

UNIONE EUROPEA DI JUDO

Regole per il Judo adattato

Agosto 2023

Contenuti

1. Introduzione	3
2. Generale	4
3. Divisione e classificazione	5
3.1 Livelli di competizione – classificazione	5
3.2 Ulteriori criteri di suddivisione	6
3.3 Divisioni ai tornei EJU	7
3.4 Responsabilità dell'organizzatore	7
4. Posizioni iniziali	8
4.1 Tachi-waza	8
4.2 Ne-waza	9
5. Azioni vietate	10
6. Sanzioni	11
7. Infortuni	12
8. Judo gi e ausili	13
9. Allenamento	14

1. Introduzione

1. Le Regole del Judo Adattato mirano a consentire ai Judoka con disabilità di partecipare agli eventi EJU in modo sicuro, divertente ed inclusivo.
2. Le Regole del Judo Adattato esistono per consentire e promuovere eventi di Judo per gli Atleti con disabilità.
3. Le Regole del Judo Adattato sono conformi all'attuale contesto di regole della Federazione Internazionale di Judo (IJF), con aggiustamenti dell'EJU. Le competizioni di Judo Adattato saranno svolte seguendo queste Regole, come qui modificate, per dare a tutti i Judoka l'opportunità di una preziosa esperienza in tutti gli eventi.
4. Laddove in questo documento manchino regole chiare, prevarranno quelle dell'IJF.
5. Le note a piè di pagina supportano il testo ed hanno lo scopo di chiarire il testo principale.
6. Le Regole contrassegnate con (**) sono facoltative e possono essere modificate a discrezione dell'organizzatore dell'evento. Si noti che queste devono essere trasmesse ai partecipanti, ad esempio, nell'invito e in una copia del Regolamento di ciascun evento o durante il workshop di divisione prima del Torneo.
7. Le Regole contenute in questo documento sono emanate per l'abilità e la sicurezza degli Atleti che partecipano alle competizioni.
8. Queste Regole del Judo Adattato verranno applicate durante il 2024 a tutti i tornei EJU. Alla fine del 2024 le regole verranno riviste e, se necessario, modificate per il 2025.

2. Generale

- 1 Gli incontri di Judo adattato sono diretti da un Arbitro. Tutti gli Arbitri devono avere una licenza aggiuntiva di arbitro di Judo Adattato acquisita tramite il corso online EJU.¹
- 2 Viene fatta una distinzione tra gli incontri di Tachi-waza e quelli di Ne-waza sui moduli di iscrizione, valutazioni condotte dagli appositi rappresentanti della Federazione d'appartenenza o tramite la sessione di divisione.
- 3 La divisione degli Atleti in categorie in base al loro livello di abilità viene effettuata partendo dalle informazioni fornite nei moduli di iscrizione alla gara. I rappresentanti della Federazione d'appartenenza effettuano le valutazioni preliminari.
- 4 In tutti i casi non previsti dalle Regole, l'arbitro responsabile e/o il direttore del Torneo, a seconda dei casi, decideranno l'azione richiesta nello spirito di inclusione, opportunità di partecipazione e rispetto del fair play. Tutte queste decisioni sono definitive.
- 5 In tutti i casi durante la competizione quando l'Arbitro ritiene che sia in gioco la sicurezza di uno dei Judoka, egli interromperà l'incontro e prenderà tutte le misure correttive che riterrà necessarie.
- 6 Le gare saranno condotte da tre Arbitri: un Arbitro sul tappeto supportato da due giudici di tavolo, seduti al tavolo degli Arbitri lato tappeto. Il CARE System dovrebbe essere utilizzato ove possibile e l'Arbitro dovrebbe essere collegato agli altri Arbitri via radio.
- 7 Le Regole di livello inferiore verranno utilizzate quando Atleti di due Livelli di Judo² diversi vengono combinati insieme.
- 8 (**) L'utilizzo del Golden Score in un torneo è a discrezione degli organizzatori dell'evento.

