

## **HISTOIRE DU JUDO :**

Le judo (littéralement voie de la souplesse) est un art martial et un sport de combat d'origine japonaise, fondé par Jigoro Kano en 1882. Il se compose pour l'essentiel de techniques de projection, de contrôle au sol, d'étranglements et de clefs.

Le lieu où l'on pratique le judo s'appelle le dojo (littéralement lieu d'étude de la voie). Les pratiquants (les judokas) portent une tenue en coton renforcée appelée judogi. Le judogi est généralement blanc, mais pour faciliter la distinction entre les combattants dans les compétitions, un judoka peut avoir un judogi bleu à tous les niveaux de compétitions (si le judoka n'a pas de judogi bleu, la distinction se fera à l'aide de ceinture rouge ou blanche). Pour les compétitions à partir du niveau national, l'un des deux judokas doit revêtir un judogi bleu. Le judo se pratique pieds nus sur un tatami. Le judo est un sport olympique.

Le souhait de Jigoro Kano, son fondateur, était de populariser une méthode visant à mieux utiliser ses ressources physiques et mentales en prenant comme point de départ le ju-jitsu des écoles tenshin shinyo ryu et kito ryu qu'il avait pratiqué durant 6 années. La légende dit qu'il découvrit les principes du judo lors d'un hiver rigoureux, en remarquant que les branches du cerisier réagissaient différemment sous le poids de la neige abondante. Les plus grosses cassaient alors que les plus souples pliaient et se débarrassaient de « l'agresseur » avec souplesse. La voie de la souplesse était née.

La « légende », dans sa simplicité, n'est pas éloignée du souhait initial de populariser une méthode visant à mieux utiliser ses ressources physiques et mentales. Jigoro Kano avait conscience que le Ju-jitsu tel qu'il était pratiqué n'était plus adapté à l'époque moderne. Les techniques étaient parfois très dangereuses à apprendre et la plupart des maîtres étaient soit incompetents pédagogiquement ou enseignaient un ju-jitsu décadent et inefficace. En s'inspirant des méthodes de différentes gymnastiques occidentales, Jigoro Kano décida d'expurger du ju-jitsu les mouvements dangereux et de codifier

les techniques restantes afin de faciliter l'enseignement sous formes de kata. Il était évident que l'art de la souplesse, débarrassé de sa vocation guerrière, n'était plus du ju-jitsu, mais un nouvel art martial à vocation callisthénique. Le Judo était né.

Le judo connut un succès qui s'étendit largement au-delà des frontières japonaises et contribua largement à populariser les arts martiaux japonais, tout en entraînant la confusion entre art martial et sport de combat. Ainsi, le judo des origines s'orienta de plus en plus vers l'aspect sportif lorsque les champions du Kodokan eurent définitivement battu la plupart des écoles de Ju-jitsu au cours de combats organisés. Le pouvoir économique du Kodokan était ainsi définitivement installé dans le monde des arts martiaux japonais.

Il est devenu officiellement discipline olympique lors des Jeux de Tôkyô en 1964. Le judo féminin a fait son entrée dans le programme olympique aux Jeux de Séoul en 1988 comme sport de démonstration avant d'être définitivement accepté à partir des Jeux de Barcelone en 1992. En 2006, la Fédération Internationale de Judo compte 189 pays membres.

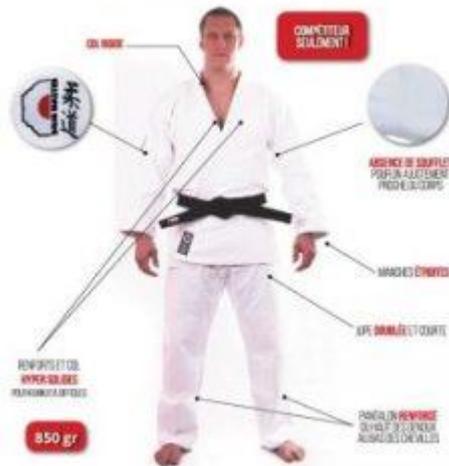
## **LE CODE D'HONNEUR DU JUDOKA**

Au judo, les valeurs morales sont plus importantes que la technique elle-même. C'est un mode de vie. Tout en développant des qualités physiques, il met aussi en valeur des qualités psychologiques et sociales. Ces valeurs inculquent au Judoka l'accueil positif des obstacles et défis qui se présentent à lui tout au long de sa vie.

- La politesse : respect d'autrui, du matériel et de soi.
- Le courage : faire ce qui est juste.
- La sincérité : s'exprimer sans déguiser sa pensée.
- L'honneur : être fidèle à la parole donnée.
- La modestie : parler de soi-même sans orgueil.
- Le respect : sans respect aucune confiance ne peut naître.
- Le contrôle de soi : savoir se taire lorsque monte sa colère.
- L'amitié : le plus pur et le plus fort des sentiments humains.

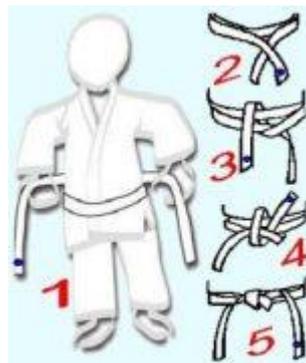


soigné. La veste est tenue par une ceinture dont la couleur désigne le grade du judoka.



La technique de nœud pour une bonne tenue de la veste s’acquière au fil des pratiques. Les hommes sont torse nu sous leur veste alors que les femmes portent un tee-shirt blanc.

