



**JU-JITSU**

**FIGHTING SYSTEM**

**REGOLAMENTO GARA**

**EDIZIONE - 01 GENNAIO 2024**



**JU-JITSU**

**FIGHTING SYSTEM**

**REGOLAMENTO GARA**

**EDIZIONE - 01 GENNAIO 2024**

## INDICE

<b>Legenda:</b>	2
<b>I. PARTE GENERALE:</b>	2
<b>Sezione 1 Campo di Applicazione</b>	2
<b>Sezione 2 OBIETTIVO DELLA COMPETIZIONE</b>	2
<b>Sezione 3 ABBIGLIAMENTO DI GARA E PROTEZIONI PERSONALI</b>	3
<b>Sezione 4 AREA DI GARA</b>	4
<b>Sezione 5 CATEGORIE E TEMPO</b>	5
<b>Sezione 6 ARBITRI</b>	5
<b>Sezione 7 TAVOLO DI GIURIA</b>	6
<b>Sezione 8 COACH</b>	6
<b>Sezione 9 CONTROLLO DOCUMENTI E OPERAZIONI DI PESO</b>	6
<b>II. REGOLAMENTO GARA</b>	7
<b>Sezione 10 SVOLGIMENTO DELL'INCONTRO</b>	7
<b>Sezione 11 APPLICAZIONI DI HAJIME - MATTE - SONOMAMA - YOSHI</b>	8
<b>Sezione 12 PUNTEGGI</b>	9
<b>Sezione 13 SANZIONI</b>	12
<b>Sezione 14 ESITO Dell'incontro</b>	16
<b>Sezione 15 RITIRO E ABBANDONO</b>	16
<b>Sezione 16 INFORTUNIO, MALORE O INDISPOSIZIONE</b>	17
<b>Sezione 17 GARA A SQUADRE - MODALITÀ</b>	18
<b>III. REGOLAMENTO AGGIUNTIVO FIGHTING SYSTEM PER U6 – U8 – U10 – U12 – U14 – U16 – U18</b>	19
<b>IV. GESTUALITA' ARBITRALE</b>	21
<b>V. DISPOSIZIONI FINALI</b>	26
<b>Sezione 18 SITUAZIONI NON CONTEMPLATE NEL REGOLAMENTO</b>	26
<b>Sezione 19 ENTRATA IN VIGORE</b>	26

## LEGENDA

MR .....	Arbitro Centrale
SR .....	Arbitro Laterale
TR .....	Arbitro di Tavolo
VR .....	Arbitro Video
CR.....	Arbitro di Sedia
HR .....	Responsabile Arbitri
PDG .....	Presidente Di Giuria
FS.....	Fighting System

## I. PARTE GENERALE

### Sezione 1 CAMPO DI APPLICAZIONE

Il presente Regolamento è rivolto alle Associazioni e Tesserati al C.S.E.N. Centro Sportivo Educativo Nazionale.

I termini Atleti/ egli / esso / lui / loro contenuti in questo regolamento devono intendersi sia al maschile che al femminile singolare e/o plurale.

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 per tramite del Responsabile Nazionale Settore Agonismo.

### Sezione 2 OBIETTIVO DELLA COMPETIZIONE

Nelle competizioni Fighting System, due Atleti combattono l'uno contro l'altro con L'obiettivo di concludere è vincere l'incontro per full-ippon, ovverosia portando una tecnica perfetta in tutte e tre le fasi di cui si compone il combattimento o vincere superando il proprio avversario, alla fine del tempo stabilito, nel punteggio.

Il Ju-Jitsu Fighting è composto da tre parti:

- Parte 1: Pugni, colpi e calci (atemi).
- Parte 2: Proiezioni e atterramenti, leve articolari e strangolamenti.
- Parte 3: Tecniche di controllo e immobilizzazione, leve articolari e strangolamenti.

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.

### **Sezione 3 ABBIGLIAMENTO DI GARA E PROTEZIONI PERSONALI**

Qualora un Atleta non rispetti queste norme, non è autorizzato ad iniziare la gara. L'Atleta Una volta informato che non è conforme ai requisiti specificati avrà la possibilità di sostituire le parti non idonee e ripresentarsi nuovamente entro 2 minuti. sarà sanzionato all'inizio dell'incontro con uno SHIDO per aver ritardato l'inizio dello stesso.

#### **ABBIGLIAMENTO DI GARA**

- A - Gli Atleti dovranno indossare Gi bianco di buona qualità che deve essere pulito e in buono stato. Dovranno indossare una cintura rossa o blu secondo la chiamata. La giacca deve essere abbastanza lunga da coprire i fianchi e legata con la cintura attorno alla vita  
La cintura dovrà essere legata abbastanza stretta in modo tale da mantenere la giacca ben chiusa lasciando circa 15 cm di cintura da ciascuna parte del nodo.
- B - 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. I pantaloni dovranno essere abbastanza larghi e abbastanza lunghi da coprire la tibia. Gli orli dei pantaloni non possono essere arrotolati.
- C - Alle Atlete è richiesto di indossare un body bianco (T-shirt) sotto la giacca. Agli Atleti è consentito di indossare un indumento tecnico bianco sotto la giacca.
- D - Gli Atleti devono avere unghie corte sia delle mani che dei piedi.
- E - Gli Atleti non possono indossare niente che possa ferire o costituisca pericolo per l'avversario. Gli occhiali non possono essere indossati. Le lenti a contatto possono essere indossate a proprio rischio.
- F - I capelli lunghi devono essere legati con un elastico morbido per capelli. L'Hijab (copricapo femminile Musulmano) è ammesso.

