



# JU-JITSU FIGHTING REGULAMENTO

Diretrizes gerais de competição  
Formato e manual de competição



**E**ste manual foi produzido com o apoio da JJIF (Ju-Jitsu International Federation). Contém o regulamento para Ju-Jitsu Fighting e foi aprovado em outubro de 2022, sendo integralmente revisto em 2022.

Os direitos de autor (nomeadamente, das fotografias) pertencem à JJIF.

O regulamento oficial encontra-se na versão inglesa deste manual.

O texto em *itálico* indica as regras adicionais para as categorias Sub16 e inferiores.

[www.jjif.sport](http://www.jjif.sport)

Secção 01 Equipamento de Competição e Requisitos Pessoais	5
Secção 02 Categorias e Tempo	8
Secção 03 Árbitros e Secretariado	10
• Árbitros	11
• Secretariado	12
Secção 04 Decurso do Combate	13
Secção 05 Aplicação de Hajime, Mate, Sonomama e Yoshi	16
Secção 06 Pontuação	19
• Parte 1	21
• Parte 2	23
• Parte 3	25
Secção 07 Castigos / Faltas / Atos Proibidos	28
• Faltas Leves	30
• Faltas Graves	33
• Faltas Muito Graves	37
Secção 08 Decisão do Combate	42
Secção 09 Falta de Comparência / Desistência	44
Secção 10 Lesão / Acidente / Doença	46
Secção 11 Situações não enquadradas pelo regulamento	48
Anexo - Regras adicionais e adaptações	50



## CONCEITOS GERAIS

No Ju-Jitsu Fighting dois competidores lutam entre si numa prova desportiva de Ju-Jitsu. O objetivo da luta é a obtenção da vitória por **full-ippon** (pontuando uma técnica perfeita nas partes 1, 2 e 3) ou obtendo uma pontuação superior à do oponente.

O Ju-Jitsu Fighting é composto por três partes:

- Parte 1: Socos, golpes e pontapés (designados por **atemi**).
- Parte 2: Projeções e derrubes (designados por projeções), bem como luxações e estrangulamentos (designados por **submissões**).
- Parte 3: Técnicas de solo e imobilização (designadas por **osaekomi**) e **submissões**.

Outras restrições, regras, diretrizes, adaptações na organização, formato e protocolo para os diferentes eventos, assim como categorias especiais de idade e peso, encontram-se no JJIF Sporting Code (SC), assim como no Anexo apenso a este documento. Caso se verifique alguma contradição entre o referido anexo e o SC, vigorará o conteúdo constante do SC.

# SECÇÃO 01

EQUIPAMENTO DE COMPETIÇÃO E REQUISITOS PESSOAIS

# SECÇÃO 01

## EQUIPAMENTO DE COMPETIÇÃO E REQUISITOS PESSOAIS

Os competidores devem cumprir as regulamentações respeitantes ao equipamento de competição e requisitos pessoais, conforme o SC.

Caso os competidores não cumpram estas regras, não serão autorizados a iniciar o combate. Uma vez notificado o competidor que a sua apresentação não está conforme os requisitos especificados, este terá uma oportunidade de proceder à sua correção no prazo de 2 minutos.



- 1.1** Os competidores deverão usar um Gi que cumpra os requisitos especificados no **SC**.
- 1.2** Às competidoras femininas é exigido, aos masculinos permitido, o uso de um body justo ou elástico (maillot/rashguard) de cor branca, debaixo do Gi. É permitido o uso de hijab.
- 1.3** Os competidores são obrigados a usar proteções de mãos macias, curtas e leves, assim como proteções de pé / tibia macias coincidentes com a cor do cinto (vermelho ou azul).  
As proteções devem ser feitas de espuma macia com um limite de 1-2 cm de espessura.  
As proteções devem ser do tamanho correto e estar em boas condições.
- 1.4** É permitido utilizar coquilha e bocal.  
*Competidores das categorias Sub18 e inferiores devem, obrigatoriamente, usar bocal.  
Nessas categorias, a coquilha é de uso obrigatório para os competidores masculinos.*
- 1.5** As competidoras femininas podem utilizar proteção de peito.
- 1.6** Equipamento de proteção adicional (ex: cintas de suporte para o ombro, ortótese para o joelho) deverão ser suficientemente finas e macias, para não prejudicar a pega do oponente.
- 1.7** Os competidores não estão autorizados a usar nada que possa ferir ou colocar em perigo o seu oponente.
- 1.8** Todo o equipamento de proteção deverá ser utilizado por baixo do Gi.
- 1.9** Os competidores deverão ter as unhas das mãos e dos pés.
- 1.10** O cabelo comprido deverá ser amarrado com um elástico macio.
- 1.11** Quaisquer outros requisitos definidos pelo SC ou específicos de determinado evento, deverão igualmente ser cumpridos.



# SECÇÃO 02

CATEGORIAS E TEMPO

# SECCÃO 02

## CATEGORIAS E TEMPO

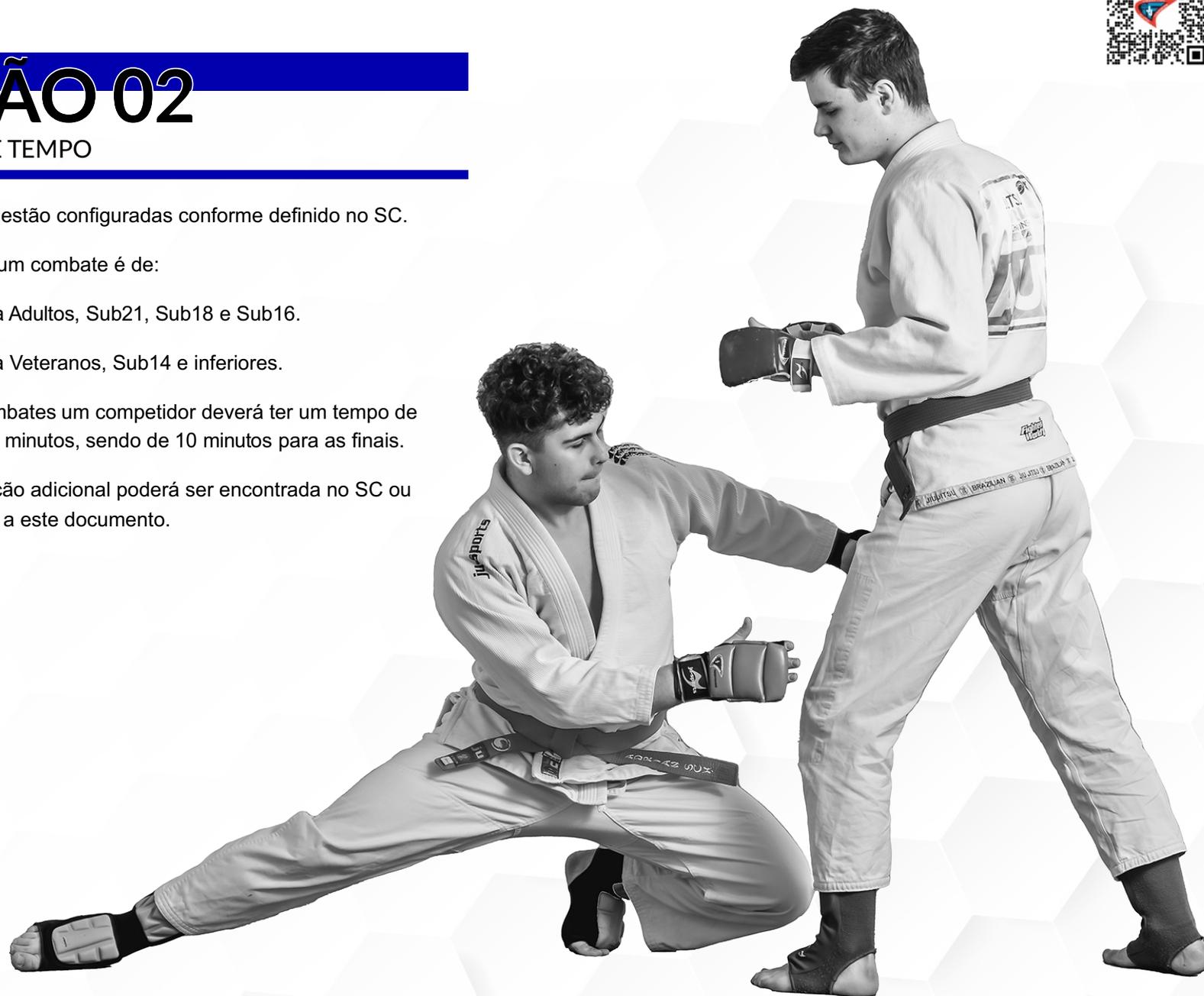
**2.1** As categorias estão configuradas conforme definido no SC.

**2.2** A duração de um combate é de:

- 3 minutos para Adultos, Sub21, Sub18 e Sub16.
- 2 minutos para Veteranos, Sub14 e inferiores.

**2.3** Entre dois combates um competidor deverá ter um tempo de recuperação de 5 minutos, sendo de 10 minutos para as finais.

**2.4** Regulamentação adicional poderá ser encontrada no SC ou no Anexo apenso a este documento.



# SECÇÃO 03

ÁRBITROS E SECRETARIADO



# SECÇÃO 03

## ÁRBITROS E SECRETARIADO

### 3.1 Árbitros

**3.1.1** O árbitro principal do JJIF Fighting System é o **Árbitro Central (AC)**, que se encontra dentro da área de combate e dirigirá o desafio.

**3.1.2** O AC é o único que atribui as decisões de pontuação, castigos ou correção de pontuações e castigos mal atribuídos.

**3.1.3** O AC é apoiado por dois (2) **vídeoárbitros (VAR)** que se situam junto ao secretariado. Duas (2) câmaras de vídeo serão colocadas em cantos opostos do tapete.

**3.1.4** O **Árbitro de Mesa (AM)** supervisiona o secretariado.

**3.1.4.a** O AM transmite os pontos e castigos aos marcadores.

**3.1.4.b** O AM inicia o tempo médico apenas quando o pessoal médico principia o tratamento no tapete.

**3.1.4.c** O AM informa o AC sobre o fim dos tempos do combate, de *osaekomi* e médico.

**3.1.5** Ações que resultem em lesão ou *full-ippon*, deverão ser sempre revistas pelos VARs.

**3.1.6** Ações que resultem em *Hansokumake* direto, devem ser revistas pelo **Árbitro responsável pelo Tapete (AT)**.

**3.1.7** As decisões do árbitro poderão ser contestadas de acordo com a regulamentação descrita no *JJIF Sporting Code*.

**3.1.8** Quando não for possível utilizar o sistema de vídeoárbitro, o AC será assistido por dois (2) **Árbitros Laterais (AL)**.

