

- **REGOLAMENTO INTERNAZIONALE PER LE
COMPETIZIONI DI JUDO**
- **L'ARBITRO DI JUDO: REQUISITI
FONDAMENTALI**
- **REGOLAMENTO DEL SETTORE ARBITRI DI
JUDO**

**SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS
SETTORE JUDO**

EDIZIONE 2022 REV.01

OTTOBRE 2022

Art.1 – AREA DI COMPETIZIONE	4
Art.2 – ATTREZZATURA	6
Art.3 – UNIFORME (JUDOGI)	8
Art.4 – IGIENE	10
Art.5 – ARBITRI E GIUDICI DI GARA	11
Art.6 – POSIZIONE E FUNZIONE DELL'ARBITRO	12
Art.7 – POSIZIONE E FUNZIONE DEI GIUDICI	13
Art.8 – GESTI	15
Art.9 – LUOGO (AREE VALIDE)	29
Art.10 – DURATA DEL COMBATTIMENTO	30
Art.11 – TIME OUT	31
Art.12 – SEGNALE DI FINE TEMPO	31
Art.13 – TEMPO DI OSAEKOMI	31
Art.14 – TECNICA COINCIDENTE CON IL SEGNALE DI FINE TEMPO	32
Art.15 – INIZIO DEL COMBATTIMENTO	33
Art.16 – PASSAGGIO IN NE-WAZA (LOTTA A TERRA)	34
Art.17 – APPLICAZIONE DEL MATTE (ATTESA)	35
Art.18 – SONOMAMA	37
Art.19 – SOREMADE (FINE DEL COMBATTIMENTO)	38
Art.20 – IPPON	40
Art.21 – WAZA-ARI-AWASETE-IPPON	42
Art.22 – WAZA-ARI	43
Art.23 – OSAEKOMI-WAZA	46
Art.24 – KAESHI-WAZA	48
Art.25 – CODICE DI CONDOTTA DEI COACHES	48
Art.26 – AZIONI TRANSITORIE	50
Art.27 – ATTI PROIBITI E SANZIONI	55
Art.28 – ASSENZA (FUSEN-GACHI) E ABBANDONO (KIKEN-GACHI)	70
Art.29 – INFORTUNIO, MALORE O INCIDENTE	71
Art.30 – SITUAZIONI NON PREVISTE DALLE REGOLE	73
REGOLAMENTO GARE CATEGORIA ESORDIENTI	74
Art.1 – INIZIO DEL COMBATTIMENTO	74
Art.2 – AZIONI PROIBITE	74
Art.3 – TEMPO DI OSAEKOMI	74

L'arbitro di Judo: I REQUISITI FONDAMENTALI	75
Art.1 – Costituzione e scopi	79
Art.2 – Organi del Settore Arbitri	79
Art.3 – Gli Ufficiali di gara	80
Art.4 – Il Responsabile Nazionale	80
Art.5 – Commissione Nazionale Arbitri	81
Art.6 – I Responsabili Regionali	81
Art.7 – Arbitri Regionali	82
Art.8 – Arbitri Nazionali	82
Art.9 – Arbitri Internazionali	82
Art.10 – Decadenza degli Arbitri	83
Art.11 – Doveri dell'Arbitro	83
Art.12 – Diritti degli Arbitri	84
Art.13 – Compatibilità	84
Art.14 – Norme finali	84

FEDERAZIONE INTERNAZIONALE DI JUDO

REGOLE DI

COMBATTIMENTO

Art.1 – AREA DI COMPETIZIONE

L'area di competizione dovrà avere le dimensioni di mt. 14x14 ed un minimo di 13x13, dovrà essere ricoperta da un TATAMI o altro materiale ugualmente accettabile.

La zona interna sarà denominata **area di combattimento** e dovrà avere le dimensioni di mt. 8x8 ed un minimo di 7x7.

La zona al di fuori dell'area di combattimento sarà denominata **area di sicurezza**, dovrà essere larga 3 mt. e dovrà essere di colore diverso dall'area di combattimento.

Per indicare le rispettive posizioni nelle quali i due combattenti dovranno iniziare e terminare il combattimento, verranno fissate al centro dell'area di combattimento e ad una distanza di 4 mt. una dall'altra, una striscia di nastro adesivo blu e una di nastro adesivo bianco, lunghe circa 50 cm e larghe 10 cm. La striscia bianca dovrà trovarsi alla destra dell'arbitro e quella blu alla sua sinistra.

L'area di competizione dovrà essere fissata su un pavimento o su una piattaforma elastica (vedi appendice).

Qualora due o più aree di competizione siano disposte l'una in continuazione dell'altra, è consentito l'utilizzo di un'area comune di sicurezza, che non dovrà essere inferiore a 3 mt.

Intorno all'area di competizione si dovrà mantenere una zona libera di almeno 50 cm.

Appendice all'art.1 – AREA DI COMPETIZIONE

TATAMI

Generalmente misurano mt. 1x1 (a volte 1x2 mt.), sono fatti di paglia pressata o più frequentemente, di poliestere espanso compatto.

Devono essere stabili sotto i piedi ed avere la proprietà di assorbire l'urto durante le cadute (UKEMI) e non devono essere né scivolosi né troppo ruvidi.

Questi elementi, che costituiscono la superficie per la competizione, devono essere allineati senza spazi tra di loro, avere una superficie omogenea ed essere fissati in modo tale da non spostarsi.

PIATTAFORMA

La piattaforma è facoltativa, deve essere fatta di legno solido, ma con una certa elasticità, deve misurare circa 18 mt. di lato e non superare i 50 cm in altezza.

Art.2 – ATTREZZATURA

A) SEDIE (GIUDICI)

Nell'area di sicurezza, agli angoli diagonalmente opposti dell'area di combattimento, si devono collocare due sedie leggere, in una posizione tale da non ostacolare, al giudice e alla giuria, la visione del tabellone.

B) TABELLONI PER IL PUNTEGGIO

Per ogni area di competizione saranno collocati due (2) tabelloni alti non oltre 90 cm e larghi non più di 2 mt. Questi tabelloni indicano il punteggio orizzontalmente e vanno collocati al di fuori dell'area di competizione, in modo da poter essere visti facilmente dall'arbitro, dai giudici di gara e dagli spettatori. I tabelloni devono essere costruiti con un congegno che consenta di registrare le penalità ricevute dai combattenti. Nel caso in cui si faccia uso di tabelloni elettronici, devono essere disponibili anche tabelloni manuali di riserva.

C) CRONOMETRI

Dovranno essere disponibili i seguenti cronometri:

- | | |
|------------------------------------|---------|
| 1. Durata del combattimento | uno (1) |
| 2. Durata dell'OSAEKOMI | due (2) |
| 3. Di riserva | uno (1) |

Nel caso in cui si faccia uso di cronometri elettronici, si dovranno avere anche cronometri manuali di riserva per il controllo.

D) BANDIERINE (CRONOMETRISTI)

I cronometristi dovranno usare le bandierine nel seguente modo:

- 1.** Gialla per l'interruzione del combattimento.
- 2.** Blu per indicare che l'OSAEKOMI è in atto.

Se si fa uso di un orologio con quadro elettronico, che indichi sia la durata del combattimento sia la durata dell'OSAEKOMI, l'uso delle bandierine gialla e blu non sarà necessario. Tuttavia, è meglio tenere queste bandierine di riserva.

E) SEGNALE DI FINE TEMPO

La fine del tempo stabilito per il combattimento sarà indicata all'arbitro per mezzo del suono di una campana o di qualsiasi altro congegno analogo udibile.

F) CINTURE BIANCHE E ROSSE

Nel caso si usino esclusivamente JUDOGI bianchi (vedere art.3), ciascun combattente dovrà indossare una cintura bianca (primo ad essere chiamato) e una cintura rossa (secondo chiamato). La cintura dovrà essere larga almeno 5 cm e abbastanza lunga da fare due giri completi intorno alla vita. Una volta annodata dovrà pendere di 20-30 cm per ciascuna delle due estremità.

Appendice all'art.2 – ATTREZZATURA

POSIZIONE DELLA GIURIA DA TAVOLO, DEI TABELLONISTI E DEI CRONOMETRISTI:

I tabellonisti e i cronometristi dovranno trovarsi di fronte all'arbitro e bene in vista dalla giuria da tavolo

DISTANZA DEGLI SPETTATORI:

In genere, gli spettatori non saranno ammessi ad una distanza inferiore ai 3 mt dalla superficie della competizione (o piattaforma).

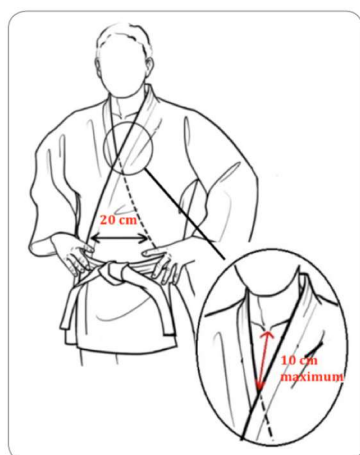
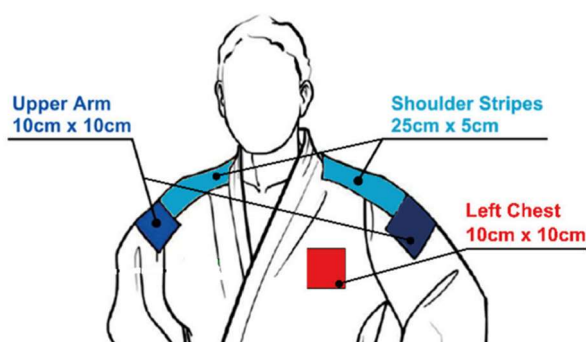
CRONOMETRI E TABELLONI:

I cronometri devono essere accessibili per coloro che hanno la responsabilità della loro precisione e devono essere controllati regolarmente sia all'inizio che durante la competizione.

Art.3 – UNIFORME (JUDOGI)

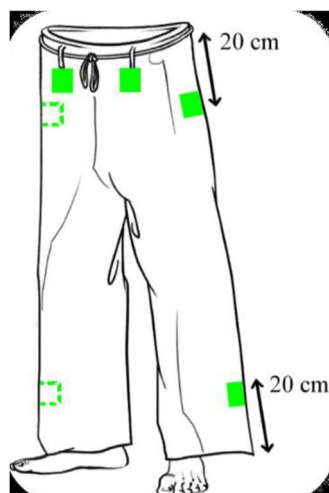
I combattenti dovranno indossare il "JUDOGI" (uniforme di Judo), che dovrà rispondere ai seguenti requisiti:

- a) Essere confezionato in modo resistente, in cotone o altro materiale simile e in buone condizioni (senza strappi o lacerazioni). Il materiale non deve essere così spesso da impedire all'avversario di fare la presa.
- b) Di colore bianco o quasi bianco per il primo combattente chiamato e di colore blu per il secondo.
- c) Su parti della casacca viene concessa la possibilità di inserire scritte o pubblicità, sulla parte posteriore può essere portato il back number.



- d) La casacca dovrà essere abbastanza lunga da coprire le cosce e dovrà arrivare almeno ai pugni quando le braccia sono distese completamente ai lati del corpo. La casacca sarà indossata con il lato sinistro incrociato sopra il destro e dovrà essere abbastanza ampia da superare il fondo della gabbia toracica e permettere una sovrapposizione di almeno 20 cm. Il risvolto ed il collo del JUDOJI dovranno essere: massimo 1 cm di spessore e 5 cm di larghezza. Le maniche della casacca dovranno arrivare almeno all'articolazione del polso e al massimo potranno salire di 5 cm sopra il polso, tra il braccio e la manica, per tutta la sua lunghezza dovrà esserci uno spazio di almeno 10-15 cm (comprese le bende).

(1)



(1)

- e) I pantaloni possono avere il marchio (come da immagine sottostante), dovranno essere abbastanza lunghi da coprire le gambe: al massimo potranno arrivare alla caviglia e al minimo dovranno arrivare 5 cm sopra di essa. Tra la gamba del combattente e il pantalone per tutta la sua lunghezza dovrà esserci uno spazio di 10-15 cm (comprese le bende).

- f) Sopra la casacca, all'altezza della vita, si dovrà indossare una cintura resistente, larga da 4 a 5 cm, annodata con un nodo quadrato, stretto abbastanza da impedire che la casacca sia troppo sciolta; la cintura dovrà essere abbastanza lunga da fare due volte il giro della vita e una volta annodata, pendere 20-30 cm da ogni lato del nodo.



(4)

g) Le donne dovranno indossare sotto la casacca:

- una maglietta bianca o quasi bianca, purché sia a tinta unita, a maniche corte, piuttosto resistente e abbastanza lunga da poter essere messa dentro i pantaloni

oppure

- un body bianco o quasi bianco a maniche corte.

NOTA: là dove il regolamento parla di JUDOGI blu, nastro adesivo blu, bandierine blu, tabelloni blu, ecc. ecc., è possibile da parte degli organizzatori della gara (che non sia: Campionato del Mondo, Olimpiade, Campionati Continentali, Grand Slam, Grand Prix, Tornei "A"), specificare che ambedue i combattenti debbano indossare JUDOGI bianchi. In questo caso il primo combattente chiamato indosserà una cintura bianca; il secondo indosserà una cintura rossa e l'attrezzatura sarà di colore rosso anziché blu. La bandierina che il cronometrista userà per indicare l'OSAEKOMI rimarrà blu.

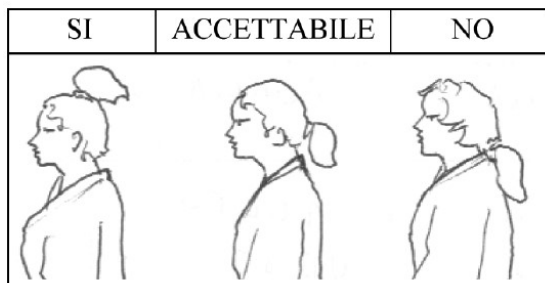
Appendice all'art.3 – UNIFORME

Se il JUDOGI di un combattente non risponde ai requisiti richiesti da questo articolo, l'arbitro deve ordinare al combattente di cambiarlo nel più breve tempo possibile e di indossare un JUDOGI che vi sia conforme.

In assenza del SOKUTEIKI per assicurarsi che le maniche della casacca del combattente siano della lunghezza richiesta, l'arbitro gli ordinerà di alzare entrambe le braccia, facendogliele estendere completamente all'altezza delle spalle al momento del controllo. In più, per assicurarsi che le maniche della casacca siano conformi in ampiezza a quanto richiesto in questo articolo, l'arbitro ordinerà al combattente di sollevare entrambe le braccia e di piegarle in su a 90° rispetto ai gomiti.

Art.4 – IGIENE

- a) Il JUDOGI deve essere pulito, asciutto e privo di odori sgradevoli.
- b) Le unghie delle mani e dei piedi dovranno essere tagliate corte.
- c) L'igiene personale del combattente dovrà essere ad un livello accettabile.
- d) I capelli lunghi dovranno essere legati in modo da non creare inconvenienti all'avversario.



(6)

Appendice all'art.4 – IGIENE

La legatura dei capelli lunghi, durante il combattimento, è concessa una volta liberamente; eventuali successive interruzioni, a tal proposito, saranno sanzionate con SHIDO.

