



FIJLKAM
FVG
JUDO

Documento di sintesi Attività 2026

<https://www.fijlkam.it/fvg/comunicati-e-circolari/judo.html>
<https://t.me/fijlkamjudofvg>

Sommario

1. CALENDARIO	<u>2</u>
2. QUALIFICAZIONI E CAMPIONATI REGIONALI	<u>4</u>
3. ALLENAMENTI REGIONALI E PROVINCIALI	<u>6</u>
4. CENTRO TECNICO REGIONALE	<u>9</u>
5. CRITERIUM GIOVANISSIMI e COPPA REGIONE	<u>10</u>
6. FORMAZIONE AGGIORNAMENTO GRADUAZIONE	<u>15</u>
7. COMMISSIONE REGIONALE DI SETTORE	<u>17</u>

PAR 2026
VERSIONE 14 SETTEMBRE

1. CALENDARIO



6-11 luglio <i>Bardonecchia</i>	OTC
24-29 agosto <i>Lignano Sabbiadoro</i>	Stage Federale
28-30 agosto <i>Martina Franca (Ta)</i>	Giochi del Mediterraneo
19-20 settembre <i>Trentino e Sicilia</i>	Trofeo Italia Esordienti B e Esordienti A
26-27 settembre <i>Leini (To)</i>	Trofeo Italia Junior e Senior
3-4 ottobre <i>Sardegna</i>	Trofeo Italia Esordienti B
3-4 ottobre <i>Baronissi</i>	Trofeo Italia Master "Campania"
11 ottobre <i>Pordenone</i>	Campionato Regionale di Kata
17 ottobre <i>San Vito al Tg.</i>	FRQ_Campionato Italiano Assoluto A2 & Esordienti B A2
18 ottobre <i>San Vito al Tg.</i>	Criterium Giovanissimi
24-25 ottobre <i>Policoro (Mt)</i>	Trofeo Italia Cadetti e Junior
25 ottobre <i>Spilimbergo</i>	Trofeo Città del Mosaico - Memorial Tiberi
30 ott-1 nov <i>Napoli</i>	European Judo Championships U23 (Ind. + Teams)

1. CALENDARIO

7-8 novembre <i>Ostia</i>	Campionato Italiano Assoluto - A2
14 novembre <i>Gemona</i>	Campionati Regionali Cad-Jun-Sen
15 novembre <i>Gemona</i>	Il judo si stringe alla Gemona che ricorda
21-22 novembre <i>Ostia</i>	Campionato Italiano Esordienti - A2
28-29 novembre <i>Ostia</i>	European Open
12 dicembre <i>Lignano Sabbiadoro</i>	Campionato Italiano Assoluto - A1
13 dicembre <i>Lignano Sabbiadoro</i>	Campionato Italiano Esordienti - A1
19 dicembre <i>Latisana</i>	Coppa Regione
20 dicembre <i>Latisana</i>	Criterium Giovanissimi FVG



2. QUALIFICAZIONI E CAMPIONATI REGIONALI

22 Febbraio 2026

Fase Regionale Qualificazione Cadetti A2 & Junior A2

SEDE: Pordenone, Palazzetto dello Sport via Fratelli Rosselli 3
PESO: 10:00 - 11:00 cadetti 12:00-13:00 junior
INIZIO GARA: 11:30 cadetti 13:30 junior

Scadenza iscrizioni senza sovrapprezzo mercoledì 11 febbraio

14 marzo 2026

Fase Regionale Qualificazione Coppa Italia

SEDE: Latisana, Palasport via Giovanni Bottari 33
PESO: 14:00 - 15:00
INIZIO GARA: 15:30

Scadenza iscrizioni senza sovrapprezzo mercoledì 4 marzo

17 ottobre 2026

Fase Regionale Qualificazione A2 esordienti & assoluti

SEDE: San Vito al Tg., Palazzetto dello Sport via del progresso 34
PESO: 14:30 - 15:30
INIZIO GARA: a seguire

