

# LATVIJAS DŽIU DŽITSU FEDERĀCIJA

## SACENSĪBU NOTEIKUMI

### I. Vispārējie noteikumi

#### 1.nodaļa. Noteikumu piemērošanas sfēra

- a. Šie noteikumi piemērojami Starptautiskās Federācijas un kontinentālo Savienību darbības sfērā, starptautiskajos čempionātos un Duo System un Fighting System sacensībās.
- b. Šajā dokumentā ar atsaucēm uz terminu “viņš” jāsaprot “viņš vai viņa”.
- c. Valstis var brīvi izvēlēties savu nacionālo sacensību noteikumus.

#### 2.nodaļa. Sacensību formas tērps un personīgās prasības<sup>1</sup>

- a. Sacensību dalībniekiem jābūt tērptiem kvalitatīvā baltā Džiu-džitsu (Jiu-Jitsu) Gi tērpā, kuram jābūt tīram un labā stāvoklī. Dalībniekiem jāvalkā zilas un sarkanas jostas.
- b. Jakai jābūt pietiekami garai, lai tā nosegtu gurnus, un apsietai ar jostu ap vidukli.
- c. Piedurknēm jābūt pietiekami brīvām, lai būtu iespējams veikt satvērienu, un pietiekami garām, lai tās nosegtu pusi apakšdelma, neapsedzot plaukstas pamatu. Piedurknes nedrīkst būt atlocītas.
- d. Biksēm jābūt brīvām un pietiekami garām, lai tās nosegtu apakšstilbu līdz pusei. Biksšu staras nedrīkst būt atlocītas.
- e. Jostai jābūt sasietai ar pietiekami ciešu kvadrātmezglu, lai jaka nav pārāk vaļīga, un pietiekami garai, lai to var divreiz apsiet ar vidukli. Turklāt, jostas galu garumam no mezgla abās pusēs jābūt aptuveni 15 cm.
- f. Dalībniecēm zem Gi jāvalkā gluds balts T-krekls vai triko. Vīriešiem aizliegts valkāt T-kreklu zem Gi.
- g. Roku un kāju nagiem jābūt īsi apgrieztiem.
- h. Dalībniekiem ir aizliegts valkāt priekšmetus, kas var ievainot vai apdraudēt pretinieku.
- i. Briļļu valkāšana ir aizliegta. Kontaktlēcas var lietot uz paša atbildību.
- j. Garus matus sasien ar mīkstām matu lentēm.

---

<sup>1</sup> Ja dalībnieks neievēro šīs prasības, viņš nedrīkst uzsākt tikšanos. Viņš var nomainīt neatbilstošu ekipējumu un atgriezties 2 minūšu laikā.

### 3.nodaļa. Sacensību zona<sup>2</sup>

- a. Katram sacensību laukumam jābūt 12x12m lielam un pārklātam ar tatami, parasti zaļā vai kādā citā, pieņemamā krāsā.
- b. Sacensību laukumam jābūt sadalītam divās zonās.
- c. Cīņas zonai vienmēr jābūt 8x8m lielai.
- d. Zona, kas atrodas aiz cīņas zonas, tiek dēvēta par “drošības zonu”. Drošības zonas platums ir 2m.
- e. Gadījumos, kad tiek izmantotas divas vai vairākas sacensību zonas un zonas robežojas, tām nedrīkst būt kopīga drošības zona.
- f. Izņēmuma gadījumos<sup>3</sup> starptautiskām sacensībām atļauta 6x6m liela cīņas zona.
- g. Izņēmuma gadījumos<sup>4</sup> jābūt iespējai sadalīt drošības zonu, taču attālumam starp divām cīņas zonām jābūt vismaz 3m.

### 4.nodaļa. Aprīkojums

Sacensību organizatoru pienākums ir nodrošināt sarkanās un zilās sacensību jostas, tablo, sacensību protokolus, vietas tiesnešiem un tehniskajai komitejai.

### 5.nodaļa. Treneri

- a. Dalībniekam var asistēt tikai viens treneris, kurš cīņas laikā atrodas uz sacensību laukuma robežas<sup>5</sup>.
- b. Ja treneris demonstrē sliktu izturēšanos pret dalībniekiem, tiesnešiem, auditoriju vai citu personu, MR ir tiesības izraidīt viņu no oficiālo personu zonas uz visu cīņas laiku.
- c. Ja šāda uzvedība turpinās, tikšanās tiesneši var lemt par viņa izraidīšanu no oficiālo personu zonas uz visu sacensību laiku.
- d. Ja dalībnieks demonstrē nesportisku uzvedību pēc cīņas<sup>6</sup>, tiesnešu komanda vienbalsīgi lemj par dalībnieka izslēgšanu no sacensībām līdz sacensību beigām. Viņi ziņo Galvenajam tiesnesim par savu lēmumu, un pēc tam lūdz par sacensībām Atbildīgo personu izplatīt oficiālu paziņojumu. Izslēgtajam dalībniekam ieskaita zaudējumu visās uzvarētajās cīņās, tostarp arī cīņās par medaļām.

<sup>2</sup>Attālumam starp Sekretariātu un Sacensību laukumu jābūt vismaz 2m. Attālumam starp skatītājiem un Sacensību laukumu jābūt vismaz 3m.

<sup>3</sup>Šāds minimāls cīņas zonas izmērs ir pieļaujams tikai gadījumā, ja sacensību zāles platība ir pārāk maza.

<sup>4</sup>Drošības zonas sadalīšana ir pieļaujama tikai gadījumā, ja sacensību zāles platība ir pārāk maza.

<sup>5</sup>Sacensību laukuma priekšā var tikt nolikts krēsls treneriem.

<sup>6</sup>Pēc cīņas nozīmē - līdz sacensību beigām.

## II. JJIF Fighting System (FS)

### 6.nodaļa. Vispārējie noteikumi

- a. Fighting System sacensībās divi dalībnieki sacenšas savā starpā sporta cīņā, izmantojot atļautos džiu-džitsu (Jiu-Jitsu) paņēmienus.
  - a. JJIF Fighting System sacensības sastāv no 3 daļām:
  - b. 1.daļa: Sītienu ar rokām un kājām
  - c. 2.daļa: Metieni, novešana parterā, sāpju un žņaugšanas paņēmieni
  - d. 3.daļa: Cīņas tehnika parterā, sāpju un žņaugšanas paņēmieni
- b. Dalībniekiem jābūt tehniski aktīviem pirms pāriešanas pie nākamās daļas. Darbība uzskatāma par novērtējamu, ja pretinieks rāda tehniku ar labu līdzsvaru un kontrolētām kombinācijām<sup>7</sup>.
- c. Uzbrūkošas darbības 1.daļā aprobežojas ar šādiem apvidiem: galva, seja, kakls, vēders, krūtis, mugura, sāns.
- d. Ir atļauti visi žņaugšanas paņēmieni, izņemot žņaugšanu ar roku pirkstiem.
- e. Cīņas laiks – 3 minūtes. Mat-referee (tiesnesis) sadarbībā ar Side-referee pēc apspriedes ar Table-referee lemj, vai pēdējā darbība veikta pirms vai pēc 3-minūšu perioda beigām.
- f. Starp divām cīņām ir atļauta atpūta, kuras ilgums nepārsniedz 5 minūtes.

### 7.nodaļa. Aprīkojums

- a. Dalībniekiem obligāti jāvalkā mīksti, īsi un viegli roku aizsargi un mīksti apakšstilbu, un pēdu aizsargi viņu jostai atbilstošā krāsā (zila vai sarkana).
- b. Aizsargiem jābūt izgatavotiem no mīksta materiāla un tiem jābūt vismaz 1 cm bieziem, bet ne biezākiem par 2 cm<sup>8</sup>.
- c. Aizsargiem jābūt atbilstoša izmēra un labā stāvoklī.
- d. Ir atļauts izmantot cirkšņa aizsargus un zobu aizsargus (kapes). Dalībniecēm atļauts valkāt krūšu aizsargus.
- e. Roku, kāju, krūšu un cirkšņa aizsargus valkā zem Gi.

---

<sup>7</sup>Ar kombināciju saprot:

1.daļā viņiem jāveic sītienu kombinācijas ar kājām un rokām.

2.daļā viņiem jābūt reāli aktīviem un censties iemest / novest pretinieku parterā.

3.daļā viņiem reāli jācenšas veikt labu satvērienu vai reāli censties izvairīties no satvēriena.

3.daļā: Līdz brīdim, kad ir reāla vēlme turpināt cīņu un kad ir reāls progress tehnikas īstenošanā, darbībai jāturpinās pat tad, ja visa cīņa notiks parterā.

<sup>8</sup> Ja dalībnieka Gi un aizsargi neatbilst noteikumiem, dalībnieks nedrīkst uzsākt tikšanos. Šajā gadījumā viņam jānomaina aizsargi / Gi divu minūšu laikā. Par tikšanās sākuma kavēšanu viņš saņems "Shido" ("Šido") sodu.

## 8.nodaļa. Svāra kategorijas

Pasaules Čempionātos un kontinentālajās sacensībās, kas notiek zem JJIF egidas, sievietēm un vīriešiem ir šādas svāra kategorijas:

Sievietes: -49 kg, -55 kg, -62 kg, -70 kg, +70 kg

Vīrieši: -56 kg, -62 kg, -69 kg, -77 kg, -85 kg, -94 kg, +94 kg

## 9.nodaļa. Tiesneši<sup>9</sup>

- a. Mat-Referee (MR) tiesnesis atrodas sacensību laukumā un vada cīņu.
- b. Divi Side-referee (SR) tiesneši palīdz tiesnešiem un tiem jāatrodas drošības zonā. SR jāieņem tāda pozīcija, kas ļauj tiem jebkurā brīdī sekot sacensību gaitai un piešķirt savus punktus.
- c. Table-Referee (TR) atbild par sekretariāta darbu. Viņš diktē sekretāriem vērtējumus un sodus, kā arī ziņo MR par cīņas laika beigām, noturēšanas laiku un medicīniskās palīdzības sniegšanas laiku.
- d. Fināliem var tikt iecelti divi TR, ja tiesnešu skaits atļauj izdarīt to visos sacensību finālos.

## 10.nodaļa. Sekretariāts

- a. Sekretariāts atrodas pretī arbitra pozīcijai cīņas sākumā.
- b. Sekretariāts sastāv no diviem tiesnešiem vērtējumu reģistrācijai un viena laika kontroliera.
- c. Viens no sekretāriem reģistrē tikšanās gaitu rakstiski, bet otrs – kontrolē elektronisko tablo.
- d. Gadījumā, ja tiek konstatētas atšķirības reģistrētajos vērtējumos uz tablo, par pareizajiem uzskatāmi papīra protokolā reģistrētie rezultāti.