Le Judo se pratique pieds nus. En dehors du tatami, une paire de sandales japonaises, les ZOORI est généralement utilisée. Cet élément n’est cependant pas du tout obligatoire : une sandale quelconque est suffisante actuellement.



## RITUELS : SALUTS

Le salut est de rigueur à chaque accès et sortie du TATAMI. Le Judoka a le devoir de saluer son professeur, d’abord à genoux puis debout, avant le cours et à la fin du cours. Les saluts sont les marques

la plus visibles du respect qui régit le judo. Ce salut signifie la dignité et la paix intérieure avant comme après le combat. Il annonce aussi le respect des règles ainsi que la droiture et la sincérité. Le judoka devrait saluer lentement, gravement et faire en sorte de montrer le respect à celui qu'il salue. Il en existe plusieurs :

**Ritsurei** – salut debout : On salue en pliant le haut du corps à 30°, les talons joints, le regard en avant, les mains sur la face externe des cuisses. On reste trois secondes avant de se redresser. Ce salut s'adresse au partenaire.

**Zarei** – salut à genoux : À partir de la position debout, le judoka se met à genoux en posant d'abord le genou gauche puis celui de droite. Il y a un écart entre le genou gauche et droit. Le judoka s'assied sur ses talons, salue et se relève d'abord avec le pied droit. Ce salut se place au début et à la fin d'un cours collectif, dans les **kata** et le travail au sol (**Ne-waza**) et s'adresse au partenaire.

## LES MOTS CLÉS :

**Dojo** : lieu où se pratique le judo.

**Hajime** : commencez.

**Judo** : voie de la souplesse.

**Judogi** : tenue de judo.

**Judoka** : celui ou celle qui pratique le judo.

**Kata** : suite de techniques prédéterminées.

**Kumi Kata** : façon de saisir le judogi du partenaire.

**Matte** : attendez.

**Nage Waza** : techniques de projection.

**Ne Waza** : techniques au sol.

**Osae Komi Waza** : techniques d'immobilisation.

**Randori** : exercice libre.

**Rei** : salut.

**Sensei** : professeur.

**Shiai** : compétition.

**Sore Made** : c'est terminé.

**Tatami** : tapis de judo.

Tori : celui qui attaque.

Uchi komi : répétition d'une même technique sur un partenaire.

Uke : celui qui subit l'attaque.

Ukemi : l'art de chuter.

Zoori : sandales pour circuler hors des tatami.

# REFEREEING RULES 2014-16

ARTICLE 1 – SURFACE DE COMPÉTITION	2
ARTICLE 2 – EQUIPEMENT	4
ARTICLE 3 – TENUE DU JUDOKA (JUDOGI)	6
ARTICLE 4 – HYGIÈNE	7
ARTICLE 5 – ARBITRES ET OFFICIELS	7
ARTICLE 6 - POSITION ET FONCTION DE L'ARBITRE CENTRAL	9
ARTICLE 7 - POSITION ET FONCTION DES ARBITRES DE TABLE	10
ARTICLE 8 – GESTES	11
ARTICLE 9 – LIEUX (SURFACES AUTORISÉES)	18
ARTICLE 10 – DURÉE DE COMBAT	19
ARTICLE 11 – INTERRUPTION DU TEMPS / SONO-MAMA / MATE	19
ARTICLE 12 – SIGNAL SONORE DE LA FIN DU TEMPS DE COMBAT	19
ARTICLE 13 – TEMPS DE L'OSA EKOMI	20
ARTICLE 14 - TECHNIQUE COINCIDENT AVEC LE SIGNAL SONORE DE LA FIN DU TEMPS DE COMBAT	20
ARTICLE 15 – DÉBUT DU COMBAT	20
ARTICLE 16 – ENTRÉES/LIAISON EN NE-WAZA	23
ARTICLE 17 - APPLICATION DU MATE	24
ARTICLE 18 - SONO-MAMA	25
ARTICLE 19 – FIN DU COMBAT	26
ARTICLE 20 - IPPON	29
ARTICLE 21 - WAZA-ARI-AWASETE-IPPON	29
ARTICLE 22 – PAS DE CONTENU	29
ARTICLE 23 - WAZA-ARI	30
ARTICLE 24 - YUKO	30
ARTICLE 25 – SANS CONTENU	30
ARTICLE 26 - OSA EKOMI-WAZA	31
ARTICLE 27 – ACTES INTERDIS ET PÉNALITÉS	32
ARTICLE 28 – FORFAIT ET ABANDON	38
ARTICLE 29 – BLESSURE, MALADIE OU ACCIDENT	38
ARTICLE 30 - SITUATIONS NON DÉFINIES PAR LES RÈGLES	42
GLOSSAIRE DES TERMES JAPONAIS	43

## **Article 1 – Surface de compétition**

La surface de compétition sera au minimum de 14m x 14m et devra être couverte par des tatami ou du matériel similaire acceptable.

La surface de compétition sera divisée en (2) zones.

L'intérieur de la surface sera appelée « surface de combat » et sera toujours au minimum de 8m x 8m ou au maximum de 10m x 10m.

L'extérieur de la surface sera appelée « surface de sécurité » et sera de 3m de large minimum

La surface de combat sera d'une couleur différente de la surface de sécurité, et doit maintenir un contraste suffisant pour éviter des situations trompeuses en bordure.

Les couleurs recommandées ont été approuvées par l'IJF.

La surface de compétition doit être fixée à un plancher résistant ou une plateforme. (Voir annexe).

