



# **Regolamento Gara Ne Waza**



## **Note alla traduzione**

**Non è ammesso distribuire il presente documento con fini commerciali**

**Il copyright del documento originale e delle immagini appartengono alla Ju-Jitsu Asian Union (JJAU), membro della Ju-Jitsu International Federation (JJIF).**

**Per tutte le competizioni l'unico regolamento da ritenersi valido è la versione originale inglese.**

**Il presente regolamento è stato prodotto tramite il supporto della JJAU (Ju-Jitsu Asian Union).**

**Contiene il regolamento per il Ju-Jitsu Ne-waza approvato dalla Ju-Jitsu International Federation (JJIF) in Agosto 2015.**

**Il Regolamento è identico a quello del Pro Jiu-Jitsu, possono differire solo il format delle gare, i regolamenti relativi al Gi, le divisioni d'età e categorie. Il copyright (specialmente per le fotografie), è di proprietà JJAU.**



## **REGOLAMENTO GARA**

Due atleti combattono uno contro l'altro in una competizione sportiva.

L'obiettivo del combattimento è vincere per sottomissione, attraverso leve o soffocamenti, o vincere per punteggio.

La competizione di ne waza è composta da:

Proiezioni, atterramenti, leve e strangolamenti in posizione eretta, tecniche al suolo, controllo, miglioramento delle posizioni (passaggio di guardia, ribaltamento), leve e strangolamenti al suolo

Ulteriori restrizioni, regole, linee guida, adattamenti nell'organizzazione, format e relativi protocolli per format di eventi differenti, categorie di peso o di età speciali e differenti livelli di capacità di combattimento (categorie di cintura) sono allegate.

Tutti i riferimenti in questo documento con il termine "lui" dovrà essere inteso come "lui o lei".

### **Sezione 1 - AREA DELLA COMPETIZIONE**

L'area di competizione dovrà essere preparata seguendo le normative.

- L'area di competizione dovrà essere coperta da tatami, in colori differenti che separano le aree.
- L'area esterna all'area di combattimento verrà chiamata area di sicurezza.
- L'area di combattimento insieme all'area di sicurezza sono chiamate area di gara.
- Addizionali aree di sicurezza non fanno parte dell'area di gara.

### **Sezione 2 - COACH**

- Solo un coach, che dovrà rimanere al limite dell'area gara durante il match, può assistere gli atleti.
- Essendo consapevoli di rappresentare un modello di comportamento, i coach si comportano secondo le regole etiche dell'arte marziale.
- Il coach deve vestirsi in maniera adeguata (tuta sociale o divisa dell'ente o federazione di appartenenza).
- Qualora il coach dimostri un comportamento scorretto verso gli atleti, gli arbitri, il pubblico o chiunque altro, l'Arbitro centrale può decidere di allontanarlo dall'area a lui riservata per la durata dell'incontro.
- Qualora il cattivo comportamento continui, gli Arbitri dell'incontro possono decidere di allontanarlo dall'area per l'intero torneo. È facoltà dell'organizzatore vietare l'accesso al palazzetto a persone non gradite.

### **Sezione 3 - ABBIGLIAMENTO PER LA GARA E REQUISITI PERSONALI**

Gli atleti devono essere sicuri di seguire la normativa per l'abbigliamento da gara e i requisiti personali così elencati nel documento.

Se un atleta non segue tali regole, non è autorizzato ad iniziare la gara. Egli ha la possibilità di cambiare gli elementi non in regola e ripresentarsi nuovamente entro un tempo accettabile.

Requisiti generali:

- Gli atleti dovranno indossare un Ju-Jitsu Gi bianco (non sono ammessi altri colori) di buona qualità che deve essere pulito e in buono stato. Deve essere della corretta misura dell'atleta e il materiale del Gi deve consentire una presa corretta.
- Gli atleti dovranno indossare indumenti intimi del tipo slip. Nelle divisioni femminili, è obbligatorio l'uso di una maglietta elasticizzata aderente al corpo sotto il Gi.
- Gli atleti dovranno avere le unghie delle mani e dei piedi corte.
- Agli atleti non è permesso indossare nulla che possa ferire o mettere in pericolo qualcuno.
- I capelli lunghi dovranno essere legati con un elastico per capelli morbido. L'Hijab (copricapo femminile Musulmano) è ammesso.
- Nel caso di lesioni della pelle, eruzioni cutanee o qualche malattia, deve essere informato il medico che ha l'ultima decisione circa la possibilità dell'atleta di partecipare alla competizione.

### **Sezione 4 - CATEGORIE E TEMPO**

- Le categorie di gara sono quelle previste dal regolamento dell'Organizzazione e pubblicate nel bando gara.
- Una categoria "Open" può essere implementata nella competizione.
- Il tempo di combattimento è regolamentato in base alla categoria.
- Tra due incontri deve essere accordato un tempo di recupero pari ad un tempo di combattimento regolare. Nelle finali l'atleta può richiedere un tempo di recupero doppio.