## 11.nodaļa. **Tikšanās** / Cīņas gaita

- a. Cīņas dalībnieki tikšanos uzsāk, nostājoties ar seju viens otram pretī sacensību laukuma centrā aptuveni 2 metru attālumā viens no otra. Dalībnieks ar sarkano jostu stāv pa labi no MR. Pēc MR signāla dalībnieki stāvus paklanās vispirms tiesnešiem, pēc tam arī viens otram.
- b. Pēc tam, kad arbitrs dod komandu "Hajime" ("Hadžimē"), cīņa sākas 1.daļā.
- c. Tiklīdz parādās kontakts starp dalībniekiem ar pretinieka satveršanu, sākas 2.daļa. Sītienu ar rokām un kājām vairs nav atļauti, izņemot gadījumus, kad tie ir veikti līdz ar satvērienu.

---

<sup>9</sup>Tiesnešiem jābūt no dažādām valstīm, ja tas ir iespējams.

- d. Tiklīdz abu dalībnieku ceļi pieskaras tatami, vai arī viens no dalībniekiem sēž vai guļ uz tatami, cīņa turpinās 3.daļā<sup>10</sup>.
- e. Dalībnieki var pāriet no vienas daļas otrā, bet tad viņiem jābūt aktīviem visās daļās<sup>11</sup>.
- f. Ja dalībnieks 1.daļā uzbrūk pretiniekam bez jebkādas tehniskas darbības, vai arī, ja dalībnieks veic darbību, kas apdraud viņu pašu ("Mubobi" ("Mubobī")), tiek piešķirts tehniskais sods un cīņa turpināsies 1.daļā.
- g. Metieniem jābūt cīņas zonā. Pretinieks var tikt iemests drošības zonā, ar nosacījumu, ka metiens nerada pretiniekam traumas iegūšanas risku.
- h. Tikšanās beigās MR nosauc uzvarētāju un dod dalībniekiem komandu stāvus paklanīties vispirms viens otram, un pēc tam arī tiesnešiem, kas atrodas vienā līnijā cīņas zonā, pretī tiesnešiem pie galda.

## **12.nodaļa. "Hajime" (Hadžime), "Matte" (Matē), "Sonomama" (Sonamama) un "Yoshi" (Joši) komandu lietošana**

- a. Arbitram jādod komanda "Hajime", lai uzsāktu tikšanās un lai turpinātu tikšanās pēc "Matte" komandas.
- b. Arbitram jādod komanda "Matte", lai uz laiku apturētu cīņu šādos gadījumos:
  1. Kad viens vai abi dalībnieki 1. vai 2.daļā atrodas ārpus cīņas zonas.<sup>12</sup>
  2. Ja abi dalībnieki ir pilnībā atstājuši cīņas zonu 3.daļā<sup>13</sup>.
  3. Lai izteiktu sodu vienam vai abiem dalībniekiem 1.daļā.
  4. Ja viens vai abi dalībnieki iegūst traumu vai saslimst.
  5. Kad viens no dalībniekiem nevar patstāvīgi padoties sāpju vai žņaugšanas paņēmiena pielietošanas laikā.
  6. Kad ir beidzies noturēšanas laiks.
  7. Kad 2. vai 3.daļā ir zaudēts kontakts un dalībnieki nevar paši turpināt cīņu 1.daļā.
  8. Jebkurā citā gadījumā, kad pēc MR ieskatiem tas ir nepieciešams (piemēram, lai piekārtotu kimono vai paziņotu lēmumu).
  9. Jebkurā citā gadījumā, kad viens no SR uzskata to par nepieciešamu un sit plaukstas<sup>14</sup>.
  10. Kad cīņa ir beigusies.
- c. Komanda "Sonomama" tiek izmantota gadījumā, ja MR īslaicīgi ir jāaptur dalībnieki. Šajā gadījumā dalībniekiem vairs nav atļauts kustēties. "Sonomama" tiek dota šādos gadījumos:
  1. Lai izteiktu brīdinājumu vienam vai abiem dalībniekiem 2. vai 3.daļā.
  2. Lai izteiktu sodu vienam vai abiem dalībniekiem 2. vai 3.daļā.
  3. Jebkurā citā gadījumā pēc MR ieskatiem.
- d. Pēc "Sonomama" situācijas dalībnieki turpina cīņu no tās pašas pozīcijas, kādā viņi atradās pirms ir izskanējusi komanda. Lai turpinātu tikšanos, MR jādod komanda "Yoshi".

<sup>10</sup> Ja dalībnieks atkārtoti nokrīt uz ceļiem vai apsēžas, viņš tiek sodīts par pasivitāti.

Aizliegts pacelt guļošo pretinieku un pielietot metienu tehniku. Šajā gadījumā MR aptur cīņu ar komandu "Matte".

<sup>11</sup> Aizliegts sist pretiniekam, kad viņš ar abiem ceļiem stāv uz tatami. Šajā gadījumā MR aptur cīņu ar komandu "Matte".

<sup>12</sup> Gadījumā, ja viens no dalībniekiem ar abām pēdām īslaicīgi iznāk ārpus cīņas zonas un uzreiz atgriežas atpakaļ, tikšanās netiek apturēta.

<sup>13</sup> Gadījumā, ja SR sit plaukstas, MR cīņa ir jāaptur.

<sup>14</sup> MR sadarbībā ar SR pēc apspriedes ar TR lemj, vai pēdējā darbība veikta pirms vai pēc cīņas laika beigām.

### 13.nodaļa. Vērtējums

Punktus piešķir tiesnešu vairākums, kas ir vismaz divi tiesneši. Ja trīs tiesneši piešķir atšķirīgus punktus, tiek ieskaitīts starprezultāts. Ja viens no tiesnešiem nav saskatījis tehnisku darbību, tiek piešķirts zemākais no diviem esošajiem vērtējumiem.

a. 1.daļā var tikt piešķirti šādi vērtējumi:

(Sitiens ar rokām un kājām jāveic ar Hikite / Hiki ashi (Hikite/Hikiaši), ar labu līdzsvaru un kontroli<sup>15</sup>)

1. Nebloķēts sitiens ar roku vai kāju.

(Ippon (Ipons), 2 punkti)

2. Daļēji bloķēts sitiens ar roku vai kāju

(Wazaari (Vazārī), 1 punkts)

b. 2.daļā var tikt piešķirti šādi vērtējumi:

(Metieni, novešana parterā, sāpju un žņaugšanas paņēmieni)

1. Sāpju un žņaugšanas paņēmieni gadījumā, ja dalībnieks nespēj patstāvīgi padoties un MR ir jāaptur cīņa ar “Matte” komandu.

(Ippon, 2 punkti)

2. Sāpju un žņaugšanas paņēmieni ar padošanos

(Ippon, 2 punkti)

3. Tīrais metiens<sup>16</sup> vai novešana parterā

(Ippon, 2 punkti)

4. “Netīrais” metiens vai novešana parterā

(Wazaari, 1 punkts)

c. 3.daļā var tikt piešķirti šādi vērtējumi:

(Cīņas tehnika parterā, sāpju un žņaugšanas paņēmieni):

1.Sāpju un žņaugšanas paņēmieni gadījumā, ja dalībnieks nespēj patstāvīgi padoties un MR ir jāaptur cīņa ar “Matte” komandu.

(Ippon, 3 punkti)

2. Osae-komi (Osaē-komi) (noturēšana)<sup>17</sup>, sāpju un žņaugšanas paņēmieni ar padošanos

(Ippon, 3 punkti)

3. Efektīvā kontrole, kas pasludināta par “Osae-komi” 15 sekunžu garumā.

(Ippon, 2 punkti)

4. Efektīvā kontrole, kas pasludināta par “Osae-komi” 10 sekunžu garumā.

(Wazaari, 1 punkts)

d. Ja efektīvā kontrole uzsākta tikšanās laika robežās, ir atļauts turpināt tikšanos līdz tā beigām (arī pēc tikšanās laika beigām). Ja kontrole pārtraukta pirms ir pagājušas 15 sekundes, arbitram jānodod komanda “Toketa”.

<sup>15</sup> Pretinieka notvertais sitiens nekad nevar tikt novērtēts kā “Ippon”.

<sup>16</sup> Tīrais metiens, pēc kura pretinieks nokrīt uz vēdera, var tikt novērtēts kā “Ippon”.

<sup>17</sup> Osae-komi var tikt pasludināts tikai, ja:

1. Kontrolējamais pretinieks guļ lielākoties uz muguras vai uz vēdera.

2. Tori (Torī) kājas ir brīvas.

3. Uke (Uke) ir kārtīgi satverts un nevar brīvi kustēties. Tori jābūt labai kontrolei pār Uke. Osae-komi laiks turpinās, pat ja:

1.Kontrolējamajam pretiniekam ir izdevies satvert Tori kāju.

2.Kontrolējamajam pretiniekam ir izdevies pagriezties uz sāna vai muguras.

Ja abi ķermeņi pilnībā atrodas ārpus cīņas zonas, Osae-komi laiks tiek apturēts ar komandu “Toketa”.

Sankaku -Jime (Sankaku-Džimē) pielietojams tikai ar vienu roku, kas satverta ar sakrustotām kājām.

Sankaku -Jime un Juji-Gatame (Džudži-Gatamē) uzskatāmi par Osae-komi, ja pastāv pilnīga kontrole pār Uke ķermeņa augšdaļu. Taisni kāju sāpju satvērieni uztverami kā Osae-komi. Tiklīdz Uke izdodas pagriezt ķermeņi, tā jau būs Toketa.

Dažādi punkti par kontroles tehniku nesummējas (proti, Osae-komi, kas turpinās ilgāk par 10 sekundēm un rokai pielietojams sāpju paņēmieni nevar dot Wazaari un Ippon). Tas ir iespējams tikai tad, ja pirms tam MR ir apturējis Osae-komi, pasludinot “Toketa”.

