

REGLES INTERNATIONALES DE L'EXPRESSION COMBAT JUJITSU (JJIF)

ARTICLE 1 - L'EXPRESSION COMBAT

Le système de combat est composé de 3 parties

Partie 1 : coups, coups de pieds et coups de poings

partie 2 : projections, amenées au sol, clés et étranglements

partie 3 : immobilisations, clés et étranglements

Le temps du combat est divisé en 2 périodes de 2 minutes chacune avec une pause de 1 minute entre les 2 rounds.

ARTICLE 2 - POIDS

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

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

ARTICLE 3 - SURFACE DE COMPETITION ET ORGANISATION

- a. La surface de compétition pour chaque match doit être de 8x8 mètres plus 1 mètre de zone de danger et 1 mètre de zone de sécurité. La surface sera dans sa totalité de 12x12 mètres.
- b. La surface entière devra être recouverte avec un tatami de judo, jujitsu. la couleur de la surface de danger devra être différente des autres zones de la surface de compétition.
- c. L'organisateur de la compétition devra prévoir :
Chronomètres, ceintures des compétiteurs (1 rouge et 1 blanche par surface de compétition), brassards rouge et blanc pour les arbitres, liste et papiers administratifs, premiers secours (ambulance), docteur, tableaux de marquage des scores et emplacement pour les différents arbitres et la commission technique.
- d. La table du secrétariat devra être composée d'un minimum de 4 personnes, incluant au moins 1 arbitre qualifié. pendant les finales, il peut y avoir 2 arbitres de table si le nombre d'arbitres l'autorise.

ARTICLE 4 - TENUE DES COMPETITEURS

Les compétiteurs devront porter un judogi de bonne qualité qui devra être propre et en bon état. Les compétiteurs porteront une ceinture rouge ou blanche.

Le judogi devra être comme suit :

- a. La veste devra être assez longue pour couvrir les hanches et être attachée autour de la taille par la ceinture.
- b. Les manches devront être assez larges pour être saisies et assez longue pour couvrir la moitié de l'avant-bras mais pas le poignet.
- c. Le pantalon devra être assez large et assez long pour couvrir la moitié du tibia.

La ceinture doit être attachée avec un noeud suffisamment serré pour tenir correctement la veste et assez longue pour

- d. faire deux fois le tour du corps et laisser 15 cm de chaque côté du noeud.
- e. Les compétitrices doivent porter un tee-shirt blanc sous leur judogi. Les compétiteurs n'y sont pas autorisés.
- f. Les compétiteurs doivent porter des protections de mains souples, courtes et légères et sont autorisés à porter des protège-tibias souples, une coquille et un protège dents. Les compétitrices pourront porter un protège poitrine.

ARTICLE 5 - CONDITIONS PERSONNELLES REQUISES

Les compétiteurs doivent avoir les ongles des pieds et des mains taillés courts et ne doivent rien porter qui puisse blesser ou mettre en danger l'adversaire.

Un compétiteur qui a besoin de porter des lunettes pourra seulement porter des lentilles de contact à ses risques et périls.

ARTICLE 6 POSITION AU DEBUT ET À LA FIN DU COMBAT

- a. Les compétiteurs se feront face au centre de la zone de combat et approximativement à 2 mètres l'un de l'autre.
- b. Au début du combat, les compétiteurs salueront d'abord l'arbitre central puis se salueront.
- c. A la fin du combat, les compétiteurs se salueront d'abord puis salueront l'arbitre central.

ARTICLE 7 - DEROULEMENT DU COMBAT

- a. Le combat commence avec la partie 1 et les compétiteurs se font face au départ à 2 mètres
- b. Dès qu'il y a contact entre les compétiteurs (par saisie de l'adversaire), la partie 2 commence, et à cet instant les coups sont autorisés seulement s'ils

sont effectués simultanément avec la saisie (par le même combattant ou par l'autre). Après le début de la partie 2, les coups ne sont plus autorisés.

- c. Maintenant les compétiteurs continuent dans la partie 2.
- d. Dès qu'un des combattants est amené à terre ou projeté au sol, le combat continue en partie 3.
- e. Si le contact est perdu dans la partie 2 ou 3, les compétiteurs continuent le combat dans la partie 1.
- f. Dans la 1ère partie, si un compétiteur se précipite vers son adversaire sans faire d'acte technique, ou s'il se met en danger (mobobe), une pénalité sera être donnée et le match continuera en partie 1.
- g. Les compétiteurs sont autorisés à rester dans la zone de danger pendant un très court moment (5 secondes).
- h. Les projections qui commencent dans la surface de compétition sont autorisées même si l'adversaire est projeté dans la surface de danger ou de sécurité, tant que cette projection ne présente aucun risque pour celui qui chute.