Tutti i combattenti che non si adeguino ai requisiti richiesti dall'art.3 e dall'art.4 perderanno il diritto di gareggiare e l'avversario vincerà il combattimento per KIKEN-GACHI, secondo la regola della "maggioranza dei 3" (vedi art.28).

Art.5 – ARBITRI E GIUDICI DI GARA

Generalmente il combattimento deve essere diretto da un arbitro e due giudici, sotto la supervisione della Commissione d'arbitraggio (giuria). L'arbitro e i giudici di gara devono essere assistiti dai cronometristi e dalla giuria da tavolo.

Appendice all'art.5 – ARBITRI E GIUDICI DI GARA

I cronometristi, i compilatori dei verbali, le giurie da tavolo e tutti gli altri assistenti tecnici devono avere un'età minima di 21 anni, un'esperienza almeno triennale come arbitri nazionali (nelle gare internazionali, ecc.) e una buona conoscenza delle regole di competizione.

Il comitato organizzatore deve assicurarsi che essi abbiano ricevuto un addestramento completo prima di dirigere un combattimento.

Dovranno essere impiegati almeno due cronometristi: uno per registrare il tempo reale del combattimento e l'altro per registrare il tempo dell'OSAEKOMI.

Se possibile, ci dovrebbe essere una terza persona per controllare i due cronometristi, per evitare errori o dimenticanze.

Il cronometrista principale (quello addetto al tempo reale del combattimento) farà partire il suo cronometro quando udirà gli annunci di HAJIME oppure YOSHI. Il cronometrista dell'OSAEKOMI farà partire il suo cronometro nel momento in cui verrà dato il comando di OSAEKOMI, lo fermerà al comando SONOMAMA, lo farà ripartire al comando YOSHI. Al segnale di TOKETA o MATTE egli fermerà il suo cronometro ed indicherà all'arbitro il numero dei secondi trascorsi; altrimenti allo scadere del tempo a disposizione per l'OSAEKOMI. Il cronometrista dell'OSAEKOMI abbasserà la bandierina blu durante il combattimento dopo aver fermato il cronometro sentendo SONOMAMA ed alzerà la bandierina ogni volta che avrà fatto ripartire il cronometro al segnale di YOSHI.

Il cronometrista principale (tempo reale del combattimento) alzerà una bandierina gialla ogni qualvolta egli fermerà il suo cronometro al comando di MATTE o SONOMAMA e dovrà abbassare la bandierina nel momento in cui farà ripartire il cronometro al comando di HAJIME o YOSHI.

Quando il tempo del combattimento è terminato, i cronometristi lo devono notificare all'arbitro con un segnale chiaramente udibile (vedere art.12).

La giuria da tavolo deve essere a completa conoscenza dei gesti e dei segnali che vengono utilizzati per indicare il risultato di un combattimento.

Oltre alle persone sopraelencate, vi sarà anche una persona addetta alla registrazione dell'andamento generale della gara.

Se si fa uso di sistemi elettronici, la procedura da adottare sarà la stessa di quella precedentemente citata. Tuttavia, è necessario assicurarsi che siano disponibili anche strumenti manuali di registrazione.

Art.6 – POSIZIONE E FUNZIONE DELL'ARBITRO

L'arbitro deve rimanere generalmente all'interno dell'area di competizione. Egli dovrà condurre il combattimento ed amministrare il giudizio, dovrà inoltre assicurarsi che le sue decisioni siano registrate correttamente.

Appendice all'art.6 – POSIZIONE E FUNZIONE DELL'ARBITRO

Quando l'arbitro annuncia una valutazione deve, senza perdere di vista i combattenti e mantenendo il suo gesto, disporsi in modo da osservare se il giudice che si trova nella posizione che gli consente di assisterlo meglio, indica una valutazione diversa.

L'arbitro potrà osservare l'azione dalla zona di sicurezza, solo nel caso in cui l'azione in corso lo richieda, al fine di avere una migliore valutazione.

Nel caso di OSAEKOMI, l'arbitro avrà cura di non trovarsi tra il giudice e gli atleti; se succederà il giudice si sposterà.

Prima di officiare la competizione, gli arbitri e i giudici devono familiarizzare con il suono della campana o altro mezzo che indichi il termine del combattimento nella loro area di competizione.

Nell'assumere il controllo di un'area di competizione, l'arbitro e i giudici devono assicurarsi che la superficie del TATAMI sia pulita e in buone condizioni, che non vi siano spazi tra i tappeti, che le sedie dei giudici siano nelle giuste posizioni e che i combattenti rispondano ai requisiti degli art.3 e 4 del regolamento di competizione.

Gli arbitri devono assicurarsi che non vi siano spettatori, fotografi o sostenitori in una posizione tale da causare disturbo o costituire un rischio di infortunio per i combattenti.

Art.7 – POSIZIONE E FUNZIONE DEI GIUDICI

I giudici devono assistere l'arbitro e sedere l'uno di fronte all'altro ai due angoli, all'esterno dell'area di combattimento.

Normalmente, il giudice deve, con il gesto appropriato, esprimere solo la sua opinione sulla validità di ogni azione che si svolge sul bordo o all'esterno dell'area di combattimento.

Ogni giudice deve d'altra parte indicare la sua opinione facendo il gesto ufficiale appropriato ogni volta che la sua opinione è diversa da quella dell'arbitro, riguardo alla valutazione di una tecnica o di una sanzione annunciata da quest'ultimo.

Se l'arbitro, su una tecnica, dovesse esprimere un'opinione di un valore più alto di quella espressa dai due giudici, egli deve adeguare la sua valutazione a quella del giudice che ha espresso la valutazione più alta.

Se l'arbitro dovesse esprimere una valutazione più bassa di quella espressa dai due giudici, deve adeguare la sua valutazione a quella del giudice che ha espresso la valutazione più bassa.

Se un giudice dovesse esprimere una valutazione più alta di quella dell'arbitro e l'altro giudice una valutazione più bassa di quella dell'arbitro, l'arbitro mantiene la sua valutazione.

Se entrambi i giudici esprimono un giudizio diverso da quello dell'arbitro e questi non si avvede delle loro segnalazioni, i giudici si alzeranno in piedi e manterranno le loro segnalazioni sino a quando l'arbitro, notandoli, non rettifichi la sua valutazione. Se dopo un periodo di tempo apprezzabile (alcuni secondi) l'arbitro non si accorge dei due giudici in piedi, il giudice che gli è più vicino dovrà avvicinarlo immediatamente ed informarlo circa l'opinione della maggioranza.

Ogni discussione può ritenersi possibile e necessaria solo se l'arbitro o uno dei giudici è stato testimone di qualcosa che gli altri due non hanno visto e che potrebbe cambiare la decisione; ma quello la cui opinione è in minoranza deve essere sicuro di ciò che afferma in modo da evitare discussioni inutili. La terna arbitrale è un'équipe: **non** devono discutere tra loro.

I giudici devono, inoltre, assicurarsi che i punti registrati dall'addetto al punteggio siano conformi a quelli annunciati dall'arbitro.

Se un combattente deve lasciare l'area di competizione, temporaneamente, dopo che il combattimento è iniziato, per un motivo giudicato necessario da parte dell'arbitro, un giudice lo dovrà obbligatoriamente accompagnare per assicurarsi che non intervenga alcun tipo di irregolarità. Una simile autorizzazione verrà concessa soltanto in circostanze del tutto eccezionali (per cambiare il JUDOGI se non è conforme alle norme).

Appendice all'art.7 – POSIZIONE E FUNZIONE DEI GIUDICI

L'arbitro e i giudici potrebbero lasciare l'area di competizione durante le presentazioni o in caso di lunghi ritardi del programma.

I giudici siederanno tenendo separati i due piedi sul tappeto davanti alle loro sedie e porranno le mani (con i palmi rivolti verso il basso) sulle cosce.

Se un giudice dovesse notare un errore nel tabellone, deve attirare l'attenzione dell'arbitro sull'errore. Un giudice deve essere veloce a spostarsi con la sedia se la sua posizione dovesse arrecare danno ai combattenti.

Un giudice non deve precedere l'arbitro nella segnalazione di una valutazione.

Il giudice deve solo segnalare se la tecnica è valutabile o non valutabile.

Se un combattente, dopo che il combattimento è iniziato, deve cambiare una qualsiasi parte dell'uniforme al di fuori dell'area di competizione e se il giudice che lo deve accompagnare non fosse dello stesso sesso, sarà un ufficiale designato dal Comitato organizzatore a sostituire il giudice e ad accompagnare l'atleta.

Se la sua area di gara non è utilizzata e vi è un combattimento in corso nell'area adiacente, il giudice deve spostare la sua sedia se questa può arrecare danno ai combattenti dell'area vicina.

Art.8 – GESTI

L'ARBITRO

L'arbitro, nel corso delle seguenti azioni, eseguirà i gesti sottoindicati:

1. IPPON

Alzerà il braccio teso al di sopra del capo, con il palmo della mano rivolto in avanti.



(1)

2. WAZA-ARI

Alzerà un braccio a livello della spalla, con il palmo della mano rivolto verso il basso.

- La segnalazione di WAZA-ARI deve iniziare con il braccio al petto e con l'estensione successiva dell'avambraccio verso il fianco, sino alla corretta posizione finale.
- La segnalazione di WAZA-ARI deve essere mantenuta anche mentre si compie il movimento, per assicurarsi che il punteggio sia chiaramente visibile ai giudici. Tuttavia, mentre ci si gira, si deve avere cura di non perdere di vista i combattenti.



(1)

3. WAZA-ARI-AWASETE-IPPON

Eseguirà prima il gesto del WAZA-ARI e poi quello dell'IPPON.



(1)

4. OSAEKOMI

Tenderà il braccio verso il basso in direzione dei combattenti, mentre è di fronte a loro, piegando il corpo in avanti in direzione di questi ultimi.



(1)

5. TOKETA

Alzerà un braccio in avanti, muovendolo velocemente da destra a sinistra per 2-3 volte.



(1)

6. MATTE

Alzerà una mano all'altezza della spalla e con il braccio parallelo al TATAMI, mostrerà il palmo piatto della mano (con le dita rivolte verso l'alto) al cronometrista.



(1)

7. SONOMAMA

Si piegherà in avanti e toccherà entrambi i combattenti con il palmo delle mani.

8. YOSHI

Toccherà entrambi i combattenti con il palmo delle mani, esercitando una certa pressione su di loro.



(1)

SONOMAMA e YOSHI

9. PER INDICARE DI ALZARSI IN PIEDI

Farà segno con una o entrambe le mani poste all'altezza del petto, palmo della mano rivolto verso l'alto, con un movimento dal basso verso l'alto.



(1)

10. PER INDICARE L'ANNULLAMENTO DI UN'OPINIONE ESPRESSA

Ripeterà con la mano lo stesso gesto, mentre alzerà l'altra mano al di sopra del capo e in avanti, agitandola da destra verso sinistra 2-3 volte.

Se è necessario un gesto di rettifica, questo deve essere fatto il più rapidamente possibile dopo il gesto di cancellazione. Se la situazione lo consente, l'arbitro segnerà l'annullamento quando gli atleti possono guardare questo gesto.



(1)

11. PER INDICARE NON VALIDO

Porterà una mano al di sopra del capo e in avanti, agitandola da destra verso sinistra per 2-3 volte.



(1)

12. KACHI (per indicare il vincitore di un combattimento)

L'arbitro e gli atleti devono tornare alla loro posizione iniziale; l'arbitro fa un passo in avanti e indica il vincitore alzando una mano, col palmo rivolto verso l'interno sopra l'altezza della spalla. Poi fa un passo indietro e torna nella posizione di partenza.



(1)

13. PER ASSEGNARE UNA PENALITA' (SHIDO, HANSOKU-MAKE)

Indicherà verso l'atleta da punire il dito indice, tenendo il resto delle dita chiuse a forma di pugno.

Se entrambi gli atleti devono ricevere una penalità, l'arbitro deve fare il giusto gesto alternativamente verso entrambi gli atleti (indice sinistro per l'atleta alla sua sinistra e indice destro per l'atleta alla sua destra).



(1)

14. NON COMBATTIVITA'

Roteerà, con un movimento in avanti, gli avambracci all'altezza del petto ed indicherà con il dito indice il combattente.



(1)

15. FALSO ATTACCO

Estenderà entrambe le braccia in avanti, con le mani chiuse, poi compirà un atto verso il basso con entrambe le mani.



(1)

16. PER INVITARE IL MEDICO SUL TATAMI

Posizionandosi verso il tavolo del medico agiterà un braccio, con il palmo verso l'alto, dalla direzione del tavolo medico verso il combattente infortunato.



(1)

17. PENALITA' PER USCITA DAL TATAMI

Estenderà un braccio in avanti, all'altezza della spalla, mano piegata verso il basso e la muoverà da destra verso sinistra per 2-3 volte per circa 40-50 cm.



(1)

18. PER INDICARE LA NON VOLONTA' DI FARE LE PRESE

Ruoterà le mani una in senso orario e l'altra in senso antiorario all'altezza del petto, palmo rivolto in avanti.



(1)

19. PENALITA' PER PRESA ALLA GAMBA/PANTALONE

Si piegherà leggermente in avanti con il braccio steso, mano piegata pollice rivolto verso l'alto.



(1)

20. PENALITA' PER PRESA A TASCA

Estenderà un braccio e metterà l'altra mano dentro la manica.



(1)

21. PENALITA' PER PRESA A PISTOLA

Estenderà un braccio, mentre l'altra mano attorciglierà l'estremo della manica.



(1)

22. PENALITA' PER PRESA DALLO STESSO LATO

Alzerà un braccio all'altezza della spalla con la mano chiusa, l'altra mano sempre chiusa si disporrà sotto all'altra mano ad una distanza di 30-40 cm.



(1)

23. PENALITA' PER RIFIUTO DELLA PRESA COPRENDOSI IL BAVERO

L'arbitro porrà una mano all'altezza della spalla con la mano aperta



(1)

24. PENALITA' PER BLOCCO A DUE MANI

Estenderà entrambe le braccia tese ad una altezza di circa 20-30 cm sotto la linea del petto.



(1)

25. PENALITA' PER BLOCCO A UNA MANO

Estenderà un braccio rigido e teso ad un'altezza di circa 20-30 cm sotto la linea del petto.



(1)

26. PENALITA' PER PASSAGGIO DELLA TESTA SOTTO IL BRACCIO

Passerà una mano sopra la testa formando la figura di un cerchio.

27. PENALITA' PER PRESA ALLE DITA/MANO

Stringerà con una mano le dita dell'altra mano.

28. PENALITA' PER STRAPPARE/ROMPERE LA PRESA

Unirà entrambe le mani all'altezza del petto e le estenderà in avanti evidenziando lo strappo.

29. PER INDICARE AI COMBATTENTI DI RISISTEMARE IL JUDOGI

Incrocerà la mano sinistra sopra la destra all'altezza dell'ombelico.



(1)

30. PENALITA' PER PRESA DELL'ORSO

Si cingerà entrambe le mani all'altezza del petto formando un'ovale.

31. PENALITA' PER POSIZIONE ABBASSATA

Estenderà entrambe le braccia all'altezza del petto e si abbasserà.

32. PENALITA' PER PRESA ALLA CINTURA

Farà il movimento come di prendersi la cintura sul fianco del corpo.

33. PENALITA' PER DIVING

Farà il gesto con la mano dall'alto verso il basso (come di un tuffo).