#### **PROTEZIONI PERSONALI**

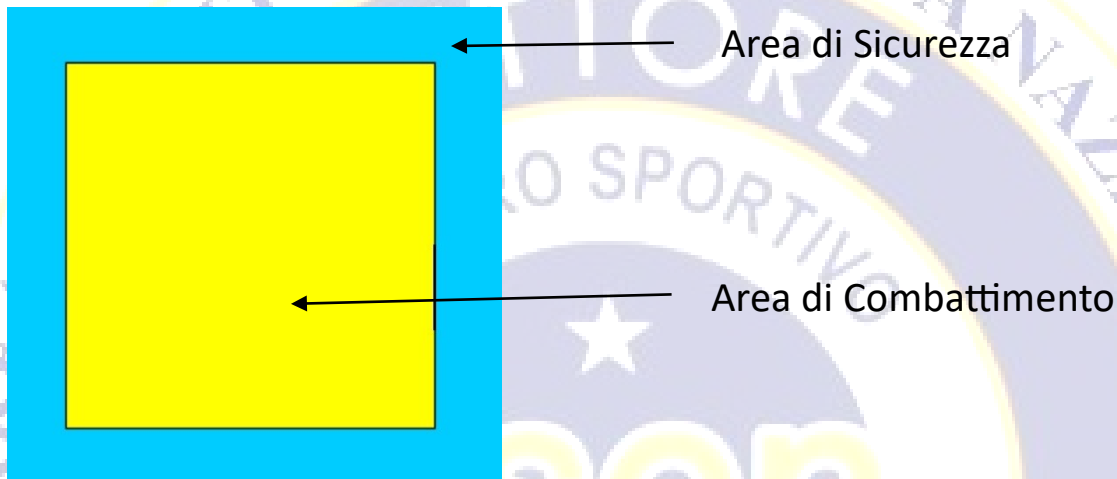
- A - Gli Atleti devono indossare guanti di protezione morbidi, corti, leggeri e protezioni morbide per i piedi e le tibie dello stesso colore della cintura (rosso o blu).
- B - Le protezioni devono essere realizzate interamente di materiale morbido e dovranno essere spesse almeno 1 cm e non più di 2 cm.
- D - È consentito l'uso del paradenti, per gli Atleti l'uso del sospensorio (no conchiglia rigida) e per le Atlete l'uso del paraseno, sono invece obbligatori per gli atleti U18.
- E - Le protezioni di piede e tibia, sospensorio e paraseno vanno indossate sotto il Gi.



I dispositivi di protezione aggiuntivi (tutori di supporto per le spalle, ginocchiere, fasciature) devono essere sufficientemente morbidi e sottili per non ostacolare la presa dell'avversario.

Se dopo l'inizio del combattimento viene riscontrata una violazione alle suddette regole, l'Atleta verrà squalificato.

#### Sezione 4 AREA DI GARA



Tavolo di Giuria

Area di Sicurezza + Area di Combattimento = Area di Gara

- A - La distanza tra l'Area di Gara e il Tavolo di Giuria deve essere almeno 2 m.
- B - 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.
- C - L'Area di Gara sarà divisa in due zone, l'Area di Combattimento e di Sicurezza.
- D - L'Area di Combattimento deve essere sempre 8 m x 8 m.  
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.
- E - L'Area fuori dall'Area di Combattimento sarà chiamata Area di Sicurezza e deve essere larga almeno 2 m.  
Qualora due o più Aree di Gara siano adiacenti, non è concessa un'Area di Sicurezza comune.  
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 5 CATEGORIE E TEMPO**

Le categorie e i tempi di gara sono consultabili nel file " Classi categorie di peso e tempi gara" al sito [www.csen-jujitsu.it](http://www.csen-jujitsu.it)

Gli Atleti raggiungono l'età nell'anno solare corrente (dal 1° gennaio al 31 dicembre).

Nel caso in cui sia prevista la suddivisione per fasce di cintura e nella prima fascia ci sia un solo atleta, quest'ultimo passerà automaticamente nella fascia superiore della stessa categoria di peso.

Gli Atleti Preagonisti non possono gareggiare nella categoria Agonisti.

## **Sezione 6 ARBITRI**

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

MR e VR (o SR) sono supportati dal responsabile arbitri della competizione (HR), che valuta il lavoro dei MR e dei VR (o SR).

A - L'Arbitro Centrale (MR) rimane all'interno dell'Area di Gara e conduce l'incontro.

Il MR è l'unico che dà i punteggi o penalità, o corregge punteggi o penalità dati erroneamente.

I MR è supportato da due (2) arbitri video (VR) situati accanto al tavolo dei PdG.

Vengono utilizzate due (2) videocamere situate agli angoli opposti del tappeto.

Le azioni che portano a un infortunio o a un ippon devono sempre essere esaminate dai VR.

Le azioni, che portano a un hansoku-make diretto, debbono essere esaminate dall'HR.