**3.1.8.1** Os AL deverão posicionar-se em lados opostos da área de segurança, acompanhando a todo o momento e da melhor forma possível o curso da luta, atribuindo as pontuações.

**3.1.8.2** O registo da pontuação será feito tendo em consideração a pontuação dada pela maioria dos três (3) árbitros.

**3.1.9** O AT, AC e um dos VAR deverão estar em contacto permanente através de um canal de intercomunicação áudio independente.

**3.1.10** AC e VAR (ou AL) serão apoiados e supervisionados pelo **Árbitro responsável pelo Tapete (AT)**, que avalia e regista o desempenho do AC e VAR.

**3.1.11** É dever do AC intervir na luta sempre que considere necessário.

**3.1.12** É dever do AC manter os competidores dentro dos limites da área de combate.

**3.1.13** É dever do AC penalizar os treinadores e convidá-los a abandonar a área de competição, de acordo com as regras do *JJIF Sporting Code*.

**3.1.14** Os árbitros presentes no mesmo combate, se possível, deverão ser todos de países diferentes (ou clubes diferentes caso se trate de uma competição nacional).



## 3.2 Secretariado

**3.2.1** O secretariado é composto, pelo menos, por um marcador, que trabalha diretamente com o Árbitro de Mesa (AM).

**3.2.2** O secretariado estará posicionado de forma a que o Árbitro Central (AC) esteja colocado na sua frente no início do combate.

**3.2.3** Os marcadores são responsáveis pela operacionalidade do painel eletrónico. Caso seja necessário efetuar registos em papel, será necessário um segundo marcador responsável pelos mesmos.



# SECÇÃO 04

DECURSO DO COMBATE



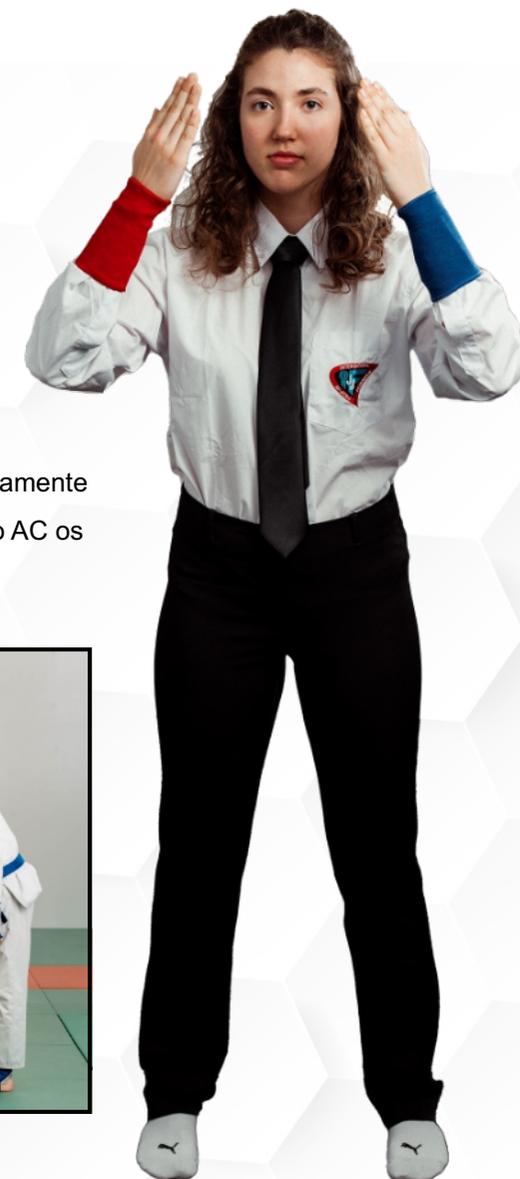
# SECCÃO 04

DECURSO DO COMBATE

## Árbitro

### chama os competidores

**4.1** Os competidores iniciam o combate de frente um para o outro, no meio da área de competição, a aproximadamente dois (2) metros de distância. O competidor com o cinto vermelho permanecerá do lado direito do AC. Ao sinal do AC os competidores farão uma saudação, em primeiro lugar para o árbitro, e depois entre si.



4.2 Depois do AC anunciar **hajime**, o combate inicia.

4.3 Um combate do *JJIF Fighting System* é composto por três partes:

- O combate inicia na parte 1 e reinicia na parte 1 sempre que for anunciado **mate**. O combate reiniciará também na parte 1, caso as pegas nas partes 2 & 3 sejam perdidas ou quebradas.  
Os pontos na parte 1 serão obtidos através da execução de *atemi*.
- A parte 2 inicia quando é estabelecida uma pega por cada um dos competidores e prolonga-se até que ambos os competidores tenham os dois joelhos no chão, ou um dos competidores esteja sentado ou deitado no *tatami*. Os *atemi* são proibidos na parte 2, exceto quando executados em simultâneo com a pega inicial.  
Os pontos na parte 2 serão alcançados através da execução de projeções ou submissões.
- A parte 3 inicia assim que ambos os competidores tenham os dois joelhos no chão, ou um competidor esteja sentado ou deitado no *tatami*, e termina quando são aplicáveis novamente as condições das partes 1 ou 2. *Atemi* são proibidos na parte 3, e as projeções não são pontuadas. Os pontos na parte 3 são obtidos através da execução de *osaekomi* ou submissões.



4.4 Os competidores deverão ativamente tentar pontuar em todas as partes.

4.5 Os competidores ativos podem alternar entre partes.

4.6 Depois de **mate**, os competidores deverão imediatamente reajustar o seu Gi e equipamento de proteção enquanto se dirigem às posições iniciais. Caso o Gi ou o equipamento de proteção de um competidor não esteja ajustado, o AC pode usar o gesto de **Reajuste do Gi** e dar 15 segundos extra para o atleta proceder ao seu reajuste.  
Caso esta situação se verifique em múltiplas ocasiões, o competidor será punido com *shido*.

4.7 Técnicas que iniciem fora da área de combate, não serão pontuadas. O AC deverá interromper imediatamente qualquer ação que decorra fora da área de competição e indicar aos competidores para regressarem ao centro do tapete na posição de pé, e posicionarem-se de frente um para o outro.

4.8 Caso um competidor coloque os dois pés na área de segurança por breves momentos e regresse imediatamente à área de combate, a luta não deverá ser interrompida.

4.9 No final do encontro, o AC anuncia o vencedor e ordena a saudação, em primeiro lugar entre os atletas e depois para o(s) árbitro(s).

# SECÇÃO 05

APLICAÇÃO DE HAJIME, MATE, SONOMAMA & YOSHI



# SECÇÃO 05

APLICAÇÃO DE HAJIME, MATE, SONOMAMA & YOSHI



**5.1** O AC deve anunciar **Hajime** para iniciar e reiniciar o combate depois de dizer **Mate**.

**5.2** O AC deve anunciar **mate** para interromper temporariamente o combate, nas seguintes situações:

**5.2.1** Se um ou os dois competidores saem totalmente da área de combate nas partes 1 ou 2.

**5.2.2** Se os dois competidores saem totalmente da área de combate na Parte 3.

**5.2.3** Se o contacto é perdido nas Partes 2 e 3 e os competidores não continuam na Parte 3 por iniciativa própria.

**5.2.4** Se um competidor estiver com os dois joelhos no chão, sentado ou deitado e o seu oponente aplique um atemi.

**5.2.5** Quando o tempo de osaekomi terminou.

**5.2.6** Durante uma submissão em que o competidor abandona, mostra outros sinais de submissão, grita ou um dos atletas é incapaz de bater por si só.

**5.2.7** Para atribuir um castigo na Parte 1, a um ou ambos os competidores.

**5.2.8** Se um ou ambos os atletas estão lesionados, inconscientes ou doentes.

**5.2.9** Em qualquer outro caso que o AC considere necessário (ex: para reajustar o Gi ou emitir quaisquer considerações).

**5.2.10** Em qualquer outro caso que os AL/VAR considerem necessário e, por consequência, batem as palmas.

**5.2.11** O combate terminou.

**5.3 Sonomama** deve ser usado pelo AC para parar temporariamente os competidores. Neste caso, os atletas não estão autorizados a mexer-se até que o combate seja retomado. **Sonomama** deve ser anunciado:

**5.3.1** Para atribuir um aviso ou um castigo nas Partes 2 ou 3, a um ou a ambos os competidores.

**5.3.2** Em qualquer outra altura em que o AC considere necessário interromper a luta, com os competidores nas Partes 2 ou 3.

**5.4** Depois de **Sonomama** os competidores permanecem exatamente na mesma posição que tinham quando a ordem foi anunciada.

**5.5** O AC anuncia **Yoshi** para reiniciar o combate, depois de **Sonomama**.



# SECÇÃO 06

PONTUAÇÃO



# SECCÃO 06

## PONTUAÇÃO



### **Caso a equipa de arbitragem consista de um AC e dois VAR:**

- Os pontos são atribuídos pelo AC.
- Se, pelo menos, um dos VAR concorda com o AC, não haverá qualquer interferência na decisão.

Se os dois VAR discordam do AC, um deles levanta-se e mostra a pontuação correta (quando os dois VAR estão de acordo) ou a pontuação intermédia (caso os três árbitros atribuam pontuações distintas).

Se o resultado for alterado pelos VAR, o AC deverá mostrar a alteração da pontuação, bem como a parte em que ocorreu essa modificação.

### **Caso a equipa de arbitragem consista de um AC e dois AL:**

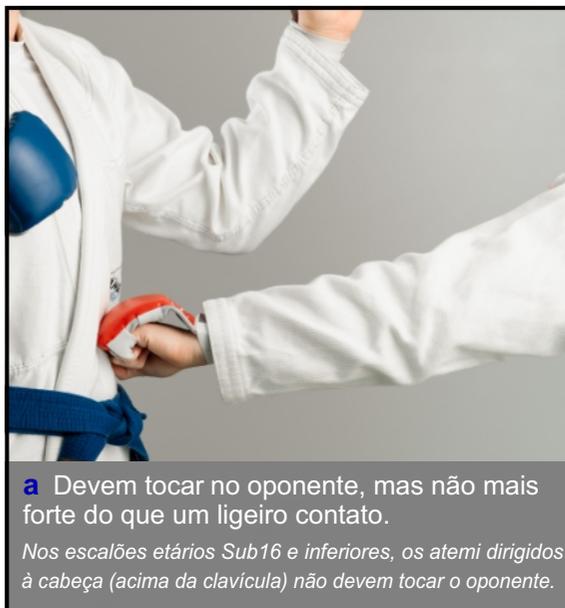
- Os pontos serão atribuídos pelos três (3) árbitros, em simultâneo, e concedidos ao competidor de acordo com a regra da maioria de três, ou seja, os pontos serão atribuídos a um competidor quando pelo menos dois (2) árbitros (1 AC e 1 AL, ou 2 AL) tenham pontuado esse atleta.
- Se os três árbitros pontuam de forma distinta, será atribuída uma pontuação intermédia.



