

**REGOLAMENTO ARBITRALE** (versione 2024)  
(Progetto Sperimentale Classe Ragazzi)

- 1) I judoka all' **Hajime** devono avanzare verso l'avversario avendo un approccio il più possibile diretto al **Kumi Kata**, effettuando la presa fondamentale (bavero/manica), ognuno sul lato preferito, con presa al bavero che non superi la clavicola dell'avversario. Qualsiasi spostamento o movimento (indietro o laterale), non finalizzato alla presa, produce progressivamente ammonizione verbale e successivamente **Shido**. Non è mai consentita la presa **diretta** al bavero dietro il collo né alcun'altra presa che **avvolga il collo** (no **Koshi Guruma**). Susseguentemente sarà consentito il cambio della presa o lo spostamento al di sopra della spalla a condizione che non si superi la colonna vertebrale e si afferri il judogi. Dopo aver effettuato la presa sulla parte alta della spalla non è consentito "**gettarsi**" al suolo per eseguire la proiezione.
- 2) Non è consentito effettuare un attacco a sx avendo le prese a dx e viceversa, con le seguenti deroghe :
  - Per quanto concerne le proiezioni in avanti è possibile eseguire Ippon Seoi Nage a dx anche con presa al bavero e viceversa.
  - Sono inoltre permesse, con qualsivoglia presa, tutte le tecniche all'indietro: O soto gari, O uchi gari, Ko uchi gari, ecc.
- 3) Nel Nage Waza sono vietati: Sutemi Waza, Makikomi Waza e tecniche con entrambe le ginocchia al suolo (è eseguibile Seoi Otoshi con un ginocchio al suolo).
- 4) Le azioni che nascono in Tachi Waza e finiscono al suolo sono da considerarsi valide (es: la tecnica che parte dalla posizione in piedi e finisce al suolo a causa della perdita di equilibrio da parte di Tori o a causa della difesa da parte di Uke).
- 5) In Ne Waza **si potrà** eseguire Hon Kesa Gatame.

**Motivazione** : Hon Kesa Gatame è una tecnica fondamentale del Judo in Ne Waza. Nella sua applicazione l'immobilizzazione non prevede il solo "avvolgimento" del collo di Uke e pertanto essendo coinvolta anche la spalla non crea nessun pericolo.

- 6) Sono in vigore le sanzioni di **Shido 1**, **Shido 2** e **Hansoku Make**, come nel regolamento degli agonisti. la prima sanzione sarà preceduta da un avvertimento verbale da parte dell'arbitro.
- 7) Il tempo di gara è di 2 minuti **effettivi**, con Golden Score di 30 sec. Nel caso in cui l'incontro sia in parità anche alla fine del Golden Score, la vittoria viene attribuita a chi presenta meno penalità sul tabellone o, a parità di sanzioni, per giudizio arbitrale L'Osaekomi da 10 a 19 sec. è Waza Ari, 20 sec. Ippon.
- 8) Durante la gara è permesso utilizzare, anche per la classe maschile, una maglietta sotto il judogi (**esclusivamente di colore bianco**).
- 9) Anche per i maschi il peso si può effettuare con pantalone del judogi e maglietta (come per le femmine) con una tolleranza di 500 g.
- 10) Le categorie di peso M/F sono : 24-27-30-33-36-40-45-50-55-60-+60.

**Come da programma sperimentale Federale gli incontri verranno arbitrati da Aspiranti Arbitri che abbiano compiuto il 16° anno di età.**