

Judo

Règlement Rencontre Débutants Judo au Sol

Dans le souci de donner l'accès au judo à tous les élèves, l'U.G.S.E.L. propose de mettre en place des rencontres de judo au sol ouvertes uniquement aux élèves débutants (ceinture Jaune maximum chez les Benjamins/Benjamines, ceinture Orange maximum chez les Minimes M/F, ceinture Verte maximum chez les Cadets/Cadettes & les Juniors).

Ces rencontres peuvent donc s'adresser à tous les élèves !

Règlement :

- 1) Dans le cadre du lancement de ces rencontres, nous adapterons les catégories d'âge et de poids sur place, selon le nombre d'élèves inscrits.
- 2) Pour toutes les catégories, le temps de repos sera au moins égal à 2 fois le temps de combat.
- 3) Les rencontres auront lieu uniquement au sol (départ en position à genoux, l'un en face de l'autre).
- 4) La victoire par :
 - a) IPPON sera obtenue suite à une immobilisation sur le dos de 25''.
 - b) WAZA-ARI sera obtenue suite à une immobilisation sur le dos de 20'' à 24''.
 - c) YUKO sera obtenue suite à une immobilisation sur le dos de 15'' à 19''.
 - d) KOKA sera obtenue suite à une immobilisation sur le dos de 10'' à 14''.
- 5) En cas d'égalité à l'issue du temps de combat, la décision (à la majorité des 3 arbitres), sera attribuée à l'élève qui a immobilisé son adversaire sur le dos de 1'' à 9''.
- 6) Si il n'y a pas eu d'immobilisation, la décision (à la majorité des 3 arbitres), sera alors attribuée à l'élève qui a dominé son adversaire.

Sécurité des judokas :

- 1) Les clés de bras et les étranglements seront interdits.
- 2) Si les 2 judokas (ou l'un des 2 judokas) étaient amenés à se lever, l'arbitre annoncera MATTE et remettra les judokas en position initiale de départ.
- 3) Afin d'éviter toutes actions dangereuses au niveau des cervicales (à hauteur de tête), l'arbitre veillera que la saisie du col ou du vêtement à hauteur d'épaule soit bien effective ; sinon il annoncera SHIDO (pénalité).

Cédric CERRATO.