

Konkurranseregler Jujutsu

Del 1 – Generelt

Reglene i dette dokumentet gjelder for nasjonale konkurranser. Reglene er diktert etter JJIF sine internasjonale konkurranseregler for Fighting og Duo.

Alle referanser til "han" i dette dokumentet skal tolkes som "han eller henne".

Del 2 – Påkledning¹

- a. Utøverne skal bruke en hel og ren hvit kvalitets jujutsu gi. Utøverne skal bruke rødt eller blått belte.
- b. Jakken skal være lang nok til å dekke hoftene og være knyttet rundt livet med beltet.
- c. Ermene skal være vide nok til å kunne gripe tak i og så lange at de dekker halve underarmen, men ikke håndleddene. Ermene kan ikke brettes opp
- d. Buksene skal være vide og lange nok til å dekke halve leggen. Buksene kan ikke brettes opp.
- e. Beltet skal knyttes med en firkantknote. Det skal knyttes stramt nok til å hindre at jakken glir opp. Beltet skal være langt nok til å gå to ganger rundt livet og lar det bli ca.15 cm lange ender igjen på hver side av knuten.
- f. Kvinnelige utøvere skal bruke en hvit T-skjorte eller sports-topp under Gien. Det er ikke tillatt for mannlige utøvere å bruke noe under Gien.
- g. Utøverne skal ha kortklippede finger- og tå negler
- h. Det er ikke tillatt å ha på seg noe som kan skade eller være til fare for motstanderen.
- i. Det er ikke tillatt å bruke briller. Kontaktlinser kan kun benyttes på egen risiko
- j. Langt hår må knyttes opp med en myk hårstrikk

Del 3 – Konkurranssområde²

- a. Konkurranssområdet skal være 12m x 12m og skal være dekket av jujutsu/judo tatami

¹ Hvis en utøver ikke følger disse reglene vil kampen ikke bli startet. Utøveren har anledning til å skifte eller skaffe seg det påkrevde antrekket eller utstyret og være tilbake på matten innen 2 minutter.

² Avstanden mellom Sekretariatet og konkurranssområdet skal være minst 2 meter. Avstanden mellom publikum og konkurranssområdet skal være minst 3 meter.

i godkjente farger, helst grønt og rødt.

- b. Konkurranssområde skal deles inn i 2 soner.
- c. Kampområdet skal alltid være 8m x 8m.
- d. Området utenfor kampområdet kalles sikkerhetsområde og skal være minst 2 m. bredt.
- e. Ved 2 eller flere konkurranssområder er det ikke tillatt å brukes felles sikkerhetsområdet.
- f. Det er tillatt i spesielle tilfeller³ å benytte konkurranssområder på 6m x 6 m.
- g. Det er tillatt i spesielle tilfeller⁴ å dele deler av sikkerhetsområdet men avstanden mellom de to kampområdene må være minst 3 meter.

Del 4 – Coacher

- a. Kun 1 coach kan oppholde seg på et tilvist område ved enden av konkurranssområdet, for å assistere sin utøver⁵.
- b. Hvis coachen utøver dårlig oppførsel mot utøverne, dommerne, publikum eller noen andre, kan MD bortvise coachen fra det offisielle området hans for resten av kampen.
- c. Hvis den dårlige oppførselen fortsetter kan dommerne bortvise coachen fra det offisielle området for resten av turneringen.

³ Minimum størrelsen på kampområdet er bare tillatt dersom størrelsen på sportshallen er for liten.

⁴ Deling av sikkerhetsområdet er bare tillatt dersom størrelsen på sportshallen er for liten.

⁵ Det er tillatt med en stol til coachen inntil konkurranssområdet.

