



# Règlement animation Ne Waza Judo Ju Jitsu Ligue de Lorraine, saison 2009-2010

## 1 - DEFINITION

Le ne-waza (travail au sol) est une des composantes importantes du Judo-Ju Jitsu. La richesse du patrimoine technique dans ce domaine est à la hauteur de sa grande efficacité et de sa valeur éducative.

La mise en place d'animations spécifiques de ne-waza ambitionne de redynamiser ce secteur à partir d'une réglementation propre permettant à des pratiquants de tous âges de travailler en toute sécurité.

Ce règlement ne s'applique que pour l'animation régionale organisée dans la ligue Lorraine durant la saison 2009-2010.

Ce règlement est une adaptation du règlement officiel. Toutes règles non précisées dans ce règlement sera remplacée par celles correspondantes dans le règlement officiel de la FFJDA.

Les modifications par rapport au règlement de la saison précédente sont [en bleu](#).

## 2 - SEXE

Féminin et Masculin (activité non mixte)

## 3 - TENUE DES COMBATTANTS

Ils porteront un judogi blanc (veste et pantalon), propre conforme aux normes précisées dans le code sportif de la FFJDA.

Un judogi bleu (veste et pantalon) sera toléré.

Le 1<sup>er</sup> combattant appelé, portera une ceinture rouge.

Les protections souples (exclusivement) sont autorisées.

## 4 - GRADES - LICENCE - PASSEPORT - CERTIFICAT MEDICAL

Ceintures orange minimum.

Deux années de licence F.F.J.D.A. minimum,

Passeport de moins de 8 ans (une tolérance de validité jusqu'au 31 août de la saison est accordée).

Certificat médical obligatoire attestant de l'absence de contre-indication à la pratique du Judo, Ju Jitsu, en compétition datant de moins d'un an.

## 5 - ARBITRAGE DES COMBATS

Un arbitre sur la surface assure l'arbitrage du combat

Un juge installé à la table de contrôle assure le suivi des scores en fonction des indications de l'arbitre.

## 6 - TABLE ET INSTRUMENTS DE CONTROLE

2 commissaires sportifs minimum par table pour assurer le suivi des combats

Pour le 1<sup>er</sup> : tableau, feuille de match et chronomètre

Pour le 2<sup>eme</sup> : tableau de marque manuel et/ou électronique

## 7 - SURFACE DE COMBAT :

6 m X 6 m minimum

## 8 – FORMULE DE COMPETITION

En poule ou en tableau selon le nombre de participants.

## 9 - SALUT

Le salut traditionnel debout du Judo-Ju Jitsu devra être strictement respecté en début et fin de combat.

## 10 - DEROULEMENT DU COMBAT

Après le salut traditionnel debout, le combat commencera debout et se terminera par l'abandon d'un des combattants ou à l'issue du temps réglementaire prévu par les règles techniques.

Si le combat va jusqu' à la fin du temps réglementaire :

- Le gagnant est celui qui a le plus de points
- Si les deux combattants sont à égalité de points, le gagnant est celui qui a le plus d'avantages
- Si les deux combattants sont à égalité de points et d'avantages, le combat se poursuivra selon le principe de l'avantage décisif.

La durée de la prolongation est égale au temps de combat initial. En cas de nouvelle égalité, la décision sera attribuée par l'arbitre.

Toutes les formes de projection et ramassement de jambes sont autorisées. Un combattant peut aller au sol dès qu'il le souhaite, à condition qu'il ait une saisie sur le kimono de son adversaire.

Le combat s'enchaîne sans interruption de debout vers le sol et du sol vers debout.

L'abandon ou cri (sur clé ou étranglement) met fin au combat : la victoire est immédiatement attribuée.

L'arbitre peut annoncer matte en cas de sortie de tapis ou d'une faute qui désavantage l'autre combattant (dans ce cas le combat reprend debout). Dans le cas où une faute provoque un désavantage pour l'autre combattant, l'arbitre peut utiliser sono mama et yoshi pour donner la pénalité.

