

# REGLES TECHNIQUES JUDO & NE-WAZA

## A – PRESENTATION

Le présent texte détermine, dans le respect des règlements de la FSC FRANCE, les règles techniques propres à la discipline judo, en référence à la loi relative à l'organisation et à la promotion des activités physiques et sportives.

## B – ENGAGEMENT AUX COMPETITIONS

### 1. Participants

Participation : Ouverte à toutes les fédérations à condition d'être licenciés et à jour des obligations administrative.

Sexe : Les combats de judo ne sont pas mixtes à partir de la catégorie benjamin et au-dessus : les hommes sont tenus de concourir avec les hommes, les femmes avec les femmes.

### 2. Certificat médical

Voir règlement sur le site

### 3. Surclassements d'âge et de poids

#### a) Compétitions individuelles

- Les surclassements sont interdits pour les benjamins, benjamines, minimes masculins et féminins, les cadettes et cadets 1<sup>ere</sup> et 2<sup>eme</sup> année.

- Pour toutes les catégories d'âges, le surclassement de poids est interdit en compétition individuelle.

- Les judoka minimes masculins et féminins, cadettes et cadets, juniors masculins et féminins qui ont pris du poids entre deux niveaux de compétition, sont autorisés à combattre dans leur nouvelle catégorie de poids.

- Les judoka minimes, cadets, juniors et seniors dont le poids est inférieur au minimum des catégories dans lesquelles ils ont été inscrits ne sont pas autorisés à combattre.

#### b) Compétitions par équipes

Surclassement d'âge

- Est interdit pour les benjamins, benjamines, minimes masculins et féminins, cadettes et cadets 1<sup>ere</sup> et 2<sup>eme</sup> année.

- Est autorisé pour les Cadets 3<sup>eme</sup> année, juniors, seniors, masculins et féminins.

Surclassement de poids

- Est interdit pour les benjamins, benjamines, minimes masculins et féminins, cadettes, cadets.

- Est autorisé pour les juniors et seniors.

Le double surclassement âge et poids est interdit (sauf pour les juniors dans les équipes seniors)

## 4. Engagements aux compétitions internationales

Les engagements aux compétitions internationales se déroulant à l'étranger, organisées par des fédérations nationales partenaire de la FSC FRANCE, se feront par l'intermédiaire de la FSC France

## 5. Compétitions sportives pour les Mini-Poussins(es), Poussins(es), Benjamins(es) et Minimes, Cadets, Juniors, Seniors

Le niveau national regroupe pour l'ensemble du territoire national des athlètes ou des équipes sélectionnés. Toute animation pour ces catégories d'âges devra faire l'objet d'une demande d'autorisation auprès du comité départemental à l'aide du formulaire correspondant.

Le règlement précis des épreuves envisagées devra y être joint.

### **MINI-POUSSIN(ES)**

Cette catégorie est constituée par les enfants nés les deux années précédant la catégorie poussin(e)s. Des rencontres sous forme d'expression technique ou randori arbitrés avec partenaire peuvent être proposées.

### **POUSSINS(ES)**

Les randori éducatifs se dérouleront en poule unique

- Durée du randori éducatif : 1,30 mn max. 3 randori au maximum par journée (en plus de l'expression technique)
- Récupération : au moins 3 mn entre 2 randoris éducatifs
- Mixité possible (possibilité d'intégrer filles et garçons dans une même poule car il s'agit de randori éducatifs et non de combats)
- Grade minimum : ceinture blanche.