## Sezione 5 - ARBITRI

- L'arbitro è la più alta autorità nel combattimento.
- La decisione del risultato di ogni incontro presa dall'arbitro è incontestabile.
- La decisione del risultato di ogni incontro può essere cambiata solo nelle seguenti circostanze:
  - a. Se il punteggio al tavolo è stato sbagliato;
  - b. Se l'atleta dichiarato vincitore ha sottomesso il suo avversario usando una tecnica illegale, precedentemente non vista dall'arbitro;
  - c. Se l'atleta è stato squalificato erroneamente per l'uso di una tecnica lecita. In tal caso, se l'incontro è stato interrotto e l'atleta squalificato prima che l'avversario segnalasse la resa (battuta), l'incontro riparte al centro del tatami e l'atleta attaccante riceverà due punti. Qualora l'atleta sotto attacco si arrenda prima dell'interruzione e squalifica, l'atleta che stava eseguendo la tecnica sarà dichiarato vincitore
  - d. Se l'arbitro commette una decisione sbagliata in applicazione a questo regolamento. Una decisione sbagliata non contempla una decisione soggettiva dell'arbitro nell'assegnazione dei punti, vantaggi o penalità. Per ribaltare il risultato di un incontro, devono essere osservate le seguenti condizioni:
    - 1 L'arbitro si può consultare con il responsabile arbitri, ma la decisione finale di ribaltare o non ribaltare il risultato dell'incontro viene presa dall'arbitro.
    - 2 Il responsabile arbitri deve consultare il tavolo centrale per verificare come la pool sia progredita e può autorizzare il ribaltamento del risultato solo se la pool non è avanzata nella fase successiva.
- Interpretazioni soggettive effettuate dall'arbitro circa le assegnazioni di punti, vantaggi o penalità, sono definitive e non soggette a cambiamento.
- È compito dell'arbitro intervenire nel combattimento, ogniqualvolta lo ritenga necessario.
- È compito dell'arbitro assicurarsi che gli atleti seguano i loro obblighi quando combattono all'interno dell'area di gara.
- È un dovere dell'arbitro vigilare nella categoria sotto i 12 anni per proteggere la colonna vertebrale dell'atleta, posizionandosi dietro al bambino durante il sollevamento da terra da parte dell'avversario, così come nel caso di triangolo o chiusura di guardia.
- L'arbitro centrale (MR) che sta dentro all'area di combattimento, conduce l'incontro. Egli decide sul punteggio e penalità, ma può essere supportato da un arbitro laterale.
- L'arbitro laterale (SR) può assistere il MR e sarà situato fuori dall'area di sicurezza su una sedia. E' possibile l'uso della telecamera ed interfono.
- Al gruppo di arbitri è permesso lavorare con due arbitri laterali, che possono annullare la decisione del MR. (seduti in due angoli opposti del tatami). Le finali saranno condotte con due SR.

- a. Se c'è consenso tra i SR e il MR, i SR devono rimanere seduti nelle sedie agli angoli dell'area di combattimento.
- b. Se c'è un conflitto di opinione con il MR, il SR deve alzarsi e segnare punti, vantaggi o penalità da assegnare o togliere, usando la gestualità definita nel presente regolamento.
- c. Se c'è una discrepanza tra tutti e tre gli arbitri su un punteggio dato della stessa azione, ha validità la decisione intermedia (es. quando un arbitro assegna un passaggio di guardia, il secondo assegna un vantaggio e il terzo chiede la sottrazione dei punti, sarà dato il vantaggio).
- d. Se l'arbitro decide di squalificare un atleta a causa di accumulo di 4 penalità (sanzione leggera o mancanza di combattimento) l'arbitro dovrà fare la gestualità di sanzione leggera prima di fermare il combattimento. Se almeno uno dei SR ripete la gestualità, la decisione arbitrale è confermata e il MR è autorizzato a fermare il combattimento.
- e. Se l'arbitro decide di squalificare un atleta a causa di un'azione grave, mostrerà la gestualità prima di fermare il combattimento. Se almeno uno dei SR ripete la gestualità, la decisione arbitrale è confermata e il MR è autorizzato a fermare il combattimento.
- f. Qualora un incontro finisca in pareggio di punti, vantaggi e penalità, oltre il round supplementare, l'arbitro centrale posiziona i due atleti nella loro posizione di partenza (uno alla sua sinistra e uno alla sua destra). L'arbitro farà due passi indietro e farà il gesto ai SR di alzarsi. Dopo che i SR sono in piedi, il MR fa un passo avanti con la gamba destra. Fatto questo, tutti e tre gli arbitri alzano il braccio destro o sinistro in alto. Questo significa che ogni arbitro darà la vittoria all'atleta che ritiene vincitore. Il MR quindi dichiara il vincitore scelto dalla maggioranza degli arbitri.

## **Sezione 6 - TAVOLO DI GIURIA**

- Il tavolo di giuria è posizionato dalla parte opposta del MR all'inizio dell'incontro.
- Il tavolo di giuria sarà composto da almeno due presidenti di giuria, di cui uno responsabile del registro cartaceo e un altro responsabile del tabellone elettronico.



## Sezione 7 - SVOLGIMENTO DELLA GARA

### L'ARBITRO CHIAMA GLI ATLETI SUL TATAMI



Gli atleti iniziano rivolti uno verso l'altro al centro dell'area di gara ad una distanza approssimativa di due metri. L'atleta con la cintura rossa rimane alla destra del MR. Al segnale del MR gli atleti faranno il saluto prima all'arbitro e quindi tra di loro.

