



Regelkunde Judo-Wettkampf



1985 - 2023

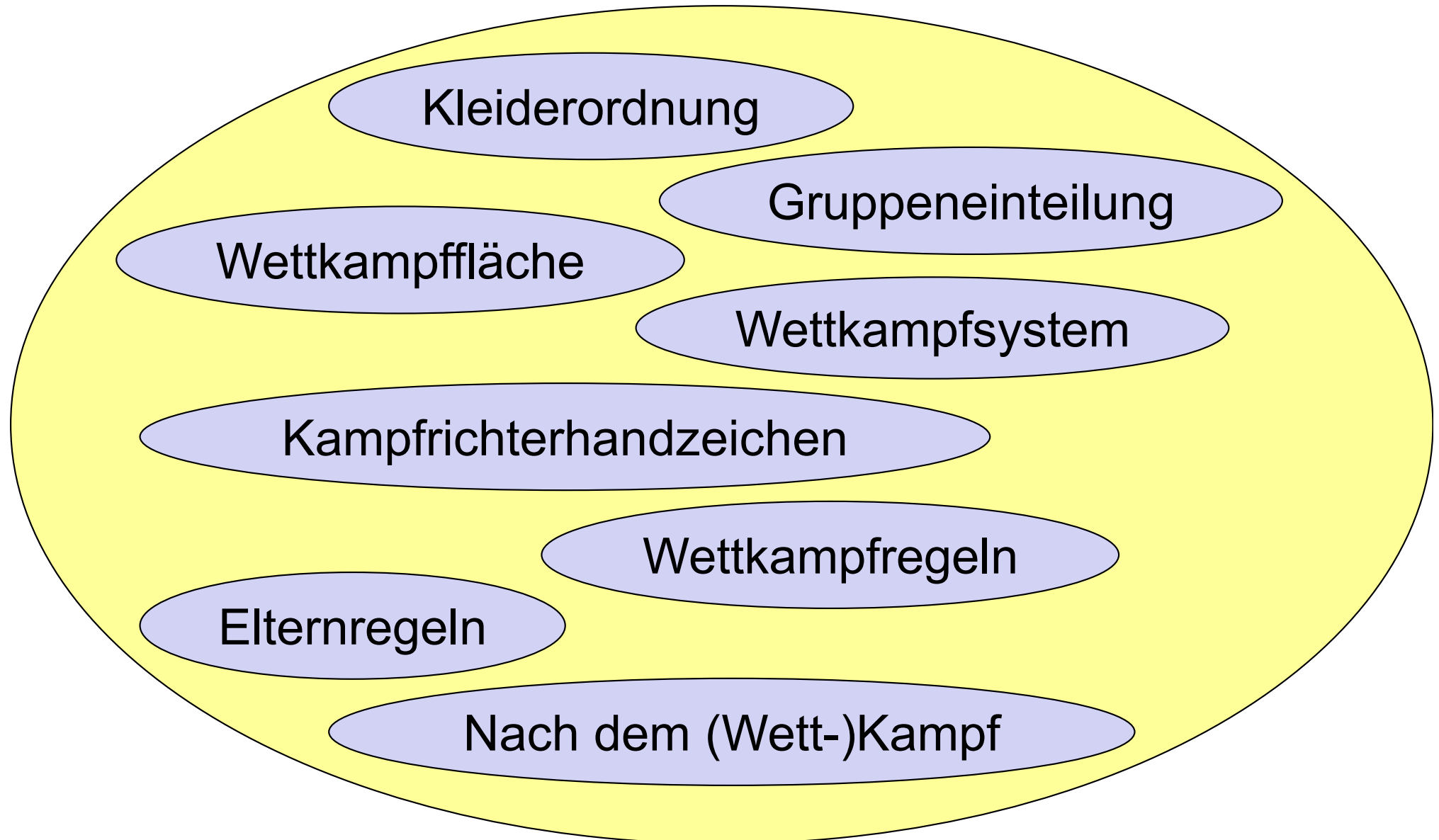
38 Jahre Judoabteilung Blau-Weiss Hollage

11.02.2023

- **Hinweis:**

Die folgenden Regeln gelten bei offiziellen Turnieren/Wettkämpfen. Die Regeln für unser heutiges Anfängerturnier im Bereich der Altersklassen (u10/u12/u14) sowie zum Wettkampfsystem (Addiersystem) weichen von den Regeln bei offiziellen Turnieren/Wettkämpfen zum Teil ab. Wir bitten dieses zu beachten.