### **BENJAMINS(ES)**

- Durée du combat : 2 mn maximum
- Récupération : 4 mn minimum
- Nombre de combats : 20 minutes maximum par journée
- Activité non mixte (filles avec filles, garçons avec garçons)
- Grade minimum : ceinture blanche/Jaune

### **MINIMES**

- Durée du combat : 3 mn maximum
- Récupération : 6 mn minimum
- Grade minimum : ceinture jaune/orange
- Activité non mixte (filles avec filles, garçons avec garçons)
- Nombre de combats maximum par journée : 30 minutes

### **CADETS – JUNIORS – SENIORS**

- Formule de compétition Championnats
- moins de 8 combattants : poules
- 8 combattants et plus : tableaux double repêchage
- Durée du combat : voir règlement des compétitions
- Récupération : voir règlement des compétitions
- Grade minimum : ceinture verte

Les seniors qui auraient pris du poids entre deux échelons de compétition sont autorisés à changer de catégorie de poids

### **C – TENUE DES JUDOKAS**

#### **1. Règlement général**

Les combattants porteront un judogi (tenue de judo) et un ruban (ou une ceinture) blanc ou rouge, noué au-dessus de la ceinture réglementaire. Les combattants ou les membres de l'équipe nommés en premier porteront la ceinture rouge et les seconds la ceinture blanche

Les combattants devront porter un judogi correspondant aux normes suivantes :

- a) Confectionné avec solidité, en coton ou matière similaire, en bon état (sans accroc, ni déchirure).
- b) De couleur blanche (ou de couleur bleue)
- c) La veste devra être suffisamment longue pour couvrir les hanches et suffisamment ample pour arriver aux mains lorsque les bras sont tendus le long du

corps. La veste sera suffisamment large pour permettre de la croiser au niveau de la cage thoracique sur au moins 20 cm. Le bas des manches de la veste doit arriver au maximum à hauteur de l'articulation du poignet et au minimum à 5 cm au-dessus de celle-ci. Un espace de 10 à 15 cm (y compris les bandages) devra séparer le bras sur toute sa longueur de la manche.

d) Les pantalons, vierges de tout marquage, seront suffisamment longs pour couvrir les jambes et arriveront au maximum à l'articulation de la cheville et au minimum 5 cm au-dessus.

e) Une ceinture de 4 à 5 cm de large en fort tissu sera nouée par-dessus la veste ; cette ceinture sera d'une couleur correspondant au grade du combattant et sera nouée par un nœud plat au niveau de la taille en faisant deux fois le tour de celle-ci. Les pans de la ceinture seront d'une longueur de 20 à 30 cm. La ceinture devra être suffisamment serrée pour éviter que la veste ne sorte de celle-ci.

## **2. Les combattants devront se conformer aux réglementations suivantes :**

Les combattants auront les ongles coupés courts et ne porteront aucun objet métallique ou plastique ou autre matière qui pourrait blesser ou mettre en danger l'adversaire.

Par objet métallique, plastique ou autre matière, on entend tout objet dur incorporé directement ou indirectement dans les protections et qui pourrait causer une blessure (les protèges dents sont autorisés). Exemple : protège-tibia ou jambière avec des baleines. **Le fait de recouvrir d'une matière autocollante ou un autre objet dur ou métallique, telle une bague, n'est pas considéré comme suffisant.**

- tout combattant qui, de l'avis de l'arbitre et/ou des juges, a les cheveux d'une longueur qui risque de gêner ou de nuire à l'autre combattant, sera tenu de les fixer fermement à l'arrière de la tête.
- les maquillages, bijoux (bagues, etc.) sont interdits.
- les sous-vêtements ne doivent pas comporter d'armatures.
- les féminines porteront sous la veste un maillot de corps long, blanc ou presque blanc, à manches courtes, sans aucun marquage, maintenu dans le pantalon du judogi.
- L'arbitre devra s'assurer de la propreté corporelle des combattants. Quiconque se présentera avec un judogi sale devra aller le changer. En cas de taches de sang sur le judogi, celui-ci devra être changé immédiatement. Si le combattant ne peut ou refuse de se conformer à cet article, l'arbitre déclarera son adversaire gagnant par "Fusen-gachi" (victoire par forfait).

## **3. Tenue et attitude des athlètes ou délégations dans les lieux de compétitions**

Pendant les compétitions, les combattant(e)s seront tenu(e)s de garder à l'esprit que les arbitres dirigent la rencontre et accepter les décisions données par ceux-ci. A l'issue de la rencontre, les combattant(e)s doivent conserver une attitude digne quel que soit le résultat.