JJIF – Fighting

Del 5 – Beskrivelse av Fighting-systemet

- a. I Fighting konkurrerer 2 utøvere mot hverandre med jujutsu teknikker.
- b. Fighting systemet består av 3 deler:
 - 1. Del 1: Slag- og sparkteknikker
 - 2. Del 2: Kast, fellinger, låser og stranguleringer
 - 3. Del 3: Bakketeknikker, låser og stranguleringer.Utøverne må være i bevegelse og gjøre teknikker før de kan fortsette over i neste del. En teknisk god utførelse er gyldig når utøveren viser teknikker i god balanse og med kontrollerte kombinasjoner⁶.
- c. Angrep i del 1 er begrenset til disse områdene; hodet, ansiktet, nakke, mage, bryst, rygg og side.
- d. Alle stranguleringer er tillatt unntatt med hender/fingre.
- e. Tiden pr. kamp er 3 minutter. MD sammen med SD må bestemme, etter å ha konsultert med BD, om den siste teknikken skjedde før eller etter at tiden på 3 minutter var ute.
- f. Når samme utøver er involvert i 2 etterfølgende kamper kan en hviletid på maks 5 minutter bli tillatt.

Del 6 – Utstyr/materiell

- a. Den som organiserer turneringen skal skaffe røde og blå belter, poengtavler, lister/protokoller, dommerarmbånd, førstehjelpsutstyr, lege og plass for dommere og teknisk komité.
- b. Utøverne skal ha myke/lette hansker og vrist-/leggbeskytter i samme farge som beltet (rødt eller blått)
- c. Beskyttelsesutstyret skal være av et mykt materiale og være minst 1 cm tykk med en øvre grense på 2 cm⁷.
- d. Beskyttelsesutstyret må være i riktig størrelse og i god stand.

⁶ Med kombinasjoner menes:

I del 1 må det gjøre kombinasjoner med slag og/eller spark.

I del 2 må utøverne være aktive og tydelig forsøke å kaste/felle motstanderen.

I del 3 må utøverne tydelig forsøke å skaffe seg god kontroll, eller tydelig forøke å komme seg ut av en holding.

Del 3 kan fortsetter så lenge det tydelig vises vilje til å kjempe og det er teknisk fremdrift. Dette gjelder så lenge det ikke kun er her kampen foregår.

⁷ Hvis en utøvers beskyttelsesutstyr ikke er i henhold til reglen vil han ikke få delta i kampen. Han skal i så fall få muligheten til å skifte utstyret innen 2 minutter. Han vil bli straffet med en "Shido" for å forsinke kampen.

- e. Det er tillatt å bruke susp og tannbeskytter. Kvinnelige utøvere kan bruke brystbeskytter.
- f. Vrist-/leggbeskytter, susp og brystbeskytter skal bruke under Gien.

Del 7 – Vektklasser

Følgende vektklasser benyttes i nasjonale-, åpne- og internasjonale stevner:

- Damer -48kg, -55kg, -62kg, -70kg, +70kg
- Herrer -55kg, -62kg, -69kg, -77kg, -85kg, -94kg, +94kg

Del 8 – Dommere⁸

- a. Mattedommer (MD) skal befinne seg innenfor kampområdet og ha ansvaret for gjennomføringen av kampen.
- b. De 2 sidedommerne (SD) skal assistere MD og skal bevege seg i sikkerhetsområdet. SD plasserer seg best mulig slik at de til enhver tid kan se kampen og best kan gi poeng.
- c. Borddommer (BD) er ansvarlig for sekretariatet. Han er ansvarlig for at poeng og straff blir tildelt samtidig som han informerer MD om kamp-/Osakomi-/skadetiden.
- d. Det kan benyttes 2 BD i finaler hvis antall av dommere tillater dette og hvis det kan gjennomføres i alle finalene i turneringen.

Del 9 – Sekretariatet

- a. Sekretariatet skal plasseres på motsatt side av MD i begynnelsen av kampen.
- b. Sekretariatet skal bestå av 2 protokollførere av poeng og en tidtaker.
- c. Den ene protokollføreren noterer poeng elektronisk og den andre noterer poeng manuelt på et ark.
- d. Hvis det er differanse på poeng ved kampslutt, så er det det manuelle arket som er det gjeldende.

Del 10 – Under kampen

- a. Utøverne skal ved kampstart stå ansikt til ansikt i midten av kampområdet med ca 2 meters avstand. Utøver med rødt belte skal stå på MD høyre side. På tegn fra MD skal utøverne først hilse på dommerne, så til hverandre.

