**VLAAMSE JU-JITSU FEDERATIE vzw**

**(V.J.J.F. vzw)**

www.vjjf.be

# Reglementen Groundfight

(versie 01/09/2026)

# I. ALGEMEENHEDEN.

**Artikel 01: Toepassingsgebied.**

a) Deze regels zijn van toepassing op alle door de V.J.J.F. vzw erkende tornooien en kampioenschappen.
b) Alle verwijzingen in dit document naar 'hij' moeten ook als 'hij of zij' gelezen worden.
c) Voor lokale tornooien is elke club vrij om de reglementen aan te passen.

**Artikel 02: Wedstrijdkleding en persoonlijke verplichtingen.**

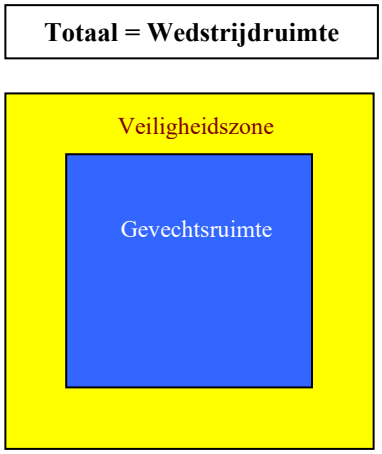
a) De deelnemers moeten een witte ju-jitsugi van goede kwaliteit dragen die schoon en in orde dient te zijn. Ze dragen tevens een rode of blauwe gordel.
b) Het jasje moet lang genoeg zijn om de heupen te bedekken en moet door een band om de taille vastgeknoopt zijn.
c) De mouwen van de jas moeten wijd genoeg zijn om vast te pakken en lang genoeg zijn om meer dan de helft van de onderarmen te bedekken zonder dat ze over het polsgewricht komen. De mouwen mogen niet opgerold worden.
d) De pijpen van de broek moeten wijd zijn en lang genoeg om meer dan de helft van het onderbeen te bedekken. De broekspijpen mogen niet opgerold worden.
e) De band wordt geknoopt met een platte knoop, strak genoeg om te voorkomen dat de jas los gaat hangen en moet lang genoeg zijn om tweemaal om het lichaam te kunnen, zodat er nog 15 cm. aan iedere kant van de knoop overblijft.
f) Het dragen van een hoofdzakelijke witte of zwarte T-shirt, met voorkeur een rashguard is toegestaan onder de vest. Voor vrouwelijke deelnemers is dit verplicht.
g) De deelnemers moeten kortgeknipte vinger- en teennagels hebben.
h) Het is de deelnemers niet toegestaan om iets te dragen wat de tegenstander kan verwonden of in gevaar brengen.
i) Het dragen van een bril is niet toegestaan. Contactlenzen mogen op eigen risico gedragen worden.
j) Lang haar moet met een zachte haarband samengebonden worden.

*Indien een deelnemer zich niet aan die regels houdt, mag hij de wedstrijd niet aanvangen. Hij krijgt echter wel de mogelijkheid om binnen de 2 minuten het (de) foute item(s) in orde te brengen.*

**Artikel 03: Wedstrijdruimte.**

a) Elke wedstrijdruimte meet 10 m x 10 m (of 12 m x 12 m) en moet bedekt zijn d.m.v. tatami's in aanvaardbare kleuren (meestal geel en blauw).
b) De wedstrijdruimte moet verdeeld worden in twee zones.
c) De gevechtsruimte meet 6 m x 6 m (of 8 m x 8 m).
d) Het gebied buiten de gevechtsruimte wordt de veiligheidszone genoemd en is ten minste 2 m breed.
e) Waar twee of meer wedstrijdruimten aan elkaar grenzen, is een gemeenschappelijke veiligheidszone niet toegelaten.
f) De mogelijkheid bestaat om de veiligheidszone gemeenschappelijk te gebruiken, maar tussen de twee gevechtsruimtes moet er ten minste 3 m zijn.

