

Modalità di lettura

Per una corretta lettura del regolamento occorre ricordare che:

Il testo scritto in modo normale è quello già in atto

Il testo scritto in grassetto è relativo alle modifiche apportate dalla JJIF nel gennaio 2006

Il testo scritto in corsivo è relativo ad appunti forniti per una corretta interpretazione dei diversi articoli, a volte anche desunti da quanto verbalmente precisato in sede di raduni internazionali arbitri

DISPOSIZIONI GENERALI

INDICE

- 1 - Ambito di utilizzo**
- 2 - Uniforme di gara e requisiti personali**
- 3 - Area di Gara**
- 4- Coaches**

1: Ambito di utilizzo

A - Questo regolamento è da applicarsi alle gare di Fighting System e di Duo System, per atleti Juniores e Seniores, organizzate dalla Federazione Internazionale e dalle Unioni Continentali per campionati e tornei internazionali

B – Le Nazioni sono libere riguardo ai regolamenti per i rispettivi tornei nazionali

2: Uniforme di gara e requisiti personali

A - I contendenti devono indossare il Ju Jitsu Gi (Keikogi) bianco, di buona qualità, pulito e ben ordinato, annodato con la **cintura rossa o blu**.

B - La giacca deve essere lunga abbastanza da coprire i fianchi e deve essere chiusa attorno alla vita con una cintura.

C - Le maniche devono essere abbastanza larghe da permettere le prese ed abbastanza lunghe da coprire la metà dell'avambraccio, ma non il polso. **Le maniche non devono essere rimboccate**

D - I pantaloni devono essere abbastanza larghi da permettere le prese ed abbastanza lunghi da coprire metà dei polpacci. **Le gambe dei pantaloni non devono essere rimboccate**

E - La cintura deve essere annodata con un nodo piatto, ben stretto, in modo tale da mantenere chiusa la giacca e deve pendere dal nodo circa 15 cm per parte.

F - Le contendenti femmine devono portare sotto la giacca una T-shirt o una canottiera bianca. Ai maschi non è consentito portare nulla.

G - I contendenti devono avere le unghie delle mani e dei piedi corte.

H - I contendenti non possono portare alcun oggetto che possa procurare danno fisico all'avversario.

I - Ai contendenti non è consentito portare gli occhiali. Sono permesse le lenti a contatto a proprio rischio.

J – Devono essere indossate **protezioni rosse o blu** per le mani, le gambe ed i piedi.

3: Area di gara

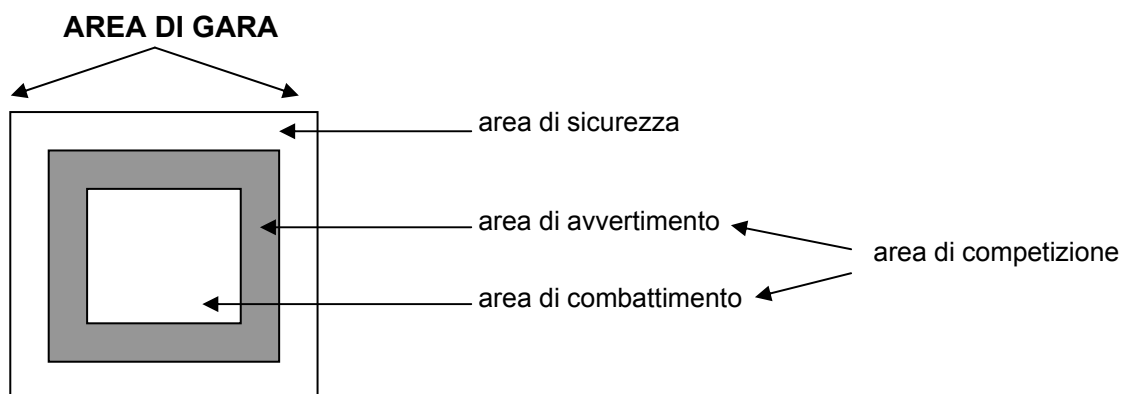
A - Ogni "Area di Gara" deve misurare m 12 x 12 e deve essere ricoperta da tatami di colori (accettabili) adeguati.

B – L'Area di Gara deve essere divisa in due zone. La demarcazione tra queste due zone è chiamata "Area di Avvertimento" ed è indicata da una zona colorata, generalmente rossa, della larghezza di un metro, che costituisce la zona esterna dell'area di competizione.

C – L'area all'interno, inclusa l'area di avvertimento, viene chiamata "Area di Competizione" e deve misurare m 10 x 10. Dentro l'area di competizione ed esclusa l'area di avvertimento si trova un quadrato di m 8 x 8 chiamata "Area di Combattimento"

D – L'area all'esterno dell'area di avvertimento è chiamata "Area di sicurezza" ed è della larghezza minima di un metro.

E – Quando sono utilizzate due o più aree di competizione affiancate, non è consentito l'utilizzo di una area di sicurezza comune.



4 : Coaches

A – Gli Atleti possono essere assistiti solamente da un Coach il quale può stare al limite dell’area di gara durante l’incontro.

B – Se un Coach si comporta male nei confronti degli atleti avversari, degli arbitri, del pubblico o di chiunque altro, il MR può decidere di farlo allontanare dall’area riservata agli accompagnatori per la durata dell’incontro.

C – Se il cattivo comportamento continua il Responsabile degli Arbitri della gara può decidere di farlo allontanare dall’area della gara per l’intera durata della stessa. (1)

1) La sedia per i Coaches deve essere collocata fuori dai tatami

REGOLE D'ARBITRAGGIO PER IL FIGHTING SYSTEM INDICE

- 5 - Disposizioni generali**
- 6 - Attrezzatura**
- 7 - Categorie di peso**
- 8 - Arbitri**
- 9 - Presidenti di Giuria**
- 10 - Svolgimento dell'incontro**
- 11 - Applicazione di Hajime, Matte, Sonomama e Joshi**
- 12 - Punteggi**
- 13 - Penalità**
- 14 - Conclusione dell'incontro**
- 15 - Ritiro e abbandono**
- 16 - Infortunio, malore ed indisposiz**
- 17 - Competizioni a squadre**
- 18 - Riserve nelle gare a squadre**
- 19 - Situazioni non contemplate**

5 : Disposizioni generali

A – Nel F.S. due atleti combattono l'uno contro l'altro in uno scontro sportivo applicando tecniche di Ju Jitsu

B – Il Fighting System si articola in tre fasi:

1° fase: ATEMI – attacchi di mano e piede

2° fase: NAGE WAZA – proiezioni, atterramenti, leve, strangolamenti

3° fase: NE WAZA – leve, strangolamenti, immobilizzazioni

I contendenti devono essere tecnicamente attivi in tutte e tre le parti. Una tecnica è tecnicamente valida quando l'atleta la esegue in buon equilibrio e con combinazioni controllate (2)

C – Gli attacchi in prima fase sono limitati ai seguenti bersagli: testa, volto, collo, addome, petto, schiena e fianchi

D – E' permesso qualsiasi strangolamento eccetto quelli con le mani/dita nude

E – **Il tempo di combattimento per ogni incontro è di tre minuti.** Il MR assieme ai SR deve decidere, dopo aver consultato il TR, se una azione eseguita al suono del gong sia stata effettuata prima o dopo lo scadere dei tre minuti.

F – **Quando uno stesso atleta è coinvolto in più combattimenti consecutivi, ha diritto ad un tempo di recupero di cinque minuti tra i due incontri.**

2) *per combinazione si intende:*

Nella 1° fase si devono fare combinazioni con calci e pugni

Nella 2° fase si deve essere attivi cercando realmente di porci al suolo l'avversario.

Nella 3° fase si deve cercare realmente di realizzare un buon bloccaggio o realmente di uscire da un bloccaggio

6 : Attrezzatura

A - Gli organizzatori della gara devono mettere a disposizione: cinture rosse e blu, schede per i punteggi degli incontri, tabelloni di gara, elenchi e documenti di gara, posti per gli arbitri e la Commissione Tecnica.

