

Comissão Estadual de Graus



FEBAJU
FEDERAÇÃO BAIANA DE JUDÔ



Manual - 2018

HISTÓRIA DO JUDÔ

JUDÔ – caminho suave

O estilo Takenouchi-ryu fundado em 1532 é considerado a origem do estilo Ju-Jutsu japonês. O judô é derivado do Ju-Jutsu, uma arte que serve tanto para atacar quanto para defender usando nada mais que o seu próprio corpo.

É uma arte marcial praticada como desporto, fundada por Jigoro Kano em 1882. Os seus objetivos são fortalecer o físico, a mente e o espírito de forma integrada, para além de desenvolver técnicas de defesa pessoal. Teve uma grande aceitação em todo o mundo, pois Jigoro Kano conseguiu reunir a essência do jiu-jitsu, arte marcial praticada pelos bushi, ou cavaleiros durante o período Kamakura (1185-1333), a outras artes de luta praticadas no Oriente e fundi-las numa única e básica.

O judô foi considerado desporto oficial no Japão nos finais do século XIX e a polícia nipónica introduziu-o nos seus treinos. Jigoro Kano deu o nome da primeira escola de judô de KODOKAN 講道館 (instituto para o caminho fraterno). A vestimenta utilizada nessa modalidade é o judogi, equipamento necessário à sua prática. O judogi pode ser branco ou azul, ainda que o azul seja utilizado normalmente para facilitar as arbitragens.

Com milhares de praticantes e federações espalhados pelo mundo, o judô se tornou um dos desportos mais praticados, representando um nicho de mercado fiel e bem definido. Não restringindo os seus adeptos a homens com vigor físico e estendendo os seus ensinamentos a mulheres, crianças e idosos, o judô teve um aumento significativo no número de praticantes. A sua técnica utiliza basicamente a força e peso do oponente contra ele. Palavras ditas por mestre Kano para definir a luta: "arte em que se usa ao máximo a força física e espiritual". A vitória, ainda segundo seu mestre fundador, representa um fortalecimento espiritual.

Decadência e renascimento do Ju-jitsu no ano de 1864

O Comodoro Matthew Perry, comandante de uma expedição naval americana, conseguiu fazer com que os japoneses abrissem seus portos ao mundo com o tratado "Comércio, Paz e Amizade". Abrindo seus portos para o ocidente, surgiu na Terra do Sol Nascente uma tremenda transformação político-social, denominada Era Meiji ou "Renascença Japonesa", promovido pelo imperador Mutsu Hito (1868-1912). Anteriormente, o imperador exercia sobre o povo influência e poderes espirituais, porém com a "Renascença Japonesa" ele passou a ser o verdadeiro comandante da Terra das Cerejeiras.

Nessa dinâmica época de transformações e inovações radicais, os nipónicos ficaram ávidos por modernizar-se e adquirir a cultura ocidental. Tudo aquilo que era tradicional ficou um pouco esquecido, ou melhor, quase que totalmente renegado. Os mestres do ju-jitsu perderam as suas posições oficiais e viram-se forçados a procurar emprego em outros lugares. Muitos tiveram de recorrer à luta e exibição em feiras. A ordem proibindo os samurais de usar espadas em 1871 assinalou um sutil declínio em todas as artes marciais, e o ju-jitsu não foi uma exceção, sendo considerado como uma relíquia do passado. Como não era difícil acreditar, tempos depois surgiu uma onda contrária às inovações radicais. Havia terminada a onda chamada febre ocidental (este relato foi colocado com muita clareza no filme "O Último Samurai"). O ju-jitsu foi recolocado na sua posição de arte marcial, tendo o seu valor reconhecido,

principalmente pela polícia e pela marinha. Apesar de sua indiscutível eficiência para a defesa pessoal, o antigo jujitsu não podia ser considerado um desporto, muito menos ser praticado como tal. Não haviam regras tratadas pedagogicamente e nem mesmo padronizadas. Os professores ensinavam às crianças os denominados golpes mortais e os traumatizantes e perigosos golpes baixos. Sendo assim, quase sempre, os alunos menos experientes machucavam-se seriamente. Valendo-se das suas superioridades físicas, os maiores chegavam a espancar os menores e mais fracos. Tudo isso fazia com que o ju-jitsu gozasse de uma certa impopularidade, logicamente, entre as pessoas esclarecidas e que possuíssem um pouco de bom senso. O ju-jitsu entrava noutra fase de decadência.

Nascimento do judô

Baseado nesses inconvenientes, um jovem que na adolescência se sentia inferiorizado sempre que precisasse despender muita energia física para resolver um problema, resolveu modificar o tradicional ju-jitsu, unificando os diferentes sistemas, transformando-o num poderoso veículo de educação física, o seu nome era Jigoro Kano. Pessoa de alta cultura geral, ele era um esforçado cultor de ju-jitsu.

Procurando encontrar explicações científicas aos golpes, baseados em leis de dinâmica, ação e reação, selecionou e classificou as melhores técnicas dos vários sistemas de ju-jitsu, dando ênfase principalmente no ataque aos pontos vitais e nas lutas de solo do estilo Tenshin-Shinyo-Ryu e nos golpes de projeção do estilo Kito-Ryu. Inseriu princípios básicos como o do equilíbrio, gravidade e sistema de alavancas nas execuções dos movimentos lógicos.

Estabeleceu normas a fim de tornar o aprendizado mais fácil e racional. Idealizou regras para um confronto desportivo, baseado no espírito do ippon-shobu (luta pelo ponto completo). Procurou demonstrar que o ju-jitsu aprimorado, além de sua utilização para defesa pessoal, poderia oferecer aos praticantes, extraordinárias oportunidades no sentido de serem superadas.

Em 1882, no templo de Eishoji de Kita Inaritcho, bairro de Shimoya em Tóquio, Jigoro Kano inaugura sua primeira escola de judô, denominada **Kodokan** (Instituto do Caminho da Fraternidade), já que "Ko" significa fraternidade, irmandade; "Do" significa caminho, via; e "Kan", instituto. A Kodokan estava localizada no segundo andar de um templo budista Eishoji de Kita Inaritcho, onde havia *doze jos* (*jo* é uma medida de superfície, módulo de tatame). O primeiro aluno inscreveu-se em 5 de Junho de 1882, chamava-se Tomita. Depois vieram Higushi, Arima, Nakajima, Matsuoka, Amano Kai e o famoso Shiro Saigo. As idades oscilavam entre quinze e dezoito anos. Kano albergou-os e ocupou-se deles como se fosse um pai. Foi um período difícil, mas apaixonante, o jovem professor não tinha dinheiro e o shiai-jo media 20m², mas a escola progrediu e em breve tornou-se célebre.



← Templo Eishoji

A evolução do Judô

Durante alguns anos, o idealizador do moderno jujitsu atravessou uma difícil fase, principalmente pela quase ausência de recursos financeiros para a manutenção da academia.

Os mais temidos lutadores da época, impulsionados pela inveja, não se cansavam em desafiar os discípulos de Jigoro Kano. Houve muitos encontros memoráveis com o intuito de testar a eficácia do Judô Kodokan.

Certa vez um lutador, conhecido por Tanabe, venceu os melhores alunos de Jigoro Kano. Tratava-se de um grande especialista em técnicas de shime-waza (estrangulamentos), aplicadas no solo. Tão logo um judoca o projetasse, Tanabe encaixava-lhe um estrangulamento. Dessas derrotas, Kano aprendeu uma grande lição. Era necessário aprimorar o judô nas técnicas de domínio, particularmente as desenvolvidas na luta de solo. Tanabe foi o único lutador que conseguiu vencer os discípulos de Kano.

Os alunos do kodokan tinham fama de serem imbatíveis. Por isso, eram insistentemente desafiados. Aqueles que conseguiam uma vitória sobre um dos alunos da kodokan, na certa, cresciam em fama.

Naquela época utilizava-se ainda, o sistema de luta por desistência. Um dos combates que ficou na história foi o de Shiro Saigo contra o mais temido cultor de jujutsu da yōshin-ryū, numa memorável luta, que parecia interminável. A propósito de Shiro Saigo, foi escrito um romance de aventura por Tsuneo Tomita, filho de Tomita Tsunejirō, contando as suas proezas no judô, com o nome de Sugata Sanshiro, inclusive serviu de enredo a vários filmes.

Mas foi só no final de 1886, após uma célebre competição, contra várias escolas de jujutsu, organizada pela polícia, que definitivamente ficou constatado o grande valor do judô kodokan. O resultado dessa jornada constituiu-se num marco decisivo na aceitação do judô, com o reconhecimento do povo e do governo que passaram oficialmente a prestigiar o judô kodokan. Depois da célebre *vitória de 1886*, como ficou conhecida, o judô kodokan começou a progredir com passos confiantes.

A fórmula técnica do judô kodokan foi completada em 1887, enquanto a sua fase espiritual foi gradativamente elevada até a perfeição, aproximadamente, em 1922. Nesse ano, a Sociedade Cultural Kodokan foi inaugurada e um movimento social foi lançado, com base nos axiomas seryoku zen'yo (lit. *máxima eficácia*) e jita kyoei (lit. *prosperidade e benefícios mútuos*).

Entretanto, em 1897, quando a kodokan estava instalada em Shimotomizaka, possuindo uma área de 207 tatames, o governo japonês funda uma escola nacional, que congregaria todas as artes marciais, a butokukai.

Apesar de Jigoro Kano ter idealizado o judô, em pouco tempo a butokukai tornar-se-ia uma respeitável rival da kodokan. Posteriormente, as escolas superiores e profissionais da Universidade de Tóquio fundariam uma outra entidade, a kosen. Como é fácil adivinhar, a butokukai e a kosen começaram a competir com a kodokan. A kodokan tinha perdido a sua hegemonia, por outro lado, era o judô que ganhava um maior número de praticantes.

Jigoro Kano, com a finalidade de iniciar uma campanha de divulgação do judô, no ocidente, em 1889, visita a Europa e os Estados Unidos da América, proferindo palestras e demonstrações.

Em 1909, um fato marcante parecia devolver a hegemonia do judô à kodokan. O governo japonês resolve tornar a kodokan uma instituição pública, uma vez que a prática do judô estava tendo ótima aceitação.

Com a mulher japonesa começando a entusiasmar-se pela prática do judô, em 1923, a kodokan inaugurou um departamento feminino. Em 1934, a Kodokan estaria instalada em edifício de três andares, ocupando uma área de 2000m², aproximadamente.

Nessa época o judô começava a ser introduzido em quase todas as nações civilizadas do mundo, todavia, no ocidente o termo jujutsu ainda era empregado, embora o nome Jigoro Kano fosse citado.

Em 1937, o *Conselho da Indústria do Turismo*, órgão do governo japonês, editava a tradução em inglês do primeiro livro escrito por Jigoro Kano denominado judô (Jujutsu).