Scadenza iscrizioni senza sovrapprezzo mercoledì 7 ottobre



2. QUALIFICAZIONI E CAMPIONATI REGIONALI

CAMPIONATI REGIONALI

30 MAGGIO Campionato Regionale ES A-B

MANIAGO - PALAZZETTO DELLO SPORT, Via Marco Polo 2

Peso: 15:00 - 15:30 Iscrizioni tramite portale coninet

Durata degli incontri Esordienti A-B 2' + 2' GS

Il campionato regionale degli esordienti A sarà considerata fase regionale del TROFEO CONI 2026 (saranno presi in considerazione i judoka con minimo grado di cintura gialla)

11 OTTOBRE Campionato Regionale kata (tutte le classi)

VILLANOVA DI PORDENONE - PALAZEN, Via Pirandello 35

ACCREDITO: 09:00 - 09:30

INIZIO GARA 10:00

14 NOVEMBRE Campionato Regionale Cad- Jun - Sen

GEMONA DEL FR. - PALESTRA DELL'ISIS MAGRINI - MARCHETTI, Via Praviolai 18

Peso: 14:00 - 15:00 Jun-Sen

16:00 - 17:00 Cad



3. ALLENAMENTI REGIONALI E PROVINCIALI

ATTIVITÀ PROVINCIALE

Allenamento provinciale PN

<i>Es-Cad-Ju-Se</i>	19.30-21.00
23 settembre	Azzano Decimo, via Divisione Julia
14 ottobre	Azzano Decimo, via Divisione Julia
11 novembre	Azzano Decimo, via Divisione Julia
09 dicembre	Azzano Decimo, via Divisione Julia

Allenamento provinciale UD

Palestra Shimai Dojo Via del Cristo

Orari: 18:30-19:45 Esordienti + Cadetti 1 anno o Cadetti "principianti"

19:45 - 21:00 Cadetti - Jun - Sen

15 Ottobre

19 Novembre

17 Dicembre

Allenamento provinciale GO

03 ottobre	Gorizia, via Giovanni Rismondo 2 - UGG
	16:30-17:30 5-11 anni
	17:30-19:00 dai 12 anni in su
04 novembre	Ronchi dei Legionari, via Roma 15 - Corpo Libero
	18:00-19:00 5-11 anni
	19:00-20:30 dai 12 anni in su
28 novembre	Isao Okano Monfalcone o Judo Kai Gradisca
	16:00-17:00 età pre-scolare
	17:00-18:00 6-11 anni
	18:00-19:30 dai 12 anni in su

Allenamento provinciale TS

23 settembre	Via della Ginnastica 47 - SGT
	19:30-21:00
14 ottobre	Viale xxv Aprile 1/1 Muggia- Accademia Muggia
	19:00-20:30
11 novembre	Via Visinada 5 - Ken Otani Ts
	19:30-21:00
02 dicembre	Via della Ginnastica 47 - SGT
	19:30-21:00



3. ALLENAMENTI REGIONALI E PROVINCIALI

ATTIVITÀ KATA

KATA LAB TRIESTE - GORIZIA

05 ottobre	Judo Kai Gradisca 19:00-20:30
30 ottobre	Ken Otani Trieste 19:30-21:00
26 novembre	Dojo Trieste 19:00-20:30
16 dicembre	A & R Trieste 18:00-19:30

KATA LAB PORDENONE

15 ottobre	Palazen Villanova 17:30-19:00
28 ottobre	San Vito al Tagliamento 18:00-19:30
18 novembre	San Vito al Tagliamento 18:00-19:30
29 novembre	Palazen Villanova 17:30-19:00

KATA LAB UDINE

06 ottobre	Shimai Dojo Fagagna 18:30-20:00
03 novembre	Shimai Dojo Fagagna 18:30-20:00
01 dicembre	Shimai Dojo Fagagna 18:30-20:00