Quand est utilisé deux (2) surfaces, ou plus, de compétitions attenantes, la surface commune ou partagée de sécurité devra être de 4 mètres.

Une surface libre, d'un minimum de 50cm doit être maintenu autour de la surface entière de compétition.

### **ANNEXE Article 1 – Surface de Compétition**

Pour les Jeux Olympiques, Championnats du Monde et Masters la surface de combat doit être de 10 x 10m avec 4 mètres minimum de surface de sécurité.

Recommandé pour les championnats continentaux.

### **Tatamis**

Devront mesurer 1m x 2m, ou 1m x 1m, faits d'une mousse compacte.

Ils doivent être ferme sous le pied, être propre et absorber les chocs durant les chutes et non être glissant ou trop rugueux.

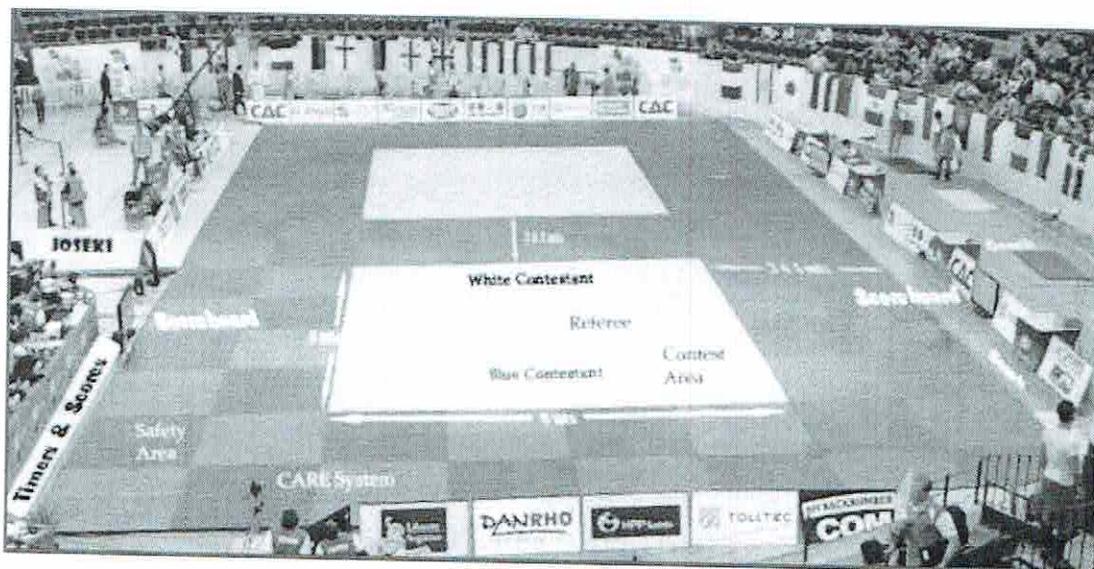
Les éléments composant la surface de compétition doivent être alignés sans espace entre pour que la surface soit lisse et fixée d'une telle façon qu'ils ne puissent pas bouger.

Les spécifications techniques à propos des tatamis sont indiquées en Annexe 6 des règles de l'IJF concernant les Tatami», dans le document sur les règles sportives et d'organisation de la Fédération Internationale de Judo sportives et d'organisation (Sports and Organization Rules, hereafter SOR).