## 14.nodaļa. Sodi

- a. Sodus piešķir tiesnešu vairākums.<sup>18</sup>
- b. Par “Vieglām aizliegtām darbībām” soda ar “Shido” (“Šido”), un šajā gadījumā pretiniekam tiek piešķirts 1 Wazaari. Par vieglajām aizliegtajām darbībām uzskatāmi šādi pārkāpumi:
1. Ja viens vai abi dalībnieki demonstrē pasivitāti vai izdara nebūtiskus pārkāpumus.<sup>19</sup>
  2. “Mubobi”.
  3. Tīša iziešana no cīņas zonas ar abām pēdām.<sup>20</sup>
  4. Tīša pretinieka izgrūšana no cīņas zonas.
  5. Tīša sitienu izdarīšana pēc 2.daļas sākuma.
  6. Jebkuras darbības turpināšana pēc “Matte” vai “Sonomama” komandas izskanēšanas.
  7. Sitienu pa pretinieka kājām ar rokām un kājām.
  8. Sitienu pa pretinieku ar rokām un kājām, kad viņš guļ uz tatami.
  9. Sāpju paņēmieni pielietošana roku vai kāju pirkstiem.
  10. Satvēriena veikšana ar sakrustotām kājām nieru apvidū, iztaisnojot kājas.
  11. Žņaugšanas paņēmieni pielietošana tikai ar rokām / pirkstiem.
  12. Dalībnieka iznākšana uz tatami nesagatavotam, tādējādi kavējot tikšanās sākumu.<sup>21</sup>
  13. Ja dalībnieks tīši vilcina laiku (piekārtojot Gi tērpu, atsienot jostu, novelkot cimdus, utt.).
- c. Par “Aizliegtām darbībām” soda ar “Chui” (“Čuj”), un šajā gadījumā pretiniekam tiek piešķirti 2 Wazaari:
1. Jebkādi sitienu ar rokām un kājām pa pretinieka ķermeni ar pārmērīgu spēku.<sup>22</sup>
  2. Tīši mest pretinieku no cīņas zonas ārpus drošības zonas.
  3. Nepakļauties MR norādījumiem.
  4. Izteikt nevajadzīgus saucienus, piezīmes vai rādīt žestus attiecībā pret pretinieku, tiesnešiem, sekretariātu vai kādu citu personu.
  5. Veikt nekontrolējamās darbības, tādas kā apļveida sitienu ar rokām vai kājām, kas netiek apturētas pat tad, ja tās nav sasniegušas pretinieku, un veikt metienus, kuru rezultātā pretinieks nav spējīgs nekavējoties turpināt cīņu.
  6. Veikt tiešus sitienu ar rokām vai kājām galvas rajonā.
- d. Ja tiek veiktas divas “aizliegtās darbības”, dalībniekam tiek izteikts “Hansoku-make” (“Hansoku-makē”) un viņš zaudē cīņu.

<sup>18</sup> Kļūdas rezultātos un sodos jāizlabo trim tiesnešiem sadarbībā ar Table-Referee.

<sup>19</sup>Pasivitāte 1.daļā: Viens vai abi dalībnieki neizrāda nekādu aktivitāti punktu gūšanas nolūkā.

Viens vai abi dalībnieki pāriet tieši pie 2. vai 3.daļas.

Viens vai abi dalībnieki neparāda kombinācijas pirms pāriešanas pie nākamās daļas.

Pasivitāte 2.daļā:

Ja viens vai abi dalībnieki neizrāda nekādu aktivitāti punktu gūšanas nolūkā.

Ja viens vai abi dalībnieki tikai bloķē pretinieka uzbrukumus vai kustības, vai ja abi pretinieki tīši pāriet parterā.

Ja viens vai abi dalībnieki atsakās pāriet pie 2.daļas, taču ir aktīvi 1.daļā.

Dalībnieks veic maldinošus uzbrukumus, tīši krītot bez tehniskām darbībām, lai pārtrauktu kontaktu.

Pasivitāte 3.daļā:

Ja viens vai abi dalībnieki neizrāda nekādu aktivitāti punktu gūšanas nolūkā.

Ja dalībnieks atkārtoti ir pasīvs pēc soda saņemšanas, viņu var sodīt ar “Chui” (nepakļaušanās MR norādījumiem).

<sup>20</sup> Gadījumā, ja viens no dalībniekiem ar abām pēdām īslaicīgi iznāk ārpus cīņas zonas un uzreiz atgriežas atpakaļ, tikšanās netiek apturēta.

<sup>21</sup> Sodam jābūt piešķirtam pēc paklanīšanās stāvus pirms cīņa tiek uzsākta ar “Hajime” komandu.

- e. Šādas darbības uzskatāmas par “stingri aizliegtām darbībām”:
1. Veikt jebkādas darbības, kas var ievainot pretinieku.
  2. Veikt vai mēģināt veikt metienu ar sāpju vai žņaugšanas satvērienu.<sup>23</sup>
  3. Pielietot uz kaklu vai mugurkaulu vērstus sāpju paņēmienus.
  4. Pielietot jebkāda veida satvērienus, sagriežot pretinieka ceļus vai pēdas.
- f. Kad dalībnieks saņem sodu par “stingri aizliegto darbību”, viņš uzreiz tiek sodīts ar “Hansoku-make”. Viņš zaudē cīņu ar 0 punktiem, bet viņa pretinieks iegūst 14 punktus, vai iegūto punktu skaitu, ja tas pārsniedz 14 punktus.
- g. Ja dalībnieks sacensībās zaudē cīņu atkārtoti “Hansoku-make” rezultātā, viņš tiek izslēgts no sacensību atlikušās daļas.
- h. Ja abi dalībnieki tiek sodīti ar “Hansoku-make”, cīņa tiks atkārtota.

## 15.nodaļa. **Tikšanās** / Cīņas beigas

- a. Dalībnieks var uzvarēt cīņu pirms tās beigām, ja viņš ir ieguvis vismaz vienu Ippon katrā no trim Daļām. Tas tiek dēvēts par “Full Ippon”. Šajā gadījumā zaudētājs iegūst 0 punktu, bet uzvarētājs iegūst 50 punktus, vai iegūto punktu skaitu, ja tas pārsniedz 50 punktus.
- b. Pēc cīņas laika beigām dalībnieks, kas ir ieguvis visvairāk punktus, kļūst par uzvarētāju.
- c. Ja pēc cīņas laika beigām dalībnieki ir ieguvuši vienādu punktu skaitu, cīņā uzvar dalībnieks, kas ir noslēdzis visvairāk daļu ar vienu vai vairākiem “Ippon”.
- d. Ja pēc cīņas laika beigām dalībnieki ir ieguvuši vienādu punktu skaitu, vienādu skaitu daļu ar “Ippon”, cīņā uzvar dalībnieks, kas kopumā ir ieguvis visvairāk “Ippon”.
- e. Ja abiem dalībniekiem ir vienādi rezultāti gan pēc punktu skaita, gan pēc daļu ar “Ippon” skaitu, gan pēc “Ippon” skaita, tiek rīkota 3 minūšu gara papildcīņa līdz tiek noskaidrots uzvarētājs. Starp papildcīņām ir paredzēts pārtraukums – 1 minūte.<sup>24</sup> Procedūra var tikt atkārtota. Iepriekšējās cīņas iegūtais punktu, Ippon un sodu skaits tiek pārcelts uz papildcīņām.

---

<sup>22</sup> Tehnika, kas tiek apturēta ar pretinieka ķermeni / viņa galvu, tā vietā, lai dalībnieks varētu to kontrolēt, ir c.1. punkta piemērs. Tehnika, kas kontakta rezultātā izraisījusi galvas “atgāšanu” ir c.1. punkta piemērs.

Tehniku, kas ir izraisījusi asiņošanu (bet ne jau esošās brūces atvēršanās dēļ), izvērtē MR un CR, lai noteiktu sodu saskaņā ar punktu c1 (Aizliegtās darbības), atkarībā no situācijas.

Tehnikas (izņemot tiešās tehnikas) galvas virzienā, kas viegli pieskaras galvai vai beidzas 10 cm attālumā no galvas, uzskatāmas par novērtējamām. Kontakts ar ķermeni paredz “saskarsmi ar ādu”. Pretējā gadījumā tas var tikt uzskatīts par rupju kontaktu saskaņā ar c.1. punktu.

Rupja kontakta gadījumā ir jānovērtē, vai tas ir noticis tādēļ, ka pretinieks ir virzījies tehnikai pretī. Šajā gadījumā uzbrucējam nebija nodoma pielietot rupju kontaktu, kā arī var tikt apsvērta doma piešķirt pretiniekam pat “Mubobi” sodu, ja tas ir noticis neveiksmīgas paš aizsardzības vai riskantas uzvedības dēļ.

<sup>23</sup> Metiens kombinācijā ar sāpju vai žņaugšanas paņēmieni ir aizliegts (Kote-Gaeshi (Kote-Gaeši)) uzskatāma par novešanas parterā tehniku).

<sup>24</sup> Dalībnieku jau iegūtie punkti un sodi tiek saglabāti.



## 16.nodaļa. Neierašanās un atteikums

- a. “Fusen-Gachi” (“Fusen-Gači”) (uzvaras piešķiršana pretinieka neierašanās dēļ) lēmumu MR pieņem attiecībā pret jebkuru no dalībniekiem, kura pretinieks nav ieradies uz cīņu. Uzvarētājs iegūst 14 punktus pēc tam, kad pretinieks 3 reizes tika izsaukts uz tatami vismaz 3 minūšu garumā.
- b. “Kiken-Gachi” (“Kiken-Gači”) (uzvara pretinieka atteikuma dēļ) lēmumu MR pieņem attiecībā pret dalībnieku, kura pretinieks tikšanās laikā ir atteicies no sacensībām. Šajā gadījumā dalībnieks, kas ir atteicies no dalības sacensībās, iegūst 0 punktu, bet uzvarētājs – 14 punktus, vai iegūto punktu skaitu, ja tas pārsniedz 14 punktus.