3. ALLENAMENTI REGIONALI E PROVINCIALI

ATTIVITÀ MASTER

*GIOVEDÌ 24/09
18:30 - 20:00*

*SHIMAI DOJO FAGAGNA
Via Del Cristo 35 Fagagna (UD)*

*SABATO 24/10
18:30 - 20:00*

*FENATI SPILIMBERGO
Via Campo Sportivo 1 Spilimbergo (PN)*

*SABATO 12/12
18:30 - 20:00*

*ASD DOJO TRIESTE
Via dei mille 18 (TS)*



4. CENTRO TECNICO REGIONALE

Il Club CTR

Attività CTR FVG 2026 – Responsabili: Copat, Lovato, Maman

Cos'è? È opportunità. È condivisione. È crescita

Per chi? Classi agonistiche da EsB a Sen

Quanto costa? È gratuito

Contenuti? Randori con occasionali inserti tecnici proposti da Special Guest

Prospettive? Supporto per l'attività

Cosa portare? Partecipazione e impegno

13/09 CERVIGNANO DEL FRIULI 16:00-18:00

Palazzetto, Piazza Lancieri d'Aosta 1 UD

07/10 AZZANO DECIMO 19:30-21:00

Palestra Azzurra, Via Divisione Julia PN

11/11 AZZANO DECIMO 19:30-21:00

Palestra Azzurra, Via Divisione Julia PN

25/11 AZZANO DECIMO 19:30-21:00

Palestra Azzurra, Via Divisione Julia PN

dicembre da definire



5. CRITERIUM GIOVANISSIMI e COPPA REGIONE

CRITERIUM GIOVANISSIMI 2026

Il Criterium Giovanissimi è un circuito di manifestazioni riservato alle fasce pre-agonistiche, possono partecipare atleti tesserati Fijlkam e di Federazione straniera. Gli atleti tesserati con società non affiliate Fijlkam devono essere in possesso della tessera Fijlkam Family.

15 MARZO	LATISANA Palasport, via Giovanni Bottari 33
26 APRILE	SACILE Palamicheletto, via Cartiera Vecchia
31 MAGGIO	MANIAGO Palazzetto dello Sport, via Marco Polo 2
18 OTTOBRE	SAN VITO AL TAGLIAMENTO Palazzetto Ligugnana di San Vito al Tg., via del progresso 34
20 DICEMBRE	LATISANA Palasport, via Giovanni Bottari 33

ORARI ACCREDITO

2015	09:00
2016	10:30
2017	12:30
2018	14:30
2019	16:00



5. CRITERIUM GIOVANISSIMI e COPPA REGIONE

ISCRIZIONI

Le iscrizioni devono essere fatte entro il lunedì precedente la gara al seguente link: <https://iscrizioni.fijlkamfvg.it/>

È OBBLIGATORIO, ad ogni prova, indicare il nominativo del tecnico/arbitro di club disponibile ad arbitrare

Tassa di iscrizione per atleta € 10,00

Il club deve bonificare le tasse di iscrizione a Judo Fijlkam Fvg entro il venerdì precedente la gara a

F.I.J.L.K.A.M. - ASD

IT91K0100512300000000004852

Modifiche e cancellazioni vanno fatte con immediatezza scrivendo a criteriumjudofvg@gmail.com

Non saranno ammessi atleti non pre-iscritti ed in caso di assenza la tassa di iscrizione non verrà rimborsata

REGOLE TECNICHE

- gli atleti si pesano in palestra e in gara indossando il judogi
- all'accREDITO presentano documento di identità solo i nati 2015
- sono garantiti minimo due randori, round robin o meglio dei tre
- i raggruppamenti tengono conto di sesso, peso e cintura (indossata in palestra), principianti solo con principianti
- i pdg interpellano i tecnici quando le precedenti indicazioni non possono essere soddisfatte, l'insegnante tecnico per ragioni di tutela può chiedere che l'incontro si svolga in ne-waza
- ogni società deve obbligatoriamente mettere a disposizione un tecnico, un arbitro o una cintura nera per l'arbitraggio
- a bordo tatami sono ammessi solo gli insegnanti tecnici e gli stessi durante il randori non possono effettuare coaching
- durante la manifestazione, i partecipanti, saranno fotografati e filmati, il materiale foto e video sarà utilizzato dal Cr Judo Fijlkam Fvg

PUNTEGGIO

2 punti per ogni incontro vinto e 1 per ogni incontro pareggiato

Ippon: 10 punti Waza-ari: 7 punti Yuko : 5 punti

Shido: prima ammonizione solo verbale, in caso di parità vince chi ha meno shido.