B - Ove non possibile l'utilizzo delle riprese video, i VR assumeranno la definizione di SR (Arbitri Laterali) e assisteranno il MR posizionandosi su fronti opposti nell'Area di sicurezza in modo da poter seguire al meglio l'andamento dell'incontro e assegnare i loro punteggi.

I punti vengono registrati considerando i punti assegnati dalla maggioranza dei tre (3) arbitri.

C - Un Arbitro di Tavolo (TR) collabora con la terna arbitrale, detta i punti e le sanzioni ai Presidenti di Giuria, informa il MR circa la fine del tempo di combattimento, del tempo di OSAE-KOMI e del Tempo Medico.

D - È dovere del MR mantenere i concorrenti entro i confini dell'area di combattimento.

È dovere del MR penalizzare gli allenatori e chiedere loro di lasciare l'area di gara, secondo regolamento

## **Sezione 7 TAVOLO DI GIURIA**

- 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.  
Qualora ci sia differenza tra i due registri, quello cartaceo è quello valido.

## **Sezione 8 COACH**

- A - Il Coach non può essere un Ufficiale di Gara convocato per la stessa competizione e neppure un Atleta gareggiante.
- B - Il Coach deve indossare la divisa dell'Ente o la tuta sociale.  
Non è consentito indossare il Ju-Jitsu GI.
- C - Un solo Coach dovrà rimanere seduto nella postazione assegnatagli al limite dell'Area di Gara durante l'incontro, può assistere gli Atleti in gara ma non gli è consentito contestare o influenzare le decisioni arbitrali.
- D - Nel caso sia in atto l'utilizzo del VAR il Coach può richiedere di riconsiderare la decisione arbitrale per mezzo dell'utilizzo del Challenge nelle modalità previste.
- E - 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.
- F - Qualora il cattivo comportamento continui, gli Arbitri dell'incontro possono decidere di allontanarlo dall'Area per l'intera competizione.  
Essi informeranno il Responsabile Arbitri della loro decisione e il Responsabile della Gara che effettuerà un annuncio ufficiale ed informerà tutti i Presidenti di Giuria.

## **Sezione 9 CONTROLLO DOCUMENTI E OPERAZIONI DI PESO**

**Tutti gli Atleti e Accompagnatori dovranno obbligatoriamente presentarsi con un documento d'identità valido e il tesserino assicurativo.**

Gli Atleti dovranno presentarsi alle operazioni di peso con il seguente abbigliamento: pantaloncini lunghi fino al ginocchio e maglietta a maniche corte (T-Shirt) non trasparente. Non è prevista tolleranza di peso.



## II. REGOLAMENTO GARA

### Sezione 10 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 ambedue 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 - Dopo il MATTE gli Atleti devono immediatamente risistemare il loro Gi e le protezioni, dopodiché ritornare alla loro posizione iniziale.  
Se ciò non accade il MR indicherà di sistemare il Gi e protezioni concedendo 15 secondi extra; qualora ciò accadesse in più occasioni, l'Atleta sarà punito con SHIDO.
- L - Le tecniche che iniziano fuori dall'Area di Combattimento non riceveranno nessun punteggio. L'MR deve fermare l'incontro e riportare gli Atleti al centro dell'Area in piedi.  
Se un Atleta entra nell'Area di Sicurezza con entrambi i piedi solo per un breve momento, e ritorna nell'Area di Combattimento immediatamente, l'incontro non sarà interrotto.
- I - 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 11 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<sup>e</sup> le Fasi;
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 VR/SR lo ritenga necessario attirando l'attenzione del MT battendo le mani;
9. Quando il tempo del combattimento è terminato;
10. Se un Atleta è con entrambi le ginocchia a terra o seduto o sdraiato e il suo avversario applica un Atemi.

**C** - Il **SONOMAMA** sarà usato se il MR deve temporaneamente sospendere l'incontro, In questo caso, agli Atleti, non è più consentito muoversi, rimanendo congelati nella loro posizione.

Il MR userà il **SONOMAMA** Per dare ad uno od entrambi gli Atleti un'ammonizione o una sanzione in 2<sup>a</sup> Fase o 3<sup>a</sup> Fase.

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**.

**D** - Nel caso in cui venga assegnata una penalità per passività perché un Atleta ha saltato la 1<sup>a</sup> o 2<sup>a</sup> Fase o si è rifiutato di passare in 3<sup>a</sup> Fase, l'incontro riprenderà nella Fase per la quale è stata assegnata la passività.

## Sezione 12 PUNTEGGI

Se il gruppo arbitri è composto da MR e 2 VRs:

- I punti sono dati da MR.
- Se almeno 1 VR è d'accordo con il MR, il punteggio dato è valido.
- Se entrambi i VR non sono d'accordo con il MR, uno di loro si alza e mostra il punteggio corretto (se entrambi i VR sono d'accordo) o il punteggio intermedio (se tutti e 3 gli arbitri vogliono dare punteggi diversi).

Se il punteggio viene modificato dai VR, il MR deve mostrare la parte in cui si è verificato il cambiamento e il punteggio cambiato.

Se il gruppo arbitri è composto da un MR e 2 SRs:

I punti sono assegnati da tutti gli arbitri contemporaneamente e vengono assegnati seguendo la regola della maggioranza, ad esempio i punti saranno assegnati quando almeno 2 arbitri (1 MR e 1 SR o 2 SR) hanno assegnato lo stesso punteggio.