34. PENALITA' PER CADUTA SIMULTANEA SU DUE GOMITI O MANI O SU UNA MANO ED UN GOMITO

l'arbitro rivolgendosi verso l'atleta che ha commesso l'infrazione farà un passo indietro con il piede sinistro e contemporaneamente porterà indietro le braccia piegandole



(7)

35. PENALITA' PER REVERSE SEOI NAGE

Porterà le braccia in avanti con le mani chiuse con il braccio destro sopra il braccio sinistro e mimerà il gesto del SEOI NAGE rovesciato



(7)

36. PENALITA' PER SISTEMARSI I CAPELLI

L'arbitro chiuderà il pugno destro e lo porterà all'altezza della tempia destra.



(7)

37. PENALITA' PER NON AVER AGGIUSTATO IL JUDO GI

L'arbitro assegnerà una penalità all'atleta che non mette a posto il proprio JUDO GI tra il MATTE e il successivo HAJIME.



Indicherà l'atleta o gli atleti da penalizzare con l'indice teso e il pugno chiuso annunciando la penalità e poi incrocerà la mano sinistra sopra la destra con i palmi verso l'interno all'altezza della cintura

Appendice all'art.8 – GESTI

Qualora in seguito alle segnalazioni ufficiali dell'arbitro non risultasse abbastanza chiaro a quale dei due combattenti debba essere assegnato il punteggio o la penalizzazione, l'arbitro stesso potrà indicare verso il nastro bianco o blu (posizione iniziale).

Se si prevede una lunga pausa del combattimento, per indicare al combattente (o ai combattenti) che può sedersi a gambe incrociate nella posizione di inizio, l'arbitro gli farà segno in direzione di inizio con la mano aperta e con il palmo rivolto verso l'alto.

Se ad entrambi i combattenti viene assegnata una penalità, l'arbitro deve indicare alternativamente entrambi i combattenti (indice sinistro per il combattente alla sua sinistra, indice destro per quello alla sua destra).

Nel caso si rendesse necessario un gesto di rettifica, dovrà essere fatto nel modo più rapido possibile, dopo il gesto di annullamento.

Quando si cancella un risultato non vengono fatti annunci.

Tutti i gesti devono essere mantenuti dai 3 ai 5 secondi.

Per indicare il vincitore, l'arbitro ritornerà nella posizione in cui si trovava all'inizio dell'incontro e lo indicherà (vedi figura n°12).

I GIUDICI

- A) Per indicare che, secondo lui, un combattente ha eseguito un'azione da ritenersi valida pur essendo terminata con entrambi i combattenti fuori dall'area di combattimento, il giudice solleverà una delle mani in alto abbassandola quindi all'altezza della spalla (pollice verso l'alto) e tenendola per alcuni attimi, braccio teso, lungo la linea che delimita l'area di combattimento.
- B) Per indicare che, secondo lui, uno dei combattenti è uscito dall'area di combattimento senza azione e/o un'azione è da ritenersi eseguita fuori dall'area di combattimento, il giudice solleverà una delle mani all'altezza della spalla, con il pollice verso l'alto e braccio proteso lungo la linea che delimita l'area di combattimento, agitandola da destra a sinistra e viceversa diverse volte.
- C) Per indicare che, secondo lui, un punteggio/penalità o decisione espressa dall'arbitro in base all'art.8 non hanno valore, il giudice solleverà la mano sopra la testa e la agiterà da destra a sinistra 2-3 volte.
- D) Per indicare che la sua opinione è diversa da quella dell'arbitro, il giudice farà uno dei segnali dell'art.8.
- E) Quando i giudici vogliono che l'arbitro annunci MATTE in NE-WAZA (cioè azione non in atto), devono segnalare ciò sollevando entrambe le mani all'altezza della spalla, con i palmi rivolti verso l'alto.
- F) Quando l'arbitro chiama il medico i giurati dovranno, da seduti, controllare la situazione e solo l'arbitro si posiziona a fianco del medico per verificare la correttezza dell'intervento.

Qualora si renda necessario o in caso di decisione da prendere, l'arbitro può chiedere l'intervento dei giudici.

Art.9 – LUOGO (AREE VALIDE)

Il combattimento si svolgerà prevalentemente nell'area di combattimento.

ECCEZIONI:

Quando una proiezione è iniziata con almeno un combattente in contatto con l'area di combattimento ma, nel corso della stessa azione, entrambi i combattenti si spostano fuori dall'area di combattimento la proiezione deve essere considerata valida ai fini dell'attribuzione di un eventuale punteggio. Se l'azione si conclude con un OSAEKOMI, l'arbitro la annuncerà lasciandola continuare sino all'IPPON o al MATTE; se l'azione si conclude con un KANSETZU-WAZA o SHIME-WAZA riconosciute come efficaci nei confronti di chi le subisce, l'arbitro lascerà continuare sino all'IPPON o all'eventuale MATTE in caso di sopraggiunta inefficacia delle situazioni di cui sopra.

OSA EKOMI:

L'azione di controllo continuerà anche quando entrambi gli atleti sono completamente al di fuori dell'area di combattimento purché l'OSA EKOMI sia stato annunciato.

KANSETZU-WAZA e SHIME-WAZA:

I KANSETZU-WAZA e gli SHIME-WAZA iniziati all'interno dell'area di combattimento e riconosciuti efficaci dall'arbitro, potranno essere proseguiti anche se i combattenti finiscono fuori dell'area di combattimento, purché ci sia continuità di azione e rapidità di risultato, quindi sino alla resa di uno dei due contendenti oppure sino alla perdita di efficacia della tecnica valutata dall'arbitro.

Appendice all'art.9 – LUOGO (AREE VALIDE)

Una volta che è iniziato il combattimento, i combattenti possono lasciare l'area di competizione solo se l'arbitro ha dato loro il permesso di farlo. Tale permesso sarà concesso solo in circostanze eccezionali, come per la necessità di sostituire il JUDOGI, se questo non è conforme a quanto previsto dall'art.3, se abbia subito danni o si sia sporcato.

Art.10 – DURATA DEL COMBATTIMENTO

Vedere il Regolamento Gare dell'anno in corso.

Appendice all'art.10 – DURATA DEL COMBATTIMENTO

La durata dei combattimenti e la loro forma saranno determinati a seconda delle regole del torneo.

L'arbitro dovrà accertarsi della durata del combattimento prima di entrare nell'area di competizione.

GOLDEN SCORE

Qualora alla fine del tempo regolamentare i combattenti si trovino in parità, l'arbitro, in accordo con il Presidente di Giuria, darà continuità all'incontro senza limite di tempo (Golden Score). L'incontro verrà comunque interrotto al primo vantaggio tecnico acquisito o da HANSOKU-MAKE (diretto o per raggiungimento di 3 SHIDO).

All'inizio del Golden Score devono essere azzerati solo i cronometri.

Precisazione:

Durante l'OSAEKOMI il periodo di Golden Score potrà continuare sino al vantaggio tecnico definitivo, non viene più data la possibilità di proseguire oltre il primo vantaggio acquisito.

Art.11 – TIME OUT

Il tempo che trascorre tra gli annunci dell'arbitro di MATTE e HAJIME e tra il SONOMAMA e YOSHI non saranno conteggiati nella durata del combattimento.

Art.12 – SEGNALE DI FINE TEMPO

Il termine del tempo assegnato al combattimento verrà indicato all'arbitro tramite il suono di una campana o altro sistema altrettanto udibile.

Appendice all'art.12 – SEGNALE DI FINE TEMPO

Quando si usano diverse aree di combattimento contemporaneamente, è necessario l'uso di strumenti bene udibili che abbiano un suono differente.

Il segnale di fine tempo deve essere sufficientemente forte da potersi udire anche al di sopra del rumore causato dagli spettatori.

Art.13 – TEMPO DI OSAEKOMI

IPPON: 20 secondi

WAZA-ARI: dai 10 ai 19 secondi

Art.14 – TECNICA COINCIDENTE CON IL SEGNALE DI FINE TEMPO

Qualsiasi risultato immediato di una tecnica che abbia inizio contemporaneamente alla segnalazione di fine tempo sarà giudicato valido.

Nel caso che venga annunciato un OSAEKOMI contemporaneamente alla segnalazione di fine tempo, il tempo stabilito per il combattimento verrà prolungato sino a quando non sarà raggiunto il punteggio di IPPON, oppure fino a quando l'arbitro annuncia TOKETA.

Appendice all'art.14 – TECNICA COINCIDENTE CON IL SEGNALE DI FINE TEMPO

Qualsiasi tecnica, applicata dopo il suono della campana o altro strumento, che indichi il termine del tempo di combattimento, non sarà considerata valida, anche se l'arbitro non avrà ancora annunciato SOREMADE.

Sebbene si possa applicare una tecnica di proiezione contemporaneamente al suono della campana, se l'arbitro decide che essa non ha immediata efficacia, dovrà annunciare SOREMADE.

Art.15 – INIZIO DEL COMBATTIMENTO

I combattenti staranno in piedi l'uno di fronte all'altro sul bordo dell'area di combattimento, faranno il saluto, ed entreranno dentro l'area, si posizioneranno ad una distanza di 4 mt in prossimità del nastro bianco o rosso (blu), assegnato in corrispondenza del colore della cintura che indossano. A questo punto i combattenti faranno un altro saluto e un passo in avanti. A questo punto l'arbitro deve annunciare HAJIME per dare inizio al combattimento.

Il combattimento deve sempre iniziare in posizione eretta.

Appendice all'art.15 – INIZIO DEL COMBATTIMENTO

L'arbitro e i giudici devono sempre essere nella posizione loro assegnata prima dell'arrivo dei combattenti nell'area



(1)

Posizione prima
della gara



(1)

Invito degli atleti sul TATAMI

L'arbitro deve porsi al centro dell'area di combattimento, a 2 mt di distanza dalla linea che divide i combattenti. Egli deve, inoltre, essere rivolto verso il tavolo dei cronometristi.

I combattenti devono inchinarsi a vicenda all'inizio e alla fine del combattimento; se non lo fanno, l'arbitro deve invitarli a farlo annunciando "REI".

Gli atleti hanno come obbligo il saluto dalla posizione dei 4 mt di distanza. L'arbitro esigerà che questo saluto sia eseguito in modo assolutamente corretto.

L'arbitro deve assicurarsi che "tutto è corretto" (cioè l'area del combattimento, i macchinari, le uniformi, l'igiene, gli ufficiali di gara, ecc. ecc.) prima di dare inizio al combattimento.

Art.16 – PASSAGGIO IN NE-WAZA (LOTTA A TERRA)

I combattenti potranno passare dalla posizione in piedi a quella di NE-WAZA (lotta a terra) nei casi seguenti, ma tenendo presente che l'arbitro può, a suo giudizio, ordinare ai combattenti di riprendere la posizione in piedi se ritiene che non ci sia continuità nell'applicazione della tecnica:

- A) Quando un combattente, dopo aver ottenuto qualche risultato con una tecnica di proiezione, passa senza interruzione in NE-WAZA (lotta a terra) e prende l'offensiva.
- B) Quando uno dei due combattenti cade in seguito all'esecuzione non riuscita di una tecnica di proiezione, l'altro può seguirlo a terra; oppure, quando uno dei due combattenti è squilibrato o è sul punto di cadere dopo l'esecuzione non riuscita di una tecnica di proiezione, l'altro può avvantaggiarsi della posizione squilibrata dell'avversario per portarlo a terra.
- C) Quando un combattente porta l'avversario in NE-WAZA (lotta a terra) con l'esecuzione particolarmente abile di un movimento che, anche se può assomigliare ad una tecnica di proiezione, non può essere completamente qualificato come tale.
- D) Qualora un combattente cada o sia sul punto di cadere, l'altro combattente può avvantaggiarsi della posizione dell'avversario per andare in NE-WAZA (lotta a terra).

Appendice all'art.16 – PASSAGGIO IN NE-WAZA (LOTTA A TERRA)

Esempio:

Quando un combattente esegue HIKKOMI-GAESHI (tecnica di MA-SUTEMI-WAZA), se i combattenti si separano alla fine dell'azione, il risultato può essere considerato come una proiezione e potrà essere assegnato un punteggio.

Quando un combattente trascina a terra il suo avversario in NE-WAZA in modo non conforme all'art.16 ed il suo avversario non si avvantaggia di ciò per continuare in NE-WAZA, l'arbitro dovrà annunciare MATTE, fermare il combattimento e assegnare SHIDO al combattente che ha infranto l'art.27 (16S).

Quando un combattente trascina a terra il suo avversario in NE-WAZA in modo non conforme alle regole dell'art.16 e il suo avversario si avvantaggia di questo per continuare in NE-WAZA, si può far continuare il combattimento, ma l'arbitro deve comunque assegnare SHIDO al combattente che ha infranto l'art.27 (16S).

Art.17 – APPLICAZIONE DEL MATTE (ATTESA)

L'arbitro annuncerà MATTE (aspettate) al fine di fermare momentaneamente l'incontro e per ricominciare la gara annuncerà HAJIME (iniziate), nei seguenti casi:

- A) Quando uno o entrambi i combattenti vanno fuori dell'area di combattimento senza che vi sia in corso un'azione.
- B) Quando uno o entrambi i combattenti commettono uno degli atti proibiti.
- C) Quando uno o entrambi i combattenti si infortunano o sono colti da malore.
- D) Quando è necessario che un combattente o entrambi i combattenti rimettano a posto la loro uniforme, è buona cosa che i combattenti tra il MATTE e l'HAJIME cerchino di risistemarselo da soli.
- E) Quando durante il NE-WAZA (lotta a terra) non c'è alcun progresso evidente e i combattenti giacciono in una posizione che non porta ad alcun esito.
- F) Quando un combattente nella posizione di NE-WAZA prende la posizione in piedi, purché non ci sia un attacco in corso.
- G) Quando un combattente dal NE-WAZA riguadagna una posizione semi-eretta con l'avversario sulla schiena e con le mani completamente e chiaramente staccate dal TATAMI.
- H) Quando un combattente rimane in piedi, o dal NE-WAZA riguadagna una posizione in piedi e solleva da terra l'avversario che è sdraiato sulla propria schiena e che ha la gamba (gambe) intorno a qualsiasi parte del corpo del combattente eretto.
- I) In qualsiasi altro caso ritenuto necessario dall'arbitro.
- J) Quando l'arbitro e i giudici della Commissione arbitrale desiderano conferire.
- K) Il controllo in NE-WAZA utilizzando braccia o gambe intorno al collo senza il braccio dell'avversario all'interno prevede il MATTE immediato.



(2)

Appendice all'art.17 – APPLICAZIONE DEL MATTE (ATTESA)

Quando l'arbitro annuncia MATTE, deve stare attento a non perder di vista i combattenti, nel caso che questi ultimi non abbiano udito e continuino il combattimento.

L'arbitro non deve annunciare MATTE per fermare i combattenti che stanno per uscire dall'area di combattimento, a meno che non ritenga pericolosa la situazione.

L'arbitro non deve annunciare MATTE quando un atleta, che è sfuggito (per esempio: OSAEKOMI, SHIME-WAZA o KANSETZU-WAZA), sembra aver bisogno o addirittura richieda di riposare.

Se l'arbitro dovesse annunciare MATTE per errore durante il NE-WAZA, provocando quindi la separazione degli atleti, l'arbitro e i giudici possono se è possibile ed in accordo con la regola della "maggioranza dei tre" rimettere i combattenti nella posizione più simile possibile a quella originale e far riprendere in combattimento, se con tale azione si corregge un'ingiustizia subita da uno dei combattenti.