ARTICLE 8 - JUGE ET ARBITRE

Le combat devra être conduit par l'arbitre du tapis et les arbitres de côtés. Ces 3 arbitres devront être de pays différents de ceux des combattants (ainsi que l'arbitre de table).

ARTICLE 9 - POSITION ET FONCTION DE L'ARBITRE CENTRAL

L'arbitre central devra rester à l'intérieur de la surface de compétition et a la responsabilité de la conduite du combat.

ARTICLE 10 - POSITION ET FONCTION DES ARBITRES LATÉRAUX

Les arbitres latéraux assistent l'arbitre central et devront être situés en dehors de la surface de danger. Ils se placeront d'un côté de la surface de compétition où ils pourront suivre à tout moment le match du mieux possible.

ARTICLE 11 - APPLICATION DES SCORES ET DES PENALITES

- a. Les scores et les pénalités doivent être marqués par la majorité des arbitres du combat, c'est à dire au moins 2 sur les 3 arbitres.
- b. Si les 3 arbitres donnent un score différent, c'est le score intermédiaire qui est retenu.
- c. Si un des arbitres n'a pu voir l'action, le score le plus bas des 2 arbitres restants sera retenu.

ARTICLE 12 - APPLICATION DE "HAJIME" ET "MATTE"

- a. L'arbitre central annonce Hajime pour commencer le combat.
- b. L'arbitre central annonce Matte pour arrêter temporairement dans les cas suivants :
 - 1- Quand un ou les deux combattants sortent de la surface de compétition.
 - 2- Quand un ou les deux combattants ont commis un acte défendu.
 - 3- Quand un ou les deux combattants sont blessés ou malades.
 - 4- Dans les autres cas, où l'arbitre central le juge nécessaire.
 - 5- Dans les autres cas, où les arbitres latéraux le jugent nécessaire et pour ce faire, ils tapent dans leurs mains.
 - 6- Chaque fois que le contact est perdu en partie 2 ou 3.
 - 7- Pour arrêter le combat, lors d'une strangulation ou d'une clé si le compétiteur lui-même ne peut taper pour abandonner, dans ce cas, 2 ou 3 points sont attribués à l'autre combattant. (voir article 13)
 - 8- Quand le temps du Oasekomi est terminé.
- c. A chaque fois que l'arbitre central annonce Matte, le temps s'arrête.

ARTICLE 13 - POINTS

Les points sont inscrits par un secrétaire de table par surface de combat.

- a. Les points suivants pourront être donnés dans la partie 1 :
 - 1- Un coup en bon équilibre et contrôlé : 2 points
 - 2- Un coup partiellement bloqué : 1 point
- b. Les points suivants pourront être donnés dans la partie 2 :
 - 1- Une projection parfaite: 2 points
 - 2- Une amenée au sol parfaite : 2 points
 - 3- Un étranglement avec abandon : 2 points
 - 4- Une clé avec abandon: 2 points
 - 5- Une projection imparfaite: 1 point
 - 6- Une amenée au sol imparfaite: 1 point
- c. Les points suivants pourront être donnés dans la partie 3: (Techniques au sol, clés et étranglements)
 - 1- Un contrôle efficace, annoncé comme Osaekomi de 20 secondes (le combattant ne peut se libérer).
10 sec = 1 point
20 sec = 2 points
 - 2- Un étranglement avec abandon: 3 points
 - 3- Une clé avec abandon: 3 points
 - 4- Un Osaekomi avec abandon: 3 points
- d. Un contrôle efficace commencé dans le temps de combat d'une période est autorisé à être continué jusqu'au temps d'expiration (même après le temps réglementaire).
- e. La "cible" du corps va de l'extrémité de la gorge jusqu'à l'aîne.
- f. Tous les étranglements sont permis sauf ceux exécutés uniquement avec les mains nues.

- g. Un acte technique est valable quand le compétiteur exécute celui-ci avec un bon équilibre et une combinaison contrôlée avant d'aller dans la partie suivante.