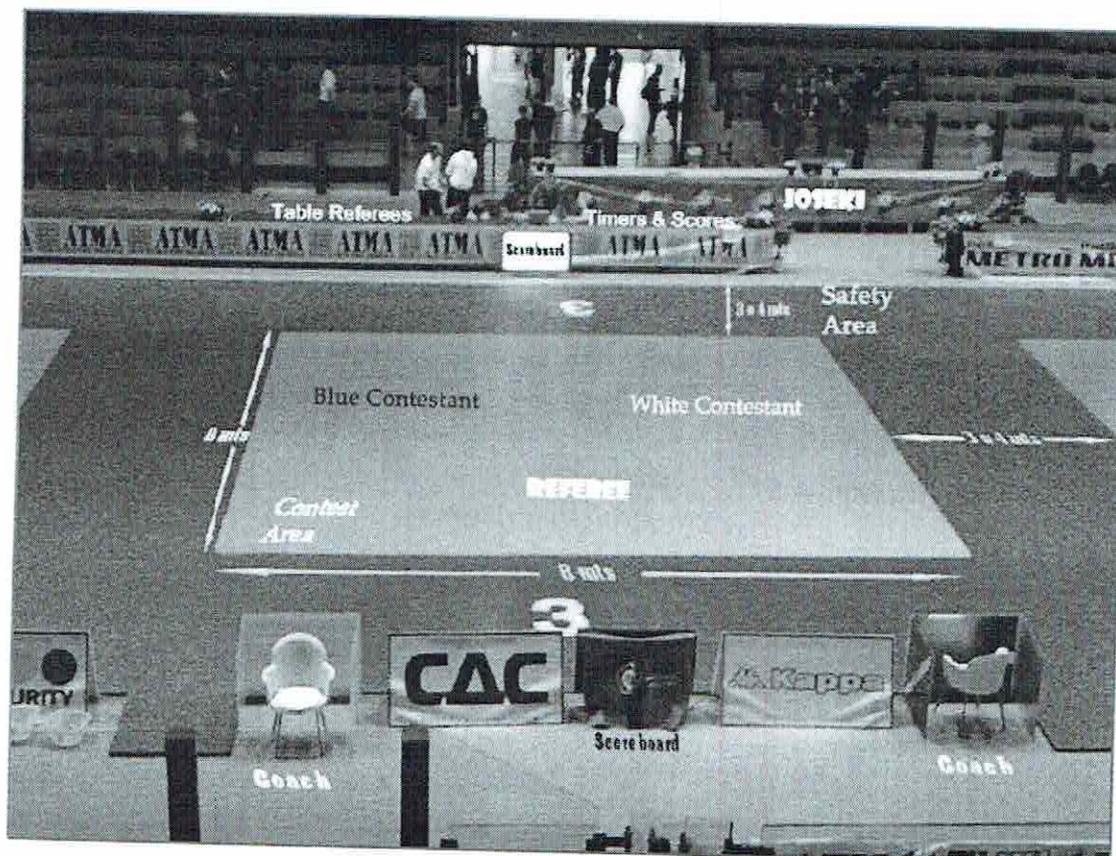
### **Plateforme**

La plateforme est optionnelle et doit être solidement faite de bois, en ayant toujours une certaine résistance et mesurer approximativement 18m x 18m et pas plus d'un mètre de hauteur (généralement 50cm ou moins). (Quand une plateforme est utilisée, il est recommandé que la surface de sécurité fasse au minimum 4m de large tout autour de la surface de compétition).

< SURFACE DE COMPETITION >



< SURFACE DE COMBAT >



## Article 2 – Equipement

### a) Tableaux d'affichage

Pour chaque surface de compétition il y aura deux (2) tableaux d'affichage, qui indiquent les scores horizontalement, placés en dehors de la surface de compétition et qui peuvent être facilement vus par les arbitres, les membres de la Commission, les officiels et les spectateurs.

Les tableaux d'affichage doivent avoir un dispositif qui indique les pénalités recues par les combattants (Voir exemple en annexe).

Quand les tableaux d'affichage électroniques sont utilisés, les tableaux d'affichage manuels doivent être disponibles en réserve. (voir annexe).

### b) Chronomètres

Il y aura avoir des chronomètres manuels à disposition :

Durée du combat	un (1)
Osaekomi	deux (2)
En réserve	un (1)

Lorsque les tableaux d'affichage électroniques sont utilisés, des chronomètres manuels doivent également être utilisés pour vérifier l'exactitude (voir annexe).

### c) Drapeaux (Chronométreurs)

Les chronométreurs devront utiliser les drapeaux suivants :

Jaune	Interruption du temps
Vert	Durée de l'osaekomi

Il ne sera pas nécessaire d'utiliser les drapeaux jaune et vert lorsqu'un panneau lumineux électronique montre le temps de combat et la durée de l'osaekomi qui est en cours. Cependant, ces drapeaux doivent être disponibles en réserve.

### d) Signal du temps

Il devra y avoir une cloche ou un dispositif sonore semblable pour indiquer à l'arbitre la fin du temps imparti au combat.

### e) Judogi blanc et bleu

Le combattant devra porter un judogi blanc ou bleu. (Le premier appelé devra porter un judogi blanc ; le second devra porter un judogi bleu).

## ANNEXE Article 2 - Equipement

### Position des personnes qui contrôlent le tableau d'affichage / Des transcripteurs de résultats / Des chronométreurs

Les transcripteurs de résultats, les personnes qui contrôlent le tableau d'affichage et les chronométreurs doivent être en face de l'arbitre central.

### Distance des spectateurs

En général les spectateurs ne doivent pas être autorisés à moins de 3 m de la surface de compétition (ou plateforme).

### Chronomètres et tableaux d'affichage

Les chronomètres doivent être accessibles aux personnes chargées de leur maintenance et ils doivent être vérifiés régulièrement pour assurer l'exactitude au début et pendant la compétition. Les tableaux d'affichage doivent respecter les normes établies par la FIJ et devront être à la disposition des arbitres, si nécessaire.

Les chronomètres manuels doivent être utilisés simultanément avec l'équipement électronique, en cas de panne. Les tableaux indicateurs manuels doivent être disponibles en réserve.

### Tableau d'affichage manuel



EXEMPLE:

Le blanc a marqué Waza-Ari et a été également pénalisé par un (1) shido.

### Tableau d'affichage électronique



EXEMPLE:

Le blanc a marqué Waza-Ari et a été également pénalisé par deux (2) shido. Le bleu a marqué un (1) yuko.

### Article 3 – Tenue du Judoka (Judogi)

Les combattants devront porter un judogi complet répondant aux conditions suivantes :  
Le jour de la compétition, les combattants doivent être en conformité avec le règlement relatif au judogi en vigueur à la date de la compétition.

Document de référence : Règlement du Judogi

Ce document est accessible sur le site de l'IJF (DOCUMENTS ->ADMINISTRATIVE).

Le jour de la compétition, les combattants doivent être en conformité avec le référentiel sur le contrôle du judogi pendant les compétitions de l'IJF en vigueur à la date de la compétition.

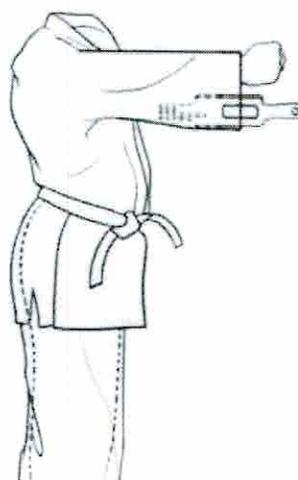
Site de l'IJF (DOCUMENTS -> EDUCATION & COACHING COMMISSION).