*Noot:*
*De afstand tussen het secretariaat en de wedstrijdruimte moet ten minste 2 m zijn.*
*De afstand tussen het publiek en de wedstrijdruimte moet ten minste 3 m zijn.*



**Artikel 04: Coaches**.

a) De deelnemers mogen slechts door één coach geassisteerd worden. Deze **zit** tijdens de wedstrijd op de voorziene stoel aan de rand van de wedstrijdruimte.
b) Het is niet toegelaten om in gi te coachen.
c) Bij wangedrag naar de deelnemers, de scheidsrechters, het publiek of wie dan ook, kan de matscheidsrechter beslissen de coach te (laten) verwijderen voor deze wedstrijd.
d) Als het wangedrag niet stopt, kan de matscheidsrechter dit doen voor het hele tornooi.

**Artikel 05: Algemeenheden.**

a) In het Groundfight vechten twee deelnemers op een sportieve manier tegen elkaar volgens aangepaste ju-jitsureglementen.
b) Het Groundfight heeft tot doel een lichte competitievorm te zijn met een opzet naar het Fighting-System
c) Het Groundfight bevat grondtechnieken, houdgrepen, klemmen en verwurgingen.
d) Alle verwurgingen zijn toegestaan uitgezonderd verwurgingen met de hand / vingers / benen (zonder arm ertussen).
e) De vechttijd per wedstrijd bedraagt 1 ronde van 3 minuten. De matscheidsrechter, na raadpleging van de tafelscheidsrechter, bepaalt of de laatste handeling binnen de drie minuten plaatsvond.
f) Wanneer eenzelfde deelnemer meerdere wedstrijden onmiddellijk na elkaar moet betwisten, heeft hij recht op 3 minuten rusttijd tussen die wedstrijden OF 1 wedstrijd.

**Artikel 06: Materieel.**

a) De organisatie zorgt voor rode en blauwe gordels, scoretafels, scoreborden, lijsten en administratieve papieren, plaats en tafels voor de scheidsrechters en de technische commissie.
b) Het dragen van kruisbeschermer en/of borstbeschermer is niet toegelaten.

**Artikel 07: Gewichts- en leeftijdsklassen.**

De volgende leeftijdsklassen zijn van toepassing voor de jeugdcategorieën op nationale tornooien die gehouden worden onder het toezicht van de V.J.J.F. vzw.

| | |
|---|---|
| Duiveltjes (U8): | alle deelnemers, die niet ouder zijn dan 7 jaar op 31 december van het lopende jaar en die minstens 6 jaar worden in het lopende jaar. |
| Preminiemen (U10): | alle deelnemers, die niet ouder zijn dan 9 jaar op 31 december van het lopende jaar. |
| Miniemen (U12): | alle deelnemers, die niet ouder zijn dan 11 jaar op 31 december van het lopende jaar. |
| Kadetten (U14): | alle deelnemers, die niet ouder zijn dan 13 jaar op 31 december van het lopende jaar. |
| Kadetten (U16): | alle deelnemers, die niet ouder zijn dan 15 jaar op 31 december van het lopende jaar. |
| Beloften (U18): | alle deelnemers, die niet ouder zijn dan 17 jaar op 31 december van het lopende jaar. |
| Junioren (U21): | alle deelnemers, die niet ouder zijn dan 20 jaar op 31 december van het lopende jaar. |

De volgende gewichtsklassen zijn van toepassing op nationale tornooien die gehouden worden onder het toezicht van de V.J.J.F. vzw.

| | |
|---|---|
| Volwassenen dames: | - 49 kg, - 55 kg, - 62 kg, - 70 kg, + 70 kg. |
| Volwassenen heren | - 56 kg, - 62 kg, - 69 kg, - 77 kg, - 85 kg, - 94 kg, + 94 kg. |
| Junioren (U21) dames | - 49 kg, - 55 kg, - 62 kg, - 70 kg, + 70 kg. |
| Junioren (U21) heren | - 56 kg, - 62 kg, - 69 kg, - 77 kg, - 85 kg, - 94 kg, + 94 kg. |
| Beloften (U18) dames | - 40 kg, - 44 kg, - 48 kg, - 52 kg, - 57 kg, - 63 kg, - 70 kg, + 70 kg. |
| Beloften (U18) heren | - 46 kg, - 50 kg, - 55 kg, - 60 kg, - 66 kg, - 73 kg, - 81 kg, + 81 kg. |