## 6.1 Parte 1

**6.1.1** Os atemi devem ser direcionados ao tronco ou cabeça, excluindo atemi diretos à cabeça.

**6.1.2** Existem três (3) critérios que os atemis deverão cumprir para poderem ser pontuados:



**6.1.3** As seguintes técnicas podem ser pontuadas na Parte 1:

### Ippon (3 Pontos)

Ippon (3 pontos) é atribuído a um pontapé dirigido à cabeça, que satisfaça todos os 3 critérios e que não seja bloqueado pelo oponente.

### Ippon (2 Pontos)

Ippon é atribuído a um atemi que satisfaça todos os 3 critérios e que não é bloqueado pelo oponente (e que não lhe seja atribuído um ippon de 3 pontos).

### Waza-ari (1 Ponto)

Waza-ari é atribuído a um atemi que satisfaça todos os 3 critérios, mas que foi parcialmente bloqueado pelo oponente.

ou

um atemi que satisfaça 2 dos 3 critérios e que não foi bloqueado pelo oponente.

## 6.1.4 Envolvimentos na Parte 1

**6.1.4.a** Um envolvimento é iniciado quando ambos os competidores se movimentam na direção um do outro e iniciam a aplicação de técnicas de atemi.

**6.1.4.b** Apenas poderá ser pontuada uma técnica por cada envolvimento.

**6.1.4.c** A prioridade para a pontuação deverá ser a seguinte:

1. Primeira técnica executada como Ippon (quer seja de 2 ou 3 pontos)
2. Primeira técnica executada como waza-ari

**6.1.4.d** Se ambos os golpes forem aplicados ao mesmo tempo e resultarem na mesma pontuação (ambos ippon - 2 ou 3 pontos - ou ambos waza-ari), não serão atribuídos quaisquer pontos (**ações simultâneas**).

**6.1.4.e** Poderão ser atribuídos múltiplos castigos durante um único envolvimento.

**6.1.4.f** Um envolvimento termina, quando:

- Os competidores afastam-se um do outro e a distância entre si aumenta.
- Ambos os competidores param de aplicar técnicas de atemi.
- Os competidores avançam para a Parte 2.



## 6.2 Parte 2

6.2.1 As seguintes técnicas poderão ser pontuadas na Parte 2:



### Ippon (3 Pontos)

Ippon (3 Pontos) é atribuído a uma submissão que force o oponente a abandonar.

*Não são permitidas submissões na Parte 2 às categorias etárias Sub16 e inferiores.*



### Ippon (2 Pontos)

Ippon é atribuído a uma projeção com total controlo e dinâmica ao longo da execução da técnica.



1



### Waza-ari (1 Ponto)

Waza-ari é atribuído a uma projeção parcialmente controlada.

**6.2.2** Se um competidor não consegue abandonar por batimento, pode fazê-lo verbalmente. De qualquer forma, caso o AC perceba que o competidor está em perigo, deverá parar o combate e atribuir Ippon (3 pontos) ao seu oponente.

**6.2.3** Uma projeção na qual o oponente caia de costas, de lado, de abdómen ou peito no tapete, com o Tori permanecendo numa posição superior ou ao mesmo nível que o seu oponente, será pontuada na Parte 2.

**6.2.4** Projeções em que o oponente caia de joelhos, em quatro apoios, ou numa posição sentada, não serão atribuídos quaisquer pontos.

**6.2.5** Projeções em que o oponente caia de joelhos e sobre o peito ou abdómen, serão pontuadas.

**6.2.6** Se uma ação de projeção é contrariada pelo oponente e ambos os competidores caem de forma a que nenhum esteja em controlo, deverá ser anunciada **ação simultânea**.

**6.2.7** Se uma projeção é executada depois de um competidor pegar o seu oponente na Parte 3, esta não será pontuada.



## 6.3 Parte 3

6.3.1 As seguintes técnicas podem ser pontuadas na Parte 3:



### Ippon (3 Pontos)

Ippon (3 Pontos) é atribuído a uma submissão que obrigue à desistência do oponente.

*Para as classes etárias Sub16 e inferiores, se forem executadas submissões de uma forma tecnicamente correta - com a perspectiva de desistência do oponente -, o árbitro deverá interromper o combate e atribuir o Ippon (3 pontos). Luxações às pernas não são permitidas para as classes etárias Sub16 e inferiores.*



### Ippon (2 Pontos)

Ippon é atribuído para técnicas de controlo efetivas, designadas por **osaekomi**, mantidas por 15 segundos.

### Waza-ari (1 Ponto)

Waza-ari é atribuído para técnicas de controlo efetivas, designadas por **osaekomi**, mantidas por mais de 10 segundos e menos de 15 segundos.

#### 6.3.2 Osaekomi é anunciado, quando:

- A pessoa controlada está deitada, de lado ou de barriga, no chão. As técnicas de controlo podem ser aplicadas quando o competidor oponente se encontra nas suas costas, lado ou abdómen.
- As pernas do Tori estão livres (no controlo pelas costas, as pernas do Tori consideram-se livres).
- Uke está bem controlado e não pode mexer-se livremente. Tori tem um bom controlo sobre Uke.

ou

- Tori tem uma submissão na qual controla a parte superior do corpo do Uke (ex: sankaku-jime e juji-gatame) e se encontra numa posição superior em relação ao Uke.

#### 6.3.3 O tempo de Osaekomi continua, mesmo que:

- O atleta controlado seja capaz de prender uma perna de Tori (meia-guarda).
- Os competidores sigam para controlo sobre as costas no chão (ex: a partir de uma montada pelas costas ou montada), com Tori em controlo.
- O atleta consiga colocar-se em quatro apoios com os dois joelhos no chão (posição de tartaruga), no caso de uma montada pelas costas com Tori em controlo.

#### 6.3.4 Toketa será anunciado, se:

- A pessoa controlada consegue prender as duas pernas do Tori (guarda fechada).
- A pessoa controlada consegue virar o seu oponente (exceto no caso de controlo pelas costas).
- A pessoa controlada consegue colocar-se de pé ou de joelhos numa posição vertical.
- A pessoa controlada consegue colocar-se em quatro apoios (posição de tartaruga), com os joelhos no chão.
- (Para montada pelas costas) A pessoa controlada consegue colocar-se em quatro apoios, com os joelhos erguidos.
- Ambos os competidores saem totalmente da área de combate.

**6.3.5** Se um competidor não conseguir bater durante uma submissão, poderá fazê-lo também verbalmente. Em qualquer situação que o AC considere haver perigo real para um competidor, deverá interromper o combate e atribuir Ippon (3 pontos) para o seu oponente.

**6.3.6** Osaekomi não pode ser anunciado para um competidor que se encontre manietado numa submissão. Toketa será anunciado caso a pessoa controlada aplique uma submissão.

**6.3.7** Não são acumuláveis pontos pela execução de diferentes técnicas de imobilização ou submissão, consideradas como osaekomi. Um osaekomi que seja mantido por mais de 10 segundos e culmine com uma submissão, não pontuará waza-ari mais um ippon. O AC anunciará **toketa** pelo osaekomi e atribuirá ippon (3 pontos) pela submissão.

**6.3.8** Caso uma técnica de submissão, que seja, simultaneamente, uma técnica de osaekomi, não resultar em submissão dentro de 15 segundos, o AC anunciará **mate** e atribuirá ippon (2 pontos) a Tori.



### Osaekomi



### Não considerado Osaekomi



# SECÇÃO 07

CASTIGOS / FALTAS / ATOS PROIBIDOS

# SECÇÃO 07

## CASTIGOS / FALTAS / ATOS PROIBIDOS

Os castigos deverão ser atribuídos por uma maioria de árbitros.

Se um competidor executa uma ação que preencha múltiplos critérios para atribuição de castigos, deverá ser atribuído o castigo mais grave.

Existem 3 tipos de faltas e correspondentes castigos:

- **Faltas Leves** - punidas com **shido**, e atribuição de 1 waza-ari para o oponente.
- **Faltas Graves** - punidas com **chui**, e atribuição de 3 waza-ari para o oponente.

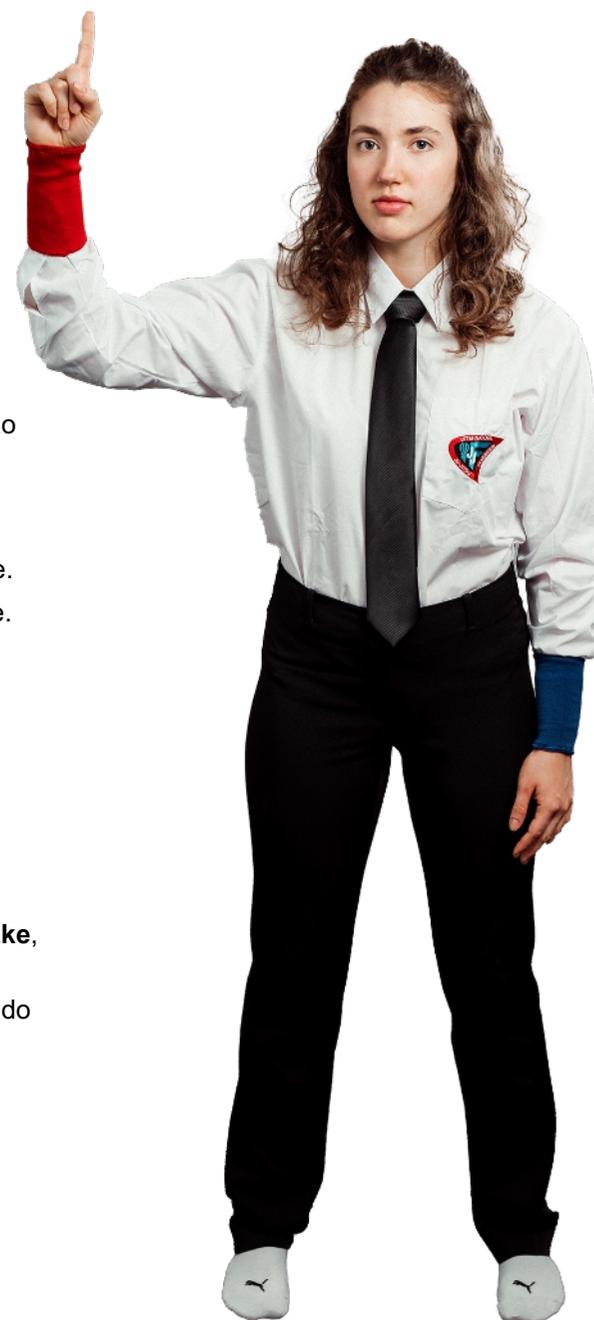
Ao competidor que acumule 6 ou mais pontos atribuídos por castigos, será atribuída uma falta muito grave (**hansoku-make**).