⁸ Dommerne i en kamp skal så langt det er mulig være fra forskjellige klubber (nasjonalt) eller forskjellige land (internasjonalt)

- b. Når MD gir kommandoen "Hajime", starter kampen i del 1.
- c. Så snart det er kontakt mellom utøverne ved å holde i motstanderen, starter del 2. Slag og spark er ikke lenger tillatt unntatt når de utføres i samme øyeblikk som det tas tak i hverandre.
- d. Så snart begge utøverne har begge knærne i bakken eller den ene utøveren sitter eller ligger på gulvet, fortsetter kampen i del 3⁹.
- e. Utøverne kan bytte på å gå i de forskjellige delene så lenge de er aktive i alle delene¹⁰.
- f. Hvis en utøver "rusher" mot den andre uten å gjøre en teknisk handling eller er til fare for han selv (Mobobe), så vil det bli gitt en teknisk straff og kampen starter på nytt i < del 1.
- g. Kast må påbegynnes i kampområdet. Motstanderen kan bli kastet til sikkerhetsområdet så sant det ikke er risiko for skade av motstanderen.
- h. På slutten av kampen utropes vinneren av MD. Først hilser utøverne på hverandre, deretter til dommerne som står på en rett linje i kampområdet.

Del 11 – Bruken av "Hajime", "Matte", "Sonomama" og "Yohsi"

- a. MD kommanderer "Hajime" for å starte kampen eller starte på nytt etter "Matte"
- b. MD kommanderer "Matte" for å stoppe kampen midlertidig i disse tilfellene:
 - 1. Hvis den ene eller begge utøverne er på utsiden av kampområdet i del 1 eller del 2.
 - 2. Hvis begge utøverne forlater kampområdet helt i del 3.
 - 3. For å tildele den ene eller begge utøverne straff i Del 1.
 - 4. Hvis den ene eller begge utøverne er skadet eller blir syke.
 - 5. Hvis den ene utøveren er ute av stand til å slå av under en strangulering eller lås.
 - 6. Når Osakomi tiden er ute.
 - 7. Hvis kontakten mellom utøverne er brutt i Del 2 eller Del 3 og utøverne ikke selv tar initiativ til å begynne i Del 1 igjen.
 - 8. Når MD finner det nødvendig f. eks for å justere Gi eller for å tildele straff.
 - 9. Hvis en SD finner det nødvendig og klapper i hendene, skal MD stoppe/pause kampen.
 - 10. Når kampen er over.

⁹ Hvis en utøver gjentatte ganger selv går ned på knærne (eller legger seg ned) så skal han bli straffet med passivitet i del 2.

Det er ikke tillatt å løfte en motstander som er ned på matten for å gjennomføre kast/felling. Dersom dette skjer skal MD stoppe kampen med Matte.

¹⁰ Det er ikke tillatt å slå motstanderen dersom han har begge knærne i matten. Dersom dette skjer skal MD stoppe kampen med Matte.

- c. "Sonomama" brukes hvis MD vil stoppe utøverne midlertidig. Ved dette tilfellet kan ikke utøverne bevege seg. "Sonomama" blir kommandert;
 - 1. For å gi den ene eller begge advarsler i Del 2 eller Del 3
 - 2. For å gi den ene eller begge utøverne straff i Del 2 eller del 3.
 - 3. Når MD finner det nødvendig
- d. Etter "Sonomama" fortsetter utøverne kampen fra nøyaktig samme posisjon som de var i da kommandoen ble gitt. For å fortsette kampen vil det bli kommandert "Yoshi".

Del 12 – Poeng

Poeng tildeles etter majoriteten av dommerne. Derfor må minst 2 dommere gi poeng. Hvis dommerne gir ulike poeng skal det gis poeng som det 2 av dommerne gir. Hvis kun 2 dommer gir poeng og ikke den tredje skal det laveste poeng gis.

- a. Følgende poeng kan gis i Del 1:

Slag/spark må ha et tilbaketrekk og være i god balanse og med god kontroll¹¹.