## 17.nodaļa. Trauma, slimība vai nelaiemes gadījums

- a. Ik reizi, kad sacensības tiek apturētas viena vai abu dalībnieku traumas dēļ, MR var piešķirt ievainotajam (-iem) dalībniekam (-iem) maksimums 2 minūtes atpūtai. Kopējais atpūtas laiks katram dalībniekam katrā cīņā nedrīkst pārsniegt 2 minūtes.
- b. Cīņas apturēšanas laiku traumas dēļ sāk uzņemt pēc MR komandas.
- c. Ja viens no dalībniekiem nespēj turpināt cīņu, MR un CR jāpieņem lēmums, pamatojoties uz šiem nosacījumiem:
  1. Ja trauma radusies paša ievainotā dalībnieka vainas dēļ, ievainotais dalībnieks zaudē cīņu, iegūstot 0 punktu, bet viņa pretinieks iegūst 14 punktus, vai iegūto punktu skaitu, ja tas pārsniedz 14 punktus.
  2. Ja trauma radusies neievainota dalībnieka rīcības dēļ, tad neievainotais dalībnieks zaudē cīņu, iegūstot 0 punktu, bet viņa pretinieks iegūst 14 punktus, vai iegūto punktu skaitu, ja tas pārsniedz 14 punktus.
  3. Ja traumas cēloni noteikt nav iespējams, neievainotais dalībnieks uzvar cīņā, iegūstot 14 punktus, vai iegūto punktu skaitu, ja tas pārsniedz 14 punktus, savukārt, ievainotais dalībnieks zaudē cīņu, iegūstot 0 punktu.
- d. Ja viens no dalībniekiem saslimst sacensību laikā un nevar turpināt, viņš zaudē cīņu ar 0 punktiem, bet viņa pretinieks iegūst 14 punktus vai iegūto punktu skaitu, ja tas pārsniedz 14 punktus.
- e. Oficiālās ārsts lemj, vai ievainotais dalībnieks var turpināt cīņu vai nē.
- f. Ja dalībnieks ir zaudējis samaņu vai daļēji zaudējis samaņu (dezorientācija, bezapziņa), tikšanās tiek pārtraukta, bet dalībnieks tiek izslēgts no atlikušās sacensību daļas.

## 18.nodaļa. Komandu sacensības

Komandu sacensības ir iespējamās un to noteikumi būs vienādi ar individuālo sacensību noteikumiem.

## 19.nodaļa. Rezerves dalībnieki komandu sacensībās

- a. Rezerves dalībnieki var aizvietot pamatdalībniekus, ja tie tikuši ievainoti vai ir apslimuši.
- b. Rezerves dalībniekiem jāatbilst tai pašai (vai zemākai) svara kategorijai, kurai atbilst dalībnieki, ko viņi aizvieto.

- c. Rezerves dalībnieki nevar aizstāt diskvalificētus dalībniekus.
- b. Rezerves dalībnieki jāpiesaka un jānosver vienlaicīgi ar pamatdalībniekiem.

### III. JJIF Duo System

#### 20.nodaļa. Vispārējie noteikumi

- a. JJIF Duo System pamatā ir viena dalībnieka aizstāvēšanās pret iepriekš noteiktajiem cita tās pašas komandas dalībnieka uzbrukumiem demonstrāciju. Uzbrukumi sadalīti 4 sērijās ar 5 uzbrukumiem katrā:
  - A. Uzbrukumi ar satvērienu pielietošanu.
  - B. Uzbrukumi ar ķermeņa un kakla aptveršanu.
  - C. Uzbrukumi ar sitieniem ar rokām un kājām.
  - D. Uzbrukumi ar ieročiem<sup>25</sup>
- b. Pirms katra uzbrukuma tiek veikts pirmsuzbrukums, proti, vilkme, sitiens, grūdiens.<sup>26</sup>
- c. Katrs uzbrukums var tikt veikts ar kreiso vai labo roku pēc pāra brīvās izvēles.
- d. Aizstāvēšanās pilnībā tiek īstenota pēc aizstāvošā dalībnieka ieskatiem, tāpat kā lomas izvēle vai uzbrucēja un aizstāvošā dalībnieka lomas maiņa, un arī kā dalībnieku kāju pozīcijas izvēle.<sup>27</sup>
- e. Mat-Referee (MR) tiesnesis izlozes kārtībā izvēlas trīs uzbrukumus no katras sērijas. Cits pāris veiks šos pašus uzbrukumus, tikai citā, MR noteiktā, secībā.
- f. Pirms katras sērijas pirmā uzbrukuma Tori (aizstāvošais dalībnieks) nostājās tā, lai žūrija atrodas pa labi no viņa, pēc tam uzbrukums var sākties no jebkuras puses.
- g. Punktu par uzstāšanos Žūrijas locekļi piešķir pēc katras sērijas. Pēc MR dotās komandas "Hantei", viņi paceļ vīrs galvas savus tablo ar vērtējumu.<sup>28</sup>
- h. Nepieciešamības gadījumā MR ar noteikto žestu norāda uz nepareizajiem uzbrukumiem un nosauc to numurus.<sup>29</sup>
- i. Kad viens un tas pats pāris piedalās konsekventās cīņās, maksimālais atpūtai atvēlētais laiks ir 5 minūtes.

#### 21.nodaļa. Aprīkojums

- a. Sekretariātam jāpastāv vismaz no diviem cilvēkiem.
- b. Dalībniekiem atļauts izmantot vienu mīksto nūju un vienu gumijas nazi. Nūjai ir jābūt 50-70 cm garai.

<sup>25</sup> D Sērijā uzbrucējs var sākt, turot rokās abus ieročus.

<sup>26</sup> Pirmsuzbrukumu un uzbrukumu veic uzbrucējs.

<sup>27</sup> Uzbrucēja un aizstāvošā lomu maiņa var mainīties arī sērijas gaitā.

<sup>28</sup> MR vispirms nolasa visus punktus. Pēc tam viņš izlaiž augstāko un zemāko vērtējumu un atkārtoti nolasa punktus. Kad viņš redz, ka atlikušie punkti ir saskaitīti ekrānā, viņš nolaiž lejā atlikušos tablo ar vērtējumiem.

<sup>29</sup> Žestu "Nepareizs uzbrukums" MR rāda tad, ja uzbrucējs MR norādītā uzbrukuma vietā veic citu uzbrukumu.

## 22.nodaļa. Kategorijas

- a. Pāris var tikt izveidots bez jebkādiem ierobežojumiem, piemēram, tādiem kā svara vai kvalifikācijas ierobežojumi.
- b. Sadalīšana kategorijās notiek pēc šāda principa: vīrieši, sievietes un jauktie pāri.

## 23.nodaļa. Tiesāšanas kritēriji<sup>30</sup>

- a. Tiesājot, žūrijai jāņem vērā šādi kritēriji:
  1. Spēcīgs uzbrukums
  2. Realitāte
  3. Kontrole
  4. Efektivitāte
  5. Uzvedība
  6. Ātrums
  7. Dažādība
- b. Gala vērtējumam vissvarīgākais ir uzbrukums un aizstāvības pirmā daļa.
- c. Sitieniem jābūt spēcīgiem, ar labu kontroli un tiem jābūt veiktiem dabiski, ar paredzamo iespējamo turpinājumu.
- d. Metieniem un novešanai parterā jāietver pretinieka izvešana no līdzsvara un tiem jābūt efektīviem.
- e. Sāpju un žņaugšanas paņēmieni tiek demonstrēti Žūrijai acīmredzamā un pareizā veidā, ar Uke padošanos.
- f. Gan uzbrūkošas, gan aizsardzības darbības jāveic tehniski un reālistiski.

---

### <sup>30</sup> Uzbrukumi

- Nepareizs uzbrukums
- Satvēriens nebija pietiekami ciešs
- Pirmsuzbrukums un uzbrukums nav loģiski saskaņoti
- Līdzsvara zaudēšana
- Vājš uzbrukums
- Uzbrukums garām mērķim

### Aizsardzība un novešana parterā

- Aizsardzība ir neefektīva
- Pretinieks netika izvests no līdzsvara
- Darbības tika veiktas pārāk ātri
- Uke palēcās
- Paraugtehnika
- Darbības nav loģiski saskaņotas
- Nevajadzīgi saucieni

### Kontrole parterā

- Nepietiekama ieroča kontrole
- Neefektīva Uke kontrole (Noturēšana, Žņaugšana)
- Sitieni garām Uke

### atvilkumi

- 2 punkti
- ½ punkts
- ½ punkts
- ½ punkts
- ½ punkts
- ½ punkts

- ½ punkts
- ½ punkts
- ½ punkts
- ½ punkts
- ½ punkts
- ½ punkts

- ½ punkts
- ½ punkts
- ½ punkts

## 24. nodaļa. Cīņas gaita.

- a. Pāri nostājās ar seju viens otram pretī sacensību laukuma vidū aptuveni divu metru attālumā viens no otra. Pirmais izlozētais pāris (Pāris Nr.1) valkā sarkanās jostas un stāv pa labi no MR. Otrajam pārim (Pāris Nr.2) ir zilās jostas. Pēc MR signāla pāri stāvus paklanās vispirms tiesnešiem, pēc tam arī viena otrai. Pāris Nr.2 atstāj laukumu un dodas uz drošības zonu.
- b. Cīņa sākas brīdī, kad arbitrs pasludina pirmo uzbrukumu, nosaucot tā numuru un parādot atbilstošu žestu ar roku.<sup>31</sup>
- c. Pēc A Sērijas beigām pirmā pāra dalībnieki nometas ceļos un saņem savus vērtējumus. Pēc tam viņi atstāj sacensību laukumu un dodas uz drošības zonu. Pāris Nr. 2 arī demonstrē A Sēriju un saņem savus vērtējumus. Pāris Nr. 2 uzsāk B Sēriju un saņem savu vērtējumu, pēc tam Pāris Nr. 1 turpina ar B Sēriju un saņem savu vērtējumu. Pāris Nr.1 uzsāk C Sēriju, utt., tad Pāris Nr. 2 uzsāk D Sēriju, utt.
- d. Cīņa beidzas tad, kad pēdējais pāris ir nodemonstrējis pēdējo sēriju. Abi pāri pēc MR norādījuma ieņem tādu pašu pozīciju attiecībā pret viņu, kāda bijusi cīņas sākumā. MR jautā sekretāriem, kurš ir uzvarējis, un norāda uz uzvarētāju, paceļot roku un nosaucot attiecīgo jostu krāsu.
- e. Ja abiem pāriem ir vienāds punktu skaits (“Hikiwake” (“Hikivakē”)), cīņa turpinās līdz tiek noskaidrots uzvarētājs. Pāris ar zilām jostām sāk ar A Sēriju.
- b. Pēc tam, kad MR ir nosaucis uzvarētāju, viņš liek pāriem stāvus paklanīties vispirms viena otrai, pēc tam arī tiesnešiem.

## 25.nodaļa. Vērtējumu sistēma

- a. Tiek piešķirti punkti no 0 līdz 10 (ar ½ intervālu).
- c. Augstākais un zemākais vērtējums tiek izlaists.

## 26.nodaļa. Žūrija

Žūrijas sastāvā jābūt 5 licencētiem tiesnešiem, visiem tiesnešiem jābūt no dažādām valstīm.