- **Faltas Muito Graves**

As faltas muito graves dividem-se em **faltas técnicas** e **faltas disciplinares**.

**Faltas Técnicas Muito Graves** serão punidas com **hansoku-make**, sendo o o competidor infrator desqualificado do combate.

**Faltas Disciplinares Muito Graves** serão também punidas com **hansoku-make**, mas o competidor infrator será imediatamente expulso da competição/torneio, perdendo todas as lutas, medalhas e pontos de qualificação que possam ter sido conseguidos durante todo o evento (em todas as disciplinas e categorias).





## 7.1 Faltas Leves

As Faltas Leves são punidas com SHIDO e o oponente receberá 1 waza-ari.

São consideradas faltas leves, as seguintes ações:

### 7.1.1 Mubobi

- Executar uma ação negligente na qual o competidor se coloca em perigo.
- Na mesma ação, é possível atribuir **mubobi** a um competidor e, em simultâneo, atribuir pontos ao oponente.

### 7.1.2 Sair da Área de Combate

- Na Parte 2, propositadamente, empurrar o oponente para fora da área de combate.
- Na parte 3, quando Uke está sob osaekomi ou tentativa de submissão e sai ativamente da área de combate de forma não-técnica, provocando a saída de ambos os competidores da área de combate.
- Nas partes 1 e 2, sair da área de combate com os dois pés.

Contudo, caso um competidor pise a área de segurança com os dois pés apenas por um breve instante e regresse de forma imediata à área de combate, não será atribuída qualquer falta, nem interrompido o combate. Se o competidor sair da área de combate para escapar a uma técnica de contato excessivo ou descontrolada, não será atribuído qualquer castigo.

### 7.1.3 Grip & Punch

- Executar técnicas de atemi na Parte 2 ou Parte 3.
- Contudo, se um atemi é executado em simultâneo com o início da pega (passagem da Parte 1 para a Parte 2), a ação pode ser pontuada.



### 7.1.4 Passividade

- Todas as partes:

Se um ou ambos competidores não demonstram qualquer atividade com o objetivo de obter pontos.

- Parte 1:

Se um ou ambos os competidores vão diretamente para a Parte 2 ou Parte 3 sem terem estado ativos na Parte 1. Ser ativo na Parte 1 significa mostrar, logo no início do combate, tentativas genuínas de pontuar em, pelo menos, 2 envoltimentos antes de progredir para a Parte 2.

- Parte 2:

Recusa em progredir para a Parte 2, estando ativo na Parte 1.

Neste caso, será atribuída Passividade se os competidores não progredirem para a Parte 2 dentro de, aproximadamente, 30 segundos. Após a primeira atribuição deste castigo, a tolerância será reduzida para, aproximadamente, 15 segundos. Um competidor ativo pode progredir para a Parte 2 após várias tentativas de pontuar na Parte 1, mas não pode avançar diretamente para a Parte 3. Esta ação representa passividade na Parte 2. Estando ativo na Parte 2, um competidor não pode passar intencionalmente para a Parte 3 após várias tentativas para pontuar (será igualmente passividade na Parte 2), todavia, pode voltar à Parte 1. Avançar diretamente para a Parte 3 ou executar um falso ataque apenas com o propósito de alcançar a Parte 3, será considerado passividade, assim como apenas bloquear os ataques e movimentos do oponente, sem a tentativa de executar qualquer técnica.

- Parte 3:

Avançar diretamente para a Parte 2 ou Parte 1, recusando lutar na Parte 3. Estando na Parte 3, um competidor ativo pode alternar para a Parte 2 ou Parte 1 após várias tentativas de pontuar sem sucesso.

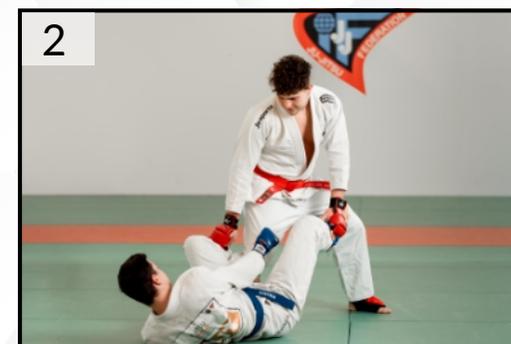
Quando é aplicado um castigo por passividade porque um competidor transpôs as Partes 1 ou 2, ou recusou lutar na Parte 3, o combate será retomado na parte onde a passividade foi atribuída (e.g. se um atleta executa um falso ataque para evitar a Parte 2, a luta será retomada na Parte 2).

#### Como exceção ao ponto «7.1.4 Passividade»:

Não será atribuído castigo por passividade se um competidor aproveita uma oportunidade técnica (ex:

agarra a perna na sequência de um pontapé sem ter estado ativo na Parte 1; executa um Tobi-juji-gatame; levanta-se para passar a guarda do oponente).

**Todavia**, caso esta exceção ocorra por diversas vezes e o competidor recuse lutar nas Partes 1, 2 ou 3, ser-lhe-á atribuído SHIDO por passividade.



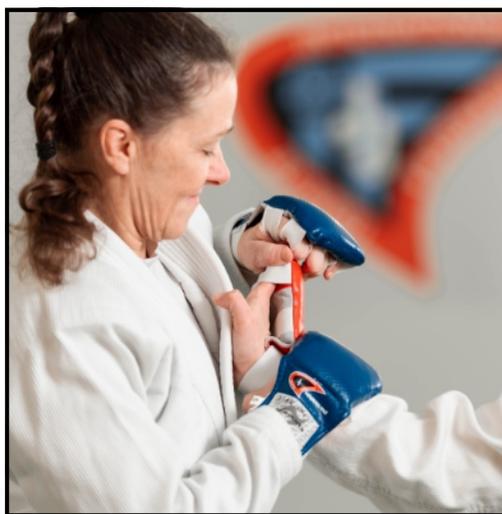
### 7.1.5 Desperdiçar tempo

- Não ter o Gi ou o equipamento de proteção devidamente reajustado ao retomar a posição inicial, em múltiplas ocasiões.
- Não reajustar atempadamente o Gi e o equipamento de proteção (15 segundos após a indicação do gesto de **reajuste do Gi**).
- Desperdiçar tempo propositadamente (ex: reajustar o Gi tirando o cinto, tirando as luvas, etc).
- Se um competidor chega ao tatami sem estar preparado e atrasa o combate. O castigo será atribuído após a saudação inicial e antes do início do combate por **hajime**.



### 7.1.6 Ações Proibidas

- Executar qualquer ação após **mate** ou **sonomama**.
- Infligir atemi às pernas.
- Executar luxações aos dedos das mãos e dos pés.
- Colocar a mão ou o pé na cara do oponente nas Partes 2 ou 3.





## 7.2 Faltas Graves

As faltas graves serão punidas com CHUI e o oponente obterá 3 waza-ari.

As seguintes ações serão consideradas faltas graves:

### 7.2.1 Desconsiderar as instruções do Árbitro

- Desconsiderar as instruções do AC.
- Executar qualquer tentativa de melhorar a pega ou posição, após o anúncio de **sonomama**.
- À terceira vez que é executada a mesma falta leve (ex: **passividade**, «**grip & punch**», **sair do tatami...**).  
Quando um competidor comete a mesma falta leve pela segunda vez, o AC avisará que uma falta idêntica irá incorrer num CHUI.

### 7.2.2 Comentários desnecessários

- Falar com alguém durante o combate (ex: oponente, treinador, árbitro,...).
- Fazer comentários desnecessários, gestos, danças ou celebrações de vitória que representem atitudes desrespeitosas para com o oponente, os árbitros, secretariado ou qualquer outra pessoa, mas sem gravidade suficiente para garantir uma expulsão imediata do evento (**falta disciplinar muito grave**).
- Gestos depreciativos e insolentes de reprovação da pontuação/resultado.

### 7.2.3 Técnicas Perigosas

- Executar atemi (ex: pontapear, empurrar, socando ou golpeando o corpo do oponente) de uma forma dura. Se um atemi é mais vigoroso do que semi-contato, será considerado como contacto duro. Se o «contato duro» ocorreu porque o oponente se moveu em direção à técnica aplicada e não se defendeu (**Mubobi**), não será atribuído CHUI por **Técnica Perigosa**. É possível aplicar, simultaneamente, castigo por **Mubobi** e **Técnica Perigosa**.



- Executar atemi direto à cabeça do oponente. O castigo será aplicado, mesmo que o golpe falhe o oponente.



## Técnica válida



- Executar um ataque descontrolado que não é travado mesmo que falhe o oponente.  
A execução de um atemi horizontal descontrolado (ex: Uraiken, Haito ou pontapé circular) que não é travado, resultará na transposição da linha mediana do corpo do oponente.  
A execução de um atemi vertical descontrolado (ex: Tetsui à cabeça) que não é travado, resultará na transposição da linha da mandíbula/maxilar inferior.

## Falta



- Executar uma projeção em que qualquer parte do corpo do oponente caia fora da área de segurança.



- Executar uma projeção que provoque a queda do oponente sobre a sua cabeça, cara ou pescoço.
- Executar uma projeção dura ou violenta.
- *Para as categorias etárias Sub16 e inferiores:*
  - *Executar um atemi que toque na cabeça do oponente.*
  - *Executar luxações ou estrangulamentos na Parte 2.*
  - *Compressão dos rins ou costelas do oponente quando na posição de guarda.*



## 7.3 Faltas Muito Graves

Todas as **Faltas Muito Graves** serão punidas com **hansoku-make**.

Se um competidor é punido com **hansoku-make**, ele perderá o combate com um resultado final de 0 pontos, enquanto que o oponente receberá 50 pontos.

Caso os dois competidores sejam punidos com **hansoku-make**, haverá lugar a um outro combate:

- Não haverá período de paragem entre combates.
- Pontos, ippons e castigos não serão transportados para o novo combate.

### 7.3.1 Se um competidor cometer uma **Falta Muito Grave Disciplinar**

- Será expulso de todo o evento.
- Perderá todas os combates, medalhas e pontos de qualificação em TODAS as disciplinas e categorias.

### 7.3.2 As seguintes ações serão consideradas como faltas muito graves disciplinares:

**7.3.2.a** Executar qualquer ação com o único propósito de lesionar o oponente.

**7.3.2.b** Demonstrar um comportamento desrespeitoso além do que já foi mencionado nos **comentários desnecessários** (ex: simular lesão com a intenção de punir o oponente por uma ação válida, praguejar, racismo, ódio ou palavras/gestos indecentes e ofensivos).