Regelkunde Judo-Wettkampf



Kleiderordnung

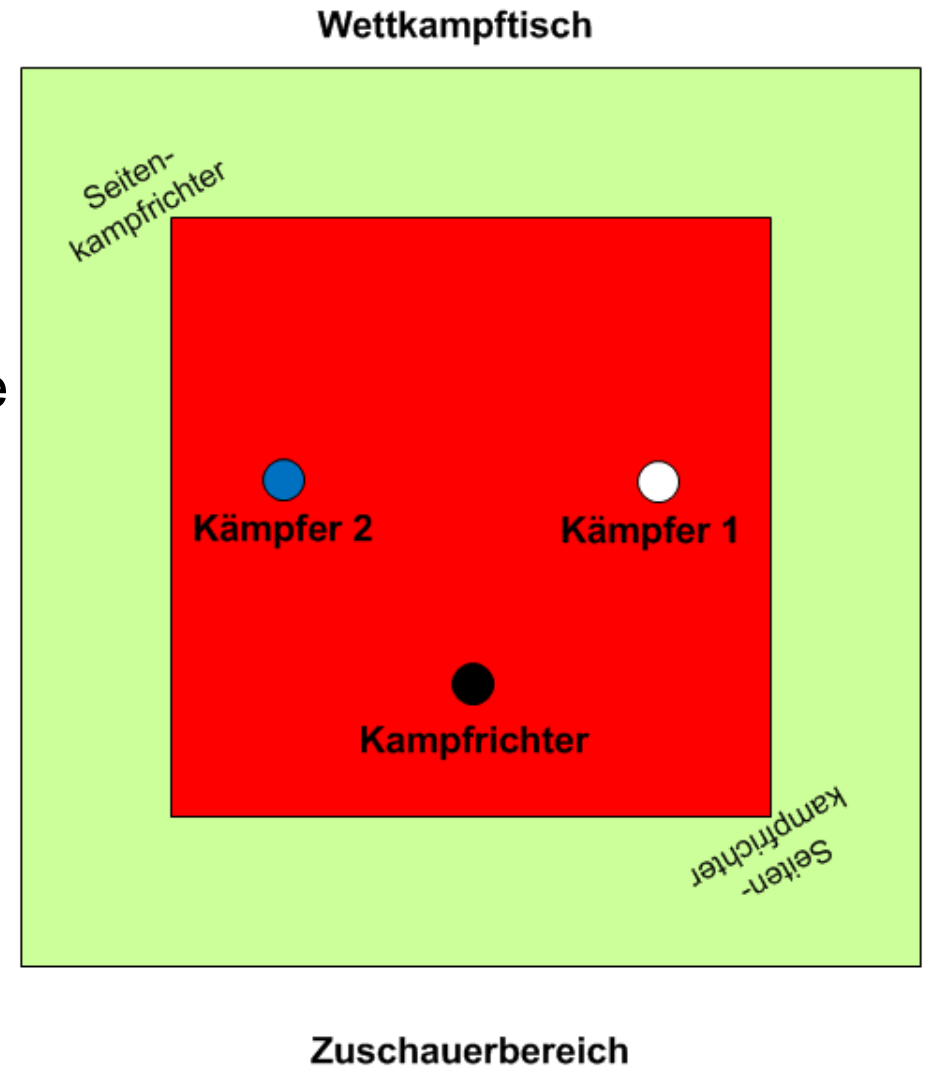
Mädchen	Jungen
• sauberer, weißer Judoanzug	
• keine Brille, Schmuck oder Armbänder	
• ohne Socken auf die Wettkampffläche	
• weißes T-Shirt	• ohne T-Shirt
• Haare zusammen (so dass der Kragen nicht bedeckt wird)	
• kein Metall	

Gruppeneinteilung

- Abhängig vom Geschlecht: weiblich | männlich
 - Abhängig vom Alter: u9 | u11 | u13 | u15 | u18 | u21 | M/F
 - Abhängig vom Gewicht: Gewichtsklassen
-
- **Vorgepooltes System:**
z.B. 8 Kämpfer in der Klasse -36 kg; Aufteilung in zwei Vierer-Pools (jeder gegen jeden); die zwei Gruppenersten kämpfen anschließend über Kreuz gegeneinander um den Sieg
 - **Pool System:**
z. B. 4 Kämpfer in einem Pool, die gewichtsnah zusammen sind und im Modus jeder gegen jeden um den Sieg kämpfen

Wettkampffläche



- Roter Bereich = Wettkampffläche
- Grüner Bereich = Sicherheitsfläche
- Hauptkampfrichter in der Mitte
- Teilweise Seitenkampfrichter
- Kämpfer 1 = weißer Zusatzgürtel
- Kämpfer 2 = roter Zusatzgürtel