 - 1. Et ublokkert slag eller spark Ippon 2 poeng
 - 2. Et delvis blokkert slag eller spark Wazari 1 poeng
- b. Følgende poeng kan gis i Del 2:

Kast, felling, lås og stranguleringer

 - 1. Lås og stranguleringer som MD må stoppe ved å kommandere "Matte" når utøveren selv ikke kan klappe av. Ippon 2 poeng
 - 2. Lås og strangulering ved å klappe av. Ippon 2 poeng
 - 3. Et perfekt kast¹² eller felling. Ippon 2 poeng
 - 4. Et ikke-perfekt kast eller felling. Wazari 1 poeng
- c. Følgende poeng kan gis i Del 3:

Gulvteknikker, lås og stranguleringer

 - 1. Lås og stranguleringer som MD må stoppe ved og kommandere "Matte" når utøveren selv ikke kan klappe av. Ippon 3 poeng
 - 2. Osakomi¹³, lås og strangulering ved å klappe av. Ippon 3 poeng

¹¹ Et spark som blir grepet av motstander skal aldri bli tildelt Ippon.

¹² Et perfekt kast hvor motstanderen lander på magen eller rygg skal tildeles Ippon.

¹³ Osakomi kan bare igangsettes om:

- 1. Uke (den kontrollerte personen) ligger i hovedsak på rygg eller mage.
- 2. Begge beina til Tori (den kontrollerende utøveren) er fri.
- 3. Uke er under bra kontrollert og kan ikke bevege seg fritt.

Osakomi tiden fortsetter selv om:

- 1. Uke greier å fange et av Toris ben.
- 2. Uke er i stand til å snu seg over på siden eller magen.

Hvis begge utøverne er helt utenfor konkurranseområdet skal Osakomi bli stoppet med "Toketa".

Sankaku-jime må bli utført med en av Ukes armer innenfor Toris kryssede bena.

(Fortsettelse note 13) Sankaku.-jime og juji-gatame teller som Osakomi så lenge det er full kontroll på Uke sin overkropp.

Rette benlåser med kontroll på Ukes overkropp skal regnes som Osakomi. Dette gjelder ikke dersom Uke er i stand til å rotere kroppen, da skal det annonseres "Toketa".

Forskjellige poeng for kontrollteknikker kan ikke regnes sammen. (F.esk en Osakomi over 10 sekunder, med

- | | |
|--|----------------|
| 3. Kontroll annonsert med Osakomi holdt i 15 sekunder. | Ippon 2 poeng |
| 4. Kontroll annonsert med Osakomi holdt i 10 sekunder. | Wazari 1 poeng |
- d. Osakomi tid som er påbegynt innen kamptiden skal fortsettes selv om kamptiden er over. Hvis kontrollen blir brutt før det har gått 15 sekunder skal MD kommandere "Toketa"

Del 13 – Straffer

- a. Straff kan kun tildeles ved majoritet av dommerne¹⁴.
- b. "Lett forbudte handlinger" vil bli straffet med "Shido" og motstander får 1 Wazaari. Følgende handlinger teller som lett forbudte handlinger;
1. Hvis den ene eller begge utøverne er passive eller gjør mindre tekniske feil¹⁵.
 2. "Mobobe" (en handling som er til fare for seg selv.)
 3. Med hensikt går ut av kampområdet med begge føttene.
 4. Med hensikt dytter/skyve motstander på utsiden av kampområdet.
 5. Slår eller sparke i Del 2.
 6. Å fortsette etter at dommer har sagt "Matte" eller "Sonomama"
 7. Å slå eller sparke mot beina.
 8. Å slå eller sparke når motstanderen ligger nede.
 9. Å feste låsegrep på fingre eller tær.
 10. Å feste låsegrep med kryssede ben over nyrene og strekke ut.
 11. Å utføre kveling/strangulering med bare hender/fingre.
 12. Hvis en utøver kommer uforberedt til matta og forsinker kampen¹⁶.
 13. Hvis en utøver med hensikt forsinker kampen (ved langsom retting av Gi, ta av beltet/hansker etc)
- c. En "forbudt handling" vil bli straffet med "Chui" og motstanderen får 2 Wazaari. Følgende handlinger teller som forbudte handlinger;
1. Å gjennomføre for harde angrep mot motstanderens kropp¹⁷.

overgang til en armlås, vil ikke regnes som en Wazaari og en Ippon): Dette er bare mulig dersom MD stoppet Osakomi tiden med "Toketa" før armlåsen utføres.