**7.3.2.c** Quando um atleta morde, puxa cabelo, golpeia ou aplica pressão excessiva nos genitais/olhos.

**7.3.2.d** Quando um competidor mostra desrespeito verbal ou por gestos ao oponente ou ao público, durante o combate ou a celebração da vitória.

**7.3.2.e** Quando um ou ambos os competidores não levam o combate a sério e envolvem-se numa luta falsa («fake fighting»).

**7.3.2.f** Quando um competidor mostra uma atitude inapropriada ou desrespeitosa pela competição, ou se envolve noutra forma de má conduta antes ou após o combate.

**7.3.2.g** Mostrar comportamento ou realizar ações que vão contra o espírito do Budo, não listadas supra.





**7.3.3** As seguintes ações são consideradas como **Faltas Técnicas Muito Graves**:

**7.3.3.a** Acumular 6 ou mais pontos de castigos num combate.

**7.3.3.b** Realizar ações que possam lesionar o oponente.

Técnicas que causem sangramento (que não devidas à reabertura de uma ferida existente) deverão ser avaliadas pelo AC e AL / VAR para determinar e aplicar de acordo com a situação: «mubobi» (SHIDO), «técnica perigosa» (CHUI) ou «ação que pode lesionar o oponente» (HANSOKU-MAKE).

**7.3.3.c** Execução de **Técnicas Proibidas**

- Executar luxações ao pescoço ou à coluna vertebral.



- Executar kani-basami.



- Estrangular o oponente diretamente com as mãos.
- Executar uma combinação de projeção (incluindo tentativas) com uma submissão, de tal maneira que mesmo que o oponente se deixe levar, existe um risco substancial de danos físicos.

Falta



Falta



Válido



Todavia, é permitido levar o oponente ao solo com uma submissão:

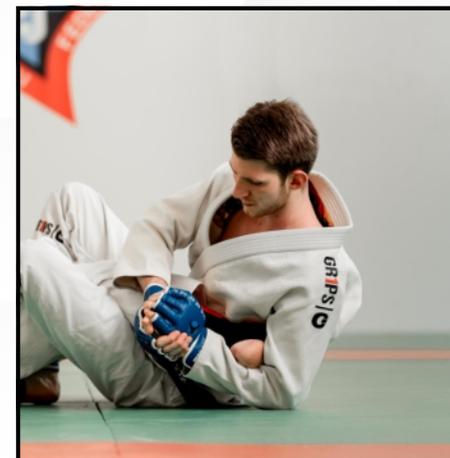
- Se a submissão é evitada pela queda/ida do oponente ao solo (ex: kote-gaeshi).
- Se durante a preparação da submissão na Parte 2 o oponente avança para a Parte 3 (e.g. Tobi juji-gatame/«flying arnbar»).

- Executar luxações com torção ao joelho ou ao pé.

Válido



Falta



## Tabela com Ações Permitidas / Proibidas

	Sub10 - Sub16	Sub18 / Sub21 Adultos / Veteranos	Técnicas
1	S	S	Atemi às pernas
2	S	S	Luxações aos dedos das mãos e dos pés
3	S	S	Colocar a mão ou pé na cara do oponente nas Partes 2 ou 3
4	C	✓	Atemi que tocam a cabeça do oponente
5	C	✓	Luxações e estrangulamentos na Parte 2
6	C	✓	Compressão dos rins e costelas do oponente durante a guarda com pernas cruzadas
7	C	C	Atemi executados de forma dura
8	C	C	Atemi diretos à cabeça do oponente
9	C	C	Atemi descontrolados que não são travados
10	C	C	Projeção em que qualquer parte do corpo do oponente cai fora da área de segurança
11	C	C	Projeção que provoque a queda do oponente sobre a sua cara, cabeça ou pescoço
12	C	C	Projeção dura e violenta
13	H	H	Luxações ao pescoço e à coluna vertebral
14	H	H	Luxações com torção ao joelhos e pés
15	H	H	Kani-basami
16	H	H	Estrangular o oponente diretamente com as mãos
17	H	H	Executar uma combinação de projeção e submissão

- ✓ Ação/Técnica permitida
- S Ação/Técnica punida com SHIDO (Ações Proibidas)
- C Ação/Técnica punida com CHUI (Técnicas Perigosas)
- H Ação/Técnica punida com HANSOKU-MAKE (Técnicas Proibidas)

# SECÇÃO 08

DECISÃO DO COMBATE

# SECÇÃO 08

## DECISÃO DO COMBATE

### 8.1 Determinação do vencedor antes de terminar o tempo de combate:

Se um competidor pontuar pelo menos um ippon em cada uma das 3 partes, vencerá imediatamente por **full-ippon**.

Neste caso, o resultado final do competidor derrotado será de 0 pontos e o do vencedor de 50 pontos.

### 8.2 Determinação do vencedor após terminar o tempo de combate:

**a.** O competidor que conseguiu obter mais pontos será declarado vencedor.

**b.** No caso de **a.** ter resultados iguais, será declarado vencedor o competidor que tiver atingido o maior número de partes com um ou mais ippons.

**c.** No caso de **a.** e **b.** terem resultados iguais, o competidor que pontuar o maior número de ippons será declarado vencedor.

### 8.3 No caso de um empate total no final do tempo de combate (ambos os competidores pontuaram igual número de pontos, pontuaram ippons no mesmo número de partes, pontuaram o mesmo número de ippons):

**8.3.1** Após uma pausa de 1 minuto haverá lugar a um combate adicional.

**8.3.2** A duração do combate suplementar será de 2/3 do tempo regulamentar de cada categoria (120 segundos para Sub16-Adultos, 80 segundos para Veteranos, Sub14 e inferiores).

**8.3.3** Caso permaneça o empate total após o combate suplementar, o procedimento será repetido.

**8.3.4** Pontuações, ippons e castigos serão transportados para os combates suplementares.

**8.3.5** Na pontuação da tabela de grupo permanecerá como resultado o empate da ronda inicial.



# SECÇÃO 09

FALTA DE COMPARÊNCIA / DESISTÊNCIA

# SECCÃO 09

## FALTA DE COMPARÊNCIA / DESISTÊNCIA

**9.1** A decisão de **fusen-gachi** (vitória por falta de comparencia) será dada a qualquer competidor cujo oponente não compareça para o combate e tenha sido chamado 3 vezes num período de 3 minutos. O resultado final do atleta que não compareceu será de 0 pontos, enquanto que ao atleta vencedor serão atribuídos 50 pontos.

**9.2** A decisão de **kiken-gachi** (vitória por desistência) será dada ao competidor cujo oponente se retira da competição durante o combate. Neste caso, o resultado final do atleta desistente será de 0 pontos, enquanto que o atleta vencedor obterá 50 pontos.



# SECÇÃO 10

LESÃO / ACIDENTE / DOENÇA



# SECÇÃO 10

## LESÃO / ACIDENTE / DOENÇA

- 10.1** Quando um combate é interrompido por lesão de um ou ambos os competidores, o AC suspende imediatamente todas as ações no tatami e alerta o pessoal médico, assim como os VARs e AM, através do gesto de Tratamento Médico.
- 10.2** O tempo máximo de recuperação por competidor é de 2 minutos por combate.
- 10.3** O tempo de recuperação inicia após a ordem do AM, e apenas quando o pessoal médico inicia o tratamento do competidor lesionado.
- 10.4** Enquanto decorre o tempo de recuperação, o competidor não-lesionado deverá manter-se afastado 2 metros do atleta lesionado, voltado para o lado oposto onde decorre o tratamento, assim como o seu próprio treinador.
- 10.5** Cabe ao médico oficial a decisão final sobre se um competidor lesionado ou doente pode continuar o combate, ou não.
- 10.6** Se um competidor perde a consciência ou desmaia, o combate será interrompido e o competidor proibido de continuar a competir durante o resto do torneio.
- 10.6.1** Se a perda de sentidos ocorrer devido a um traumatismo craniano (ex: soco, pontapé, projeção com queda sobre a cabeça) o competidor será suspenso de todas as competições da JJIF, por 3 semanas .
- 10.6.2** O competidor manterá todas as vitórias, medalhas e pontos de classificação conseguidos até ao momento.
- 10.6.3** Esta decisão será tomada pelo médico oficial do evento.

**10.7** Se um dos competidores está impossibilitado de continuar, o AC e os VAR/AL tomarão uma decisão, considerando:

- 10.7.1** Se a causa da lesão é atribuída ao competidor lesionado ou se é impossível atribuir a causa da lesão a um dos competidores, será anunciado **kiken-gachi** (vitória por desistência) ao competidor lesionado.
- 10.7.2** Se a causa da lesão for atribuída ao competidor lesionado, será anunciado **kiken-gachi** (vitória por desistência) ao competidor lesionado. Se a ação que conduziu à lesão foi uma falta muito grave, o **hansoku-make** sobrepõe-se ao **kiken-gachi**.
- 10.7.3** Se um competidor adoece durante o combate e fica impossibilitado de continuar, será anunciado **kiken-gachi** (vitória por desistência) ao oponente.
- 10.7.4** Se um competidor perde o controlo das funções corporais (e.g. vomitar, micção involuntária ou incontinência intestinal), será anunciado kiken-gachi (vitória por desistência) ao oponente.

# SECÇÃO 11

SITUAÇÕES NÃO ENQUADRADAS PELO REGULAMENTO

# SECCÃO 11

## SITUAÇÕES NÃO ENQUADRADAS PELO REGULAMENTO

Situações não enquadradas pelo regulamento deverão ser decididas pelo AC, assim como pelos VAR/AL presentes no combate, e relatados - caso seja possível, com vídeo - ao Comité JJIF Fighting ([fighting@jjif.org](mailto:fighting@jjif.org)).



# ANEXO

## REGRAS ADICIONAIS E ADAPTAÇÕES

Este anexo contém informação adicional, como restrições, regras, orientações, adaptações na organização, formato e protocolo para diferentes formatos de eventos, assim como categorias especiais de peso e etárias.

De igual forma, estas informações estão disponíveis no «Sporting Code» (SC) da JJIF.

Em caso de contradição entre este anexo do regulamento e o SC, prevalecerá como válido o disposto no SC.