## 27.nodaļa. Neierašanās un atteikums

- a. “Fusen-Gachi” (“Fusen-Gačī”) (uzvaras piešķiršana pretinieka neierašanās dēļ) lēmumu MR pieņem attiecībā pret pāri, kuras pretinieki nav ieradušies uz cīņu pēc tam, kad tie 3 reizes tika izsaukti uz tatami vismaz 3 minūšu garumā. Uzvarētājiem tiek piešķirti 12 punkti, bet pāris, kas nav ieradies uz cīņu, saņem 0 punktu.
- b. “Kiken-Gachi” (“Kiken-Gačī”) (uzvara pretinieka atteikuma dēļ) lēmumu MR pieņem attiecībā pret pāri, kuras pretinieki tikšanās laikā ir atteikušies no sacensībām. Šajā gadījumā pāris, kas ir atteicies no dalības sacensībās, iegūst 0 punktu, bet uzvarētājiem tiek piešķirti 12 punkti.

---

<sup>31</sup> MR vispirms parāda numuru dalībniekiem un pēc tam Žūrijai.

## **28.nodaļa. Trauma, slimība vai nelaimes gadījums**

- a. Traumas, slimības vai nelaimes gadījuma gadījumā, pārim, kas tai brīdī uzstājās, ir tiesības uz maksimums 2 minūšu atpūtu pirms cīņas turpinājuma (kopējais pārim piešķirtais atpūtas laiks katrā cīņā nedrīkst pārsniegt 2 minūtes).
- c. Ja pāris nevar turpināt savu iznācienu traumas dēļ, “Kiken-Gachi” uzvara tiek piešķirta otram pārim.

## **29.nodaļa. Komandu sacensības**

Komandu sacensības ir iespējamās un to noteikumi būs vienādi ar individuālo sacensību noteikumiem.

## IV. JJIF Ne-Waza System (NW)

### 30.nodaļa. Vispārējie noteikumi

- a. Ne-Waza System sacensībās divi dalībnieki sacenšas savā starpā uz tatami.
- b. JJIF Ne-Waza System sastāv no:
  - Metieniem, novešanas parterā, sājju un žņaugšanas paņēmienu stāvus pozīcijā.
  - Cīņas guļus tehnika, sājju un žņaugšanas paņēmienu parterā.
- c. Tikšanās laiks – 6 minūtes.
- d. Starp divām tikšanām ir atļauta atpūta, kuras ilgums nepārsniedz 6 minūtes.

### 31.nodaļa. Materiāli

- a. Aizsargiem jābūt atbilstoša izmēra un labā stāvoklī.
- a. Bandāžas valkāšana ir aizliegta. Sievietēm nav atļauts valkāt krūšu aizsargus.
- b. Aizsargus valkā zem Gi tērpa.

### 32.nodaļa. Svara kategorijas

Pasaules Čempionātos un kontinentālajās sacensībās, kas notiek zem JJIF egidas, sievietēm un vīriešiem tiks atzītas par vienotām šādas svara kategorijas:

Sievietes: -55kg, -62kg, -70kg, +70kg

Vīrieši : -62kg, -69kg, -77kg, -85kg, -94kg, +94kg

### 33.nodaļa. Tiesneši<sup>32</sup>

- a. Mat-Referee (MR) tiesnesis atrodas sacensību laukumā un vada tikšanos. Viņš lemj par punktu un sodu piešķiršanu, taču viņam ir atļauts vadīties pēc Side-Referee un Table-Referee tiesnešu padomiem.
- b. Vienam Side-Referee tiesnesim ir jāasistē MR un jāatrodas ārpus drošības zonas, sēžot uz krēsla.
- c. Table-Referee (TR) atbild par sekretariāta darbu. Viņš diktē sekretāriem vērtējumus un sodus, kā arī ziņo MR par tikšanās laika beigām un medicīniskās palīdzības sniegšanas laiku.

### 34.nodaļa. Sekretariāts

- a. Sekretariāts atrodas pretī arbitra pozīcijai cīņas sākumā.
- b. Sekretariāts sastāv no diviem tiesnešiem vērtējumu reģistrācijai un viena laika ņēmēja.
- c. Viens no sekretāriem reģistrē tikšanās gaitu rakstiski, bet otrs – kontrolē elektronisko tablo.
- d. Gadījumā, ja tiek konstatētas atšķirības reģistrētajos vērtējumos uz tablo, par pareizajiem uzskatāmi papīra protokolā reģistrētie rezultāti.

---

<sup>32</sup> Tiesnešiem jābūt no dažādām valstīm/reģioniem, ja tas ir iespējams.

### 35.nodaļa. **Tikšanās/ Cīņas gaita**

- a. Cīņas dalībnieki tikšanos uzsāk, nostājoties ar seju viens otram pretī sacensību laukuma centrā aptuveni 2 metru attālumā viens no otra. Dalībnieks ar sarkano jostu stāv pa labi no MR. Pēc MR signāla dalībnieki stāvus paklanās vispirms tiesnešiem, pēc tam arī viens otram.
- b. Pēc tam, kad MR dod komandu “Hajime”, cīņa sākas stājā.
- c. Tiklīdz starp dalībniekiem ir izveidojies kontakts ar pretinieka satveršanas palīdzību, ir atļauts uzreiz pāriet parterā.
- d. Sportistiem ir tiesības uzreiz ielekt aizsardzībā.
- e. Tiklīdz abu dalībnieku ceļi pieskaras tatami, vai arī viens no dalībniekiem sēž vai guļ uz tatami, cīņa turpinās parterā.
- f. Dalībniekiem ir atļauts mainīt pozīcijas, taču tai pašā laikā viņiem jābūt aktīviem.
- g. Cīņas beigās MR nosauc uzvarētāju un dod dalībniekiem komandu stāvus paklanīties vispirms viens otram, un pēc tam arī viņam.

### 36.nodaļa. “Hajime” (Hadžimē), “Matte” (Matē), “Sonomama” (Sonamama) un “Yoshi” (Joši) komandu lietošana

- a. MR jādod komanda “Hajime”, lai uzsāktu cīņu un lai turpinātu cīņu pēc komandas “Matte”.
- b. MR jādod komanda “Matte”, lai uz laiku apturētu cīņu šādos gadījumos:
  1. Ja abi dalībnieki atrodas ārpus cīņas zonas neatkārtojamajā pozīcijā. MR atjaunos cīņas gaitu stājā tatami centrā.
  2. Ja viens vai abi dalībnieki iegūst traumu vai saslimst.
  3. Ja viens no pretiniekiem ir padevis.
  4. Kad viens no dalībniekiem nevar patstāvīgi padoties sāpju vai žņaugšanas paņēmiena pielietošanas laikā.
  5. Jebkurā citā gadījumā, kad pēc MR ieskatiem tas ir nepieciešams (piemēram, lai piekārtotu kimono vai paziņotu lēmumu).
  6. Kad cīņa ir beigusies.
- c. Komanda "Sonomama" tiek izmantota gadījumā, ja MR īslaicīgi ir jāaptur dalībnieki. Šajā gadījumā dalībniekiem vairs nav atļauts kustēties. "Sonomama" tiek dota šādos gadījumos:
  1. Ja abi dalībnieki izkāpuši ārpus cīņas zonas viegli atkārtojamajā pozīcijā. MR atjaunos cīņas gaitu no pēdējās pozīcijas tatami centrā.
  2. Jebkurā citā gadījumā pēc MR ieskatiem.
- d. Pēc “Sonomama” situācijas dalībnieki turpina cīņu no tās pašas pozīcijas, kādā viņi atradās pirms ir izskanējusi komanda. Lai turpinātu tikšanos, MR jādod komanda “Yoshi”.

## 37. nodaļa. Vērtējums

MR piešķir punktus, vienlaicīgi parādot uz pirkstiem punktu skaitu un nosaucot daudzumu un krāsu.

### a. Novešana parterā

1. Tīrais metiens (šajā gadījumā turpmākā kontrole nav obligāta)<sup>33</sup> 2 punkti
2. Novešana parterā ar turpmāko kontroli 2 punkti
3. Pretinieka bikšu kājas satveršana, liekot viņam apsēsties 2 punkti

### b. Kontrolēšanas tehnikas<sup>34</sup>

1. Kontrole no sāniem (kesa (kesa), yoko (joko) un kami (kami) kontroles grupas) 5 sek garumā<sup>35</sup> 1 punkts
2. Celis uz vēdera 3 sek garumā (Uke-Gatame)<sup>36</sup> 2 punkti
3. Kontrole no priekšas — front mount (Tatē kontroles grupa) 5 sek garumā<sup>37</sup> 4 punkti
4. Kontrole no aizmugures — back mount (kontrole no muguras, kamēr abas pēdas ir iebāztas pretinieka kāju iekšpusē)<sup>38</sup> 4 punkti

Ja kontrole tika pieteikta, bet netika fiksēta pietiekami ilgu laiku, lai iegūtu punktus, tā jānovērtē kā Priekšrocība.

Punktu skaitam jāaug, lai tie varētu summēties. Lai iegūtu punktus par vienu līmeni zemākām darbībām, jāatgriežas neitrālajā pozīcijā, lai atkārtoti iegūtu punktus par kontroli no sāniem vai par celi uz vēdera.<sup>39</sup>

### c. Aizsardzības (pusaizsardzības) apiešana

1. Pretinieka aizsardzības apiešana un kontrole, kas ilgst līdz novērtēšanai 3 punkti
2. Pretinieka aizsardzības apiešana un kontrole, kas nav novesta līdz novērtēšanai 1 Priekšrocība

### d. Pozīcijas maiņa

1. Ja viens no dalībniekiem guļ, būdams oponenta kontrolēts, un noteiktā brīdī viņš maina pozīciju uz pretējo (kontrolē pretinieku, atrodoties viņam virsū), viņš saņem 2 punktus.<sup>40</sup>
2. Ja pozīcijas maiņa tiek veikta no “osae” pozīcijas un beidzas aizsardzībā (vai pusaizsardzībā), punkti netiek piešķirti.
3. Ja oponents, kas maina pozīciju, pārtrauc darbību pirms tās pabeigšanas, punkti netiek piešķirti.

<sup>33</sup> Pretiniekam jāpiezemējas uz muguras lielākās daļas

<sup>34</sup> Osae-komi var tikt pasludināts tikai ja ir izpildīti šie nosacījumi:

1. Uke guļ uz muguras
2. Tori kājas ir brīvas
3. Uke tiek labi kontrolēts un nevar brīvi kustēties

Tiklīdz viens vai vairāki augstākminētie kritēriji netiek izpildīti, noturēšana jāpārtrauc.

<sup>35</sup> Sankaku-Gatame novērtējams kā kontrole no sāniem.