5. CRITERIUM GIOVANISSIMI e COPPA REGIONE

La durata degli incontri è precisata sotto, per i nati 2019...2016 l'incontro termina se uno dei due contendenti realizza due ippon.

Nella modalità "doppio ippon" se l'atleta 1 realizza due ippon si registrano punti 20, se l'atleta 1 fa ippon e poi waza ari vince per 17 punti. Se invece l'atleta 1 fa ippon e poi subisce yuko, vince per 10-5=5 punti

In caso di parità, il golden score dura 30''

AZIONI VIETATE

- avvolgere il collo per proiezioni o rovesciamenti a terra sia senza presa che con presa che supera completamente la metà posteriore del bavero
- tecniche portate sul lato opposto rispetto alla presa, eccetto ippon seoi nage, kata seoi nage e tutti gli ashi waza che sono invece consentiti (unico non consentito in questo caso uchi mata)
- sutemi, makikomi, kansetzu e shime waza
- tecniche con uno o due ginocchia a terra
- azioni di controllo in sankaku sia gambe che braccia
- spinta diretta di uke in ginocchio all'indietro nella fase ne waza

2019 NE WAZA

- partenza "schiena contro schiena"
- durata 1' effettivo
- durata osae-komi 10" ippon, 9" - 8" waza- ari, 5" - 7" yuko

2018-2017-2016 TACHI WAZA

- partenza con prese installate
- durata 1' 30" effettivi
- durata osae-komi 15" ippon, 14" - 10" waza-ari, 5" - 9" yuko

2015 TACHI WAZA

- partenza senza prese
- durata 2' effettivi
- durata osae-komi 15" ippon, 14" - 10" waza-ari, 5" - 9" yuko



5. CRITERIUM GIOVANISSIMI e COPPA REGIONE

COPPA REGIONE 2026

La Coppa Regione è una competizione rivolta alle fasce agonistiche di medio e basso livello.

La formula di gara è quella adottata dal Criterium Giovanissimi, indicativamente gironi all'italiana. Gli accoppiamenti tengono conto di classe di età, sesso, peso e cintura. Vengono garantiti minimo due incontri.

(In caso di eccessiva differenza peso o altro parametro, non si garantisce il minimo dei due incontri)

Possono partecipare tutti i judoka tesserati FIJLKAM o di federazione straniera, da esordienti A a Seniores. Gli atleti che partecipano a Trofei Italia e/o Finali Nazionali non possono partecipare alla Coppa Regione, nel rispetto degli obiettivi che persegue questa attività proposta dal Comitato Regionale.

Le iscrizioni si effettuano a questo link <https://iscrizioni.fjlkamfvg.it/> entro il lunedì precedente la gara.

La tassa di iscrizione di € 10,00 ad atleta va bonificata entro il venerdì precedente la gara al Cr settore judo Fvg.

Eventuali variazioni, cancellazioni vanno inviate a criteriumjudofvg@gmail.com
La cintura da indicare è quella indossata in palestra (non quella di tesseramento), va indicato il peso naturale e non la categoria di peso, ci si pesa come da Paf (esibire documento di identità e tessera federale agonistica).



5. CRITERIUM GIOVANISSIMI e COPPA REGIONE

ESORDIENTI A e B

Durata incontri e regole arbitrali come da Regolamento Fijlkam.

CADETTI, JUNIORES, SENIORES

Durata incontri 3'+3'GS, queste le azioni vietate:

- Sute mi waza
- Tecniche con uno o due ginocchia a terra
- Kansetsu waza e shime waza.