Nessa obra o judô é abordado sob vários aspectos inclusive tecia inúmeras considerações sobre o atemi-waza (técnicas de ataque a pontos vitais). Todavia, nenhuma linha era escrita sobre as regras de competições.

Como em 1938, o Japão começava a sentir a guerra, os militares deram um valor especial às chamadas artes marciais, que começaram a ser praticadas em todo Japão, com um real espírito guerreiro (bushido). A butokukai recebia alunos de todas as partes do Japão para a cultura do jujutsu, do kendô (espécie de esgrima japonesa), do karatê e do kyudô (arte de atirar flechas), para uma real aplicação durante a guerra.

Após a guerra, todas as atividades que inspirassem o bushido, foram proibidas pelos norte-americanos. Os japoneses não mais podiam praticar o judô.

Entretanto, em 1946, os professores da kodokan foram autorizados a ensinar o judô às tropas norte-americanas. Conhecendo o real espírito do judô de Jigoro Kano, os norte-americanos liberaram a sua prática, inclusive nas escolas, por não a considerar uma perigosa arte marcial, tempos depois.

Em 1948, é fundada no Japão a *Federação Nacional de Judô*, iniciando-se os primeiros campeonatos de âmbito nacional, depois da guerra. A butokukai havia sido definitivamente interdita e a kosen ficaria subordinada a kodokan.

Jigoro Kano

Nascimento: 28 de outubro de 1860, em Mikage, prefeitura de Hyogo no Japão, terceiro filho de Jirosaku Mareshiba Kano.

Falecimento: 04 de maio de 1938 em alto mar a bordo do transatlântico Hikawa Maru.

Obs: Ele estava a bordo do transatlântico voltando da reunião do Comitê Olímpico indo do Cairo para o Japão. Kano também era poliglota, pois falava quatro línguas além do japonês: francês, alemão, inglês e espanhol.

Símbolo do Kodokan

O símbolo do Kodokan é o Yata No Kagami. É composto por um círculo vermelho que representa o Sol, inscrito no centro de uma figura octogonal (OITO lados), é um "espelho mágico", com o poder de revelar o que há na alma de quem olha para ele. É uma das três relíquias passadas pelos deuses ao primeiro imperador japonês e significa sabedoria ou honestidade (a interpretação varia na literatura). Não confundir com a Sakura No Hana (flor de cerejeira). A flor de cerejeira representa, geralmente, as escolas antigas de jujutsu e possuem CINCO lados!

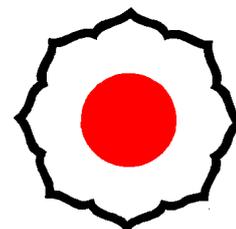
Presidentes do Kodokan

1º Presidente – Jigoro Kano

2º Presidente – Jiro Nango

3º Presidente – Risei Kano (filho do fundador)

4º Presidente – Yukimistu Kano (neto do fundador)



Guardiões do Kodokan

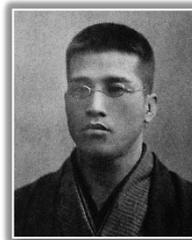
Shiro Saigo
(Sugata Sanshiro)



Sakujiro Yokoyama



Yoshiaki Yamashita



Tsunejiro Tomita



Código de Honra (BUSHIDO)

A classe guerreira do Japão feudal conhecida como samurai (ou bushi), conseguiu fama por sua bravura, técnicas marciais, honra e por seu espírito inabalável diante da morte. Essa reputação se deve à um código de ética e conduta, seguido e vivido pelos guerreiros, conhecido como bushido.

Preceitos do Bushido:

GI - Justiça e Moralidade

Atitude direta, razão correta, decidir sem hesitar;

YU - Coragem

Bravura heroica;

JIN - Compaixão

Benevolência, simpatia, amor incondicional para com a humanidade;

REI - Polidez e Cortesia

Amabilidade;

MAKOTO - Sinceridade

Veracidade total, nunca mentir;

MEIYO - Honra

Glória;

CHUGO - Dever e Lealdade

Devoção, Lealdade.

O bushido oferece padrões que regem a vida do guerreiro samurai, principalmente no que diz respeito a honra e coragem. Para o samurai, morrer em uma batalha ou duelo, significa honrar o nome de sua família e de seus ancestrais. Falhar diante do dever de proteger seu senhor, era a maior desonra para o guerreiro, que não tinha outra escolha senão cometer o suicídio, conhecido como seppuku.



← Samurais

Código Moral

Visando fortalecer o caráter filosófico da prática do judô e fazer com que os praticantes do judô crescessem como pessoas, o mestre Jigoro Kano idealizou um código moral baseado em oito princípios básicos:

- **Cortesia**, para ser educado no trato com os outros;
- **Coragem**, para enfrentar as dificuldades com bravura;
- **Honestidade**, para ser verdadeiro em seus pensamentos e ações;
- **Honra**, para fazer o que é certo e se manter de acordo com seus princípios;
- **Modéstia**, para não agir e pensar de maneira egoísta;
- **Respeito**, para conviver harmoniosamente com os outros;
- **Autocontrole**, para estar no comando das suas emoções;
- **Amizade**, para ser um bom companheiro e amigo.

PRINCIPIOS MÁXIMOS DO JUDÔ

“SEIRYOKO ZEN’YO”

Máxima Eficiência com o mínimo de esforço do corpo e do espírito.

“JITA KYOEI”

Prosperidade e Benefícios Mútuos.

Ao contrário de outras artes marciais como o Kenjutsu (esgrima), Sojutsu (lança) e do Kyujutsu (flecha), o judô é um método de defesa contra ataques no qual geralmente não se usa armas, mesmo que às vezes este uso seja aceitável, e esta é uma característica particular do ju-jutsu, que ao contrário do Kenjutsu, Sojutsu e Kyujutsu em que é necessário o uso de armas, no judô os seus praticantes não se limitam a nenhum método em particular de defesa contra ataque. No Judô usamos a força desprendida do adversário pra conseguir projeta-lo usando o mínimo de força.

Jigoro Kano se preocupava com a importância da solidariedade huma para o bem individual e universal. Achava ainda que a ideia do progresso pessoal devia ligar-se a ajuda ao próximo, pois acreditava que a eficiência e o auxílio aos outros criaria um ser humano mais completo.

PRINCIPIOS DO JUDÔ

- Conhecer-se é dominar-se, dominar-se e triunfar;
- Quem teme perder já está vencido;
- Somente se aproxima da perfeição quem a procura com constância, sabedoria e, sobretudo humildade;
- Quando verificares com tristeza de que nada sabes, terás feito teu primeiro progresso para o aprendizado;
- Nunca te orgulhe de haver vencido um adversário, ao que venceste hoje poderá derrotar-te amanhã, a única vitória que perdura é a que se conquista sobre a própria ignorância;
- O judoca não se aperfeiçoa para lutar, luta para se aperfeiçoar;
- O judoca é o que possui inteligência para compreender aquilo que lhe ensinam e paciência para ensinar o que aprendeu aos seus semelhantes;
- Saber cada dia um pouco mais, utilizando o saber para o bem, esse é o caminho do verdadeiro judoca;
- Praticar judô é educar a mente a pensar com velocidade e exatidão, bem como o corpo a obedecer com justeza. O corpo é uma arma cuja eficiência depende da precisão com que se usa a inteligência.

“A derrota na competição e no treinamento não deve ser uma fonte de desânimo ou desespero. É sinal da necessidade de uma prática maior e de esforços redobrados.”

(Jigoro Kano)

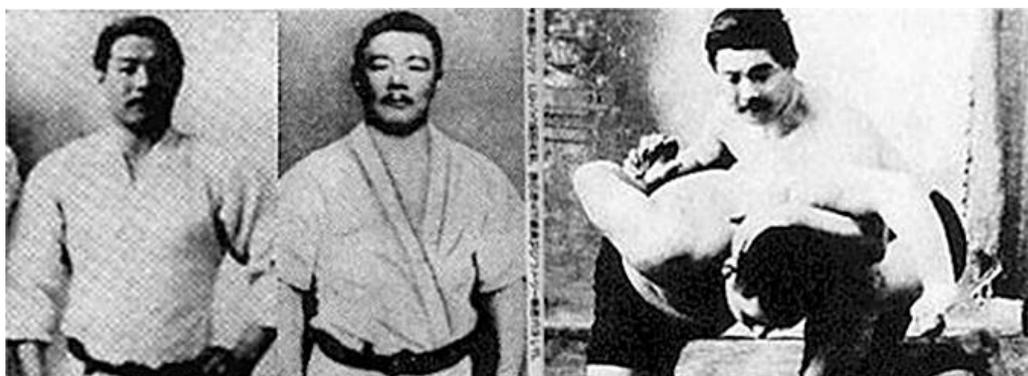


INTRODUÇÃO DO JUDÔ NO BRASIL

A imigração japonesa foi o fator mais importante para o surgimento do judô no Brasil. A influência exercida por lutadores profissionais representantes de diversas escolas de ju-jutsu japonês também contribuiu para o desenvolvimento do judô. O início do judô no Brasil ocorreu sem instituições organizadoras. Apenas na década de 1920 e início dos anos 1930 chegaram ao Brasil os imigrantes que conseguiram organizar as práticas do judô e kendô no país. Em São Paulo, destaque para Tatsuo Okoshi (1924), Katsutoshi Naito (1929), Tokuzo Terazaki (1929 em Belém e 1933 em São Paulo), Yassuishi Ono (1928), Sobei Tani (1931) e Ryuzo Ogawa (1934). Takaji Saigo e Geo Omori, ambos com vínculo na Kodokan, chegaram a abrir academias em São Paulo na década de 1920, porém, essa atividade não teve continuidade. Na década de 1930 Omori foi instrutor na Associação Cristã de Moços no Rio de Janeiro e, posteriormente, se radicou em Minas Gerais. No norte do Paraná, nas cidades de Assaí, Uraí e Londrina, o judô deu seus primeiros passos com Sadai Ishihara (1932) e Shunzo Shimada (1935). Os primeiros professores a chegarem ao Rio de Janeiro, foram Masami Ogino (1934), Takeo Yano (1931), Yoshimasa Nagashima (1935-6 em São Paulo e 1950 no Rio de Janeiro) e Geo Omori, vindo de São Paulo (1930 aproximadamente).

A chegada dos primeiros professores-lutadores também deixou o seu legado. Dentre os pioneiros se destacaram, Mitsuyo Maeda e Soishiro (Shinjiro) Satake, alunos de Jigoro Kano. Eisei Mitsuyo Maeda, também chamado Conde Koma, chegou ao Brasil em 14 de novembro de 1914, entrando no país por Porto Alegre. Junto com ele chegaram Satake, Laku, Okura e Shimisu. Em 18 de dezembro de 1915 a trupe de lutadores chegou a Manaus, mas antes disso rodou o Brasil em demonstrações e desafios. Conde Koma se radicou em Belém do Pará, em 1921, enquanto Satake ficou em Manaus, onde ministrava aulas no Bairro da Cachoeirinha ainda na década de 20. Maeda fundou sua primeira academia de judô no Brasil no Clube do Remo, bairro da cidade velha. A contribuição dos imigrantes japoneses que divulgaram o judô parece ter sido mais importante do que a contribuição de Conde Koma, e seus companheiros lutadores. Da chegada do Kasato Maru ao Brasil (1908) até a Segunda Guerra Mundial, os nomes e as práticas se confundiam. Encontra-se na literatura judô, jiu-do, jujutsu, jiu-jitsu e ainda jiu-jitsu Kano, muitas vezes para designar a mesma prática.

