



# RESUMO DAS REGRAS OLÍMPICAS 2017 — 2020

1ª EDIÇÃO - MARÇO / 2017

## DURAÇÃO DO COMBATE

- Para os Jogos Olímpicos as disputas terão a duração de 4 minutos tanto para o masculino quanto para o feminino.

## AVALIAÇÃO DAS PONTUAÇÕES

- A partir de agora haverá apenas ippon e waza-ari.
- O valor de waza-ari inclui as avaliações que anteriormente eram yuko.
- Os waza-ari não são mais somados. Independentemente do número de waza-ari marcados, eles não serão convertidos em ippon.

## TEMPO DE IMOBILIZAÇÃO

- Waza-ari = 10 segundos
- Ippon = 20 segundos

## PONTUAÇÃO TÉCNICA

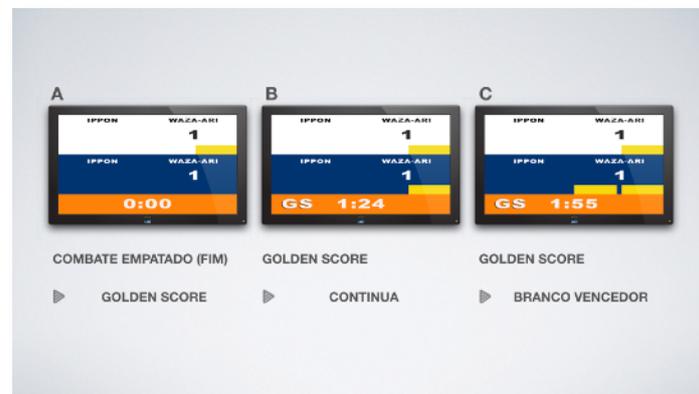
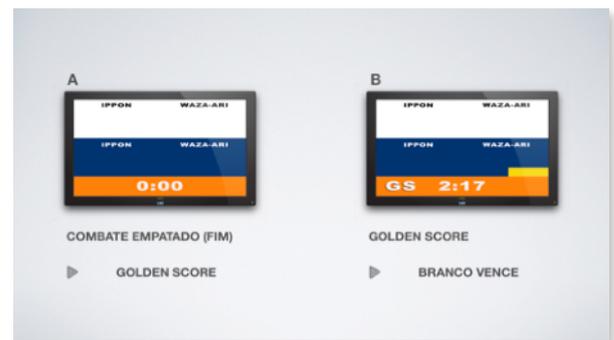
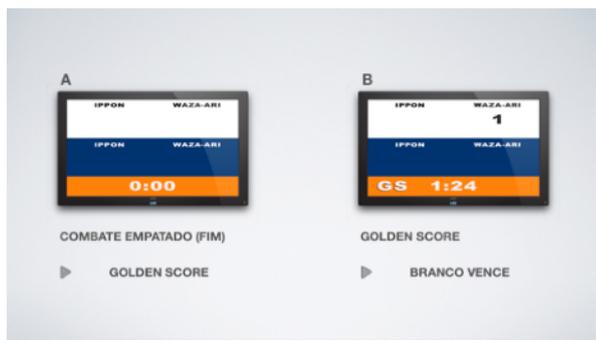
- Durante o tempo regular, o combate só pode ser vencido por pontuações técnicas (waza-ari ou ippon).
- Penalidades não decidirão o vencedor, exceto hansoku-make (direto ou cumulativo).
- As penalidades nunca serão convertidas em pontuação.

## PENALIDADES

- A partir de agora haverá apenas 3 shido (anteriormente eram 4).
- São possíveis 2 shido por atleta em um combate, o terceiro será hansokumake.
- Para simplificar a arbitragem e sua compreensão, as pegadas que eram regulamentadas não serão mais penalizadas (agarre de pistola, agarre de bolso, pegada cruzada, ...).

## GOLDEN SCORE

- Quando nenhum dos atletas tem pontuação técnica (waza-ari, ippon) ou suas pontuações técnicas são iguais ao final do tempo normal de combate, o combate continuará em golden score, independentemente de quantos shido os atletas tenham.
- Todas as pontuações e penalidades do tempo normal de combate serão mantidas no placar para o golden score.
- Qualquer pontuação técnica (waza-ari, ippon) marcada encerra imediatamente o golden score.
- Se um atleta receber shido no golden score, ele perderá o combate SOMENTE se ele tiver mais shido que seu adversário.



## KUMI KATA

- Pegadas não-convencionais serão penalizadas se não houver ação positiva imediata.
- Pagada por dentro da manga serão penalizadas com shido.
- Posturas negativas serão penalizadas com shido (não buscar um ataque, atitude defensiva, ...)
- Reconhecendo a dificuldade de preparar uma ação de projeção, o tempo entre a pegada e o ataque foi estendido para 45 segundos (em um combate de 4 minutos).
- Para que o ataque com "abraço de urso" seja válido, o tori deve ter no mínimo uma pegada clara antes da ação. Somente tocar o judogi não é considerado pegada.

## "CATADA DE PERNA"

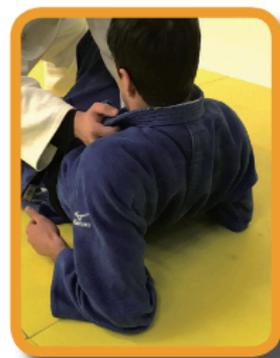
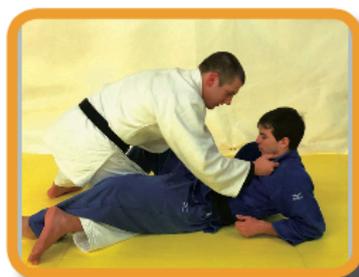
- A ação ofensiva ou defensiva, intencional ou não, com a mão ou braço abaixo da linha da faixa será penalizada.
- Em Jogos Olímpicos a primeira ocorrência será penalizada com shido e a segunda com hansoku-make.
- Na Liga Nacional de Judô, será penalizado como qualquer outra infração leve (shido, shido, hansoku-make).

## SEGURANÇA

- Se o uke tentar evitar a queda de costas usando qualquer movimento que seja perigoso para a cabeça, o pescoço ou a coluna, ele será penalizado com hansoku-make.
- Quando um competidor cair intencionalmente na posição de ponte para evitar a queda de costas, o árbitro não mais comandará ippon como anteriormente; ele penalizará o competidor infrator com hansoku-make.



- Cair sobre os dois cotovelos, ou rolar de um para o outro, será considerado válido e pontuado com waza-ari.



- Cair sobre um cotovelo não é válido para fins de pontuação.

## JUDOGI

- Para uma melhor eficácia e para uma melhor pegada, é necessário que o casaco esteja bem ajustado, com a faixa amarrada firmemente. Para que isso aconteça, os atletas deverão ajustar rapidamente seus casacos e faixas no intervalo entre o mate e o hajime.
- Se um atleta intencionalmente perder tempo ajustando seu judogi, ele receberá shido.

## ATAQUE E CONTRA-ATAQUE

- No caso de ataque e contra-ataque, o primeiro competidor a cair com o corpo no solo será considerado o uke.
- Caso ambos os atletas caiam no solo ao mesmo tempo, nenhuma pontuação será marcada.
- O contra-ataque feito pelo atleta após cair no solo não será avaliado.
- Qualquer ação após cair no solo será considerada ação de ne-waza.