¹⁴ Feil som oppstår ved tildeling av poeng og straff skal korrigeres av alle tre dommerne på matten sammen med ansvarlig BD.

¹⁵ Passivitet del 1: Hvis en eller begge ikke viser tydelig aktivitet for å oppnå poeng.
Hvis en eller begge utøverne går direkte inn i del 2 eller 3.
Hvis en eller begge utøverne ikke utfører kombinasjoner før en går over i neste del.

Passivitet del 2: Hvis en eller begge ikke viser tydelig aktivitet for å oppnå poeng.
Hvis en eller begge bare blokkerer angrepene eller bevegelsene til motstanderen uten egne forsøk, eller begge utøverne går ned på matten med vilje for å unngå del 2.
Hvis utøverne ikke går videre i del 2 men bare viser aktivitet i del 1.
Hvis en utøver gjør et falskt angrep ved å med vilje kaste seg ned på uten teknikk for å kaste..

Passivitet del 3: Hvis en eller begge ikke viser tydelig aktivitet or å oppnå poeng.
Hvis en utøver fortsette å være passiv etter flere Shido for passivitet, skal han straffes med Chui for å ikke følge MD beskjeder.

¹⁶ Straffen for å forsinke kampen gis etter stående hilsen, og før kampen starter med "Hajime".

2. Å kaste motstanderen fra kampområdet til utenfor sikkerhetsområdet.
 3. Å neglisjere MD sine ordrer.
 4. Å gjøre unødvendige tilrop, bemerkninger eller gestikulasjoner til motstanderen dommerne, sekretariatet eller til andre.
 5. Å gjøre en ukontrollert handling/teknikk som svingslag/rundspark som ikke stoppes med tilbaketrekk selv om de ikke treffer motstanderen, eller å utføre en kastteknikk som gjør at motstanderen ikke er i stand til å fortsette umiddelbart.
 6. Å utføre rette slag eller spark mot motstanderens hode.
- d. Hvis samme utøver får 2 "forbudte handlinger" (Chui) mot seg, vil denne tape kampen ved "Hansoku-make"
- e. En "strengt forbudt handling" vil bli straffet med "Hansoku-make".
Følgende handlinger teller som strengt forbudte handlinger;
1. Å utføre en handling/teknikk som kan skade motstanderen.
 2. Å kaste eller forøke å kaste motstanderen med lås eller strangulering¹⁸.
 3. Å utføre en lås på motstanderens hals/nakke eller ryggrad.
 4. Å utføre en vridende lås på motstanderens kne eller fot.
- f. Den første gangen en utøver gjør en "strengt forbudt handling" vil denne få tildelt en "Hansoku-make" og tape kampen med 14-0 eller mer om motstanderen har mer en 14 poeng fra tidligere.
- g. Den andre gangen en utøver taper ved "Hansoku-make" i en turnering, vil denne bli bortvist for resten av turneringen.
- h. Hvis en utøver viser usportslig opptreden rett etter en kamp, kan dommerteamet på den aktuelle matta enstemmig avgjøre at utøveren skal bortvises fra resten av turneringen. Hoveddommer skal informeres om avgjørelsen. "Speaker" annonserer dette via høytaleren og utøveren taper alle kampene han allerede har vunnet, inkludert eventuelle medaljer.
- i. Hvis begge utøverne blir straffet med "Hansoku-make" skal det være en omkamp.

¹⁷ En teknikk som stoppes av motstanderens kropp eller hode i stedet for utøverens kontroll av teknikken, er et eksempel på c1. En teknikk som forårsaker at motstanders hode beveger seg som følge av kontakt er et eksempel på c1.