- L'incontro inizia in piedi, dopo che MR annuncia "Fight"
- Non appena si stabilisce un contatto tra gli atleti con una presa, essi possono andare a terra o in guardia immediatamente.
- Gli atleti possono controllare e cambiare tra le due differenti posizioni, ma devono essere attivi.
- Ogni movimento che vada al di là dell'area di combattimento dovrà essere fermato. Gli atleti ritorneranno al centro dell'area di combattimento in piedi.
- Qualora un atleta prende il suo avversario nell'area di sicurezza mentre prova a stabilizzare una posizione che dia punteggio, l'arbitro dovrà aspettare, per quanto possibile, che l'atleta stabilizzi la posizione per 3 secondi prima di fermare l'incontro. Se questo succede, l'arbitro darà i punti e quindi farà ripartire l'incontro al centro dell'area di combattimento nella stessa posizione.
- Quando 2/3 del corpo degli atleti è fuori dall'area di combattimento in piedi o in una posizione non stabilizzata a terra, il MR dovrà fermare l'incontro e farà ricominciare gli atleti in piedi al centro dell'area di combattimento.

Alla fine dell'incontro, il MR annuncia il vincitore e ordina il saluto prima tra gli atleti quindi all'arbitro, che è in piedi sull'area di combattimento di fronte al tavolo di giuria.



## ULTERIORI GESTUALITÀ PER CONDURRE IL COMBATTIMENTO



Richiedere all'atleta di sistemare il GI incrociando le braccia verso il basso all'altezza dei polsi



Richiedere all'atleta di sistemare la cintura, imitando il movimento di stringere il nodo



Avvertire gli atleti di rimanere nell'area di combattimento effettuando movimenti circolari del dito indice puntato verso l'alto



Indicare all'atleta di alzarsi



Indicare all'atleta di ritornare a terra (nella posizione indicata da MR).



## Sezione 8 - APPLICAZIONE DEL “FIGHT” E “STOP”

- a. Il MR dovrà annunciare “Fight” per iniziare o ricominciare l’incontro dopo “Stop”.
- b. Il MR dovrà annunciare “Fight” per informare i concorrenti circa la riconosciuta passività (stallo).
  - Il MR dovrà annunciare “Stop” per fermare l’incontro temporaneamente o definitivamente. In questo caso ai concorrenti non è più permesso muoversi. Se entrambi i concorrenti lasciano completamente l’area di combattimento in una posizione facilmente riconoscibile per riportarli al centro dell’area di combattimento e ricominciare nella stessa posizione.
  - Ogni altra volta che il MR lo ritiene necessario (ad esempio sistemare il GI, per dare sanzioni, per sospetto di pericolo o infortunio).
  - Se entrambi i concorrenti lasciano completamente l’area di combattimento in una posizione non riconoscibile. L’arbitro farà ripartire l’incontro al centro dell’area di combattimento in piedi.
  - Se uno o entrambi i concorrenti sono feriti, perdono conoscenza o hanno un malore.
  - In caso di sottomissione (un concorrente batte, mostra altri segni, urla o se il concorrente non può battere da solo durante una leva o uno strangolamento)
  - Il combattimento è finito.
- c. Dopo “Stop” L’arbitro può ordinare di continuare esattamente nella stessa posizione in cui erano quando il comando è stato annunciato. Per far ripartire nuovamente l’incontro, l’arbitro annuncia “Fight”.



## Sezione 9 - PUNTI



Qualsiasi azione che porti ad una possibile sottomissione sarà premiata con punti. Le azioni di difesa non danno punteggio!

### Punti

I punti dovranno essere assegnati dall'arbitro centrale dell'incontro qualora un atleta stabilizzi una posizione per 3 (tre) secondi. I punti saranno segnati da MR, mostrando il totale dei punti con le dita indicando il colore.

Qualora un atleta esca deliberatamente dall'area di gara per evitare all'avversario di completare uno sweep (ribaltamento) o un takedown (atterramento) l'arbitro assegnerà 2 (due) punti all'avversario e una penalità verrà aggiunta al punteggio dell'atleta che è uscito dall'area di gara.

Gli atleti potranno aggiudicarsi punti cumulativi qualora progrediscano attraverso un numero di posizioni che assegnano punteggio, fintantoché la posizione di controllo per tre secondi della posizione finale di controllo è una continuazione delle posizioni di controllo della precedente sequenza. In questo caso l'arbitro dovrà contare solo 3 (tre) secondi di controllo alla fine della sequenza, prima di segnalare i punti segnati (esempio: passaggio di guardia seguito da monta vale 7 punti).

Agli atleti che arrivano in posizione di punteggio mentre subiscono una sottomissione verranno assegnati punti solo quando si saranno liberati dall'attacco e avranno stabilizzato la posizione per 3 secondi.

Quando un atleta arriva in posizioni di punteggio, ma unicamente riesce ad uscire da una sottomissione senza rimanere nella posizione, egli non riceve alcun vantaggio per tali posizioni.