ARTICLE 14 - CONCLUSION DU COMBAT

- a. Un compétiteur peut gagner le match avant la fin du temps de combat s'il a obtenu 1 Ippon respectivement dans les 3 parties (3 Ippons).
- b. S'il y a 14 points ou plus, de différence entre les compétiteurs à la fin du 1ère période, le match s'arrête.
- c. Le compétiteur qui a le plus de points à la fin du combat est vainqueur.
- d. Si les compétiteurs ont le même nombre de points à la fin du combat, le compétiteur qui a marqué le plus de Ippon gagne le combat.
- e. S'il y a égalité de Ippon, les compétiteurs exécutent une nouvelle période de 2 minutes jusqu'à détermination du vainqueur par points. Cette procédure pourra être répétée.

ARTICLE 15 - APPLICATION DE "SONOMAMA" ET "YOSHI"

Sonomama peut-être utilisé par l'arbitre central pour stopper les compétiteurs temporairement.

- a. Pour donner un avertissement pour passivité à l'un ou l'autre des compétiteurs.
- b. Pour donner au compétiteur une pénalité.
- c. Dans les autres cas où l'arbitre le juge nécessaire.

Après Sonomama, les compétiteurs recommencent exactement dans la position où ils étaient quand l'arbitre a annoncé Sonomama.

Pour faire repartir le combat, l'arbitre annonce Yoshi.

ARTICLE 16 - ACTES INTERDITS LEGERS >>> SHIDO

- a. Si un ou les deux compétiteurs montrent de la passivité ou commettent un acte mineur interdit.
- b. Sortir délibérément de la surface de danger avec le corps entier (les 2 pieds) en dehors de la ligne.
- c. Donner volontairement des coups dans la partie 2 quand l'un ou l'autre des compétiteurs a établi la saisie.
- d. Faire une action après l'annonce de Matte.
- e. Donner des coups au niveau des jambes.

- f. Donner des coups au compétiteur lorsqu'il est à terre.
- g. Faire des clés ou torsions, sur les doigts de pieds ou de mains.

Faire un ciseau autour des hanches.

ARTICLE 17 - ACTES INTERDITS ==> CHUI

- a. Le compétiteur commet un acte interdit léger pour la 2ème fois.
- b. Faire des attaques, pieds, poings, poussées qui touchent le corps de l'adversaire violemment.
- c. Pousser ou projeter intentionnellement l'adversaire en dehors de la zone de danger.
- d. Ne pas tenir compte des instructions de l'arbitre.
- e. Faire des remarques, des gestes ou des appels inutiles à l'adversaire ou aux arbitres.
- f. Faire intentionnellement une action sans contrôle.
- g. Effectuer des coups de pied et des coups de poing directs à la tête.

ARTICLE 18 ACTES INTERDITS GRAVES ==>HANSOKU MAKE

- a. Faire une action pouvant blesser l'adversaire.
- b. Projeter ou essayer de projeter l'adversaire avec n'importe quelle clé ou étranglement ou faire n'importe quelle clé en mouvement sur la nuque ou sur la colonne vertébrale.
- c. Faire n'importe quelle clé sur la nuque.

ARTICLE 19 - PENALITES

- a. Acte interdit léger = Shido 1 point pour l'adversaire
- b. Acte interdit = chui 2 points pour l'adversaire
- c. Acte interdit léger + acte interdit = keikoku 3 points pour l'adversaire
chui (=2 pts) + Shido (= 1 pt) = keikoku (= 3 pts)
- d. 2 actes interdits = Hansoku make (perte du match)
Le vainqueur marque 14 points, le perdant 0 points.
- e. Si un compétiteur gagne 3 points suite à une faute de l'adversaire, ces points sont automatiquement comptabilisés comme un Ippon et dans la partie ou l'adversaire a été sanctionné en dernier.

- f. La première fois qu'un compétiteur fait un acte sévèrement défendu, il perd le combat avec 0 point et l'opposant marque 14 points.
- g. La deuxième fois, il est expulsé pour le reste du championnat.

ARTICLE 20 - FORFAIT

- a. La décision de Fusen-gachi (vainqueur par forfait) sera donnée au combattant dont l'adversaire ne se sera pas présenté pour le combat (le vainqueur marque 14 points).

La décision de Kiken-gachi (vainqueur par désistement) sera donnée au combattant dont l'adversaire se sera retiré

- b. durant le match.
- c. Dans ce cas, le vainqueur marque 14 points et l'autre 0 point.
- d. Si le docteur déclare qu'un compétiteur ne peut reprendre le combat, il est forfait pour le reste du championnat.