## 11 - TECHNIQUES PROHIBÉES

Actions interdites sanctionnées par HANSOKU MAKE:

- frapper, mordre, griffer, pincer, tirer les cheveux (évaluation de l'acte volontaire)
- mettre les doigts dans les yeux
- effectuer des clés sur les doigts, les orteils, le cou (clés sur les cervicales)
- effectuer des clés de jambes, hanches et cheville en torsion ou en rotation (y compris recouvrir la jambe de l'adversaire avec la jambe extérieure de l'attaquant lors d'une tentative de clef de cheville)
- toute action dangereuse sur la colonne vertébrale
- étranglements avec la ceinture
- saisie de la gorge avec les doigts
- toutes les actions brutales dans le but de blesser volontairement
- projeter violemment son adversaire sur le sol (sur le dos) lorsque ce dernier contrôle dans sa garde, ou est dans une phase d'efficacité proche de la soumission en étant décollé du sol
- contester des décisions de l'arbitre
- proférer des insultes ou effectuer des gestes déplacés envers l'arbitre, l'adversaire, le public
- sortir du tapis volontairement pour échapper à une technique de soumission verrouillée

Actions interdites sanctionnées par SHIDO :

- mettre les doigts à l'intérieur des manches de la veste et des jambes du pantalon de l'adversaire
- bloquer intentionnellement le combat
- être passif
- maintenir une immobilisation plus de 5 secondes, pour empêcher l'évolution du combat
- refuser l'affrontement au sol
- s'asseoir au sol sans contact préalable avec son adversaire

- sortir du tapis volontairement pour empêcher la réalisation d'une action favorable à l'adversaire ou l'engagement d'une technique de soumission

L'arbitre touche le combattant en lui disant d'évoluer ; en cas de non évolution, 1 SHIDO lui sera attribué. En cas de faute ayant permis d'avoir un avantage ou une position avantageuse, l'arbitre prononcera MATTE. Les 2 combattants reprendront le combat dans la position initiale (debout).

## 12 - EQUIVALENCE DE POINTS ET PENALITES

- SHIDO 2 points pour l'adversaire
- HANSOKUMAKE disqualification
- 4 SHIDO disqualification
- HANSOKUMAKE pour action dangereuse envers l'adversaire ou une attitude contraire à l'esprit interdit la poursuite de la compétition.

## 13 - TEMPS DE COMBAT PAR CATEGORIES D'AGES

Catégories	Temps de combat en minutes
Cadets / Cadettes	3
Juniors et seniors M/F	4
Seniors de 36 à 45 ans M/F	4
Seniors de 46 à 55 ans M/F	3
Seniors plus de 55 ans	3

Le temps de combat pour chaque catégorie pourra être adapté le jour de la compétition selon le nombre de participants.

## 14 - NIVEAUX DE GRADES

Les combattants seront de préférence répartis par niveau de grade : Verte , Bleues, Marrons et Noires

Cette répartition par niveaux de grades adaptée le jour de la compétition selon le nombre de participants.

## 15 - CATEGORIES DE POIDS

Les combattants seront de préférence répartis par catégories de poids.

Juniors et Seniors (masculins) : – 60 kg; – 66 kg; – 73 kg; – 81 kg; – 90 kg; – 100 kg; + 100 kg

Juniors et Seniors (féminins) : – 48 kg; – 52 kg; – 57 kg; – 63 kg; – 70 kg; – 78 kg; + 78 kg

Cadets : – 55 kg; – 60 kg; – 66 kg; – 73 kg; – 81 kg; – 90 kg; + 90 kg

Cadettes : – 44 kg; – 48 kg; – 52 kg; – 57 kg; – 63 kg; – 70 kg; + 70 kg

La répartition par catégorie de poids pour chaque catégorie pourra être adaptée le jour de la compétition selon le nombre de participants. Les résultats finaux se feront suivant les catégories de poids ci-dessus.

## 16 - LIMITES D' ACTIONS PAR GRADES ET AGES

Cadets et cadettes : pas de clefs de jambes

Juniors et seniors : les clefs sur les membres inférieurs ne sont autorisées qu'à partir de la ceinture bleue. Elles ne pourront être effectuées que dans l'axe de l'articulation (pas de torsion)

Seniors à partir de 46 ans : les clés de jambes son interdites. Le départ (ainsi qu'une éventuelle reprise) du combat s'effectuera un genou au sol.