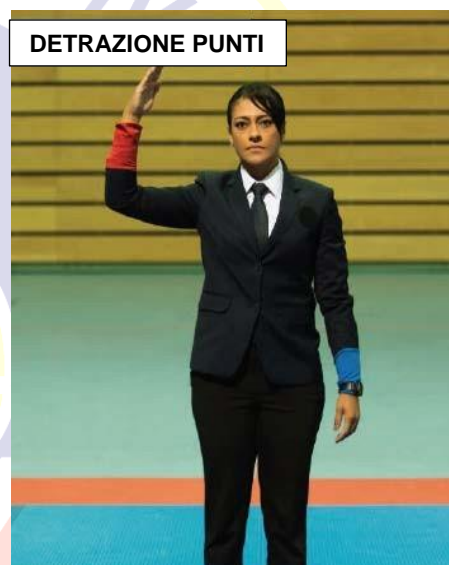
Ad un atleta che raggiunga una o più posizioni di punteggio ma è sotto attacco di sottomissione dell'avversario, gli verrà assegnato solo un vantaggio qualora non riesca a sfuggire all'attacco entro la fine dell'incontro.

## VANTAGGIO / DETRAZIONE PUNTI

Un vantaggio viene assegnato quando un atleta raggiunga una posizione di punteggio che richiede 3 secondi di controllo ma è incapace di mantenere il controllo per l'intera durata. Un vantaggio viene assegnato quando il movimento per un passaggio alla posizione punti è incompleto. L'arbitro dovrà valutare se l'avversario era in una reale condizione di pericolo e se l'atleta è chiaramente arrivato vicino al raggiungimento della posizione di punteggio. Un vantaggio può essere attribuito dall'arbitro anche quando l'incontro è terminato, ma prima di annunciare il risultato. L'arbitro può solo assegnare un vantaggio quando non c'è più la possibilità per un atleta di raggiungere un punteggio.



Il vantaggio sarà segnato alzando il braccio all'altezza della spalla, corrispondente al colore dell'atleta.



Il braccio corrispondente a quello dell'atleta a cui detrarre i punti viene posto con palmo aperto sopra la spalla.

## A - TAKE-DOWN (Atterramenti)

Quando un atleta costringe il suo avversario schiena a terra, di lato o seduto a terra dopo essere stato sui due piedi durante il combattimento.



- Quando un atleta costringe il suo avversario a terra su quattro punti (ginocchia e gomiti a terra) o torace a terra, i punti potranno essere assegnati solo se l'atleta che ha fatto il take-down ha stabilito un controllo posteriore (back-clinch) dell'avversario, non è necessario aver messi i ganci, ma almeno un ginocchio dell'avversario deve essere mantenuto a terra.
- L'atleta che inizia un movimento di take-down prima che l'avversario metta la guardia dovrà essere premiato con due punti o un vantaggio rispettando le regole del take-down.
- Quando un atleta ha una presa sui pantaloni del suo avversario e quest'ultimo mette la guardia aperta, l'atleta che ha preso i pantaloni deve essere premiato con due punti se stabilisce a terra una posizione dominante per 3 secondi.
- Qualora l'avversario mette la guardia chiusa e rimane sospeso (dopo che l'atleta ha iniziato il movimento di take-down o dopo aver preso i pantaloni), l'atleta può mettere l'avversario schiena a terra entro 3 secondi e stabilizzare la posizione per 3 secondi per ricevere i punti di take-down.
- L'atleta che inizia un movimento di take-down dopo che l'avversario ha chiuso la guardia, non potrà essere premiato con i punti del take-down.
- Se un atleta costringe il suo avversario a terra sull'area di sicurezza, l'atleta che ha fatto il take-down dovrà avere entrambi i piedi all'interno dell'area di combattimento all'inizio del movimento. In questo caso, se l'atleta atterra in una posizione stabile, MR fermerà il combattimento solo dopo la stabilizzazione dei 3 secondi. Quindi il MR assegnerà i punti e farà ripartire l'incontro al centro dell'area di combattimento. Gli atleti saranno sistemati nella stessa posizioni in cui si trovavano quando l'incontro è stato fermato.
- Quando l'avversario ha uno o due ginocchia a terra, l'atleta che esegue il take-down sarà premiato con i punti solo se era in piedi al momento del take-down.
- Quando un atleta costringe il suo avversario a terra usando una o due gambe, l'avversario cade seduto e successivamente applica una contro tecnica (un altro take-down) solo l'atleta che ha effettuato la contro tecnica sarà premiato con i punti.



- Nessun punteggio in take-down:
  - a. Gli atleti che, difendendo uno sweep, riportano il loro avversario di schiena o di lato a terra, non saranno premiati con il punteggio relativo al take-down o vantaggio.
  - b. L'atleta che si difende da un back-control in piedi, in cui l'avversario ha uno o due ganci posizionati e non ha nessun piede sul tappeto, non sarà premiato con i punti o vantaggio relativi al take-down, anche dopo la stabilizzazione per 3 secondi.



### **TAKE-DOWN: 2 PUNTI**

Ogni take-down che continua con un controllo in posizione dominante per 3 secondi.

### **VANTAGGIO**

Quando un atleta effettua un take-down, ma il suo avversario non atterra di schiena o di lato a terra e ritorna in piedi entro 3 secondi.

Quando un atleta, nel tentativo di effettuare un take-down su una sola gamba, aggancia una gamba dell'avversario e causa l'uscita dello stesso dall'area di combattimento, per evitare di essere atterrato, obbligando MR a fermare l'incontro.