Toutes les informations sont dans le « règlement du judogi » et le « référentiel sur le contrôle du judogi pendant les compétitions IJF ».

MODIFICATIONS du règlement du Judogi. (Applicable au 01 Janvier 2014).

#### 1/ La manche

Les manches du judogi doivent couvrir l'ensemble du bras, poignet inclus, dans la position de contrôle de la veste du judogi (bras tendus).



#### 2/ La veste

La distance horizontale entre les 2 revers de la veste, doit être au minimum de 20 cm.

La distance verticale entre le haut du sternum et le point de croisement de la veste doit être d'au moins 10 cm.



## **Article 4 – Hygiène**

- 1.- Le judogi devra être propre, sec et sans odeur désagréable.
- 2.- Les ongles des pieds et des mains devront être coupés courts.
- 3.- L'hygiène corporelle du combattant devra être irréprochable.
- 4.- Les cheveux longs devront être attachés au moyen d'un élastique ou d'un matériel semblable sans avoir de composants rigides ou en métal. La tête ne devra pas être recouverte excepté par un bandage à caractère médical.
- 5.- Tout combattant qui ne veut pas se conformer aux conditions des articles 3 et 4 se verra refuser le droit de combattre et son adversaire gagnera le combat conformément à l'article 26 de ce règlement, par Fusen-gachi, si le combat n'a pas encore commencé, ou par Kiken-gachi, si le combat a déjà commencé, selon la règle de « la majorité des trois ».

## **Article 5 – Arbitres et officiels**

En règle générale, le combat sera dirigé par trois arbitres de nationalités différentes des deux athlètes qui combattent.

L'arbitre sur le tapis est en contact par un système de radio-communication avec les deux arbitres de table du tapis, aidés par le système vidéo « Care » et supervisés par la Commission d'arbitrage.

Un système de rotation pour les arbitres sera mis en place pour assurer la neutralité.

Les arbitres devront être assistés par les responsables du tableau d'affichage, les chronométreurs et les transpositeurs de résultats.

La tenue de l'arbitre devra être conforme au code vestimentaire de l'organisation.

Les membres de la commission d'arbitrage qui peuvent éventuellement intervenir, sont en reliés avec le système « Care » et doivent être en liaison avec les arbitres via les oreillettes. Cette procédure est précisée à l'article 19.6.

## ANNEXE Article 5 – Arbitres et Officiels

Le comité d'organisation devra s'assurer que les chronométreurs, les transpositeurs de résultats et les responsables des tableaux d'affichage ainsi que les autres aides techniques aient été correctement formés.

Il y aura un minimum de deux (2) chronométreurs; un pour enregistrer le temps de combat réel et un spécialement pour le temps d'Osaekomi.

Si possible, il devra y avoir une troisième personne pour superviser les deux (2) chronométreurs afin d'éviter toutes fautes dû aux erreurs ou au manque d'attention.

Le chronométreur général (temps de combat réel) devra mettre en marche le chronomètre en entendant l'annonce de Hajime ou de Yoshi et devra l'arrêter en entendant l'annonce de Mate ou de Sono-mama.

Le chronométreur pour l'Osaekomi devra mettre en marche le chronomètre en entendant Osaekomi, l'arrête à Sono-mama, et le devra le remettre en marche en entendant Yoshi. A l'annonce de Toketa ou Mate, il devra arrêter le chronomètre et indique à l'arbitre le nombre de secondes qui se sont écoulées.

A la fin du temps de l'Osaekomi (20 secondes ou 15 secondes si le combattant concerné a déjà Waza-Ari) il devra indiquer la fin de l'Osaekomi au moyen d'un signal sonore.

Le chronométreur de l'Osaekomi devra lever le drapeau vert chaque fois qu'il met en marche le chronomètre en entendant l'annonce et en voyant le signal de l'Osaekomi ou de Yoshi. Il devra abaisser ce drapeau quand il arrête le chronomètre en entendant Toketa, Mate ou Sono-Mama, ou à la fin du temps de l'Osaekomi.

Le chronométreur général (temps de combat réel) devra lever le drapeau jaune chaque fois qu'il arrête le chronomètre en entendant l'annonce et en voyant le signal de Mate ou Sono Mama et devra abaisser ce drapeau quand il remet en marche le chronomètre en entendant Hajime ou Yoshi.

Quand le temps défini pour le combat est expiré, le chronométreur devra informer l'arbitre de ce fait par un signal clairement audible (voir les articles 10, 11 et 12 des règles d'arbitrage).

Le responsable du tableau d'affichage doit connaître les gestes et les annonces de l'arbitre, de sorte qu'il puisse exactement indiquer l'évolution et les résultats du combat.

En plus des personnes ci-dessus il devra y avoir un transpositeur des résultats pour enregistrer la progression des combats.

Si des systèmes électroniques sont utilisés, le procédé devra être identique à celui décrit ci-dessus.

Cependant, des chronomètres manuels doivent également être utilisés en simultané avec l'équipement électronique pour en assurer l'exactitude et un tableau d'affichage manuel doit être disponible en réserve.

## **Article 6 - Position et fonction de l'arbitre central**

L'arbitre devra rester généralement sur la surface de combat. Il devra diriger le combat et donner les décisions. Il devra s'assurer que les décisions sont correctement enregistrées.