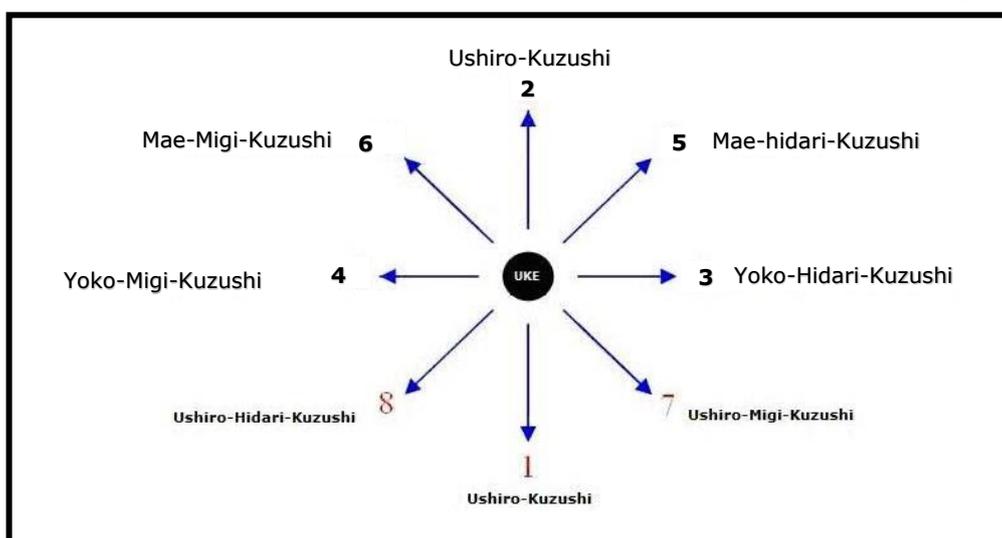
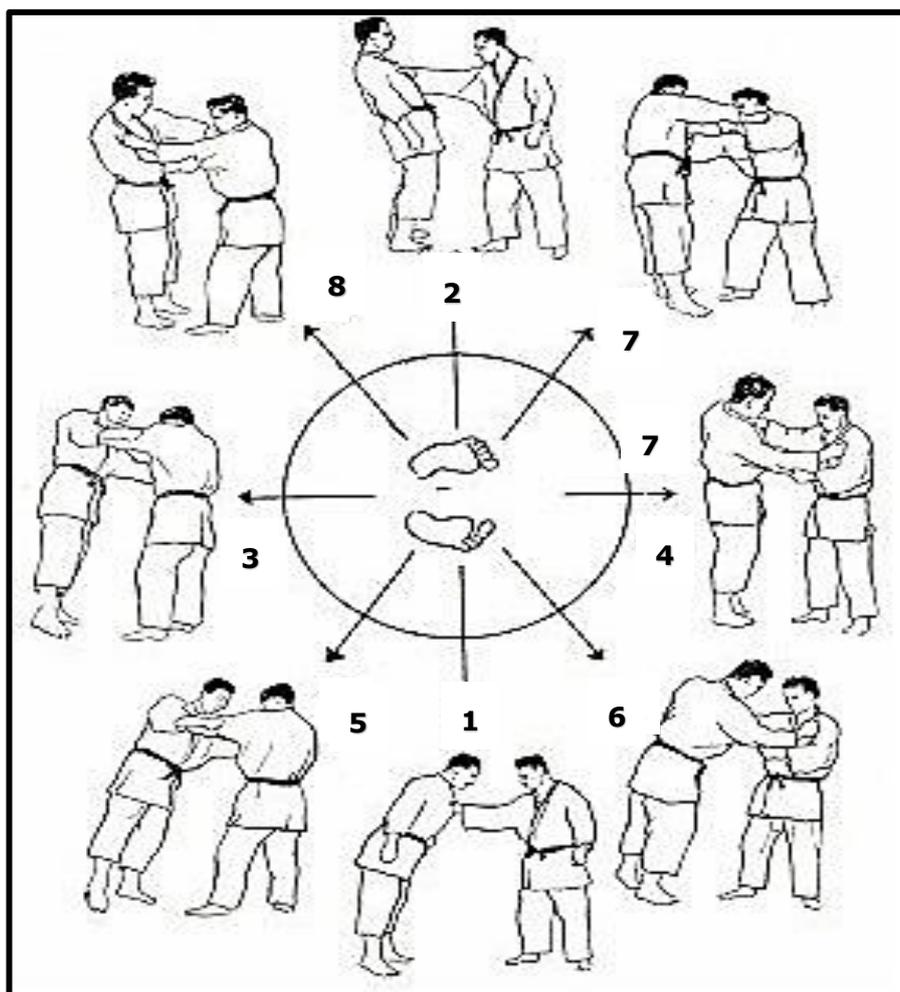
A institucionalização do esporte, inicialmente organizada pela colônia japonesa, depois sob o controle da Confederação Brasileira de Pugilismo e finalmente a criação da Confederação Brasileira de Judô foram os passos para a diferenciação das práticas de luta e a organização do judô no país.



KUZUSHI (desequilíbrio)

Na aplicação de uma técnica há 3 fundamentos: Kuzushi (desequilíbrio), Tsukure (preparo) e Kake (finalização), por ser o primeiro, o Kuzushi passa a ser neste caso o principal fundamento na aplicação de uma técnica, para usarmos pouca força, é necessário que o kuzushi seja aplicado conforme a técnica que irá ser executar.

A quebra de equilíbrio do oponente pode ser direcionada para qualquer um dos pontos cardeais ou colaterais proporcionando oito direções possíveis (Hampo No Kuzushi).



SHINTAI (movimento do corpo)

As movimentações sempre se iniciam com o pé esquerdo e o retorno ocorre com o pé direito, o pé esquerdo é a ação da movimentação e o pé direito é o retorno da ação da movimentação. Os tipos de movimentações são as seguintes:

AYUMI-ASHI - Passo normal.

Caminhada normal igual ao nosso passo, apenas mais baixo e quase não se desprende do tatame, pode ser executado para frente ou para trás, ou em todas as outras direções.

SURI-ASHI - Passo normal arrastado.

É um passo mais arrastado e o peso do corpo situa-se na ponta dos pés que deslizam sem perder o contato com o tatame, fazendo com certa cadência com os pés ultrapassando o outro.

TSUGI-ASHI - Passo emendado.

Ao contrário do Suri ashi, os pés não são ultrapassados seja para frente ou para trás, eles se aproximam um do outro e depois se distanciam novamente.



TAI-SABAKI (esquiva)

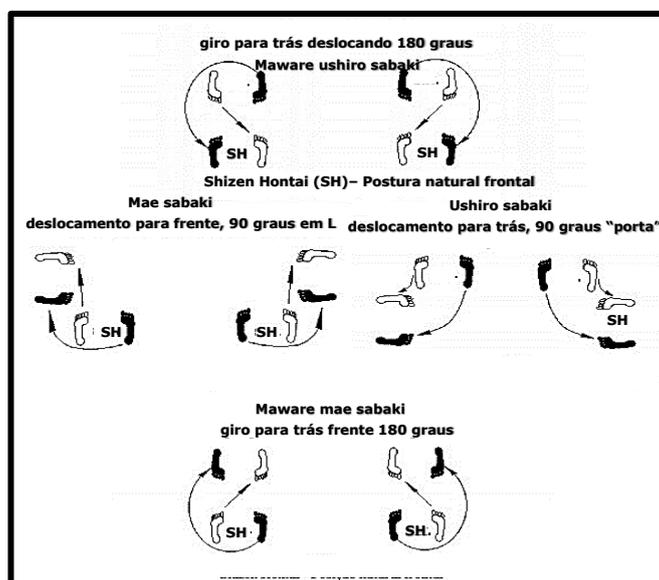
É o termo utilizado para designar o controle do corpo.

Envolve movimentos de rotação que devem ser rápidos e naturais.

O corpo deve mover-se com suavidade, mantando-se sempre o equilíbrio.

O domínio do Tai-Sabaki é a chave para a perfeita execução das técnicas de projeção.

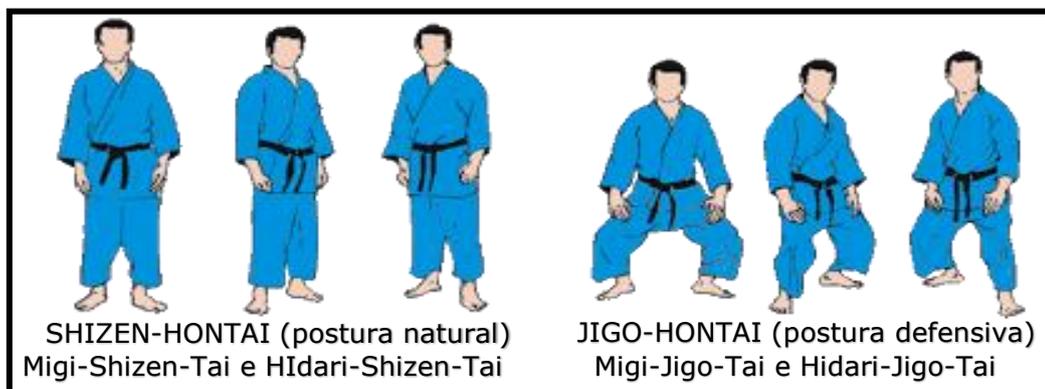
A perfeição e a habilidade com que se aplica as técnicas dependem dos movimentos de avanço e recuo do corpo, se eles estiverem corretos, a posição ideal será alcançada sem muito esforço.



SHIZEN (postura)

É a posição base para todos os movimentos, feito corretamente facilita a rapidez e precisão na aplicação da técnica, deve-se sempre adotar esta postura para uma possível mudança de posição.

O peso do corpo deve ser distribuído igualmente por ambos os pés principalmente nos dedos.



GUEIKO (treinamento)

TENDOKU-RENSHIU

Sombra ou treinamento solitário, com ou sem espelho ou aparelhos em que se procura lapidar os golpes e melhorar a rapidez.

UCHI-KOMI

Possível aos pares e também em trio. Visa o aprimoramento das técnicas, da rapidez e da força localizada em movimentos repetitivos, faz o Kuzushi e o tsukuri e volta ao início, sem completar o arremesso.