Dalla posizione di TACHI-WAZA all'annuncio del MATTE, i combattenti dovranno lasciare i KUMI-KATA, sistemarsi il JUDOGI (senza sciogliere la cintura) e tornare alla posizione iniziale.

In NE-WAZA all'annuncio del MATTE, i combattenti dovranno riprendere la posizione in piedi e tornare alla posizione iniziale, mentre sistemano il JUDOGI. In casi eccezionali e con il permesso dell'arbitro potranno sedersi se si prevede una lunga pausa. È consentito loro di assumere qualsiasi altra posizione soltanto per ricevere cure mediche.

L'arbitro può annunciare MATTE se uno dei combattenti è infortunato o è colto da malore, e chiedere al medico di recarsi nell'area di competizione per eseguire un rapido esame.

L'arbitro può annunciare MATTE se un combattente infortunato gli segnala di aver bisogno di un esame da parte del medico. Tale esame dovrà svolgersi con maggior rapidità possibile (vedere art.29).

L'arbitro può annunciare MATTE se la Commissione Arbitrale (giuria), su richiesta del medico, autorizza quest'ultimo ad eseguire un veloce esame al combattente infortunato (vedere art.29).

Art.18 – SONOMAMA

L'arbitro deve annunciare SONOMAMA (non vi muovete) in qualsiasi caso in cui ritiene opportuno interrompere momentaneamente il combattimento per rivolgersi ad uno o ad entrambi i combattenti, senza causare un cambiamento nelle loro posizioni, o per assegnare una penalità in modo che il combattente che non è sanzionato non perda la sua posizione di vantaggio.

Per far ricominciare il combattimento dovrà annunciare YOSHI.

Il SONOMAMA può essere applicato solo nel NE-WAZA.

Appendice all'art.18 – SONOMAMA

Nota sull'assegnazione di una penalità: se l'atleta a cui viene assegnata la penalità è in una posizione sfavorevole, non viene annunciato il SONOMAMA, ma la penalità viene assegnata direttamente.

Quando l'arbitro annuncia SONOMAMA, deve stare attento che non ci siano cambiamenti nelle posizioni o nelle prese di entrambi i combattenti.

Se durante il NE-WAZA un combattente appare infortunato, l'arbitro può annunciare il SONOMAMA se necessario, poi far ritornare i combattenti alle posizioni precedenti l'annuncio di SONOMAMA e quindi annuncerà YOSHI.

Art.19 – SOREMADE (FINE DEL COMBATTIMENTO)

L'arbitro annuncerà SOREMADE (questo è tutto) indicando la fine del combattimento nei seguenti casi:

- A) Quando uno dei combattenti ottiene IPPON.
- B) Qualora un combattente ottenga un WAZA-ARI ed è già beneficiario di un WAZA-ARI (risultato finale WAZA-ARI-AWASETE-IPPON).
- C) In caso di vittoria per FUSEN-GACHI (vittoria per assenza, oppure KIKEN-GACHI (vittoria per abbandono), vedere art.28.
- D) In caso di HANSOKU-MAKE (squalifica) vedere art.27.
- E) Quando uno dei combattenti non è in grado di continuare a causa di un infortunio, vedere art.29.
- F) Quando il tempo fissato per il combattimento è trascorso.

All'annuncio di SOREMADE da parte dell'arbitro, i due combattenti dovranno tornare alle loro posizioni iniziali.

L'arbitro assegnerà la vittoria con i seguenti criteri:

- 1) Quando un combattente ottiene IPPON o equivalente, sarà dichiarato vincitore.
- 2) Quando non si registri un'IPPON, il vincitore sarà dichiarato seguendo il criterio sottoindicato:
 - a) Chi ha raggiunto un vantaggio tecnico.
 - b) Per squalifica dell'avversario con HANSOKU-MAKE.
 - c) Relativamente al Golden Score vedi art.10.

Dopo che l'arbitro avrà indicato il risultato del combattimento, i combattenti faranno un passo indietro alle loro rispettive strisce bianca e rossa (blu) poste a 4 mt di distanza, faranno un inchino in piedi e lasceranno l'area di competizione.

NOTA: un saluto non corretto fa sì che si debba ripetere. Se un'atleta si rifiuta di eseguire il saluto o butta la cintura sulla materassina verrà cancellato dal tabellone.

Tutte le azioni e decisioni prese dall'arbitro e dai giudici in conformità alla regola della "maggioranza dei 3" saranno definitive e senza appello.

Appendice all'art.19 – SOREMADE (FINE DEL COMBATTIMENTO)

Dopo aver annunciato SOREMADE, l'arbitro non deve perdere di vista i combattenti nel caso che questi non abbiano udito quanto annunciato e continuino a combattere.

L'arbitro deve ordinare ai due combattenti di riassetare il JUDOGI, se necessario, prima di indicare il risultato finale.

Se per errata lettura del tabellone segnapunti, l'arbitro assegnasse la vittoria del combattimento all'atleta sbagliato, i due giudici devono assicurarsi che egli cambi la sua decisione. Si potrà modificare tale errata decisione entro 10 minuti dal termine dell'incontro interessato, anche se la terna e gli atleti hanno lasciato l'area di competizione. L'eventuale correzione avrà luogo se supportata da prove inconfutabili. L'eventuale correzione può essere fatta solo ed esclusivamente su errata aggiudicazione del vincitore o non per giudizi tecnici delle tecniche.

Art.20 – IPPON

L'arbitro annuncerà IPPON quando, a suo avviso, una tecnica applicata corrisponde ai seguenti criteri:

- A) Quando un combattente proietta con **controllo, ampiamente sul dorso**, con notevole **forza** e **velocità**.
- B) Quando un combattente mantiene l'avversario in OSAEKOMI-WAZA e quest'ultimo, non riesce a liberarsi per 20 secondi dopo che è stato dato l'annuncio dell'OSA EKOMI.
- C) Quando un combattente si arrende battendo per 2 o più volte la mano o il piede o dicendo MAITTA (mi arrendo), generalmente come risultato di una tecnica di controllo di SHIME-WAZA (strangolamento), oppure di KANSETSU-WAZA (leva al braccio).
- D) Quando l'effetto di una tecnica di SHIME o di KANSETSU è sufficientemente evidente.

NOTA – equivalenza: nel caso in cui un combattente venga penalizzato con un HANSOKU-MAKE, l'altro combattente sarà dichiarato vincitore.

Nel caso in cui entrambi i combattenti ottengano l'IPPON contemporaneamente, l'arbitro annuncerà HIKI-WAKE (pareggio) e i combattenti avranno il diritto di iniziare immediatamente un nuovo combattimento, con la regola del Golden Score. Se solo uno dei combattenti esercita il suo diritto ad iniziare un nuovo combattimento, mentre l'altro lo rifiuta, l'atleta che intende combattere nuovamente verrà dichiarato vincitore per KIKEN-GACHI.

Appendice all'art.20 – IPPON

Azioni di rolling:

Qualora la caduta di UKE avvenga con rotolamento, sulla parte alta della schiena o sulla sezione centrale longitudinale della schiena o in diagonale spalla-fianco o viceversa (azione di rolling) l'azione potrà essere valutata con IPPON.



(1)

Se un combattente, dopo essere stato proiettato, cade intenzionalmente in posizione di "PONTE" (per ponte si intende prendere appoggio su testa e piedi/piede) l'arbitro dovrà, comunque, per scoraggiare una simile azione assegnare IPPON, anche qualora egli ritenga che la tecnica subita meriti altri punteggi.



(1)

Tecniche applicate simultaneamente

Quando entrambi i combattenti cadono sul tappeto in seguito a ciò che sembra essere un attacco eseguito contemporaneamente e sia l'arbitro che i giudici non sono in grado di decidere quale delle due tecniche abbia prevalso, non si deve assegnare nessun punteggio.

Un'atleta della categoria Cadetti che ha perso conoscenza a seguito di un SHIME-WAZA, non potrà continuare la competizione.

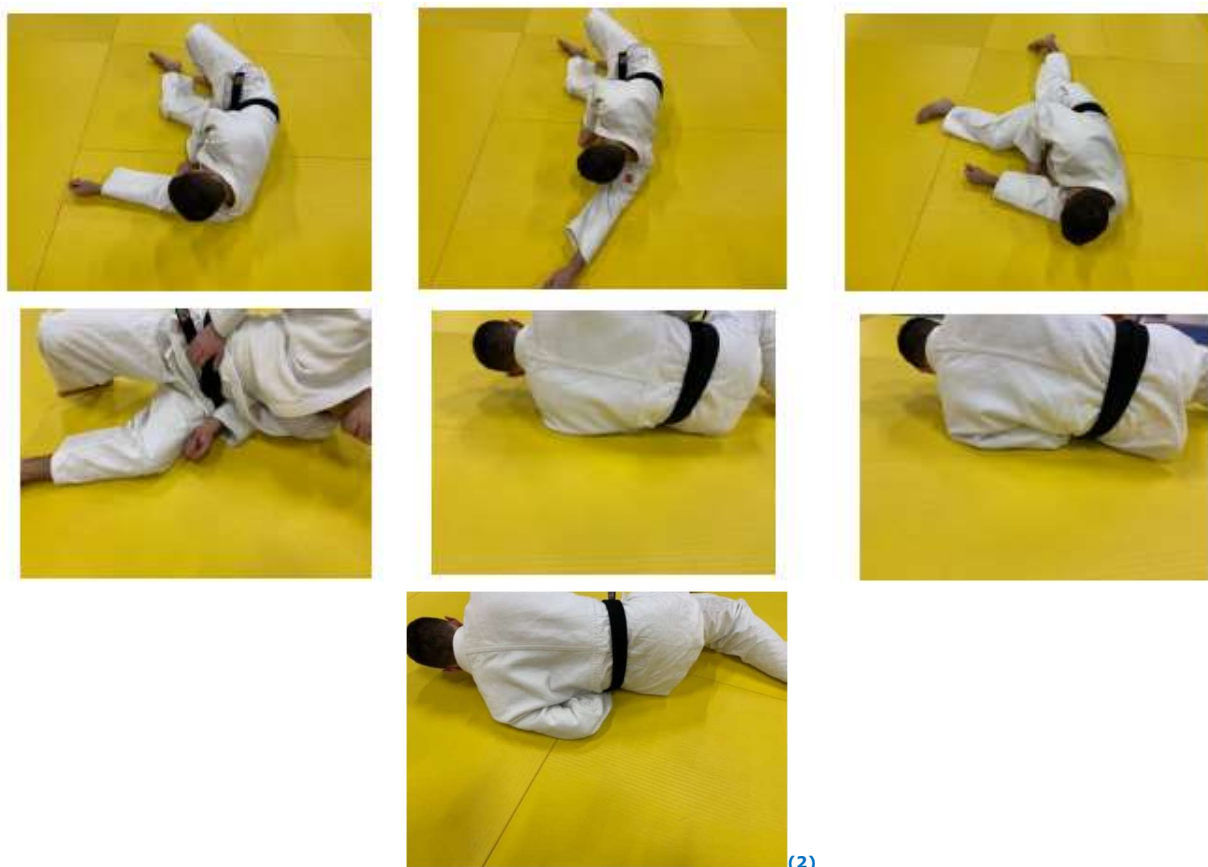
Art.21 – WAZA-ARI-AWASETE-IPPON

Se un'atleta si aggiudica un secondo WAZA-ARI nel corso di un combattimento (vedi art.22), l'arbitro dovrà annunciare WAZA-ARI-AWASETE-IPPON (2 WAZA-ARI valgono un IPPON).

Art.22 – WAZA-ARI

L'arbitro dovrà annunciare WAZA-ARI quando a suo avviso, la tecnica applicata corrisponde ai seguenti criteri:

- A) Quando un combattente con controllo proietta il suo avversario, ma la tecnica manca parzialmente di uno degli altri quattro elementi necessari per un IPPON (vedere art.20/A e appendice).
- B) Quando un combattente mantiene l'altro in OSAEKOMI-WAZA senza che questi riesca a liberarsi per 10-19 secondi.
- C) Quando un combattente con controllo proietta l'avversario, ma la tecnica manca parzialmente di 2 degli altri elementi necessari per l'IPPON, per esempio:
 - 1) Manca parzialmente dell'elemento "largamente sul dorso" e manca anche parzialmente, di uno degli altri 2 elementi "forza" e "velocità".
 - 2) Largamente sul dorso, ma manca parzialmente di entrambi degli altri 2 elementi "velocità" e "forza".
- D) Quando un combattente con controllo proietta l'avversario sul lato della parte superiore del corpo.



Immagini relative a cadute di UKE che prevedono il WAZA-ARI

- E) Verrà assegnato WAZA-ARI a TORI e SHIDO a UKE se a seguito di una proiezione, UKE cadrà impattando sul TATAMI, simultaneamente, con 2 gomiti, con le mani o con una mano e un gomito. (Questa azione difensiva viene così scoraggiata perché pericolosa).



(1)

Nota: qualora UKE prenda il sopravvento in NE-WAZA, l'azione non sarà consentita e l'arbitro annuncerà MATTE. L'arbitro assegnerà SHIDO solo dopo il MATTE.

- F) Cadere su un gomito, sulla parte bassa della schiena o su un ginocchio, con immediata continuazione sulla schiena sarà valutato WAZA-ARI.
- G) Una caduta con rotolamento sulle anche o su uno dei fianchi sarà valutato WAZA-ARI. Purché l'azione di rotolamento non abbia subito alcuna interruzione o cambio di direzione di lancio.



- H) Cadere sul tatami con una spalla.
- I) Cadere sul tatami con la parte superiore della schiena.

(1)

Appendice all'art.22 – WAZA-ARI

Sebbene i criteri per l'IPPON (controllo, largamente sul dorso, con forza e velocità) possono essere evidenti in una tecnica come TOMOE-NAGE, se vi è un'interruzione durante la proiezione, il WAZA-ARI è il punteggio massimo che si potrà concedere.

CHIARIMENTI: FOTO DI CADUTE DI UKE IN CUI NON È PREVISTO IL WAZA-ARI



(2)

Art.23 – OSAEKOMI-WAZA

L'arbitro annuncerà OSAEKOMI quando, a suo avviso, la tecnica applicata corrisponde ai seguenti criteri:

- A) Il combattente che viene immobilizzato deve essere controllato dal suo avversario e deve avere il dorso con una o entrambe le spalle a contatto con il TATAMI.
- B) Il controllo può essere eseguito di lato, dalla parte della testa o da sopra.
- C) Il combattente che applica l'immobilizzazione non deve avere la propria gamba/e controllata/e da quella del suo avversario, sia da sopra che da sotto.
- D) L'atleta che applica OSAEKOMI deve avere il suo corpo in KESA, SHIHO o posizione URA, cioè simile alle tecniche KESA-GATAME, KAMI-SHIHO-GATAME o URA-GATAME.



(2)

Forme di URA-GATAME valide per l'OSAEKOMI

Appendice all'art.23 – OSAEKOMI-WAZA

Se un combattente, che sta controllando il suo avversario, con un OSAEKOMI-WAZA, cambia, senza perdere il controllo, con un'altra OSAEKOMI-WAZA, il conteggio del tempo di immobilizzazione continuerà fino all'annuncio di IPPON o TOKETA.