<sup>36</sup> Tori jāatrodas ar seju pret Uke. Vienam celim jābūt noliktam uz vēdera, krūtīm, ribām, Tori otrās kājas, kas nolikta pa diagonāli, pēdai jāatrodas uz tatami.

<sup>37</sup> Tori jāatrodas virsū, tam jāšēž uz Uke torsa, ar abiem ceļiem vai vienu pēdu un vienu celi uz tatami, ar seju pret Uke galvu. Tori kājas kontrolē vienu vai abas Uke rokas

<sup>38</sup> Tori var sakrustot savas pēdas un var turēt vienu Uke roku.

<sup>39</sup> Pēc *back mount* pozīcijas pretinieks vienu reizi var tikt novērtēts par *front mount* pozīciju, un arī vienu reizi pēc *front mount* pozīcijas viņš var tikt novērtēts par *back mount* pozīciju.

<sup>40</sup> Darbība var tikt novērtēta tikai tad, ja pretinieks ir nofiksējis pozīciju.



4. Ja pretinieks apgriež savu oponentu no "bruņurupuča" pozīcijas (uz rokām un ceļiem) uz muguras, tas tiks novērtēts ar 2 punktiem tikai tad, ja darbība tiks pabeigta ar novērtētu Osae-komi.
- e. Ienāciens aiz muguras  
Jebkādas Tori darbības, kurām seko Uke muguras kontrole 5 sekunžu garumā, jānovērtē ar 2 punktiem. Muguras kontroles uzsākšana stājā jānovērtē ar 2 punktiem tikai tad, ja tās rezultātā pretinieks tika novests parterā.
- f. Sāpju un žņaugšanas paņēmieni
  1. Visi žņaugšanas paņēmieni, izņemot tos, kas veicami ar jostu, ir atļauti tikai arī rokām vai pirkstiem.
  2. Ir atļauti visi sāpju paņēmieni, kas vērsti uz pleciem, elkoņiem un plaukstām.
  3. Sāpju paņēmieni, kas vērsti uz kājām un pēdām ir atļauti, veicot atliekšanu, sastiepšanu, saspiešanu.
  4. Sāpju vai žņaugšanas paņemiens, kas ir praktiski izpildīts, bet ne līdz galam, novērtējams kā Priekšrocība.
  5. Ir aizliegti visi sāpju paņēmieni ar griezieniem, kas vērsti uz ceļiem un pēdām. Ja viens no pretiniekiem pielieto tiešo uz kāju vērsto sāpju paņemienu, bet oponents, mēģinot izvairīties no tā ar sagriešanu, padodas sāpju dēļ, viņš zaudē cīņu.

### 38.nodaļa. Sodi

- a. Ir pieļaujams viens brīdinājums par pasivitāti vienam pretiniekam vienas cīņas gaitā.
- b. Par "Vieglām aizliegtām darbībām" soda ar "Shido", un šajā gadījumā pretiniekam tiks piešķirti 2 punkti.  
Par vieglajām aizliegtajām darbībām uzskatāmas šādas darbības:
  1. Ja viens vai abi dalībnieki turpina izrādīt pasivitāti arī pēc brīdinājuma saņemšanas.
  2. Satvēriena veikšana, ar pirkstiem satverot pretinieka piedurknes vai bikšu kājas iekšpusi.
  3. Iedarbība uz pretinieka seju.
  4. Aiziešana parterā bez pretinieka satveršanas.
  5. Atteikšanās no cīņas parterā un stāšanās stājā bez kontakta ar pretinieku.
  6. Veikt žņaudzošu paņemienu pār pretinieka zodu.<sup>41</sup>
- c. Šādas darbības ir uzskatāmas par "Stingri aizliegtām" un tiks sodītas ar "Hansoku-make":
  1. Ja viens no pretiniekiem tiks sodīts ar "Shido" 4 reizes.
  2. Ja viens no pretiniekiem tīši pametīs cīņas zonu.
  3. Ja viens no pretiniekiem tīši pametīs cīņas zonu, lai izvairītos no padošanās un zaudējuma.
  4. Jebkuru tehniku, kas var radīt kaitējumu oponentam, pielietošana.
  5. Uz kaklu vai mugurkaulu vērstu sāpju paņēmienus pielietošana.<sup>42</sup>
  6. Izdarīt jebkādas uz ceļiem un pēdām vērstus sāpju paņēmienus ar griezieniem.<sup>43</sup>
  7. Izdarīt uz roku un kāju pirkstiem vērstus sāpju paņēmienus.
  8. Izdarīt jebkādas žņaudzošus paņēmienus, izmantojot jostu.
  9. Izdarīt kami-basami.
  10. Iedarbība uz pretinieka acīm.
  11. Pretinieka nolaišana uz tatami bīstamā veidā, brīdī, kad viņš atrodas aizsardzībā vai aiz oponenta muguras.
  12. MR lēmumu apspriešana.

<sup>41</sup> Ja noturēšana tika uzsākta pareizi, taču tās veikšanas procesā pretinieks ir padevis, jo ir sniedzis zodu pretī noturēšanai, viņš zaudē tikšanos ar Ippon.

<sup>42</sup> Giljotīna, kas tiek veikta kā žņaudzošais paņemiens, ir atļauta.

<sup>43</sup> Par pretinieka ceļa aizsegšanu no ārpuses ar savu celi tiks piemērots "Hansoku-make" sods.

13. Veikt sitienus ar rokām un kājām, iekost pretiniekam vai pielietot jebkādas citas tehnikas, kas ir pretrunā ar vispārpieņemto uzvedību, atrodoties uz tatami.

- d. Pirmoreiz, kad dalībnieks veiks “stingri aizliegto darbību”, viņš tiks sodīts ar “Hansoku-make”. Viņš zaudēs cīņu ar 0 punktiem, bet viņa pretinieks iegūs 100 punktus.
- e. Otrreiz, kad dalībnieks tiks sodīts ar “Hansoku-make”, viņš tiks izslēgts no sacensību atlikušās daļas.
- f. Ja abi dalībnieki tiek sodīti ar “Hansoku-make”, tikšanās tiks atkārtota.

### 39.nodaļa. **Tikšanās** / Cīņas beigas

- a. Dalībnieks var uzvarēt cīņu pirms tās beigām, ja viņš ir pielietojis efektīvu sāpju vai žņaugšanas paņēmieni, kura rezultātā pretinieks ir padevis. Šajā gadījumā zaudētājs iegūst 0 punktu, bet uzvarētājs iegūst 100 punktus.
- b. Pēc cīņas laika beigām dalībnieks, kas ir ieguvis visvairāk punktu, kļūst par uzvarētāju.
- c. Ja pēc cīņas laika beigām dalībnieki ir ieguvuši vienādu punktu skaitu, cīņā uzvar dalībnieks, kas ir ieguvis lielāku Priekšrocību skaitu.
- d. Ja abiem dalībniekiem ir vienādi rezultāti gan pēc punktu skaita, gan pēc Priekšrocību skaita, tiek rīkota 6 minūšu gara papildcīņa līdz tiek noskaidrots uzvarētājs. Cīņa beidzas ar pirmo iegūto punktu, sodu vai priekšrocību. Iepriekšējās cīņās iegūtais punktu un sodu skaits tiek pārcelts uz papildcīņām.
- e. Ja pēc papildcīņas beigām uzvarētāju noskaidrot nav izdevies, lēmumu pieņem tiesneši.<sup>44</sup>

### 40.nodaļa. **Tikšanās** / Cīņas beigas

- a. “Fusen-Gachi” (uzvaras piešķiršana pretinieka neierašanās dēļ) lēmumu MR pieņem attiecībā pret jebkuru no dalībniekiem, kura pretinieks nav ieradies uz cīņu. Uzvarētājs iegūst 100 punktus pēc tam, kad pretinieks 3 reizes tika izsaukts uz tatami vismaz 3 minūšu garumā.
- b. “Kiken-Gachi” (uzvara pretinieka atteikuma dēļ) lēmumu MR pieņem attiecībā pret dalībnieku, kura pretinieks tikšanās laikā ir atteicies no sacensībām. Šajā gadījumā dalībnieks, kas ir atteicies no dalības sacensībās, iegūst 0 punktu, bet uzvarētājs – 100 punktus.

### 41.nodaļa. **Tikšanās** / Cīņas beigas

- a. Ik reizi, kad sacensības tiek apturētas viena vai abu dalībnieku traumas dēļ, MR var piešķirt ievainotajam (-iem) dalībniekam (-iem) maksimums 2 minūtes atpūtai. Kopējais atpūtas laiks katram dalībniekam katrā cīņā nedrīkst pārsniegt 2 minūtes.
- b. Cīņas apturēšanas laiku traumas dēļ sāk uzņemt pēc MR komandas.
- c. Ja viens no dalībniekiem nespēj turpināt cīņu, MR jāpieņem lēmums, pamatojoties uz šiem nosacījumiem:
  - 1. Ja trauma radusies paša ievainotā dalībnieka vainas dēļ, ievainotais dalībnieks zaudē cīņu, iegūstot 0 punktu, bet viņa pretinieks iegūst 100 punktus.
  - 2. Ja trauma radusies neievainotā dalībnieka rīcības dēļ, tad neievainotais dalībnieks zaudē cīņu, iegūstot 0 punktu, bet viņa pretinieks iegūst 100 punktus.

---

<sup>44</sup> Nosakot uzvarētāju, tiesnešiem jāņem vērā tas, kurš no pretiniekiem bija aktīvāks, tuvāk punktiem vai vērtējamajai darbības pabeigšanai.

3. Ja traumas cēloni noteikt nav iespējams, neievainotais dalībnieks uzvar cīņā, iegūstot 100 punktus, bet ievainotais dalībnieks zaudē cīņu, iegūstot 0 punktu.
- d. Ja viens no dalībniekiem saslimst sacensību laikā un nevar turpināt, viņš zaudē cīņu ar 0 punktiem, bet viņa pretinieks iegūst 100 punktus.
- e. Oficiālās ārsts lemj, vai ievainotais dalībnieks var turpināt vai nē.
- f. Ja dalībnieks ir zaudējis samaņu vai daļēji zaudējis samaņu (dezorientācija, bezapziņa), tikšanās tiek pārtraukta, bet dalībnieks tiek izslēgts no atlikušās sacensību daļas.

#### **42.nodaļa. Komandu sacensības**

Komandu sacensības ir iespējamās un to noteikumi būs vienādi ar individuālo sacensību noteikumiem.

