



Regolamento Gara

**ACCADEMIA**

Edizione GENNAIO 2020

# INDICE

<b>I. PARTE GENERALE</b> .....	2
Sezione 1    Abbigliamento.....	2
Sezione 2    Atleti.....	2
Sezione 3    Gradi e raggruppamento.....	2
Sezione 4    Composizione delle coppie.....	2
<b>II. REGOLAMENTO</b> .....	
Sezione 5    Arbitri.....	3
Sezione 6    Criteri e norme di giudizio.....	3
Sezione 7    Svolgimento della gara.....	3
Sezione 8    Prova con 5 Arbitri.....	3
Sezione 9    Prova con 3 Arbitri.....	4
Sezione 10    Tecniche.....	4
Sezione 11    Infortunio, malore o indisposizione.....	5
<b>III. DISPOSIZIONI FINALI</b> .....	5
Sezione 12    Situazioni non contemplate dal Regolamento.....	5
Sezione 13    Entrata in vigore.....	5

## I. PARTE GENERALE

Negli incontri di Accademia gli Atleti devono dare un saggio della loro preparazione tecnica, della scioltezza e naturalezza dei loro movimenti, dello stile delle loro tecniche, della varietà e del logico concatenamento delle stesse.

### Sezione 1 ABBIGLIAMENTO

Gli Atleti dovranno necessariamente indossare un Ju Jitsu Gi ( keikogi ) bianco in buone condizioni, con allacciata saldamente alla vita una cintura:

- Colore BLU oppure ROSSO (competizione con 3 arbitri),
- Cintura corrispondente al grado effettivo (competizione con 5 arbitri).

### Sezione 2 ATLETI

Nelle gare di Accademia gli Atleti sono divisi in Classi di età come da tabella CSEN Ju Jitsu Tradizionale e Moderno Area Sportiva Agonistica Nazionale. Se uno dei due componenti della Coppia appartiene ad una Classe di età superiore o ad una Fascia di Cintura superiore, anche se fa solo da Uke, la Coppia verrà inserita nella sua Classe di età e Fascia di cintura. In caso di numero insufficiente di Atleti iscritti nelle singole Classi di età, potranno essere effettuati dei raggruppamenti delle stesse.

### Sezione 3 GRADI E RAGGRUPPAMENTI

Sono previste 3 Fasce di Cintura:

<b>1° Fascia</b>	<b>Bianca</b>	<b>Gialla</b>	<b>Arancio</b>
<b>2° Fascia</b>	<b>Verde</b>	<b>Blu</b>	
<b>3° Fascia</b>	<b>Marrone</b>	<b>Nera</b>	

Non sono considerate categorie in base al peso.

### Sezione 4 COMPOSIZIONE DELLE COPPIE

Le Coppie di Accademia possono essere composte da Atleti dello stesso sesso o miste.

## II. REGOLAMENTO

### Sezione 5 ARBITRI

La valutazione delle Coppie verrà eseguita da minimo 3 Arbitri e massimo 5 Arbitri.

Il giudizio potrà essere espresso in punteggi da 5 a 10 con eventuali decimali, oppure con indicazione della Coppia vincente sollevando all'Hantei il braccio con il manicotto del colore corrispondente alla Coppia vincente.

### Sezione 6 CRITERIO E NORME DI GIUDIZIO

La Giuria deve giudicare in base a:

Velocità - Efficacia - Controllo - Elevazione - Tecnica - Abilità

I seguenti criteri devono essere valutati dalla Giuria per determinare la coppia vincente:

- Le tecniche non volanti eseguite con corretta rottura dell'equilibrio dell'avversario, velocità e buon bilanciamento
- Le tecniche volanti eseguite con maggior elevazione, atleticità ed agilità
- La maggior varietà di tecniche eseguite
- La migliore costruzione della prova
- La maggior inventiva in merito all'esecuzione delle tecniche
- Il maggior numero di tecniche eseguite
- Le conclusioni applicate in modo corretto e con la maggior tecnicità
- La maggior difficoltà di esecuzione delle tecniche

### Sezione 7 SVOLGIMENTO DELLA GARA

La competizione si svolge a Coppie. Il tempo fissato per ogni Coppia è di 1 minuto.

