



# FEDERAÇÃO PAULISTA DE JUDÔ

Rua Airosa Galvão, 45 – Fone (11) 3862-0749 e Fax (11) 3673-0497  
CNPJ nº62.348.875/0001-36 – SÃO PAULO – CEP 05002-062  
ENTIDADE OFICIAL – FUNDADA EM 17 DE ABRIL DE 1958  
[www.fpj.com.br](http://www.fpj.com.br) e-mail fpj@fpj.com.br



Esse documento descreve as principais resoluções, mudanças e atualizações apresentadas no Credenciamento de Técnicos realizado em fevereiro de 2013, no auditório principal do Sindicato dos Metalúrgicos de São Paulo – Palácio do rabalhador, no tradicional bairro da Liberdade, que reuniu aproximadamente oitocentos técnicos do Estado de São Paulo.

## CRENCIAMENTO TÉCNICO FPJ 2013

### Procedimento dos Técnicos

1. O técnico deve permanecer sentado em todo o tempo da luta em estiver atuando.
2. O técnico poderá orientar o seu atleta somente no intervalo entre o matte e o hajime.
3. É vetado ao técnico realizar gestos de arbitragem, e “cantar” pontuações.
4. Na segunda advertência, o técnico será convidado a se retirar da cadeira de onde estiver atuando.
5. É permitido somente a presença de um técnico em cada área para o mesmo competidor.

### Judogui

1. O judogui precisa ser limpo, sem manchas, rasgos, remendos e cheiro forte.
2. As tonalidades do casaco e da calça precisam ser iguais.
3. Para verificar se o comprimento do casaco está com medida prevista em regra, o competidor abaixa os braços ao longo do corpo com as mãos fechadas. O casaco deve atingir a mesma altura ou passar das mãos.
4. A calça deve ter uma folga de 10 a 15 centímetros desde a boca até a metade da coxa.
5. A faixa deve ter após o nó uma sobra de no mínimo 20 centímetros e no máximo de 30 centímetros.
6. A gola deve ter no máximo 5 centímetros de largura e no máximo 1 centímetro de espessura. Ao passar o sokuteiki o mesmo deve deslizar facilmente pela gola.
7. Ao introduzir o sokuteiki na manga o mesmo deve deslizar facilmente e não forçadamente.



8. É critério da arbitragem, verificar ou não as medidas do judogui do competidor oponente por solicitação do técnico ou do competidor. A solicitação poderá ser aceita ou não, enquanto o competidor ainda não estiver na área de combate. Não se fará verificação de judogui quando o combate já tiver iniciado.
9. As competidoras usarão sob o casaco uma camiseta ou colant, sem decote, de cor branca, sem estampas. É proibido o uso de camiseta com “gola olímpica” (gola alta). É proibido também o uso de camiseta com mangas longas.
10. É proibido o uso de judogui dupla face.
11. Não é permitido competir com patch de outra competição.
12. Não há proibição de competir com unhas pintadas.
13. É proibido competir com protetor de dentes, a não ser que seja flexível.
14. É proibido competir com o judogui manchado de sangue.
15. Nas costas do casaco poderá ter uma marca comercial de no máximo 20 centímetros por 30 centímetros. Na mesma área pode haver duas marcas comerciais diferentes.. Poderão ser colocadas nas duas mangas e no peitoral direito etiquetas de no máximo 10 por 10 centímetros. No peitoral esquerdo somente logos de clubes, federação ou do país. A faixa que desce desde o ombro até o braço deve ter no máximo a largura de 5 centímetros. O nome do competidor pode ser colocado na parte inferior do casaco no máximo com 03 centímetros de altura ou nas costas abaixo da gola, com no máximo 7 centímetros de altura. Na faixa poderá ter o nome do atleta em uma das pontas. A calça, azul ou branca não deverá apresentar listras ao longo do comprimento.
16. O competidor poderá usar um protetor de ombros mesmo que seja de cor negra. Poderá usar uma calça justa sob a calça normal, desde que não fique aparente.
17. Durante o combate não poderão serem colocados, faixas, joelheiras, tornozeleiras etc. Se durante o combate um dessas peças ficarem soltas, deverão ser retiradas. Poderá ser colocada uma faixa protetora em caso de sangramento.
18. O competidor que comparecer à área de combate com o judogui sem obedecer os critérios acima será desclassificado com Hansoku-make. Nessas condições, o competidor poderá voltar na competição com o judogui adequado.