### **ANNEXE Article 6 - Position et fonction de l'arbitre central**

L'arbitre central devra s'assurer, avant que le combat commence, que tout est en ordre, comme par exemple : la surface de compétition, l'équipement, les judogi, l'hygiène, les officiels techniques etc.

Le combattant portant le Judogi bleu est à la gauche de l'arbitre et le combattant portant le Judogi blanc est à la droite de l'arbitre.

Dans le cas où les deux combattants sont en Newaza et combattent à l'extérieur, l'arbitre peut observer l'action depuis la surface de sécurité.

Avant d'arbitrer un combat, les arbitres devront se familiariser avec : le bruit de la cloche ou d'autres moyens sonores qui indiquent la fin du combat sur leur propre Tatami, ou la position du docteur ou de l'assistance médicale. En contrôlant la surface de compétition l'arbitre devra s'assurer que la surface du tapis est propre et en bon état, qu'il n'y a aucun espace entre les Tatami, et que les combattants se conforment aux articles 3 et 4 des règles d'arbitrage.

L'arbitre devra s'assurer qu'il n'y a aucun spectateur, supporter ou photographe dans une position pouvant nuire ou causer un risque de blessures aux combattants.

L'arbitre devra quitter la surface de compétition pendant les cérémonies ou tout retard prolongé dans le programme.

## **Article 7 - Position et fonction des arbitres de table**

Deux arbitres seront placés à la table du tapis où ils vont arbitrer avec l'arbitre central, reliés par des oreillettes et seront aidés par le système vidéo « Care » selon la règle de la « majorité des trois ».

Si un arbitre de table voit que le tableau d'affichage est incorrect, il devra attirer l'attention de l'arbitre central sur l'erreur.

L'arbitre de table ne devra pas anticiper le signal de l'arbitre central pour les valeurs.

Les arbitres de table devront quitter la surface de compétition pendant les cérémonies ou tout retard prolongé dans le programme.

Si un combattant doit changer une partie de son Judogi en dehors de la surface de compétition ou doit quitter temporairement celle-ci après que le combat soit débuté pour une raison jugée nécessaire par l'arbitre central, et autorisé uniquement dans des circonstances exceptionnelles, un arbitre de table doit obligatoirement accompagner le combattant pour vérifier qu'aucune anomalie ne se produise.

Dans le cas où les arbitres de table ne sont pas du même sexe que le combattant, un officiel devra être désigné par le directeur de l'arbitrage pour remplacer l'arbitre de table et accompagner le combattant.

## Article 8 – Gestes

### L'arbitre

L'arbitre central devra faire les gestes indiqués ci-dessous pour les actions suivantes :

- 1) Ippon : devra lever un bras bien au-dessus de sa tête avec la paume de main vers l'avant.
- 2) Waza-ari : devra lever un bras avec la paume de main vers le bas, latéralement, à hauteur de l'épaule.
- 3) Waza-ari-awasete-ippou : Premier geste, celui de Waza-Ari, puis second geste celui du ippou.
- 4) Yuko : devra lever un bras latéralement, avec la paume de main en bas à 45 degrés de son corps.
- 5) Osaekomi : devra tendre un bras vers le bas en l'écartant de son corps en direction des combattants tout en faisant face à eux et en penchant son corps vers eux.
- 6) Toketa : Devra lever un bras tendu vers l'avant et l'agiter rapidement de droite à gauche deux ou trois fois tout en penchant son corps vers les combattants.
- 7) Hikiwake : devra lever un bras tendu vers le haut et l'abaisser devant son corps (avec le pouce vers le haut) en le maintenant horizontalement un moment.  
(Voir annexe).
- 8) Mate : Devra lever un bras à hauteur de son épaule parallèlement au tatami, paume de la main avec les doigts vers le haut en direction du chronométrateur.
- 9) Sono-mama : devra se pencher en avant et toucher les deux combattants avec les paumes de mains.
- 10) Yoshi : Devra toucher fermement les deux combattants avec les paumes de mains et exercer une pression sur eux.
- 11) Pour indiquer l'annulation d'une opinion exprimée : devra répéter le même geste tout en levant l'autre main au-dessus de la tête en l'agitant de droite à gauche deux ou trois fois.
- 12) Pour indiquer le vainqueur d'un combat : devra lever le bras, tendu, paume vers l'intérieur, au-dessus du niveau de l'épaule en direction du vainqueur.
- 13) Pour demander au(x) combattant(s) de rajuster leur Judogi : devra croiser la main gauche sur la main droite, paumes vers l'intérieur, à la hauteur de la ceinture.
- 14) Pour appeler le docteur : face à la table médicale, devra lever la main (paume vers le haut) en direction de la table médicale, puis vers le combattant blessé.
- 15) Pour attribuer une pénalité (Shido, Hansoku-make) : Devra pointer avec l'index tendu, poing fermé, le combattant à pénaliser.
- 16) Non-combativité : devra tourner vers l'avant les avant-bras à hauteur de la poitrine (moulinette), puis pointer avec l'index le combattant à pénaliser.
- 17) Fausse attaque : devra tendre les deux bras en avant, poings fermés en faisant une action de haut en bas.

## ANNEXE Article 8 - Gestes

En cas de confusion, l'arbitre peut, après avoir effectué un geste officiel, désigner le combattant bleu ou blanc (ou sa position de salut) pour indiquer quel combattant a marqué ou a été pénalisé.

En cas d'interruption prolongée pendant le combat, l'arbitre peut indiquer au combattant qu'il peut s'asseoir les jambes croisées à sa position de salut en effectuant un geste, main ouverte, paume vers le haut.