Wettkampfsystem

- Addiersystem bei u9 | u11 (altes System) mit 10 Punkten wird ein Kampf gewonnen
 - Ippon: 5 Punkte (es wird weiter gekämpft)
 - Waza-ari: 2 Punkte
 - Shidobestrafung des Gegners: 1 Punkt
- Bekanntes System in der u13/u15 bleibt bestehen
- Wettkampfzeit u9/u11/u13 = 2 Minuten
- Wettkampfzeit u15 = 3 Minuten


KaRi Handzeichen

<p>Hajime (ohne Handzeichen)</p>	<p>Die Kämpfer verbeugen sich und der Kampf startet.</p>
<p>Ippon</p> 	<p>Man wirft seinen Gegner mit einer Wurftechnik und dieser kommt mit dem vollen Rücken auf die Mattenfläche auf. Oder er wird 15 sec am Boden gehalten.</p> <p>→ 5 Punkte</p>
<p>Waza-ari</p> 	<p>Man wirft seinen Gegner mit einer Wurftechnik und dieser kommt nur mit einem Teil des Rückens auf die Mattenfläche auf oder rollt über die Seite oder das Gesäß auf den Rücken. Oder er wird 10 sec gehalten.</p> <p>→ 2 Punkte</p>


KaRi Handzeichen

<p>Wertung annullieren</p> 	<p>Wenn der Hauptkampfrichter eine Wertung anzeigt und beide Seitenkampfrichter widersprechen, muss der Hauptkampfrichter seine Bewertung zurücknehmen.</p>
<p>Mate</p> 	<p>Unterbrechung des Kampfes</p> <p>→ Mit der Unterbrechung des Kampfes wird auch die Kampfzeit angehalten.</p>

KaRi Handzeichen

<p>Osae-komi</p> 	<p>Man hält seinen Gegner mit einer Haltetechnik am Boden. Dabei muss mindestens eine Schulter am Boden fixiert sein und die eigenen Beine dürfen nicht durch die Beine des Gegners geklammert werden.</p> <p>→ 10 Sek. = 2 Punkte (Waza-ari) → 20 Sek. = 5 Punkte (Ippon)</p>
<p>Shido (unterschiedliche Handzeichen)</p>	<p>Wenn man eine strafbare Handlung begeht, erhält man eine Bestrafung, einen Shido. Der Hauptkampfrichter erklärt dem Kämpfer, was er falsch gemacht hat und macht anschließend ein entsprechendes Handzeichen für die strafbare Handlung.</p>

KaRi Handzeichen

<p>Sore-Made (ohne Handzeichen)</p>	<p>Ende des Kampfes, wenn</p> <ul style="list-style-type: none"> - 10 Punkte erreicht wurden. - die Kampfzeit abgelaufen ist.
<p>Sieger</p> 	<p>Durch dies Handzeichen gibt der Kampfrichter an, wer den Kampf gewonnen hat.</p> <p>→ Als Gewinner nennt man seinen Namen am Wettkampftisch.</p>

Kampfregelein

- „Es ist alles verboten was wehtut!“
- Würgetechniken bei u9/u11/u13 und u15 verboten
- Hebeltechniken bei u9/u11/u13 verboten
- Techniken auf den Knien bei der u9/u11/u13 verboten
- Einige Aktionen werden mit kleinen Strafen bestraft, z.B.:
 - Passives Verhalten (man selbst setzt keine Techniken an)
 - Verlassen der Wettkampffläche ohne Aktion
 - Fassen unterhalb des Gürtels
 - Sperren, so dass der Gegner keinen Angriff machen kann

Elternregeln

- Positives Anfeuern ist gewünscht
- Judoka geht nach jedem Kampf zuerst zu seinem Trainer, unabhängig ob Niederlage oder Sieg
- Faires Verhalten gegenüber dem Gegner wird erwartet

- Schreien / „Krakeelen“ der Zuschauer ist nicht erwünscht
- Abfällige Bemerkungen über Gegner, Kampfrichter, Betreuer, etc. (auch auf niedriger Schwelle) führen zum Ausschluss von der Veranstaltung
- (Fehl-)Entscheidungen der Kampfrichter sind nicht zu beanstanden

Nach dem (Wett-)kampf

Allgemein:

- Psychische Belastung im „Kampf“ ist immens und kaum mit anderen Sportarten vergleichbar
- Erfolge kommen oft erst nach der 3. oder 4. Turnierteilnahme, Judo lebt von Erfahrung!

Kind hat gewonnen:

- Gemeinsam freuen, loben und zur nächsten Turnierteilnahme motivieren

Kind hat verloren:

- Kind sofort mental aufbauen; nach dem Kampf und insbesondere Zuhause
- Unbedingt zum nächsten Training / Turnier motivieren

**Vielen Dank für den Besuch
unseres Turniers!**