YAKU-SOKU-GEIKO

Treino aos pares, livre e bem leve, um ataca depois o outro ataca, sem defesa com o movimento. Explora todas as possibilidades de golpe. Visa principalmente condicionar os sentidos para o aproveitamento das oportunidades que se oferecem durante o combate.

KAKARI-GEIKO

É o ataque consecutivo de esquerda e direita onde só um ataca, com defesa leve do companheiro que apenas utiliza o Tai-Sabaki, este treinamento também promove o condicionamento do atleta.

RENRAKU-RENKA-WAZA

Este treinamento permite o estudo e aperfeiçoamento de técnicas que se combinam, aproveitando a devesa ou a escapada do adversário para aplicar outra técnica.

KAESHI-WAZA

Treinamento de contra-ataques, muito bom para o preparo do atleta quando o mesmo participar do Shiai.

RANDORI

É o treinamento livre e completo, onde o atleta emprega todo o seu conhecimento e capacidade. É onde se testa a própria eficiência para conhecer os pontos negativos e positivos com possibilidades reais e imaginárias.

SHIAI

É o combate, onde os atletas fazem a luta em Nague-Waza e com oportunidades seguem em Ne-Waza, a meta final para a qual o atleta se prepara por longos períodos. É onde em poucos minutos ou mesmo segundos todo o esforço pode ser coroado com êxito ou não.

NAGUE-WAZA

TATCHI-WAZA – Técnicas de projeção em pé

TE-WAZA – Técnicas de mão (16)

SEOI-NAGUE



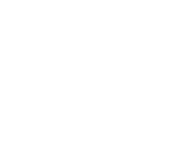
TAI-OTOSHI



OBI-TORI-GAESHI



KO-UCHI-GAESHI



MOROTE-GARI



UCHI-MATA-SUKASHI



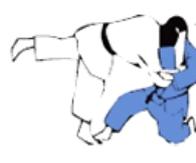
KATA-GURUMA



SUKUI-NAGUE



UKI-OTOSHI



IPPON-SEOI-NAGUE

SUMI-OTOSHI



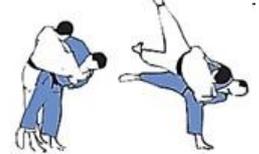
OBI-OTOSHI



SEOI-SOTOHI



YAMA-ARASHI



KUCHIKI-TAOSHI



KIBISU-GAESHI



KOSHI-WAZA – Técnicas de quadril (10)

KOSHI-GURUMA



O-GOSHI



UKI-GOSHI



TSURI-GOSHI



TSURI-KOMI-GOSHI



SODE-TSURI-KOMI-GOSHI



HARAI-GOSHI



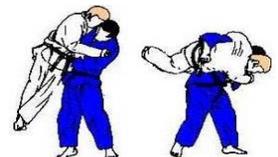
HANE-GOSHI



USHIRO-GOSHI



UTSURI-GOSHI



ASHI-WAZA – Técnicas de perna ou pé (21)

DE-ASHI-BARAI



TSUBAME-GAESHI



SASSAE-TSURI-KOMI-ASHI



OKURI-ASHI-BARAI



O-UCHI-GARI



KO-UCHI-GARI



KO-SOTO-GARI



KO-SOTO-GAKE



HANE-GOSHI-GAESHI



HARAI-GOSHI-GAESHI

HARAI-TSURI-KOMI-ASHI



O-SOTO-GARI



O-SOTO-GURUMA



O-SOTO-OTOSHI



UCHI-MATA



ASHI-GURUMA



O-GURUMA



HIZA-GURUMA



**O-SOTO-GAESHI
O-UCHI-GAESHI
UCHI-MATA-GAESHI**

SUTEMI-WAZA – Técnicas de sacrifício

MA-SUTEMI-WAZA – Técnicas de sacrifício para frente (05)

SUMI-GAESHI



HIKIKOMI-GAESHI



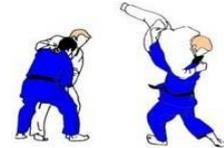
TAWARA-GAESHI



TOMOE-NAGUE



URA-NAGUE



YOKO-SUTEMI-WAZA – Técnicas de sacrifício para o lado (16)

UKI-WAZA



TANI-OTOSHI



YOKO-OTOSHI



YOKO-GURUMA



YOKO-GAKE



YOKO-WAKARE



**HANE-MAKIKOMI
SOTO-MAKIKOMI
UCHI-MAKIKOMI
UCHI-MATA-MAKIKOMI
O-SOTO-MAKIKOMI
DAKI-WAKARE**

KAWAZU-GAKE



HARAI-MAKIKOMI / KANI-BASAMI

KO-UCHI-MAKIKOMI

KATAME-WAZA

OSSAE-WAZA - Técnicas de imobilização (10)

KESA-GATAME



KUZURE-KESA-GATAME



UKI-GATAME

KATA-GATAME



KAMI-SHIRO-GATAME



KUZURE-KAMI-SHIRO-GATAME



YOKO-SHIRO-GATAME



TATE-SHIRO-GATAME



USHRO-KESA-GATAME



URA-GATAME



SHIME-WAZA - Técnicas de estrangulamento (12)

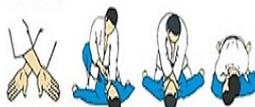
KATA-JUJI-JIME



NAMI-JUJI-JIME



GYAKU-JUJI-JIME



HADAKA-JIME



KATAHA-JIME



OKURI-ERI-JIME



DO-JIME

SANKAKU-JIME



TSUKKOME-JIME



RIOTE-JIME



KATATE-JIME



SODE-GURUMA-JIME



KANSETSU-WAZA - Técnicas de chave de braço (10)

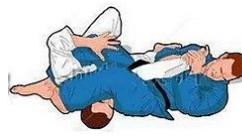
UDE-GARAMI



UDE-GATAME



JUJI-GATAME



SANKAKU-GATAME



HIZA-GATAME



WAKI-GATAME



HARA-GATAME



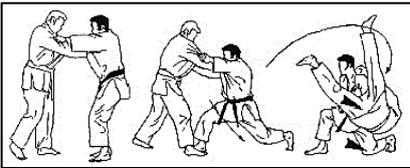
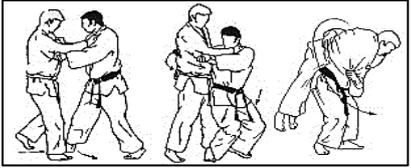
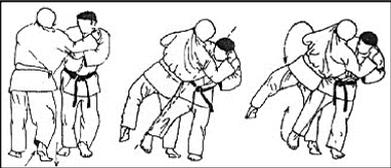
ASHI-GARAMI

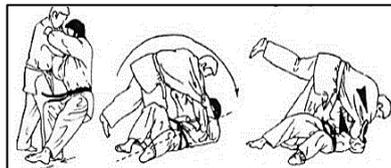


TE-GATAME / ASHI-GATAME

CLASSIFICAÇÃO DAS TÉCNICAS DO KODOKAN

Nague-Waza (técnicas em pé) 68 técnicas de projeção

TATI-WAZA	
Te-Waza	Koshi-Waza
<p>Técnicas de braço (16 técnicas)</p> 	<p>Técnicas de quadril (10 técnicas)</p> 
Ashi-Waza	
<p>Técnicas de perna (21 técnicas)</p> 	

SUTEMI-WAZA	
Ma-Sutemi-Waza	Yoko-Sutemi-Waza
<p>Técnicas de sacrifício para frente (05 técnicas)</p> 	<p>Técnicas de sacrifício para o lado (16 técnicas)</p> 

Katame-Waza (técnicas de domínio no solo) 32 técnicas de controle

Ossae-Waza	Shime-Waza	Kansetsu-Waza
<p>Técnicas de imobilização (10 técnicas)</p> 	<p>Técnicas de estrangulamento (12 técnicas)</p> 	<p>Técnicas de luxação (10 técnicas)</p> 

GO-KYU

1ª série - 1k Kyu

DE-ASHI-BARAI



HIZA-GURUMA



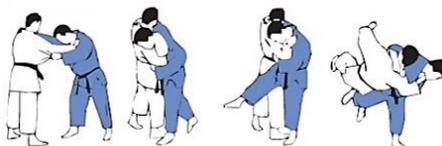
SASSAE-TSURI-KOMI-ASHI



UKI-GOSHI



O-SOTO-GARI



O-GOSHI



O-UCHI-GARI



IPPON-SEOI-NAGUE



2ª série - 2k Kyu

KO-SOTO-GARI



KO-UCHI-GARI



KOSHI-GURUMA



TSURI-KOMI-GOSHI



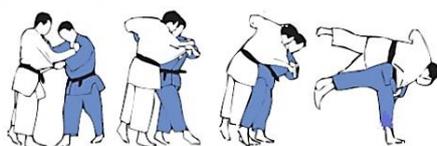
OKURE-ASHI-BARAI



TAI-OTOSHI



HARAI-GOSHI



UCHI-MATA



3ª série – San Kyu

KO-SOTO-GAKE



TSURI-GOSHI



YOKO-OTOSHI



ASHI-GURUMA



HANE-GOSHI



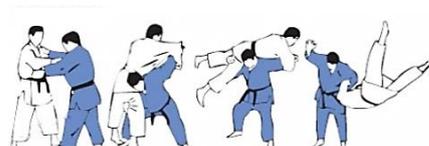
HARAI-TSURI-KOMI-ASHI



TOMOE-NAGUE

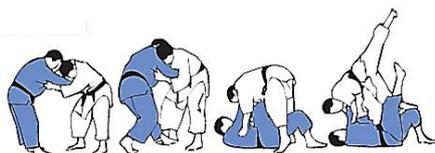


KATA-GURUMA



4ª série – Yon Kyu

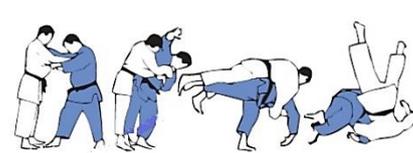
SUMI-GAESHI



TANI-OTOSHI



HANE-MAKI-KOMI



SUKUI-NAGUE



UTSURI-GOSHI



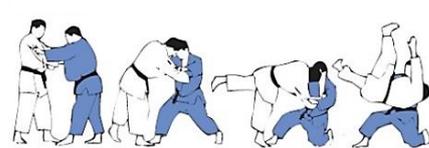
O-GURUMA



SOTO-MAKI-KOMI



UKI-OTOSHI



5ª série – Go Kyu

O-SOTO-GURUMA



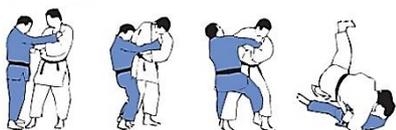
UKI-WAZA



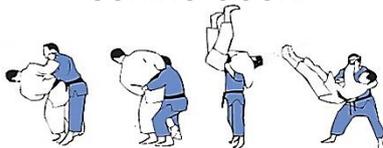
YOKO-WAKARE



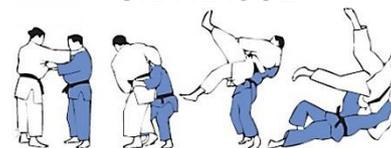
YOKO-GURUMA



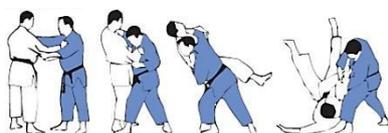
USHIRO-GOSHI



URA-NAGUE



SUMI-OTOSHI



YOKO-GAKE



NAGUE-NO-KATA

1ª série do Nague No Kata (TE-WAZA)