Quando l'OSAEKOMI-WAZA è stata applicata, se è il combattente in posizione di vantaggio a commettere un'infrazione passibile di penalità, l'arbitro annuncerà MATTE, farà ritornare i combattenti nella loro posizione iniziale, annuncerà la penalità, qualsiasi punteggio derivante dall'OSAEKOMI e quindi farà riprendere il combattimento con l'annuncio di HAJIME.

Quando l'OSAEKOMI-WAZA è stata applicata, se è il combattente in posizione di svantaggio a commettere un'infrazione passibile di penalità, l'arbitro infliggerà direttamente la sanzione, lasciando continuare il tempo dell'OSAEKOMI. Tuttavia, qualora la penalità da comminare fosse il 3 SHIDO o un HANSOKU-MAKE l'arbitro dovrà annunciare SONOMAMA, agire in conformità all'art.27 appendice, 3° paragrafo, dare YOSHI, MATTE.

Se entrambi i giudici sono del parere che vi è un'OSAEKOMI, ma l'arbitro non l'ha annunciato, devono indicarlo con l'apposita segnalazione per l'OSAEKOMI e l'arbitro, applicando la regola della maggioranza dei 3, dovrà annunciare l'OSAEKOMI.

Si deve annunciare il TOKETA se, durante l'OSAEKOMI, il combattente che viene immobilizzato riesce ad imprigionare con le sue gambe, la/le gamba/e dell'avversario. Il controllo potrà avvenire dall'interno o dall'esterno come da foto qui sotto riportate.



(1)

Immobilizzazioni NON valide

Il combattimento finisce con SOREMADE ma se, in NE-WAZA dopo l'annuncio di SONOMAMA, la sanzione da infliggere è HANSOKU-MAKE a questo punto si deve annunciare MATTE.

Nelle situazioni in cui il dorso di UKE non è più in contatto col tappeto (esempio: posizione a ponte), ma TORI mantiene il controllo, l'OSAEKOMI continuerà.

NOTE: IMMOBILIZZAZIONI NON VALIDE



(1)



(1)

Queste due foto mettono in evidenza due forme in cui non bisogna dare l'annuncio di OSAEKOMI.

Come riportato nell'art.17 punto K il controllo in NE-WAZA utilizzando braccia o gambe intorno al collo senza il braccio dell'avversario all'interno prevede il MATTE immediato e non va dato l'OSAEKOMI.



(2)

Art.24 – KAESHI-WAZA

Se l'azione è valutabile verrà assegnato il relativo punteggio.

Se un'azione viene compiuta da un concorrente dopo la caduta (KAESHI-WAZA) questa azione non sarà valutata.

Qualsiasi azione effettuata dopo la caduta sarà considerata come un'azione di NE-WAZA

Nel caso in cui i due atleti atterrino insieme non sarà dato alcun punteggio.

Nessun punteggio sarà assegnato alle azioni di contrattacco e/o difesa quando queste consistono in un mero rovesciamento dell'avversario.

Art.25 – CODICE DI CONDOTTA DEI COACHES

POSIZIONE PER I TECNICI

Per i tecnici (coach) verranno predisposte due sedie, una relativa al combattente con la cintura bianca e una relativa al combattente con la cintura rossa; poste ad almeno 50 cm dall'area di competizione.

Il tecnico che intende seguire l'atleta della propria società, dovrà utilizzare la sedia messa a disposizione senza mai alzarsi per tutta la durata del combattimento, comprese le fasi di aggiudicazione della vittoria.

CODICE DI CONDOTTA DEI TECNICI

Ai tecnici non sarà permesso di dare indicazioni agli atleti mentre questi ultimi stanno combattendo. Sarà permesso dare indicazioni agli atleti solo nel corso della pausa tra il MATTE e il successivo HAJIME.

Se il tecnico non rispetta questa regola comportamentale potrà essere richiamato ufficialmente previa esposizione del cartellino giallo o, in caso di grave o reiterato comportamento scorretto, allontanato dalla sedia previa esposizione del cartellino rosso.

Qualora il tecnico continui a non mantenere un comportamento idoneo anche una volta uscito dall'area di gara potranno essere prese ulteriori decisioni sanzionatorie.

COMPORTAMENTO PROIBITO AI TECNICI:

- 1.** Commentare o criticare il verdetto degli arbitri.
- 2.** Richiedere modifiche alle valutazioni arbitrali.
- 3.** Tenere atteggiamenti antisportivi verso Arbitri, Presidenti di Giuria, del tecnico concorrente, dell'atleta concorrente, del proprio atleta (ad esempio lasciarlo solo durante la fase di aggiudicazione della vittoria), del pubblico, di qualsiasi apparecchiatura o/e strumentazione messa a disposizione dall'organizzazione per lo svolgimento della competizione, ecc. ecc...

NORME RELATIVE AL VESTIARIO DEI COACH

Il tecnico è ammesso sul campo di gara per assistere il proprio atleta con vestiti consoni ad una competizione judoistica.

I seguenti indumenti sono proibiti in ogni momento della competizione:

JUDOGI, pantaloni corti, restare a petto nudo, qualsiasi tipo di cappello, ciabatte, infradito, ecc.

Art.26 – AZIONI TRANSITORIE

Quando l'atleta blu ha due gomiti e due ginocchia a terra è da considerare in una posizione di NE-WAZA.

L'atleta bianco può eseguire una tecnica solo per transitare in NE-WAZA.

Da questa posizione una proiezione **non** può essere considerata per un punteggio tecnico.



(1)

Pertanto, in questa situazione, l'atleta blu può toccare la/le gamba/gambe dell'avversario senza essere penalizzato:

Altre posizioni da considerare in NE-WAZA

- Quando entrambi gli atleti hanno le ginocchia a terra.



(1)

- Quando un atleta è sdraiato sulla pancia.



(1)

- Quando tra i due atleti non c'è contatto e uno è in uno dei casi precedenti, si possono aprire due scenari:
 - ✓ Se il bianco attacca immediatamente il blu, l'azione può continuare in NE-WAZA.
 - ✓ Se il bianco non attacca immediatamente l'arbitro deve annunciare MATTE.



(1)

Quando l'atleta bianco controlla dalla posizione in piedi e l'atleta blu tocca il TATAMI con massimo tre punti d'appoggio (esempio: le due ginocchia e una mano o gomito), vanno applicate le regole del TACHI-WAZA.

Se l'azione è da considerare in TACHI-WAZA, l'atleta blu non può toccare la/le gamba/gambe dell'avversario, altrimenti deve essere penalizzato con SHIDO.

NOTA: L'ATTACCO DEVE ESSERE IMMEDIATO



(1)



(1)



(1)



(1)



1



2



3



4



5



1



2



3



4

Situazioni che consentono il passaggio da TACHI-WAZA a NE-WAZA

- a) Quando uno degli atleti viene proiettato e non viene assegnato alcun punteggio o viene dato WAZA-ARI, entrambi gli atleti possono senza interruzione continuare in NE-WAZA.

Esempio: in questa posizione, TORI dopo aver eseguito un SUTEMI-WAZA può continuare l'azione in NE-WAZA.



(1)

Esempio: in questa posizione, TORI può applicare una tecnica di lancio e continuare con un KANSETSU-WAZA, SHIME-WAZA o OSAEKOMI-WAZA.



(1)

- b) Quando un atleta porta il suo avversario in NE-WAZA con l'applicazione particolarmente abile di un movimento che non si identifica come una tecnica di lancio.
- c) In qualsiasi altro caso in cui un atleta cade o sta per cadere (non coperto dalle predette situazioni), l'altro atleta può trarre vantaggio dalla posizione sbilanciata del suo avversario per entrare in NE-WAZA.

Eccezioni:

Agli atleti è consentito di passare da una situazione di NE-WAZA a una situazione di TACHI-WAZA. Tuttavia, se l'azione non è immediata, l'arbitro deve annunciare MATTE e far riprendere gli atleti dalla posizione eretta.

KATA SANKAKU (afferrare con entrambe le braccia il collo e una spalla dell'avversario) è permessa e la si può utilizzare solo in NE-WAZA.



(1)

KATA SANKAKU è proibita e va dato il MATTE se si blocca il corpo dell'avversario con le gambe (come da foto).



(1)

KATA SANKAKU **non** può essere utilizzata nella posizione di TACHI-WAZA, l'arbitro dovrà annunciare il MATTE.



(1)

KATA SANKAKU, con l'intenzione di lanciare il proprio avversario nella posizione di TACHI-WAZA deve essere penalizzata con HANSOKU-MAKE.



(2)

Art.27 – ATTI PROIBITI E SANZIONI

La suddivisione in 2 gruppi va intesa come una guida per chiarire i concetti sulle relative sanzioni normalmente inflitte per aver commesso l'atto proibito.

Si può infliggere una sanzione dopo l'annuncio di SOREMADE, per qualsiasi atto proibito commesso durante il tempo concesso per il combattimento o in alcune situazioni eccezionali, per azioni gravi commesse dopo il segnale di fine combattimento, quando ancora la decisione non sia stata dichiarata.

Infrazione LIEVE (SHIDO), errori tattici, tecnici o comportamentali non gravi

1S) Evitare intenzionalmente la presa allo scopo di impedire l'azione del combattimento

- Se gli atleti non fanno la presa entro 10 secondi verranno sanzionati entrambi. Se è solo uno a rifiutare la presa, egli verrà sanzionato.

2S) Adottare, nella posizione in piedi, un atteggiamento eccessivamente difensivo (generalmente per più di 5 secondi)

Posizioni difensive:

- Lottare abbassato.
- Tenere le braccia tese.
- Tenere un braccio teso tenendo il corpo di lato.
- Fare le prese e lasciarle continuamente.

3S) Dalla posizione in piedi, dopo che è stata effettuata una presa (KUMI-KATA), non proporre nessun movimento di attacco.

Non combattività: può essere annunciata quando, in generale per circa 25 secondi, non c'è stata alcuna azione d'attacco da parte di nessuno dei due combattenti.

Se entrambi manifestano l'intenzione di creare un'opportunità per attaccare, l'arbitro attenderà un tempo ragionevolmente lungo purché durante questo tempo si dimostri di cercare realmente un'opportunità di attacco (circa 45 secondi). Diversamente scatterà la sanzione. Se l'intenzione di attaccare viene espressa da solo un contendente, dopo 10-15 secondi il contendente che non ha espresso alcuna azione tecnica verrà sanzionato.

La non combattività non dovrebbe essere annunciata quando non vi sono movimenti d'attacco, ma solo se l'arbitro ritiene che il combattente (o entrambi i combattenti) non stia cercando sinceramente l'opportunità di effettuare un attacco.

Se un atleta subisce un attacco e a giudizio dell'arbitro ha il tempo di contrattaccare, ma non lo fa, sarà ritenuto passivo.

4S) Eseguire un'azione designata per dare l'impressione di un attacco, ma che mostra chiaramente che non c'è alcuna intenzione di proiettare l'avversario (falso attacco):

- Attaccare l'avversario senza effettuare le prese.
- Lasciare le prese durante l'attacco.
- Inserire una gamba tra le gambe dell'avversario per impedirne la possibilità di attaccare.



(1)



(1)

Falso attacco

Sarà ritenuto un falso attacco quando:

- Manca lo squilibrio.
- Viene fatto un attacco da lontano senza contatto.
- Viene fatto un attacco senza nessuna intenzione di squilibrare.
- Nel caso di TOMOE-NAGE per passare in NE-WAZA non verrà data la punizione, ma se risulta un modo per "perdere tempo" verranno dati il MATTE e la punizione.
- Se UKE approfitta di un falso attacco potrà liberamente continuare a terra.

5S) Rompere la presa già effettuata staccandosi completamente dall'avversario.



6S) Nella posizione in piedi tutte le prese non convenzionali saranno autorizzate purché finalizzate alla preparazione di un attacco.

Esempio:

- Con una o entrambe le mani alla cintura.
- Con tutte e due le mani al bavero o alla casacca dell'avversario dal medesimo lato.
- Con tutte e due le mani a una manica della casacca dell'avversario.
- Con le prese incrociate.
- Con la presa a pistola.
- Con la presa a tasca nella parte terminale della manica.
- Con altre prese non convenzionali.

La presa al collo e bavero sarà sanzionata se effettuata con finalità ostruzionistica.

Nota: un combattente non deve essere penalizzato se trattiene con tutte e due le mani uno dei lati della casacca, quando questa situazione è stata causata dal suo avversario, che abbassa la testa sotto il braccio di questi. L'arbitro dovrà considerare che l'atleta che abbassa la testa stia adottando un atteggiamento eccessivamente difensivo e penalizzarlo.

7S) Nella posizione in piedi tenere l'estremità della manica (o maniche) dell'avversario a scopo ostruzionistico.

8S) Introdurre un dito o le dita all'interno della manica dell'avversario o nel lato basso dei suoi pantaloni, oppure fare la presa attorcigliando la manica dell'avversario sia in posizione di NE-WAZA che in TACHI-WAZA.

9S) Nella posizione in piedi, tenere continuamente il polso, le mani o le dita dell'avversario intrecciate (sia di una sola mano che di entrambe), al fine di impedire l'azione del combattimento.

10S) Disfare intenzionalmente il proprio JUDO GI, oppure sciogliere la cintura o i pantaloni senza il permesso dell'arbitro. L'atleta potrà legare i capelli o sistemare il JUDO GI liberamente una sola volta per incontro. Le successive occasioni saranno sanzionate con SHIDO.



(1)

11S) Avvolgere l'estremità della cintura o della casacca intorno a qualsiasi parte del corpo dell'avversario.

NOTA: l'atto di "avvolgere" significa che la cintura o la casacca dovranno avvolgere completamente. L'uso della cintura o della casacca come "ancora" per una presa (senza avvolgere) per bloccare il braccio dell'avversario non deve essere penalizzato.

12S) Afferrare il JUDO GI di entrambi con la bocca.

13S) Mettere un piede, un braccio, una mano o una gamba direttamente sul volto dell'avversario.

NOTA: per "volto" si intende quella zona entro la linea delimitata dalla fronte e dalla linea mascellare vicino l'orecchio

14S) Coprire il bordo della casacca del JUDO GI al fine di evitare che l'avversario effettui le prese.



(1)

15S) Mettere un piede o una gamba nella cintura, nel colletto o nel bavero della casacca dell'avversario.

16S) Tirare l'avversario a terra allo scopo di iniziare il NE-WAZA a meno che non sia conforme all'art.16.

17S) Applicare SHIME-WAZA usando il fondo della casacca o la cintura propria o dell'avversario o usando solo le dita.



(1)

18S) Applicare DO-JIME (compressione con le gambe a forbice) sul tronco, sul collo o sulla testa dell'avversario (gambe a forbice con i piedi incrociati mentre si estendono le gambe).

19S) Colpire con il ginocchio o il piede la mano o il braccio dell'avversario, affinché questo lasci la presa.

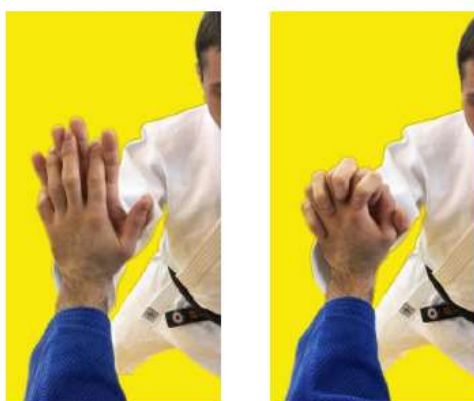


(1)



(1)

20S) Bloccare le/la mani/o dell'avversario.