B – Gli Atleti devono indossare paranocche morbidi, di piccole dimensioni e leggeri e paratibie/piede morbidi, **ciascuno del proprio colore (rosso o blu)**

C – **Le protezioni devono essere realizzate in materiale soffice e devono essere spesse da due a tre centimetri.**

D – Le protezioni devono essere ben messe ed in buone condizioni.

E – E' permesso indossare sospensorio e paradenti. Alle atlete femmine è consentito indossare il paraseno.

F – Paratibie/piede, sospensorio e paraseno devono essere indossati sotto il Gi.

G – I capelli lunghi devono essere raccolti sulla nuca con un nastro morbido.

7 : Categorie di peso

Nei Campionati del Mondo e nelle gare continentali maschili e femminili che si svolgono sotto l'egida della JJIF devono essere utilizzate le seguenti categorie di peso:

FEMMINE: 0-55 / 55-62 / 62-70 / oltre 70

MASCHI : 0-62 / 62-69 / 69-77 / 77-85 / 85-94 / oltre 94

Per i World Games: le categorie dipenderanno dal numero di atleti accettati e dal numero di contendenti per ogni categoria

8: Arbitri

A – Il Mat-Referee (MR) sta nella area di combattimento e dirige l'incontro

B – I due Side-Referis (SR) assistono il MR e stanno nell'area di sicurezza. I SR si mettono dove ritengono più opportuno per seguirne il meglio possibile lo svolgimento dell'incontro ed assegnano i loro punteggi.

C – Il Table-Referee (TR) è responsabile della giuria. Egli detta punti e penalità ai Presidenti di Giuria e comunica al MR quando finisce il tempo del combattimento, dell'Osae-Komi e il tempo di infortunio.

D – Possono esserci due TR nelle finali se il numero degli arbitri lo consente e se questo può essere fatto in tutte le finali della gara

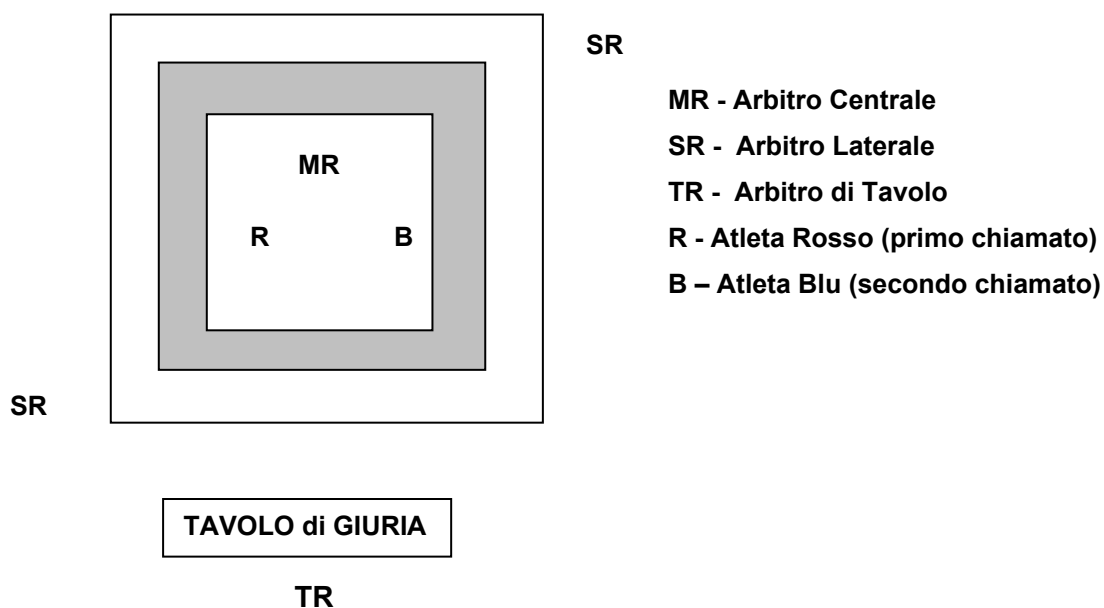
9 : Presidenti di giuria

A – Il tavolo di giuria all'inizio del combattimento è posto di fronte al MR.

B – La giuria è formata da due segnapunti e da un cronometrista

C – Un presidente di giuria registra i risultati del combattimento su carta, il secondo gestisce il tabellone elettronico.

D – Se risulta una differenza tra i due risultati registrati, fa fede quello cartaceo.



NOTA: Cose dure o pericolose devono essere distanti almeno due metri dall'area di sicurezza.

Le sedie per i coaches devono essere poste fuori del tatami.

La distanza tra l'area di sicurezza e gli spettatori deve essere almeno di 3 metri. Devono essere poste delle transenne per segnare il limite.

Il Presidente di Giuria Responsabile della gara, prima dell'inizio della gara deve controllare l'idoneità di tutte le aree di gara.

Durante la gara gli arbitri (e i presidenti di giuria) sono responsabili del mantenimento dell'idoneità delle aree di gara.

10 : Svolgimento dell'Incontro

- A – I contendenti iniziano ponendosi l'uno di fronte all'altro al centro dell'area di combattimento, circa a due metri di distanza uno dall'altro. L'atleta che indossa la cintura rossa si pone alla destra del MR. Al segnale del MR i contendenti eseguono il saluto in piedi rivolti prima agli Arbitri e poi tra di loro.
- B – Successivamente il MR annuncia "Hajime" e l'incontro inizia in prima fase.
- C – Appena viene stabilito un contatto tra i contendenti con una presa all'avversario, ha inizio la seconda fase. In questa fase non è consentito portare pugni, colpi o calci eccetto se sono portati contemporaneamente alla prima presa.
- D – Non appena uno dei contendenti va a terra con entrambe le ginocchia, il sedere o viene portato a terra, l'incontro continua in terza fase.
- E – Nella prima fase se un contendente si avventa solamente contro l'avversario senza fare una azione tecnicamente valida o se lo stesso si mette in una situazione di pericolo per se stesso, ("Momobe"), gli deve essere assegnata una penalità tecnica e l'incontro deve continuare in prima fase.
- F – I Contendenti possono rimanere nell'area di avvertimento per non più di cinque secondi.
- G – Le proiezioni devono partire dall'Area di Combattimento. I contendenti possono proiettare sia nell'Area di Avvertimento che nell'Area di Sicurezza, purchè la proiezione non presenti rischi di infortunio per l'avversario.
- H – Alla fine dell'incontro gli atleti si pongono al centro dell'area di combattimento e il MR proclama il vincitore e ordina il saluto, prima tra i contendenti e poi verso gli Arbitri.

11 : Applicazione di "Hajime", "Matte", "Sonomama" e "Yoshi"

- A - L'Arbitro Centrale ordina HAJIME per dare inizio al combattimento o per riprenderlo dopo una interruzione.
- B - L'Arbitro Centrale ordina MATTE, per fermare momentaneamente l'incontro, nei seguenti casi:
- 1) Quando uno o entrambe i contendenti abbandonano l'area di combattimento
 - 2) Quando uno o entrambe i contendenti eseguono una azione vietata nelle tre fasi
 - 3) Quando uno o entrambe i contendenti subiscono un infortunio o vengono colti da malore
 - 4) Quando uno dei contendenti batte durante uno strangolamento o una leva
 - 5) Quando è finito il tempo dell'Osaekomi
 - 6) Quando si perde il contatto in 2° e 3° fase e i contendenti non mostrano di voler continuare spontaneamente in 1° fase
 - 7) In ogni altro caso in cui il MR lo ritenga opportuno (ad es. per fare ricomporre il Keikogi o per segnalare un giudizio)
 - 8) In ogni altro caso urgente in cui un SR ritenga opportuno interrompere l'incontro (in questo caso il SR batterà le mani per richiamare l'attenzione del MR)

9) Quando il tempo del combattimento è terminato (3)

C - SONOMAMA viene utilizzato dal MR quando deve fermare temporaneamente l'incontro, in questo caso gli atleti non devono assolutamente muoversi. SONOMAMA può essere annunciato:

- a) Per infliggere una ammonizione ad uno o entrambe i contendenti per passività in tutte e tre le fasi.
- b) Per infliggere ad uno o entrambe i contendenti una penalità in tutte e tre le fasi.
- c) Ogniqualevolta l'Arbitro Centrale lo ritiene necessario (o ne viene richiesto da un Arbitro Laterale)

D - Dopo il SONOMAMA gli atleti devono riprendere a gareggiare esattamente nella stessa posizione in cui si trovavano quando l'ordine è stato impartito. Per ridare il via al combattimento l'Arbitro Centrale ordina YOSHI.