Kadetten (U16) dames - 32 kg, - 36 kg, - 40 kg, - 44 kg, - 48 kg, - 52 kg, - 57 kg, - 63 kg, + 63 kg.
Kadetten (U16) heren - 40kg, - 44 kg, - 48 kg, - 52 kg, - 56 kg, - 62 kg, - 69 kg, - 77 kg, + 77 kg.
Kadetten (U14) dames -25 kg, -28 kg, -32 kg, -36 kg, -40 kg, -44 kg, -48 kg, -52 kg, -57kg, +57 kg.
Kadetten (U14) heren -32 kg, -36 kg, -40 kg, -44 kg, -48 kg, -52 kg, -56 kg, -62 kg, -62kg, -69kg, +69kg.
Miniemen (U12) dames -22 kg, -25 kg, -28 kg, -32 kg, -36 kg, -40 kg, -44 kg, -48 kg, +48 kg
Miniemen (U12) heren -25 kg, -28 kg, -32 kg, -36 kg, -40 kg, -44 kg, -48 kg, -52 kg, +52kg

Bij Duiveltjes (U8) en preminiemen (U10) ~~en miniemen (U12)~~ worden de deelnemers in poules verdeeld van maximaal 4 volgens stijgend gewicht, rekening houdend dat het gewichtsverschil tussen de lichtste en zwaarste deelnemer maximaal 10% is. Uitzonderingen kunnen enkel mits toestemming van de coaches van de deelnemers.
Gemengde categorieën (jongens en meisjes in dezelfde categorie) zijn toegestaan tot en met U12.
~~De beloften (U18) en junioren (U21) kampen volgens de reglementen voor de volwassenen, voor kadetten, miniemen en preminiemen zijn er aanpassingen aan de reglementen (zie bijlage 2).~~

De weging gebeurt in Short die tot boven de knieën komt en T-shirt.

**Artikel 08: Scheidsrechters.**

a) De matscheidsrechter (MS) die zich in de wedstrijdruimte bevindt, leidt de wedstrijd.
b) De tafelscheidsrechter (TS) is verantwoordelijk voor het secretariaat. Hij schrijft de punten op en zet deze op het digitale scorebord. Hij informeert tevens de MS over het verloop van de wedstrijdtijd, de osaekomi-tijd en de blessuretijd.

*Indien mogelijk, komen de scheidsrechters uit verschillende clubs.*

**Artikel 09: Secretariaat.**

a) Het secretariaat bevindt zich recht over de MS bij het begin van de wedstrijd.
b) Het secretariaat wordt gedaan door de tafelscheidsrechter, deze kan eventueel worden bijgestaan door een tafelmedewerker.

**Artikel 10: Wedstrijdverloop.**

a) De deelnemers staan met de gezichten naar elkaar toe gekeerd in het midden van het competitiegebied, op een afstand van ongeveer twee meter van elkaar. De deelnemer met de rode gordel, staat aan de rechterzijde van de MS. Op aangeven van de MS maken de deelnemers een staande groet, eerst naar de scheidsrechter en daarna naar elkaar.
b) Vervolgens gaan ze over naar de vertrekpositie: zittend op de rechterknie waarbij de linkerhandruggen elkaar raken. De rechterhand is op de rug.
c) Nadat de MS “Hajime” aangekondigd heeft, begint de wedstrijd.
d) Tijdens de wedstrijd is het toegestaan om maximaal 3 seconden op beide voeten te staan voor een eventuele overgang.
*Niet rechtstaan op teken van Hajime. Het rechtstaan op beide voeten is bedoeld om een kanteling uit te voeren of een overgang naar een techniek. Niet om extra kracht uit te oefenen.*
e) Aan het einde van de wedstrijd kondigt de MS de winnaar aan en geeft teken om staande te groeten: eerst naar elkaar en dan naar de scheidsrechter.

**Artikel 11: Toepassing van “Hajime”, “Matte”, “Sonomamma” en “Yoshi”.**

a) De MS kondigt “Hajime” aan om de wedstrijd te starten of te herstarten na “Matte”.
b) De MS kondigt “Matte” aan om de wedstrijd tijdelijk te stoppen in de volgende gevallen:
    1. Indien **beide** deelnemers volledig buiten de gevechtsruimte komen
    2. Indien één of beide deelnemers gewond, ziek of onwel wordt/worden.
    3. Indien één van de deelnemers niet zelf kan aftikken tijdens een verwurging of klem.
    4. Zodra de Osaekomi-tijd verstreken is.