Teknikker som forårsaker blødning (gjelder ikke åpning av eksisterende sår) må vurderes av MD og SD for å fastslå om det skal gis straff etter c1 (forbud handling) eller e1 (strengt forbudt handling) basert på situasjonen. Teknikker (unntatt rette slag og spark) mot hodet som så vidt berører eller stopper innenfor 10 cm fra hodet er poeng givende. Kontakt med kroppen skal være "skin-touch" ellers kan det vurderes som for hard kontakt, c1. Andre kriterier for c1 som bør vurderes, er om hard kontakt skjedde fordi motstanderen selv beveget seg inn i teknikken. I såfall var det ikke utøverens hensikt å utføre teknikken med hard kontakt. Det kan eventuelt idømmes straff for «Mobobe» til motstanderen hvis det er gjentatte eksempler på at han/hun ikke beskytter seg selv, eller viser uforsvarlig atferd.

¹⁸ En kasteteknikk i kombinasjon med en lås eller strangulering er ikke tillatt (f.eks: Kote-Geashi)

Del 14 – Kampavgjørelse

- a. En utøver kan vinne før kamptiden er over hvis en utøver har oppnådd minst 1 Ippon i alle 3 Delene. Dette kalles "Full Ippon". I dette tilfelle vinner utøveren med 14 – 0 eller mer om utøveren har mer enn 14 poeng fra tidligere.
- b. Den utøveren som har flest poeng ved kampslett vinner.
- c. Hvis det er poenglikhet ved kampslett vil den utøveren som har flest Ippon i ulike deler vinne kampen.
- d. Dersom det er poenglikhet og det er likt i forhold til antall deler utøverne har oppnådd Ippon vil den utøveren som har fleste Ippon vinne kampen.
- e. Hvis det er poenglikhet og like mange oppnådde Ippon i like mange deler ved kampslett skal det gjennomføres en ny kamp på 2 minutter inntil det er en vinner. Det vil være 1 minuts pause mellom kampene¹⁹. Poengene, ippon og straffer fra tidligere runder tas med videre i de ekstra rundene.

Del 15 – Walk-over og o.a

- a. Kjennelsen "Fusen-gachi" (seier ved walk-over) skal gis av MD til den utøver hvis motstander ikke møter til kampen. Vinneren tildeles 14 poeng etter at motstanderen er blitt ropt opp 3 ganger i løpet av minst 3 minutter.
- b. Kjennelsen "Kiken-gachi" (seier når motstander trekker seg) gis av MD til den utøver hvis motstander trekker seg under kampen. Vinneren tildeles 14 poeng og motstanderen 0 poeng eller den poengsummen denne hadde hvis poengsummen var høyere enn 14 poeng.

Del 16 – Skade, sykdom eller uhell

- a. I enhver situasjon hvor en kamp må stoppes pga. skade hos den ene eller begge utøverne kan MD tillate maksimum 2 minutter skadetid pr utøver. Total skadetid i en kamp pr utøver er 2 minutter.
- b. Skadetid startes på tegn fra MD.
- c. Hvis en utøver er ute av stand til å fortsette kampen pga. skade skal MD og SD utrope vinner etter følgende;
 - 1. Når årsaken til skade skyldes utøveren selv skal den skadede utøveren tape med 0 poeng, motstanderen får 14 poeng eller den poengsummen denne hadde hvis poengsummen var høyere enn 14 poeng.
 - 2. Når årsaken til skade skyldes den uskadde utøveren skal den uskadde utøveren tape med 0 poeng, motstanderen får 14 poeng eller den poengsummen denne hadde hvis poengsummen var høyere enn 14 poeng.
 - 3. Hvis det er umulig å avgjøre hvem av utøverne som var årsak til skaden skal den uskadde utøveren vinne med 14 poeng eller den poengsummen denne hadde hvis

¹⁹ Utøverne beholder sine poeng og straffer som de har oppnådd.

poengsummen var høyere enn 14 poeng. Den skadede utøveren taper kampen med 0 poeng.