3) Il MR assieme ai SR, dopo aver consultato il TR, deve decidere se l'ultima azione sia avvenuta prima o dopo la fine dei tre minuti di gara

12 : Punteggi

Il risultato delle azioni deve essere segnalato dalla maggioranza degli Arbitri, cioè da almeno due Arbitri. Se gli Arbitri segnalano risultati differenti l'uno dall'altro prevale il risultato intermedio. Se uno degli Arbitri non vede una azione prevale il risultato minore.

A - Nella 1° fase possono essere assegnati i seguenti punteggi:
(Colpi di mano e di piede Hikite / Hikiashi, portati in buon equilibrio e con controllo)

- 1 - Per atemi che non vengono parati (di mano o di piede) Ippon (2 punti)
- 2 - Per atemi parzialmente intercettati (di mano o di piede) Wazari (1 punto)

B - Nella seconda fase possono essere assegnati i seguenti punti:
(Proiezioni, atterramenti, leve, strangolamenti)

- 1 - Per uno strangolamento o una leva, nel caso in cui il contendente non può battere e il MR deve interrompere l'incontro annunciando MATTE Ippon (2 punti)
- 2 - Per uno strangolamento o leva con resa Ippon (2 punti)
- 3 - Per una proiezione o un atterramento perfetto Ippon (2 punti)
- 4 - Per un atterramento o proiezione non perfetta Wazari (1 punto)

C - Nella terza fase possono essere assegnati i seguenti punti:
(Tecnica al suolo: immobilizzazioni, strangolamenti, leve)

- 1 - Per uno strangolamento o una leva, nel caso in cui il contendente non può battere e il MR deve interrompere l'incontro annunciando MATTE Ippon (3 punti)
- 2 - Osae-Komi, strangolamento e/o leva con resa Ippon (3 punti)
- 3 - Per un controllo efficace annunciato con Osae Komi di 15" (4) Ippon (2 punti)**
- 4 - Per un controllo efficace annunciato con Osae Komi da 10" a 14 Wazari (1 punto)**

D - Se un Controllo efficace (OSAE KOMI) inizia prima della fine del tempo regolamentare si deve lasciare continuare l'azione fino al termine dell'Osae Komi, anche se sono scaduti i 3 minuti del tempo regolamentare. (Se l'Osae Komi si interrompe prima dello scadere dei 15", il MR ordina TOKETA).

4) OSAE-KOMI può essere annunciato solo se:

- 1) *Uke appoggia a terra le spalle o il petto*
- 2) *Le gambe di Tori sono libere*
- 3) *Uke è ben controllato e non può muoversi liberamente. Tori ha un buon controllo di Uke*

Il tempo di OSAE-KOMI continua anche quando:

- 1) *Uke sia riuscito ad avvolgere le gambe di Tori*
- 2) *Uke possa rotolarsi sul fianco o sulla schiena*

Quando uno o entrambe i contendenti si trovano con il corpo fuori dell'area di avvertimento, l'OSAE-KOMI viene interrotta

Non si possono sommare i punti di diverse tecniche di Ne-Waza (ad es. una immobilizzazione della durata di più di 10" e una leva articolare non sono conteggiati Waza Ari più Ippon) a meno che il M.R. non abbia prima interrotto il tempo dell'immobilizzazione annunciando TOKETA.

Appendice all'art. 12

- 1) *Nella 1° fase sono valide le tecniche di Empi ed Hiza Geri, solo se ben controllati*
- 2) *Nella 2° e 3° fase sono consentite tutte le prese al Keikogi escluse quelle all'interno delle maniche e delle gambe dei pantaloni.*
- 3) *Se nella 3° fase gli atleti si rialzano assieme, si può farli continuare a combattere nella 2° fase senza dare il Matte*
- 4) *In caso di Osaekomi, se Tori batte per uno strangolamento, a lui vengono assegnati i punti dell'immobilizzazione ottenuti fino a quel momento e ad Uke quelli dell'Ippon per la resa di Tori.*

Il Appendice all'art. 12

1° fase

- *Gli Atemi portati alla schiena non possono essere portati alla colonna vertebrale, sono invece validi gli atemi portati alla cassa toracica ed ai reni*
- *Non si possono portare Atemi diretti al volto*
- *Sono ammessi gli Atemi circolari portati alla testa*
- *Non sono ammessi Atemi sotto la cintura ed alle gambe*
- *Gli Atemi possono colpire, ma non devono essere affondati*
- *All'inizio dell'incontro, occorre combattere nella prima fase per un tempo ragionevole (10/15") prima di passare alla seconda fase; agli Arbitri spetta decidere se la durata della prima fase è stata sufficiente.*

2° fase

- *La presa in cintura può essere tenuta stabilmente se si continua ad attaccare, non si può tenere per fare ostruzionismo*
- *Le prese sotto la cintura possono essere fatte solo di passaggio e non possono essere tenute per più di 5" se non si utilizzano per un attacco immediato.*

3° fase

- *l'Osaekomi si interrompe quando Uke dalla posizione prona solleva entrambe le ginocchia ed il bacino dal tatami nel chiaro tentativo di rialzarsi.*
- *l'Osaekomi si interrompe quando uno o entrambe i contendenti si rialzano da terra con entrambe le ginocchia per un tempo che non sia solo un passaggio rapido nella lotta a terra.*
- *l'Osaekomi si interrompe quando i contendenti si separano.*

13 : Penalità

A – Le penalità devono essere assegnate dalla maggioranza degli Arbitri (5)

B – Le “Azioni vietate leggere” devono essere punite con “SHIDO” e all’avversario viene aggiunto un Wazaari. Sono valutate “Azioni proibite leggere” le seguenti azioni:

- 1) Quando uno o entrambe i contendenti mostrano passività o commettono infrazioni tecniche di minor valore (6)
- 2) Momobe
- 3) Andare di proposito fuori dell’area di avvertimento con entrambe i piedi (in 1° e 2° fase) (o con tutto il corpo in 3° fase)
- 4) Spingere di proposito l’avversario fuori dell’area di avvertimento
- 5) Colpire di proposito l’avversario con atemi dopo l’inizio della 2° fase
- 6) Eseguire qualsiasi azione dopo che l’Arbitro Centrale ha ordinato MATTE (o SONOMAMA).
- 7) Colpire l’avversario con atemi alle gambe
- 8) Colpire l’avversario con atemi mentre si trova a terra
- 9) Flettere o torcere le dita delle mani e dei piedi.
- 10) Avvolgere con le gambe i fianchi dell’avversario *stringendo le gambe (DO JIME)*.
- 11) Eseguire uno strangolamento direttamente con mani /dita nude

12) Presentarsi sul tappeto non pronto, ritardando l’inizio del combattimento

13) Perdere tempo apposta (mettendo a posto il Gi, togliendosi la cintura, togliendosi i guantini,)

NOTA: applicazione della passività

1° FASE: Uno o entrambe i contendenti non svolgono una attività con la quale cercare di ottenere punti.

Uno o entrambe i contendenti vanno direttamente nella 2° o 3° fase

Uno o entrambe i contendenti non eseguono scambi di tecniche prima di passare alla fase successiva

2° FASE: Uno o entrambe i contendenti non svolgono una attività con la quale cercare di ottenere punti.