### **Shidô**

Serão passíveis de receberem Shidô as seguintes ações:

1. Executar uma pegada do mesmo lado ou cruzada sem atacar imediatamente.
2. Executar o “abraço de urso” diretamente.



3. Segurar na faixa (em tati waza) e não atacar imediatamente.
4. Forçar o oponente a abaixar-se e não atacar imediatamente.
5. Desfazer a pegada do oponente usando as duas mãos.
6. Desfazer a pegada do oponente usando o joelho.
7. Desfazer a pegada do oponente segurando na própria calça e puxando a perna.
8. Desfazer a pegada do oponente batendo com a mão.
9. Sair da área de combate sem realizar o kumi-kata.
10. Manter uma postura exageradamente defensiva.
11. Golpear seguidamente com os pés sem intenção de projetar.
12. Não fazer o kumikata imediatamente.
13. Impedir o oponente de fazer o kumikata segurando a própria gola ou girando o tronco mantendo o braço longe do oponente.
14. Executar uma ação simulando uma técnica porém sem a intenção de projetar.
15. Sair seguidamente da área de combate para provocar o matte.
16. Desarrumar o judogui, desfazer o nó da faixa sem autorização do árbitro.
17. Provocar o entrelaçamento dos dedos no kumikata.
18. Fazer um kumikata fechando a boca da manga do oponente.
19. Passar seguidamente a cabeça por baixo do braço do oponente para fugir ao kumikata.
20. Em ne-waza torcer um ou mais dedos do oponente.
21. Em ne-waza colocar a mão, pé ou perna diretamente no rosto do oponente.
22. Em ne-waza apertar com as pernas o tronco ou o pescoço do oponente, a não ser que esteja aplicando "sankaku".
23. Segurar na boca da manga ou da calça do oponente.
24. Aplicar shime-waza usando o próprio judogui ou faixa.
25. Aplicar shime-waza usando diretamente os dedos na garganta.
26. Segurar no punho ou braço do oponente para impedir o kumikata.
27. Manter os braços rígidos para impedir a ação do oponente.
28. Ajoelhar-se para fugir à iniciativa do oponente.
29. Manter por algum tempo sem realizar um ataque (de 20 a 25 segundos).
30. Deitar-se sem a aplicação de uma técnica para levar a luta ao solo.



### **Hansoku-make**

Serão punidos com hansoku-make as seguintes ações:

1. Estando sentado nas costas do oponente, puxá-lo pela gola, torcendo a sua coluna vertebral.
2. Golpear a perna de apoio do oponente quando este estiver aplicando uma técnica como harai-goshi e projeta-lo à frente.
3. Levantar o oponente que está deitado de costas ao solo e bater com exagerada força ao tatami.
4. Aplicar waki-gatame sem dar tempo para que o oponente faça uma defesa.
5. Mergulhar diretamente de cabeça ao solo para aplicar uma técnica como uchi-mata.
6. Aplicar kawazu-gake. Técnica que consiste em enrolar a perna do oponente com a sua perna e jogar-se para trás.

Todas essas ações são “proibidas” e colocam em risco a integridade física. O competidor que praticar qualquer uma dessas ações receberá o hansoku-make e estará impedido de seguir avante na competição, com exceção do item número 5.

A partir de 2013 todos os ataques realizados abaixo da cintura serão punidos com hansoku-make, mesmo sendo kaeshi-waza ou renraku-henka-waza.

Igualmente serão punidos com hansoku-make os bloqueios abaixo da cintura.

Em ambos os casos os competidores assim punidos poderão seguir em outra fase da competição.

### **Atendimento Médico**

A decisão de chamar ou não o médico para um atendimento é da arbitragem. A arbitragem chamará o médico quando em sua opinião houve algo grave, por exemplo, fratura, luxação, traumatismo craniano, lesão na coluna vertebral ou cervical ou em outras situações de natureza muito grave. O competidor será desclassificado quando ele, o seu técnico ou médico solicitarem o atendimento médico.