¹ il 2024 sarà un anno di transizione durante il quale gli Arbitri potranno ottenere una licenza di Judo Adattato e questa Regola entrerà in vigore nel 2025

² Quando vengono menzionati i livelli di Judo, intendiamo sempre i livelli di abilità del Judo

3. Divisione e classificazione

Il motivo principale della divisione può essere racchiuso in una parola: sicurezza. Il Judo è uno sport sicuro finché gli avversari sono più o meno equivalenti. Per garantire che tutti i Judoka siano abbinati in base alle loro capacità, la divisione/assegnazione sulle materassine di Judo vengono effettuate a supporto della sicurezza di tutti i partecipanti. L'esperienza e la conoscenza degli Allenatori e degli organizzatori tecnici delle gare collaborano per garantire che i livelli siano accettabili per il benessere degli atleti.

Il sistema di classificazione funzionale è composto da 5 livelli e classifica i Judoka in base all'intuizione, alla potenza, alla velocità, alla volontà di vincere e alla capacità del Judo.

La divisione avviene:

1. Basato sulle abilità di Judo (come definito al punto 3.1)
2. In base al peso
3. In base al sesso
4. Età: sotto i 16 anni idealmente non più di tre anni di differenza di età³

3.1 Livelli di competizione – classificazione

1. **Il livello 1** è un Judoka che può eseguire uno *shiai* con un **Judoka ricreativo/competitivo tradizionale**. Questo Judoka è veloce e potente e ha un'eccellente reattività. Ha un forte feeling per il Judo e un'ottima visione strategica. Questo Judoka ha una buona comprensione del significato e dell'obiettivo della competizione ed è in grado di partecipare ai principali eventi locali nazionali e regionali.

2. **Il livello 2** è un Judoka che può eseguire *randori* con un **Judoka ricreativo tradizionale**. Questo Judoka comprende il significato e l'obiettivo del compagno ed è in grado di prendere parte ai principali tornei locali. Questo Judoka è veloce e potente e ha una reattività moderata, ma di solito risponde tardi alle situazioni di Judo. Ha un buon feeling con il Judo, ma potrebbe avere difficoltà nell'elaborare istruzioni complesse.

3. **Il livello 3** è un judoka in grado di eseguire un *randori* giocoso con un **Judoka ricreativo tradizionale**. Questo Judoka è ragionevolmente veloce e potente e ha una reattività ragionevolmente sviluppata. La strategia per questo tipo di Judoka consiste spesso nel ripetere la stessa tecnica più e più volte. Questo Judoka gareggia principalmente in gare adattate con Judoka dello stesso livello.

³ Tutte le eccezioni dovrebbero essere discusse durante la divisione, sotto l'approvazione degli allenatori.

⁴ Dove si parla di **lui**, **lei** è inteso implicitamente.

4. **Il livello 4** è un Judoka che può combattere con un altro Judoka dello stesso livello o di livello comparabile. Questo Judoka è in grado di partecipare ad allenamenti e competizioni adattati. Spesso ha bisogno di guida durante la competizione, ma comprende la maggior parte delle regole e degli obiettivi di una competizione. La reattività è subottimale. Tipicamente, la tecnica primaria del Judo prevede un atterramento seguito da osae-komi.

5. **Il livello 5** è un Judoka che può combattere con altri Judoka dello stesso livello. I Judoka di questo livello prendono parte ad allenamenti adattati specializzati o a competizioni. Il concorso/formazione potrebbe richiedere modifiche per garantire un'attività significativa. Il Judoka può essere molto forte e passivo, insieme a movimenti a risposta lenta. Per motivi di sicurezza a questo Atleta potrebbe essere vietato di competere solo nel ne-waza. È necessario un coaching costante per intraprendere le azioni.