# ANEXO I

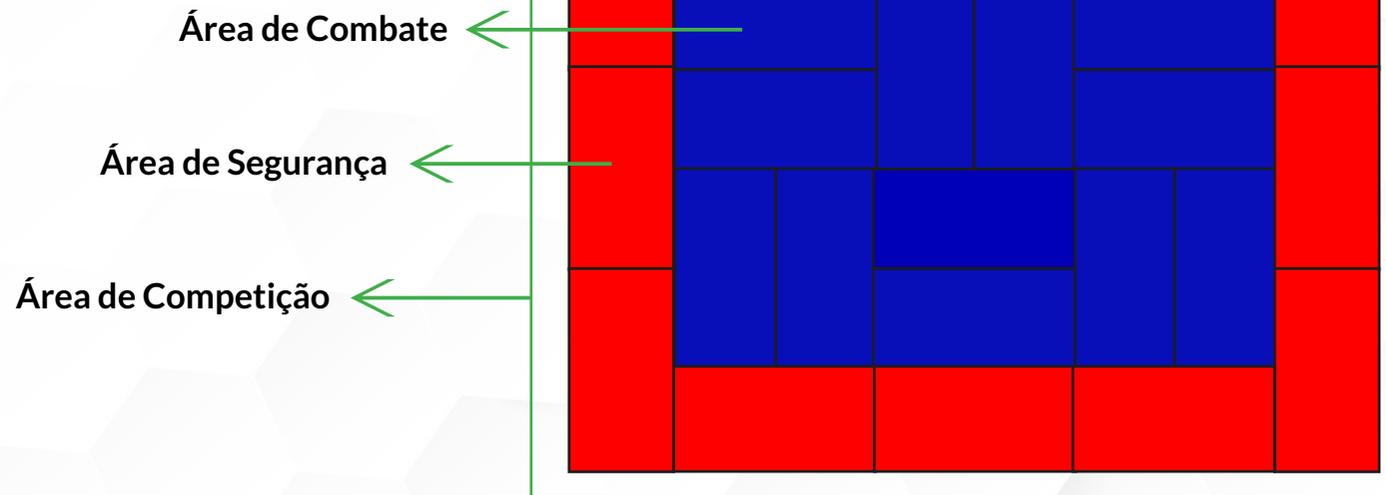
## ÁREA DE COMPETIÇÃO (FIELD OF PLAY - FOP)

A área de competição deverá ser configurada de acordo com a regulamentação adicional especificada no documento «JJIF Organization and Sporting Code».

**I.a** A área de competição deve ser coberta por tatamis, de cores distintas que dividam as diferentes áreas.

**I.b** A área em redor da **área de combate** será designada de **área de segurança**.

**I.c** A **área de combate**, em conjunto com a **área de segurança**, formam a **área de competição**.

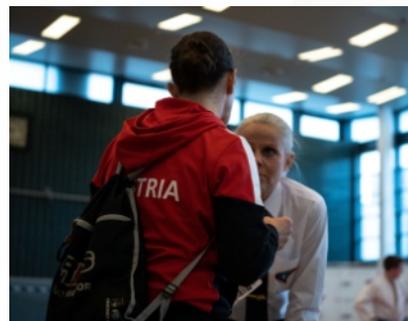


# ANEXO II

## TREINADORES

Apenas será permitida a presença na área de competição, de um (1) treinador por competidor.

- II.a** Durante o combate, os treinadores deverão permanecer sentados no limite da área de competição.
- II.b** Os treinadores são modelos de referência e, como tal, o seu comportamento e conduta pessoal devem refletir os princípios éticos das artes marciais.
- II.c** Os treinadores deverão trajar de acordo com o regulamento referido (JJIF Sporting Code). Em determinados eventos poderá ser estabelecido um dress-code específico (e.g. Beach Games).
- II.d** Os treinadores podem contestar as decisões dos árbitros, de acordo com a regulamentação definida no «JJIF Sporting Code».
- II.e** Se os treinadores exibirem comportamentos ofensivos para com atletas, árbitros, público ou qualquer outra pessoa, o AC pode decidir afastá-los da área reservada aos oficiais/organização (FOP), durante o restante tempo de duração do combate.
- II.f** Se o comportamento ofensivo continuar, os árbitros do combate podem decidir afastá-los da área reservada a todo o torneio. O organizador do evento reserva-se o direito de expulsar qualquer interveniente que considere **perturbador** à boa realização do mesmo.



# ANEXO III

## UNIFORMES / OUTROS REQUISITOS

**III.a** Para as pesagens oficiais, os competidores deverão vestir, pelo menos, uma T-shirt não transparente (opaca) e um calção a cobrir os joelhos. Para mais detalhes, deverá ser consultada a Secção **weigh-in** do SC.

**III.b** Os emblemas só poderão ser colocados em zonas autorizadas do Gi, conforme ilustrado na página seguinte. Terão de ser de tecido de algodão e devidamente costurados/cosidos. Todos os emblemas descosidos ou cosidos em zonas não autorizadas do Gi, serão removidos durante a inspeção do Gi.

**III.c** O tamanho do Gi deve estar em conformidade com a **ilustração de de tamanhos de Gi e especificidades** presente nas páginas seguintes do Anexo III. Essa ilustração pode ainda ser consultada no SC.

**III.d** Nas categorias masculinas, é opcional a utilização de uma camisola/ /rashguard, justa ou elástica, sob o Gi. Nas categorias femininas, é obrigatório.

**III.e** Nas categorias femininas é permitido o uso do «hijab» (lenço de cabeça). Deve ser bem amarrado e feito com tecido elástico, sem qualquer material rígido. É obrigatório que o «hijab» seja de cor branca ou preta.

**III.f** O uso de proteções de articulações (ex: joelheiras, cotovelleiras, etc...) é permitido, mas desde que não aumentem o volume corporal, a ponto de tornar mais difícil agarrar o Gi, por parte do oponente.

**III.g** É proibido o uso de proteções ou equipamento com materiais rígidos que possam causar danos físicos ao próprio atleta ou ao oponente.

**III.h** As unhas das mãos e dos pés deverão estar cortadas e rentes.

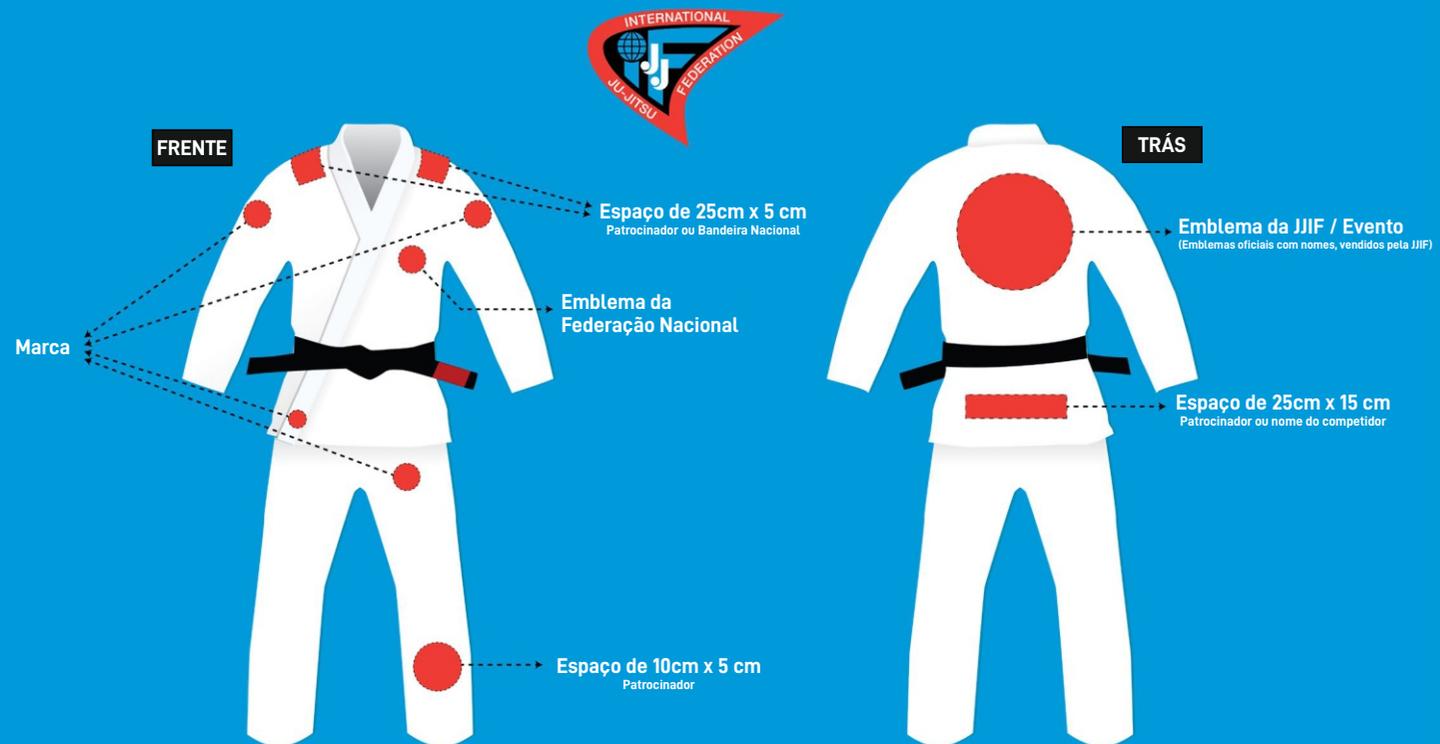
**III.i** O cabelo longo deve ser amarrado com elástico. O elástico não deverá conter qualquer material rígido que possa causar danos ao oponente.

**III.j** No caso da pele de um competidor apresentar feridas abertas, irritação ou doenças de pele, o médico deverá ser informado. O médico terá a decisão final de indicar se o competidor pode participar na competição, ou não.