Todo sangramento deve ser estancado sem uso de medicamentos. É proibido o uso de gelo. O competidor será desclassificado quando houver necessidade de um terceiro



atendimento para se estancar o sangramento no mesmo local, ou se o mesmo necessitar de um tempo muito prolongado.

É proibido ao médico manipular qualquer parte do competidor. Ele deve somente tocar ou apalpar. Havendo a manipulação o atleta será desclassificado.

Ocorrendo vômito, o competidor será desclassificado, mesmo estando fora da área de combate. Se o vômito ocorrer após o “soremade” não deverá ser levado em consideração.

### **Etiqueta**

É obrigatório aos competidores executarem os cumprimentos corretamente. Os mesmos devem ser orientados em seus clubes e academias a maneira correta do cumprimento, por exemplo, ao final do combate, após o árbitro ter indicado o vencedor, os competidores devem dar um passo para trás e só depois disso efetuarem o *ritsurei*. Após o cumprimento é recomendável que os competidores não deem as mãos ou deem soquinho um ao outro. Nós não devemos imitar outras modalidades.

Em respeito ao oponente e para adotar uma atitude condigna do judoca, a comemoração após a vitória deve ser discreta. Evitem-se ações e atitudes demasiadamente agitadas, impróprias ao espírito do judô.

## **ALTERAÇÕES PARA 2013**

### **Pegadas e Agarres**

Não é permitido desfazer a pegada com as duas mãos, usando a perna, batendo com a mão ou segurando na calça e puxando para trás. Em todas estas situações o atleta será punido com *shidô*. Ao se fazer uma pegada regulamentada (mesmo lado, na faixa ou cruzada) o atleta deverá atacar imediatamente, caso não o faça, será punido com *shidô*.

Quando o atleta fizer o “abraço de urso” (segurando de qualquer forma, por cima ou por baixo dos braços) será punido imediatamente com *shidô* (já na primeira ação). Caso ocorra a pegada de pelo menos uma mão antes, a ação será válida.

Qualquer ação de pegar ou apoiar abaixo da faixa será punido com *hansoku-make*.  
Pegada na perna somente em *ne-waza*



Em caso de pegada de perna em kaeshi-waza( por parte do uke) e a projeção for pontuada com ippon, permanece a marcação. Caso a pontuação for waza-ari, yuko ou nenhuma marcação, o uke será punido com hansoku-make.

**YUKO** – Quando cair com o braço recolhido para dentro ou com o braço ao longo do tronco, deverá ser pontuado. Quando cair com o braço aberto para fora do tronco, não será pontuado, mesmo que o atleta caia em lateralidade.

**SHIDÔ** – Ao final do tempo regulamentar do combate, caso os dois competidores estejam em igualdade de pontuação, quem tiver mais shidôs, perderá o combate. Qualquer pontuação prevalecerá sobre qualquer número de shidôs. ( A técnica deve prevalecer sobre a punição). O shidô não se transformará mais em pontualidade. Serão marcados no placar Shidô 1, Shidô 2, Shidô 3. No 4º shidô, hansoku-make

**WAZA-ARI/IPPON** – Para pontuação de ippon a projeção deve ter um grande impacto e amplamente sobre as costas. Em qualquer situação em que não houver grande impacto e a projeção tiver mais de um tempo, deve ser marcado waza-ari. Força, velocidade e controle.

**PONTE** – Qualquer ação de ponte deve ser marcado ippon (não existe ponte com a marcação de waza-ari ou yuko).

**NE-WAZA** – Enquanto houver evolução a luta em solo deve ter continuidade, mesmo que ambos saiam totalmente da área de combate. O combate deverá ter continuidade (ossae-komi, shime-waza e kansetsu-waza) quando houver uma projeção ou ação de dentro para fora, desde que não haja interrupção do movimento.

**PLACAR** - Como a conversão das faltas em pontuação, não existe mais, fica extinto o sogo-gachi.

**SAUDAÇÃO** - Manter a etiqueta de saudação oficial do Judô.

**TEMPO DE COMBATE** – Manter os 5 minutos no sênior e 4 minutos para sub 21 e Sub 18. No golden score não há limite de tempo. Fica extinto o hantei.

*Federação Paulista de Judô – Comissão Estadual de Arbitragem*