## 17 - BLESSURE D'UN DES COMBATTANTS

L'arbitre stoppera le combat et demandera l'intervention du médecin qui soignera ou informera de l'importance de la blessure le combattant et l'arbitre. Le médecin pourra décider de la suite à donner pour l'abandon après blessure ou de la reprise du combat. L'arbitre respectera la décision du médecin.

Tous les saignements devront être stoppés et les précautions devront être prises pour éviter le contact avec les saignements.

Temps maximum d'intervention et de soin pendant un combat : 5 minutes.

## 18 - DECOMPTE DES POINTS

Pour chaque action valorisée, l'arbitre indique à la table, avec la main portant la couleur du combattant concerné, le nombre de points attribués avec les doigts.

Le combattant qui arrivera à marquer **ippon** (abandon de son adversaire par soumission ou étranglement) avant la fin du temps règlementaire se verra attribuer 30 points supplémentaires à son score pour sa victoire.

Définition : La garde est la position du combattant qui se trouve sur le dos lorsque son adversaire est face à lui, que les jambes soient croisées dans le dos de l'adversaire (garde fermée), devant celui-ci (garde ouverte) ou entourent une jambe (demi garde).

Important : **Pour marquer les points, chaque situation doit être maintenue ou stabilisée pendant 5 secondes sauf dans le cas du genou sur l'estomac (3 secondes) et dans le cas d'une projection valorisée avec un Ippon en Judo.**

### 18.1 - LES ACTIONS RAPPORTANT 4 POINTS

- Position montée (tate shio gatame) : 4 points

Critères :

- Contrôle 5 secondes
- Face à la tête de l'adversaire
- Au moins un genou au sol
- Au maximum un bras de l'adversaire pris sous les jambes

- Position arrière dans le dos : 4 points

Critères :

- Contrôle 5 secondes
- Engagement des deux talons, plus loin que l'aîne
- Au maximum un bras de l'adversaire pris sous les jambes
- Remarque : valable ventre en l'air, ventre vers le sol.

### 18.2 - LES ACTIONS RAPPORTANT 3 POINTS

- Le passage de garde avec osae komi : 3 points

Critères :

- Passer les deux jambes de l'adversaire
- Contrôler 5 secondes en osae komi : perpendiculairement (on gesa gatame / yoko shio gatame) ou longitudinalement (kami shio gatame)
- le bras de l'attaquant ne doit pas être contrôlé par les jambes de l'adversaire

- Retournement/renversement avec osae waza : 3 points (y compris les enroulements réalisés par le combattant en quadrupédie ou si un des combattants est debout)

Critères :

- Contrôle de l'adversaire en osae waza pendant 5 secondes

Remarque : les sorties d'osae waza ne donnent aucun point pour l'action de renversement mais 1 point peut être marqué si elles sont suivies d'une osae waza en contre attaque.

### 18.3 - LES ACTIONS RAPPORTANT 2 POINTS

- Projection simple : 2 points

Critères :

- Projection sur le dos, même en restant debout ou toute autre projection ou amenée au sol suivie du contrôle au sol de la position d'arrivée (les 2 combattants peuvent bouger mais doivent rester au sol)
- Projections imparfaites ou amener au sol doivent être stabilisées 5 secondes, les projections parfaites (ippon) donne immédiatement les 2 points

Remarque : si un combattant tient la jambe de son adversaire qui s'assoit, il marquera 2 points

- Genou sur estomac : 2 points

Critères :

- Contrôle maintenu 3 secondes
- A gauche de l'adversaire : placer le genou gauche, à droite de l'adversaire : placer le genou droit
- L'autre genou est décollé du sol

- Inversion de position : 2 points

Critères :

- L'action démarre de la garde
- L'attaquant arrive au dessus de son adversaire
- L'adversaire se trouve en quadrupédie
- Contrôle maintenu 5 secondes

