

Grappling-Italia.com

RIMANI AGGIORNATO SU MMA, UFC, GRAPPLING, LOTTA, BRAZILIAN JIU-JITSU & SAMBO



"IL MIGLIOR CORSO PER IMPARARE A FARE I PASSAGGI DI PRESSIONE"

SCARICALO ADESSO

Judo

NUOVO REGOLAMENTO DI JUDO IJF 2022-2024

3 ore fa • Commenta! • di Giada Chioso



Scritto da [Giada Chioso](#)

E' cambiato il regolamento IJF di judo per il "quadriennio" olimpico dal 2022 al 2024, questo nuovo regolamento esordirà il 28 gennaio all'Odivelas Grand Prix in Portogallo.



Novità

L'azione è valida solo se c'è continuità, se c'è anche una minima interruzione la tecnica non porta punteggio. Il waza-ari è valutato se c'è un angolo di 90° tra l'atleta proiettato e il tatami

Se l'atleta proiettato appoggia entrambe le mani o entrambi i gomiti o una mano e il gomito opposto viene sanzionato con uno shido e l'avversario ottiene waza-ari.

Non c'è più punteggio se l'atleta come contrattacco o difesa ribalta l'avversario con il rollover

Il reverse soi-nage non porta più nessun punteggio e chi lo fa viene sanzionato con uno shido.

E' consentita la presa sotto la cintura solo nella parte conclusiva della tecnica (ad esempio nell'harai-makikomi) e se si è in ne-waza (parte a terra).

La presa alta, dietro la testa, è consentita solo se c'è azione.

Le prese non convenzionali (cross-grip, pocket-grip, one-side-grip, pistol-grip) devono essere usate solo per preparare un attacco.

Rompere le prese è ammesso solo se poi si continua, se invece si rompono le prese e ci si allontana dall'avversario l'arbitro darà shido.

Si può sistemare il judogi o i capelli mentre si va al posto durante il matè, ma se si fa perdere tempo si verrà sanzionati con uno shido.

Considerazioni

Con queste modifiche alcuni judoka dovranno cambiare il loro modo di fare judo.

Si favorisce il judo propositivo e non difensivo, anche se si sacrificano alcune tecniche.

Maggiori informazioni

Per vedere la presentazione ufficiale del nuovo regolamento IJF fatta da Neil Adams, supervisore degli arbitri IJF e vicecampione olimpico nel 1980 e nel 1984, cliccate su <https://www.youtube.com/watch?v=m5Zmpvs7S4E>.