Se gli arbitri danno punteggi diversi l'uno dall'altro, verrà preso il punteggio intermedio.

### • F A S I

#### A - I seguenti punti possono essere assegnati in 1^ Fase

Pugni, Colpi e Calci devono toccare ed essere applicati con HIKITE / HIKIASHI, con buon bilanciamento e controllo.\*

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

- Un calcio alla testa che soddisfa i criteri di cui sopra e non viene bloccato dall'avversario.
- Un pugno, colpo o calcio non parato
- Un pugno, colpo o calcio parzialmente parato

Ippon 3 Punti  
Ippon 2 Punti  
Wazari 1 Punto

- Gli Arbitri non possono assegnare un punteggio ad entrambi gli Atleti durante un singolo scambio di tecniche, né possono assegnare più di un punteggio al singolo Atleta nel corso dello stesso scambio. Questa regola non pregiudica la possibilità di assegnare penalità nello stesso scambio di tecniche;
- In 1^ Fase gli Arbitri devono ignorare tecniche di Wazari se seguite immediatamente da una tecnica di Ippon;
- Se entrambi gli Atleti eseguono una tecnica valutata come Ippon, il punteggio viene assegnato all'Atleta che l'ha eseguita per primo;
- Se le tecniche vengono portate contemporaneamente, non verrà assegnato nessun punteggio;
- Uno scambio di tecniche termina quando gli Atleti si sono completamente allontanati l'uno dall'altro.

\* VEDI: allegato III. REGOLAMENTO AGGIUNTIVO F.S. PER U14 e U16

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

Proiezioni, atterramenti, leve articolari e strangolamenti

1. Strangolamenti e leve articolari che costringono alla resa con battuta o in maniera verbale Ippon 3 Punti
2. Una proiezione perfetta portata in pieno controllo e dinamicità (anche nel caso in cui l'avversario non cada sulla schiena) o un atterramento portato senza che l'avversario ne contrasti l'azione Ippon 2 Punti
3. Una proiezione o atterramento non perfetti Wazari 1 Punto
  - a. Una tecnica in cui l'Atleta atterra sulla schiena, sul lato o sull'addome e/o sul petto contro il tatami quando l'avversario rimane in posizione dominante o allo stesso livello dell'Atleta, può essere valutata nella 2<sup>a</sup> Fase.
  - b. Se viene eseguita una tecnica di atterramento sollevando l'avversario dalla 3<sup>a</sup> Fase, non gli verrà assegnato nessun punteggio.
  - c. Quando un Atleta atterra con entrambe le ginocchia, a quattro zampe o in posizione seduta non gli verrà assegnato nessun punteggio.
  - d. Quando un Atleta atterra con entrambe le ginocchia e il petto o l'addome gli verrà assegnato un punteggio.
  - e. Se l'atterramento di un Atleta viene neutralizzato dal suo avversario ed entrambi atterrano in modo che nessuno dei due Atleti abbia il controllo, verrà segnalato "aiuchi"

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

Tecniche al suolo, leve articolari, strangolamenti e immobilizzazioni

1. Strangolamenti, leve articolari e immobilizzazioni che portano Alla resa dell'avversario con battuta o in maniera verbale Ippon 3 Punti
2. Un controllo efficace annunciato come Osae - Komi che duri 15 secondi Ippon 2 Punti
3. Un controllo efficace annunciato come Osae - Komi che duri almeno 10 secondi ma meno di 15 secondi wazari 1 Punto



## OSAE - KOMI

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

- Quando la persona sdraiata sul pavimento subisce un controllo da parte dell'avversario sulla schiena, sul fianco o sull'addome.
- Le gambe di tori sono libere (nel back-control le gambe di tori sono considerate libere).
- Uke è ben immobilizzato e non può muoversi liberamente e tori ha un buon controllo sull'uke.
- Tori fa una sottomissione in cui controlla la parte superiore del corpo dell'uke (ad esempio sankaku-jime e juji-gatame) e dove sono in una posizione più alta rispetto all'uke.

Il tempo dell'Osae-Komi continua:

- La persona controllata è in grado di catturare una gamba di tori (mezza guardia).
- I concorrenti si muovono sul tappeto da un back control a terra (ad esempio da un back control o da una monta) con tori in controllo.
- La persona controllata si mette a quattro zampe con entrambe le ginocchia a terra / posizione tartaruga, nel caso di back control con Tori in controllo.

La fine dell'osae-komi termina (Toketà)

- La persona controllata avvolge entrambe le gambe di tori (guardia chiusa).
- La persona controllata può girare l'avversario (tranne in caso di back-control).
- La persona controllata è in grado di mettersi in piedi o in ginocchio in posizione eretta.
- La persona controllata si mette in posizione a quattro zampe / tartaruga con le ginocchia a terra.
- (Per Back Mount) La persona controllata si mette a quattro zampe con le ginocchia sollevate da terra.
- Entrambi i concorrenti lasciano completamente l'area di combattimento.

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.

Punti per diverse tecniche di controllo o di sottomissione che sono considerate Osae-Komi non possono essere accumulati. (esempio: Un Juji-gatame o un Sankaku-jime tenuto per più di 10 secondi che termina con una sottomissione, non porterà ad un Wazari e ad un Ippon), Il MR in questo caso annuncerà TOKETA per l'Osae-Komi e assegnerà un Ippon da 3 punti per la sottomissione.