5. In elk ander geval wanneer de MS dit nodig vindt (bvb. het in orde brengen van de Gi of het plegen van overleg).
6. Wanneer de wedstrijd ten einde is.

c) "Sonomamma" wordt aangekondigd als de MS de wedstrijd tijdelijk wil stoppen. Dit geschiedt door beide deelnemers gelijktijdig aan te tikken. In dat geval mogen de deelnemers niet meer bewegen. "Sonomamma" wordt aangekondigd in volgende gevallen:
   1. Om één of beide deelnemers een waarschuwing te geven.
   2. Om één of beide deelnemers een straf te geven.
   3. In elk ander geval dat de MS dit nodig acht.

d) Na "Sonomamma" gaan de deelnemers in exact dezelfde positie verder als op het moment dat de scheidsrechter "Sonomamma" aankondigde. Dit geschiedt doordat de MS beide deelnemers aanraakt en "Yoshi" aankondigt.

**Artikel 12: Punten.**

Scores moeten aangeduid worden door de matscheidsrechter. De volgende punten kunnen gegeven worden:

1. Klemmen en verwurgingen waarbij de deelnemer niet zelf kan aftikken en de MS zelf het gevecht moet stoppen door "Matte" aan te kondigen. (Ippon = 4 punten)
2. Verwurgingen, klemmen en houdgrepen met aftikken. (Ippon = 4 punten)
3. Een effectieve controle, aangekondigd als "Osaekomi", gedurende 15 seconden. (Ippon = 2 punten)
   *"Osaekomi" kan alleen aangekondigd worden als:*
      *1) De deelnemer onder controle op de mat ligt.*
      *2) De benen van Tori vrij zijn.*
      *3) Als Uke goed onder controle is en zich niet meer vrij kan bewegen.*
   *De Osaekomi-tijd loopt verder, zelfs indien:*
      *1) De deelnemer onder controle een been van Tori kan omstrengelen.*
      *2) De deelnemer onder controle op zijn buik, rug of zij kan verrollen.*
   *Wanneer beide lichamen zich volledig buiten de gevechtsruimte bevinden, wordt de Osaekomi-tijd gestopt door "Toketa".*
   *Sankaku Jime moet worden aangezet met één arm tussen de gekruiste benen.*

   *Sankaku Jime en Juji Gatame gelden als een houdgreep zolang er volledige controle is over Uke's bovenlichaam!*
   *Gestrekte beenklemmen met controle over Uke's bovenlichaam moeten ook als een Osaekomi aangezien worden. Wanneer Uke in staat is om zijn bovenlichaam te draaien, wordt "Toketa" aangekondigd!*

4. Een effectieve controle, aangekondigd als "Osaekomi", gedurende 10 sec. ( Waza-ari = 1 punt)
5. Een effectieve controle, aangekondigd als "Osaekomi", gedurende minder dan 10 sec. ( Voordeel)
   *(Ieder derde, zesde… voordeel voor een Osaekomi van minder dan 10 seconden, levert een waza-ari op!!)*
6. Bij het ontvangen van een derde voordeel, worden de 3 voordelen omgezet in een Waza-ari.

Een effectieve controle die in de drie minuten wedstrijdtijd wordt ingezet, mag tot het einde van de controle worden gemaakt (ook indien dan de daadwerkelijke wedstrijdtijd van drie minuten tijdens die Osaekomi verstrijkt). Als de controle verbroken wordt alvorens de 15 sec. zijn verstreken, kondigt de MS "Toketa" aan.

~~Wanneer men een tweede waza-ari scoort, wordt deze opgeteld bij de eerste en geldt dit samen als ippon.~~

**Artikel 13: Straffen.**

a) "**Licht verboden handelingen**" worden bestraft met "Shido" en de tegenstander krijgt **1 voordeel**. Vanaf de derde licht verboden handeling wordt de Shido elke keer een **waza-ari** voor de tegenstander!

