

DO-Ju-Comm.tec\_08

➤ Alla cortese attenzione delle Associazioni partecipanti

## **Rassegna Regionale di Judo** **Judo per Tutti**

**Domenica 25 gennaio 2026**

presso

Palazzetto dello sport, Le Cupole Via Artom 111, Torino (TO)

Gentili Maestr\*, Atlet\* e Appassionat\*,

siamo liet\* di invitarvi alla Rassegna agonistica **Judo per Tutti UISP**, un evento nato per celebrare il cuore pulsante del nostro sport: l'equilibrio tra **competizione e inclusione**.

Il Judo non è solo una sfida contro un avversario, ma un percorso di crescita personale accessibile a chiunque, indipendentemente dall'età, dalle capacità o dal punto di partenza. In questa giornata, il *Tatami* diventerà lo spazio dove l'agonismo incontra i principi del fondatore Jigoro Kano: **"Amicizia e mutua prosperità"**.

Questa giornata di sportpertutt\* dedicata alle categorie Femminili e Maschili, Esordienti A (2012) Esordienti B (2013/14) e Cadetti (2011/2009) in una giornata ricca di un sano confronto tra atlete ed atleti provenienti da associazioni sportive presenti su tutto il territorio Piemontese.

Proprio per le peculiarità sopra descritte, i Campionati e le Rassegne Piemontesi del settore Judo delle Discipline Orientali Uisp, sono tra le manifestazioni di alto profilo tecnico, motore di slancio per futur3 atleti3.

### **Programma e Norme di partecipazione**

- ore 13.00 ACCREDITO
- ore 13.15 / 13.45 PESO ESORDIENTI A – B – CADETTI MASCHILI E FEMMINILI
- ore 14.30 INIZIO GARA (dalle categorie più basse)

**RACCOMANDA LA MASSIMA PUNTUALITÀ**

Ricordiamo agli atleti che dovranno essere in possesso della Tessera Associativa valida per l'anno in corso e del Libretto Tecnico Personale in regola.

Si rammenta, altresì, che anche i Budopass devono essere presentati in formato originale e integri, esenti da vistose correzioni sia a penna che attraverso l'uso di appositi correttori.

I Tecnici accompagnatori dovranno essere in possesso della Tessera UISP e del Cartellino Tecnico o CARD Formazione; in mancanza di tale documentazione non sarà rilasciato il Pass, quale Responsabile di Società.

Si ricorda che gli interessati dovranno documentare la propria identità personale con Budopass munito di fotografia. Saranno ammesse solo iscrizioni corrette o con errori veniali ad esempio: errori di nome o sesso (del tipo Daniele invece di Daniela) o errori evidenti di colore di cintura.

## ESO A e B Vigè il Regolamento Uisp Discipline Orientali settore Judo

### REGOLAMENTO GARE CATEGORIA ESORDIENTI

Queste norme aggiuntive al Regolamento Internazionale sono disposizioni del Settore di Attività SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS mirate alla salvaguardia dell'incolumità delle fasce d'età giovanili e alla promozione di un JUDO coerente ai suoi principi.

#### Art.1 – AZIONI PROIBITE **ESORDIENTI A**

Oltre alle azioni proibite dal Regolamento Internazionale, verranno punite con SHIDO le seguenti azioni:

- Azioni con le ginocchia al suolo.
- Azioni che avvolgono o bloccano in collo dell'avversario (tipo KUBI-NAGE).
- Azioni di MAKIKOMI-WAZA e SUTEMI-WAZA.
- Azioni di SHIME-WAZA.
- Azioni di KANSETSU-WAZA.
- Azioni d'anca, di gamba o di O-SOTO-GARI portate a sinistra con presa a destra o viceversa.
- Azioni che si svolgono con prese non tradizionali.
- Azioni giudicate potenzialmente pericolose dall'arbitro.
- Azioni di Reverse Seoi-Nage.
- Azioni in cui TORI usa la testa per proiettare.
- Azioni in cui UKE usa la testa per ruotare sul tatami e difendersi (HEAD DEFENSE – UKE), nel caso questo accada a TORI sarà riconosciuto l'eventuale punteggio della proiezione.