Se una tecnica di sottomissione è anche una tecnica di Osae-Komi, se non viene finalizzata con una resa entro 15 secondi il MR annuncerà MATE e darà un Ippon (2 punti) a Tori.

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



## Sezione 13 SANZIONI

Le penalità devono essere date dalla maggioranza degli arbitri.

Se un concorrente compie un'azione che soddisfa più criteri per le sanzioni, viene inflitta la sanzione più severa.

Le sanzioni si distinguono in :

- Azioni Vietate Leggere
  - Un'azione vietata leggera sarà sanzionata con SHIDO e all'avversario sarà assegnato un WAZARI (1 Punto).
- Azioni Vietate
  - Vengono penalizzati con chui, assegnando 3 waza-ari all'avversario. Se un concorrente accumula 6 o più punti di penalità, questo si traduce in un grave fallo. (hansoku-make).
- Azioni Vietate Gravi.
  - I falli gravi si dividono tra falli tecnici e falli disciplinari
    - a. Falli tecnici gravi sono penalizzati con hansoku-make e la squalifica del concorrente incriminato nel combattimento.
    - b. Falli disciplinari gravi vengono penalizzati con hansoku-make, ma il concorrente incriminato verrà immediatamente espulso dal torneo, perdendo tutti i combattimenti, le medaglie e i punti di qualificazione dell'intero evento (in tutte le discipline e categorie).

### Le seguenti azioni sono considerate **AZIONI VIETATE LEGGERE**:

#### A. PASSIVITA'

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<sup>a</sup> o 3<sup>a</sup> Fase; essere attivi in 1<sup>a</sup> Fase significa effettuare un reale tentativo di ottenere punti in almeno 2 scambi di tecniche prima di entrare nella 2<sup>a</sup> Fase, questo ogni volta che gli Atleti iniziano o riprendono il combattimento in posizione in piedi (esempio: ogni volta che il MR annuncia HAJIME).

##### 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 senza il tentativo di applicare una tecnica
- Se gli Atleti rifiutano di procedere in 2<sup>a</sup> Fase, pur essendo attivi in 1<sup>a</sup> Fase
- La passività deve essere data se gli Atleti non passano alla 2<sup>a</sup> Fase entro circa 30 secondi; dopo tale penalità il tempo sarà ridotto a circa 15 secondi
- Un Atleta esegue un falso attacco per raggiungere il suolo volutamente per Passare in 3<sup>a</sup> Fase
- Quando un Atleta attivo in 1<sup>a</sup> Fase può procedere in 2<sup>a</sup> Fase anche dopo falliti tentativi di punteggiare ma non può procedere direttamente in 3<sup>a</sup> Fase

3. Passività in 3<sup>a</sup> Fase:

- Uno o entrambi gli Atleti non eseguono alcuna azione volta ad ottenere punti;
- Quando un Atleta torna direttamente in 1<sup>a</sup> o 2<sup>a</sup> Fase rifiutandosi di combattere in 3<sup>a</sup> Fase;

Nel caso in cui venga assegnata una penalità per passività perché un Atleta ha saltato la 1<sup>a</sup> o 2<sup>a</sup> Fase o si è rifiutato di passare in 3<sup>a</sup> Fase, l'incontro riprenderà nella Fase per la quale è stata assegnata la passività.

In deroga alla regola generale sulle passività, lo SHIDO non deve essere assegnato se un Atleta coglie un'opportunità (esempio: afferrare una gamba dell'avversario durante un calcio pur non essendo ancora stato attivo in 1<sup>a</sup> Fase oppure eseguire un Tobi-juji-gatame, alzarsi in piedi per passare la guardia dell'avversario); se ciò si verifica in più casi e l'Atleta dimostra di rifiutare di combattere in una delle 3 Fasi, gli verrà assegnato uno SHIDO per passività.

B. MUBOBI.

Impostazione di un'azione con la quale un Atleta si mette in pericolo.

E' possibile assegnare un MOBOBI ad un Atleta ed assegnare punteggio all'avversario per la stessa azione.

C. USCIRE DALL'ARIA DI GARA

1. Uscire fuori dall'Area di Gara con entrambi i piedi volontariamente
  - Se un Atleta entra nell'Area di Sicurezza con entrambi i piedi solo per un breve momento e ritorna nell'Area di Combattimento immediatamente, non verrà sanzionato e l'incontro non verrà interrotto.
  - Se un Atleta esce dall'Area di Combattimento per eludere tecniche violente e/o incontrollate non sarà sanzionato con SHIDO.
2. In 2<sup>a</sup> Fase spingere l'avversario fuori dall'Area di Combattimento volontariamente.
3. In 3<sup>a</sup> Fase, durante un Osae-komi o una tecnica di sottomissione, Uke esce volontariamente ma non tecnicamente dall'Area di Combattimento e fa sì che entrambi gli Atleti escano dall'Area di Combattimento

D. ATEMI – COLPO IN PRESA:

1. Colpire volontariamente con calci o pugni l'avversario dopo l'inizio della 2<sup>a</sup> e 3<sup>a</sup> Fase
2. Eseguire Ate mi in presa: se un Ate mi viene eseguito contemporaneamente all'inizio della presa passando dalla 1<sup>a</sup> alla 2<sup>a</sup> Fase può essere valutato come punto.