UKE-OTOSHI



IPPON-SEOI-NAGUE



KATA-GURUMA



2ª série do Nague No Kata (KOSHI-WAZA)

UKE-GOSHI



HARI-GOSHI



TSURI-KOMI-GOSHI



3ª série do Nague No Kata (ASHI-WAZA)

OKURI-ASSI-HARAI



SASSAE-TSURI-KOMI-ASHI



UCHI-MATA



4ª série do Nague No Kata (MA-SUTEMI-WAZA)

TOMOE-NAGUE



URA-NAGUE



SUMI-GAESHI



5ª série do Nague No Kata (YOKO-SUTEMI-WAZA)

YOKO-GAKE



YOKO-GURUMA

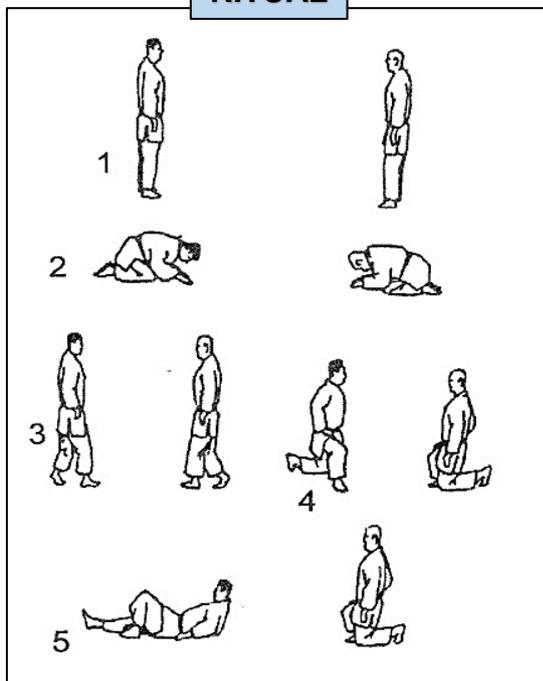


UKI-WAZA

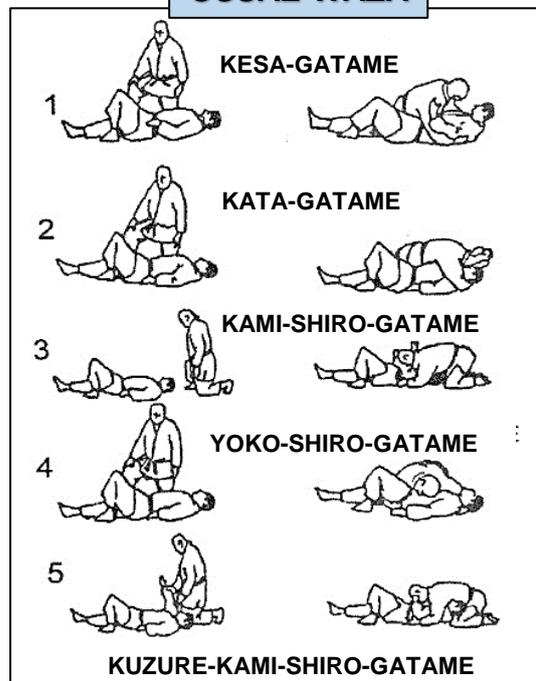


KATAME-NO-KATA

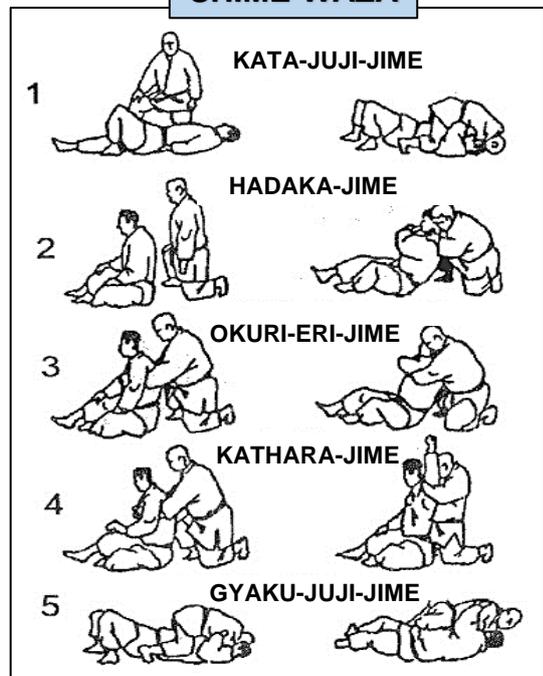
RITUAL



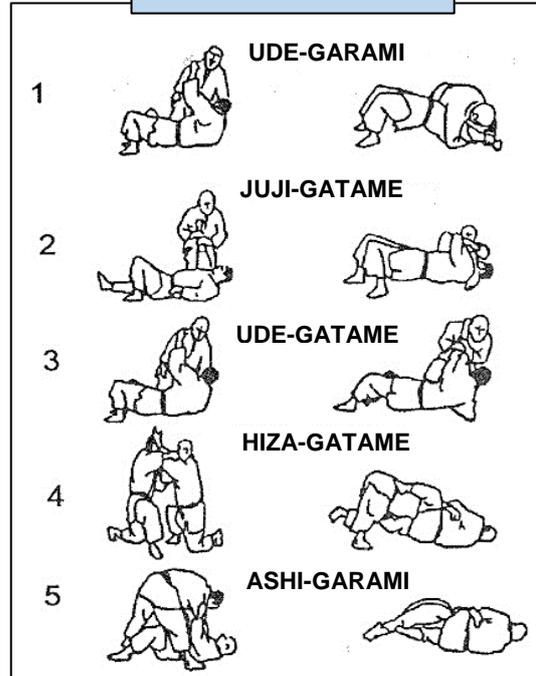
OSSAE-WAZA



SHIME-WAZA



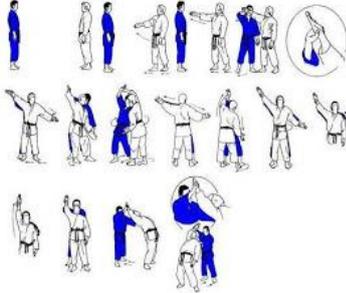
KANSETSU-WAZA



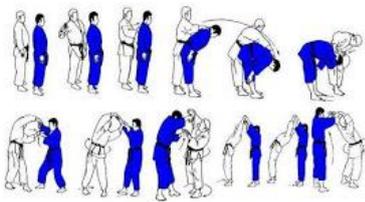
JU-NO-KATA

IKKYO

TSURI-DASHI



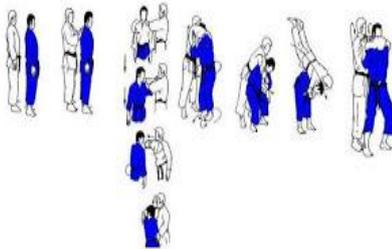
KATA-OSHI



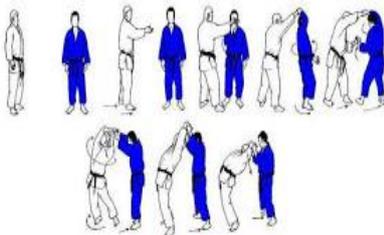
RIOTE-DORI



KATA-MAWASHI

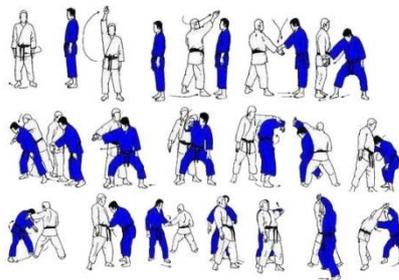


AGO-ASHI

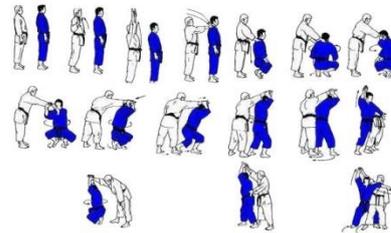


NYKYO

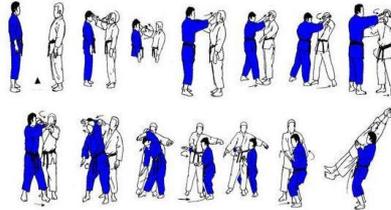
KIRI-OROSHI



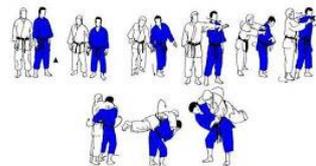
RYO-KATA-OSHI



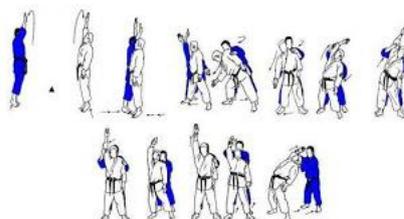
NANAME-UCHI



KATATE-DORI



KATATE-AGE



SANKYO

OBI-TORI



MUNE-OSHI

TSUKI-AGE

UCHI-OROSHI

RYO-GAN-TSUKI

KIME-NO-KATA

RITUAL



IDORI (Técnica de Rebaixamento)

RYOTE-DORI



SURI-AGE



USHIRO-DORI



KIRI-KOMI



TSUK-KAKE



YOKO-UCHI



TSUK-KOMI



YOKO-TSUKI



TACHI AI (Técnicas em pé)