Uno o entrambe i contendenti cercano solamente di bloccare gli attacchi ed i movimenti dell’avversario o vanno a terra di proposito.

3° FASE: Uno o entrambe i contendenti non svolgono una attività con la quale cercare di ottenere punti.

Appendice all’art. 13

In caso di passività l’Arbitro Centrale segnala con il mulinello e sanziona con SHIDO dopo un breve tempo senza attacchi (5” – 10”) o con ostruzionismo palese.

C – Le “Azioni vietate” devono essere punite con “CHUI” e all’avversario vengono aggiunti due Wazaari:

- 1) Eseguire attacchi come calci, pugni, spinte, colpendo il corpo dell’avversario con violenza. (7)
 - 2) Proiettare di proposito l’avversario dall’area di avvertimento nell’area di sicurezza (o fuori dell’area di sicurezza). (8)
 - 3) Ignorare gli ordini dell’Arbitro Centrale.
 - 4) Rivolgere senza necessità osservazioni o gesti non sportivi agli Arbitri, all’avversario, alla giuria di tavolo e al pubblico.
 - 5) Proiettare l’avversario dall’area di combattimento nella zona esterna all’area di sicurezza. (9)
 - 6) Eseguire una azione priva di controllo, come possono essere pugni e calci circolari che non si fermano anche se non colpiscono l’avversario e proiezioni dopo le quali chi le subisce non è in grado di proseguire immediatamente il combattimento.
- 5) *Gli errori fatti nell’assegnazione di punteggi e penalità possono essere corretti da tutti e tre gli arbitri di tappeto e dal TR che stanno officiando.*
- 6) *Passività nella 1° fase:
Uno o entrambe i contendenti non eseguono alcuna azione con la quale ottenere dei punti.
Uno o entrambe i contendenti vanno dirattamente in 2° o 3° fase
Uno o entrambe i contendenti non eseguono alcuna combinazione di tecniche prima di passare alla fase successiva
Passività nella 2° fase:
Uno o entrambe i contendenti non eseguono alcuna azione con la quale ottenere dei punti.
Uno o entrambe i contendenti cercano solamente di bloccare gli attacchi o i movimenti dell’avversario
Uno o entrambe i contendenti escono volontariamente dall’area di competizione
Uno o entrambe i contendenti rifiutano di passare alla 2° fase, pur rimanendo attivi nell a1° fase
Passività nella 3° fase:
Uno o entrambe i contendenti non eseguono alcuna azione con la quale ottenere dei punti*
- 7) *Un esempio di C1 è una tecnica che colpisca con forza corpo/testa dell’avversario, anziché essere controllata da chi la esegue
Un altro esempio di C1 è una tecnica che deve il contatto ad un movimento della testa
La tecnica che crea un infortunio (non quella che riapre una precedente ferita) deve essere valutata dal MR e dai SR per determinare in base alla situazione se la penalità debba essere C1 (azioni vietate) o o E1 (azioni gravemente vietate)
Le tecniche (escluse quelle dirette) alla testa che toccano lievemente o sono portate entro i 10 cm sono tecniche ritenute valide per il punteggio.
A seconda di come è portato il contatto al corpo può essere considerato “contatto leggero” oppure contatto violento secondo C1.
Un’altra interpretazione per l’applicazione di C1 deve essere applicata se il contatto violento avviene perché durante l’esecuzione della tecnica l’avversario si sposta. In questo caso, poiché non vi è l’intento dell’attaccante di eseguire un attacco violento, ci potrebbe essere la penalità di Momobe per l’avversario, se il movimento avviene precedentemente all’arrivo della tecnica o per un movimento azzardato.*
- 8) *Proiettare dall’Area di Combattimento (non dall’area di avvertimento) nell’area di sicurezza non è una azione vietata. Proiettare dall’Area di Combattimento (non dall’area di avvertimento) fuori dell’area di sicurezza è una azione vietata.*

D – Nel caso di due azioni vietate il combattimento termina con “Hansoku-make”

E – Le seguenti azioni sono considerate Azioni Vietate Gravi:

- 1) Eseguire qualsiasi azione che possa ferire o danneggiare l'avversario.
- 2) Proiettare o cercare di proiettare l'avversario con una leva o uno strangolamento (9)
- 3) Applicare una qualsiasi leva o torsione al collo o alla colonna vertebrale
- 4) Applicare torsioni alle ginocchia e alle caviglie.

F – La prima volta che un atleta commette una Azione Vietata Grave viene sanzionato con “Hansoku-make”. Egli perde l'incontro con zero punti e all'avversario vengono attribuiti 14 punti o quelli che aveva fin qui ottenuto, se superiori ai 14 punti. *(L'atleta può continuare la gara)*

G – La seconda volta che nella stessa gara un atleta perde per Hansoku-make, questo non può più continuare la gara.

H – Se un atleta manifesta un atteggiamento antisportivo dopo la fine dell'incontro, il gruppo degli arbitri del tatami decide all'unanimità se questi deve essere estromesso dal resto della gara. Gli arbitri devono informare il Responsabile degli Arbitri della loro decisione e questi lo comunica al Coordinatore di Gara perché venga annunciato ufficialmente.
L'atleta espulso è considerato perdente in tutti i combattimenti che aveva già vinto, compresi quelli per le medaglie.

I – Se entrambe i contendenti sono puniti con Hansoku-make l'incontro deve essere ripetuto.

(9) Le tecniche di proiezione in combinazione con leve o strangolamenti non sono permesse (attenzione: Kote-gaeshi è una tecnica di atterramento)

Appendice all'art. 13

Nel segnalare le sanzioni l'Arbitro Centrale tiene conto solo del valore della penalità relativa alla singola azione proibita, il punteggio negativo derivante da somma di sanzioni viene conteggiato dal Presidente di Giuria, segnato sul tabellone di gara e segnalato al MR per l'Hansoku-Make.

Lo Shido non si somma per generare sanzioni più gravi, cosa che avviene solamente per il Chui

14 : Conclusione del combattimento

A - Un contendente può vincere l'incontro prima del tempo regolamentare quando si aggiudica un Ippon da 2 o da 3 punti in ognuna delle tre fasi *(vale a dire un Ippon da 2 o 3 punti nella 1°, 2°, 3° fase. In tal caso al perdente vanno 0 punti ed al vincitore 14 punti o il punteggio che aveva fin qui ottenuto, se superava i 14 punti)*. Questo viene chiamato “Full Ippon”

B - Il contendente che alla fine del combattimento ha ottenuto più punti vince l'incontro

C - Quando alla fine dell'incontro i due contendenti hanno totalizzato gli stessi punti, viene dichiarato vincitore il contendente che ha realizzato più Ippon *(da 2 o 3 punti. Gli Ippon da 2 o 3 punti vengono conteggiati ugualmente ciascuno come un normale Ippon,*

a) Se l'incontro finisce in assoluta parità di punti e di Ippon (da 2 o 3 punti), il combattimento continua con un altro round da 3 minuti, fino a che l'incontro sia vinto da qualcuno. Si deve lasciare un

intervallo di un minuto prima di ogni round aggiuntivo. Questa procedura può essere ripetuta. Negli Extra round si tiene conto degli ippon ottenuti nel round iniziale.

15 : Ritiro e abbandono

- A - La vittoria per FUSEN GACHI (ritiro dell'avversario) viene assegnata dal MR all'atleta il cui avversario non si presenta sul tatami per gareggiare (dopo essere stato chiamato tre volte per un tempo complessivo di tre minuti). In tal caso al vincitore vanno 14 punti ed al perdente 0 punti
- B - La vittoria per KIKEN GACHI (abbandono dell'avversario) viene assegnata all'atleta il cui avversario si ritira durante la gara. In tal caso al vincitore vanno 14 punti, o il punteggio che aveva realizzato durante l'incontro (se superiore), ed al perdente 0 punti.