ARTICLE 21 - BLESSURE, MALADIE OU ACCIDENT

- a. Dans tous les cas où la compétition est stoppée pour blessure de l'un ou l'autre des combattants, les arbitres autorisent un maximum de 5 minutes pour le blessé (5 minutes en tout par combattant et pour le match).
- b. La décision de vainqueur ou vaincu quand un combattant est incapable de continuer le combat suite à blessure, maladie ou accident, pourra être donné par les arbitres dans les cas suivants :
- c. blessure :
 - 1- Quand la cause de la blessure est attribuée au blessé, le blessé perd avec 0 point et le vainqueur marque 14 points.
 - 2- Quand la cause de la blessure est attribuée au non blessé, le non blessé perd et le blessé marque 14 points, ou garde le score actuel s'il est supérieur à 14.
 - 3- Quand il est impossible d'attribuer la faute de la blessure, à l'un ou à l'autre, le non blessé gagne le match avec ses points et le blessé perd avec 0 point.
 - 4- Seul le docteur décide si le combattant peut continuer ou pas.
- d. Maladie :

Généralement quand un combattant est malade ou ne peut continuer le combat, il perd avec 0 point et l'autre marque 14 points ou garde le score actuel s'il est supérieur à 14.

ARTICLE 22 - COMPETITIONS PAR EQUIPES

Les compétitions par équipes sont possibles et les règles sont les mêmes qu'en individuel.

ARTICLE 23 - REMPLACANTS DANS LES COMPETITIONS PAR EQUIPES

- a. Il est possible de remplacer les combattants blessés ou malades.
- b. Les remplaçants doivent être dans la même catégorie de poids ou dans une catégorie inférieure à celui qui doit être remplacé.
- c. Les remplaçants ne peuvent pas prendre la place d'un disqualifié.
- d. Les remplaçants doivent être annoncés et pesés en même temps que les titulaires.

ARTICLE 24 - SITUATIONS NON COUVERTES PAR LE REGLEMENT

Toutes les situations non couvertes par le règlement devront être réglées par les arbitres du combat en question, qui prendront ensemble une décision.

Présentation générale

Le Fighting System est une compétition de Jujitsu, où 2 combattants s'opposent sur un tatami, avec des règles très strictes afin d'éviter les blessures.

Ce type de compétition n'est actuellement pratiqué qu'au niveau international.

La FFJDA prépare les athlètes pour participer aux championnats internationaux, mais ne développe pas ce mode d'expression sur le territoire national.

La France est d'ailleurs très bonne dans ces compétitions. De plus en plus d'open de jujitsu proposent ce type de compétition.

Le combat se déroule en deux rounds de deux minutes séparés par une pause d'une minute. Pour un judoka, cela peut paraître court mais en fait le fighting est très exigeant physiquement. Comme en judo, les deux minutes sont deux minutes de combat réels : il y a arrêt du chronomètre lors de l'interruption du combat (par exemple pour permettre aux combattants de revenir au centre de la surface de combat après un "mate" de l'arbitre).

Les jujitsukas s'affrontent en kimono avec :

- des protèges tibia avec une protection de dessus du pied,
- des mitaines avec protections du dessus de la main,
- une coquille,
- éventuellement un protège dents.

L'affrontement se déroule en trois parties :

- partie 1 : les atemis
- partie 2 : les projections
- partie 3 : le sol

Ces trois parties sont effectuées tour à tour tout au long des deux rounds. Chacune des parties doit être exécutée : ainsi il n'est pas possible de directement saisir pour projeter sans avoir préalablement échangé quelques atemis.

A chaque "mate" de l'arbitre, le combat reprend dans la partie 1.

Partie 1 : les atemis

L'affrontement commence ou recommence toujours par cette partie. Dans celle ci, les deux combattants échangent des atemis en pieds/poings. Le but est de porter un atemi à son opposant pour marquer des points. Le combattant frappé doit tout faire pour éviter l'atemi avec une parade ou une esquive.

Les coups portés doivent obligatoirement être contrôlés et particulièrement ceux donnés au visage qui ne doivent en aucun cas toucher.