RYOTE-DORI



TSUKI-AGE



KE-AGE



KIRI-KOMI



SODE-DORI



SURI-AGE



USHIRO-DORI



NUKE-KAKE



TSUK-KAKE



YOKO-UCHI



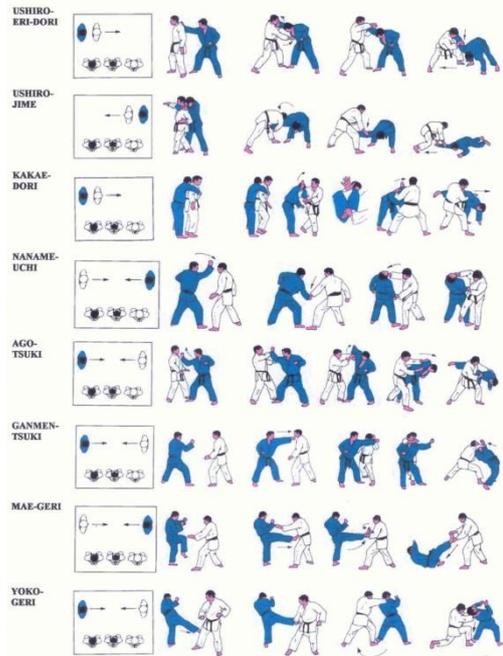
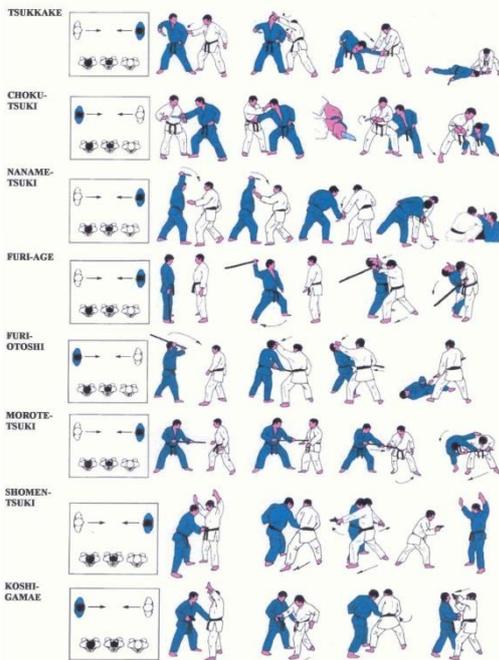
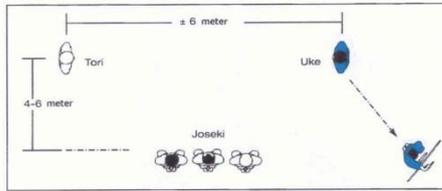
TSUK-KOMI



NUKE-KAKE



KODOKAN-GOSHIN-JITSU



HENRAKU-WAZA (Técnicas Combinadas)

SASSAE-TSURI-KOMI-ASHI			
DE-ASHI-BARAI	KO-SOTO-GRI	O-SOTO-GARI	UCHI-MATA
TSURI-KOMI-GOSHI			
O-UCHI-GARII	TAI-OTOSHI	UCHI-MATA	SODE-TSURI-KOMI-GOSHI
HARAI-GOSHI			
HARAI-MAKIKOMI	O-SOTO-GARI	TAI-OTOSHI	SEOI-OTOSHI
TAI-OTOSHI			
SEOI-OTOSHI	O=UCHI-GARI	SEOI-NAGUE	UCHI-MATA
IPPON-SEOI-NAGUE			
O-UCHI-GARI	YOKO-WAKARI	KATA-GURUMA	KO-UCHI-GARI
HANEI-GOSHI			
HANEI-MAKIMOMI	O-UCHI-GARI	SOTO-MAKIMOMI	UCHI-MATA
KOSHI-GURUMA			
SOTO-MAKI-KOMI	HARAI-GOSHI	O-UCHI-GARI	TAI-OTOSHI
O-SOTO-GARI			
O-SOTO-OTOSHI	SUMI-OTOSHI	O-UCHI-GARI	UCHI-MATA
HIZA-GURUMA			
DE-ASHI-BARAI	O-SOTO-GARAI	TAI-OTOSHI	O-UCHI-GARI
KO-SOTO-GARI			
ASHI-GURUMA	SUKUI-NAGUE	O-SOTO-GARI	TANI-OTOSHI

KAESHI-WAZA (Técnicas de Contra Ataque)

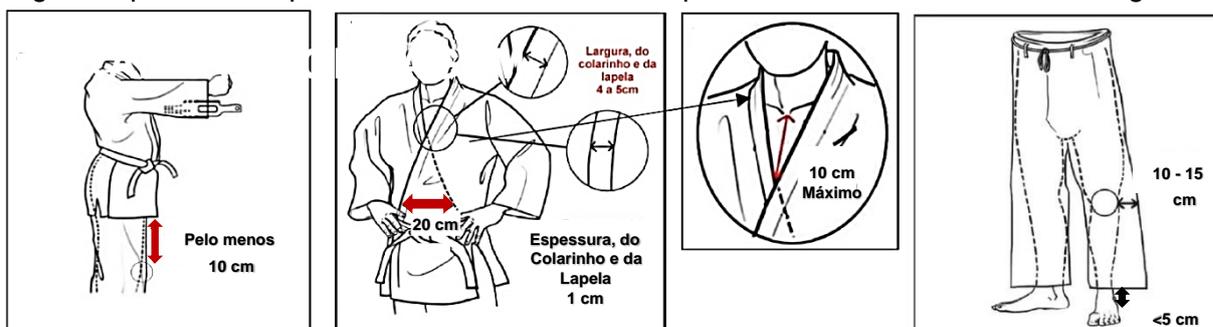
SASSAE-TSURI-KOMI-ASHI			
O-UCHI-GARI	SUMI-OTOSHI	O-SOTO-GARI	KUSHIKI-TAOSHI
TSURI-KOMI-GOSHI			
USHIRO-GOSHI	TSURI-GOSHI	KO-SOTO-GARI	UTSURI-GOSHI
HARAI-GOSHI			
O-SOTO-GURUMA	TANI-OTOSHI	USHIRO-GOSHI	KO-SOTO-GARI
TAI-OTOSHI			
KO-SOTO-GARI	KO-SOTO-GAKE	YOKO-GURUMA	TANI-OTOSHI
IPPON-SEOI-NAGUE			
YOKO-WAKARE	USHIRO-GOSHI	UKI-GOSHI	TANI-OTOSHI
HANEI-GOSHI			
USHIRO-GOSHI	TANI-OTOSHI	KO-SOTO-GAKE	O-GOSHI
KOSHI-GURUMA			
USHIRO-GOSHI	UKI-GOSHI	YOKO-GURUMA	TANI-OTOSHI
O-SOTO-GARI			
YOKO-GURUMA	O-SOTO-GARI	USHIRO-GOSHI	TANI-OTOSHI
HIZA-GURUMA			
KOSHIKI TAOSHI	O-SOTO-GARI	USHIRO-GOSHI	TANI-OTOSHI
KO-SOTO-GARI			
UCHI MATA	HARAI-GOSHI	O-USHI-GARI	TAI-OTOSHI

ARBITRAGEM

JUDOJI

O uniforme (judogi) na competição deve ter as características regulamentadas pela FIJ, e assim estabelecer um padrão para todos os competidores. O judogi é o centro das estratégias e táticas do esporte.

O judogi tem que estar limpo e sem odor, o zubom tem que ter o mesmo tom de cor do wagi.



Para uma melhor eficiência e para ter uma boa pegada, é necessário que o wagi esteja bem arrumado dentro da faixa, com a faixa bem apertada.

Para reforçar isso, o competidor deve arrumar o seu Judogi e a faixa rapidamente entre o mate e hajime anunciado pelo Árbitro.

Se um Atleta intencionalmente, perde muito tempo arrumando o Judogi e faixa, ele receberá um shido.

Se o atleta segurar a saia do WAGUI do seu oponente:

WAGI estando dentro da faixa, aplica-se SHIDO, e na terceira vez HANSOKU-MAKE.

WAGI fora da faixa, é considerado como um kumikata regulamentado, tem que haver um ataque imediato, caso isso não ocorra será SHIDO.

TEMPO DE LUTA

O tempo de luta para HOMENS e MULHERES São os mesmos:

CLASSE	TEMPO	GOLDEN SCORE
SÊNIOR	4 minutos	Livre
SUB 21	4 minutos	Livre
SUB 18	4 minutos	Livre
SUB 15	3 minutos	Livre
SUB 13	2 minutos	Livre
VETERANOS	3 minutos	Livre
*INICIANTE	3 minutos	Livre
*SUB 11	2 minutos	1 minuto

* Classes definidas pela FEBAJU.

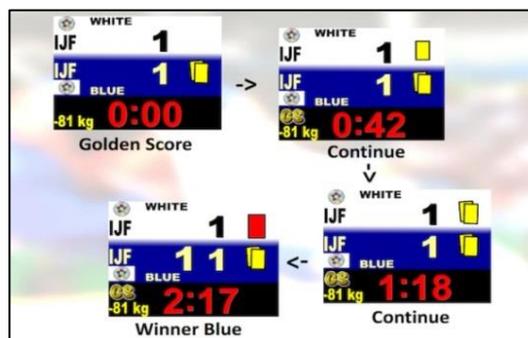
GOLDEN SCORE

Quando ambos os atletas não tiverem pontuação técnica ou quando as pontuações técnicas são iguais ao fim do tempo normal de luta, a luta deve continuar em Golden Score não importando o(s) Shido(s) dados.

Qualquer pontuação(ções) e/ou shido(s) existentes durante o tempo normal de luta serão levados para o Golden Score e ficarão no placar.

O Golden Score pode somente ser vencido por uma pontuação técnica (waza-ari ou ippon) ou hansoku-make (direto ou por acúmulo de shido).

Uma penalidade nunca é uma pontuação.



AVALIAÇÃO DE PONTUAÇÕES EM TACHI-WAZA

Existirá agora somente Ippon e Waza-ari.

IPPON

É o ponto mais alto, é a avaliação mais elevada e que leva a vitória do combate e sinaliza o término do combate;

Existem 4 maneiras de marcar Ippon,

- 1º - Jogar o adversário com força, velocidade, controle e amplamente de costas;
- 2º - Em trabalho de solo imobilizar o adversário por 20 segundos;
- 3º - Aplicar o Shime-Waza (estrangulamento) e o adversário desistir;
- 4º - Aplicar Kansetsu-Waza (chave de braço) e o adversário desistir.

• Ippon será dado quando o Atleta jogar seu oponente de costas, aplicando uma técnica ou contra-atacando uma técnica de ataque de seu oponente, com considerável habilidade com máxima eficiência:

- (*) "ikioi" = impulso com ambas força e velocidade.
- "hazumi" = habilidade com ímpeto, intensidade ou ritmo.

• Critérios para Ippon:

1. Velocidade;
2. Força;
3. Sobre as costas;
4. Controle com habilidade até o término da projeção.

• "Rolando" pode ser considerado Ippon somente se não existir parada durante a queda.

A diferença do rolamento faz com que a avaliação dos pontos seja IPPO

(Quando UKE rola nas costas)



WAZARI

Waza-ari será dado quando os quatro critérios para o Ippon não estiverem totalmente presentes.

- O valor de Waza-ari inclui aqueles dados para Yuko no passado.
- Dois Waza-ari são equivalentes a um Ippon (waza-ari-awasete-ippou) e a luta será finalizada.
- O rolamento pode ser considerado Waza-ari se houver uma pausa durante o pouso.

A diferença do rolamento faz a avaliação dos pontos serem WAZA-ARI

(Quando UKE rola em seu lado ou quadril)



A avaliação de Waza-ari inclui as dadas para Yuko e Waza-ari no passado.



Esta posição NÃO é WAZA-ARI



Cair sobre ambos os cotovelos ou dois braços é considerado válido e deve ser avaliado como waza-ari.