#### **43.nodaļa. Rezerves dalībnieki komandu sacensībās**

- a. Rezerves dalībnieki var aizvietot pamatdalībniekus, ja tie tikuši ievainoti vai ir apslimuši.
- b. Rezerves dalībniekiem jāatbilst tai pašai (vai zemākai) svara kategorijai, kurai atbilst dalībnieki, ko viņi aizvieto.
- c. Rezerves dalībnieki nevar aizstāt diskvalificētos dalībniekus.
- d. Rezerves dalībnieki jāpiesaka un jānosver vienlaicīgi ar pamatdalībniekiem.

## **V. Nobeiguma noteikumi**

### **44.nodaļa. Situācijas, kas nav atrunātas noteikumos**

- a. Gadījuma, ja rodas situācija, kas nav atrunāta šajos noteikumos, tikšanās tiesnešiem lēmums jāpieņem kopīgi.
- b. TR nav tiesīgs balsot, viņš var tikai sniegt atbalstu.

### **45.nodaļa. Stāšanās spēkā**

Saskaņā ar JJIF Valdes lēmumu, šie noteikumi stājas spēkā 2016.gada 1.janvārī. Šie noteikumi aizvieto visus jau esošos noteikumus.

## I.Pielikums Tiesnešu žesti

<p><b>Hajime (Hadžimē) (FS, NV)</b> Cīņas sākums: Tiesnesis stāv starp pretiniekiem un sauc "Hajime". Balsij jāskan skaļi un pārliecināti.</p>	<p><b>Matte (Matē) (FS, NV)</b> Cīņas apturēšana: Tiesnesis paceļ vienu roku plecu līmenī paralēli tatami un rāda sekretariātam atvērtu plaukstu (ar pirkstiem uz augšu). Balsij jāskan skaļi un pārliecināti.</p>
<p><b>Ippon (FS, NV)</b> Tiesnesis paceļ kreiso vai labo roku (atkarībā no vērtējuma, kas tiek piešķirts dalībniekam ar sarkano vai zilo jostu) augsti virs galvas, ar plaukstu uz priekšu.</p>	<p><b>Ippon 3 punkti (Ippon Three points) (FS)</b> Tiesnesis paceļ kreiso vai labo roku (atkarībā no vērtējuma, kas tiek piešķirts dalībniekam ar sarkano vai zilo jostu) augsti virs galvas, skaidri rādot 3 pirkstus.</p>
<p><b>Wazaari (Vazārī) (FS, Priekšrocība (Advantage) NV)</b> Viens punkts: Tiesnesis paceļ kreiso vai labo roku plecu līmenī (atkarībā no vērtējuma, kas tiek piešķirts dalībniekam ar sarkano vai zilo jostu), plauksta ir vērsta uz leju. Žestam jābūt redzamam sekretariātam.</p>	<p><b>Atcelšana (FS)</b> Lēmuma atcelšana: Tiesnesis vairākkārt māj ar roku, kas pacelta virs galvas, pēc tam, kad viņš ir parādījis lēmumu, ko ir nepieciešams atcelt. Žestam jābūt precīzam, spēcīgam un saprotamam TR.</p>



**Pasivitāte (Passivity part 1 (one), 2 (two), 3 (three)) (FS, NV)**

Pasivitātes pasludināšana:

Tiesnesis horizontāli groza abas rokas no elkoņa līdz plaukstas pamatam sev priekšā.



**Nekontrolējama tehnika (Uncontrolled technique) (FS)**

Tiesnesis horizontāli paceļ kreiso vai labo roku ar savilktu dūri sev priekšā (pirms soda piešķiršanas šim žestam seko šīs darbības apraksts).



**Mubobi (Mubobi) (FS)**

Darbības, kas apdraud to veicēju: Tiesnesis vairākkārt horizontāli iztaisno rokas ar savilktām dūrēm sev priekšā. Pēc šī žesta tiesnesis skaidrā balsī pasludina "Mubobi".



**Tiešais sitiens galvā (straight punch to the head) (FS)**

Tiesnesis rāda sitienu galvā ar dūri.



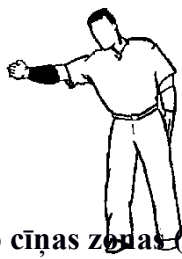
**Rupjš kontakts (Hard contact) (FS)**

Tiesnesis rāda sitienu plaukstā ar dūri.



**Satvēriens un sitiens (Grip and punch) (FS)**

Tiesnesis ar vienu roku rāda Gi satvērienu, bet ar otru roku rāda sitienu.



**Iznākšana no cīņas zonas (go out) (FS)**  
(Side-Referee tiesneša žests)



**Izgrūšana (pushing out) (FS)**

Tiesnesis ar abām rokām rāda

<p>Side-Referee tiesnesis parāda situāciju Mat-Referee tiesnesim, lai MR varētu rīkoties atbilstoši situācijai</p>	<p>izgrūšanu no cīņas zonas drošības zonā (un arī ārpus tās)</p>
<p><b>Izmešana ārpus sacensību zonas (throw-out) (FS)</b> Tiesnesis ar kreiso vai labo roku (atkarībā no tā, vai darbību ir veicis “sarkanais” vai “zilais” dalībnieks) rāda kustību no cīņas zonas uz drošības zonu.</p>	<div data-bbox="943 264 1157 488" data-label="Image"> </div> <p><b>Nevajadzīgi saucieni un piezīmes (unnecessary calls and remarks) (FS)</b> Tiesnesis ar plaukstu un pirkstiem rāda sarunas simbolu (“kvā-kvā”) ar roku, kas atbilst “sarkanajam” vai “zilajam” dalībniekam.</p>
<p><b>Osaе-komi (Osaē-komi) (FS, NV)</b> Kontrole parterā: Tiesnesis ar iztaisnoto labo vai kreiso roku un plaukstu norāda uz dalībniekiem un skaidrā balsī pasludina ”Osaе-komi”. Žests tiek rādīts ar roku visā “Osaе-komi” garumā.</p>	<p><b>Toketa (Toketa) (FS)</b> Kontroles parterā beigas: Tiesnesis vairākkārt rāda viļņveida žestu ar labo vai kreiso roku (atkarībā no tā, kurš no dalībniekiem veicis osaе-komi) virs dalībniekiem un pasludina “Toketa”. Plauksta ir atvērta vertikāli. Žestam jābūt precīzam, spēcīgam un saprotamam.</p>
<p><b>Vienlaicīgās darbības no abām pusēm (FS)</b> (Aiuuchi /Aīučī) Tiesnesis iztaiso rokas sev priekšā horizontāli, dūrēm saskaroties.</p>	<p><b>Sodi (ΦC, HB)</b> (Shido, Chui, Hansoku-make (Šido. Čuj, Hansoku-makē)) Tiesnesis ar rādītājpirkstu (pārējie rokas pirksti savilkti dūrē) norāda uz dalībnieku, kas jāsoda, un nosauc attiecīgo sodu.</p>



**“Es neredzēju” – Žests (FS)** Tiesnesis īslaicīgi aizsedz acis ar atvērtām plaukstām (rokas acu priekšā).

**Piekārtot Gi (FS, NV)**

Tiesnesis sakrusto rokas ar atvērtām plaukstām sev priekšā, pēc tam norāda uz dalībnieku, kuram jāpiekārtō Gi tērps.



**Full Ippon (FS)**

(Table-Referee tiesnesis žests)

TR rāda šo žestu un norāda uz uzvarētāja “krāsu”.



**Hantei (Hantej) (DS)**

(Žests Duo System sacensībās)

Tiesnesis paceļ vienu roku augstu virs galvas, plauksta ārējā mala vērsta uz priekšu.

**Hikiwake (Hikivakē)**

Vienāds rezultāts:

Tiesnesis sakrusto rokas uz krūtīm, plauksta atvērtas. Tiesnesim jāpasludina “Hikiwake”.

**Uzvarētāja paziņošana (Winner blue/red)**

Tiesnesis norāda uz uzvarētāju, paceļot taisnu roku ar atvērtu plaukstu 45° leņķī un skaidrā balsī saka “Winner” un nosauc attiecīgo krāsu.



**Sonomama (FS, NV)**

(“Iesaldējošā” komanda)

MR ir ar abām rokām kārtīgi jāpieskaras (parasti pietiek ar vienu pieskārienu) abu dalībnieku mugurām cīņas gaitā un skaļā un skaidrā balsī jādod komanda “Sonomama”.

**Yoshi (Joši) (FS, NV)**

(Komanda “Turpiniet”)

Pēc tam, kad cīņas īslaicīgas apturēšanas (“iesaldēšanas”) iemesls ir novērsts, MR atkārtoti jāpieskaras abu dalībnieku mugurām ar abām rokām un skaļā un skaidrā balsī jādod komanda “Yoshi”.



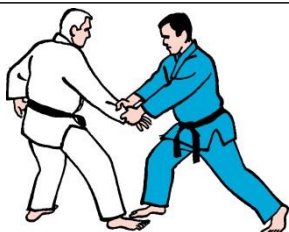
<p><b>Palīdzības sniegšanas laiks (“medicīnas laiks”) (medical time)</b> Tiesnesis ar rokām rāda “T” burtu.</p>	<p><b>Laika zaudēšana (wasting time) (FS)</b> Tiesnesis ar rādītājpirkstu (pārējie rokas pirksti savilkti dūrē) rāda uz “rokas pulksteni”.</p>
<p><b>Aizliegtā darbība (forbidden technique, kick to the leg) (FS)</b> Tehnika, par kuru tiks piešķirts “Shido” sods (sāpju paņēmienu pielietošana roku vai kāju pirkstiem, satvēriens, kad kājas sakrustotas nieru līmenī, sitieni pa guļošo pretinieku, sitieni pa kājām). Tiesnesis rāda sitienu ar savu atvērtu plaukstu pa apakšdelmu.</p>	<p><b>Nepakļaušanās tiesneša norādījumiem (disregard the mat-referee’s instructions) (FS)</b> Tiesnesis ar rādītājpirkstiem (pārējie rokas pirksti savilkti dūrē) rāda uz savām ausīm.</p>
<p><b>Pārtraukums (break) (FS)</b> (Hikiwake gadījumā pirms speccīņas) Tiesnesis rāda sekretāriem “OK” žestu ar pacelto īkšķi un pēc tam ar žestu liek dalībniekiem pamest laukumu pārtraukumam.</p>	

## II. Pielikums Uzbrukumi Duo System sacensībās

(Katrs uzbrukums var tikt veikts gan pa kreisi, gan pa labi)

### A Sērija Uzbrukumi ar satvērieniem

(Pirms katra uzbrukuma tiek veikts pirmsuzbrukums)



Satvēriens: Uke satver Tori roku.  
Ar vienu roku tiek satverts plaukstu pamats, bet ar otru - apakšdelms.

