



# Kick Jitsu

## REGOLAMENTO

*La kick jitsu e' una disciplina sportiva studiata per permettere il combattimento sia alla distanza con colpi di percussione, di pugno, di ginocchio e di calcio, sia nel corpo a corpo in piedi sia nel corpo a corpo a terra con tecniche di lotta, proiezioni, bloccaggi e finalizazioni.*

### 1 luogo di gara

Gli incontri di kick jitsu si svolgono su di un quadrato di tatami di metri 6 di lato piu' un margine, possibilmente di colore diverso e comunque delineato, di metri 1 per totali metri 8 x 8; eccezionalmente, a discrezione del commissario di gara, potra' essere utilizzato un ring conforme a quelli in uso nella kick boxing e pugilato.

### 2 abbigliamento

Gli atleti di kick jitsu dovranno indossare pantaloncini corti, T Shirt, conchiglia, paratibie senza anima rigida, che coprano il collo del piede, guanti a mano aperta, caschetto e paradenti; per le donne e' obbligatorio il paraseno. E' fatto divieto di indossare braccialetti, collane, orecchini ed anelli e qualsiasi altro oggetto che possa recare danno durante il combattimento. Le protezioni devono essere di tipo omologato e verranno controllate dalla giuria di gara.

### 3 durata degli incontri

le gare di kick jitsu si svolgeranno, salvo diverse decisioni del commissario di gara, sulla distanza di due round di due minuti con un minuto di riposo le eliminatorie, tre round le finali.

### 4 bersagli utili

Nella kick jitsu light e' ammesso colpire con controllo tutte le parti del corpo con esclusione di genitali, gola, nuca e schiena, con tecniche di pugno anche ruotato, ginocchio e calcio: sono considerate "senza controllo" tutte le tecniche passanti il bersaglio. E' ammesso colpire mentre si afferra o si e' afferrati. Non è ammesso colpire al suolo o dal suolo. I calci devono colpire con il piede e non con la tibia.

### 5 proiezioni e atterramenti

Nella kick jitsu e' ammesso afferrare e proiettare l'avversario in qualsiasi modo eccetto durante una finalizazione. Non è ammesso proiettare l'avversario sul collo o facendolo cadere sul proprio ginocchio. E' invece considerato atterramento qualsiasi modo in cui si riesca a portare a terra l'avversario finendoci sopra o restando in piedi (anche nel caso che l'avversario "faccia tutto da solo"). Le proiezioni iniziate nell'area interna del quadrato sono valide anche se terminano fuori.

## 6 immobilizzazioni

Nella kick jitsu e' ammesso bloccare a terra l' avversario in qualsiasi modo fermo restando che il punteggio sarà assegnato a chi si troverà in posizione di vantaggio . Sono considerate posizioni di vantaggio tutte quelle posizioni al disopra dell' avversario, eccezion fatta per la "montada" posteriore che è comunque considerata posizione di vantaggio. L' arbitro centrale, appurata la stabilità della posizione ( circa 5" di clinch ), segnala con il braccio disteso sopra i combattenti l' eventuale bloccaggio e conta ad alta voce, in modo da farsi udire dagli atleti, fino a 5 ( il 5 coincide con lo stop e quindi non si pronuncia ) dopodiché fa rialzare gli atleti e assegna il punteggio. Se durante il conteggio la situazione si sblocca o si ribalta l' arbitro interrompe comunque il combattimento e fa rialzare gli atleti. Viceversa, se durante il conteggio cambia il tipo di bloccaggio da parte di chi lo sta già effettuando, il conteggio prosegue. Se l'atleta immobilizzato esce completamente dall'area interna di combattimento si interrompe il conteggio. In tal caso il combattimento riprende in piedi.

## 7 finalizzazioni

Nella Kick jitsu è ammessa la finalizzazione attraverso soffocamento, strangolamento, compressione e leva articolare. Non si possono mettere le mani sul viso dell' avversario.

L'arbitro centrale può interrompere una finalizzazione in corso se la ritiene pericolosa per l'atleta che la sta subendo. Ciò comporterà la detrazione di 1 punto sul cartellino all'atleta che subiva la finalizzazione. Nel caso di perdita del paradenti durante il combattimento al suolo non si interrompe l' incontro. L' arbitro farà rimettere il paradenti al termine della fase al suolo.

Non è ammesso "strappare" le leve articolari. Esse dovranno sempre essere tirate in progressione.

Non sono ammesse le microleve. La finalizzazione pone fine al round che viene comunque attribuito al combattente che ha finalizzato. Nel caso di finalizzazione da parte dell' altro combattente nel secondo round verrà effettuata una terza ripresa di combattimento.

## 8 giudizio di gara

Al termine di ogni round i giudici laterali (3) attribuiscono sugli appositi cartellini il punteggio di 10 pp. all'atleta che e' stato migliore e 9 all'altro, 8 se il divario e' stato notevole, quindi sottraggono i punti per eventuali falli riportando il totale nell'apposita casella.

Al termine dei round previsti ogni giudice fa il totale dei punti attribuiti; se si verifica la parita' in caso di torneo ad eliminazione il giudice dovrà assegnare la preferenza.

Il vincitore e' individuato per maggioranza di verdetti. Il giudizio degli arbitri e' inappellabile.

