

Règlement National

Valeurs de projection :

Les actions annoncées waza-ari sont celles qui ne peuvent être comptabilisées Ippon dû au manque d'un des critères suivants :

force, vitesse, contrôle, largement sur le dos

Les actions avec un impact sur la tranche (orienté ventre), sur les coudes ou sur les mains ne sont pas comptabilisées sauf si il y a continuité avec un déroulé sur le dos.

Règlement National

Seules fautes sanctionnées :

- fautes dangereuses ou relevant d'une attitude contraire à l'esprit du judo (Hansoku make)
- le judo négatif intentionnel : fuites, empêchement d'attaquer,... (shido)
- les fautes mineures répétées par le judoka malgré les explications de l'arbitre (shido)

Règlement National Pédagogique minimales

Temps de combat : 3 min

Pas de golden score, décision en individuel et en équipe

Contraintes cervicales en tachi-waza, ne-waza:

Celles-ci ne sont pas tolérées et doivent être stoppées
immédiatement par Matte

Explication de la faute et pas de sanction
(si récidive = shido)

Clés de bras et étranglements :
non autorisés pour cette tranche d'âge
Sankaku Gatame autorisé sans croiser les jambes

Règlement National Pédagogique minimales

Techniques à genoux : autorisées.

Les actions présentant un fort déséquilibre et une efficacité claire seront validées en cas de contact des deux genoux au sol.

Les attaques à genoux sans préparation efficace sont sanctionnables (fausses attaques).

Contres : Autorisés

Sauf le contre sur les formes hanchées en se jetant dans le dos de l'adversaire (exemple : Uchi-mata gaeshi).

Kumi-kata :

Garde croisée non autorisée
pour cette tranche d'âge



Règlement d'animation benjamins

Principe : Règlement minimales + règles spécifiques

Temps de combat : 2 min – décision (individuel et équipe)

Le combat démarre à distance.

Après une saisie à deux mains, les attaques à une main (Ippon seoi nage, O goshi...) sont autorisées.



Kumi-kata : Cette forme unilatérale n'est pas autorisée pour cette tranche d'âge

Contres : Les contres démarrant debout sont autorisés (exemple : ko soto gake finissant en forme tani otoshi...).

Makikomi : autorisés

Sutemi : non autorisés pour cette tranche d'âge

Règlement d'animation poussins & mini-poussins

Principe : Règlement benjamins + règles spécifiques

Temps de combat :

Maximum 1 min 30 – décision en individuel et en équipe

Kumi-kata :

Le combat démarre avec une garde installée à 2 mains.

Pour toute phase d'attaque à 1 main qui aurait échoué, un retour à 2 mains est nécessaire.

Attaques à genoux, sutemi et makikomi :

non autorisés pour cette tranche d'âge

Hon gesa gatame :

repositionnement en Kuzure gesa gatame