**

L'Arbitro mostra il colpo con un pugno contro il palmo.



### **Colpo in presa**

L'Arbitro mostra con una mano la presa al Gi e con l'altra mano un pugno.



### **Uscita dall'area di combattimento**

(segnale del SR)

Il SR indica la situazione al MR, cosicché il MR possa agire di conseguenza.



### **Spingere fuori**

L'Arbitro indica con entrambe le mani la spinta dall'area di combattimento a quella di sicurezza (verso l'esterno).



### **Proiezione fuori dall'area di gara**

L'Arbitro indica con la mano destra o sinistra a seconda che l'azione si applichi all'atleta rosso o blu) la proiezione dall'area di combattimento all'area esterna a quella di sicurezza.



### **Commenti, osservazioni non necessari**

L'Arbitro posiziona il dito indice esteso davanti alla bocca, il resto della mano è chiusa a pugno.



### **Osae-komi**

(immobilizzazione a terra)

L'Arbitro punta con il palmo e il braccio distesi, destro o sinistro, verso gli atleti e annuncia a voce chiara "Osae-komi". La mano deve rimanere puntata per tutta il tempo in cui l'Osae-komi è in atto.



### **Toketa**

(Fine dell'immobilizzazione a terra)

L'Arbitro ondeggia la mano destra o sinistra (quella che era stesa durante l'Osae-komi) sopra gli atleti e annuncia "Toketa". Il palmo è posizionato verticalmente, il segnale deve essere deciso, forte e chiaro.



### **Azione contemporanea di entrambi gli atleti**

(Aiuchi)

L'Arbitro flette le braccia orizzontalmente davanti al corpo toccando i pugni tra di loro.



### **Sanzione**

(Shido, Chui, Hansoku-make)

L'Arbitro indica l'atleta da sanzionare, con l'indice steso, pugno chiuso, ed annuncia la relativa sanzione.



### **Segno di "non ho visto"**

L'Arbitro copre gli occhi con i palmi aperti per poco tempo (mani davanti agli occhi).



### **Sistemare il Gi**

L'Arbitro incrocia le mani di fronte al corpo con le mani aperte, quindi indica l'atleta che deve risistemare il Gi.



### Full Ippon

(Segno del TR)

Il TR mostra al MR il segnale e il colore del vincitore.



### Ignorare le istruzioni del MR

L'Arbitro indica entrambe le orecchie con gli indici distesi, pugni chiusi.



### Hikiwake

(parità)

L'Arbitro incrocia le braccia davanti al petto, palmi aperti. L'arbitro annuncerà "Hikiwake".



### Annuncio del vincitore

L'Arbitro indica il vincitore alzando il braccio a 45 gradi, distendendo la mano aperta e annunciando a voce chiara "Vince" e indica il rispettivo colore.



### Sonomama

(Comando "Fermi")

Il MR batte con forza (una battuta di solito è sufficiente) con entrambe le mani su entrambe le spalle degli atleti mentre stanno combattendo e annuncia chiaramente e con forza "Sonomama".



### Yoshi

(Comando "Continue")

Dopo che la causa della sospensione ("Fermi") è stata espletata, il MR batterà un'altra volta entrambe le mani sul dorso degli atleti e con voce chiara e forte annuncerà "Yoshi".



### Tempo medico

L'Arbitro forma una T con entrambe le braccia



### Perdita di tempo

L'Arbitro indica il suo "orologio" con l'indice steso, pugno chiuso.





### **Tecnica proibita**

Tecniche che siano punite con Shido (leve articolari alle dita della mano o del piede, do-jime, pugni o calci all'avversario a terra, calci alle gambe): l'Arbitro colpisce con la mano aperta l'avambraccio.



### **Break**

(In Caso di Hikiwake, prima dell'incontro supplementare) L'Arbitro mostra il pollice verso l'alto, pugno chiuso, rivolto al tavolo della giuria, quindi indica agli atleti di uscire dall'area di combattimento per la pausa.



**Edizione GENNAIO 2018**