E. Eseguire una qualsiasi azione dopo l'annuncio di MATTE o SONOMAMA.

F. TECNICHE VIETATE:

1. Colpire con calci o pugni le gambe dell'avversario.
2. Eseguire leve alle dita di mani o piedi.
3. Incrociare le gambe attorno ai reni o alle costole e comprimere (do-jime)  
**Solo per gli U16.**
4. Eseguire strangolamento a mani/dita nude.
5. In 2<sup>a</sup> o 3<sup>a</sup> Fase mettere la mano o il piede in faccia all'avversario.

## G. PERDITA DI TEMPO:

1. 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.
2. Ripetutamente non avere il GI e le protezioni sistemate quando si ritorna alla posizione di partenza.
3. Non avere sistemato il GI e le protezioni in tempo (20 secondi) dopo il comando del MR di riordinare il GI.
4. Qualora l'Atleta perda tempo volontariamente (aggiustando il Gi, togliendosi la cintura o i guanti, ecc.).

### **Le seguenti azioni sono considerate AZIONI VIETATE**

Un'azione vietata sarà punita con CHUI e all'avversario saranno assegnati 3 Wazari (che si traducono in punti di penalità).

Se un concorrente accumula 6 o più punti di penalità, questo si traduce in un Azione Grave. (hansoku-make).

A. Eseguire attacchi come calci, pugni, spinte e colpire l'avversario con violenza.

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.

È possibile assegnare contemporaneamente la sanzione sia di MUBOBI che di Atemi pericoloso

B. Ignorare le istruzioni del MR.

Alla seconda sanzione per la medesima Azione Vietata Leggera il MR avviserà l'Atleta che un'ulteriore sanzione comporterà l'assegnazione del CHUI.

C. Proferire inutili grida, osservazioni o gesti all'avversario, Arbitri, Presidenti di Giuria o chiunque altro ma non abbastanza severi da giustificare una squalifica.

D. Eseguire un'azione incontrollata, come calci e pugni circolari che non siano arrestati, anche qualora manchino l'avversario.

Si definisce atemi orizzontale incontrollato quando oltrepassa la linea mediana dell'avversario.

Si definisce atemi verticale incontrollato se supera la linea della mascella dell'avversario.

E. Eseguire pugni o calci diretti alla testa anche se l'attacco manca l'avversario.

F. Atterramenti pericolosi:

1. Eseguire una tecnica di atterramento in cui l'avversario atterri fuori dall'Area di Sicurezza con qualsiasi parte del corpo.
2. Applicare una tecnica di atterramento facendo atterrare l'avversario sul viso, sulla testa o sul collo.
3. Eseguire un atterramento violento.

G. Discutere con il Coach durante l'incontro.

**Le seguenti azioni sono considerate AZIONI VIETATE GRAVI:**

La prima volta che un Atleta commette un'Azione Vietata Grave viene sanzionato con un HANSOKU-MAKE, perde l'incontro con 0 punti mentre all'avversario saranno assegnati 50 punti o il punteggio già ottenuto, qualora maggiore di 50.

L'Atleta sanzionato può continuare l'incontro.

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

Qualora entrambi gli Atleti siano sanzionati per HANSOKU-MAKE, l'incontro sarà ripetuto ma non è prevista nessuna pausa tra i due incontri e i punti, gli ippon, le penalità non verranno riportati nel nuovo incontro.

Qualora un Atleta avesse perso precedentemente per HANSOKU-MAKE l'avversario vincerà automaticamente l'incontro.

A. Eseguire una qualsiasi azione che possa ferire l'avversario.

Le tecniche che causano sanguinamento, ma non sono dovute alla riapertura di una ferita esistente, devono essere valutate dagli Arbitri per determinare, in base alla situazione, se si tratta di MUBOBI (Shido), Atemi pericolosi (Chui) o azione che può ferire l'avversario (Hansoku-make).

B. Proiettare o cercare di proiettare l'avversario con una leva articolare o strangolamento in atto. Una tecnica di atterramento eseguita in combinazione di una leva articolare che si identifica con un Kote-Gaeshi è intesa come tecnica di atterramento valida.

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).

F. Mostrare un comportamento antisportivo che va al di là di quanto indicato al punto "C" Azioni Vietate, (esempio: fingere un infortunio con l'intenzione di far sanzionare l'avversario, bestemmie, parole o gesti razzisti di odio o comunque inopportuni). Se un Atleta è punito con un Hansoku-make per comportamento antisportivo viene immediatamente espulso dalla competizione e perde tutti i combattimenti, le medaglie e i punti gara.



## Sezione 14 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 ) finché non vi sia un esito dell'incontro, con una pausa di 1 minuto tra i round addizionali.  
L'extra round è pari a 2/3 del tempo regolamentare:  
2 minuti dagli U16 agli Adults, 80 secondi dagli U6 ai U14 e i Masters.  
La procedura può essere ripetuta.  
Gli Atleti mantengono i punteggi e le sanzioni dell'incontro iniziale e verranno riportati nell'incontro supplementare.

## Sezione 15 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 50 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 50 punti, o il punteggio già ottenuto qualora maggiore di 50 e al perdente 0 punti.