Volgende acties worden als "licht verboden handelingen" beschouwd:

1) Wanneer één of beide deelnemers passief is/zijn of bij kleine technische fouten.
   *Passiviteit: - Eén of beide deelnemers doet/doen geen inspanning om punten te scoren.*
   *Als een deelnemer herhaaldelijk passief blijft (na daarvoor al straffen gekregen te hebben), kan hij met Chui bestraft worden. (Negeren van de instructies van de MS).*
2) Het opzettelijk buiten de veiligheidszone gaan.
3) Het opzettelijk de tegenstander buiten de veiligheidszone duwen.
4) Een verdere actie uitvoeren nadat er "Matte" of "Sonomamma" werd aangekondigd.
5) Het aanzetten van klemmen op vingers of tenen.
6) Met gestrekte benen rond de nieren van de tegenstander klemmen (Do Jime).
7) Een verwurging aanzetten met de handen / vingers / benen (zonder arm ertussen).
8) Wanneer een deelnemer onvoorbereid naar de mat komt en dit een oponthoud van de wedstrijd met zich meebrengt.
   *De straf wordt gegeven na de staande groet vooraleer de MS de wedstrijd start met "Hajime".*
9) Wanneer een deelnemer opzettelijk tijd verliest (bvb. door zijn Gi in orde te brengen, door zijn gordel af te doen enz.)
10) Wanneer een deelnemer langer dan 3 seconden op beide voeten staat.
11) Wanneer een deelnemer ogenblikkelijk op beide voeten staat bij het aankondigen van "Hajime".

b) "**Verboden handelingen**" worden bestraft met "Chui" en de tegenstrever krijgt 1 punt (1 Waza-ari).
Volgende acties worden als "verboden handelingen" beschouwd:
   1) Het negeren van de instructies van de MS.
   2) Het maken van onnodige opmerkingen, insinuaties en gebaren naar de tegenstrever, de scheidsrechters, het secretariaat of het publiek.

c) Twee verboden handelingen betekent verlies van de wedstrijd met "Hansokumake"

d) Volgende handelingen worden als "**zwaar verboden handelingen**" beschouwd:
   1) Een handeling toepassen die de tegenstander kan verwonden.
   2) Het maken van klemmen op de nek of de ruggengraat.
   3) Het maken van gedraaide knieklemmen of voetklemmen.

e) De eerste keer dat een deelnemer een zwaar verboden handeling maakt, wordt hij bestraft met "Hansokumake". Hij verliest de wedstrijd met 0 punten en de tegenstander krijgt 2 punten.

f) De tweede keer in het tornooi dat een deelnemer verliest met "Hansokumake" wordt hij gediskwalificeerd en van verdere deelname aan het tornooi uitgesloten.

g) Als een deelnemer onsportief gedrag vertoont na een kamp, kan het scheidsrechtersteam van de mat unaniem beslissen om die deelnemer voor de rest van het tornooi uit te sluiten. De scheidsrechters zullen de hoofdscheidsrechter van hun beslissing op de hoogte brengen. Daarna zal de tornooiverantwoordelijke (die zich bij deze beslissing moet neerleggen) gevraagd worden om die beslissing officieel aan te kondigen. De uitgesloten deelnemer verliest bijgevolg alle reeds gewonnen wedstrijden, inclusief medailles.

h) Als beide deelnemers met "Hansokumake" bestraft worden, wordt de wedstrijd overgedaan.

**Artikel 14: Uitslag van de wedstrijd.**

a) Een deelnemer kan een kamp voor het aflopen van de wedstrijdtijd winnen als hij 4 punten behaald heeft..

b) De deelnemer met het meeste aantal punten aan het einde van de wedstrijd, wint die wedstrijd.

c) Wanneer de deelnemers aan het einde van de wedstrijd hetzelfde aantal punten hebben gescoord (Hikiwake), wint diegene met de meeste voordelen.

d) Indien ook dat gelijk is, volgt onmiddellijk een extra ronde van **2 minuten**. De gescoorde punten en straffen blijven meetellen. Als er na de extra ronde nog steeds geen winnaar aangeduid kan worden, moet er een beslissing worden genomen door de scheidsrechter.
   *Wanneer hierdoor in een poulesysteem een gelijk aantal winnende wedstrijden voorkomt, wordt er naar de onderlinge wedstrijd gekeken voor het bepalen van de ranking. Dan pas naar het puntenverschil of totaal.*

**Artikel 15: Walk-over en Terugtrekking.**

a) De beslissing "Fushen Gashi" (winnaar door walk-over) wordt door de MS gegeven aan die deelnemer wiens tegenstreven niet komt opdagen. De winnaar krijgt 4 punten nadat de tegenstrever 3 keer werd opgeroepen in ten minste 3 minuten.
b) De beslissing "Kiken Gashi" (winnaar door terugtrekking) wordt door de MS gegeven aan die deelnemer wiens tegenstander zich terugtrekt tijdens de wedstrijd. De terugtrekkende deelnemer krijgt 0 punten en de winnaar krijgt 4 punten.