## 9 arbitro centrale

Dirige l'incontro, sale per primo sul tatami, invita i giudici laterali al controllo delle protezioni, comanda il saluto, avvia il combattimento con il termine "combattere" oppure "fight", blocca ogni qualvolta lo ritenga opportuno l'incontro con la parola "stop",oppure " break " ( al quale i contendenti fanno un passo indietro e ripartono ) puo' richiamare, penalizzare e squalificare gli atleti, segnala con un braccio alzato le possibili proiezioni, segnala con il braccio teso orizzontalmente l'immobilizzazione contando ad alta voce, in posizione che lo renda udibile dagli atleti, fino a 4"; quindi da lo stop. E' facolta' dell'arbitro centrale fermare il conteggio prima dei 5" se ritiene che sussista una situazione di pericolo. Chiede la sospensione del tempo al tavolo della giuria, segnala le uscite.

Divide i combattenti che sono entrati in presa senza tentare prontamente una proiezione; ferma il combattimento se dopo aver iniziato il conteggio per una immobilizzazione avviene un ribaltamento e comunque se dopo l'atterramento non segue prontamente una immobilizzazione e/o tentativo di finalizzazione; assegna la vittoria al termine dell'incontro.

## 10 giudice laterale

valuta la tecnica, il controllo, le combinazioni, la resistenza degli atleti per l'assegnazione del punteggio, valuta piu' o meno valide le proiezioni e le immobilizzazioni segnalati dall'arbitro centrale, puo' assegnare punti di penalita', puo' chiedere il consulto dell'arbitro centrale, controlla le protezioni su invito dell'arbitro centrale, compila il cartellino in ogni sua parte.

## 11 la giuria

E' composta da un cronometrista che ferma il tempo solo su richiesta dell'arbitro centrale, un segnapunti che annota le uscite, uno speaker, un commissario di gara che controlla i cartellini prima del verdetto; il commissario di gara puo' essere utilizzato in piu' tavoli svolgendo funzione di controllo, e' il responsabile di tutta la gara; uno dei giurati svolge la funzione di speaker in mancanza di una persona addetta. Il commissario di gara puo' prendere decisioni avverse al regolamento in base a necessita' logistiche e le motivera' nel verbale di gara insieme ai risultati, gli orari e le osservazioni del responsabile dell'arbitraggio.

## 12 azioni proibite

nella kick jitsu non si possono affondare i colpi, parlare durante l'incontro, mordere o graffiare, perdere tempo evitando l'incontro, colpire con la tibia, testa, le spalle e i gomiti, colpire senza guardare il bersaglio, girare le spalle all'avversario se non con chiara tecnica, avere un comportamento poco sportivo verso l'avversario, l'arbitro e i giudici. Il coach non deve gridare rivolgersi all'avversario o agli ufficiali di gara. **Non ci si può afferrare al bordo del tatami.**

## 13 il medico

deve essere presente durante tutta la manifestazione posizionato vicino al quadrato di gara; in caso di incidente spetta solo a lui decidere se l'atleta infortunato puo' continuare a combattere : l'atleta che abbandona per intervento medico non puo' in ogni caso riaccedere alle fasi successive della gara.

## 14 il punteggio

proiezione .....pp.2 - ( pp. 3 con stacco di entrambi i piedi da terra )  
atterramento.....pp.1  
immobilizzazione.....pp. 1  
immobilizzazione in laterale.....pp. 2  
immobilizzazione in montada.....pp. 3  
terza uscita volontaria.....pp.1 in meno sul cartellino  
quarta uscita " .....squalifica  
penalità..... pp.1 in meno sul cartellino  
pugno.....pp.1  
calcio alle gambe (coscia o gamba).....pp.1  
calcio al corpo.....pp.2  
calcio al capo.....pp.3

## 15 Classi e categorie di peso

### Speranze dai 10 ai dodici anni

Femmine kg. 28 – 32 – 37 – 42 – 47 - over  
Maschi kg. 28 – 32 – 37 – 42 – 47 – over

### Cadetti dai 13 ai 15 anni

Maschi kg. 42 – 47 – 52 – 57 – 63 – 69 - over  
Femmine kg. 42 – 46 – 50 – 55 – 60 – 65 – over

### Juniores dai 16 ai 18 anni

Maschi kg. 56 – 60 – 65 – 71 - 78 - 86 - + 86  
Femmine kg. 50 - 55 - 61 - 68 - + 68

### Seniores dai 19 ai 40 anni

Uomini kg. 56 - 60 - 65 - 71 - 78 - 86 - + 86  
Donne kg. 50 - 55 - 61 - 68 - + 68

Per età inferiori e' compito degli organizzatori la scelta della formula e degli abbinamenti (peso/altezza) per gare "non competitive".

E' obbligatorio il certificato agonistico rilasciato da un centro di medicina sportiva, per il quale e' responsabile il direttore tecnico della società di appartenenza.

## 16 Incontri diretti con titolo in palio

E' ammesso a chi detiene il titolo italiano, metterlo in palio volontariamente durante l' arco dell' anno in incontri diretti sulla distanza delle tre riprese.

## 17 Clinch

Si considera "clinch" una situazione di stallo, sia in piedi che a terra, durante la quale, per circa 5", nessuno dei contendenti attua azioni tese a volgere il combattimento a proprio vantaggio. N.B. lo è anche un tentativo prolungato di finalizzazione che non porta alla resa dell' avversario.

## 18 Categoria Speranze

**Due round da 1' 30"**. Con 1' di intervallo.

Non è ammesso **entrare** in tecniche di finalizzazione.

Non si può colpire in presa.

Ogni atterramento porta due punti

Ogni posizione vantaggiosa mantenuta per almeno 5" porta 2 punti.

Tutti i colpi a segno portano un punto.

## 19 Categoria Cadetti

**Due round da 2'** con un minuto di intervallo di "Kick Jitsu" limitato :

Non si può colpire in presa.

Punteggi come Junior/Senior

**E' ammesso entrare in finalizzazioni ma senza attuarle**