## Sezione 16 INFORTUNIO, MALORE O INDISPOSIZIONE

- A. In qualsiasi caso 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 TR su segnalazione del MR quando il personale medico comincia a prestare le cure all'Atleta infortunato.
- 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, o è impossibile attribuire la causa del danno a entrambi i concorrenti, Kiken-gachi (vittoria per ritiro) sarà dato al concorrente non ferito
  2. Se la causa della lesione è attribuita al concorrente illeso, Kiken-gachi (vittoria per ritiro) sarà dato al concorrente infortunato.  
Se l'azione che ha portato alla lesione è stata per un grave fallo, Hansoku make sostituisce Kiken Gachi.
  3. Se un concorrente si ammala durante la partita e non è in grado di continuare, Kiken-Gachi (Vincita per ritiro) sarà dato all'avversario.
  4. Se un concorrente perde il controllo delle funzioni corporee di base (ad esempio vomito, minzione involontaria, o incontinenza intestinale) kiken-gachi (vittoria per ritiro) sarà data all'avversario.
- D. La decisione è effettuata dal medico ufficiale.

## Sezione 17 GARA A SQUADRE - MODALITA'

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

A. Ogni squadra sarà formata da 7 Atleti per le seguenti categorie di peso e sesso:

MASCHILE fino a 62 Kg - 69 Kg - 77 Kg - 85 Kg - +85 Kg

FEMMINILE fino a 63 Kg - +63 Kg

B. Le squadre possono presentare Atleti di riserva per ogni categoria di peso. Le eventuali sostituzioni devono essere comunicate almeno 15 minuti prima dell'incontro.

I nominativi degli Atleti di riserva devono essere comunicati alla Direzione di Gara e devono aver espletato le normali procedure di peso.

Una volta presentata la formazione non può essere cambiata nel corso dell'incontro, ma può essere cambiata negli incontri successivi, purché con Atleti risultanti dal verbale di peso.

C. È consentito che un'Atleta disputi la gara nella categoria di peso Immediatamente superiore a quella naturale.

D. Le riserve non possono sostituire un Atleta squalificato nel corso del combattimento, ma un Atleta squalificato può tornare a gareggiare negli incontri successivi.

E. Vince la squadra che totalizza più vittorie.

Nei gironi all'italiana nel caso di parità di vittorie vince la squadra che avrà totalizzato il maggior numero di incontri vinti.

In caso di ulteriore parità, vince la squadra che avrà totalizzato il maggior numero di punti.

In caso di ulteriore parità, alla presenza del rappresentante delle squadre interessate, si sortoggerà una categoria di peso che effettuerà un combattimento e decreterà la vittoria alla squadra.

### III. REGOLAMENTO AGGIUNTIVO FIGHTING SYSTEM PER U6(4-5anni) U8(6-7anni) U10(8-9anni) U12(10-11anni) U14(12-13anni) U16(14-15anni)

#### **BAMBINI U6(4-5anni) U8(6-7anni) – FANCIULLI U10(8-9anni) RAGAZZI U12(10-11anni)**

Per i **Bambini U6 e U8** l'incontro si svolge solo in seconda e terza fase; pertanto, non sono previste protezioni specifiche per mani, piedi e tibie né l'uso del paradenti. In caso di Hikiwake la decisione verrà presa dagli arbitri tramite Hantei.

Per **Fanciulli U10 e Ragazzi U12** in caso di Hikiwake (parità) al termine del tempo regolamentare, l'incontro supplementare avrà durata di 1 minuto.

#### **MATERIALE**

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

Sono vietate le seguenti azioni, sanzionate con Chui:

#### Prima Fase:

- Eseguire qualsiasi attacco (calci, atemi, pugni) che tocca la testa dell'avversario.

#### Seconda Fase:

- Eseguire bloccaggi e strangolamenti in 2<sup>a</sup> Fase;
- Tecniche di sollevamento (tipo ura nage, te guruma);
- Tecniche con entrambi le ginocchia a terra;
- Maki-Komi;
- Sutemi waza, con esclusione del tani-otoshi che verrà considerato valido se tirato come contro tecnica;
- Tecniche che prevedano la presa alle gambe o ai pantaloni (tipo Morote gari, sukui nage, kuchiki daoshi)
- Effettuare proiezioni con chiusura del collo e/o della nuca senza la presa al Gi sulla schiena/dorso/spalla;
- Eseguire proiezioni con entrambi le braccia dell'avversario bloccate
- Cadere con violenza sull'avversario dopo aver effettuato una proiezione;
- Eseguire qualsiasi forma di strangolamento o leva articolare.

#### Terza fase:

- Eseguire qualsiasi forma di strangolamento o leva articolare (incluso do-jime);
- Effettuare immobilizzazioni con chiusura del collo e/o della nuca senza la presa al Gi sulla schiena/dorso/spalla;
- Eseguire Sankaku-waza.

## ESORDIENTI A E B U14 – U16

Sono vietate le seguenti azioni, sanzionate con Chui:

Prima Fase:

- Eseguire atemi che toccano la testa dell'avversario.

Seconda Fase:

- Eseguire qualsiasi forma di strangolamento o leva articolare.

Terza fase:

- Eseguire leve articolare alle gambe;
- Comprimere le costole e i reni in guardia chiusa – do jime.