Gara tra Judoka di diverse divisioni

I Judoka possono competere nella propria divisione o nella divisione immediatamente superiore o inferiore alla propria.

- I Judoka di livello 1 possono competere con Judoka di livello 2.
- I Judoka di livello 2 possono competere con Judoka di livello 1 e Judoka di livello 3.
- I Judoka di livello 3 possono competere con Judoka di livello 2 e di livello 4.
- I Judoka di livello 4 possono competere con Judoka di livello 3 e di livello 5.
- I Judoka di livello 5 possono competere con Judoka di livello 4.

Quando due livelli vengono combinati, verranno utilizzate le regole della divisione inferiore!

3.2 Ulteriori criteri di suddivisione

Peso: Le classi descritte nelle Regole IJF sono rigorosamente osservate con i livelli 1 e 2. Il direttore del torneo determina il margine di peso consentito durante la procedura di peso. Ai livelli 3, 4 e 5, peso, esperienza e abilità vengono presi in considerazione durante la divisione e il peso. Si ha un raggruppamento dei pesi molto più tollerante per combinare facilmente le varie classi e pesi e rendere gli incontri più equi e significativi

Genere: Femminile / Maschile

Età: Sotto i 16 anni, non dovrebbero esserci più di tre anni di differenza di età. Se la differenza è maggiore è possibile passare ad un altro livello.

3.3 Divisioni nei tornei EJU

Nei tornei EJU, il workshop di divisione è una parte fissa e obbligatoria della procedura del torneo. La procedura di suddivisione ha lo scopo di convalidare i dati dei moduli di domanda. I Judoka classificati in modo errato possono essere corretti con questa procedura.

Nei tornei più piccoli (tornei etichettati EJU), il seminario di classificazione può essere camuffato da fase di riscaldamento. I tornei più grandi spesso richiedono un giorno in più per il workshop.

3.4 Responsabilità dell'organizzatore

La collaborazione dell'Organizzatore del Torneo e degli Allenatori garantisce che le poule realizzate siano eque e significative, garantendo la sicurezza di tutti gli Atleti.

4. Posizioni di partenza

Determinazione delle posizioni iniziali

1. Il direttore del torneo determinerà la corretta posizione di partenza per ogni combattimento in base alla divisione, che potrà essere rivalutata dall'Arbitro capo tappeto dopo aver osservato la stabilità dell'Atleta.
2. Un Arbitro è autorizzato a modificare un incontro di Tachi-waza in uno di Ne-waza, laddove diventi evidente che un Atleta non può esibirsi in sicurezza nel Tachi-waza.⁵
3. Nelle gare esclusivamente di Ne-waza, le tecniche ribaltamento che portano l'Uke ad atterrare sul fianco o sulla schiena faranno guadagnare un punteggio. Uke, in posizione prona, non è obbligato a lasciare la superficie del tappeto per questo motivo. Agli Arbitri viene richiesto di utilizzare il loro miglior giudizio per valutare l'atterraggio secondo le regole IJF, ma tenendo conto del fatto che tali tecniche non raggiungeranno la piena velocità, forza e impatto di una tecnica di Tachi-waza.

4.1 Tachi-waza

Nel Tachi-waza ci sono due possibili posizioni iniziali:

1. Nel modo consueto, secondo il regolamento del torneo IJF;
2. Se uno o entrambi i Judoka hanno problemi di vista o sono ciechi, l'Assistente/Allenatore/Arbitro accompagna/supporta l'Atleta per farlo accedere alla gara seguendo il protocollo del tappeto e lo passa all'Arbitro per eseguire il Kumi-kata. Al Judoka non è consentito cambiare presa finché l'Arbitro non annuncia Hajime. Al Judoka vedente non è consentito rilasciare entrambe le mani dalla presa del Kumi-kata.
3. Nei livelli 3, 4 e 5, all'Arbitro è consentito continuare l'incontro in Kumi-kata quando:
 - a Uno o entrambi i Judoka sembrano evitare il Kumi-kata, oppure
 - b Uno o entrambi i Judoka non possono impostare un Kumi-kata corretto.
4. Un Arbitro è autorizzato a modificare un incontro di Tachi-waza in un incontro di Ne-waza. Il Judoka che ha portato a questa decisione si esibirà quindi in Ne-waza per il resto del torneo.