## B – TECNICHE DI CONTROLLO

- Gli incontri dovrebbero svolgersi come una progressione di tecniche di controllo che terminano con una sottomissione. Pertanto all'atleta che rinuncia volontariamente ad una posizione, al fine di ottenere punteggio utilizzando una stessa posizione per la quale sono stati già assegnati punti, non verranno assegnati altri punti.
- I punti saranno essere assegnati dal MR dell'incontro, ogni volta che un atleta stabilizzi la posizione per 3 secondi.

### B1 – KNEE ON BELLY (GINOCCHIO SULLO STOMACO - 2 PUNTI)

Quando un atleta in posizione dominante mantiene il controllo laterale, posizionando un ginocchio sullo stomaco, sul torace o sulle costole dell'avversario, il quale è sdraiato sulla schiena o sul lato, con l'altra gamba estesa con il piede a terra, con il viso rivolto verso la testa del suo avversario.



Vantaggio: Se il ginocchio è sullo stomaco ma l'altro è sul pavimento.

**B2 - FRONT-MOUNT e BACK-MOUNT  
(POSIZIONE MONTATA FRONTALE E DA DIETRO - 4 PUNTI)**



Quando un atleta è in posizione dominante, libero dalla guardia o mezza guardia, seduto sul torso dell'avversario con due ginocchia o con un piede e un ginocchio a terra, con il viso rivolto verso la testa del suo avversario e fino al massimo di un braccio intrappolato sotto le sue gambe.

Il controllo del dorso è considerato valido solo se le ginocchia sono sotto la linea delle spalle.

Nel caso di posizione montata, quando c'è una transizione diretta dal back-mount al front-mount o viceversa essendo posizioni distinte l'atleta riceverà 4 punti per la prima posizione e altri 4 punti per la successiva e così via ogniqualvolta si raggiunga il tempo di stabilizzazione di 3 secondi.



Vantaggio: Con entrambe le braccia dell'avversario intrappolate sotto le gambe dell'atleta.

### B3 - BACK-CONTROL (CONTROLLO POSTERIORE - 4 PUNTI)



Quando l'atleta prende il controllo della schiena dell'avversario, mettendo i talloni all'interno delle gambe dell'avversario intrappolando al massimo un braccio dell'avversario e senza intrappolare il braccio sopra la linea della spalla.

Qualora una tecnica di controllo non sia mantenuta abbastanza a lungo per ottenere punteggio, verrà assegnato un vantaggio.



Quando un atleta effettua un back-control e mette i talloni all'interno delle cosce dell'avversario, ma intrappola entrambe le braccia



Quando un atleta effettua un back-control ma incrocia le sue gambe



Quando un atleta esegue un "figure four" attorno alla vita dell'avversario, o mette un solo tallone all'interno di una coscia



## C – POSIZIONE DI GUARDIA E PASSAGGIO DI GUARDIA - 3 PUNTI

Quando un atleta, in posizione dominante, riesce a sormontare le gambe dell'avversario che è nella posizione inferiore (passaggio di guardia o mezza guardia) e riesce a mantenere su di lui un controllo laterale o un controllo nord-sud per 3 secondi.

- La posizione di Guardia è definita dall'uso di una o due gambe per evitare che l'avversario raggiunga un controllo laterale o posizione nord-sud sopra l'atleta che è in posizione inferiore.
- Passare la guardia dell'avversario e continuare con un controllo tecnico per 3 secondi consente di ottenere 3 punti.



**Vantaggio:** passare la guardia dell'avversario senza un controllo tecnico successivo o raggiungere la mezza guardia con un buon controllo (faccia a faccia).

Quando l'atleta tenta un passaggio di guardia e il suo avversario ruota con la schiena in alto e rimane su quattro punti (ginocchia e gomiti a terra) per evitare il passaggio di guardia, in tal caso l'atleta viene premiato con un vantaggio.

## D – SWEEP (CAMBIO DI POSIZIONE)



Ogni cambio di posizione che parta dalla posizione di guardia che consenta di ottenere una posizione dominante, seguita da un controllo di 3 secondi, sarà considerata come uno sweep e sarà premiata con 2 punti.

Nessun vantaggio sarà assegnato per cambi di posizione che partano e finiscano in posizioni di guardia 50/50.

Un cambio di posizione dalla guardia ad un back-clinch della schiena dell'avversario con 3 secondi di controllo e mantenere l'avversario con almeno un ginocchio a terra sarà considerato anch'esso uno sweep.