(1)

21S) Piegare indietro il dito/a dell'avversario.

22S) Da TACHI-WAZA o NE-WAZA uscire dall'area di combattimento, oppure forzare intenzionalmente l'avversario ad uscire dall'area di combattimento (vedere art.9 – eccezioni).

23S) Tenere la parte finale della manica del JUDOGI chiudendo la mano in modo tale da simulare una "Preso a pistola", salvo l'utilizzo di questa "presa" se finalizzata alla preparazione di un attacco. (vedi art.27 – 6S).



(1)

24S) Tenere la parte bassa della manica, rivoltando il bordo verso il basso/alto, in modo da simulare una "presa a tasca", salvo l'utilizzo di questa "presa" se finalizzata alla preparazione di un attacco. (vedi art.27 – 6S).



(1)

25S) Se uno dei contendenti esegue "direttamente" ovvero senza aver eseguito almeno una presa, un abbraccio circondando il busto dell'avversario al fine di tentare una proiezione, l'arbitro deve immediatamente annunciare MATTE e successivamente sanzionare con SHIDO il contendente che ha eseguito la presa. È consentito eseguire attacchi cingendo il busto dell'avversario utilizzando la presa con entrambe le braccia non in modo contemporaneo.

NOTA. Il contendente che viene attaccato con la presa diretta al busto può utilizzare questa situazione per contrattaccare.



(1)

Successione di un'azione valida della presa dell'orso.



(1)



(1)

Prese dell'orso valide.

26S) Mettere un piede fuori dall'area di combattimento, senza produrre un attacco immediato o non rientrare immediatamente. Uscire con entrambi i piedi al di fuori dell'area di combattimento senza che vi sia un'azione in atto.

Se il concorrente bianco è spinto al di fuori dell'area di combattimento dal suo avversario senza possibilità di spostarsi lateralmente, il concorrente rosso riceverà SHIDO.

Shido



È shido: se l'atleta blu, non rientra dentro l'area gialla o non attacca immediatamente

(2)

27S) Eseguire attacchi o blocchi al di sotto della cintura dell'avversario con una o due mani o con una o due braccia in modo volontario o involontario.



(1)



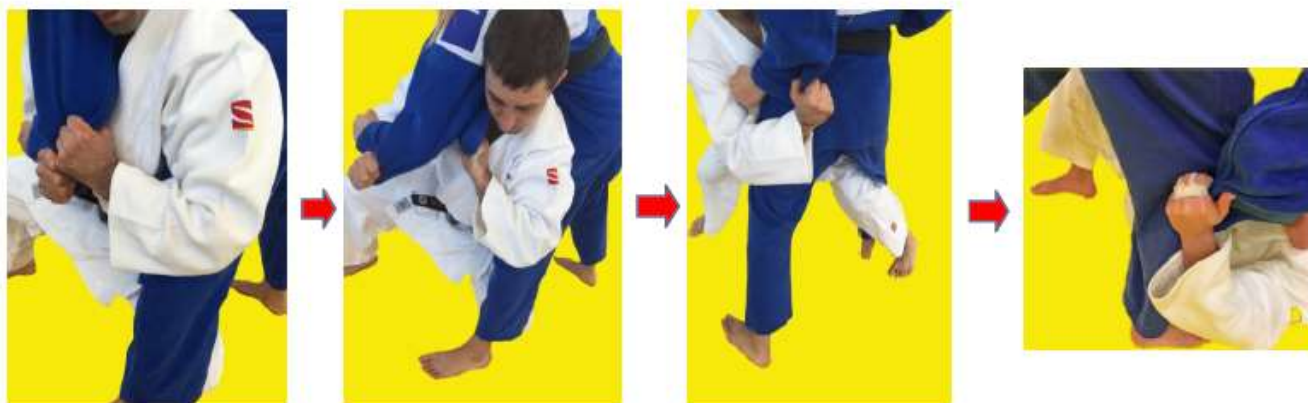
(1)



(1)

NOTA: se durante l'esecuzione di una tecnica, le prese non vengono lasciate, si può toccare/bloccare e non va dato lo SHIDO. Sarà possibile effettuare la presa sotto la cintura nella fase finale della proiezione.

- Azione valida, no *shido*



(1)

28S) Eseguire uno SHIME-WAZA o un KANSETSU-WAZA iper-estendendo la gamba di UKE.



(1)

29S) Eseguire uno SHIME-WAZA o un KANSETSU-WAZA in posizione di TACHI-WAZA.

30S) L'esecuzione di UDE-GAESHI dalla posizione in piedi.



(2)



(2)

31S) Prese non convenzionali che prevedono in SHIDO se non c'è nessun attacco immediato.



(1)



(1)



(1)

32S) L'esecuzione di SEOI NAGE "reverse" sarà sanzionata con SHIDO e la proiezione che ne consegue non sarà valutata. Anche il mero tentativo di esecuzione sarà sanzionato.

Nota: qualora UKE prenda il sopravvento in NE-WAZA, l'azione sarà consentita fino al raggiungimento dell'IPPON o alla perdita del vantaggio acquisito. L'esecutore del SEOI NAGE "reverse" non potrà prendere, in nessun caso, vantaggio in NE-WAZA dalla situazione creatasi. L'arbitro assegnerà SHIDO solo dopo il MATTE.

SHIDO PER JUDOGI O CAPELLI NON IN ORDINE

Nessun atleta dovrebbe usare il riordino o la sistemazione del JUDOGI/capelli per ottenere del tempo aggiuntivo per interrompere la incontro. La corretta preparazione del JUDOGI, allacciarsi la cintura e la sistemazione dei capelli sono responsabilità di ogni atleta.

Il mettersi a posto è consentito una volta per judoka per ogni incontro. Ulteriori occasioni sono penalizzate dall'arbitro con SHIDO.

Gli atleti devono entrare ed uscire dall'area di combattimento indossando il loro JUDOGI in modo corretto. Se il JUDOGI fuoriesce dalla cintura o la cintura si slacciano durante l'incontro, l'atleta è obbligato a rimetterlo rapidamente a posto. Questa azione può avvenire tra il MATTE e HAJIME o durante qualsiasi interruzione dell'azione.

L'arbitro assegnerà una penalità (SHIDO o HANSOKU-MAKE se si tratta della terza penalità) nei confronti dell'atleta/i che non si sistemano il JUDOGI tra il MATTE e il successivo HAJIME.

L'arbitro assegnerà una penalità se un atleta disordina intenzionalmente il proprio JUDOGI o quello dell'avversario.

L'arbitro non deve mai toccare il JUDOGI o la cintura di un atleta; questo può accadere in casi eccezionali (esempio YOSHI) e per salvaguardare l'incolumità degli atleti (esempio in Ne-waza per liberare la testa dell'atleta dal JUDOGI che impedisce la valutazione del suo stato fisico).

La rilegatura dei capelli è consentita una volta per judoka per incontro. Ulteriori occasioni verranno sanzionate con SHIDO.

La corretta preparazione della legatura dei capelli è essenziale ed è responsabilità di ogni atleta.

NOTE GENERALI: Ogni infrazione di SHIDO, deve essere commutata in HANSOKU-MAKE quando commessa deliberatamente in maniera antisportiva, contro lo Spirito del Judo e del fair play.

Infrazione GRAVE (HANSOKU-MAKE) azioni contro l'integrità fisica dei combattenti o contro lo Spirito del Judo

1H) Sarà sanzionato con HANSOKU-MAKE il combattente che applica KAWAZU-GAKE, avvolgendo una gamba intorno alla gamba dell'avversario, mentre sta di fronte più o meno nella stessa direzione dell'avversario e cadendo verso indietro sopra dello stesso ovvero anche nel caso in cui durante l'azione di lancio, TORI esegua la proiezione girando in avanti di fronte a UKE.



(1)

NOTA: Viene viceversa permesso e pertanto da valutare come azione valida, quando pur con la gamba/piede intrecciati vengono eseguite tecniche come O-SOTO-GARI, O-UCHI-GARI, UCHI-MATA.

2H) Applicare un KANSETSU-WAZA (leva articolare) in qualsiasi altra articolazione che non sia quella del gomito.

3H) Applicare qualsiasi azione che possa provocare danni al collo o alla colonna vertebrale dell'avversario.

4H) Sollevare dal TATAMI l'avversario disteso sulla schiena per proiettarlo di nuovo sul tappeto.

5H) Falciare dall'interno la gamba d'appoggio dell'avversario quando questi sta applicando una tecnica come HARAI-GOSHI, HANE-GOSHI, UCHI-MATA, ecc.

6H) Non tenere conto delle istruzioni dell'arbitro.

7H) Fare dei richiami non necessari, delle osservazioni o dei gesti sgarbati all'avversario durante il combattimento.

8H) Compiere qualsiasi azione che possa danneggiare o mettere in pericolo l'avversario (es. KANI-BASAMI), o che possa essere contro lo Spirito del JUDO.

9H) Gettarsi direttamente sul TATAMI mentre si applica o si tenta di applicare una tecnica come WAKI-GATAME.

NOTA: Provare una proiezione come HARAI-GOSHI, UCHI-MATA, ecc. afferrando il bavero dell'avversario solo con una mano, da una posizione che assomiglia a WAKI-GATAME (in cui il polso dell'avversario è intrappolato sotto la cavità del braccio dell'avversario) e cadendo deliberatamente, faccia a terra sul tappeto, è probabile che causi infortunio e quindi sarà penalizzato.

Fatta esclusione per la proiezione "pulita" dell'avversario sul dorso, queste tecniche sono pericolose e saranno considerate allo stesso modo di WAKI-GATAME.

10H) "Tuffarsi" (diving) verso il tappeto, per primo con la testa in avanti e verso il basso, mentre si esegue o si tenta di eseguire una tecnica come UCHI-MATA, HARAI-GOSHI, ecc. Le tecniche, la cui esecuzione prevedono l'uso della testa (impattando cioè con la testa sul TATAMI), per la loro pericolosità, saranno sanzionate co HANSOKU-MAKE.

È vietato fare una capriola in avanti quando UKE è sulle spalle o sulla schiena di tori.



(2)

11H) Cadere intenzionalmente all'indietro con l'avversario aggrappato alle spalle, quando sia l'uno che l'altro combattente controllano i rispettivi movimenti. (Es. KATA-GURUMA da in piedi o da in ginocchio).

12H) Indossare un oggetto duro o metallico (ricoperto o non).

NOTA: Se un'atleta si dimentica l'orologio o un oggetto visibile, si dovrà invitarlo a toglierlo, ma non sanzionarlo.

13H) L'uso volontario della testa come difesa per evitare la caduta sulla schiena.



(2)

NOTE:

Difesa involontaria con la testa che **non** prevedono alcuna sanzione per TORI e UKE nasce da alcune tecniche come: SEOI-OTOSHI, SEOI-NAGE (con entrambe le ginocchia a terra), KOSHI-GURUMA (con entrambe le prese sul colletto), SODE-TURIKOMI-GOSHI (con entrambe le prese alle maniche)

Esempio 1:

Seoi-otoshi (caduta *seoi-nage*)



(1)

Esempio 2:

Sode-tsurikomi-goshi
con le prese su entrambi
le maniche



(1)

Esempio 3:

Koshi-guruma
con entrambe le
prese sul colletto



(1)

Appendice all'art.27 – ATTI PROIBITI E SANZIONI

Gli arbitri e i giudici sono autorizzati ad infliggere penalità secondo "l'intento" o la situazione e nel migliore interesse dello sport stesso.

Durante il combattimento, ad un combattente potranno essere comminati sino a 2 SHIDO senza che all'avversario vengano segnati punti, al terzo SHIDO si comminerà la sanzione di HANSOKU-MAKE (2 avvertimenti e poi squalifica). Quindi gli SHIDO comminati ad un combattente non danno nessun punteggio all'avversario. I punteggi si acquisiscono soltanto attraverso l'applicazione di azioni tecniche.

Se alla fine del combattimento, i contendenti sono a pari punteggio e sono presenti degli SHIDO, si andrà al Golden Score (vedi art.10).

Prima di assegnare un HANSOKU-MAKE, l'arbitro si dovrà consultare con i giudici e prendere la sua decisione in base alla regola della "maggioranza dei 3".

Quando entrambi i combattenti infrangono le regole, nello stesso tempo, ciascuno di loro dovrà essere penalizzato secondo il grado di infrazione commessa.

Qualora l'atleta venga sanzionato con HANSOKU-MAKE determinato da grave azione che leda lo Spirito del Judo (HANSOKU-MAKE disciplinare). L'arbitro si rivolgerà al Presidente di Giuria al fine di togliere l'atleta dal tabellone e il suo gesto sarà segnalato alla Commissione Disciplinare.

Quando un combattente porta il suo avversario in NE-WAZA in modo non conforme all'art.16 e il suo avversario non ne trae vantaggio per continuare nel NE-WAZA, l'arbitro dovrà annunciare MATTE, fermare momentaneamente il combattimento e sanzionare con SHIDO il combattente che ha infranto l'art.16.

Art.28 – ASSENZA (FUSEN-GACHI) E ABBANDONO (KIKEN-GACHI)

La decisione di FUSEN-GACHI (vittoria per assenza) sarà attribuita al combattente il cui avversario non si presenta al combattimento.

Prima di annunciare FUSEN-GACHI, l'arbitro dovrà assicurarsi di aver ricevuto l'autorizzazione a prendere un simile provvedimento dal presidente di giuria.

La decisione di KIKEN-GACHI (vittoria per abbandono) sarà data al combattente il cui avversario si ritira dal combattimento per qualsiasi motivo, durante il suo svolgimento.

Tutti i combattenti che non osserveranno quanto stabilito dagli art.3 e 4 perderanno il diritto al combattimento e il loro avversario vincerà il combattimento per KIKEN-GACHI, secondo la regola della "maggioranza dei 3"

Appendice all'art.28 – ASSENZA (FUSEN-GACHI) E ABBANDONO (KIKEN-GACHI)

- **Lenti a contatto morbide:** nel caso in cui un combattente, durante l'incontro, perde le lenti a contatto e non riesce a ritrovarle immediatamente, e informa l'arbitro che non può continuare a competere senza le sue lenti a contatto, dopo la consultazione con i giudici, l'arbitro assegnerà la vittoria al suo avversario per KIKEN-GACHI.
- **FUSEN-GACHI:** un combattente che non è al suo posto di partenza dopo tre (3) chiamate ad intervalli di un (1) minuto, perderà il diritto di gareggiare.

Art.29 – INFORTUNIO, MALORE O INCIDENTE

La decisione di KACHI (vittoria), qualora un combattente non sia in grado di proseguire a causa di un infortunio, di un malore o di un incidente avvenuti nel corso del combattimento, verrà dato dall'arbitro dopo essersi consultato con i giudici ed in conformità alle seguenti clausole:

A) Infortunio:

- Quando la causa dell'infortunio viene attribuita al combattente infortunato, quest'ultimo perderà l'incontro.
- Quando la causa dell'infortunio viene attribuita al combattente non infortunato, quest'ultimo perderà l'incontro.
- Quando è impossibile stabilire la causa dell'infortunio, e quindi poterla attribuire ad uno dei combattenti, vince l'atleta che può continuare.

B) Malore:

Di solito, quando un combattente viene colto da malore durante una gara e non è in grado di continuare, perderà l'incontro.