- d. Hvis en utøver blir syk under kampen og han ikke har mulig å fortsette skal denne tape med 0 poeng, motstanderen får 14 poeng eller den poengsummen denne hadde hvis poengsummen var høyere enn 14 poeng.
- e. Det er den medisinske ansvarlige for konkurransen som avgjør om den skadede utøveren kan fortsette kampen eller ikke.
- f. Hvis en utøver mister bevissthet eller får "black-out" skal kampen stoppes og utøveren vil bli bortvist fra resten av konkurransen.

Del 17 – Lagkonkurranse

Lagkonkurranse er mulig og reglene er som for individuelle konkurranser

Del 18 – Reserver i lagkonkurranser

- a. Reserver kan erstatte utøvere som er blitt skadet eller syke.
- b. Reserven må være i samme vektklasse eller lettere enn den han skal erstatter.
- c. Reserver kan ikke erstatte en diskvalifisert utøver
- d. Reserver må påmeldes og veie inn samtidig som de øvrige på laget.

JJIF Duo System

Del 19 – Duo/parkonkurranse

- a. Duo går ut på å vise forsvaret til en utøver mot forhåndsbestemte angrep fra en annen utøver på samme lag. Angrepene er delt inn i 4 serier med 5 angrep i hver serie:
 - A. Gripe-/holdegrep
 - B. Omfavning og hals- nakkelås angrep
 - C. Slag- og spark angrep
 - D. Angrep med våpen²⁰
- b. Hvert angrep skal starte med et forangrep slik som å skyv, trekk, atemi osv²¹.
- c. Leget kan fritt velge om angrepet skal utføres med høyre eller venstre hånd.
- d. Forsvarsteknikkene er helt opp til forsvareren. Hvem som er forvarer/angriper er også valg fritt samt plassering av ben/føtter²².
- e. MD trekker 3 angrep fra hver serie. Det andre paret vil utføre de samme angrepene med i en annen rekkefølge anvist av MD.
- f. Ved første angrep i hver serie skal Tori (forsvarer) ha poengdommerne på sin høyre side. Etter dette er det valgfritt hvilken side angrepet kommer fra.
- g. Det gis poeng etter hver serie av poengdommerne. På kommando "Hantei" fra MD viser poengdommerne sine respektive poeng med poengboken over hodet²³.
- h. Dersom nødvendig markerer MD at feil angrep er utført ved å si nummer på angrepet som var feil²⁴.
- i. Hvis et par skal gå direkte i en ny kamp, skal det gis en hviletid på 5 min mellom kampene.

Del 20 – Materiell

- a. Den som organiserer turneringen skal skaffe røde og blå belter, poengtavler, lister/protokoller, plass for dommere og teknisk komité.
- b. Sekretariatet skal bestå av minst 2 personer.

²⁰ I serie D kan angriper starte med å holde begge våpnene.

²¹ Forangrepet og angrepet må utføres av angriper.

²² Rollen som angriper og forsvarer kan byttes fritt av paret i løpet av en serie.

²³ MD leser først alle poengene. Etter dette tas det høyeste og laveste poenget ned. Når MD ser at alle poengene er talt opp tas poengtavlene ned.

²⁴ Tegnet "Feil angrep" vil bli vist av MD dersom angriper utfører et annet angrep enn det som er indikert av MD.

- c. Det er tillatt å bruke en myk batong/stokk og en gummikniv. Batong/stav skal være mellom 50 til 70 cm.

Del 21 – Kategorier

- a. Sammensetning av par er uten restriksjoner slik som vekt eller grad.
- b. Følgende kategorier skal skilles; Herrer, damer og mix.

Del 22 – Kriterier for dømming²⁵

- a. Juryen skal se og dømme etter:
 - 1. Kraftfulle angrep
 - 2. Realisme
 - 3. Kontroll
 - 4. Effektivitet
 - 5. Holdning
 - 6. Hurtighet
 - 7. Variasjon
- b. I det totale helhetsinntrykket skal det legges vekt på angrepet og den første delen av forsvaret.
- c. Atemi må være kraftfulle, med god kontroll og gis på en naturlig måte med tanke på en mulig oppfølging/avslutning.
- d. Kast og fellinger må inneholde balansebrytning og være effektive.
- e. Lås og stranguleringer må vises for juryen på en tydelig og riktig måte, med avklapping av Uke.
- f. Angrepet og forsvaret skal utføres på en teknisk og realistisk måte.