## E - SOTTOMISSIONE – LEVE E STRANGOLAMENTI

- Se applicabile queste regole dovranno rispettare le divisioni di cinture ed età:
  - a. Tutti gli strangolamenti sono permessi, eccetto quelli a mani nude e con le dita.
  - b. Tutte le leve alle spalle, gomiti e polsi sono permessi.
  - c. Leve alle gambe e ai piedi sono permessi in flessione, stiramento e compressione. Tutti i tipi di leve in rotazione che possano interessare il ginocchio sono proibite. Se un concorrente applica una leva dritta alla gamba e l'avversario prova di uscire ruotando con il corpo e si arrende per il dolore, egli perderà l'incontro per sottomissione.
- Durante una tecnica di sottomissione:
  - a. Quando un atleta batte due volte con la mano sull'avversario, a terra, su se stesso in modo chiaro e evidente.
  - b. Quando l'atleta batte a terra due volte con i piedi, quando le braccia sono intrappolate dall'avversario.
  - c. Quando l'atleta verbalmente si ritira, chiedendo di fermare l'incontro.
  - d. Quando l'atleta urla o emette rumori che esprimono il dolore, mentre è intrappolato in sottomissione.
  - e. Ad un atleta deve essere dichiarato di aver perso l'incontro qualora perda conoscenza a causa di una tecnica di sottomissione legale effettuata dall'avversario o a causa di un incidente, non derivante da una manovra illegale dell'avversario.
- Il combattimento sarà fermato e l'atleta che ha effettuato la tecnica di sottomissione sarà dichiarato come vincitore.
- Il MR alza il braccio corrispondente al colore della cintura dell'atleta, sopra la testa con il palmo della mano rivolto in avanti.
- L'atleta dovrà essere premiato con un vantaggio, qualora tentando una sottomissione il suo avversario sia in un pericolo reale di sottomissione ma riesce ad uscirne. Ancora una volta è l'arbitro che deve valutare se la sottomissione poteva andare a buon fine.
- Quando un atleta sta eseguendo una tecnica di sottomissione dentro l'area di sicurezza, l'arbitro non deve fermare l'incontro.



- Qualora l'avversario che subisce una sottomissione esca dall'area di combattimento, con una corretta difesa tecnica, l'arbitro assegnerà 2 punti all'atleta che ha applicato la sottomissione.
- Uscire dall'area di combattimento durante una sottomissione Senza una corretta tecnica difensiva, comporta la squalifica.
- Qualora l'uscita dall'area di combattimento sia causata dall'atleta che attacca per eseguire la sottomissione, dopo aver fermato l'incontro l'arbitro non assegnerà i due punti. Tuttavia, l'arbitro può dare un vantaggio, a seconda della vicinanza alla sottomissione, nel rispetto delle regole dei vantaggi.
- L'arbitro dovrà fermare l'incontro e ripartire al centro dell'area di combattimento con gli atleti in piedi.

## Sezione 10

### PENALITA' – AZIONI PROIBITE

Questo paragrafo contiene solo le “azioni proibite” e restrizioni di alto livello e per gli atleti adulti. È essenziale rispettare le corrispondenti direttive.

Le penalità saranno assegnate in 4 fasi:

- Penalità
- Penalità: vantaggio per l'avversario.
- Penalità: 2 punti per l'avversario.
- Penalità: squalifica.

L'arbitro annuncia “Foul” e mostra il gesto, sollevando un pugno chiuso all'altezza della spalla.



## 10.1 - Azioni proibite leggere

Le azioni proibite leggere saranno punite con una penalità

Le seguenti azioni contano come “azioni proibite leggere”

- Passività/stallo

In caso di passività, l'arbitro indicherà l'atleta annunciando “Fight” e mostrerà il segno di penalità. Se l'atleta non può vederlo, l'arbitro lo toccherà.



- Si definisce Passività/stallo (mancanza di combattimento) la situazione in cui un atleta chiaramente non persegue l'obiettivo di progredire nelle posizioni in un incontro, e anche quando un atleta impedisce al suo avversario di progredire. L'arbitro dovrà contare 20 secondi consecutivi ed al termine mostrare il gesto di mancanza di combattimento, seguito dal comando verbale “Fight” ed il gesto per segnalare la penalità.
- Lasciare il tatami o spingere fuori dal tatami l'avversario senza eseguire nessuna azione tecnica.
- Quando un atleta corre attorno all'area di combattimento, senza combattere.
- Quando due atleti mettono la guardia contemporaneamente, l'arbitro dovrà iniziare un conto alla rovescia di 20 secondi. Se alla fine dei 20 secondi, anche se gli atleti si sono mossi, uno degli atleti non raggiunge la posizione dominante, non ha una sottomissione in corso, o non è imminente il completamento di una posizione di punteggio, l'arbitro fermerà l'incontro e darà una penalità ad entrambi gli atleti. In questa situazione, l'arbitro farà ripartire dalla posizione in piedi.
- Quando un atleta rompe la presa dell'avversario che ha messo la guardia e non ritorna a combattere.
- Quando entrambi gli atleti simultaneamente mostrano una mancanza di combattimento (stallo) in ogni posizione del combattimento.
- Uscire dal combattimento a terra alzandosi in piedi e non ritornare a combattere.
- La passività non può essere dichiarata quando un atleta si sta difendendo dagli attacchi di front-mount, back-mount, back-control, controllo laterale o posizione nord-sud.
- Non sarà considerata mancanza di combattimento quando un atleta è in front-mount o back-mount, finché le caratteristiche tecniche della posizione sono rispettate.