⁵ Questo vale per le categorie 3, 4 e 5

4.2 Ne-waza

Nel Ne-waza la posizione di partenza può essere diversa: in ginocchio, seduto o sdraiato a pancia in giù, con la possibilità di iniziare con il Kumi-kata.⁶ Si noti che l'Arbitro verrà istruito sulla postura corretta del Judoka prima della partita.

1. Il Judoka entra nell'area di gara, ove necessario supportato da un Assistente, Allenatore o Arbitro. Il Judoka si inchina a circa due metri di distanza⁷, dopo di che l'arbitro annuncia Ha-jime.
2. Gli incontri di Ne-waza vengono eseguiti esclusivamente in Ne-waza perché uno dei Judoka, a causa di una disabilità, non può esibirsi in sicurezza nel Tachi-waza.
3. In una posizione in ginocchio, se uno dei Judoka non può usare una gamba come supporto, questo non è consentito neanche all'avversario.
4. Se uno dei Judoka non può eseguire l'incontro in posizione inginocchiata, il Judoka inizierà l'incontro in posizione seduta. In questo caso, gli avversari si siedono uno accanto all'altro, rivolti in direzioni opposte con un Kumi-kata di base.
5. Se uno dei Judoka non può esibirsi in una posizione seduta, entrambi i Judoka inizieranno da sdraiati, uno di fronte all'altro, con il Kumi-kata di base.
6. L'intenzione di esibirsi in Ne-waza deve essere chiaramente dichiarata quando ci si iscrive al torneo.
7. Le tecniche di ribaltamento che portano Uke ad atterrare sulla schiena faranno guadagnare un punteggio secondo il Regolamento del Torneo IJF. Uke non è obbligato a lasciare la superficie del tappeto per questo motivo. Nel Ne-waza è consentito usare la mano sotto la cintura.
8. Uke non può fare punteggio se è in Osae-komi.

⁶ Il Ne-waza inizia con il Kumi-kata di base quando necessario per uno o entrambi i Judoka. Kumi-kata di base significa afferrare il risvolto con una mano e la manica con l'altra.

⁷ La distanza di partenza può essere ridotta se il Judoka ha difficoltà nel movimento.

5. Azioni vietate

Oltre alle azioni vietate descritte nelle regole ufficiali del Judo, sono vietate anche le seguenti tecniche per tutti i livelli:

1. Tutte le forme e varianti di:
 - a. Sutemi-waza;
 - b. Kansetsu-waza;
 - c. Shime-waza;
 - d. Tecniche Sankaku;
2. Tutte le proiezioni eseguite su una o due ginocchia.
3. Tutti i lanci in cui Tori atterra sul tatami prima di Uke.
4. Cadere deliberatamente sull'avversario. (Livello 3,4 e 5)
5. Fare pressione sulla testa, sul collo o sulla gola dell'avversario.
 - a. Per i livelli 1 e 2 è consentita una mano attorno al collo con una mano sul pavimento (ad esempio, Kesa gatame)
6. Nel Tachi-waza:
 - a. Eseguire un Kumi-kata attorno alla testa o al collo dell'avversario. Quando si afferra la spalla o la clavicola, la mano non può oltrepassare la linea centrale della schiena.
7. Nel Ne-waza:
 - a. Spingere l'avversario all'indietro mentre si è in ginocchio.
 - b. Rilasciare immediatamente il Kumi-kata dopo Ha-jime durante gli incontri con una posizione iniziale modificata⁸
 - c. Alzare il ginocchio per ottenere leva quando si concorda in anticipo che non è consentito.