16 : Infortunio, malore o indisposizione

- A - In ogni caso in cui un combattimento viene interrotto a causa di un infortunio, di un malore o di una indisposizione di uno o entrambe i contendenti, L'Arbitro Centrale in accordo con i due Arbitri Laterali, può concedere all'atleta infortunato un **tempo massimo di 2'** per riprendersi (**2' di recupero in totale, per ogni atleta e per ogni incontro**)
- B - Il tempo di infortunio ha inizio al comando del MR, da quando il dottore entra sul tatami
- C - Quando un atleta non è più in grado di continuare l'incontro, a causa di infortunio, malore o indisposizione, l'Arbitro Centrale, in accordo con gli Arbitri Laterali, deciderà a chi assegnare la vittoria e la sconfitta in base ai seguenti casi:
 - 1) Quando la responsabilità della lesione viene attribuita all'atleta leso, questo perde l'incontro con 0 punti e all'avversario viene assegnata la vittoria con 14 punti (o con il punteggio che aveva totalizzato, se superiore)
 - 2) Quando la responsabilità della lesione viene attribuita all'atleta non leso, questo perde l'incontro con 0 punti e all'avversario viene assegnata la vittoria con 14 punti (o con il punteggio che aveva totalizzato, se superiore)
 - 3) Quando è impossibile attribuire la responsabilità della lesione ad uno dei due contendenti, l'atleta che può continuare vince con 14 punti o con il punteggio realizzato fino a quel momento, se superiore, mentre al perdente vengono assegnati 0 punti.
- D - Quando un atleta viene colto da malore o indisposizione durante un incontro e non è più in grado di continuare, questo perde l'incontro con 0 punti e all'avversario viene aggiudicata la vittoria con 14 punti (o con il punteggio che aveva totalizzato, se superiore)
- E - Spetta al Medico di gara decidere se l'atleta leso può continuare il combattimento e la gara, o no
- F - Se un atleta perde conoscenza o sviene deve essere fermato e l'avversario deve essere eliminato per il resto della gara (*se ne è ritenuto responsabile*).

17 : Competizioni a squadre

E' possibile effettuare gare a squadre, per le quali il regolamento è uguale a quello delle gare individuali.

18 : Riserve nelle gare a squadre

- a) Le riserve possono sostituire gli atleti infortunati o colti da malore
- b) Le riserve devono essere dello stesso peso dell'atleta da sostituire. Tuttavia le riserve di peso inferiore possono sostituire gli atleti di peso superiore, ma non viceversa.
- c) Le riserve non possono sostituire gli atleti squalificati.

Le riserve devono essere iscritte e pesate assieme agli atleti titolari

REGOLE D'ARBITRAGGIO PER IL DUO SYSTEM INDICE

- 19 - Disposizioni generali**
- 20 - Attrezzatura**
- 21 - Categorie**
- 22 - Criterio di giudizio**
- 23 - Svolgimento dell'incontro**
- 24 - Sistema di assegnazione dei punti**
- 25 - Ritiro e abbandono**
- 26 - Infortunio, malore ed indisposiz**
- 27 - Competizioni a squadre**

19 : Disposizioni generali

A - La competizione del Duo System comporta l'esecuzione di tecniche di difesa da parte di un atleta, contro un numero di attacchi prestabiliti, portati da un compagno in coppia con lui.

Gli attacchi sono divisi in quattro gruppi di cinque tecniche per ogni gruppo:

- 1) Serie A: Attacchi con prese (*a braccio, spalla, collo con una e due mani*)
- 2) Serie B: Attacchi con avvolgimenti al corpo e prese al collo (*al torace e al collo con le braccia*)
- 3) Serie C: Attacchi con atemi (*pugni, calci, taglio della mano alla testa ed al torace*)
- 4) Serie D: Attacchi con armi (*coltello e bastone alla testa ed al torace*)

B – Ogni attacco deve essere preparato con una azione preliminare, che può consistere nello spingere, nel portare atemi, nel tirare, (10)

C – La difesa è completamente libera, gli atleti possono conservare i rispettivi ruoli di attaccante e difensore oppure scambiarsi, la posizione dei piedi è libera

D – Il MR estrae tre attacchi per ogni serie. Per la seconda coppia vengono utilizzati gli stessi attacchi ma in un ordine diverso, annunciato dal MR.

E – Al primo attacco di ogni serie Tori (quello che deve difendersi) deve avere la giuria alla sua destra, dopo l'attacco può spostarsi da un lato all'altro

F – Il punteggio dell'esibizione viene dato dalla giuria dopo l'esecuzione di ogni serie. Dopo che il MR ha chiesto "Hantei" ciascun giudice solleva il proprio cartellino di punteggio al di sopra della propria testa.

G –Il numero degli arbitri componenti la giuria può essere di 5 o 3

(10) Nella terza serie (C) Uke può portare attacchi o calci a sua scelta prima di eseguire l'attacco o il calcio richiesto dal MR

20 : Attrezzatura

A - Gli organizzatori della gara devono mettere a disposizione:

cinture rosse e blu, schede per i punteggi degli incontri, tabelloni di gara, elenchi e documenti di gara, posti per gli arbitri e la Commissione Tecnica.

B – La giuria di tavolo deve essere composta almeno da due Presidenti di Giuria

C – Gli atleti devono utilizzare un bastone morbido (50 cm) e un coltello di gomma

D - I capelli lunghi devono essere raccolti sulla nuca con un nastro morbido

21 : Categorie

A – Le coppie possono essere formate senza alcuna restrizione di peso, età e grado

B – Si devono suddividere le seguenti categorie: uomini, donne e mista

22 : Criteri di giudizio

A - La Giuria deve valutare le azioni in base ai seguenti criteri:

- 1) Kime
- 2) Efficacia
- 3) Velocità
- 4) Controllo
- 5) Decisione dell'attacco
- 6) Realisticità dell'azione

B - Nel punteggio complessivo si deve dare maggiore importanza alla precisione e decisione dell'attacco ed alla prima parte della difesa. (*attacco 40% del giudizio complessivo, prima parte della difesa 40 % del giudizio complessivo, controllo finale 20% del giudizio complessivo*) (11)

C - Gli atemi devono essere portati con potenza, buon controllo ed in modo naturale, considerando quello che può avvenire in seguito.

D - Le proiezioni e gli atterramenti devono essere eseguiti rompendo l'equilibrio dell'avversario ed essere reali

E - Le leve e gli strangolamenti devono essere eseguiti in modo tale che la Giuria possa vederli ed in modo chiaro e corretto, con la resa (battuta)

F - Sia l'attacco che la difesa devono essere eseguiti con buona tecnica ed in modo realistico.

(11) *Tecniche troppo spettacolari, attacchi sbagliati e deboli, grida non necessarie, tecniche incontrollate devono essere punite con una riduzione del punteggio.*

Le armi devono essere sempre controllate

Qualora una tecnica non possa essere portata a termine per motivi accidentali, non può essere ripetuta. In questo caso la giuria valuta solo le altre due tecniche.

23 : Svolgimento dell'incontro

Le coppie si dispongono una di fronte all'altra nel centro dell'area di combattimento, a circa due metri l'una dall'altra. La prima coppia chiamata **(Coppia 1) indossa la cintura Rossa** e si pone alla destra del MR. La seconda coppia **(Coppia 2) indossa la cintura Blu**. Al segnale del MR le coppie eseguono il saluto in piedi prima al MR e poi l'una all'altra. Quindi la Coppia 2 abbandona l'Area di Combattimento e raggiunge l'Area di Sicurezza.

L'incontro inizia quando il MR annuncia il primo attacco chiedendo in inglese il numero dell'attacco ed eseguendo l'appropriato segnale con la mano.

Dopo la fine della prima Serie (A) i componenti della prima coppia si mettono in ginocchio ed attendono il loro punteggio. Dopo di ciò si alzano e abbandonano l'Area di Combattimento, raggiungendo l'Area di Sicurezza.