### 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).

## TABELLA AZIONI CONSENTITE / NON CONSENTITE

	U10 - U16	U18 / U21 / Adults / Masters	Techniques
1	S	S	Atemis alle gambe
2	S	S	Leva alle dita delle mani o dei piedi
3	S	S	Mettere la mano o il piede in faccia all'avversario nella parte 2 o 3
4	C	✓	Atemis tocca la testa dell'avversario
5	C	✓	Leve e strangolamenti in parte 2
6	C	✓	Comprimere i reni o le costole dell'avversario nella guardia con le gambe incrociate
7	C	C	Atemis applicati in modo duro
8	C	C	Atemis dritti verso la testa dell'avversario
9	C	C	Atemis incontrollati che non vengono fermati
10	C	C	Proiettare l'avversario che atterra al di fuori dell'area di sicurezza con qualsiasi parte del corpo
11	C	C	Proiezione che fa atterrare l'avversario sul viso, sulla testa o sul collo
12	C	C	Proiezione dura o violenta
13	H	H	Leva al collo o alla colonna vertebrale
14	H	H	Leva in rotazione alle ginocchia o piedi
15	H	H	Forbice alle gambe
16	H	H	Strangolare l'avversario a mani nude
17	H	H	Applicare una proiezione con una tecnica di sottomissione

- ✓ Azione/Tecnica permessa
- S Azione/Tecnica penalizzata con shido (Forbidden Action)
- C Azione/Tecnica penalizzata con chui (Dangerous Technique)
- H Azione/Tecnica penalizzata con hansoku-make (Forbidden Technique)



#### IV. 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.



 <p style="text-align: center;"><b>Passività</b></p> <p>L'Arbitro ruota orizzontalmente entrambe le braccia dal gomito al polso davanti al proprio corpo.</p>	 <p style="text-align: center;"><b>Tecnica non controllata</b></p> <p>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).</p>
 <p style="text-align: center;"><b>Mubobi</b></p> <p>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".</p>	 <p style="text-align: center;"><b>Pugno diretto al viso</b></p> <p>L'Arbitro alza il pugno verso la testa.</p>
 <p style="text-align: center;"><b>Contatto violento</b></p> <p>L'Arbitro mostra il colpo con un pugno contro il palmo.</p>	 <p style="text-align: center;"><b>Colpo in presa</b></p> <p>L'Arbitro mostra con una mano la presa al Gi e con l'altra mano un pugno.</p>
 <p style="text-align: center;"><b>Uscita dall'area di combattimento</b> (segnale del SR)</p> <p>Il SR indica la situazione al MR, cosicché il MR possa agire di conseguenza.</p>	 <p style="text-align: center;"><b>Spingere fuori</b></p> <p>L'Arbitro indica con entrambe le mani la spinta dall'area di combattimento a quella di sicurezza (verso l'esterno).</p>

 <p><b>Proiezione fuori dall'area di gara</b> 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.</p>	 <p><b>Commenti, osservazioni non necessari</b> L'Arbitro posiziona il dito indice esteso davanti alla bocca, il resto della mano è chiusa a pugno.</p>
 <p><b>Osae-komi</b> (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.</p>	 <p><b>Toketa</b> (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.</p>
 <p><b>Azione contemporanea di entrambi gli atleti</b> L'Arbitro flette le braccia orizzontalmente davanti al corpo toccando i pugni tra di loro.</p>	 <p><b>Sanzione</b> (Shido, Chui, Hansoku-make) L'Arbitro indica l'atleta da sanzionare, con l'indice steso, pugno chiuso, ed annuncia la relative sanzione.</p>
 <p><b>Segno di "non ho visto"</b> L'Arbitro copre gli occhi con i palmi aperti per poco tempo (mani davanti agli occhi).</p>	 <p><b>Sistemare il Gi</b> L'Arbitro incrocia le mani di fronte al corpo con le mani aperte, quindi indica l'atleta che deve risistemare il Gi.</p>



 <p><b>Full Ippon</b> (Segno del TR)</p> <p>Il TR mostra al MR il segnale e il colore del vincitore.</p>	 <p><b>Ignorare le istruzioni del MR</b></p> <p>L'Arbitro indica entrambe le orecchie con gli indici distesi, pugni chiusi.</p>
 <p><b>Hikiwake</b> (parità)</p> <p>L'Arbitro incrocia le braccia davanti al petto, palmi aperti. L'arbitro annuncerà "Hikiwake".</p>	 <p><b>Annuncio del vincitore</b></p> <p>L'Arbitro indica il vincitore alzando il braccio a 45 gradi, distendendo la mano aperta e annunciando a voce chiara "Vince" e il rispettivo colore.</p>
 <p><b>Sonomama</b> (Comando "Fermi")</p> <p>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".</p>	 <p><b>Yoshi</b> (Comando "Continuate")</p> <p>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".</p>
 <p><b>Tempo medico</b></p> <p>L'Arbitro forma una T con entrambe le braccia</p>	 <p><b>Perdita di tempo</b></p> <p>L'Arbitro indica il suo "orologio" con l'indice steso, pugno chiuso.</p>



### **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.



## **V. DISPOSIZIONI FINALI**

### **Sezione 18 SITUAZIONI NON CONTEMPLATE NEL REGOLAMENTO**

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.

Il TR non ha diritto decisionale.

### **Sezione 19 ENTRATA IN VIGORE**

**Il seguente Regolamento è in vigore dal 01 GENNAIO 2024.  
Esso sostituisce tutti i regolamenti precedenti.**