Nodoms:

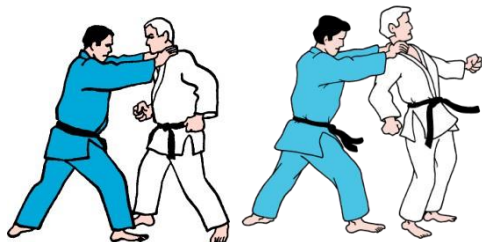
- Pagrūst vai pavilkt.
- Kontrolēt Tori priekšējo roku
- Imobilizēt pretinieku.



Satvēriens: Uke ar roku satver Tori Gi atloku.

Nodoms:

- Pietuvoties pretiniekam turpmāko darbību veikšanai
- Pavilkt / pagrūst vai aizturēt pretinieku – iespējams, lai pēc tam iesistu viņam (viņai)



Satvēriens: Uke satver Tori kaklu no priekšas vai no aizmugures, lai pielietotu žņaudzošo paņēmieni.

Nodoms:

- Pagrūst Tori uz atpakaļ.
- Aizturēt Tori.



Satvēriens: Uke satver Tori kaklu no sāniem, lai pielietotu žņaudzošo paņēmieni.

Nodoms:

- Pavilkt, pagrūst vai aizturēt Tori



Satvēriens: Uke uzbrūk Tori no sāniem, ar roku satverot Gi plecu līmenī. Pielietojams jebkurš satvēriena veids.

Nodoms:

- Pavilkt, pagrūst vai aizturēt Tori.

Vispārīgas piezīmes:

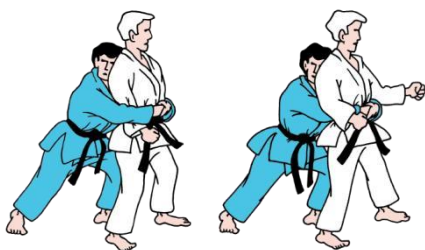
Rokām jābūt savilktām, bet satvērieniem jābūt ciešiem.

## B Sērija Uzbrukumi ar kakla un ķermeņa apķeršanu

(Pirms katra uzbrukuma tiek veikts pirmsuzbrukums)



Uke apķer Tori no priekšas zem vai virs viņa rokām. Uke galva atrodas Tori uz pleca. Pirms uzbrukuma Tori rokas atrodas dabiskajā stāvoklī.



Uke apķer Tori no aizmugures zem vai virs viņa rokām. Uke galva atrodas Tori uz pleca. Pirms uzbrukuma Tori rokas atrodas dabiskajā stāvoklī.



Uke ar roku satver Tori kaklu no sāniem.  
Nodoms: Žņaugt vai pielietot metienu.



Uke ar roku satver Tori kaklu no priekšas.



Nodoms: Žņaugt vai pielietot metienu.  
Uke pielieto Hadaka Jime (Hadaka Džimē) ar roku.  
Nodoms: Žņaugt vai izvest no līdzsvara

**Vispārīgas piezīmes:**

Rokām jābūt savilktām, bet satvērieniem jābūt ciešiem

## C Sērija Uzbrukumi ar sitienu ar rokām un kājām

(Pirms katra uzbrukuma tiek veikts pirmsuzbrukums)



Jodan vai Chudan Tsuki (Čudan Tsukī) -  
sitiens ar roku galvā vai korpusā no priekšas.

Mērķis: Saules pinums, kuņģis, seja

---



Ago Tsuki (Ago Tsukī / Aperkots) – sitiens ar dūri no  
apakšas.

Mērķis: Zods

---



Mawashi Tsuki (Mavaši-Tsukī / Āķa  
sitiens) – Apļveida sitiens ar dūri.

Mērķis: Tori galvas puse.

---



Mae Geri (Maē gerī) – spēriens ar labo kāju tieši uz  
priekšu

Mērķis: Saules pinums, kuņģis

---



Mawashi geri (Mavaši gerī) – apļveida kustība ar  
labo kāju.

Mērķis: Saules pinums, kuņģis  
Tori ir atļauts ar kreiso kāju spert vienu soli uz  
atpakaļ un nedaudz pagriezt ķermeni.

---

## Vispārīgas piezīmes

Uzbrukumam jāsasniedz Tori, ja viņš nebūtu nogājis malā.

Kustēties pirms uzbrukuma sākuma nav atļauts. Tori ir jāreaģē uz uzbrukumu

---

## D Sērija Uzbrukumi ar ieroci

(Pirms katra uzbrukuma tiek veikts pirmsuzbrukums)

---

Uzbrukums ar nazi taisni no augšas.

Mērķis: Tori kakla pamats pa kreisi vai pa labi, tieši virs atslēgas kaula.

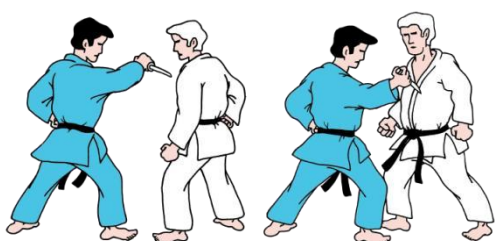
---



Uzbrukums ar nazi no priekšpusēs.

Mērķis: Kuņģis

---



Aplūveida uzbrukums ar nazi, kas tiek veikts no sāniem vai pa diagonāli uz leju.

Mērķis: ķermeņa sāns

---



Uzbrukums ar nūju taisni no augšas.

Mērķis: Galvas augšdaļa

---



Uzbrukums ar nūju no ārpuses, kas tiek veikts no sāniem vai pa diagonāli uz leju.

Mērķis: Tori kreisie deniņi/galva

---

## Vispārīgas piezīmes

Uzbrukumam jāsasniedz Tori, ja viņš nebūtu nogājis malā.

Tori ir pilnībā jākontrolē ierocis aizsardzības laikā un pēc tās.

---



### III. Pielikums *Fighting System* svāra kategorijas

<b>Vīrieši/jaunieši</b>					
Seniori 21+	Juniori 18/19/20	Aspiranti 15/16/17	Zēni 12/13/14	Zēni 10/11	Zēni 8/9
1 x 3 min	1 x 3 min	1 x 3 min	1 x 2 min	1 x 2 min	1 x 2 min
-56 kg	- 56kg	- 46kg	- 34kg	- 24kg	- 21kg
- 62kg	- 62kg	- 50kg	- 37kg	- 27kg	- 24kg
- 69 kg	- 69kg	- 55kg	- 41kg	- 30kg	- 27kg
- 77kg	- 77kg	- 60kg	- 45kg	- 34kg	- 30kg
- 85kg	- 85kg	- 66kg	- 50kg	- 38kg	- 34kg
- 94kg	- 94kg	- 73kg	- 55kg	- 42kg	- 38kg
+ 94kg	+ 94kg	- 81kg	- 60kg	- 46kg	- 42kg
		+ 81kg	- 66kg	- 50kg	+ 42kg
			+ 66kg	+ 50kg	

Tiesīgi piedalīties: Dalībnieki, JJIF biedri, kas šogad būs sasnieguši vecumu (no 1.1 līdz 31.12).

<b>Sievietes/meitenes</b>					
Seniori 21+	Juniores 18/19/20	Aspirantes 15/16/17	Meitenes 12/13/14	Meitenes 10/11	Meitenes 8/9
1 x 3 min	1 x 3 min	1 x 3 min	1 x 2 min	1 x 2 min	1 x 2 min
-49 kg	- 49kg	- 40kg	- 32kg	- 22kg	- 20kg
- 55kg	- 55kg	- 44kg	- 36kg	- 25kg	- 22kg
- 62 kg	- 62kg	- 48kg	- 40kg	- 28kg	- 25kg
- 70kg	- 70kg	- 52kg	- 44kg	- 32kg	- 28kg
+ 70kg	+ 70kg	- 57kg	- 48kg	- 36kg	- 32kg
		- 63kg	- 52kg	- 40kg	- 36kg
		- 70kg	- 57kg	- 44kg	- 40kg
		+ 70kg	- 63kg	- 48kg	+ 40kg
			+ 63kg	+ 48kg	

Tiesīgi piedalīties: Dalībnieki, JJIF biedri, kas šogad būs sasnieguši vecumu (no 1.1 līdz 31.12).

## IV.Pielikums Ne-Waza System svara kategorijas

### Vīrieši

Kategorija	Aspiranti (līdz 18)	Juniori (līdz 21)	Seniori	Seniori (+36 g.)
Ilgums	4	6 min	6	5 min
Svara kategorijas	- 46 kg - 50 kg - 55 kg - 60 kg - 66 kg - 73 kg	- 62 kg - 69 kg - 77 kg - 85 kg -94 kg +94 kg	- 62 kg - 69 kg 77 kg - 85 kg	- 62 kg - 69 kg 77 kg - 85 kg
Sāpju paņēmieni uz kājām	Aizliegti	Aizliegti		Aizliegti
Sākumpozīcija	Stāvus	Stāvus	Stāvus	Parterā

Tiesīgi piedalīties: Dalībnieki, JJIF biedri, kas šogad būs sasnieguši vecumu (no 1.1 līdz 31.12).

### Sievietes

Kategorija	Aspirantes (līdz 18)	Juniores (līdz 21)	Seniori	Seniori (+36 g.)
Ilgums	4 min	6 min	6	5 min
Svara kategorijas	- 40 kg - 44 kg - 48 kg - 52 kg - 57 kg - 63 kg - 70 kg + 70 kg	- 55 kg - 62 kg - 70 kg + 70 kg	- 55 kg - 62 kg - 70 kg + 70 kg	- 55 kg - 62 kg - 70 kg + 70 kg
Sāpju paņēmieni uz kājām	Aizliegti	Aizliegti		Aizliegti
Sākumpozīcija	Stāvus	Stāvus	Stāvus	Parterā

Tiesīgi piedalīties: Dalībnieki, JJIF biedri, kas šogad būs sasnieguši vecumu (no 1.1 līdz 31.12).

**2014.gada izdevums**

**by Roel Van Ravens**

**Director of European Referee Committee (ERC) Ueli Zürcher**

**Member of European Referee Committee (ERC) Linus Bruhin**

**World Referee, Lawyer**

**Русский перевод: коллектив авторов под руководством судьи международной категории, председателя Коллегии судей РФД Крутовских С.С. в составе: Судья международной категории Кривелева Н.Б., судья международной**