Il y a deux grandes restrictions :

- les coups directs au visage portés avec les bras ou les jambes sont interdits : donc pas de oi Tsuki, teisho, mae geri ou Yoko geri au visage. Par contre, sont autorisés les coups circulaires : Shuto, ura Uchi, Uchi oroshi, Mawashi geri, ura Mawashi geri, ushiro ura Mawashi geri ... sans contact
- hormis au visage, les atemis doivent être portés sur le corps. Les atemis en dessous de la ceinture sont interdits : pas de low kick, gedan geri ... Les balayages sont tolérés. Les atemis sur les bras ne comptent pas.

Seul les atemis "armer/frapper/revenir en garde " permettent d'obtenir des points. Ainsi, une succession de coups portés n'importe comment en avançant sur son adversaire ne donne aucun point.

Selon la règle ci-dessus déterminant les atemis gagnants, il est possible d'enchaîner des atemis mais uniquement dans le but de faire réagir son adversaire pour finir avec un atemi qui donnera des points.

Les atemis portés avec le coude ou la tête sont interdits. Il est interdit de saisir et de porter un atemi en même temps. Le hard contact est interdit.

Tous les atemis interdits sont sanctionnés par une pénalité pouvant aller jusqu'à la disqualification (Hansoku make).

Partie 2 : les projections

On entre dans cette partie dès qu'une saisie est installée. A ce moment, les atemis sont interdits.

Dans cette partie, nous retrouvons tout ce qui ce fait en judo excepté que les projections sur le ventre donnent des points au même titre que celles sur le dos.

Les étranglements et les clés de bras sont autorisés pour faire abandonner son adversaire et ainsi obtenir un ippon dans cette partie.

Comme en judo, les projections dangereuses pour celui qui porte ou subit la projection sont interdites.

Partie 3 : le sol

Cette partie est certainement la plus novatrice car elle est très complète à tel point qu'il n'y a que très peu de situation de défense.

Cette partie autorise tout ce qu'il est possible de faire en judo : les immobilisations, les clés de bras et les étranglements. Une petite exception concerne la sortie des immobilisations : en judo, lors d'une immobilisation, l'accrochage d'une jambe permet de sortir de l'immobilisation (toketa). En jujitsu, l'immobilisation se poursuit.

Mais cette partie autorise aussi un nombre important de techniques qui permettent d'obtenir plus "rapidement" et/ou "facilement" des points :

- les clés d'épaules et surtout de poignets qui sont faciles à porter
- les clés de jambes et de chevilles qui sont redoutables
- les immobilisations sur le ventre qui sont très efficaces

Toutes ces techniques élargissent les possibilités d'attaques mais imposent aussi d'être vigilant à quasiment toutes les parties de son corps et notamment aux poignets et aux jambes où une clé peut rapidement être portée. Il faut aussi "oublier" les positions de défense du judo qui consistent à se mettre à plat ventre (beaucoup de judokas débutants en fighting se font avoir ainsi bêtement) ou à se mettre en position quadrupédique (on s'expose à une clé de jambe).

Les clés de cou et de doigts (de mains ou de pieds) sont interdites.

Les atemis sont bien sûr interdits.

Le tableau ci-dessous résume pour chacune des parties les marques ainsi que leurs points et leurs conditions d'obtention :

Partie	Marque	Points	Conditions d'obtention
atemi	Waza ari	1 points	un coup direct au corps ou indirect au visage avec vitesse, équilibre et contrôle mais partiellement bloqué
	Ippon	2 points	un coup direct au corps ou indirect au visage sans blocage avec vitesse, équilibre et contrôle
projection	Waza ari	1 points	une projection imparfaite
	Ippon	2 points	projection avec force vitesse et précision sur le dos ou le ventre ou un étranglement ou une clé avec abandon
sol	Waza ari	1 points	une immobilisation tenue au moins 10 secondes
	Ippon	2 points	une immobilisation tenue au moins 20 secondes
		3 points	abandon de l'adversaire sur une clé ou un étranglement

Les conditions de victoire

Le vainqueur est le premier combattant qui obtient un ippon dans chacune des trois parties durant les deux rounds. Ces ippons ne sont pas obligatoirement consécutifs.

Une autre condition de victoire permet de déclarer vainqueur un combattant qui aurait 14 points de plus de son adversaire à la fin du premier round.

Si aucun des deux combattants n'a réussi à obtenir les trois ippons alors le vainqueur est celui qui a obtenu le plus grand nombre de points. En cas d'égalité sur le nombre de points, c'est celui qui a obtenu le grand nombre d'ippon toutes partis confondus qui l'emporte. En cas d'égalité sur le nombre de ippon, un nouveau round est disputé pour départager les deux combattants.