Les manifestations de mauvaise humeur ou les démonstrations de joie intempestives ne sont pas une attitude digne de la part de judoka. L'observation de ces règles élémentaires contribue à maintenir l'image de marque du judo à laquelle nous devons tous être attachés.

## **D – ACCOMPAGNANT**

L'accompagnant devra être vêtu soit d'un survêtement complet, soit en tenue civile correcte décente et appropriée (pas de judogi, pas de short ou tenue estivale). Le port de couvre-chef est interdit (casquette, chapeau...).

Chaque accompagnant effectue le salut au début et à la fin du combat.

L'accompagnant doit avoir un comportement responsable et irréprochable, sachant que son rôle consiste uniquement à conseiller son athlète.

Il doit intervenir uniquement auprès de son combattant entre deux « MATTE », pas sur l'autre combattant. Il ne doit exercer aucune pression sur les arbitres

## **E - SURFACE D'EVOLUTION**

### **1. Cadets et plus âgés**

#### a) L'aire de combat

L'aire de combat est divisée en 2 zones de couleurs différentes :

- une zone de sécurité,
- une surface intérieure.

Le total des 2 surfaces (aire de combat) sera au minimum de 6 m\* 6 m et au maximum de 10 m\* 10 m.

Il est autorisé d'organiser des rencontres sur des aires de combat sans matérialisation de zone de danger sur des tapis de 6 m\* 6 m au minimum et de 10 m\* 10m au maximum.

#### b) Surface de sécurité

La surface de sécurité est au minimum de 1 m autour de l'aire de combat et de 1 m entre deux aires de combat.

### **2. Minimes et plus jeunes**

#### a) Surface de compétition

Il est autorisé d'organiser des rencontres sur des aires de combat de 5 m\* 5 m.

#### b) Surface de sécurité

Une surface de sécurité de 2 m de largeur est autorisée tout autour des surfaces de combat.

## **F - MARQUAGE ET PUBLICITE**

Réglementairement, la publicité ne doit en aucun cas être incitative.

### **1. Judogis**

Les marquages doivent être confectionnés dans un matériau ne gênant en rien la pratique du judo (publicité et dossards). Un dossard (aux dimensions suivantes : 30 x 30 cm) fourni par les organisateurs peut être apposé au dos de la veste à 14 cm environ sous le bas du col.

#### **Dossard**

Le dossard devra être retiré à l'issue de la manifestation. Pour l'identification du club, du département, de la ligue, du pays, du continent ou autre, les lettres ne devront pas dépasser 11 cm en hauteur et 7 cm maximum de hauteur pour la publicité.

#### **Nom du combattant**

Le nom du combattant à partir des cadets (imprimé ou brodé...) peut être placé au dos de la veste à 3 cm du bas du col en lettres de 7 cm, réparties sur une longueur de 30 cm maximum (8 lettres maximums ou moins).

Pour les compétitions se déroulant sur le territoire français, le nom du combattant concerné est toléré également sur le bas de la veste du judogi et sur la ceinture.

#### **Marquage**

La marque du judogi (25 cm<sup>2</sup>) pourra figurer, soit sur une étiquette de 5 x 5 cm sur le bas de la veste, soit sur le haut des épaules (un seul côté) à partir du col sur la bande de 25 cm de haut et de 5 cm de large réservée à une publicité de la même marque sur les deux manches. Une publicité est autorisée sur le haut des manches ; elle doit s'inscrire dans un carré de 10x10 cm, une publicité différente sur chaque manche est admise jusqu'au niveau Européen.

La publicité est autorisée à tous les niveaux de compétitions et pour toutes les catégories d'âges. Elle doit respecter la réglementation en vigueur.

Un écusson ou emblème de la structure sportive que représente l'athlète, d'une taille maximum de 100 cm<sup>2</sup> ou 10 x 10 cm est autorisé sur la poitrine côté gauche de la veste.