- Quando un atleta afferra l'interno della giacca o dei pantaloni del suo avversario, quando entra all'interno della Gi e quando un atleta passa la mano all'interno del Gi dell'avversario per prendere la parte esterna del Gi.
- Mettere le mani in faccia all'avversario.
- Andare a terra senza presa.
- Usare la cintura per qualsiasi tecnica qualora non sia legata.
- Ritardare il combattimento, non presentandosi pronti a combattere o quando si perde tempo per sistemare il GI o la cintura. (vestiario non corretto, indossare oggetti non autorizzati, rimuovere la cintura, aprire il GI, quando un atleta richiede più di 20 secondi per annodare la sua cintura dopo uno stop)
- Per le categorie **under 12** e **under 15** è proibito per un atleta saltare in guardia chiusa mentre il suo avversario è in piedi. Quando questo succede, l'arbitro ferma l'incontro, e fa ripartire l'incontro al centro con gli atleti in piedi.
- Posizionare il piede, deliberatamente nella cintura dell'avversario.
- Posizionare il piede, deliberatamente all'interno del bavero del GI, senza aver effettuato una presa sullo stesso lato del GI.
- Parlare o commentare. (senza motivazioni mediche o di sicurezza)
- Disobbedire agli ordini dell'arbitro.
- Uscire dall'area di combattimento per prevenire che l'avversario completi uno Sweep o Take-down. (si veda capitolo Sweep e take-down, dovranno essere assegnati i punti)
- Uscire dall'area di gara dopo il combattimento prima dell'annuncio del vincitore. (in questo caso aggiunta verrà comminata una penalità e almeno un vantaggio sarà dato all'avversario)





## 10.2 - Azioni proibite gravi

Le seguenti azioni sono considerate azioni proibite gravi e punite con la squalifica.

La prima volta che un concorrente compie un'azione proibita grave verrà punito con squalifica.



- Eseguire qualsiasi azione intenzionale avente la chiara intenzione di ferire l'avversario!
- Uscire deliberatamente dall'area di combattimento durante una sottomissione (senza una tecnica di uscita corretta)
- Eseguire una qualsiasi leva che interessi la colonna vertebrale senza un soffocamento (tirare la testa dell'avversario dalla posizione di guardia non è considerata una leva al collo)
- Sbattere l'avversario sul tappeto, mentre è in posizione di guardia chiusa o in back-control.
- Tecniche di proiezione o trascinalamento che proiettino o forzino la testa o il collo dell'avversario al suolo.
- Dare pugni o calci, mordere l'avversario o applicare ogni altra azione che è contro l'etica e il buon comportamento o se un concorrente si mostra avventato o antisportivo. Per tale comportamento (in ogni momento della gara) gli arbitri del tatami decideranno se l'atleta dovrà essere squalificato dal resto della gara. L'atleta squalificato perderà tutti gli incontri che aveva già vinto, incluse le medaglie.
- Fare leve alle dita delle mani e dei piedi.
- Applicare alla gamba leve in rotazione come agganciare il tallone e ruotare il piede verso l'esterno.
- Gravi attacchi laterali che interessino il ginocchio (incrociare la gamba dall'esterno in una situazione di leva o con una forte compressione).
- Spingere le dita negli occhi dell'avversario.
- Quando un atleta strangola il suo avversario con le mani nude (non usando il GI o con una o entrambe le mani intorno al collo dell'avversario o applicando una pressione alla trachea dell'avversario con il pollice) o bloccando il passaggio dell'aria dalla bocca o dal naso dell'avversario usando le mani.



- Quando un atleta intenzionalmente tenta di far squalificare il suo avversario, reagendo in un modo che ponga l'avversario in una posizione illegale.
- Usare ogni sostanza o crema scivolosa o migliorativa che possa influire sull'avversario.
- Quando un atleta non riesce a cambiare il GI con uno nuovo, entro un tempo stabilito dall'arbitro.

### Sezione 10.3 – Tecniche proibite

	U12	U15	CAT. SUP.	
1	✗			Sottomissione divaricando le gambe
2	✗	✗		Strangolamento con leva cervicale
3	✗	✗		Leva alla gamba dritta
4	✗	✗		Strangolamento con avambraccio usando le maniche (sode guruma jime- Ezekiel)
5	✗	✗		Strangolamento a ghigliottina frontale
6	✗	✗		Omoplata (ashi sankaku garami)
7	✗	✗		Tirare la testa verso se stessi nello strangolamento a triangolo (sankaku jime)
8	✗	✗		Strangolamento a triangolo con le mani
9	✗	✗		Saltare in guardia
10	✗	✗		Do-jime in guardia chiusa
11	✗	✗		Leva al polso
12	✗	✗		Atterramento con singola gamba con la testa dell'attaccante fuori dal corpo dell'avversario
13	✗	✗		Leva in compressione al bicipite
14	✗	✗		Leva in compressione al polpaccio
15	✗	✗		Hiza-juji-gatame (Kneebar)
16	✗	✗	✗	Leva al piede
17	✗	✗	✗	Slam
18	✗	✗	✗	Leva alla Colonna vertebrale senza strangolamento
19	✗	✗	✗	Leva al tallone
20	✗	✗	✗	Leve in rotazione al ginocchio
21	✗	✗	✗	Bloccaggio del piede diritto con rotazione verso l'interno
22	✗	✗	✗	Pressione laterale al ginocchio (incrociando da fuori a dentro)
23	✗	✗	✗	Leva al piede in torsione verso l'esterno
24	✗	✗	✗	Tecnica a forbice (kani basami)
25	✗	✗	✗	Leve alle dita
26	✗	✗	✗	Atterramento sulla testa o sul collo non controllato







## (KNEE RIPPING)

### ATTACCHI LATERALI AL GINOCCHIO azione proibita grave sanzionata con squalifica

Il knee ripping si ha quando un atleta posiziona la propria coscia dietro la gamba del suo avversario e passa il suo polpaccio sopra al ginocchio del suo avversario, posizionando il suo piede oltre la linea mediana verticale del corpo del suo avversario e applica una pressione esterna al ginocchio del suo avversario, verso l'interno, mantenendo il piede della gamba a rischio bloccato tra l'anca e l'ascella.