#### Art.2 – AZIONI PROIBITE **ESORDIENTI B**

Oltre alle azioni proibite dal Regolamento Internazionale, verranno punite con SHIDO le seguenti azioni:

- Azioni di Reverse Seoi-Nage.
- Azioni in cui TORI usa la testa per proiettare.
- Azioni in cui UKE usa la testa per ruotare sul tatami e difendersi (HEAD DEFENSE – UKE), nel caso questo accada a TORI sarà riconosciuto l'eventuale punteggio della proiezione.
- Azioni di SHIME-WAZA
- Azioni di KANSETSU-WAZA

#### Art.3 – TEMPO DI OSAEKOMI

<b>IPPON:</b>	20 secondi
<b>WAZA-ARI:</b>	dai 10 ai 19 secondi
<b>YUKO:</b>	dai 5 ai 9 secondi

**NOTA:** Tutte le categorie ESORDIENTI iniziano senza le prese. Anche alle categorie ESORDIENTI si applica il CODICE DI CONDOTTA DEI COACHES descritto nel Art.26.

## CADETTI Vigè il Regolamento Internazionale

Per ulteriori informazioni, consultare il regolamento che trovate allegato alla mail di indizione o sul sito Internet <https://www.uisp.it/disorientali/pagina/regolamenti-1-2>

## Regole di accesso al parterre di Gara

Tutt\* coloro che avranno accesso al parterre del palazzetto hanno l'obbligo di avere scarpe con la suola in gomma, onde evitare di rovinare il palchetto in legno. Sono tassativamente vietati i tacchi delle signore.

Nell'area di gara saranno ammessi solo le atlete e gli atleti e un coach per società nella misura di 1 ogni 5 atlet\*.  
I coach dovranno essere regolarmente abilitati e per accedere all'area di gara, dovranno indossare la tuta della società di

appartenenza e rendere visibile il "pass coach" che verrà loro consegnato ad inizio gara, all'atto dell'accredito atlet\*.

Arbitri e Presidenti di Giuria UISP saranno diretti e organizzati dalle rispettive commissioni regionali:

Commissione regionale Ufficiali di Gara Uisp Piemonte Judo – *Antonio De Pasquale*

Referente presidenti di giuria Uisp Piemonte Judo – *Gabutti Fabio*

Direzione Gara Uisp Piemonte Judo – *Carlo Bastita e Enrico Parodi*

## Iscrizioni

Quote iscrizione Rassegna Regionale DO UISP: **€ 15 per atleta**

Info Pagamento tramite bonifico bancario

IBAN: IT28F0326831110052448222000 – Beneficiario (UISP Piemonte)

Causale (DO UISP PIEMONTE RASSEGNA JUDO PER TUTT\* 25.01.26 – NOME SOCIETA')

Le iscrizioni dovranno pervenire scaricando e compilando il modulo Excel allegato a questa mail e inserirlo all'interno del seguente [Google form](#)

Verranno accettate le iscrizioni solo in **formato .xls**. Iscrizioni inviate con moduli in altri formati, non verranno accettate. Si prega di non modificare il modulo di iscrizione.

Attendere la conferma dell'avvenuta ricezione delle iscrizioni, in mancanza della stessa entro **giovedì 22 gennaio 2026** contattare la segreteria organizzatrice. Le quote di iscrizione dovranno essere versate esclusivamente tramite bonifico bancario e in forma cumulativa da un responsabile di ogni società partecipante. Le quote versate non saranno restituite.

In caso di problemi contattare: [disciplineorientali.piemonte@uisp.it](mailto:disciplineorientali.piemonte@uisp.it)

*"Il Judo è la via per utilizzare nel modo più efficiente la forza fisica e spirituale. Attraverso l'allenamento, si disciplina il corpo e lo spirito"*

Vi aspettiamo per vivere insieme una giornata di grande sport, dove l'unica vera vittoria è la partecipazione di tutt\*!

**D'Agostino Stefania**  
Coordinatrice Settore  
Discipline Orientali  
Uisp Piemonte APS



**Faletto Mattia**  
Responsabile Settore Judo  
Discipline Orientali Uisp Piemonte  
APS



**Deserventi Francesco**  
Responsabile Tecnico Settore  
Judo Discipline Orientali Uisp  
Piemonte APS