Les gestes de Yuko et de Waza-Ari devront démarrer avec le bras en travers de la poitrine, puis de côté pour avoir la position finale correcte.

Les gestes de Yuko et Waza-Ari devront être maintenus lorsque l'arbitre se déplace pour s'assurer que les valeurs sont clairement visibles pour les arbitres de table et les officiels. Il devra veiller à garder les combattants en vue, lors de son déplacement.

7) Le geste de Hikiwake s'applique seulement aux compétitions en poule.

Si les deux combattants ont reçu une pénalité, l'arbitre devra faire le geste approprié en désignant alternativement les deux combattants (index gauche pour le combattant à sa gauche et index droit pour le combattant à sa droite).

Dans le cas d'un geste de rectification, il devra se faire aussi rapidement que possible après avoir effectué le geste d'annulation.

Il ne devra y avoir aucune annonce verbale pour annuler une opinion exprimée.

Tous les gestes devront être maintenus pendant 3 à 5 secondes.

Pour désigner le vainqueur, l'arbitre devra revenir à sa position de début de combat, faire un pas en avant, indiquer le vainqueur puis reculer d'un pas.

ANNEXE Article 8 – Gestes



SALUT EN ENTRANT ET EN SORTANT DU TATAMI



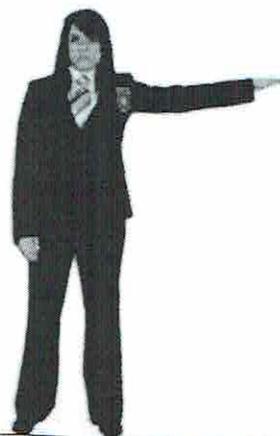
POSITION AVANT LE COMBAT



INVITER LES COMBATTANTS A ENTRER SUR LE TATAMI



IPPON



WAZA-ARI



WAZA-ARI-AWASETE-IPPON



YUKO

ANNEXE Article 8 – Gestes



OSAEKOMI



TOKETA



MATE



MATE



SONO-MAMA ⇔ YOSHI



AJUSTER LE JUDOGI

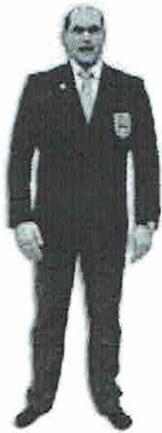


POUR ANNULER UNE OPINION  
EXPRIMEE



NON VALABLE

ANNEXE Article 8 – Gestes



HAJIME ⇔ SORE-MADE



KACHI



DONNER UNE PENALITE



NON COMBATIVITE



FAUSSE ATTAQUE



APPELER LE MEDECIN



PENALITE POUR ATTITUDE DEFENSIVE



PENALITE POUR GARDE CROISEE



PENALITE POUR REFUS DE KUMIKATA (protection du revers)

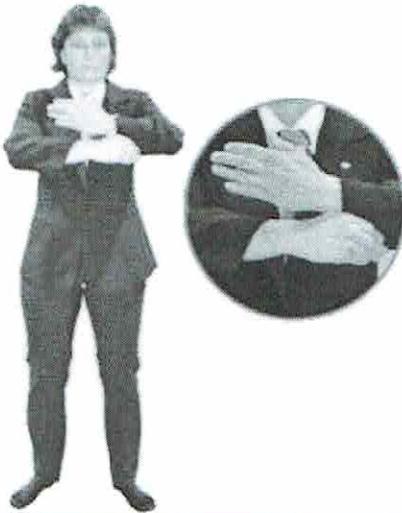
ANNEXE Article 8 – Gestes



SHIDO POUR SORTIE DE TAPIS



LEVEZ-VOUS



PENALITE POUR PRISE  
« PISTOLET »



PENALITE POUR DOIGTS A  
L'INTERIEUR DE LA MANCHE



PENALITE POUR SAISIE DE  
JAMBES



ATTRIBUER UNE  
PENALITE



PENALITE POUR SORTIE  
DE TAPIS

ANNEXE Article 8 – Gestes



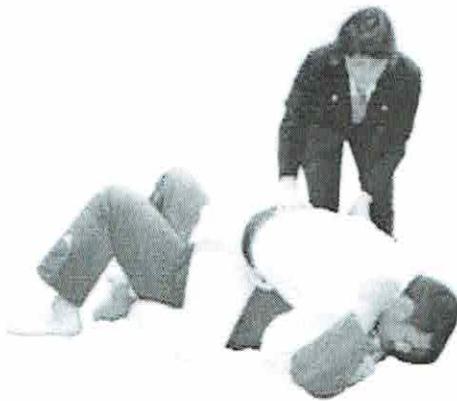
LEVEZ VOUS



OSA KOMI



TOKETA



SONO-MAMA ⇔ YOSHI



APPELER LE MEDECIN



POUR ANNULER UNE OPINION  
EXPRIMEE



FAUSSE ATTAQUE



KACHI ⇔ VAINQUEUR

## Article 9 – Lieux (surfaces autorisées)

Le combat devra se dérouler sur la surface réservée au combat. Une action de projection doit démarrer lorsque les deux combattants sont à l'intérieur de la surface de combat ou au moins, lorsque Tori est en contact avec celle-ci. Toute technique appliquée quand les deux combattants sont en dehors de la surface de compétition ne devra pas être comptabilisée.

Toutes les actions sont valables et peuvent continuer (pas de Mate) tant qu'une partie du corps d'un des deux combattants touche la surface de combat.