**Artikel 16: Blessure, ziekte of ongeval.**

a) In elk geval dat tijdens de wedstrijd één of beide deelnemers gewond raakt/raken en de wedstrijd wordt gestopt, staat de MS een maximumtijd van **2 minuten** voor herstel toe. De totale hersteltijd per deelnemer per wedstrijd bedraagt maximaal 2 minuten.
b) De blessuretijd start op bevel van de MS.
c) Indien één van de deelnemers de wedstrijd niet meer kan voortzetten, moet de MS de beslissing van winnen en verliezen nemen, rekening houdend met volgende gevallen.
    1) Indien de oorzaak van de blessure is toe te schrijven aan de verwonde deelnemer, verliest de verwonde deelnemer de wedstrijd met 0 punten en krijgt de tegenstrever 4 punten (Ippon).
    2) Indien de oorzaak van de blessure is toe te schrijven aan de niet-verwonde deelnemer, verliest de niet-verwonde deelnemer de wedstrijd met 0 punten en de verwonde deelnemer wint met 4 punten (Ippon).
    3) Indien het niet mogelijk is om de blessure aan één van de deelnemers toe te schrijven, wint de niet-verwonde deelnemer de wedstrijd met 4 punten (Ippon).
d) Wanneer een deelnemer onwel wordt tijdens de wedstrijd en niet in staat is de wedstrijd voort te zetten, verliest hij de wedstrijd met 0 punten en krijgt de winnaar 4 punten (Ippon).
e) Het is de officiële arts (of EHBO-verantwoordelijke) die beslist of de geblesseerde deelnemer de wedstrijd kan voortzetten of niet.
f) Wanneer een deelnemer het bewustzijn verliest of een black-out heeft, moet de wedstrijd gestopt worden en wordt die deelnemer van de rest van het tornooi uitgesloten.

~~**Artikel 17: Challenge**~~

~~a) Coaches kunnen een challenge vragen voor de beslissingen van de scheidsrechter.~~
~~*De coach staat recht en toont zijn coach accreditatie naar de scheidsrechter.*~~
~~*De scheidsrechter hoort de coach bij de eerstvolgende "Matte" of "Senomamma".*~~
~~b) Een challenge is enkel mogelijk wanneer een video scheidsrechter aanwezig is.~~
~~c) Een challenge gevraagd binnen de reguliere wedstrijdtijd, kan enkel acties challengen die uitgevoerd zijn gedurende de reguliere wedstrijdtijd.~~
~~d) Een challenge gevraagd binnen de toegevoegde tijd, kan enkel acties challengen die uitgevoerd zijn gedurende de toegevoegde wedstrijdtijd.~~
~~e) Indien de challenge positief is, wordt de beslissing aangepast en behoud de deelnemer de mogelijkheid een challenge te vragen.~~
~~f) Indien de challenge negatief is, verliest de deelnemer de challenge voor de rest van het tornooi. Een nieuwe challenge wordt toegekend bij een finale (goud) of kleine finale (brons).~~

## II. SLOTBEMERKINGEN.

**Artikel 20: Situaties die niet in de regels zijn beschreven.**

a) In elke situatie die niet door deze regels wordt gedekt, zal door de MS van de betreffende wedstrijd een beslissing worden genomen.
b) De TS heeft geen beslissingsrecht; hij kan alleen assisteren.

**Artikel 21: Geldigheid.**

Deze regels werden bekrachtigd door de scheidsrechterscommissie van de VJJF op 10 mei 2026 en treden in werking op 1 september 2026. Ze vervangen alle bestaande regels.

Editie mei 2026


| | | |
|---|---|---|
| door: | Leslie Ottoey | Lid wedstrijdcommissie, Technisch Directeur Yoshimi Jiu-Jitsu Rengoukai UBU |
| | Peter Thoon | Verantwoordelijke Groundfight Yoshimi Jiu-Jitsu Rengoukai UBU |
| | Benny Van Campenhout | Lid scheidsrechterscommissie, internationaal scheidsrechter World A, hoofdscheidsrechter Duo JJIF. |


Dit reglement werd opgesteld in samenwerking met de Yoshimi Jiu-Jitsu Rengoukai UBU en op basis van de wedstrijdreglementen Fighting System van de JJIF en BJJF.