**III.k** Fora da área de competição os atletas deverão usar calçado adequado.

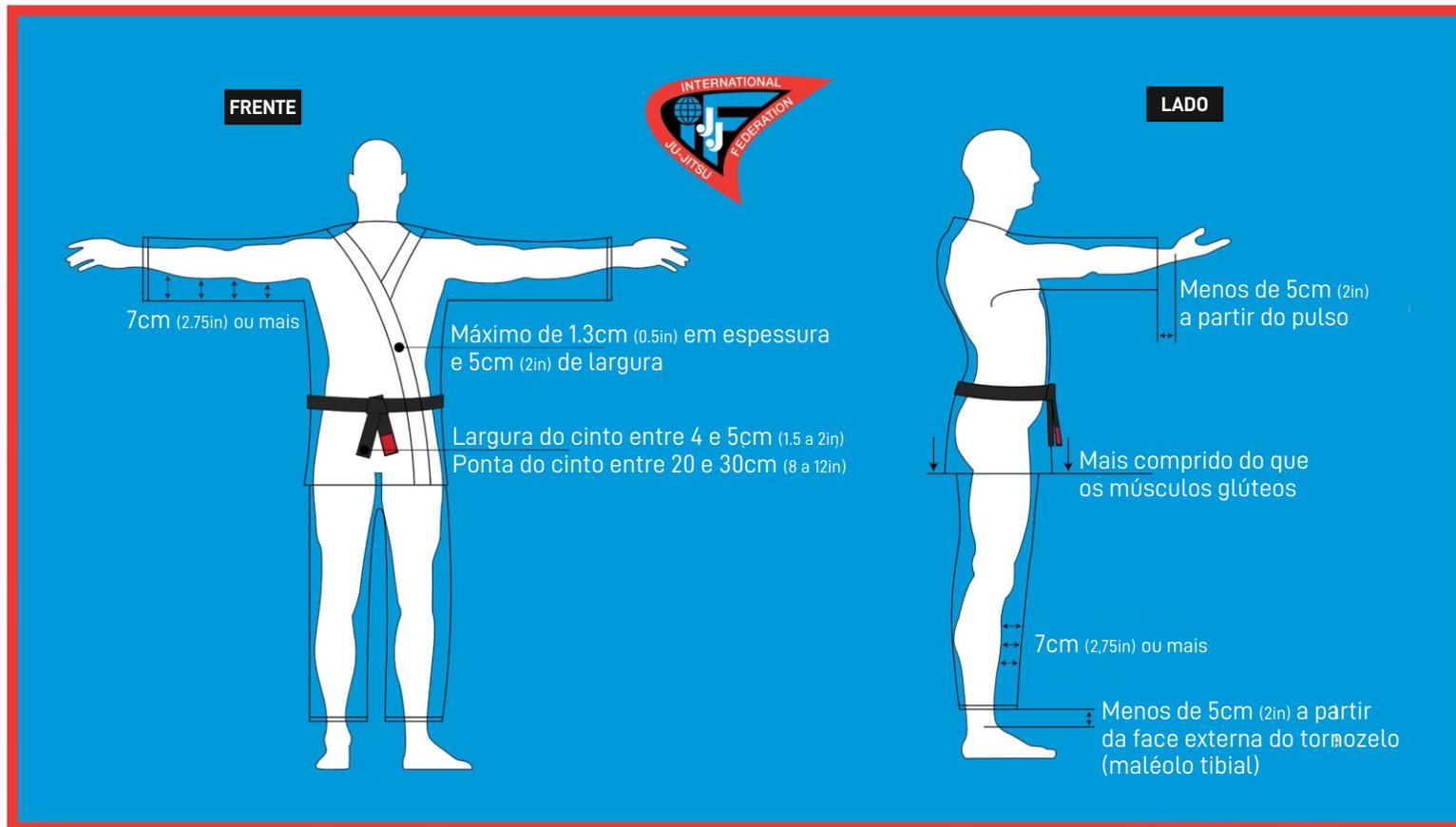
**III.l** O Gi e o restante equipamento deve estar limpo, seco e sem odores.





#### GENERALIDADES

- A 'área do patrocinador' não deve ser utilizada para declarações religiosas ou políticas.
- O 'patrocinador' deve adequar-se à ética do Budo e do Desporto (sem discriminação, sem álcool, sem tabaco,...).
- O 'patrocinador pessoal' não pode estar em concorrência com os patrocinadores oficiais JJIF.
- Apenas os fornecedores oficiais de equipamento da JJIF estão autorizados a permanecer nas áreas de patrocínio (em adição às áreas das marcas).
- Apenas o nome do Competidor poderá ser colocado na parte posterior do cinto.
- NÃO é permitida qualquer publicidade nos eventos: 'Jogos Mundiais IWGA' e 'Sport Accord World Combat Games'.
- Apenas a marca do equipamento será permitida na posição designada para 'Marcas'.



# ANEXO IV

## TEMPO DE COMBATE / CATEGORIAS ETÁRIAS E DE PESO

### IV.a Categorias Etárias e Tempo de Combate

Os seguintes escalões etários e tempos de combate são reconhecidos pela JJIF:

<b>Veteranos</b>	<b>+ 35 anos</b>	<b>2 minutos</b>
<b>Adultos</b>	<b>+ 18 anos</b>	<b>3 minutos</b>
<b>Sub21</b>	<b>18/19/20 anos</b>	<b>3 minutos</b>
<b>Sub18</b>	<b>16/17 anos</b>	<b>3 minutos</b>
<b>Sub16</b>	<b>14/15 anos</b>	<b>3 minutos</b>
<b>Sub14</b>	<b>12/13 anos</b>	<b>2 minutos</b>
<b>Sub12</b>	<b>10/11 anos</b>	<b>2 minutos</b>
<b>Sub10</b>	<b>9 anos e inferiores</b>	<b>2 minutos</b>

Para efeitos de aferição do escalão etário dos competidores, contará a idade atingida pelo atleta no presente ano civil, isto é, entre 1 de janeiro e 31 de dezembro.

Um competidor apenas pode participar numa categoria etária no mesmo torneio. Mesmo que as categorias em competição ocorram em dias distintos, mas dentro do mesmo evento, o atleta não pode competir em mais do que uma categoria etária.

#### **Iv.b Categorias de Peso para Competidores Individuais (válido até 31.12.2023)**

As seguintes categorias de peso serão utilizadas nos Campeonatos do Mundo e restantes competições individuais realizadas sobre os auspícios da JJIF, para as disciplinas individuais.

Os competidores não podem ser registados em mais do que uma categoria de peso, i.e., a categoria a que pertencem ou a imediatamente superior.

<b>Masculino</b>				<b>Feminino</b>			
<b>Adultos</b>	<b>Sub21</b>	<b>Sub 18</b>	<b>Sub 16</b>	<b>Adultos</b>	<b>Sub21</b>	<b>Sub 18</b>	<b>Sub 16</b>
							<b>-32 kg</b>
			<b>-38 kg</b>				<b>-36 kg</b>
			<b>-42 kg</b>			<b>-40 kg</b>	<b>-40 kg</b>
		<b>-46 kg</b>	<b>-46 kg</b>	<b>-45 kg</b>	<b>-45 kg</b>	<b>-44 kg</b>	<b>-44 kg</b>
		<b>-50 kg</b>	<b>-50 kg</b>	<b>-48 kg</b>	<b>-48 kg</b>	<b>-48 kg</b>	<b>-48 kg</b>
<b>-56 kg</b>	<b>-56 kg</b>	<b>-55 kg</b>	<b>-55 kg</b>	<b>-52 kg</b>	<b>-52 kg</b>	<b>-52 kg</b>	<b>-52 kg</b>
<b>-62 kg</b>	<b>-62 kg</b>	<b>-60 kg</b>	<b>-60 kg</b>	<b>-57 kg</b>	<b>-57 kg</b>	<b>-57 kg</b>	<b>-57 kg</b>
<b>-69 kg</b>	<b>-69 kg</b>	<b>-66 kg</b>	<b>-66 kg</b>	<b>-63 kg</b>	<b>-63 kg</b>	<b>-63 kg</b>	<b>-63 kg</b>
<b>-77 kg</b>	<b>-77 kg</b>	<b>-73 kg</b>	<b>-73 kg</b>	<b>-70 kg</b>	<b>-70 kg</b>	<b>-70 kg</b>	<b>+63 kg</b>
<b>-85 kg</b>	<b>-85 kg</b>	<b>-81 kg</b>	<b>+73 kg</b>	<b>+70 kg</b>	<b>+70 kg</b>	<b>+70 kg</b>	
<b>-94 kg</b>	<b>-94 kg</b>	<b>+81 kg</b>					
<b>+94 kg</b>	<b>+94 kg</b>						

#### **IV.b Categorias de Peso para Competidores Individuais (válido após 01.01.2024)**

As seguintes categorias de peso serão utilizadas nos Campeonatos do Mundo e restantes competições individuais realizadas sobre os auspícios da JJIF, para as disciplinas individuais.

Os competidores não podem ser registados em mais do que uma categoria de peso, isto é, a categoria a que pertencem ou a imediatamente superior.

<b>Masculino</b>				<b>Feminino</b>			
<b>Adultos</b>	<b>Sub21</b>	<b>Sub 18</b>	<b>Sub 16</b>	<b>Adultos</b>	<b>Sub21</b>	<b>Sub 18</b>	<b>Sub 16</b>
							<b>-32 kg</b>
			<b>-40 kg</b>				<b>-36 kg</b>
			<b>-44 kg</b>			<b>-40 kg</b>	<b>-40 kg</b>
		<b>-48 kg</b>	<b>-48 kg</b>	<b>-45 kg</b>	<b>-45 kg</b>	<b>-44 kg</b>	<b>-44 kg</b>
		<b>-52 kg</b>	<b>-52 kg</b>	<b>-48 kg</b>	<b>-48 kg</b>	<b>-48 kg</b>	<b>-48 kg</b>
<b>-56 kg</b>	<b>-56 kg</b>	<b>-56 kg</b>	<b>-56 kg</b>	<b>-52 kg</b>	<b>-52 kg</b>	<b>-52 kg</b>	<b>-52 kg</b>
<b>-62 kg</b>	<b>-62 kg</b>	<b>-62 kg</b>	<b>-62 kg</b>	<b>-57 kg</b>	<b>-57 kg</b>	<b>-57 kg</b>	<b>-57 kg</b>
<b>-69 kg</b>	<b>-69 kg</b>	<b>-69 kg</b>	<b>-69 kg</b>	<b>-63 kg</b>	<b>-63 kg</b>	<b>-63 kg</b>	<b>-63 kg</b>
<b>-77 kg</b>	<b>-77 kg</b>	<b>-77 kg</b>	<b>-77 kg</b>	<b>-70 kg</b>	<b>-70 kg</b>	<b>-70 kg</b>	<b>+63 kg</b>
<b>-85 kg</b>	<b>-85 kg</b>	<b>-85 kg</b>	<b>+77 kg</b>	<b>+70 kg</b>	<b>+70 kg</b>	<b>+70 kg</b>	
<b>-94 kg</b>	<b>-94 kg</b>	<b>+85 kg</b>					
<b>+94 kg</b>	<b>+94 kg</b>						

### **IV.c Categorias de Peso para eventos com Crianças (válido até 31.12.2023)**

Para as categorias infantis (U14, U12 e U10), a JJIF recomenda às Federações Nacionais a utilização das categorias de peso inframencionadas.

<b>Masculino</b>			<b>Feminino</b>		
<b>Sub14</b>	<b>Sub12</b>	<b>Sub10</b>	<b>Sub14</b>	<b>Sub12</b>	<b>Sub10</b>
-30 kg	-24 kg	-21 kg	-25 kg	-22 kg	-20 kg
-34 kg	-27 kg	-24 kg	-28 kg	-25 kg	-22 kg
-38 kg	-30 kg	-27 kg	-32 kg	-28 kg	-25 kg
-42 kg	-34 kg	-30 kg	-36 kg	-32 kg	-28 kg
-46 kg	-38 kg	-34 kg	-40 kg	-36 kg	-32 kg
-50 kg	-42 kg	-38 kg	-44 kg	-40 kg	-36 kg
-55 kg	-46 kg	-42 kg	-48 kg	-44 kg	-40 kg
-60 kg	-50 kg	+42 kg	-52 kg	-48 kg	+40 kg
-66 kg	+50 kg		-57 kg	+48 kg	
+66kg			+57 kg		

### IV.c Categorias de Peso para eventos com Crianças (válido após 01.01.2024)

Para as categorias infantis (Sub14, Sub12 e Sub10), a JJIF recomenda às Federações Nacionais a utilização das categorias de peso inframencionadas.