### Exceptions :

- a) Quand une projection est commencée avec seulement un point de contact, sur la surface de combat, de la part d'un des deux combattants et que durant l'action les deux combattants se déplacent à l'extérieur, l'action peut être comptabilisée si cette action est en continue et non-interrompue.

De même, toute contre-attaque immédiate par le combattant qui n'est pas en contact avec la surface de combat quand l'action de projection a commencé peut être comptabilisée si elle est continue et non interrompue.

Similarly, any immediate counter technique by the player who was not in contact

- b) En Ne Waza, l'action est valable et peut continuer en dehors de la surface de combat si l'Osaekomi a été annoncée à l'intérieur.
- c) Si l'action de projection se termine en dehors de la surface de combat et qu'immédiatement un des combattants applique Osaekomi, Shime-waza ou Kansetsu-waza, cette technique devra être considérée comme valable.  
Si pendant le Ne-waza, Uke prend le contrôle avec une des techniques nommées ci-dessus en continuité, elle est également valable.

Un Kansetsu-waza et un Shime-waza démarrés à l'intérieur de la surface de compétition et reconnus comme efficaces, peuvent être maintenus, même si les combattants sont en dehors de la surface de combat.

### ANNEXE Article 9 - Lieux (surfaces autorisées)

Une fois le combat démarré, les combattants peuvent quitter la surface de compétition seulement avec la permission de l'arbitre. La permission sera donnée seulement dans des circonstances exceptionnelles, telles que la nécessité de changer un Judogi, qui a été endommagé ou sali.

## Article 10 – Durée de combat

1.- La durée et l'organisation des combats devront être déterminés en accord avec les règles du tournoi.

Pour tout les championnats se déroulant sous la responsabilité de la FIJ, la durée des combats et des temps de repos entre les combats feront référence à ceux indiqués dans les règles du SOR.

Ce règlement fournira des conseils et recommandations à suivre, à la fois pour les championnats nationaux que pour les autres tournois officiels.

Senior masculins / équipe :	5 minutes effectives de combat
Senior féminine / équipe :	4 minutes effectives de combat
Junior moins de 21 masculins et féminines / équipe :	4 minutes effectives de combat
Cadet moins de 18 masculins et féminines / équipe:	4 minutes effectives de combat

2.- Tout combattant a le droit à 10 minutes de repos entre les combats.

3.- L'arbitre devra connaître la durée des combats avant d'entrer sur la surface de compétition.

4.- L'âge minimum requis pour participer aux compétitions officielles de la FIJ est de 15 ans, comme indiqué dans le SOR.

## Article 11 – Interruption du temps / Sono-Mama / Mate

Le temps écoulé entre l'annonce du Mate et Hajime et entre Sono-mama et Yoshi par l'arbitre ne devra pas compter dans la durée du combat.

## Article 12 – Signal sonore de la fin du temps de combat

La fin du temps imparti pour le combat devra être indiqué à l'arbitre par la sonnerie d'une cloche ou tout autre signal sonore semblable.

### ANNEXE Article 12 – Signal du temps

Quand plusieurs surfaces de compétition sont utilisées en même temps, l'utilisation de différents signaux sonores est exigée.

Le signal de temps doit être suffisamment fort pour être entendu par delà le bruit des spectateurs.

## **Article 13 – Temps de l'osaekomi**

1.- Equivalences.

- a) Ippon: Total de 20 secondes
- b) Waza-ari: 15 secondes et plus mais moins que 20 secondes.
- c) Yuko: 10 secondes et plus mais moins de 15 secondes.

2.- Osaekomi simultané avec le signal du temps de fin de combat

Quand l'Osaekomi est annoncé simultanément avec le signal de la cloche ou un dispositif sonore semblable indiquant la fin du temps imparti pour le combat, ou lorsque le temps restant est insuffisant jusqu'à la fin de l'Osaekomi, le temps de combat est prolongé jusqu'à ce que l'arbitre annonce Ippon (ou équivalence), Toketa ou Mate.

Pendant ce temps le combattant qui est pris en Osaekomi (Uke), peut contre attaquer en appliquant Shime-waza ou Kansetsu-waza. En cas d'abandon ou d'incapacité du combattant à tenir l'Osaekomi (Tori), celui qui est pris en Osaekomi (Uke) gagnera le combat par Ippon.

## **Article 14 - Technique coincident avec le signal sonore de la fin du temps de combat**

1.- Tout résultat immédiat d'une technique démarré simultanément avec le signal de temps de fin de combat sera valable.

2.- Bien qu'une technique de projection puisse être appliquée simultanément avec la cloche signalant la fin du combat, si l'arbitre décide que ce n'était pas efficace immédiatement, il devra annoncer Sore-made, sans qu'aucune valeur pour l'action ne soit comptabilisée.

3.- Toute technique appliquée après le retentissement de la cloche indiquant que le temps du combat a expiré ne devra pas être validé, même si l'arbitre n'a pas encore annoncé Sore-made.

4.- Dans le cas d'un Osaekomi annoncé simultanément avec le signal de fin de temps de combat, l'arbitre devra se conformer à l'article 13.2 du règlement.

## **Article 15 – Début du combat**

1.- L'arbitre central et les arbitres de table devront toujours être en place avant l'arrivée des combattants sur la surface de combat.

En compétition individuelle, l'arbitre central devra être au centre, 2m derrière la ligne où les combattants démarrent, et devra faire face aux chronométreurs. Les 2 autres arbitres seront assis à leur table respective.