A sua volta la Coppia 2 esegue la serie A ed attende il suo punteggio. La Coppia 2 inizia per prima la Serie B ed attende il suo punteggio; dopo di ciò la Coppia 1 procede con l'esecuzione della Serie B e attende il suo punteggio. Poi la Coppia 1 inizia per prima la Serie C, ecc., e la Coppia 2 esegue per prima la Serie D, ecc.

L'incontro termina dopo l'esecuzione dell'ultima Serie da parte dell'ultima Coppia.

Su richiesta del MR entrambe le Coppie si pongono nella posizione in cui hanno iniziato.

Il MR chiede al Presidente di Giuria il vincitore e lo indica sollevando il braccio e dichiarandone il colore della cintura.

Qualora il punteggio delle due coppie fosse lo stesso ("Hikiwake"), l'incontro continua fino a che non vi sia un vincitore.

In tal caso la coppia Blu inizia per prima con la Serie A.
Dopo che il MR ha proclamato il vincitore ordina il saluto in piedi prima tra le Coppie e successivamente agli Arbitri.

24 : Sistema di assegnazione dei punti

A -I Giudici possono assegnare i seguenti punteggi:

- 1) Da 0 a 10 punti (con assegnazione di punti interi)
- 2) Da 0 a 10 punti (con assegnazione dei ½ punti)

B - Il punteggio più alto e quello più basso vengono scartati (dal MR e viene registrata la somma dei restanti punteggi intermedi).

25 : Ritiro e abbandono

A - La vittoria per FUSEN GACHI (ritiro dell'avversario) viene assegnata dal MR alla coppia i cui avversari non si presentano sul tatami per gareggiare, dopo essere stato chiamato tre volte per un tempo complessivo di tre minuti.

B - La vittoria per KIKEN GACHI (abbandono dell'avversario) viene assegnata alla coppia i cui avversari si ritirano durante la gara.

26 : Infortunio, malore o indisposizione

A – Per infortunio, malore o indisposizione, la coppia che si sta esibendo ha diritto a un massimo di 5 minuti per poter riprendere (un totale di 5 minuti per ogni incontro)

B – Se una coppia non può continuare dopo un infortunio, viene assegnata la vittoria per “Kuken-Gachi” all'altra coppia.

27 : Competizioni a squadre

E' possibile effettuare gare a squadre, per le quali il regolamento è uguale a quello delle gare individuali.

REGOLE CONCLUSIVE

28 - Situazioni non contemplate dal presente regolamento

29 - Entrata in vigore

28 – Situazioni non contemplate

A - Se si presenta una situazione non contemplata nel presente regolamento, sarà esaminata e verrà presa una decisione dal MR in accordo con i SR, che arbitrano nell'incontro in questione.

B - Il TR non ha diritto a voto, può solo assistere alla discussione.

29 : Entrata in vigore

Questo regolamento è stato autorizzato dal Comitato Centrale della JJIF nel Gennaio 2006 e deve entrare in vigore dal

Questo regolamento sostituisce tutti gli altri esistenti.

APPENDICE 1

GESTUALITA' ARBITRALE

HAJIME	Inizio dell'incontro o ripresa del combattimento: Il MR sta in mezzo ai due contendenti, leggermente arretrato, e, mentre annuncia "Hajime" con voce forte ed autoritaria, fa un gesto avvicinando le due mani aperte, con le braccia distese ed avanzando con il piede destro.
MATTE	Interruzione del combattimento: Il MR, con il braccio disteso, rivolge il palmo della mano destra aperto verso il tavolo di giuria ed annuncia "Matte" con voce forte ed autoritaria.
IPPON	Massimo risultato di una azione (aggiudica due punti): Il MR ed i SR sollevano sopra la testa il braccio destro o sinistro disteso (a seconda che il risultato sia stato ottenuto dal contendente rosso o bianco), con il palmo della mano rivolto verso la giuria.
IPPON 3 da punti	Massimo risultato di una azione che aggiudica tre punti: Il MR ed i SR sollevano sopra la testa il braccio destro o sinistro disteso (a seconda che il risultato sia stato ottenuto dal contendente rosso o bianco), segnalando con le dita della mano rivolta verso la giuria il numero tre.
WAZA ARI	Risultato di una azione che aggiudica un punto: Il MR ed i SR sollevano di lato il braccio destro o il braccio sinistro disteso orizzontalmente all'altezza della spalla (a seconda che il risultato sia stato ottenuto dal contendente rosso o bianco), con il palmo della mano verso terra.
ANNULLAMENTO	Annullamento del giudizio appena espresso: Il MR ed i SR segnalano il giudizio da annullare con il braccio corrispondente al colore dell'atleta a cui il giudizio era stato assegnato e contemporaneamente compiono con l'altro braccio disteso sopra la testa un ripetuto gesto da destra a sinistra; il gesto deve essere preciso, deciso e chiaro da interpretare per il tavolo di giuria.
PASSIVITA'	Richiamo per passività: Il MR ruota uno sull'altro gli avambracci posti orizzontalmente davanti al proprio petto e quindi indica con il braccio corrispondente il contendente a cui è rivolto il richiamo. I SR possono suggerire al MR di intervenire facendo lo stesso segnale in modo da lui visibile. Il richiamo può essere rivolto ad uno o ad entrambe gli atleti interrompendo l'incontro e separandoli, fermando gli atleti con Sono Mama o mentre il combattimento si sta svolgendo.
TECNICA PRIVA DI CONTROLLO	Ammonizione per tecnica eseguita senza controllo: Un atleta esegue una tecnica vietata o anche corretta ma senza controllo; Il MR solleva il braccio destro o sinistro (rosso o bianco) piegato orizzontalmente davanti al petto con il pugno chiuso. Il gesto può essere seguito da una breve descrizione mimata dell'azione penalizzata.
MOMOBE	Azione confusa e/o pericolosa per chi la compie: Il MR solleva orizzontalmente in avanti le braccia con i pugni chiusi, mantenendo la posizione per qualche secondo; dopo il gesto il MR annuncia con voce forte ed autoritaria "Momobe". I SR possono suggerire al MR di intervenire facendo lo stesso segnale in modo da lui visibile.
AZIONI SIMULTANEE	Azioni portate contemporaneamente e per cui non è individuabile chi ha eseguito prima: Il MR solleva orizzontalmente entrambe le braccia piegate davanti al petto, con i pugni chiusi che si toccano.

	I SR possono suggerire al MR di intervenire facendo lo stesso segnale in modo da lui visibile.
ATTACCO DIRETTO ALLA TESTA	Atemi di mano o di piede portato direttamente alla testa: Il MR porta il pugno chiuso del braccio corrispondente al colore dell'atleta che ha commesso l'infrazione verso la propria guancia. I SR possono suggerire al MR di intervenire facendo lo stesso segnale in modo da lui visibile.
CONTATTO VIOLENTO	Atemi di mano o di piede che colpisce violentemente l'avversario: Il MR colpisce violentemente con un pugno il palmo aperto dell'altra mano, davanti al proprio petto, (se il richiamo è per il rosso con il pugno destro, se è per il bianco con il pugno sinistro). I SR possono suggerire al MR di intervenire facendo lo stesso segnale in modo da lui visibile.
COLPO PORTATO CON PRESA IN ATTO	Atemi di mano o di piede portato mentre è in atto una presa da parte di uno dei due contendenti. Il MR simula con la mano destra la presa al Gi e con la sinistra il pugno. I SR possono suggerire al MR di intervenire facendo lo stesso segnale in modo da lui visibile.
USCITA DALL'AREA DI AVVERTIMENTO (segnale del SR)	Uno dei due contendenti esce di sua iniziativa dall'area di avvertimento verso l'area di sicurezza: Il SR indica al MR l'accaduto facendo un gesto da dentro a fuori con la mano corrispondente al lato da cui è avvenuta l'uscita. Il MR può anche decidere autonomamente.
RIORDINO DEL GI	Uno o entrambe gli atleti si trovano con il Gi scomposto in modo da impedire il regolare combattimento: Il MR incrocia le braccia distese davanti al proprio corpo, con il palmo delle mani aperto e teso rivolto verso di se, voltandosi verso il contendente che deve riordinare il Gi. I SR possono suggerire al MR di intervenire facendo lo stesso segnale in modo da lui visibile.
PROIEZIONE FUORI DL'AREA DI AVVERTIMENTO O DI COMBATTIMENTO	Uno dei due contendenti proietta l'avversario fuori dell'area di avvertimento o di combattimento: Il MR solleva un braccio sopra la spalla ed indica l'azione vietata con un gesto della mano dall'area di avvertimento o di avvertimento verso l'area di sicurezza. I SR possono suggerire al MR di intervenire facendo lo stesso segnale in modo da lui visibile.
SPINTA FUORI DALL'AREA DI AVVERTIMENTO	Uno dei due contendenti spinge l'avversario fuori dell'area di avvertimento senza eseguire una tecnica: Il MR simula a braccia distese in avanti e con i pugni chiusi l'azione di spinta dall'area di avvertimento verso l'area di sicurezza. I SR possono suggerire al MR di intervenire facendo lo stesso segnale in modo da lui visibile.
OSAE - KOMI	Controllo a terra: Il MR distende un braccio verso gli atleti con la mano aperta e distesa e con il palmo rivolto in basso (se il segnale è per il rosso il braccio destro, se è per il bianco il braccio sinistro), ed annuncia con voce chiara e autorevole "Osae – Komi". Il braccio deve rimanere in posizione per tutto il tempo della durata dell'immobilizzazione I SR possono suggerire al MR di intervenire facendo lo stesso segnale in modo da lui visibile, ma non devono mantenerlo per tutta la durata dell'immobilizzazione.