22 FEBBRAIO

Esordienti A

ACCREDITO: 15:00-15:30

PORDENONE

Palazzetto Via Fratelli Rosselli

25 APRILE

Es A-B-Cad-Jun-Sen-Ma

ACCREDITO: 14:00 Es A-B

16:00 Ca-Ju-Se-Ma

SACILE

Palamicheletto via Cartiera Vecchia 58

30 MAGGIO

Cad-Jun-Sen

ACCREDITO: 17:00-17:30

MANIAGO

Palazzetto dello Sport, via Marco Polo 2

19 DICEMBRE

Es A-B-Cad-Jun-Sen

ACCREDITO: 14:00 Es A-B

16:00 Ca-Ju-Se

LATISANA

Palasport, via Giovanni Bottari 33



6. FORMAZIONE AGGIORNAMENTO GRADUAZIONE

CORSI DI AGGIORNAMENTO

INSEGNANTI TECNICI

12 SETTEMBRE - Cervignano del Friuli

Palazzetto dello sport, Piazza Lanceri D'Aosta 1

15:00-16:30

Presentazione progetto su Jigoro Kano (università di Tsukuba) - M° Mojmir Kovač

16:45-18:00

Riforma dello sport...a che punto siamo? - Dott. Erica Miani

13 SETTEMBRE - Cervignano del Friuli

Palazzetto dello sport, Piazza Lanceri D'Aosta 1

09:00-12:00

Dal kata al randori - M° Claudio Fontana

15:00-16:00

Uchikomi e randori, focus sul kumi kata - M° Alfredo Mezzadra

16:00-18:00

CTR aggiornamento - M° Alfredo Mezzadra

17 OTTOBRE - San Vito al Tagliamento

Palazzetto dello sport, via Progresso 34

11:00-13:00

Criterium giovanissimi possibili sviluppi - M° Monica Barbieri

31 OTTOBRE - Azzano X

Palestra Judo Azzanese, via Divisione Julia

14:00-15:30

Novità arbitrali - M° Gianluigi Pugnetti

15:30-18:00

Preparazione atletica giovanile e riscaldamento pre-gara - Dott. Andrea Ferretti



6. FORMAZIONE AGGIORNAMENTO GRADUAZIONE

05 DICEMBRE - Trieste

Da Definire

10:00-13:00

Tutela Sanitaria (Nutrizionismo – Prevenzione Infortuni – Antidoping)

Seminario sulla prevenzione con la Fmsi - Dott. Marcello Tence

15:00-17:00

CTR aggiornamento

CORSI DI FORMAZIONE

Clicca sulla voce del calendario che ti interessa per scoprire le date

CORSI ALLENATORI DI BASE

CORSI GRADUAZIONE

CORSI FORMAZIONE UFFICIALI DI GARA

CORSO GRADUAZIONE E ALLENATORI PARTE SPECIFICA GO-KYO

ESAMI

14 Novembre

Esibizione Dei Kata

Azzano Decimo via Divisione Julia

ORE 14:00 ACCREDITO

06 Dicembre

Esame di Graduatoria

Azzano Decimo via Divisione Julia

ORE 8:30 ACCREDITO

06 Dicembre

Esame Allenatori Di Base Judo

Azzano Decimo via Divisione Julia

ORE 14:30 ACCREDITO



7. COMMISSIONE REGIONALE DI SETTORE

Presidente

Maria Grazia Perrucci presidente.fvg@fjlkam.it

Presidente di settore

Andrea Piccinini presidente.judo.fvg@fjlkam.it

Staff operativo

Il Commissario Regionale Ufficiali di Gara

Mirko Tambozzo mirko.tambozzo@tin.it

Il Commissario Tecnico Regionale

Gianni Maman mamangianni@gmail.com

Il Responsabile Organizzativo Regionale

Nicola Di Fant nicoladifant@outlook.it

Il Responsabile Regionale Scuola e Promozione

Milena Lovato milena.lovato1972@gmail.com

Responsabile del Centro Tecnico Regionale: Gianni Maman

Collaboratori CTR: Luca Copat, Milena Lovato

Responsabile Kata: Alessandro Furchi

Commissione Kata Fvg : Maurizio Scacco, Marika Sato,
Massimo Cester, Michele Ciolli

Responsabile Master: Luca Torresin

Commissione Master: Stefano Perissinotto

Iban Comitato Regionale judo FVG:

F.I.J.L.K.A.M. - ASD

IT91K0100512300000000004852

BANCA NAZIONALE DEL LAVORO SPA