C) Incidente:

Quando si verifica un incidente dovuto a cause esterne (forza maggiore), previa consultazione con la Commissione di arbitraggio, il combattimento può essere annullato o posticipato. In questi casi di "forza maggiore" il Responsabile gare o un suo delegato, assumeranno l'ultima decisione.

ESAMI MEDICI

- 1) L'arbitro chiederà l'intervento del medico per assistere un combattente nei casi in cui avviene un forte impatto con la testa o alla colonna vertebrale, ovvero, ogni volta che ha fondate ragioni di ritenere una ferita seria. In questo caso, il medico esaminerà il combattente nello spazio di tempo più breve possibile, riferendo all'arbitro se il combattente può o no continuare. Se il medico esaminato il combattente infortunato, avvisa l'arbitro che non può continuare il combattimento, l'arbitro, dopo consultazione con i giudici, porrà termine al combattimento e dichiarerà l'avversario vincitore per KIKEN-GACHI.
- 2) Il combattente, può chiedere all'arbitro l'intervento del medico, ma in questo caso il combattimento terminerà e l'avversario vincerà per KIKEN-GACHI.
- 3) Anche il medico può chiedere l'intervento per il suo combattente, ma in questo caso il combattimento terminerà e l'avversario vincerà per KIKEN-GACHI.

In qualsiasi caso, quando l'arbitro ed i giudici sono dell'opinione che il combattimento non debba continuare, l'arbitro porrà termine al combattimento ed indicherà il risultato in accordo con le regole.

FERITA SANGUINANTE

In presenza di una ferita sanguinante l'arbitro chiamerà il medico per le cure necessarie al combattente allo scopo di arrestare o isolare il sangue.

In caso di sangue l'arbitro concederà al medico i tempi necessari, poiché, per motivi di sicurezza, non è possibile combattere in presenza di emorragia.

La stessa ferita sanguinante può essere curata dal medico in due occasioni. La terza volta che si riproduce la stessa ferita sanguinante, l'arbitro, dopo essersi consultato con i giudici, porrà fine al combattimento allo scopo di proteggere l'integrità del combattente. In questo caso l'avversario sarà dichiarato vincitore per KIKEN-GACHI.

In qualsiasi caso dove non è possibile arrestare e isolare l'emorragia, l'avversario sarà dichiarato vincitore per KIKEN-GACHI.

LESIONI MINORI

Una lesione minore può essere trattata dal combattente stesso.

Nel caso, per esempio, di un dito slogato, l'arbitro arresterà il combattimento (mediante MATTE o SONOMAMA) e consentirà al combattente di porre in asse il dito slogato. Questa azione dovrebbe essere fatta immediatamente senza alcuna assistenza da parte dell'arbitro o del medico e il combattente può continuare il combattimento.

Al combattente sarà consentito di porre in asse lo stesso dito slogato in due occasioni. Se avviene una terza volta, il combattente non sarà considerato in condizione di continuare l'incontro. L'arbitro, previa consultazione con i giudici, porrà fine al combattimento e dichiarerà l'avversario vincitore per KIKEN-GACHI.

Appendice all'art.29 – INFORTUNIO, MALORE O INCIDENTE

Se durante il combattimento un combattente viene ferito in seguito ad un'azione dell'avversario e il combattente ferito non può continuare, gli arbitri dovrebbero analizzare il caso e prendere una decisione in base alle regole. Ogni caso dovrebbe essere deciso in base alla sua importanza (vedi art.29 par.1).

Generalmente nell'area di competizione ad ogni combattente è assegnato un solo dottore. Se il dottore richiedesse assistenza, deve informare prima l'arbitro.

Il Coach non è mai ammesso nell'area di competizione.

Quando è richiesto l'intervento medico, i giudici rimarranno seduti controllando la situazione. Solo l'arbitro si avvicinerà al combattente ferito per assicurarsi che l'assistenza prestata dal medico rientri nelle regole.

Tuttavia, l'arbitro può chiamare i giudici nel caso che sia necessario commentare una decisione.

Assistenza medica

Infortuni minori:

- Nel caso di un'unghia rotta, il medico può tagliare l'unghia al combattente.
- Il medico può fornire aiuto a seguito di un impatto nello scroto (testicoli).

Ferita sanguinante:

Il sangue, per ragioni di sicurezza, deve essere isolato completamente con cerotto, bende, fasciature, tamponi nasali (è permesso utilizzare prodotti emostatici). Quando il medico (per richiesta dell'arbitro) interviene su un combattente, l'assistenza deve svolgersi nel più breve tempo possibile.

NOTA: Con l'eccezione delle situazioni di cui sopra, se il medico applica un qualsiasi trattamento, o utilizza il ghiaccio spray, l'avversario vincerà per KIKEN-GACHI.

Vomito:

Nel caso che un combattente vomiti, l'incontro finirà con il risultato di KIKEN-GACHI per il suo avversario.

NOTE VARIE:

Nel caso in cui un combattente con un'azione intenzionale lesiona l'avversario, la sanzione da applicare a questi casi sarà HANSOKU-MAKE diretto, oltre ai provvedimenti che potranno essere adottati dalla Commissione Disciplinare.

Nel caso che un medico, responsabile per un combattente nel suo combattimento, realizzi chiaramente (specialmente in caso di tecniche di strangolamento), che c'è un serio pericolo per la salute del suo combattente, egli può andare sul limite del TATAMI e chiedere agli arbitri di fermare immediatamente il combattimento. Gli arbitri devono fare tutti i passi necessari al fine di assistere il medico. Un tale intervento comporterà conseguentemente la perdita del combattimento e perciò dovrebbe essere adottato soltanto in casi estremi.

I medici devono essere informati degli emendamenti e delle interpretazioni delle regole della competizione.

Art.30 – SITUAZIONI NON PREVISTE DALLE REGOLE

Quando si verifica una situazione che non sia prevista da queste regole, deve essere discussa e la decisione dell'arbitro deve essere presa dopo aver consultato la Commissione Arbitrale.

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 PER 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.

Art.2 – AZIONI PROIBITE PER ESORDIENTI B

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

- Azioni di SHIME-WAZA.
- Azioni di KANSETSU-WAZA.

Art.3 – TEMPO DI OSAEKOMI

IPPON: 20 secondi

WAZA-ARI: dai 10 ai 19 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.25.

L'arbitro di Judo: I REQUISITI FONDAMENTALI

1. La presenza e l'autorevolezza

Anche l'aspetto esteriore ed il comportamento sono elementi che concorrono a qualificare un arbitro. L'arbitro non entra a testa bassa. Egli dovrà vestire con la propria divisa in perfetto ordine, e dovrà mantenere, anche come giudice, una posizione composta ed attenta.

All'arbitro è proibito portare occhiali col filo.

Per autorevolezza si vuole intendere l'impressione di competenza ed autorità che l'arbitro deve dare ai combattenti ed al pubblico sia per il suo portamento generale che per il modo di muoversi e di intervenire nelle varie fasi del combattimento.

2. La voce

Poiché gli annunci più tempestivi dell'arbitro (via al combattimento e suo arresto) sono dati verbalmente, senza segnali con le braccia, il possedere una voce potente, chiara e decisa è senz'altro un requisito importante per l'arbitro.

3. La distanza

La distanza dell'arbitro dai combattenti è un altro elemento che può assumere importanza determinante se egli non si cura di essere sempre a quella ottimale.

Quanto incide sull'efficienza di un arbitro? Anche molto, se si verificano situazioni complesse.

La giusta distanza nella lotta in piedi è a circa una volta e mezzo l'ampiezza massima delle figure dei combattenti: tre-quattro metri; questa distanza aumenterà se gli atleti si muovono velocemente. Nel combattimento a terra la distanza sarà circa un metro e mezzo, per meglio seguire le eventuali prese scorrette od altre infrazioni. Una distanza in difetto può escludere dalla visuale alcuni dettagli del combattimento o intralciare gli atleti. Una distanza in eccesso può comportare l'inserimento nella visuale di elementi estranei al combattimento che possono distogliere l'attenzione, senza poi dimenticare l'incapacità di cogliere certi dettagli, soprattutto nella lotta a terra, e la possibilità di non essere uditi dagli atleti, specie in gare con pubblico rumoroso.

4. La mobilità

Questa caratteristica, unita alla distanza, può essere determinante per una esatta valutazione delle azioni del combattimento.

Avere una giusta mobilità vuol dire essere sempre nella migliore posizione per giudicare una azione.

Occorre perciò spostarsi assieme ai combattenti, mantenendosi alla giusta distanza, possibilmente di fronte alla giuria, senza mai coprire la visuale ai giudici, e nella migliore condizione per valutare il combattimento. Una carenza di mobilità può condurre un arbitro, ottimo sotto altri aspetti, a commettere errori perché in posizione sbagliata rispetto all'azione da giudicare.

Come giudice dovrà essere pronto, in caso che gli atleti venissero verso di lui, a spostarsi in piedi con la sedia prima che i combattenti lo urtino o, peggio ancora, uno di essi gli cada addosso.

5. Le sanzioni

Ci si riferisce a come un arbitro applica le sanzioni verso un atleta scorretto. Vale a dire se l'arbitro, al momento opportuno, le applica troppo severamente o non le applica affatto.

Un buon arbitro conosce profondamente tutte le norme in materia, ha la capacità di valutare esattamente la sanzione da comminare all'atleta e sa in quale momento del combattimento intervenire per questa ragione.

Un arbitro che applica le sanzioni non è un arbitro severo, come dicono i profani; è invece un arbitro pessimo colui che non interviene per punire una scorrettezza o applica male, per difetto o per eccesso, le regole per penalizzare un'infrazione di un atleta.

6. Valutazione dei risultati

Nel combattimento di judo gli atleti tendono essenzialmente al suo risultato più importante: l'IPPON. Pertanto, l'esatta valutazione del risultato di una tecnica di attacco o contrattacco, è presupposto, con altri fattori, per il giusto risultato finale.

Un'esatta conoscenza di ciò che è richiesto per assegnare IPPON, WAZA-ARI, il valutare tutti gli elementi che concorrono a dare quel risultato anziché uno superiore o inferiore in rapporto anche al tipo di tecnica che viene eseguita, l'annunciare il risultato esatto con tempestività, sono tra le caratteristiche più difficili ed al tempo stesso più qualificanti per l'arbitro di JUDO.

7. I segnali

Come si fanno i segnali, come e quando vengono dati, se con proprietà, decisione e chiarezza affinché tutti: atleti, addetti al tabellone, giuria e pubblico, possano comprendere esattamente ciò che viene annunciato. Questo è un requisito richiesto sia quando si opera come arbitro che come giudice.

8. La sicurezza

Anche questo è un requisito riferito sia all'arbitro che al giudice. Come arbitro, se dà gli ordini agli atleti ed annuncia i risultati con convinzione ed autorità. Come giudice se ha il coraggio di esprimere ciò che pensa quando vede e reputa che vi sia stato un errore da parte dell'arbitro, ed ha la necessaria determinazione per segnalarlo od intervenire presso di lui, oppure, in azioni al limite.

Un arbitro deciso può far digerire al pubblico anche lievi errori, mentre un arbitro incerto è immediatamente classificato incapace, anche se ha tante altre qualità positive.

9. Il comportamento

Questo requisito si riferisce alla compostezza dell'ufficiale di gara quando arbitra o è seduto come giudice, ed anche al di fuori del TATAMI; ad esempio, se egli scambia parole con estranei quando è sul TATAMI o, al di fuori si comporti in maniera inadeguata alla figura dell'arbitro, discutendo con altri di incontri diretti da lui o da altri colleghi, esprimendo pareri o giudizi, oppure perda la calma e la compostezza in situazioni difficili. Dall'analisi di questi, che abbiamo definito "requisiti fondamentali", scaturisce una nuova figura di arbitro: non un essere perfetto ed infallibile, ma un uomo, cosciente e responsabile, alle prese con un compito tutt'altro che facile, e come uomo soggetto all'errore. Se tuttavia una percentuale di errore è possibile, è dovere di ogni arbitro cercare di contenerla al massimo, e per ottenere questo, non mancano gli strumenti.

10. La conoscenza delle regole

La base è ovviamente una perfetta e profonda conoscenza del regolamento, sia sul piano dei principi informatori delle regole che nei dettagli e varianti di applicazione. Per conoscere realmente il regolamento, non basta averlo studiato al momento di acquisire la qualifica, ma occorre rivederlo periodicamente, inserendovi i lumi dell'esperienza acquisita con la pratica, altrimenti l'arbitro tenderà pian piano ad una applicazione meccanica e superficiale delle norme, scivolando in una interpretazione personale, essendo facile dimenticare con il tempo i dettagli che danno l'esatta misura dello spirito di una regola.

Ma se la conoscenza del regolamento è la base per l'arbitro di judo, è anche vero che ciò non è sufficiente, e che per essere completo ed armonico occorrono altre importanti componenti.

11. La pratica del judo

Per seguire e giudicare nel modo migliore un combattimento di una qualunque disciplina, l'arbitro deve essere partecipe di quel combattimento, quasi vivendolo nello spirito e nelle intenzioni degli atleti in gara. È perciò conseguente la considerazione che chi, prima di essere arbitro, è stato anche atleta, ha una capacità di immedesimazione ed una conoscenza specifica che lo avvantaggia di gran lunga su chi solo in palestra e per poco abbia praticato quello sport.

Pertanto, la pratica attiva del judo è un altro elemento che concorre a migliorare l'arbitro sul piano tecnico generale. Un buon arbitro deve anche essere un buon JUDOKA, con una pratica vera e continua sul TATAMI e se un buon atleta non è necessariamente un buon arbitro, è altrettanto vero che un arbitro che sia stato un buon atleta sia molto avvantaggiato.

12. La rapidità di riflessi

A questi requisiti che abbiamo descritto, va aggiunto l'ultimo elemento importante per la formazione ed il miglioramento di un arbitro: la pratica stessa dell'arbitraggio, pratica intesa come esperienza continua per il proprio miglioramento, che con l'umiltà dell'autocritica possa spingere in avanti verso una migliore condizione. Solo attraverso la pratica si potrà affinare e sviluppare quella qualità che è tra le più difficili per un arbitro: la velocità di riflessi nel prendere una decisione.

Velocità eccezionale se si pensa, ad esempio, che nell'attimo stesso in cui l'atleta viene proiettato al limite dell'area di combattimento, l'arbitro deve giudicare: se la tecnica è valida o no; se è valida, quale punteggio assegnare, e perché non superiore od inferiore, se non è valida, per quale motivo imputabile a TORI o a UKE, e in questo caso, se deve o no sanzionare uno dei due atleti e perché, il tutto, nell'attimo successivo all'arrivo di UKE a terra! Tutti questi elementi devono essere valutati, giudicati e annunciati dall'arbitro che fa funzionare il proprio cervello alla velocità di un computer.

Se tutti gli elementi precedenti sono le condizioni necessarie ed il presupposto per arrivare ad essere un buon arbitro, è ovvio che solo la pratica stessa dell'arbitraggio può, con la sua continua ginnastica mentale, sviluppare e perfezionare simili riflessi. Se infatti l'arbitro avesse, come lo ha il pubblico che assiste, il tempo di riflettere su ogni decisione con calma, le percentuali di errore potrebbero contenersi in valori veramente trascurabili; ma purtroppo questo non è nelle possibilità del combattimento di JUDO, che nella sua dinamica richiede all'arbitro una tempestività di interventi e decisioni rapide ed immediate, in difetto delle quali il seguito del combattimento cambierebbe totalmente.