Cair sobre um cotovelo, sentado ou sobre o joelho, com imediata continuação sobre as costas, será considerado waza-ari.

Cair com um cotovelo e uma mão é considerado válido e deve ser avaliado com waza-ari.



PONTE

Todas as situações de queda voluntária em posição de Ponte, serão avaliadas como Ippon.



DEFESA DE CABEÇA

Defesa intencional com a cabeça será avaliado como hansoku-make (observar quando o UKE cai separando o queixo do pescoço).



DEFESA INVOLUNTÁRIO DE CABEÇA Não penalidade para tori e uke

Atenção especial será dada para as seguintes situações onde Tori tentar projetar seu adversário durante tachi-waza:

Seoi-otoshi (drop seoi-nage)



Sode-tsuri-komi-goshi com
pegada nas duas mangas



Koshi-guruma com ambas as
pegadas na gola



CONTRA - ATAQUE

No caso de Kaeshi-waza, o lançador que está aplicando o contra-ataque, NÃO PODE sofrer o impacto da queda no tatami.

No caso de ataque e contra-ataque, o primeiro competidor que cai de lado (yoko-sutemi-waza) ou de costas (ma-sutemi-waza) não pode pontuar a menos que tenha claro controle do movimento em tachi-waza e finalize a ação.

Se uma pontuação pode ser marcada, ela deve ser pontuada.

Se os dois atletas caem juntos sem claro controle de algum deles, nenhuma pontuação deve ser marcada.

KUMIKATA

Para simplificar a arbitragem e o entendimento de algumas ações de como segurar no judogi (que eram punidas no passado), não mais serão penalizadas:

Pegada em pistola, agarre de gato, cruzada, do mesmo lado e na faixa.

As pegadas não convencionais serão permitidas enquanto TORI estiver preparando um ataque (judô positivo).

Enquanto houver o Kumi-kata não convencional (pegadas regulamentadas) com ações de judô positivo, não haverá tempo determinado para penalização.

Posições negativas são penalizadas com SHIDO, porque elas vão de encontro ao espírito do judô.

Reconhecendo a dificuldade de prepara uma ação de projeção, o tempo entre o Kumi-Kata e preparar um ataque foi estendido para 45 segundos, considerando a existência de judô positivo.

Todas as variações de pegadas não convencionais (pistola, agarre de gato, mesmo lado, cruzada e na faixa) com ações de judô positivo, não haverá tempo determinado para penalização, mas devem ter a intenção de jogar o oponente (Judô positivo), a realização da mesma sem ações de ataque será penalizada com shido.

Posições “negativas” é a intenção de bloquear a intenção de derrubar e isto é shido, não procurar atacar, atitude defensiva, entre outras (Judô negativo).

SHIDO

Retirar o kumi-kata do oponente com as duas mãos e não atacar imediatamente será SHIDO.



*Na mesma situação, passar a cabeça por baixo do braço do adversário e não atacar imediatamente será SHIDO.

Mate imediato, SHIDO.

Bloquear a mão do oponente.



Retirar a pegada do oponente com uma pancada na mão.



Retirar o seu judogi ou do seu oponente da faixa



Não permitir a pegada do oponente por bloqueio com a mão.



POSTURA CURVADA

Toda vez que um atleta forçar o seu adversário para baixo sem a intenção de projetar, será dado SHIDO.



UM OU OS DOIS PÉS FORA

Sair com os dois pés em movimento intencional ou voluntário será punido com shido.



Um pé fora da área de combate sem um ataque imediato ou retorno imediato a área interna, será punido com shido.



ENTRELAÇAMENTO DAS PERNAS

O ato de entrelaçar a perna sem ataque imediato deve ser punido com shido.



AVALIAÇÃO DE PONTUAÇÕES EM NE-WAZA

Tempo do ossae-komi

WAZA-ARI	10 segundos
IPPON	20 segundos

IMOBILIZAÇÕES

A posição “ura” é válida agora.



Este tipo de ossae-komi NÃO é válido.



SHIME-WAZA e KANSETSU-WAZA

Shime-waza ou Kansetsu-waza, ao mesmo tempo que se faz o alongamento excessivo de uma perna reta, está proibido.

Será dada especial atenção às seguintes situações:

- Quando Tori, ao aplicar um shime-waza, também estica e alonga excessivamente a perna de Uke.
- Mate! deve ser imediato e Shido será dado.



SHIME-WAZA PROIBIDO

Shime-waza não é permitido com a sua faixa ou a faixa do oponente ou com a parte de baixo do wagi ou usando somente os dedos.

Essa ação é punida com shido.



AÇÕES VÁLIDAS – não é shido

É possível pegar na perna somente quando os dois atletas estejam claramente em ne-waza e a ação em tachi-waza já esteja terminada. Tori nesta posição de Tachi-waza pode aplicar Kansetsu-waza ou Shime-waza porque Uke está em uma posição de Ne-waza.

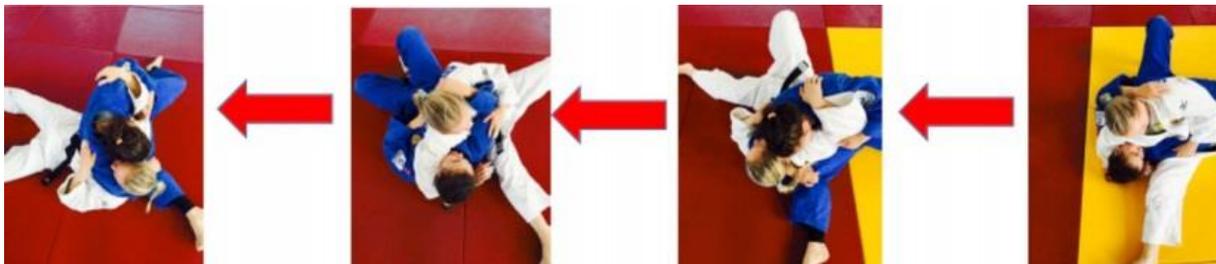


CONTINUAÇÃO DE NE-WAZA

Se Ne-waza começa dentro da área de competição e sai com ação contínua de qualquer atleta pode ser válido.

Osaekomi continuará fora da área de combate caso a imobilização (osaekomi) tenha começado dentro.

Caso, durante o ne-waza fora, uke reverta e tenha controle por meio de uma técnica de chão, isso deve ser válido.



AÇÕES VÁLIDAS – Não é mate

Kansetsu-Waza



Shime-Waza

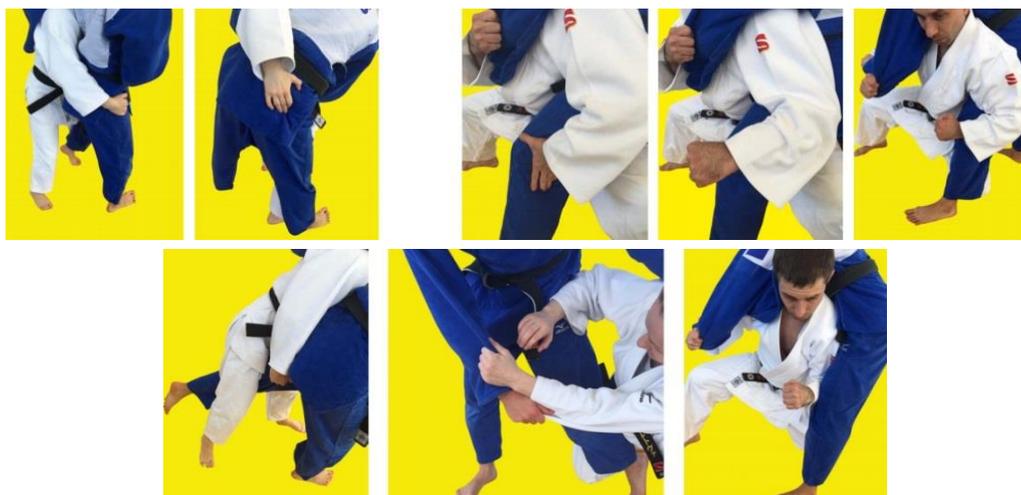


PEGADA NA PERNA OU NA CALÇA

SHIDO

Pegada na perna ou nas calças, será dado shido, cada vez.

Serão dados até 3 shidos até hansoku-make.



PERMITIDO

Quando o TORI com o kumikata com as duas mãos, a ações válidas, não é shido.



PEGADA EM KATA-SANKAKU



É permitido usar a pegada de kata-sankaku em ne-waza.



Kata-sankaku em ne-waza é proibido prender o corpo do oponente com as pernas, devendo aplicar mate.



Kata-sankaku em tachi-waza deve ser aplicado mate.

QUANDO É NE-WAZA



Os dois atletas devem estar com os dois joelhos no chão para ser considerado ne-waza.



Sem contato entre os oponentes deve ser Mate!



Quando ficar com a barriga no tatami, o Azul está em ne-waza.



Controle da pegada pelo Atleta de pé (branco): nós ainda consideramos o Atleta que está de joelhos (azul) em tachi-waza e, conseqüentemente, as regras de tachi-waza devem ser aplicadas. Entretanto, se o Atleta branco não ataca imediatamente, então o árbitro deve dar Mate! O Atleta de joelhos (azul) não pode agarrar as pernas para se defender da queda com seus braços, se isso acontecer shido deve ser dado.

QUANDO ODE OCORRER UM ATAQUE PARTINDO DO NE-WAZA

Situações em que ambos estão no ne-waza, um dos atletas levanta (tachi-waza) e o outro ainda está em ne-waza, ocorrendo imediatamente um ataque a pontuação será válida.

De forma similar, se um dos atletas se defende ajoelhando e o outro (ainda está em pé) ataca imediatamente, a pontuação será válida.

SHIME-WAZA e KANSETSU-WAZA

SITUAÇÕES NÃO VÁLIDAS

Kansetsu-waza e Shime-waza em Tachi-waza (jiju-gatame voador; ude-gatame) SERÃO PROIBIDAS: será comandado mate e shido.

Transições iniciando com técnicas de tachi-waza não se enquadram nesta regra (ex: yoko-tomoe-nage para juji-gatame), Katame-waza só poderá ser executado no solo ou após uma ação de transição.

Naturalmente, se a ação for perigosa ou se poder ferir o oponente, como de costume, será Hansoku-make.

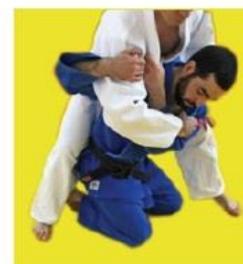
Técnicas como SODE segurando APENAS UM braço do adversário que terminem como ude-gatame e waki-gatame projetando-se ao solo, serão punidas com hansoku-make, e agora o atleta que aplicou ficará fora da competição.

SITUAÇÕES VÁLIDAS

Nesta posição, Tori pode aplicar Sutemi-waza e pode continuar no Ne-waza.



Nesta posição, Tori pode aplicar uma técnica de lançamento ou pode continuar com Kansetsu-waza ou Shime-waza ou Osae-komi-waza.