## **2. Tatami de compétition**

Le nom de la marque, le signe ou le logo du fabricant peut être indiqués à deux emplacements différents sur la zone de sécurité des tatamis. La surface de marquage ne doit pas excéder 2 fois 4 tapis. D'autre part, nous rappelons que, conformément à la loi, il est interdit de faire apparaître, sous quelque forme que se soit, sur le lieu d'une manifestation sportive, le nom, la marque ou l'emblème publicitaire des produits de tabac et de boissons alcoolisées ou le nom des producteurs, fabricants ou commerces de tabacs ou de boissons alcoolisées. Sont également interdites, toutes formes de publicités contraires aux statuts de la Fédération et à la morale sportive.

## **3. Hygiène**

**En cas de taches de sang sur le judogi, celui-ci devra être changé immédiatement.**

## **G – PESEES/TIRAGE AU SORT**

### **1. Pesées et contrôles**

La durée de la pesée officielle sera précisée par circulaire pour chaque compétition. Les combattants devront être au poids à la fin du temps imparti à la pesée. Si des balances de contrôle sont mises à disposition des combattant(e)s pendant la durée officielle, une seule pesée officielle peut être appliquée. Le contrôle des passeports judo validés et des certificats médicaux sera effectué en même temps. Aucune tolérance ne poids ne sera admise.

Les combattant(e)s seront pesé(e)s en sous-vêtements (voire nu(e)s si les conditions l'imposent) dans un local aménagé à cet effet.

Les ateliers de pesée ne sont pas mixtes (combattants et commissaires sportifs).

La pesée aura lieu SOIT le jour de la compétition SOIT LE SOIR D'AVANT

### **2. Tirage au sort**

#### **a) Modalités**

Le tirage au sort pour les compétitions doit être effectué au lieu et date précisés par circulaire. Seuls les noms des combattants pesés et possédant les pièces nécessaires seront tirés au sort.

Le tirage au sort commencé, aucun nom ne pourra être ajouté sur les listes des engagés présents.

Aucune exception ne sera admise.

#### **b) Eloignement**

Les deux finalistes de la compétition de l'année précédente seront éloignés.

Des têtes de série pourront être établies par le comité responsable des engagements (commission de sélection).

## **H – TEMPS DE COMPETITION**

Le chronométrage aura lieu en temps réel. Le temps des combats devra être conforme à la réglementation.

En individuel et en équipe, pour un combattant, le temps de repos entre deux combats sera au moins égal à deux fois la durée du combat suivant sauf pour les juniors et seniors qui auront 10mn de repos entre deux combats.

## I - SURVEILLANCE ET CONTROLES MEDICAUX

### a) Organisation des secours

L'organisateur de toute compétition doit prévoir :

- un nécessaire médical de premier secours et un emplacement spécifique en vue des premiers soins à apporter en cas d'accident,
- un téléphone avec affichage à proximité des numéros d'appel du S.A.M.U., des pompiers, d'un médecin et du responsable de la salle ou du club.

### b) Médecin d'organisation

Il est recommandé à l'organisateur de prévoir la présence d'un médecin lors de la compétition.

Celui-ci peut, s'il le juge nécessaire pour des raisons médicales, interdire à un combattant la poursuite du combat ou de la compétition. Il doit dans ce cas le signifier aux arbitres et à l'organisateur de la compétition.

### c) Contrôle antidopage

Des contrôles antidopage intéressant les licenciés des fédérations peuvent être opérés à tout moment et plus particulièrement à l'occasion des compétitions

Ces contrôles sont effectués à l'initiative de l'Exécutif de la FSC FRANCE ou des pouvoirs publics suivant les textes en vigueur.

Si un combattant est contrôlé positif lors d'une compétition par équipes, seul celui-ci sera sanctionné et l'équipe complète sera déclassée de la compétition concernée.

Sont considérés comme ayant été trouvés positifs les combattants qui ont refusé de se soumettre au contrôle.

Les entraîneurs, directeurs sportifs et toutes personnes qui auraient contribué directement ou indirectement au dopage sont passibles des mêmes sanctions disciplinaires. Tout litige doit être soumis à la commission de discipline fédérale.

---