# Bijlage 1 Overzicht straffen

| Licht verboden handelingen SHIDO | Verboden handelingen CHUI | Zwaar verboden handelingen HANSOKUMAKE |
|---|---|---|
| Passiviteit of kleine technische fouten. | Negeren van de instructies van de matscheidsrechter. | Een handeling toepassen die de tegenstander kan verwonden. |
| Opzettelijk buiten de veiligheidszone gaan. | Onnodige opmerkingen, insinuaties en gebaren. | Klemmen op nek of ruggengraat. |
| Opzettelijk de tegenstander buiten de veiligheidszone duwen. | | Gedraaide knieklemmen of voetklemmen. |
| Een verdere actie uitvoeren na "Matte" of "Sonomamma". | | |
| Klemmen op vingers of tenen. | | |
| Met gestrekte benen rond de nieren klemmen (Do Jime). | | |
| Verwurgen met handen/vingers. | | |
| Onvoorbereid naar de mat komen en zo de wedstrijd vertragen. | | |
| Opzettelijk tijdverlies. | | |
| Langer dan 3" op beide voeten staan. | | |
| Ogenblikkelijk rechtstaan bij "Hajime" | | 2 keer CHUI = HANSOKUMAKE |

# Bijlage 2 Aanpassingen Jeugd

1. **Verboden handelingen**

Naast de in bijlage 1 vermelde verboden handelingen zijn in de jeugdreeksen de volgende zaken verboden.

| Duiveltjes (U8), Preminiemen (U10), Miniemen (U12) | Kadetten (U14 & U16) |
|---|---|
| Klemmen **CHUI (ook bij controle)** (kansetsuwaza) | Klemmen die aangezet worden. **CHUI** |
| Verwurgingen (jime-waza) : **CHUI** | Verwurgingen die aangezet worden. **CHUI**<br>Het aantonen van klemmen en verwurgingen: **IPPON 4PT** |
| Het hoofd pakken zonder daarbij een arm in te sluiten (nekomwringingen) ; **CHUI** | |
| Driehoekscontroletechnieken met de benen (sankaku waza) : **CHUI** | |
| Samengevat : enkel houdgrepen zijn toegestaan | |

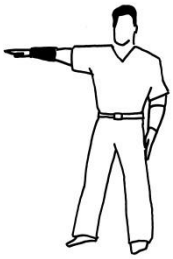
2. **Wedstrijdduur**

De wedstijdduur voor duiveltjes, preminiemen, miniemen en kadetten U 14 is **2 minuten** met een eventuele verlenging (bij gelijkstand).
De verlenging duurt **80 seconden** bij de duiveltjes, preminiemen, miniemen en kadetten U14.

## Bijlage 3 Verklarende woordenlijst

| | |
|---|---|
| Hajime | Start – Start algemene chrono |
| Matte | Stop – Stop algemene chrono |
| Sonomamma | Bevries – Stop algemene chrono |
| Yoshi | Ontdooi – Start algemene chrono |
| Osaekomi | Effectieve controle – Start Osaekomi chrono van desbetreffende kleur |
| Toketa | Controle verbroken – Stop Osaekomi chrono van desbetreffende kleur |
| Shido | Licht verboden handeling – Tegenstander krijgt voordeel |
| Chui | Verboden handeling – Tegenstander krijg Waza-ari |
| Hansokumake | Zwaar verboden handeling – Tegenstander krijgt 2 punten |
| Fushen Gashi | Winnaar door walk-over – Tegenstander krijgt 2 punten |
| Kiken Gashi | Winnaar door opgave – Tegenstander krijgt 2 punten |