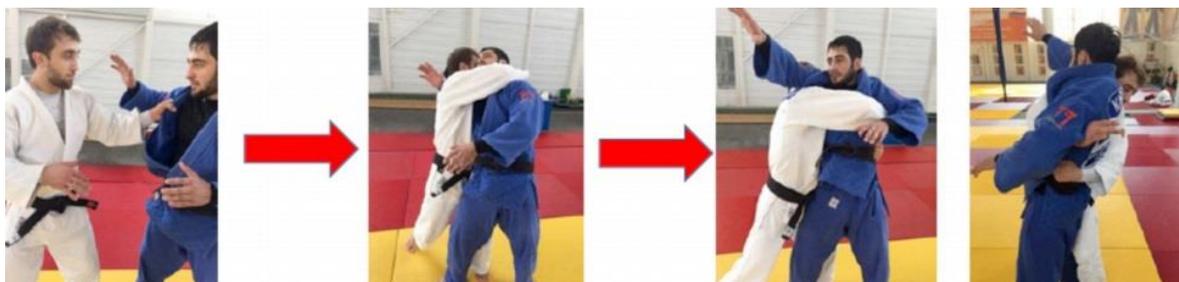


ABRAÇO DE URSO

O abraço de urso será permitido desde que seja efetuado partindo de um kumi-kata.

O abraço de urso DIRETO será penalizado com SHIDO.

Acrescenta-se a esta regra, a possibilidade do atleta que foi atacado realizar um ataque, caso haja pontuação, esta será válida em seguida o atleta que realizou o abraço de urso será penalizado com SHIDO.



JUDÔ NEGATIVO

No caso de um duplo Hansoku-make (em tempo regular ou no golden score) como consequência um terceiro Shido, ambos os atletas serão desqualificados da competição.

RODADA	ACONTECIMENTO	RESULTADO
1ª a 3ª rodada	Ambos ficarão fora da competição	
Quartas de finais	Ambos ficarão na 7ª colocação	3 x 7º colocado
Semifinal	Ambos serão 5º colocado	haverá 3 x 5º colocado e 1 bronze
Final	Ambos ficarão em 2º lugar	não haverá medalha de ouro

*Esta mesma situação valerá para que for penalizado com HANSOKU-MAKE, por aplicar o SODE segurando só com um braço que terminem como ude-gatame ou waki-gatame projetando-se ao solo.

ATENDIMENTO MÉDICO

Toda vez que um atleta sangrar ou bater com a cabeça, e no caso dos homens uma pancada nos órgãos genitais, este poderá ter um atendimento médico.

Todo atendimento médico deverá ser feito fora do tatame, e o atleta lesionado terá que ser acompanhado por um árbitro.

Em caso de sangramento, o atleta só tem direito a dois atendimentos no mesmo local, se acontecer o terceiro o seu adversário será considerado vencedor por kigen gachi, todo atleta poderá ter vários atendimentos por sangramento, contanto que sejam em lugares diferentes.

FORMAS DE VITÓRIA

KATI – Vitória em luta normal, porém não precisa ser anunciado, só faz o gesto;

FUSEN GASHI – Vitória por não comparecimento do adversário;

KIKEN GASHI – Vitória por desistência, mal súbito, 3º sangramento no mesmo lugar, impedimento médico ou abandono.

UNIFORME DO ÁRBITRO

Camisa = Branca

Calça = Cinza

Meias = Preta

Sapatos = Preto

Paletô = Preto

Cinto = Preto

Gravata = Azul marinho

Azul claro é aceita só as oficiais da FIJ



POSICIONAMENTO DOS ATLETAS

Os atletas ao entrarem no shiai para o início do combate, deverão estar:

Atleta de Azul à esquerda do árbitro

Atleta de Branco à direita do árbitro



NOMECLATURAS TÉCNICAS

ASHI-GURUMA	Rodar pela perna	UCHI-MAKIKOME	Esmagada interna
ATAMA-GURUMA	Rodar pela cabeça	UDE-GAESHI	Contra golpe no antebraço
DAKI-WAKARE	Cercar aparando	UKI-GOSHI	Quadril flutuante
DE-ASHI-BARAI	Varrer o pé adiantado	UKI-OTOSHI	Queda flutuante
ERI-SEOI-NAGUE	Derrubar pela lapela	UKI-WAZA	Técnica flutuante
HANE-GOSHI	Impulso de quadril	URA-NAGUE	Derrubar invertendo
HANE-GOSHI-GAESHI	Contra golpe do impulso	USHIRO-GOSHI	Derrubar pelas costas
HANE-MAKIMOME	Impulso esmagador	UTSURI-GOSHI	Troca de quadril
HARAI-GOSHI	Suspender varrendo o pé	WAKI-OTOSHI	Queda com trava de axila
HARAI-GOSHI-GAESHI	Contra golpe da varrida	YAMARASHI	Tempestade na montanha
HARAI-MAKIMOMI	Esmagar varrendo	YOKO-GAKE	Enganchada lateral
HIKIKOME-GAESHI	Contra golpe sem recuo	YOKO-GURUMA	Rodada lateral
HIZA-GURUMA	Rogar pelo joelho	YOKO-OTOSHI	Queda lateral
HIZA-SEOI	Travar joelho	YOKO-TOMOE	Rodar com apoio lateral
IPON-ERI-SEOI-NAGUE	Eixo com pegada na lapela	YOKO-WAKARE	Aparada lateral
IPON-SEOI-NAGUE	Derrubar pelo eixo		
KAENA-GAESHI	Contra golpe no braço	HON-KESA GATAME	Imobilização diagonal
KANI-BASAMI	Tesoura voadora	KAMI-SHIRO-GATAME	Imobilização suspensa
KATA-GURUMA	Rodar pelo ombro	KATA-GATAME	Imobilização pelo ombro
KATA-OTOSHI	Trava de ombro	KUZURE-KAME-SHIRO-GATAME	Variação suspensa
KAWAZU-GAKE	Derrubar enroscando	KUZURE-KESA-GATAME	Variação em diagonal
KIBISU-GAESHI	Golpe no calcanhar	KUZURE-TATE-SHIRO-GATAME	Variação em montada
KO-UCHI-MAKIKOME	Pequena esmagada interna	KUZURE-YOKO-SHIRO-GATAME	Variação lateral
KOSHI-GURUMA	Rodar pelo quadril	MAKURA-KESA-GATAME	Imobilização com travesseiro
KOSHI-NAGUE	Derrubar pelo quadril	MUNE-GATAME	Imobilizar com o peito
KO-SOTO-GAKE	Pequeno gancho externo	TATE-SHIRO-GATAME	Imobilização montada
KO-SOTO-GARI	Pequena ceifada externa	URA-GATAME	Imobilização inversa
KO-UCHI-GAKE	Pequeno gancho interno	USHIRO-KESA-GATAME	Imobilização diagonal de costas
KO-UCHI-GARI	Pequena ceifada interna	YOKO-SHIRO-GATAME	Imobilização lateral
KUSHIKI-TAOSHI	Ceifar o apoio		
MOROTE-GARI	Ceifar com as duas mãos	ASHI-GATAME-JIME	Estrangular com a perna
NI-DAN-GAKE	Varrida dupla externa	DO-JIME	Estrangular cruzando perna
OBI-OTOSHI	Queda pela faixa	GYAKU-JUJI-JIME	Duas mãos para baixo
OBI-TORI-GAESHI	Contra golpe pela faixa	HADAKA-JUJI-JIME	Estrangulamento nú
O-GOSHI	Grande quadril	JIGOKU-JIME	Estrangulamento infernal
O-GURUMA	Grande rodada	KATAHA-JIME	Travar mão atrás da cabeça
OKURE-ASHI-BARAI	Rasteira acompanhante	KATA-JUJI-JIME	Uma mão para baixo
O-SOTO-GAESHI	Contra golpe externo	KATA-TE-JIME	Apoiar mão no ombro
O-SOTO-GARI	Grande ceifada externa	KATATO-JIME	Estrangular com o calcanhar
O-SOTO-GURUMA	Grande roda externa	KOSHI-JIME	Estrangular com quadril
O-SOTO-MAKIKOME	Grande esmagada	NAMI-JUJI-JIME	Duas mãos pra baixo
O-SOTO-OTOSHI	Grande queda externa	OKURI-ERI-JIME	Lapela acompanhante
O-UCHI-GARI	Grande ceifada externa	RIOTE-JIME	Duas mãos fechadas
SASSAE-TSURI-KOMI-ASHI	Bloquear o pé de apoio	SANKAKU-JIME	Estrangular em triangulo
SEOI-NAGUE	Derrubar pelo ombro	SODE-GURUMA-JIME	Estrangular pela manga
SEOI-OTOSHI	Varrida de quadril	TOMOE-JIME	Estrangular rodando
SODE-TSURI-KOMI-GOSHI	Derrubar pela manga	TSUKOMI-JIME	Estrangulamento amassado
SOTO-MAKIMOME	Esmagada externa		
SUKASHI-NAGUE	Derrubar com desvio	ASHI-GARME	Chave de Perna
SUKUI-NAGUE	Derrubar catando	ASHI-GATAME	Chave com a perna
SUMI-GAESHI	Contra golpe em diagonal	HARA-GATAME	Forçar braço com a barriga
SUMI-OTOSHI	Queda para diagonal	HIZA-GATAME	Forçar braço com o joelho
TAI-OTOSHI	Queda de corpo	JUJI-GATAME	Chave DE braço em cruz
TANI-OTOSHI	Queda no vale	KATATO-GATAME	Força o calcanhar
TAWARA-GAESHI	Contra golpe girando	KOTE-GATEME	Forçar o pulso
TE-GAESHI	Contra golpe com a mão	SANKAKU-GATAME	Forçar braço no triangulo
TE-GURUMA	Rodar pela mão	TE-GATAME	Chave com a mão
TOMOE-NAGUE	Arremesso circular	UDE-GARAME	Enrolar o antebraço
TSURI-GOSHI	Suspensão pela faixa	UDE-GATAME	Prender antebraço
TSURI-KOMI-GOSHI	Suspensão do quadril	WAKI-GATAME	Força braço com axila



FEBAJU
FEDERAÇÃO BAIANA DE JUDÔ

柔道



Presidente da FEBAJU

Prof. Marcelo Ornelas da Cruz França Moreira – 4º Dan

Comissão Estadual de Graus

PRESIDENTE: Prof. Paulo Francisco M. de Macedo – 7º Dan

SECRETÁRIO: Prof. Fernando Soares de Jesus – 6º Dan

MEMBRO CEG: Prof. Aloísio da C. Short Sobrinho – 7º Dan

MEMBRO CEG: Prof. Antônio Acácio Simão – 6º Dan

MEMBRO CEG: Prof. Ciro Carvalho Pinto – 5º Dan

Montagem, digitação e imagens do manual

Prof. Angel Antonio Carneiro Peleteiro – 5º Dan