**La mancata presentazione dopo la terza chiamata comporta la perdita dell'incontro.**

### Sezione 8 PROVA CON 5 ARBITRI

Al termine della prova di ogni singola Coppia, il Presidente di Giuria in collaborazione con l'Arbitro Centrale annoterà i punteggi dati ed escluderà il valore più alto e più basso sommando i 3 punteggi restanti e dichiarerà il punteggio finale della coppia.

- In caso di pari merito vince la Coppia che ha eseguito più tecniche.
- Se persiste un'ulteriore parità si sommeranno il punteggio minore e il maggiore scartato, vince chi avrà il punteggio più alto.
- In caso ancora di parità si farà ripetere la prova solo per la zona podio (dal 1° al 3° classificato).



## Sezione 9 PROVA CON 3 ARBITRI

Al termine della prova di ambedue le Coppie, l'Arbitro Centrale chiamerà l'Hantei e gli Arbitri solleveranno il braccio con il manicotto del colore corrispondente alla Coppia giudicata da ogni singolo Arbitro migliore.

- In caso di pari merito vince la Coppia che ha eseguito più tecniche.
- Se persiste un'ulteriore parità si farà ripetere la prova solo per la zona podio (dal 1° al 3° classificato).

## Sezione 10 LE TECNICHE

La suddivisione delle tecniche è la seguente:

- A)** Sono tecniche non volanti quelle eseguite con l'appoggio di mani o piedi sul tatami durante l'applicazione della tecnica stessa
- B)** Sono tecniche volanti quelle eseguite senza l'appoggio di mani o piedi al tappeto durante l'applicazione della tecnica stessa.  
E' chiusura il controllo effettuato con le gambe o i piedi, di norma sul collo di Uke, durante l'esecuzione delle tecniche volanti.  
La chiusura ha il principio base di preservare la testa di Uke durante la caduta, creando una sorta di doppio cuscino.  
Determina inoltre la direzione di squilibrio ad Uke evitando errate cadute e problemi al capo ed al collo.  
La chiusura deve essere effettuata prima e durante l'esecuzione della tecnica . La chiusura eseguita solo al termine della tecnica deve intendersi errata.

### Deve intendersi pertanto chiusura corretta

- Chiusura con aggancio dei piedi tra di loro
- Perfetta aderenza del collo del piede e/o del tallone su Uke
- Unione dei piedi di Tori senza aggancio

In ogni caso il collo di Uke deve essere controllato e le gambe devono essere chiuse.

### C) Sono considerate tecniche non valide

- Le tecniche in cui la proiezione viene eseguita con la metà del corpo a terra oltre l'area di sicurezza (nodo della cintura fuori dall'area di sicurezza)
- Le tecniche eseguite in modo del tutto approssimativo e/o con il pericolo dell'incolumità di Uke
- Le tecniche iniziate dopo il segnale acustico che sancisce la fine della prova

## **Sezione 11 INFORTUNIO, MALORE O INDISPOSIZIONE**

Qualora si verifichi un infortunio, malore o indisposizione, la Coppia o il singolo ha diritto ad un massimo di 2 minuti di recupero prima di continuare.

Il tempo di recupero totale per Coppia o singolo in ogni esibizione sarà di 2 minuti.

La Coppia ha diritto a ripetere l'Accademia.

### **III. DISPOSIZIONI FINALI**

#### **Sezione 12 SITUAZIONI NON CONTEMPLATE NEL REGOLAMENTO**

Ogni altro caso non contemplato nel presente Regolamento, verrà risolto dai giudici seduta stante e in modo insindacabile.

#### **Sezione 13 ENTRATA IN VIGORE**

Il seguente Regolamento è in vigore dal 1 Gennaio 2020.  
Esso sostituisce tutti i regolamenti precedenti.

**Edizione GENNAIO 2020**