- Renversement simple : 2 points

Critères :

- La technique doit débuter depuis la garde ou la demi garde
- l'attaquant doit arriver au dessus de son adversaire dans la garde ou la demi garde
- l'adversaire peut être debout

### 18.4 - LES ACTIONS RAPPORTANT 1 POINT

- Osae waza (autres situations) : 1 point

Critères :

- Contrôle de 5 secondes
- Adversaire sur le dos
- l'attaquant doit avoir les jambes libres

### 18.5 - LE CUMUL DES POINTS

- Projection + Osae waza : 3 points

Critères :

- Projection suivie d'un contrôle immédiat en Osae waza latérale ou arrière maintenu 5 secondes

- Projection + position codifiée (genou sur estomac, position montée) : 2 points + les points de la position (2 ou 4)

Critères :

- Projection suivie d'un contrôle en genou sur estomac de 3 secondes

- Projection suivie d'un contrôle en position montée de 5 secondes
  - Passage de garde + position montée : 2+4 = 6 points
  - Passage de garde + genou sur estomac : 2+2 = 2 points
  - Position montée, l'adversaire pivote sur le ventre + position arrière dans le dos : 4+4 points = 8 points
  - Renversement + contrôle osae waza : 2+1 = 3 points
- Critères :
- La technique doit débiter depuis la garde ou la demi garde
  - l'attaquant doit arriver en osae waza et maintenir la position 5 secondes

- Renversement + position codifiée (genou sur estomac, position montée) : 2 points + les points de la position (2 ou 4)
- Critères :

- Renversement suivi d'un contrôle en genou sur estomac de 3 secondes
- Renversement suivi d'un contrôle en position montée de 5 secondes

Remarque : le cumul des points est limité dans une même situation de contrôle dominante :

- Un seul osae komi est compté : le passage d'un osae komi à un autre ne donne pas de points
- Une seule position montée est compté
- Un seul genou sur l'estomac est compté

**Important : le retour dans une situation neutre (la garde ou les deux combattants debout, ou l'adversaire sur le ventre ou à quatre pattes) ouvre de nouveaux au combattant la possibilité de marquer et de cumuler des points sur toutes les positions**

## 18.6 - LES ACTIONS RAPPORTANT UN AVANTAGE

- Toutes actions dont il manque un critère pour obtenir les points donne un avantage
- Tout contrôle valorisé tenu moins de 5 secondes (Le combattant en position inférieure passe à plat ventre ou à quatre pattes pour éviter l'action)
- Passage dans le dos avec un seul crochet de jambe
- Les actions techniques correctement engagées mais qui n'aboutissent pas à l'abandon de l'adversaire
- Sortie d'osae komi
- l'attaquant en contrôle est obligé de se déplacer continuellement pour ne pas perdre son contrôle
- l'attaquant, au cours de son action de passage de garde, arrive en « demi garde » en contrôlant son adversaire le dos au sol
- debout, le combattant attaqué perd l'équilibre sans arriver sur le dos et reprend une position neutre avant que l'attaquant ait contrôlé la position

## 19 - LES SOUMISSIONS

Les tentatives de soumission ne sont pas interrompues quand un combattant se relève.

Les techniques de soumission doivent être réalisées avec contrôle pour laisser à l'adversaire la possibilité d'abandonner.

Techniques autorisées :

- Clefs de bras : poignet, coude, épaule
- Clefs de jambes (hors torsion) : hanche, genou, cheville
- Compressions musculaires
- Etranglements

## **20 - LES SORTIES DE TAPIS**

Les combattants sont considérés comme sortis de la surface de combat quand il n'existe plus aucun appui à l'intérieur de la surface de combat.

Les combattants reprennent au centre du tapis dans la position qui était la leur lors de la sortie du tapis.

Si le déroulement de l'action rend impossible la détermination d'une position pour reprendre, les deux combattants reprendront debout.

## **21 - COMPORTEMENT DU COACH**

Le coach sera exclu de l'environnement du tapis de compétition en cas de manquement aux règles de bonne tenue ou d'incivilités avérées.