Conclusioni

Il comportarsi in maniera consona alla sua personalità sarà per l'arbitro un habitus usuale e non eccezionale.

La ricerca della migliore distanza e giusta mobilità deve essere continua, sino a divenire istintiva. La pratica assidua del judo e dell'arbitraggio, dovranno essere un insieme inscindibile per un unico risultato finale: il miglioramento continuo di sé stessi. Trascurare anche uno solo di questi elementi, vorrà dire turbare un delicato equilibrio che è necessario se si vuole diventare un buon arbitro.

A tale risultato l'U.I.S.P. contribuisce attraverso il Settore Arbitri JUDO. I corsi di formazione e di aggiornamento sono attuati con continuità ed impegno, con il fine di avere una classe arbitrale "al meglio" nei limiti del possibile e del materiale umano a disposizione.

Tutti sappiamo, e la cronaca sportiva continuamente ce lo dimostra ribadendo questo principio, che il successo di uno sport dipende per buona parte anche da una buona classe arbitrale.

Norme aggiuntive al regolamento

Le presenti note sono scaturite dallo Stage Nazionale per Arbitri e riportano l'interpretazione data dal Comitato Internazionale ad alcuni articoli del Regolamento.

Si precisa comunque che gli Arbitri debbano tenere in massima considerazione, per quanto concerne le norme di sicurezza, la responsabilità legale che comporta l'applicazione corretta del Regolamento: per quanto attiene l'applicazione delle presenti note, quanto comunicato dalla circolare delle del S.d.A. Discipline Orientali APS settore JUDO al paragrafo "LIVELLO DELLA GARA".

Regolamento del Settore Arbitri di JUDO

Art. 1 – Costituzione e scopi

1. Il Settore Arbitri di Judo è un organo di carattere tecnico del S.d.A. Discipline Orientali, di cui fa parte integrante ed è costituito da tutti gli arbitri di judo che esercitano le funzioni di ufficiali di gara riconosciuti tali dal S.d.A. D.O..
2. Il Settore Arbitri di Judo ha lo scopo di formare e organizzare gli Arbitri di Judo, provvedendo, per loro mezzo, all'esatta applicazione del Regolamento Arbitrale nelle manifestazioni e all'osservanza e tutela scrupolosa della normativa tecnica internazionale.
3. Il Settore Arbitri Nazionale ha sede, di norma, presso la sede D.O. Nazionale.

Art. 2 – Organi del Settore Arbitri

1. Il Settore Arbitri Nazionale dipende dal Comitato Direttivo Nazionale, che lo elegge su indicazione dell'Esecutivo di Settore, esso si articola in un organo centrale e in organi periferici.
2. L'organo direttivo centrale è il Responsabile Nazionale, che dura in carica quanto l'organo che lo ha eletto, salvo il caso di decadenza dell'organo stesso, di dimissioni o di revoca.
3. Il Responsabile è assistito nella sua attività, da una Commissione, composta da Arbitri di provata capacità e comunque, rispettando le qualifiche, Internazionale e Nazionale. La Commissione è proposta all'Esecutivo di Settore, dal Responsabile Arbitri, che ne vaglia la composizione e la sottopone al Direttivo Nazionale, per l'approvazione definitiva. Tale Commissione dura in carica, quanto l'Organo che l'ha eletta, salvo decadenza dello stesso, dimissioni o revoca ed è deliberante nei suoi ambiti di competenza.
4. Sono organi periferici i Responsabili Arbitri Regionali.

Art. 3 – Gli Ufficiali di gara

1. Gli Arbitri si dividono in tre categorie, che sono:
 - Regionali.
 - Nazionali.
 - Internazionali.
2. Nell'espletamento del loro compito, gli Arbitri, hanno l'obbligo di indossare la divisa, che sarà così composta:
 - Pantalone grigio nazionale.
 - Camicia bianca (a manica lunga, invernale e/o corta, estiva).
 - Cravatta delle D.O. o blu.
 - Giacca blu scuro con il distintivo applicato sul taschino esterno in alto a sinistra.
 - Calze nere o blu.
 - Scarpe nere.

Art. 4 – Il Responsabile Nazionale

1. Il Responsabile Nazionale è nominato dal Consiglio Nazionale del S.d.A. D.O., su indicazione dell'Esecutivo di Settore. Egli risponde del suo operato, in prima istanza all'Esecutivo di Settore ed eventualmente al Consiglio Direttivo Nazionale, in seconda istanza. Dovrà essere scelto tra gli Arbitri con la qualifica Internazionale o Nazionale.
2. Il Responsabile Nazionale svolge i seguenti compiti, stabiliti dai regolamenti vigenti:
 - Dirige e controlla l'attività del Settore Arbitri, in tutte le manifestazioni, verificando la conformità delle disposizioni organizzative, previste dai regolamenti.
 - Propone periodicamente, corsi di aggiornamento tecnico a carattere nazionale per gli Arbitri, stabilendone i relativi programmi.
 - Predisporre, in collaborazione con la Commissione Nazionale Arbitri, le modalità per l'acquisizione della qualifica di Arbitro Nazionale e/o Regionale.
 - Propone, tramite l'Esecutivo di Settore, al Comitato Direttivo Nazionale, la messa fuori quadro di Arbitri risultati insufficienti per presenza e/o, competenza, previa convocazione dell'interessato.
 - Mantiene i contatti con i delegati regionali.
 - Designa gli Arbitri per tutte le manifestazioni, nazionali ed internazionali.
 - Compila e lo invia all'Esecutivo di Settore, l'elenco degli Arbitri abilitati.
 - Propone modifiche al presente regolamento, contestualmente alla Commissione Nazionale Arbitri, all'Esecutivo di Settore, che lo sottoporà per la ratifica al Consiglio Direttivo Nazionale.
 - Esiste una figura di "Vice Responsabile" che affianca il responsabile nella sua attività e che sostituisce lo stesso in caso di assenza.

Art. 5 – Commissione Nazionale Arbitri

1. La Commissione Nazionale Arbitri, composta da almeno tre membri, assisterà il Responsabile Nazionale, ai sensi di quanto stabilito dall'art.2. e avrà i seguenti compiti:
 - Preparare i programmi dell'attività arbitrale nazionale;
 - Istruire e perfezionare gli Arbitri durante i corsi nazionali.
2. La Commissione si riunirà almeno due volte l'anno ed è presieduta dal Responsabile Nazionale del Settore.
3. I componenti la Commissione, avranno la responsabilità sul coordinamento della giuria di TATAMI, e saranno designati dal Responsabile Nazionale.

Art. 6 – I Responsabili Regionali

1. I Responsabili Regionali sono nominati dal Comitato Regionale del SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS SETTORE JUDO. Essi restano in carica quanto l'organo che li ha eletti e possono essere riconfermati.
2. I Responsabili Regionali, per il funzionamento del settore, hanno sede presso il SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS SETTORE JUDO Regionale. Essi provvedono all'attuazione delle norme per il funzionamento, l'impiego e l'attività degli Arbitri Regionali, in esecuzione delle normative vigenti.
3. I Responsabili Regionali dovranno svolgere qualsiasi mansione di natura tecnica, che verrà loro affidata dall'organo che li ha eletti o, dal Responsabile Nazionale degli Arbitri.
4. I loro compiti sono:
 - a. Acquisire nuove forze arbitrali e formarle attraverso i corsi regionali. Al termine del corso, dovranno inviare un dettagliato rapporto al Responsabile Nazionale, che contenga le seguenti indicazioni:
 - Data del corso, luogo, orari.
 - Composizione della commissione d'esame.
 - Numero dei partecipanti.
 - Elenco dei qualificati.
 - b. Perfezionamento tecnico, attraverso i corsi di aggiornamento regionali.
 - c. Designazione e formazione delle giurie di TATAMI, in base al numero degli iscritti e alle classi di età, impegnate nelle manifestazioni.

Art. 7 – Arbitri Regionali

1. I corsi per Arbitri Regionali sono indetti dai Comitati Regionali e diretti dal Responsabile Regionale.
2. Il candidato alla qualifica di Arbitro deve essere in possesso delle seguenti caratteristiche:
 - Aver compiuto il 18° anno di età per Arbitro Regionale e del 21° anno per Arbitro Nazionale;
 - Essere in possesso della cintura nera. Possono partecipare, come uditori, persone graduate 1° KYU ma, per ottenere la qualifica di Arbitro, dovranno aver superato, in precedenza, l'esame a 1° DAN.
 - Non aver subito squalifiche superiori ad un anno. Costituiranno titolo d'incompatibilità, anche punizioni minori, in caso di recidiva.
3. L'Arbitro Regionale potrà, di norma, Espletare i suoi compiti soltanto nelle gare regionali, eccezionalmente, potranno essere convocati a livello interregionale o nazionale, su richiesta, non nominativa, che il Responsabile Nazionale farà, al Responsabile Regionale. I Responsabili Regionali dovranno provvedere ad inviare al Responsabile Nazionale, gli elenchi degli Arbitri Regionali.

Art. 8 – Arbitri Nazionali

1. La qualifica di Arbitro Nazionale viene acquisita da tutti coloro che sono già qualificati regionali, da almeno 24 mesi, che abbiano operato per un minimo di 15 presenze in gare ufficiali e che superino le prove previste. È importante il curriculum che il Responsabile Regionale, invia a livello nazionale.
2. Le prove per tale acquisizione, si baseranno su un esame di arbitraggio teorico-pratico, presieduto dalla Commissione Nazionale Arbitri, da svolgersi durante l'annuale corso di aggiornamento Arbitri.
3. Gli Arbitri Nazionali espletano i loro compiti in competizioni nazionali ed internazionali ma, saranno tenuti a svolgere attività a livello regionale, ogni qual volta siano designati dal Responsabile Regionale. La designazione in manifestazioni internazionali e nazionali ha la precedenza su quelle regionali.
4. L'Arbitro che rifiuti sistematicamente, senza giustificato motivo, le designazioni regionali, verrà escluso anche da quelle a carattere nazionale, su segnalazione del Coordinatore regionale del S.d.A. D.O. Regionale.

Art. 9 – Arbitri Internazionali

1. In seguito a richiesta da parte del C.S.I.T. (Comité Sportif International du Travail), a cui l'U.I.S.P. aderisce, di qualificare Arbitri a livello Internazionale, il Responsabile Nazionale, in accordo con la Commissione Nazionale Arbitri, designerà gli Arbitri, che riterrà più idonei per tale qualifica, seguendo, di norma i seguenti criteri:
 - Capacità tecniche.
 - Affidabilità personale.
 - Collaborazione con i componenti la terna.
 - Prolungata esperienza arbitrale.

Art. 10 – Decadenza degli Arbitri

1. Gli Arbitri possono essere posti fuori quadro per i seguenti motivi:
 - Dimissioni;
 - Per radiazione, su delibera dei competenti organi delle SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS SETTORE JUDO.
 - Continue e ingiustificate rinunce alle designazioni.
 - Mancato aggiornamento tecnico per 2 anni consecutivi.
 - Dimostrazione d'incapacità, nell'espletamento dei loro compiti. In questo caso, saranno sospesi con provvedimento del Direttivo Nazionale. Per poter essere riammessi nei ruoli, dovranno frequentare un nuovo corso e sostenere un nuovo esame di idoneità.
 - Gli Arbitri che commetterebbero infrazioni alle norme dello Statuto, del Regolamento Organico e degli altri Regolamenti saranno deferiti all'Organo Giudicante del Settore.
2. Gli Arbitri posti fuori quadro definitivamente, non potranno più essere riammessi nei quadri arbitrali.

Art. 11 – Doveri dell'Arbitro

1. All'atto della nomina e per tutta la sua permanenza nei quadri, l'Arbitro s'impegna ad adempiere, con assoluta imparzialità e perfetta osservanza di tutte le norme tecniche e disciplinari, agli incarichi che gli vengono affidati, mantenendo sempre, un contegno rispondente alla delicatezza della mansione che esplica.
2. Gli Arbitri devono osservare e far osservare, scrupolosamente, tutte le norme dello Statuto, del Regolamento Organico, del presente regolamento e di tutti i regolamenti e le disposizioni che potranno essere emanate, di volta in volta, dai competenti organi delle SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS SETTORE JUDO.
3. Sono tenuti ad ottemperare ai seguenti doveri:
 - Assolvere gli incarichi ai quali sono stati designati.
 - Notificare al Responsabile Arbitri, con la massima urgenza, l'accettazione dell'incarico o, il rifiuto motivato.
 - Trasmettere al Responsabile Arbitri, entro le 24 ore dal termine della manifestazione, i rapporti relativi alla manifestazione per la quale si è stati designati.
 - Indossare in tutte le manifestazioni, la prescritta divisa. L'inosservanza di tale norma comporterà l'esclusione dall'arbitraggio della manifestazione e, conseguentemente, dal rimborso delle spese di trasferta.
 - Comunicare tempestivamente, le eventuali variazioni di residenza o di indirizzo.
 - Astenersi, in modo assoluto, dal criticare l'operato dei colleghi, entrare in polemica con il pubblico, gli atleti, dirigenti di società e i tecnici.

Art. 12 – Diritti degli Arbitri

1. Gli Arbitri, in regola con il tesseramento per l'anno in corso, avranno diritto di:
 - Ricevere gratuitamente i comunicati del SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS SETTORE JUDO.
 - Ottenere l'ingresso gratuito a tutte le manifestazioni, indette dalle SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS SETTORE JUDO.
 - Essere assicurati contro gli infortuni, nell'esercizio dell'attività, secondo quanti stabilito dalle norme assicurative dell'U.I.S.P..
2. Agli Arbitri Regionali e Nazionali, competono, nell'esercizio delle loro funzioni, rimborsi spese, stabiliti dai competenti organi delle SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS SETTORE JUDO, che saranno decisi e comunicati, ad ogni inizio di anno sportivo.

Art. 13 – Compatibilità

1. La qualifica di Arbitro è compatibile con qualsiasi altra carica, in seno alle SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS SETTORE JUDO. o nelle società sportive.
2. Gli Arbitri possono partecipare, come atleti, alle manifestazioni in cui non siano stati convocati come ufficiali di gara, sia che abbiano accettato o rifiutato la convocazione.

Art. 14 – Norme finali

1. Per quanto non contenuto nel presente Regolamento, valgono le norme stabilite dallo Statuto, nel Regolamento Organico, Tecnico e in tutti gli altri regolamenti.

Le fonti di provenienza delle immagini sono:

- (1) https://78884ca60822a34fb0e6-082b8fd5551e97bc65e327988b444396.ssl.cf3.rackcdn.com/up/2019/10/IJF_Sport_and_Organisation_Rul-1570787163.pdf
- (2) https://78884ca60822a34fb0e6-082b8fd5551e97bc65e327988b444396.ssl.cf3.rackcdn.com/up/2020/01/Explanatory_guide_of_the_judo--1579332086.pdf
- (3) <https://refereeusb2020.ijf.org/app/index.html>
- (4) <https://www.ecwid.com/store/yawarasports/SOKUTEIKI-IJF-JUDOGI-measurement-tool-p5399833>
- (5) <https://attachments.eju.net/EJU%20JUDOGI%20Rules%20-%20European%20Games%20Minsk%202019.pdf>
- (6) http://www.judosakURA.it/immagini/JudoRegolamento_arb.pdf
- (7) [Refereeing: The New Gestures / IJF.org](#)