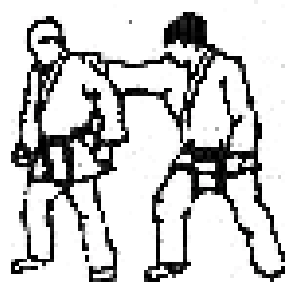
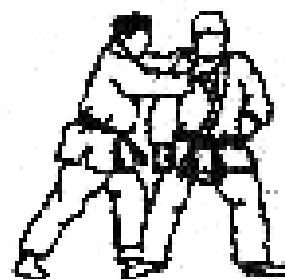
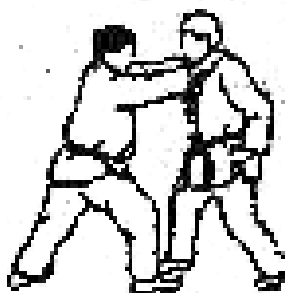
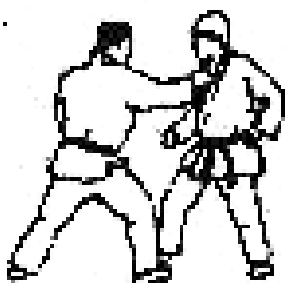
TOKETA	<p>Fine del controllo a terra: Il MR fa oscillare in modo deciso e chiaro da destra a sinistra sopra i contendenti il braccio con cui stava segnalando l'immobilizzazione, dopo aver posto la mano in posizione di taglio, ed annuncia "Toketa" con voce chiara ed autoritaria. I SR possono suggerire al MR di intervenire facendo lo stesso segnale in modo da lui visibile.</p>
PAROLE NON NECESSARIE, RECLAMI	<p>Uno o entrambe gli atleti pronunciano parole inutili, reclami o invettive nei confronti di avversario, arbitri, giuria o chiunque altro: Il MR apre e chiude la mano, corrispondente al colore del contendente che intende sanzionare, con le dita distese come fosse una bocca . I SR possono suggerire al MR di intervenire facendo lo stesso segnale in modo da lui visibile.</p>
FINE DEL 1° ROUND	<p>Conclusione del 1° Round – intervallo: Il MR fa il segno di "OK", con la mano destra chiusa a pugno ed il pollice sollevato, rivolto verso il tavolo di giuria annunciando con voce chiara ed autorevole "Matte" e successivamente con le braccia distese e le mani aperte con i palmi rivolti verso gli atleti indica loro di uscire dall'area di combattimento per l'intervallo.</p>
HIKIWAKE	<p>Pareggio: Il MR Incrocia gli avambracci piegati davanti al petto, con le mani aperte rivolte verso il petto, ed annuncia con voce chiara ed autoritaria "Ikiwake"</p>
SEGNALE DI NON AVER VISTO UNA AZIONE	<p>Uno degli arbitri deve avvertire gli altri e la giuria di non aver visto una azione: L'arbitro copre gli occhi con il palmo delle mani per qualche secondo</p>
FULL IPPON	<p>Fine dell'incontro per il raggiungimento di un ippon in ciascuna delle tre fasi del combattimento: Il TR, dopo aver segnalato "Tempo" (o suonato il gong) segnala al MR il "Full Ippon" portando le punte delle dita delle mani a contatto ed i gomiti verso l'esterno, con gli avambracci inclinati uno verso l'altro ed indica il colore del vincitore . Successivamente il MR dichiara il vincitore eseguendo successivamente lo stesso gesto.</p>
ASSEGNAZIONE DELLA VITTORIA	<p>Indicazione del vincitore al termine dell'incontro: Il MR indica il vincitore sollevando verso di lui con un angolo di 45° verso l'alto il braccio disteso (destro o sinistro a seconda che abbia vinto il rosso o il bianco) con la mano aperta verso l'alto ed annuncia con voce chiara ed autoritaria "Vince Rosso (o Bianco)</p>
SONOMAMA (state fermi) YOSHI (ricominciate)	<p>Il MR tocca con una certa forza (un tocco normalmente è sufficiente) con le mani entrambe i contendenti sul dorso o le spalle mentre stanno combattendo in seconda o terza fase ed annuncia con voce chiara ed autoritaria "Sonomama". Questo segnale indica ai contendenti di fermarsi nella posizione in cui si trovano in quel momento. Dopo che è stato soddisfatto il motivo che ha reso necessaria l'interruzione temporanea, il MR tocca nuovamente con le mani entrambi i contendenti sulla spalla o la schiena e annuncia con voce chiara ed autoritaria "Yoshi"; questo è il segnale per i due contendenti di riprendere l'incontro da dove era stato interrotto.</p>

APPENDICE 2

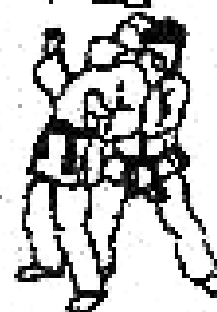
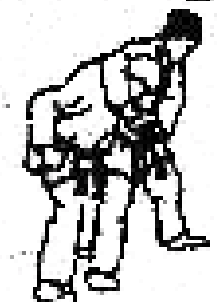
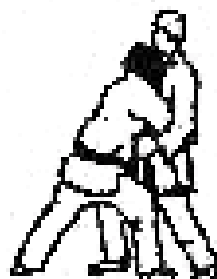
ATTACCHI DEL DUO SYSTEM

La posizione dei piedi è libera in tutti gli attacchi, il lato di attacco è obbligato

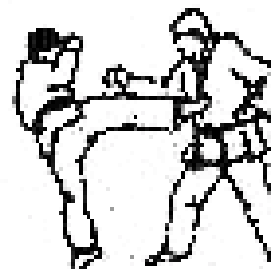
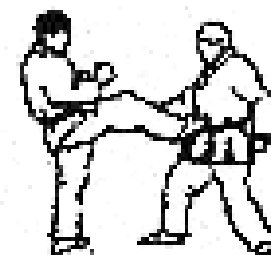
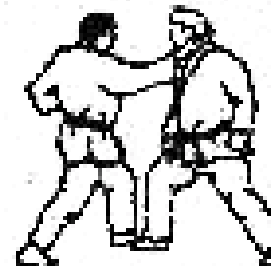
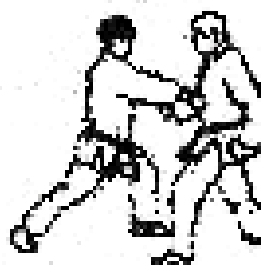
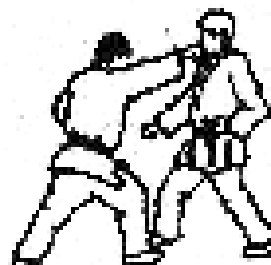
1° Serie (A)
Attacchi in presa