Masculino			Feminino		
Sub14	Sub12	Sub10	Sub14	Sub12	Sub10
-32 kg	-25 kg	-22 kg	-25 kg	-22 kg	-20 kg
-36 kg	-28 kg	-25 kg	-28 kg	-25 kg	-22 kg
-40 kg	-32 kg	-28 kg	-32 kg	-28 kg	-25 kg
-44 kg	-36 kg	-32 kg	-36 kg	-32 kg	-28 kg
-48 kg	-40 kg	-36 kg	-40 kg	-36 kg	-32 kg
-52 kg	-44 kg	-40 kg	-44 kg	-40 kg	-36 kg
-56 kg	-48 kg	-44 kg	-48 kg	-44 kg	-40 kg
-62 kg	-52 kg	+44 kg	-52 kg	-48 kg	+40 kg
-69 kg	+52 kg		-57 kg	+48 kg	
+69kg			+57 kg		

# ANEXO V

## GESTOS DOS ÁRBITROS

### Gestos para Direção do Combate



#### Hajime (início do combate)

O árbitro ficará entre os dois competidores e com as duas mãos anuncia **hajime**.

#### Mate (paragem do combate)

O árbitro levanta uma das mãos à altura do ombro, com o seu braço paralelo ao tatami, e mostrará a palma da sua mão (dedos para cima) para o secretariado.



#### Sonomama (congelar o combate)

O árbitro bate energicamente com as mãos nas costas dos dois competidores, enquanto lutam, e anuncia **sonomama**.

#### Yoshi (descongelar o combate)

Depois da razão da paragem temporária ser clarificada, o AC toca novamente nas costas dos dois competidores e anuncia **yoshi**.





### Osaekomi (Controlo no chão)

O árbitro aponta com a mão direita ou esquerda esticada com a palma para baixo na direção dos competidores e anuncia **osaekomi**. A mão deve estar apontada durante todo o tempo em que decorre o osae-komi.



### Toketa (Fim de controlo no chão)

O árbitro acena com a mão direita ou esquerda (com aquela que usou para assinalar osaekomi) acima dos competidores algumas vezes e anuncia **toketa**. A palma da mão deve estar posicionada na vertical.



### Cancelar uma decisão

Primeiro, o árbitro mostra a decisão que pretende cancelar, e só depois mostra o gesto de **cancelar**.

O árbitro acena duas vezes com a mão esticada acima da cabeça anunciando que a decisão tem de ser cancelada.



### Reajustar o Gi

O árbitro cruza as mãos em frente ao corpo com as palmas estendidas, voltando-se para o atleta que precisa de reajustar o seu equipamento (Gi).



### Tratamento Médico/Tempo Médico

O árbitro formará um «T» com as suas mãos.

Este gesto alerta o pessoal médico, VAR/AL, AM e público para uma lesão que necessita de tratamento.

O AM inicia o tempo médico assim que a equipa médica chega junto do competidor lesionado e suspende-o logo que se afastem.

## Gestos para Pontuação



### Ippon (3 Pontos)

O árbitro levanta o braço esquerdo ou direito (dependendo se a pontuação é atribuída ao competidor azul ou vermelho), acima da cabeça, com três dedos claramente visíveis.



### Ippon (2 Pontos)

O árbitro levanta o braço esquerdo ou direito (dependendo se a pontuação é atribuída ao competidor azul ou vermelho), acima da cabeça, com a palma virada para a frente.

Se o árbitro quiser indicar em que parte ocorreu um ippon, terá que indicá-lo com o número correspondente de dedos, antes de anunciar o gesto de ippon.



### Waza-ari (1 Ponto)

O árbitro levanta o braço esquerdo ou o direito à altura do ombro (dependendo se a pontuação é atribuída ao competidor azul ou vermelho), com a palma da mão virada para baixo. O gesto deve ser claro para o secretariado.



### Ação simultânea

O árbitro dobra os dois braços na horizontal em frente ao corpo, com os punhos a tocar um no outro.



### Não vi

O árbitro levanta as mãos como se fosse cobrir os olhos, com as palmas abertas. As mãos não devem posicionar-se diretamente em frente aos olhos.

## Gestos para o final do combate

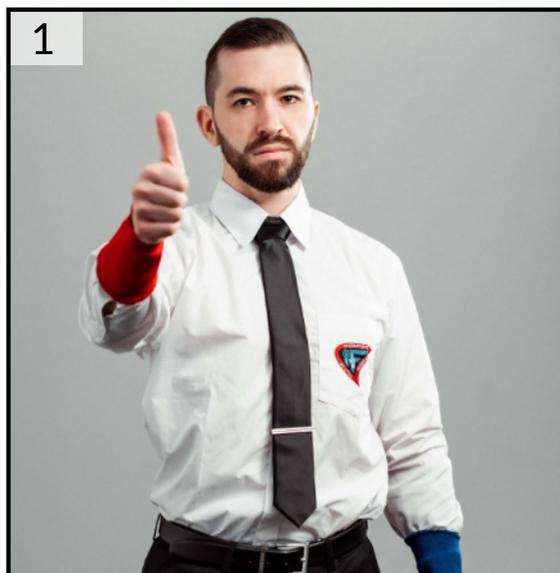


**Hikiwake (Empate)**

O árbitro cruza os braços na frente do peito, com as palmas esticadas. Nessa altura deve anunciar: **hikiwake**.

### Pausa

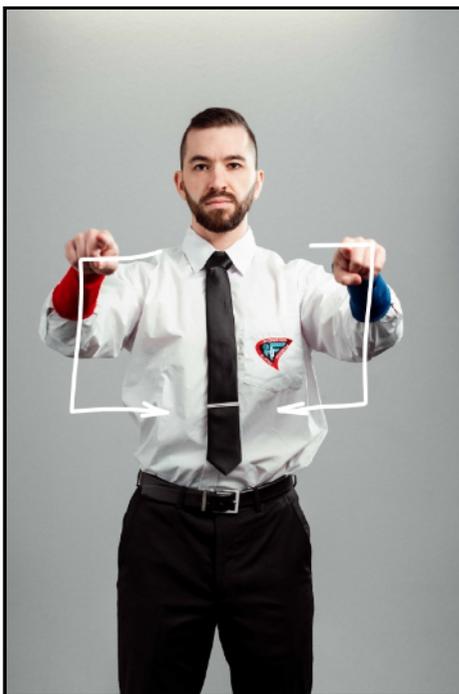
Em caso de Hikiwake, e antes de um combate suplementar, o AC mostra o gesto de «OK» com o polegar para cima dirigido para o AM e direciona os competidores para fora da área de combate para um minuto de descanso.



**Anúncio do vencedor**

O árbitro indica o vencedor levantando o braço a um ângulo de 45°, mão esticada com a palma aberta e anuncia, com voz clara, o **vencedor** e respetiva cor.

## Gestos para «Challenges» & Intercomunicação



**Pedido de Revisão /  
«Challenge» do treinador**

Num gesto simétrico, o AC desenha um grande retângulo à frente do corpo utilizando os dedos indicadores. Se o pedido de revisão for pedido pelo treinador («challenge»), o AC indicará também a cor do competidor. Se o combate estiver parado, o AC deverá indicar a revisão em curso apontando para o auricular no ouvido, enquanto aguarda o resultado da revisão.

**«Challenge» do Treinador - Recusado**

Depois do AC repetir o gesto de Pedido de Revisão, deve indicar a cor do competidor acompanhando com o cruzar dos braços em frente ao corpo com as mãos abertas e, num único gesto, afasta-as para baixo.



**«Challenge» do Treinador - Aprovado**

O AC desenha novamente um grande retângulo em frente ao corpo com os dedos indicadores, indica a cor do competidor e acompanha com um gesto de confirmação (polegar para cima).

### Castigos (Shido / Chui / Hansoku-make)

Depois de mostrar o gesto do castigo respectivo, o árbitro aponta para o competidor que vai ser punido, com o dedo indicador levantado.



### Gestos para Faltas Leves

#### Mubobi (ação auto prejudicial)

O árbitro endireita os braços horizontalmente na frente do corpo, por duas vezes, com os punhos fechados.



#### Sair da área de combate

O árbitro faz um movimento para fora, apontando para a ponta do tatami com as costas da mão.





### Passividade

O árbitro roda horizontalmente os dois braços, do cotovelo ao pulso, à frente do corpo.

Após o gesto de passividade, mas antes do gesto de castigo, o árbitro indicará em que parte ocorreu a passividade, usando o correspondente número de dedos.



### Desperdiçar Tempo

O árbitro aponta na direção do relógio de pulso.



### Ação proibida

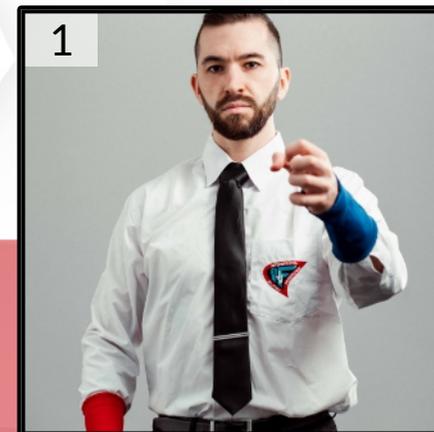
Para todas as ações e técnicas que são punidas com SHIDO:

O árbitro aplicará um golpe com a sua mão aberta contra o antebraço.

### «Grip & Punch» (Pega e soco)

O árbitro mostra um movimento de pega com uma mão e um movimento de socar com a outra.

A mão que executa o gesto de soco deverá corresponder à cor do atleta infrator.



1



2

## Gestos para Faltas Graves



### Técnica Perigosa

Para todas as ações e técnicas punidas com CHUI:  
O árbitro levantará horizontalmente a mão esquerda ou direita, com o braço dobrado em frente ao corpo com o punho.



### Desrespeito instruções do AC

O árbitro aponta para as suas orelhas com os dedos indicadores esticados.



### Comentários desnecessários

O árbitro coloca o seu dedo indicador estendido em frente aos lábios.

## Gesto para Faltas Muito Graves

### Faltas Técnicas Muito Graves

Para todas as ações e técnicas punidas com HANSOKU-MAKE:  
O árbitro cruza os braços com os punhos fechados acima da cabeça e indicará ao competidor infrator o adequado gesto de **castigo**.





INTERNATIONAL

JUDO

FEDERATION

IJF