⁸ Incontri che iniziano con il Kumi-kata

6. Sanzioni

1. Per tutti le azioni vietate, l'azione intrapresa varierà in base al livello:
 - a) I Judoka di livello 1 e livello 2 verranno avvisati delle loro azioni e penalizzati di conseguenza.
 - b) I Judoka di livello 3, 4 e 5 verranno avvisati delle loro azioni con un avvertimento verbale. Se l'azione viene ripetuta, verrà ripetuta la segnalazione verbale e verrà assegnata la rispettiva penalità.
2. Le azioni proibite verranno penalizzate con Shido.
3. A tutela del Judoka, verranno penalizzate tutte le azioni contrarie allo spirito del Judo con un Hansoku-make.
4. La regola dei tre Shido si applica ai livelli 1 e 2 e viene attribuito un Hansoku-make. Per i Livelli 3, 4 e 5 questo deve essere evitato nell'interesse del Judoka.
5. L'arbitro è autorizzato, nel decidere una penalità, a prendere in considerazione il livello, la disabilità, il tipo e l'intenzione dell'infrazione nella sua decisione, così come la ripetizione, l'immagine complessiva della gara e la sicurezza
6. Gli Shido dati nelle gare di Livello 3, 4 e 5 vengono conteggiati ai fini del risultato; pertanto, se non ci sono punteggi tecnici o i punteggi sono pari al termine del combattimento, sarà dichiarato vincitore il Judoka con meno Shido.

7. Lesioni

1. Non vi è alcun limite al numero di volte in cui lo stesso problema medico può essere trattato.
2. Se l'Arbitro ritiene necessario che l'Allenatore o l'Assistente trattino un infortunio, queste persone possono entrare nell'area di combattimento.
3. In tutti i casi durante il combattimento in cui l'Arbitro, l'Allenatore o gli ufficiali tecnici ritengono che la sicurezza di uno degli Atleti sia minacciata, verranno prese misure correttive.

8. Judo gi e ausili

1. Sono considerati aiuti tutti gli attributi al di fuori dell'uniforme standard del Judo come descritto nei regolamenti di gara dell'IJF.
2. Il Judo gi deve essere adattato alle limitazioni fisiche del judoka; tuttavia, non deve impedire all'avversario di eseguire una corretta tecnica di Judo.
3. Indossare calzini con punti di gomma in Ne-waza è consentito per ragioni mediche.
4. Per le Atlete donne è obbligatorio indossare una semplice maglietta bianca a girocollo sotto il Judo gi. Per gli atleti di sesso maschile è possibile indossare semplici magliette bianche.
5. È consentito indossare un paradenti.
6. Gli aiuti devono essere sicuri sia per chi li indossa che per l'avversario e non possono contenere sostanze o superfici dure, da decidere a discrezione dell'arbitro principale.
7. L'avversario non può essere svantaggiato, né chi lo indossa può trarre un vantaggio esagerato dall'indossare l'ausilio. Gli occhiali non possono avere superfici dure e devono aderire perfettamente al viso. Gli occhiali sportivi sono ammessi previa autorizzazione del direttore del torneo e a condizione che non presentino rischi per nessuno degli Atleti.

9. Allenamento

1. Per i Judoka di livello 1 e 2, gli Allenatori e gli Accompagnatori accreditati sul tappeto possono allenare solo tra la durata di Mate e Ha-jime e si astengono dal rivolgere commenti all'Arbitro.
2. Per i Judoka di livello 3, 4 e 5, gli Allenatori e gli Accompagnatori possono allenare durante ogni gara e si astengono dal rivolgere commenti all'Arbitro.
3. Per i Judoka di livello 3, 4 e 5, e per i Judoka inesperti in generale, gli Allenatori, gli Assistenti e gli Arbitri dovrebbero offrire incoraggiamento.