## Bijlage 4 Signalen scheidsrechter

<table>
<tr>
<td> <br>Hajime<br>Beginnen van de wedstrijd:<br>De scheidsrechter staat tussen de kampers met beide handen naar voor. De handen worden weggetrokken en met een krachtige stem die autoriteit uitstraalt, wordt “Hajime” aangekondigd.</td>
<td> <br>Matte<br>Stoppen van de wedstrijden:<br>De scheidsrechter brengt een van de armen op schouderhoogte, ongeveer evenwijdig met de mat en richt de handpalm naar de tafel (vingers omhoog). Met een krachtige stem die autoriteit uitstraalt, kondigt hij “Matte” aan.</td>
</tr>
<tr>
<td> <br>Ippon<br>De scheidsrechter tilt de linkse of rechtse arm (afhankelijk of de score wordt gegeven aan rood of blauw), hoog boven het hoofd, met de handpalm voorwaarts gericht. Bij een ippon van 2 punten worden de wijs-en middenvinger gestrekt; bij een ippon van 4 punten de vier vingers.</td>
<td>  <br>Waza-ari<br>Eén punt:<br>De scheidsrechter tilt zijn linkse of rechtse arm op schouderhoogte (afhankelijk of de score wordt gegeven aan rood of blauw), met de handpalm naar de tatami gericht. Het signaal moet duidelijk zichtbaar zijn voor het secretariaat.</td>
</tr>
</table>

| | |
|---|---|
| <br>**Annuleren**<br>Ongedaan maken van een beslissing:<br>De scheidsrechter wuift enkele keren met een gestrekte arm boven het hoofd na het maken van een beslissing, die dan bij deze moet geannuleerd worden. Het signaal moet duidelijk gericht zijn naar de tafelscheidsrechter. | <br>**Passiviteit**<br>De scheidsrechter maakt met de voorarmen voor het lichaam horizontale draaibewegingen (“molentje”). |
| <br>**Buiten de gevechtszone gaan**<br>Met de hand horizontaal van binnen naar buiten bewegen. | <br>**Buiten duwen**<br>Beide handen vanaf de borst in strek brengen voor het lichaam. |
| <br>**In orde brengen van de Gi**<br>De scheidsrechter kruist beide open handen voor het lichaam en duidt dan aan welke deelnemer zijn Gi in orde moet brengen. | <br>**Onnodige opmerkingen**<br>De scheidsrechter plaatst zijn wijsvinger voor zijn mond. |
| <br>**Osae-komi**<br>De scheidsrechter toont met een gestrekte linker- of rechterarm aan de deelnemers dat de houdgreep start. Kondigt dit luid en duidelijk aan met “Osae-komi”. De arm blijft gestrekt gedurende de hele osae-komitijd | <br>**Toketa**<br>Einde van de controle op de grond:<br>De scheidsrechter wuift met de linker- of rechterarm (die van de osae-komi) enkele keren horizontaal boven de deelnemers en kondigt “Toketa” aan. De duim is naar boven gericht. |

**Penalty**

(Shido, Chui, Hansoku-make)

De scheidsrechter wijst met gestrekte wijsvinger en gebalde vuist naar de kamper die de fout krijgt en kondigt dan de respectieve fout aan.

**Negeren van de MS zijn instructies**

De scheidsrechter wijst met beide gestrekte wijsvingers en gebalde vuisten naar zijn twee oren.

**Hikiwake**

(Gelijke score)

De scheidsrechter kruist beide armen voor de borst, met gestrekte handen. De scheidsrechter zegt “Hikiwake”.

**Aanduiden van de winner**

De scheidsrechter wijst met de juiste arm naar de winnaar;. Hij brengt daarbij de gestrekte arm met open handpalm 45° omhoog en kondigt met krachtige stem “winner” en de respectieve kleur aan.

**Sonomama**

(“Bevriezen”)

De MS zal duidelijk met beide handen tikken op de rug van beide deelnemers terwijl ze vechten en kondigt luid en duidelijk “Sonomama” aan.

**Yoshi**

(“Ontdooi”)

Als de tijdelijke reden om de wedstrijd te bevriezen voorbij is, zal de MS opnieuw op beide ruggen van de deelnemers tikken en luid en duidelijk “Yoshi” aankondigen.

**Medische tijd**

De scheidsrechter vormt een “T” met beide handen.

**Tijd verliezen**

De scheidsrechter duidt zijn “polshorloge” aan met de wijsvinger en een gesloten vuist.

| | |
|---|---|
| | |
| **Verboden techniek**<br>Technieken die worden bestraft met een Shido waar geen ander symbool voor bestaat. De scheidsrechter geeft een slag met open hand op zijn voorarm. | **Voordeel**<br>De scheidsrechter tilt zijn arm tot een kleine hoek van 40° met de handpalm naar de tatami gericht. Dit met de respectieve kleur. Tijdens deze beweging zegt de scheidsrechter duidelijk ‘voordeel *kleur (rood of blauw)’.* |