Del 23 – Gjennomføring av kampen

- a. Parene står vendt mot hverandre med ca 2 meters avstand. Det første paret som er trukket (Par 1) har røde belter og står på MD høyre side. Det andre paret (Par 2) har blå

²⁵ Følgende bør gi trekk ved angrep:

Feil angrep, grep som ikke er lukket, forangrep og angrep er ikke logisk sammensatt, dårlig balanse, svakt angrep eller angrep bommer på målet.

Følgende bør gi trekk ved forsvar:

Ikke fullstendig forsvar, manglende balansebrytning, forsvar blir utført for tidlig, Uke hopper, teknikken er ikke realistisk (show teknikk), forsvar er ikke logisk sammensatt eller det er unødvendig roping/skriking.

Følgende bør gi trekk ved kontroll på bakken:

Ikke kontroll med våpenet, ikke full kontroll av Uke eller atemi bommer på Uke.

belter. På MD tegn bukker parene først mot MD, deretter mot hverandre. Par 2 forlater kampområdet og går til sikkerhetsområdet.

- b. Kampen starter, når MD annonserer hvilken serie og nr på det angrepet som skal utføres, samtidig som MD gir tegn med hånda.
- c. Etter de 3 første angrepene i serie A setter utøverne fra Par 1 seg på kne og får sine poeng. Etter dette går Par 1 til sikkerhetsområdet og Par 2 gjennomfører sine angrep og får sine poeng. Par 2 gjennomfører så serie B og får sine poeng. Etter dette gjennomfører par 1 serie B og får sine poeng o.s.v. Par 1 starter med serie C og Par 2 starter med serie D.
- d. Kampen er over etter at Par 1 har gjennomført serie D. Parene stiller seg så i samme posisjon som ved kampstart etter MD sin kommando. MD spør sekretariatet om hvem som er vinnerne og viser dette ved å vise hånda samtidig som MD roper ut fargen på beltet.
- e. Hvis det er poenglikhet ("Hikiwake") skal kampen fortsettes serie for serie inntil det er en vinner. 3 nye angrep fra hver serie plukkes ut og Par 2 (blå belter) begynner med serie A.
- f. Etter at MD har utropte en vinner, skal parene først hilse på hverandre og så til MD.

Del 24 – Poengsystemet

- a. Poeng gis fra 0 til 10 med ½ poeng intervaller.
- b. Laveste og høyeste poeng tas bort under poenggivingen.

Del 25 – Jury

Juryen skal bestå av 5 lisensierte dommere. Det bør komme fra ulike klubber.

Del 26 – Walk-over og o.a

- a. Kjennelsen "Fusen-gachi" (seier ved walk-over) skal gis av MD til det paret hvis motstandere ikke møter til kampen etter at motstanderne er blitt ropt opp 3 ganger i løpet av minst 3 minutter. Vinnerparet får 12 poeng mens paret som ikke møtte får 0 poeng.
- b. Kjennelsen "Kiken-gachi" (seier når motstander trekker seg) gis av MD til det paret hvis motstanderne trekker seg under kampen. Vinnerparet får 12 poeng og paret som må trekke seg får 0 poeng.

Del 27 – Skade, sykdom eller uhell

- a. I enhver situasjon hvor en kamp må stoppes pga. skade kan MD tillate en skadetid på opp til 2 minutter hos det aktive paret. Total skadetid i en kamp pr utøver er 2 minutter.
- b. Dersom paret ikke kan fortsette etter skaden skal "Kiken-gachi" bli gitt til de gjenværende paret.

Del 28 – Lag konkurranser

Lag konkurranse er mulig og reglene er de samme for den individuelle konkurransen.

Del 29 – Omstendigheter som ikke dekkes av regelverket

- a. Dommerne av en kamp må komme til en samlet avgjørelse hvis det skulle oppstå en situasjon som ikke er beskrevet i reglene.
- b. BD har ikke anledning til å stemme, kun gi assistere der det er mulig.