Non è necessario che uno degli atleti trattenga il piede del suo avversario affinché il piede possa considerarsi preso o bloccato. Ai fini di questa regola, quando un atleta è in piedi e porta il peso sul piede della stessa gamba del ginocchio in pericolo, il piede sarà considerato preso o bloccato.

Attacchi laterali gravi che interessano il ginocchio (incrociare le gambe da fuori in situazione di leva, o con forte pressione)

- Quando un atleta esegue il movimento avente le suddette caratteristiche, con il piede che incrocia la linea mediana verticale del corpo dell'avversario.



- Quando entrambi gli atleti effettuano una tecnica di sottomissione, sarà considerata azione proibita grave per l'atleta che incrocia il suo piede con le caratteristiche menzionate prima.



## NON SANZIONABILE



Piede libero

Incrociare il piede sotto al ginocchio

### Sezione 11 – RISOLUZIONE DELL'INCONTRO

a. Sottomissione.

Un atleta può vincere l'incontro prima della fine del tempo di combattimento, qualora un concorrente applichi una leva o uno strangolamento che faccia arrendere l'avversario o che obblighi il MR a fermare l'incontro. Questo è chiamata una sottomissione. In questo caso il concorrente perdente ottiene 0 punti e il vincitore ottiene 100 punti

b. Dopo che il tempo di combattimento è finito, l'atleta che ha più punti alla fine dell'incontro sarà il vincitore.

c. Se gli atleti hanno uguale punteggio alla fine dell'incontro, il concorrente che ha ottenuto il maggior numero di vantaggi vince l'incontro.

d. Se il risultato è uguale sia nel totale dei punti che nel numero di vantaggi, le penalità decidono il vincitore. Se il risultato è uguale sia nel totale dei punti, che nel numero dei vantaggi che nelle, penalità, ci sarà un ulteriore round con golden score. Il primo punto, il vantaggio o la penalità finirà l'incontro. I punteggi e le penalità del round iniziale saranno sommate a quelle del round supplementare. Se al termine del round supplementare continua la parità l'incontro sarà deciso da tutti gli arbitri.

f. Nel caso che entrambi gli atleti subiscano, in una finale o semifinale in cui il punteggio è in parità, lesioni accidentali e nessun atleta sia in grado di continuare la gara, il risultato è determinato tramite scelta casuale

g. Se un atleta compie un'azione proibita grave verrà punito con la squalifica. La prima volta perde l'incontro con 0 punti e l'avversario ottiene 100 punti. Alla seconda squalifica viene espulso dal resto del torneo.

h. Se entrambi gli atleti sono puniti con la squalifica l'incontro verrà ripetuto.



## **Sezione 12 - FORFAIT E RITIRO (WALK- OVER, WITHDRAWAL)**

- a. La decisione di vittoria per forfait verrà data da MR a qualsiasi atleta il cui avversario non si presenti per l'incontro dopo essere stato chiamato per 3 volte per almeno 3 minuti, al vincitore andranno 100 punti
- b. La decisione di vittoria per ritiro dovrà essere data dal MR al concorrente il cui l'avversario si ritiri dalla competizione durante l'incontro, all'atleta ritirato andranno 0 punti al vincitore andranno 100 punti

## **Sezione 13 - LESIONE, MALORE E INFORTUNIO**

- Ogniqualvolta un incontro venga fermato perché uno o entrambi i concorrenti sono infortunati, il MR può consentire un tempo massimo di 2 minuti di recupero al (ai) concorrente(i) infortunato(i). Il recupero totale per ogni atleta in ogni incontro sarà di 2 minuti.
- Il tempo medico inizia al comando del MR.
- Quando un atleta presenta un sanguinamento che non si può arrestare dopo essere stato medicato dal dottore per due volte, alle quali ogni atleta ha diritto, su richiesta dell'arbitro, per ciascuno degli infortuni.
- a. Se uno dei due atleti è impossibilitato a continuare, il MR decide secondo le seguenti clausole:
  - 1. Qualora la causa della lesione sia attribuita all'atleta infortunato, l'atleta infortunato perderà l'incontro con 0 punti e all'avversario andranno 100 punti.
  - 2. Qualora sia impossibile attribuire la causa della lesione ad uno degli atleti, l'atleta infortunato perderà l'incontro con 0 punti e all'avversario andranno 100 punti
  - 3. Qualora la lesione sia causata da un'azione illegale compiuta dall'atleta non infortunato, egli verrà squalificato e perderà l'incontro con 0 punti e all'avversario andranno 100 punti
- b. Quando un atleta ha un malore durante l'incontro e non può continuare, perderà l'incontro con 0 punti e all'avversario andranno 100 punti.
- c. Il dottore ufficiale decide se il concorrente lesionato può o non può continuare.
- d. Se un atleta perde conoscenza o se ha un blackout, l'incontro dovrà essere fermato e non potrà più gareggiare per tutta la durata del torneo.
- e. Quando uno degli atleti dichiara di avere dei crampi, l'avversario sarà dichiarato vincitore dell'incontro.
- f. Quando un atleta vomita o perde il controllo delle funzioni corporee basali, come la minzione involontaria o l'incontinenza.