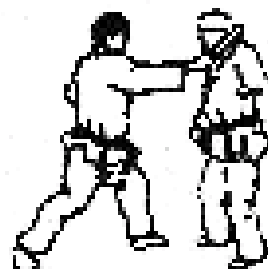
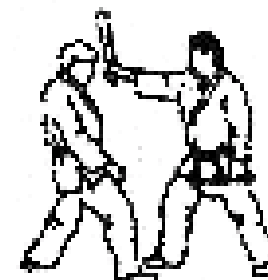
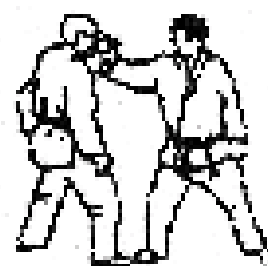
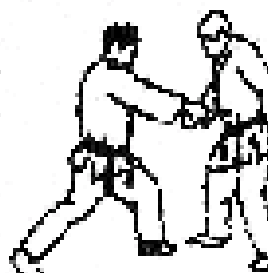
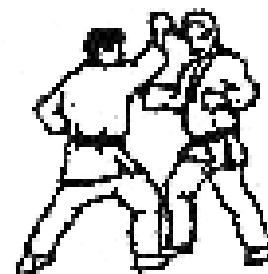
2° Serie (B)
Attacchi in avvolgimento



3° Serie (C)
Attacchi a colpire



4° Serie (D)
Attacchi con armi



E' possibile effettuare un movimento di impostazione che preceda l'attacco reale

SERIE A
ATTACCHI IN PRESA

UKE afferra il braccio di Tori	Una mano afferra il polso, l'altra l'avambraccio Intenzione della presa: - Tirare o spingere - Controllare il braccio avanzato di Tori - Bloccare Tori
UKE afferra il bavero destro del Gi di Tori con la sua mano destra	Intenzione della presa: - Portarsi vicino all'avversario per eseguire un'altra azione - Tirare, spingere o bloccare l'avversario per colpirlo successivamente
UKE afferra il collo di TORI, avvolgendolo con le mani, di fronte, per strangolarlo	Intenzione della presa: - Spingere indietro Tori - Bloccare Tori
UKE afferra il collo di TORI, avvolgendolo con le mani, dalla destra, per strangolarlo	Intenzione della presa: - Spingere Tori - Bloccare Tori UKE può mettersi nella posizione corretta rispetto a TORI o Tori stesso può mettersi nella posizione corretta
UKE attacca TORI da sinistra, afferrandone il GI all'altezza della spalla con la mano destra	Intenzione della presa: - Spingere Tori - Tirare Tori - Bloccare Tori UKE può mettersi nella posizione corretta rispetto a TORI o Tori stesso può mettersi nella posizione corretta

SERIE B
PRESE AVVOLGENTI AL CORPO E AL COLLO

UKE afferra TORI di fronte, avvolgendone il corpo al di sotto delle braccia	La presa deve essere ben stretta. La testa di UKE poggia sul lato destro del petto di TORI ed è girata sinistra. Prima dell'attacco Tori tiene le braccia in posizione naturale.
UKE afferra TORI di fronte, avvolgendone il corpo al di sopra delle braccia	La presa deve essere ben stretta. La testa di UKE poggia sul lato destro del petto di TORI ed è girata destra. Prima dell'attacco Tori tiene le braccia in posizione naturale
UKE avvolge il collo di TORI con il braccio destro, avvolgendogli le spalle	La presa deve essere ben stretta. Intenzione della presa: Strangolare o eseguire una proiezione
UKE avvolge il collo di TORI con il braccio sinistro, in posizione frontale	La presa deve essere ben stretta. Intenzione della presa: Strangolare o eseguire una proiezione
UKE attacca Tori con Hadaka Gime, con il braccio destro.	La presa deve essere ben stretta. UKE può mettersi nella posizione corretta rispetto a TORI o Tori stesso può mettersi nella posizione corretta. Intenzione della presa: Strangolare o squilibrare.

SERIE C
ATTACCHI A COLPIRE

JODAN TSUKI	Pugno diretto alto con la mano destra Obiettivo: Il volto
CHUDAN TSUKI	Pugno diretto medio con la mano destra Obiettivo: Plesso Solare, Stomaco
SHUTO UCHI	Attacco con il taglio della mano destra Obiettivo: Lato sinistro del collo di Tori
MAE GERI	Calcio frontale con il piede destro Obiettivo: Plesso Solare, Stomaco
MAWASHI GERI	Calcio circolare con il piede destro Obiettivo: Plesso Solare, Stomaco Tori può portare indietro il fianco sinistro e ruotare leggermente il corpo

Commento Generale:

- L'attacco deve essere portato dove si trovava Tori se non si fosse mosso per anticipare l'attacco
- A Tori non è permesso muoversi prima che sia partito l'attacco
- Tori deve reagire all'attacco

Vedi regolamento

SERIE D
ATTACCHI CON ARMI

Attacco di coltello dall'alto con la mano destra	Obiettivo: Lato sinistro della base del collo di Tori, appena sopra la clavicola
Attacco di coltello diretto con la mano destra	Obiettivo: Stomaco
Attacco con il coltello che esce dalla mano destra dalla parte del mignolo, portato in posizione laterale o diagonale	Obiettivo: Base del collo frontale, parte anteriore del collo
Attacco di bastone dall'alto con la mano destra	Obiettivo: Parte superiore della testa
Attacco di bastone laterale con la mano destra, portato lateralmente o diagonalmente	Obiettivo: Fianco sinistro, tempia/testa di Tori

Commento Generale:

- L'attacco deve essere portato dove si trovava Tori se non si fosse mosso per anticipare l'attacco
- Tori deve avere il pieno controllo dell'arma durante e dopo la difesa

Vedi regolamento gare art. 23

**DEROGHE
AL
REGOLAMENTO INTERNAZIONALE
PER
L'ATTIVITA'
NAZIONALE
INTERREGIONALE
E
REGIONALE**

Articolo 2 Disposizioni Generali

Ogni atleta deve presentarsi in gara con una cintura rossa ed una blu da utilizzare in gara a seconda che venga chiamato per primo o per secondo.

Gli Arbitri devono avere come dotazione personale i manicotti bianchi e rossi per arbitrare.

I Presidenti di Giuria devono avere nella dotazione personale almeno un cronometro.

Articolo 3 Disposizioni Generali

Le aree di gara possono partire da una misura minima di m 10 x 10 così composta:

area di combattimento m 6 x 6, più un metro tutto attorno di area di avvertimento, più un metro tutto attorno di area di sicurezza.

Articolo 6 Fighting System

Per tutti gli atleti è obbligatorio l'uso del paradenti.

Articolo 8 Fighting System

Nelle gare di carattere regionale ed interregionale gli Arbitri possono essere tre (1 MR e 2 SR) e le funzioni da TR venire svolte dal Presidente di Giuria.

Articolo 12 Fighting System

Il MR, nel caso in cui non riesca a vedere il volto di un atleta sottoposto a leva o strangolamento o voglia rendersi conto della sua reale capacità e possibilità di resistere, può chiedere il "Controllo" all'atleta stesso il quale è tenuto a rispondere, anche solo con un sì, in modo da manifestare di avere il controllo della situazione.

In tal caso il MR chiede "controllo blu" o "controllo rosso" toccando, in modo da essere sentito, il corpo dell'atleta in questione

Dopo tre richieste di controllo fatte in successione e ad alta voce, il MR può assegnare l'Ippon.

Articolo 20 Duo System

Ogni coppia deve presentarsi in gara con le armi necessarie alla gara.